



A1.22 Körperteile

- Poznaj podstawowe części ciała.
- Podstawowe zwroty do opisywania swojego stanu zdrowia.

Der Kopf	<i>(głowa)</i>	Der Arm	<i>(ramię)</i>
Das Gesicht	<i>(twarz)</i>	Der Finger	<i>(palec (ręki))</i>
Die Nase	<i>(nos)</i>	Die Hand	<i>(dłoń)</i>
Der Mund	<i>(usta)</i>	Das Bein	<i>(noga)</i>
Das Ohr	<i>(ucho)</i>	Der Fuß	<i>(stopa)</i>
Das Auge	<i>(oko)</i>	Der Körper	<i>(ciało)</i>
Die Haare	<i>(włosy)</i>	Die Körperteile	<i>(części ciała)</i>
Der Hals	<i>(szyja)</i>	Sich fühlen	<i>(czuć się)</i>
Der Rücken	<i>(plecy)</i>	Weh tun	<i>(boleć)</i>
Der Bauch	<i>(brzuch)</i>		

1. Dialog: Niklas ist im Fitnessstudio: Kniebeugen, Trainerin korrigiert ihn (QR: Audio)



- Niklas:** Genau so! Stell deine Füße nach vorne. *(Dokładnie tak! Ustaw stopy bardziej do przodu.)*
- Fenja:** Sind meine Füße so richtig? *(Czy moje stopy są ustawione dobrze?)*
- Niklas:** Ja, gut. Dein Rücken ist auch gerade. *(Tak, dobrze. Twoje plecy też są proste.)*
- Fenja:** Mein rechter Fuß tut aber weh. *(Ale boli mnie prawa stopa.)*
- Niklas:** Seit wann tut er weh? *(Od kiedy cię boli?)*
- Fenja:** Ich habe seit heute Morgen Schmerzen. *(Od dziś rano mam ból.)*
- Niklas:** Fühlst du es nur im Fuß? *(Czujesz to tylko w stopie?)*
- Fenja:** Nein, im Fuß und im Bein. *(Nie, w stopie i w nodze.)*
- Niklas:** Ich drücke den Fuß jetzt. *(Teraz nacisnę stopę.)*
- Fenja:** Das tut ein bisschen weh. *(To trochę boli.)*
- Niklas:** Ein leichtes Drücken ist normal. Wenn es zu doll weh tut, sag Stopp. *(Lekkie uciskanie jest normalne. Jeśli będzie boleć za mocno, powiedz „stop“.)*

1. Wo hat Fenja Schmerzen? *(Gdzie Fenja ma ból?)*
 - a. Nur im Bauch.
 - b. Im Arm und in der Hand.
 - c. Nur im Rücken.
 - d. Im Fuß und im Bein.
2. Was soll Fenja sagen, wenn es zu doll weh tut? *(Co Fenja ma powiedzieć, jeśli będzie boleć za mocno?)*
 - a. Stopp
 - b. Danke
 - c. Bitte
 - d. Hallo

1-d 2-a



2. Gramatyka: Die unregelmäßigen Verben sein, haben, wissen, werden

Naucz się najważniejszych czasowników nieregularnych.

Sein (<i>być</i>)	Haben (<i>mieć</i>)	Wissen (<i>wiedzieć</i>)	Werden (<i>zostawać</i>)
Ich bin	Ich habe	Ich weiß	Ich werde
Du bist	Du hast	Du weißt	Du wirst
Er / Sie / Es ist	Er / Sie / Es hat	Er / Sie / Es weiß	Er / Sie / Es wird
Wir sind	Wir haben	Wir wissen	Wir werden
Ihr seid	Ihr habt	Ihr wisst	Ihr werdet
Sie sind	Sie haben	Sie wissen	Sie werden

- Ich _____ heute krank: Mein Kopf tut weh. (*Jestem dziś chory: boli mnie głowa.*)
 a. ist b. sind c. bist d. bin
- Du _____ Schmerzen im Rücken, oder? (*Boli cię kregosłup, prawda?*)
 a. hast b. haben c. hat d. habst
- Wir _____ nicht, wo die Praxis ist. (*Nie wiemy, gdzie jest przychodnia.*)
 a. weiß b. wisst c. wissen d. wisse
- Ich _____ morgen zum Arzt gehen. (*Jutro pójdę do lekarza.*)
 a. wird b. werde c. wirst d. werden

1. bin 2. hast 3. wissen 4. werde

3. Ćwiczenia

1. Dopasuj każdy początek do właściwego zakończenia.

- | | |
|------------------------------------|----------------------------------|
| 1. Mein Bauch tut weh, | a. ich gehe morgen zum Arzt. |
| 2. Ich habe Kopfschmerzen, | b. deshalb gehe ich nach Hause. |
| 3. Mein Auge ist rot, | c. mein Hals tut weh. |
| 4. Ich fühle mich heute nicht gut, | d. ich brauche eine kurze Pause. |

1-b: Boli mnie brzuch, dlatego idę do domu. **2-d:** Boli mnie głowa, potrzebuję krótkiej przerwy. **3-a:** Moje oko jest czerwone, jutro idę do lekarza. **4-c:** Dzisiaj nie czuję się dobrze, boli mnie gardło.



2. Ogłoszenie w klubie fitness: Prosimy zwracać uwagę na ciało (QR:

Audio)

Wypełnij luki: fühlen, Hals, Körper, Fuß, Rücken, Körperteilen, Arm, Kopf



Achtung: Bitte trainieren Sie langsam und hören Sie auf Ihren (1) _____. Wenn Sie Schmerzen haben, machen Sie eine Pause. Häufige Beschwerden sind: Der (2) _____ tut weh, der (3) _____ ist steif oder ein (4) _____ tut nach dem Lauf weh. Melden Sie sich bitte am Empfang, wenn Sie Hilfe brauchen.

Bei kleinen Problemen hilft oft: Wasser trinken, ruhig atmen und die Übung leichter machen. Wenn Sie sich sehr schlecht (5) _____ oder starke Schmerzen haben, rufen Sie den Notruf an oder gehen Sie zum Arzt. Im Kursraum hängen Bilder mit wichtigen (6) _____, zum Beispiel (7) _____, (8) _____, Bauch, Bein, Hand und Finger.

Uwaga: Proszę ćwiczyć powoli i słuchać swojego ciała. Jeśli odczuwają Państwo ból, proszę zrobić przerwę. Częste dolegliwości to: bolą plecy, sztywny kark albo boli stopa po biegu. Proszę zgłosić się w recepcji, jeśli potrzebują Państwo pomocy.

Przy drobnych problemach często pomaga: pić wodę, spokojnie oddychać i wykonywać ćwiczenie w lżejszej wersji. Jeśli czują się Państwo bardzo źle lub mają silny ból, proszę zadzwonić pod numer alarmowy albo iść do lekarza. W sali do zajęć wiszą obrazki z ważnymi częściami ciała, na przykład głowa, ramię, brzuch, noga, dłoń i palec.

(1) Körper, (2) Rücken, (3) Hals, (4) Fuß, (5) fühlen, (6) Körperteilen, (7) Kopf, (8) Arm



3. Posłuchaj fragmentów audio i wybierz poprawne rozwiązanie. (QR: Audio)

- Warum ruft Laura an? (*Dlaczego Laura dzwoni?*)
 - Sie fragt nach dem Preis für Tabletten.*
 - Sie möchte einen Termin, weil es ihr schlecht geht.*
 - Sie will im Büro sagen, dass sie später kommt.*
- Was soll man machen, wenn man in den Kurs will? (*Co należy zrobić, jeśli chce się pójść na zajęcia?*)
 - Zu Hause bleiben und morgen anrufen.*
 - Etwas früher zur Anmeldung gehen.*
 - Erst nach 18 Uhr ins Studio kommen.*

1-b 2-b

4. Wybierz poprawne rozwiązanie

- Ich _____ mich heute nicht gut; mein Bauch tut weh. (*Dzisiaj nie czuję się dobrze; boli mnie brzuch.*)
 - fühlen*
 - fühlt*
 - fühle*
 - fühlst*
- Du _____ starke Kopfschmerzen und du fühlst dich müde. (*Masz silny ból głowy i czujesz się zmęczony.*)
 - hat*
 - hast*
 - haben*
 - habe*
- Am Telefon sage ich: „Ich _____ krank und mein Hals tut weh.“ (*Przez telefon mówię: „Jestem chory i boli mnie gardło.”*)
 - ist*
 - bin*
 - seid*
 - bist*

1. fühle 2. hast 3. bin

5. Odgrywanie ról - dialogi (QR: Audio)



a. Beim Arzt: Bauch tut weh

- Ärztin:** *Guten Tag. Was tut weh?*
(*Dzień dobry. Co boli?*)
- Patient:** *Mein Bauch tut weh und mein Rücken auch.*
(*Boli mnie brzuch i plecy też.*)
- Ärztin:** *Wie fühlen Sie sich? Haben Sie auch Kopfschmerzen?*
(*Jak się pan czuje? Czy ma pan też bóle głowy?*)
- Patient:** *Ich fühle mich nicht gut, aber mein Kopf tut nicht weh.*
(*Nie czuję się dobrze, ale głowa mnie nie boli.*)

- Welche Körperteile tun dem Patienten weh?
-

b. Im Büro: Auge und Rücken

Kollegin Jana: *Alles okay? Du siehst müde aus.
(Wszystko w porządku? Wyglądasz na zmęczonego.)*

Kollege: *Mein Auge tut weh und mein Rücken tut weh.
(Boli mnie oko i bolą mnie plecy.)*

Kollegin Jana: *Mach kurz Pause. Trinke Wasser und bewege den Hals ein bisschen.
(Zrób krótką przerwę. Napij się wody i porusz trochę szyją.)*

Kollege: *Gute Idee, danke. Dann geht es bestimmt gleich besser.
(Dobry pomysł, dzięki. Na pewno zaraz będzie lepiej.)*

1. Welche Körperteile tun dem Kollegen weh?

6. Ćwiczenia w parach lub z nauczycielem. (QR: AI+)

1. Du bist beim Arzt. Der Arzt fragt: „Wo tut es weh?“ Antworte kurz und klar. (Benutze: der Bauch, weh tun, hier)



2. Im Büro fühlst du dich nicht gut. Sag deiner Teamleitung kurz, wie du dich fühlst. (Benutze: der Kopf, sich fühlen, nicht gut)

7. Pisanie: WhatsApp (QR: AI+)

Hi!
Kommst du heute um 19:00 zum Training? Wir machen leichte **Übungen**.
Wie geht es dir? Du warst gestern nicht da. Hast du **Schmerzen**? Tut dir der **Fuß** oder das **Bein** noch **weh**?
LG
Laura



Napisz odpowiednią odpowiedź: *Mir geht es heute ... / Ich habe Schmerzen im/ am ... / Ich komme heute nicht / Ich komme um ...*

Ważne czasowniki

Sich fühlen (*czuć się*)

Präsens

ich	fühle mich
du	fühlst dich
er/sie/es	fühlt sich
wir	fühlen uns
ihr	fühlt euch
sie	fühlen sich