ЛІЦЕЙ №23 МІСТА ЖИТОМИРА
ІМ. М. ОЧЕРЕТА

НАВЧАЛЬНИЙ ПОСІБНИК

ВІД СЛОВА ДО ВІЛЬНОГО МОВЛЕННЯ:

розвиток усного мовлення польською мовою та підготовка учнів до олімпіади

Укладач

Аліна Лясковська

Житомир - 2027

Схвалено педагогічною радою
Ліцею №23 міста Житомира ім. М. Очерета
(протокол № 4 від 26.10.2026р.)

Укладач: Лясковська Аліна Вікторівна, вчитель польської мови ІІ категорії ліцею №23 міста Житомира ім. М. Очерета, ліцею №12 міста Житомира ім. С. Ковальчука, викладач кафедри слов'янської і германської філології та перекладу Житомирського Державного Університету ім. І. Франка

Рецензент: Шумлянська Наталія Валентинівна, кандидат філологічних наук, голова правління Житомирського польського центру освіти і науки

Від слова до вільного мовлення: розвиток усного мовлення польською мовою та підготовка учнів до олімпіади. Навчальний посібник / укладач Лясковська А.В. Житомир, 2027. 50 с.

Навчальний посібник містить комплекс вправ спрямованих на розвиток усного мовлення та комунікативної компетенції учнів, а також теоретичне обґрунтування методичних прийомів. Вправи згруповано за тематичним принципом і впорядковано відповідно до поступового ускладнення навчальних завдань. Практичні матеріали можуть використовуватися вчителем для планування індивідуальної траєкторії підготовки учня з урахуванням його рівня володіння мовою. Водночас система завдань і засоби самооцінювання дають змогу учням самостійно організовувати роботу, відстежувати власний прогрес.

ЗМІСТ

ПЕРЕДМОВА 2

Схема конструювання вправ для розвитку усного мовлення та комунікативної компетентності учнів 6

Оцінювання усного мовлення 16

Тема 1: Школа, освіта і майбутня професія 20

Тема 2: Культура і мистецтво 31

Тема 3: Здоров’я та стиль життя 39

ДЖЕРЕЛА ПОСИЛАННЯ ТА РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА 48

ДОДАТКИ 50



ПЕРЕДМОВА

Сучасна українська іншомовна освіта покликана навчити учнів застосовувати знання на практиці. Тобто окремих знань з граматики, лексики, вміння розуміти прочитаний текст та усне висловлювання є недостатнім для досягнення поставленої мети. Перед вчителем постає завдання навчити учнів використовувати здобуті знання в реальній взаємодії – в комунікації усній та писемній. А отже, одним з приорітетних завдань вивчення польської мови як іноземної є формування комунікативної компетентності здобувачів освіти. «Її можна визначити як здатність людини ефективно використовувати мову в різних ситуаціях, взаємодіяти з оточуючими, налагоджувати зв'язки з людьми на відстані, працювати в команді, виконувати різні соціальні ролі» [7, с. 268]. Таким чином у процесі вивчення польської мови учні мають навчитися висловлювати власну думку, вміти її аргументувати, реагувати на запитання та підтримувати розмову. Отже, учні мають навчитися використовувати мовні знання в реальних ситуаціях соціальної взаємодії.

Сучасний вчитель в повсякденній роботі стикається з викликом: учень здатен з легкістю виконувати лексико-граматичні вправи, розуміти значення прочитаного тексту, розуміти почутий аудіозапис, але відчувати труднощі у формуванні розгорнутої відповіді та спонтанного висловлення за темою, що вивчається. У психологічному аспекті роль відіграють такі чинники як мовний страх і комунікативна готовність. Саме тому важливим завданням вчителя є створення для учнів таких умов, у яких пасивне володіння лексикою буде переходити у активне та доречне її використання у ситуаціях спілкування.

Можливості уроків польської мови в школі обмежені: насиченість програми не дозволяє детально та досконало опрацювати мовну тему з фінальними монологами від учнів, довести використання знань до

автоматизму, подолати психологічний бар’єр учнів говорити на публіку, особливо без нотаток та завчасно заученого тексту. Відсутність поділу класу на групи спричиняє нестачу часу для повноцінної мовної практики. Саме тому вчитель постає перед питанням як ефективно у межах навчальної програми розвинути в учнів мовні навички для вільної комунікації, адже метою вивчення іноземної мови має бути, насамперед, її практичне використання.



Актуальність посібника зумовлена необхідністю розвитку в учнів умінь говоріння польською мовою, яке потребує систематичної і цілеспрямованої мовної практики. Особливої уваги потребує робота з обдарованими учнями, які мають високий рівень навчальних досягнень, значний потенціал для вивчення польської мови та прагнуть досягти високих результатів. Підготовка таких учнів передбачає не тільки поглиблення знань, а й розвиток уміння мобілізувати засвоєні знання та вміння під час мовної практики, синтезувати їх у логічне і послідовне висловлювання, обґрунтувати власні судження та впевнено реагувати на комунікаційні виклики.

Важливим підґрунтям для створення посібника є досвід використання навчально-методичних матеріалів для вивчення польської мови як другої іноземної в закладах загальної середньої освіти. Підручники для Нової української школи, зокрема навчальні видання авторства М. Мацькович та інших авторів, забезпечують опрацювання лексичного й граматичного матеріалу, розвиток навичок читання та аудіювання, а також містять завдання комунікативного спрямування. Водночас для формування впевненого, розгорнутого й відносно спонтанного усного мовлення, особливо в умовах підготовки до олімпіадних випробувань, доцільним є доповнення

основного навчального матеріалу системою спеціально дібраних і методично обгрунтованих вправ.

Пропонований навчальний посібник покликаний доповнити наявні навчальні матеріали та запропонувати інструменти для системного розвитку комунікативних умінь учнів. Його концепція ґрунтується на поступовому переході від розпізнання й розуміння лексичних одиниць до їх використання в монологічних висловлюваннях і комунікативних ситуаціях. Такий підхід дає змогу поступово формувати вміння використовувати засвоєний матеріал у активному спонтанному мовленні.



Метою посібника є надати теоретичне підґрунтя та практичні інструменти для розвитку комунікативної компетентності учнів, активізації їхнього словникового запасу й підготовки до виконання усних завдань, зокрема на олімпіадах з польської мови. Посібник адресований передусім учителям польської мови, які працюють з обдарованими учнями, організовують поглиблене вивчення предмета та готують школярів до олімпіадних випробувань, зокрема до етапу говоріння. Запропоновані матеріали можна використовувати під час індивідуальних і групових занять, факультативів, консультацій, гурткової роботи та додаткової підготовки до мовних змагань.

Видання також призначене для учнів 9–11(12) класів, які прагнуть удосконалити навички усного спілкування польською мовою, розширити активний словниковий запас і навчитися впевнено використовувати засвоєну лексику відповідно до теми та комунікативної ситуації. Матеріали будуть корисними як учасникам олімпіад, так і тим, хто хоче вільніше висловлювати власні думки та долати труднощі спонтанного мовлення. Завдання

розраховані переважно на учнів із рівнем володіння польською мовою A2–B1 і передбачають поступове ускладнення мовленнєвих дій.

У посібнику подано комплекс вправ для розвитку в учнів умінь усного мовлення польською мовою. Вправи згруповано за тематичним принципом і впорядковано за ступенем складності. Така послідовність забезпечує поетапне опрацювання тематичної лексики, її активізацію в різних комунікативних ситуаціях і поступовий перехід від виконання завдань із використанням запропонованих мовленнєвих опор до самостійного створення зв'язних висловлювань.

Підсумком опрацювання кожного тематичного блоку є створення учнем власного монологічного висловлювання на запропоновану тему з урахуванням вимог до змісту, логічної послідовності, мовного оформлення та комунікативної доцільності. Практичні матеріали дають учителеві змогу планувати індивідуальну траєкторію підготовки учня відповідно до його рівня володіння мовою. Водночас система завдань і засоби самооцінювання допомагають учням самостійно організовувати роботу та відстежувати власний прогрес.

Очікуваними результатами роботи з посібником є підвищення рівня комунікативної компетентності учнів, розширення їхнього активного словникового запасу, розвиток здатності будувати логічні, зв'язні та змістовні висловлювання, аргументовано висловлювати власні думки й упевненіше спілкуватися в ситуаціях, що не передбачають попередньої підготовки. Для учасників олімпіад з польської мови систематична робота з матеріалами посібника має стати додатковим засобом підготовки до виконання усних завдань. Отже, провідна ідея посібника полягає в тому, що справжнє володіння мовою виявляється не лише в знанні та розумінні мовних одиниць, а передусім у здатності доречно, самостійно й упевнено використовувати їх для досягнення комунікативної мети.

Схема конструювання вправ для розвитку усного мовлення та комунікативної компетентності учнів



У цьому розділі запропоновано авторську схему конструювання вправ, яка дає змогу вчителеві самостійно розробляти або адаптувати навчальні завдання відповідно до рівня володіння учнями польською мовою, індивідуальних особливостей і навчальних потреб. Такий алгоритм побудови вправ забезпечує гнучкість використання навчальних матеріалів, диференціацію навчання та сприяє реалізації індивідуалізованого підходу до розвитку навичок усного мовлення.

Для складання вправ ми керувалися концепцією діяльнісного підходу, яка трактує учнів як автономних користувачів мови з конкретними завданнями, котрі вони мають реалізовувати в певних сферах людської діяльності. Їхнє виконання вимагає поєднання комунікації та соціальної дії, що також відбувається в процесі вивчення та навчання мови, зокрема в контексті мовних занять [2, с. 185].

Методика розвитку навичок усного продукування та інтеракції передбачає вісім основних кроків, які здійснюються до, під час та після усних продуктивних та інтеракційних завдань:

1. Виконання докомунікативних вправ для зміцнення мовної ком петентності на різних мовних рівнях.

2. Виконання більш чітко структурованих вправ репродуктивного характеру стосовно input, тобто нового мовного матеріалу, що міститься в тексті (текстах) для читання або аудіювання, представленого (представлених) на початковому етапі заняття.

3. Створення невимушеної атмосфери, яка підтримує комунікативну готовність і зменшує мовний страх.

4. Реалізація більш вільних видів діяльності, заохочуючих короткі висловлювання або прості інтеракційні вправи.

5. Виконання вправ на плинність та правильність мовлення. В останніх звертаємо особливу увагу на допущені помилки.

6. Виконання вправ, що стимулюють вільне висловлювання або взаємодію.

7. Оцінювання виконаних вправ на усне продукування та інтеракцію.

8. Можливий перехід до інших видів мовленнєвої діяльності. [2, с. 231].



На основі поданого наукового підґрунтя, у посібнику запропонований **5-етапний алгоритм**, що є ефективним для досягнення поставленої мети:

Етап 1: ZADANIE BADAWCZE

Мета: активізація пізнавальної діяльності учнів, формування їхньої дослідницької допитливості та підготовка до подальшого опрацювання теми.

Систематичне використання етапу 1 сприяє розвитку пізнавальної автономії учнів і формуванню вмінь самостійно готуватися до комунікації польською мовою, сприяє попередньому ознайомленню учнів із тематичним контекстом, розширенню їхнього загального кругозору та збагаченню активного лексичного запасу. Самостійний пошук інформації спонукає учнів працювати з автентичними матеріалами, виокремлювати важливі відомості, визначати головне та використовувати відповідно до власного рівня

володіння польською мовою. Цей етап слугує як спонукання до активізації запасу слів з теми ще до початку виконання основних вправ.

Особливе значення етап має в контексті підготовки учнів до усних олімпіадних завдань, адже якісне монологічне висловлювання передбачає не лише мовну правильність, а й змістову наповненість, обізнаність із темою, здатність наводити приклади та аргументувати власну позицію. Зібрані факти й цікаві відомості учень може використати під час підготовки підсумкового монологу, доповнюючи його конкретними прикладами, культурологічними чи суспільними спостереженнями.

Для ефективного виконання завдання доцільно рекомендувати учням користуватися надійними відкритими джерелами, зокрема освітніми ресурсами, енциклопедіями, офіційними вебсайтами установ і культурних організацій. Важливо заохочувати не механічне копіювання знайденої інформації, а її осмислення та самостійне формулювання польською мовою.

Етап 2: PIGUŁKA JĘZYKOWA



Мета: актуалізувати наявний словниковий запас учнів, перевести лексику з пасивного в активний словник і засвоїти матеріал для подальшого усного висловлювання.

Лексичний запас є важливим ресурсом іншомовного спілкування, оскільки саме знання необхідних слів і виразів значною мірою визначає здатність учня оперативно формулювати свої думки. Навіть за умови розуміння тематичної лексики учень не завжди може самостійно відтворити її в процесі говоріння. Тому на початковому етапі доцільно використовувати вправи, які стимулюють пригадування вже відомих слів, а також їх групування, зіставлення, тощо.

Важливим завданням цього етапу є не лише кількісне збагачення словникового запасу, а й систематизація лексики за тематичними, семантичними та асоціативними зв’язками. Наприклад, під час опрацювання теми «Człowiek i jego charakter» учні можуть групувати назви рис характеру за позитивним і негативним оцінним значенням, добирати синоніми й антоніми, наводити приклади ситуацій, у яких виявляються певні якості людини.

Окреме місце посідають вправи на подолання українсько-польської міжмовної інтерференції. Зіставлення лексичних одиниць, зокрема так званих фальшивих друзів перекладача (*fałszywi przyjaciele tłumacza*), а також виявлення кальок сприяють усвідомленому засвоєнню польської лексики та запобігають типовим помилкам. При цьому важливо не обмежуватися повідомленням правильного відповідника, а пропонувати учням пояснювати відмінності у значеннях і використовувати слова в контексті.

Методична доцільність етапу полягає в тому, що він знижує труднощі, пов’язані з пошуком потрібних слів під час подальшого говоріння, створює лексичну базу для побудови висловлювання та сприяє формуванню мовної усвідомленості. Вправи цього етапу мають бути відносно короткими, динамічними й різноманітними, щоб забезпечити активне залучення учнів до роботи та підготувати їх до зв’язного мовлення.

Етап 3: ROZKRĘĆ ROZMOWĘ



Мета етапу – сформувати в учнів уміння поєднувати лексичні одиниці й окремі думки в граматично правильні, логічні та змістовні висловлювання.

Володіння лексикою саме по собі не гарантує здатності побудувати розгорнутий

монолог. Для цього необхідно вміти формулювати речення, встановлювати причинно-наслідкові зв’язки, уточнювати думку, аргументувати власну позицію. Отже, на другому етапі основна увага переноситься з окремих слів на способи їх поєднання в речення та зв’язні фрагменти мовлення.

Використання сполучників, сполучних виразів і мовленнєвих формул допомагає учням структурувати власні думки й уникати коротких, ізольованих речень. Наприклад, конструкції *ponieważ*, *dlatego że*, *chociaż*, *z jednej strony… z drugiej strony…*, *po pierwsze… po drugie…*, *w związku z tym* дають змогу формулювати причину, наслідок, протиставлення та вказувати на послідовність аргументів. Поступове введення таких мовних засобів сприяє формуванню навичок «логічно організовувати» висловлювання.

Особливого значення набувають вправи на перефразування. Уміння передавати ту саму думку іншими словами свідчить про гнучкість мовлення, сприяє використанню синонімів і допомагає долати труднощі, що виникають через брак потрібної лексичної одиниці. Такі вміння важливі й у ситуаціях, коли учень не може пригадати точне слово, але має пояснити його значення або передати основний зміст повідомлення доступними мовними засобами.

Вправи на коротку реакцію, побудову аргументів і використання визначених мовних формул забезпечують перехід від використання окремих мовних конструкцій до їх застосування в реальних ситуаціях спілкування. Наприклад, формули *Moim zdaniem…*, *Uważam, że…*, *Nie jestem pewien, czy…*, *Zgadzam się z tym, ponieważ…* допомагають учням висловлювати оцінку, сумнів, згоду та аргументувати власну думку.

Методична доцільність етапу полягає в формуванні мовленнєвих умінь, необхідних для побудови розгорнутого монологу. Учні вчаться не лише повідомляти окремі факти, а й пояснювати, зіставляти, уточнювати та аргументувати. Завдання доцільно ускладнювати поступово: від поєднання

двох простих речень до побудови невеликого зв'язного фрагмента, а згодом до формулювання аргументованої відповіді на проблемне запитання.

Етап 4: TRENING KOMUNIKACYJNY



Мета: розвивати в учнів здатність реагувати на репліки співрозмовника, підтримувати діалог, формулювати й обґрунтовувати власну позицію, ставити уточнювальні запитання та використовувати польську мову для розв'язання комунікативних завдань.

Реальне спілкування передбачає не лише заздалегідь підготовлене висловлювання, а й необхідність реагувати на непередбачувані запитання, уточнення, заперечення або зміну теми розмови. Тому важливо створювати навчальні ситуації, у яких учні можуть застосовувати засвоєні знання в умовах обмеженого часу, часткової невизначеності та необхідності враховувати позицію співрозмовника.

На цьому етапі доцільно використовувати рольові ігри, інтерв'ю, пресконференції, короткі дебати, дискусії та ситуативні завдання. Такі формати дають змогу моделювати комунікативні ситуації, близькі до реального життя, і стимулюють учнів самостійно добирати мовні засоби відповідно до мети спілкування. Наприклад, під час інтерв'ю учень має не лише відповісти на запитання, а й за потреби пояснити свою позицію, навести приклад або уточнити інформацію. У дебатах необхідно сформулювати тезу, навести аргумент, відреагувати на контраргумент і обґрунтувати власний висновок.

Важливим компонентом цього етапу є розвиток стратегічної компетентності – здатності підтримувати комунікацію навіть тоді, коли учень стикається з мовними труднощами. Для цього необхідно навчати його

перепитувати, просити уточнення, перефразовувати думку, вигравати час для обмірковування відповіді та перевіряти, чи правильно його зрозуміли. Наприклад, мовленнєві формули *Czy mógłby Pan / mogłaby Pani powtórzyć pytanie?*, *Czy dobrze rozumiem, że…?*, *Chciałbym to wyjaśnić inaczej…*, *Potrzebuję chwili, żeby się zastanowić* допомагають підтримувати взаємодію та долати комунікативні перешкоди.

У межах цього етапу особливу увагу варто приділяти не лише правильності, а й доречності реакції, умінню слухати співрозмовника, дотримуватися теми, висловлювати незгоду коректно та аргументовано захищати власну позицію. Під час дебатів і дискусій учитель має створювати доброзичливу атмосферу, у якій помилка розглядається як природна складова навчання, а не як перешкода для участі в комунікації.

Методична доцільність етапу зумовлена необхідністю підготувати учнів до спонтанного використання мови, перенесення засвоєних конструкцій у нові ситуації взаємодії. Такі вміння важливі не лише для повсякденного спілкування, а й для виконання усних олімпіадних завдань, які можуть передбачати відповіді на додаткові запитання, уточнення позиції або аргументацію власних суджень.

Водночас третій етап не слід розглядати виключно як підготовчу вправу перед монологом. Він має самостійну навчальну цінність, оскільки спрямований на розвиток умінь усної взаємодії, що є складником іншомовної комунікативної компетентності.

Приклади вправ:

«Прес-конференція» / «Інтерв'ю»: Один учень (або вчитель) виступає в ролі експерта/персонажа, інші ставлять уточнювальні запитання.

«Експрес-дебати» (30-секундні дуелі): Теза за темою (наприклад: *«Навчання в школі має бути повністю дистанційним»*). Завдання: без підготовки навести аргумент «за» або «проти».

«Ситуаційний кейс»: Вирішення проблеми за допомогою комунікації (наприклад, переконати друга змінити спосіб життя чи обрати іншу професію).

Етап 5: MISTRZOWSKA WYPOWIEDŹ

Мета: забезпечити самостійне продукування учнем зв'язного, логічно структурованого, змістовно наповненого й аргументованого усного висловлювання польською мовою на запропоновану тему (тривалістю 1,5-2,5 хвилини).



П'ятий етап є підсумковим у межах тематичного блоку, оскільки передбачає комплексне застосування лексики, граматичних конструкцій, засобів міжфразового зв'язку та комунікативних стратегій, опрацьованих на попередніх етапах. Учень має не лише відтворити засвоєний мовний матеріал, а й самостійно відібрати потрібну інформацію, визначити послідовність її викладу, сформулювати власну позицію та дібрати мовні засоби відповідно до комунікативного завдання.

Під час підготовки монологу важливо навчати учнів дотримуватися зрозумілої композиційної структури. Вступ має окреслювати тему та спрямовувати увагу слухача на основну проблему. В основній частині послідовно розкриваються ключові аспекти теми, наводяться аргументи, приклади, порівняння або пояснення. У висновку узагальнюються основні думки та формулюється підсумкова оцінка чи особиста позиція мовця. Така

структура допомагає уникати хаотичного переліку фактів і сприяє формуванню цілісного висловлювання.

Залежно від характеру тематичного матеріалу доцільно пропонувати різні формати підсумкових завдань: монолог-опис, монолог-розповідь, монолог-роздум, аргументовану відповідь на проблемне запитання, коментар до цитати, опис та інтерпретацію фотографії чи інфографіки. Використання візуальних стимулів дає змогу перевірити здатність учня не лише називати зображені об’єкти, а й аналізувати інформацію, встановлювати зв’язки, робити висновки та висловлювати власне ставлення.

Орієнтовна тривалість монологу (1,5-2,5 хв) дає можливість оцінити, наскільки учень здатний розгорнути тему, дібрати достатній обсяг тематичної лексики, послідовно викласти думки та підтримувати відносну плавність мовлення. Залежно від рівня підготовки учнів, складності теми й вимог конкретного олімпіадного завдання цей часовий орієнтир може коригуватися.

Методична доцільність етапу полягає в інтеграції результатів попередньої роботи та перевірці здатності учня переносити засвоєні мовні засоби в самостійне усне висловлювання. Підсумковий монолог дає змогу визначити не лише рівень володіння тематичною лексикою та граматичними конструкціями, а й сформованість умінь планувати, структурувати й аргументувати власне висловлювання. У контексті олімпіадної підготовки цей етап також сприяє формуванню навичок самопрезентації, упевненості під час публічного мовлення та готовності відповідати на запитання за темою.

Отже, запропонована п’ятиетапна система вправ реалізує принцип поступового ускладнення навчальної діяльності та забезпечує перехід від актуалізації лексичного матеріалу до його самостійного використання в усному мовленні. Перший етап створює лексичну основу висловлювання,

другий забезпечує формування засобів його граматичної та логічної організації, третій розвиває здатність оперативно реагувати й взаємодіяти в комунікативних ситуаціях, а четвертий передбачає інтегроване застосування сформованих умінь у процесі продукування монологу.

Однак слід пам’ятати, що тільки дидактичне використання всіх видів діяльності забезпечує цілісний мовний розвиток, що є метою більшості мовних курсів і занять. Розвиток індивідуальних навичок, котрі сприяють мовленнєвій діяльності, має набувати тренувального характеру з поступово зростаючими вимогами, що призводить до своєрідної адаптації та підвищення їхнього рівня. Належним чином керований процес тренування мовних навичок у площині мовленнєвої діяльності має поєднуватися з рефлексивним впровадженням прийомів навчання, які забезпечують індивідуальний мовний розвиток та його самоусвідомлення учнями [2, с. 190].

Послідовне використання запропонованих етапів сприяє розвитку іншомовної комунікативної компетентності учнів, активізації тематичного словникового запасу, подоланню міжмовної інтерференції та формуванню комунікативної самостійності. Водночас система вправ може адаптуватися до різних рівнів володіння польською мовою, що дає змогу використовувати її як у повсякденній навчальній роботі, так і під час цілеспрямованої підготовки учнів до усних етапів мовних олімпіад.



Оцінювання усного мовлення

Сучасна гуманістично орієнтована методика навчання іноземних мов передбачає підтримку різноманітних здібностей і потенціалу учнів та застосування формувального оцінювання. Зокрема, Владислав Мьодунка (Władysław Miodunka) та Пшемислав Ґембаль (Przemysław Gębal) у праці *Dydaktyka i metodyka nauczania języka polskiego jako obcego i drugiego* наголошують на доцільності відзначення сильних сторін виконаного завдання й заохочення учнів до самостійного виправлення помилок із наданням відповідних рекомендацій. У письмових роботах такий підхід можна реалізувати шляхом виділення зеленим кольором правильно виконаних фрагментів, на противагу традиційному позначенню помилок червоним. Фрагменти, не виділені зеленим кольором, автор тексту має самостійно виправити або доопрацювати. Такий спосіб перевірки акцентує увагу на позитивних характеристиках роботи та дає учням можливість самостійно визначати шляхи вдосконалення фрагментів, що потребують коригування [2, с. 239].

На початковому етапі навчання монологічного мовлення доцільно пропонувати учням план, ключові слова, запитання-підказки або візуальні опори. У міру розвитку мовленнєвої самостійності кількість таких опор варто поступово зменшувати, заохочуючи учнів самостійно визначати структуру висловлювання, добирати доречні мовленнєві формули та варіювати способи аргументації.

Важливими в цьому контексті є також рекомендації Еви Ліпінської (Ewa Lipińska) та Анни Серетни (Anna Seretny), викладені в навчально-методичному посібнику *ABC metodyki nauczania języka polskiego jako obcego*, у якому систематизовано підходи до навчання польської мови як іноземної та розвитку мовленнєвих умінь. Авторки визначають три умови, дотримання

яких сприяє формуванню бажання й здатності учнів спілкуватися іноземною мовою.

Першою основною умовою, необхідною для того, щоб учень хотів і міг говорити іноземною мовою, є створення атмосфери, яка знижуватиме страх отримати негативну оцінку та сором через припущення помилки. Тому краще утримуватися переривання висловлювання учня з метою його виправлення. Натомість викладачеві варто записувати помилки, яких припускається мовець, і обговорювати їх після завершення висловлювання, а також заохочувати бажання говорити та тривалість висловлювання, а не його правильність.

Другою умовою є забезпечення стимулу, який заохочуватиме учнів до висловлювання, тобто так званої *еліцитації* (спонукання до мовлення). Таким стимулом може бути цікава для студентів тема, що активізує їхню уяву, або матеріал у формі прочитаного чи прослуханого тексту, важлива ситуація, потреба отримати певну інформацію або виконати конкретне комунікативне завдання.

Третьою умовою є полегшення процесу планування змісту висловлювання, оскільки для деяких студентів це становить певну складність. Тому викладач може ставити запитання, пропонувати ідеї або допомагати розробляти план висловлювання [13, с. 176-177].

Оцінювання підсумкового монологу має охоплювати кілька взаємопов’язаних параметрів: відповідність змісту темі й комунікативному завданню, логічність і зв’язність викладу, багатство та доречність лексики, граматичну правильність, вимову, плавність мовлення та здатність аргументувати власну позицію. Доцільно також враховувати самостійність учня й уміння використовувати мовні засоби для досягнення комунікативної мети.

Даний чек-лист дозволяє учневі самостійно діагностувати свої слабкі місця перед іспитом чи олімпіадою, а вчителю дає чіткі критерії для надання зворотного зв'язку.



Порада для учня: Запиши свій виступ на диктофон або відео, а потім послухай його та чесно дай відповіді на запитання нижче. Якщо біля більшості пунктів стоїть «Так», тоді ти повністю готовий до виступу!

(Додаток 1)

Чек-лист: Як оцінити свій виступ перед олімпіадою

1. Зміст та логіка виступу

- Чи розкрив(ла) я тему виступу?
- Я чітко висвітлив(ла) задану тему і не відходив(ла) від головної думки.
- Чи є у моєму виступі чітка структура?
  - **Вступ:** Почав(ла) з вступного речення (*Наприклад: «Temat, który chciałbym omówić, jest bardzo ciekawy...»*).
  - **Основна частина:** Навів(ла) хоча б 2-3 аргументи або приклади.
  - **Висновок:** Зробив(ла) коротке підсумкове речення (*Наприклад: «Podsumowując, uważam, że...»*).
- Чи обґрунтував(ла) я свою думку? (Я не просто сказав(ла) «мені подобається», а пояснив(ла) чому)

2. Лексика та використання слів

 Чи використовував(ла) я різноманітні слова? (Я намагався(лася) не повторювати одне й те саме слово по кілька разів, використовував(ла) синоніми).

 Чи вживав(ла) я слова-зв'язки? (У моїй мові звучали фрази: *po pierwsze, ponadto*, *jednak*, *moim zdaniem*, *na przykład)*.

 Чи уникав(ла) я слів-паразитів та українських слів? (Я не вживав(ла) українських слів у польській формі (суржику) та слів-паразитів *«типу», «ну», «значить»*).

3. Граматика та вимова

 Чи правильно я узгоджував(ла) закінчення? (Я звертав(ла) увагу на відмінки та рід іменників/прикметників, особливо при описах).

 Чи правильно я вживав(ла) часи дієслів? (Теперішній, минулий та майбутній часи вжиті доречно та без помилок у особових формах).

 Чи дбав(ла) я про правильну вимову? (Я чітко вимовляв(ла) польські звуки та правильно ставив(ла) наголос).

4. Впевненість та мовленнєвий темп

 Чи було моє мовлення плавним? (Я говорив(ла) без довгих паузи (*«е-е-е», «м-м-м»*). Якщо забував(ла) слово, намагався(лася) описати його іншими польськими словами).

 Чи вклався(лася) я у час? (Мій монолог тривав приблизно 1,5–2,5 хвилини (оптимальний час для усної відповіді рівня B1).

 Чи готовий(а) я до запитань жюрі? (Я можу швидко відповісти на додаткове запитання за темою, використовуючи фрази: *«To ciekawe pytanie...»*, *«Uważam, że...»)*.

ТЕМА 1: ШКОЛА, ОСВІТА Й МАЙБУТНЯ ПРОФЕСІЯ

TEMAT 1: SZKOŁA, EDUKACJA I PRZYSZŁY ZAWÓD

ZADANIE BADAWCZE

Wybierz jeden z poniższych tematów i poszukaj informacji w wiarygodnych źródłach internetowych. Następnie przygotuj krótki komentarz w języku polskim (3-4 zdania), w którym przedstawisz najważniejsze informacje i wyrazisz własną opinię.

1. Jak może wyglądać szkoła przyszłości? Jakie nowoczesne technologie mogą zmienić sposób uczenia się i nauczania? Czy sztuczna inteligencja może zastąpić nauczyciela?

2. Które zawody mogą być szczególnie potrzebne za 10-20 lat? Jakie umiejętności będą ważne na rynku pracy w przyszłości? Czy warto już teraz przygotowywać się do wykonywania takiego zawodu?

3. Czy wykształcenie wyższe jest konieczne, aby osiągnąć sukces zawodowy? Poznaj przykłady osób, które odniosły sukces bez ukończenia studiów wyższych. Co, Twoim zdaniem, jest ważniejsze: dyplom, doświadczenie czy talent?



Przygotowując komentarz:

- korzystaj z wiarygodnych źródeł, np. raportów o rynku pracy, stron uczelni lub instytucji edukacyjnych;
- przedstaw najważniejsze informacje własnymi słowami;
- użyj co najmniej jednego wyrażenia wyrażającego opinię, np. *Moim zdaniem…, Uważam, że…, Warto zauważyć, że…*;
- przygotuj się do krótkiego przedstawienia wyników swojej pracy na lekcji.

PIGUŁKA JĘZYKOWA



Zadanie 1. W ciągu jednej minuty podaj jak najwięcej przymiotników opisujących „idealnego nauczyciela” i „nowoczesną szkole”.

(Додаток 2)

Zadanie 2. Wyjaśnij podane wyrazy własnymi słowami i ułoż zdania:

Elokwentny, uprzejmy, sumienny, troskliwy, wrażliwy, pogodny, konsekwentny, stanowczy, godny zaufania, przytulna, wyposażona, energooszczędna, inspirująca.

Zadanie 3. Wymień nazwy przedmiotów na zdjęciu.

(Додаток 3)



Wybierz pięć przedmiotów z listy i opisz, do czego służą, np. *Drukarka służy do drukowania dokumentów. Linijka pomaga rysować proste linie.*

Zadanie 4. Z podanych przymiotników podkreśl te, które pasują do opisu zdolnego ucznia. Porównaj z odpowiedziami kolegów. Uzasadnij swój wybór.

Roztrzepany, odpowiedzialny, zarozumiały, punktualny, koleżeński, arogancki, rozsądny, złośliwy, gadatliwy, impulsywny, hałaśliwy, opanowany, pracowity, spóźnialski, pewny siebie, rozkojarzony, ambitny, niezaangażowany, toleracyjny.

ROZKRĘĆ ROZMOWĘ

Zadanie 5. Połącz podane zdania, tworząc spójne wypowiedzi. Użyj wyrazów: *jednak, chociaż, z kolei* i innych. Zwróć uwagę na szyk zdania i interpunkcję.

Wzór: Praca lekarza jest bardzo odpowiedzialna. Przynosi dużo satysfakcji.

Praca lekarza jest bardzo odpowiedzialna, ***jednak*** *przynosi dużo satysfakcji.*

1. Chciałbym zostać informatykiem. Nie jestem pewien, czy lubię pracować przez wiele godzin przed komputerem.
2. Zawód nauczyciela wymaga dużo cierpliwości. Daje możliwość pomagania innym.
3. Praca w policji bywa niebezpieczna. Może być bardzo interesująca.
4. Moja siostra chce zostać kucharzem. Ja planuję studiować medycynę.
5. Praca w biurze zapewnia stałe godziny pracy. Praca w gastronomii często wymaga pracy wieczorami i w weekendy.
6. Ten zawód jest dobrze płatny. Nie daje możliwości rozwijania zainteresowań.
7. Praca weterynarza bywa trudna emocjonalnie. Chciałbym opiekować się zwierzętami.

8. Niektórzy młodzi ludzie wybierają interesujący zawód. Inni kierują się wysokością zarobków.



Zadanie 6. Dokończ zdania, wyrażając własną opinię.

1. Chciałbym pracować w zawodzie, który daje mi satysfakcję, jednak…
2. Chociaż zarobki są ważne, …
3. Praca lekarza wymaga dużej odpowiedzialności, z kolei…
4. W przyszłości chciałbym prowadzić własną firmę, jednak…
5. Chociaż wybór zawodu nie jest łatwy, …

Zadanie 7. Wybierz jedną profesję i opowiedz o jej zaletach i wadach. Użyj wszystkich trzech wyrazów: *jednak, chociaż, z kolei*.

TRENING KOMUNIKACYJNY

Rozmowa kwalifikacyjna – przekonaj mnie, że to właśnie Ty!

Pracujcie w parach. Jedna osoba wciela się w rolę **pracodawcy**, a druga – **kandydata** ubiegającego się o pracę. Rozwijaj swoje umiejętności prowadzenia dialogu, argumentowania, autoprezentacji i reagowania na nieprzewidziane pytania w sytuacji zawodowej.

Waszym zadaniem jest przeprowadzenie rozmowy kwalifikacyjnej. Kandydat powinien przekonać pracodawcę, że ma odpowiednie umiejętności, cechy charakteru i motywację do wykonywania danej pracy. Pracodawca z kolei powinien sprawdzić, czy kandydat spełnia wymagania i nadaje się na to stanowisko.

Przebieg rozmowy:

1. Wybierzcie jedno stanowisko pracy.
2. Pracodawca przedstawia krótko ofertę pracy i wymagania.

3. Kandydat opowiada o swoich umiejętnościach, doświadczeniu i mocnych stronach.
4. Pracodawca zadaje co najmniej trzy pytania.
5. Kandydat stara się przekonać pracodawcę, że jest odpowiednią osobą na to stanowisko.
6. Na zakończenie pracodawca podejmuje decyzję i uzasadnia swój wybór.

Propozycje stanowisk pracy:

- nauczyciel języka obcego;
- grafik komputerowy;
- informatyk;
- dziennikarz;
- kelner;
- opiekun dzieci;
- pracownik biura podróży;
- specjalista ds. mediów społecznościowych.

Refleksja po rozmowie

1. Co udało mi się najlepiej?
2. Które pytanie sprawiło mi największą trudność?
3. Czy potrafiłem(-am) uzasadnić swoje odpowiedzi i podać przykłady?
4. Co chciał(a)bym poprawić podczas następnej rozmowy?

Moja ocena rozmowy:

☐ Bardzo dobrze ☐ Dobrze ☐ Muszę jeszcze poćwiczyć

(Додаток 4)

KARTA PRACY DLA PRACODAWCY

Jesteś pracodawcą i szukasz odpowiedniej osoby do swojej firmy. Przygotuj ofertę pracy, a następnie przeprowadź rozmowę kwalifikacyjną z kandydatem. Zastanów się, jakie umiejętności, doświadczenie i cechy charakteru są potrzebne na tym stanowisku.

Nazwa firmy: **.....**

Stanowisko: **.....**

Rodzaj pracy**:** ☐ stacjonarna ☐ zdalna ☐ hybrydowa

Wymiar czasu pracy: ☐ pełny etat ☐ pół etatu ☐ inne: .....

Wynagrodzenie: **.....**

Godziny pracy: **.....**

Wymagania wobec kandydata (wykształcenie i doświadczenie zawodowe):

.....

.....

Wymagane umiejętności (wymień co najmniej trzy):

1. .....
2. .....
3. .....

Cechy charakteru (wymień co najmniej trzy):

1. .....
2. .....

3. .....

Dodatkowe atuty kandydata:

.....

.....

Obowiązki pracownika (Wymień co najmniej trzy obowiązki, które będzie wykonywać zatrudniona osoba)

1. .....
2. .....
3. .....

Na podstawie swoich notatek napisz ogłoszenie o pracę (około 60–80 słów). Pamiętaj, aby uwzględnić nazwę stanowiska, najważniejsze obowiązki, wymagania oraz korzyści związane z zatrudnieniem.

.....

.....

.....

.....

Zapisz co najmniej pięć pytań, które zadasz kandydatowi, aby sprawdzić, czy spełnia wymagania.

1. .....
2. .....
3. .....
4. .....
5. .....

Po rozmowie oceń kandydata i uzupełnij notatkę.

Największe zalety kandydata: **.....**

Czy spełnia wymagania? ☐ tak ☐ częściowo ☐ nie

Czy chcesz go/ją zatrudnić? ☐ tak ☐ nie

Uzasadnij decyzję: .....

.....

KARTA PRACY DLA KANDYDATA

Wyobraź sobie, że bierzesz udział w rozmowie kwalifikacyjnej. Pracodawca szuka odpowiedniej osoby na wybrane stanowisko. Twoim zadaniem jest przekonać go, że jesteś dobrym kandydatem / dobrą kandydatką.

Imię i nazwisko: **.....**

Stanowisko, o które się ubiegam: **.....**

1. Dlaczego chcesz pracować na tym stanowisku?

   .....

2. Jakie masz mocne strony?

   .....

3. Jakie umiejętności i doświadczenie mogą Ci pomóc w tej pracy?

   .....

   .....

4. Jakie są Twoje zainteresowania? Czy mogą być przydatne w tej pracy?

   .....

5. Jak radzisz sobie z trudnościami i stresem?

   .....

6. Dlaczego pracodawca powinien wybrać właśnie Ciebie?

   .....

Zaznacz co najmniej pięć cech, które najlepiej Cię opisują, a następnie przygotuj przykład potwierdzający jedną z nich:

- odpowiedzialność
- kreatywność
- komunikatywność
- punktualność
- samodzielność
- umiejętność pracy w zespole
- cierpliwość
- dokładność
- dobra organizacja pracy
- odporność na stres
- otwartość na nowe wyzwania
- chęć uczenia się

Przykład z mojego życia, który potwierdza jedną z tych cech:

.....

.....

MISTRZOWSKA WYPOWIEDŹ

Przygotuj wypowiedź ustną na temat **„Mój przyszły zawód”.** Twoja wypowiedź powinna trwać 1,5-2 minuty. Uzasadnij swoje zdanie, podając przykłady.

Przykładowe pytania do wypowiedzi

Wybór zawodu

- Jaki zawód chciał(a)byś wykonywać w przyszłości?
- Dlaczego właśnie ten zawód Cię interesuje?
- Kiedy i w jaki sposób zainteresowałeś(-aś) się tą profesją?
- Czy ktoś z Twojego otoczenia miał wpływ na Twój wybór?

Cechy dobrego specjalisty

- Jakie cechy charakteru i umiejętności są potrzebne w tym zawodzie?
- Które z tych cech już posiadasz, a nad którymi musisz jeszcze popracować?
- Dlaczego wiedza i doświadczenie nie zawsze wystarczą, aby odnieść sukces?

Rola szkoły w przygotowaniu do przyszłej pracy

- Które przedmioty szkolne mogą Ci się przydać w tym zawodzie? Dlaczego?
- Jakie umiejętności zdobywasz w szkole, które mogą być ważne w przyszłej pracy?
- Czy udział w konkursach, projektach, olimpiadach lub zajęciach dodatkowych pomaga Ci rozwijać zainteresowania zawodowe?

Plany na przyszłość

- Jak zamierzasz przygotować się do wykonywania wybranego zawodu?
- Jakie studia, kursy lub inne formy nauki mogą Ci w tym pomóc?
- Jak wyobrażasz sobie siebie w tym zawodzie za dziesięć lat?

Podsumowanie

- Dlaczego uważasz, że jest to zawód odpowiedni dla Ciebie?
- Co będzie dla Ciebie największym sukcesem w przyszłej pracy?

(Додаток 5)



ТЕМА 2: КУЛЬТУРА І МИСТЕЦТВО

TEMAT 2: KULTURA I SZTUKA

ZADANIE BADAWCZE

Zanim przystąpisz do wykonywania ćwiczeń, wybierz **jedno z poniższych pytań** i poszukaj odpowiedzi w otwartych źródłach internetowych. Następnie przygotuj krótki komentarz **w języku polskim (3–4 zdania),** w którym przedstawisz najważniejsze informacje i własną refleksję na dany temat.

1. Dlaczego podczas polskiej Wigilii zostawia się wolne nakrycie przy stole? Jakie wartości i tradycje wiążą się z tym zwyczajem?
2. Który polski laureat Literackiej Nagrody Nobla opisywał w swoich utworach wydarzenia rozgrywające się na terenach dzisiejszej Ukrainy?
3. Które polskie tradycje, dzieła sztuki lub postacie ze świata kultury są rozpoznawalne na świecie? Wybierz jeden przykład i wyjaśnij, dlaczego jest ważny.

Przygotowując komentarz:

- korzystaj z wiarygodnych źródeł, np. stron instytucji kultury, muzeów, bibliotek lub oficjalnych portali;
- zanotuj najważniejsze fakty i przedstaw je własnymi słowami;
- użyj co najmniej jednego wyrażenia wyrażającego opinię, np. *Moim zdaniem…, Warto zauważyć, że…, Uważam, że…*

(Додаток 6)

Dowiedź się więcej o tradycjach Bożonarodzeniowych i świętach zimowych w Polsce https://view.genially.com/638f8b3603a2be0012562466

Dowiedź się więcej o polskich Noblistach https://view.genially.com/65a7a009cc5a320015d789eb

PIGUŁKA JĘZYKOWA

Zadanie 1. Wybierz 3 wyrazy i ułóż z nimi zdania. Co interesuje Cię najbardziej i dlaczego? Zaproponuj koledze lub koleżance wspólne spędzenie czasu, wykorzystując co najmniej trzy wyrażenia z ćwiczenia:

- wystawa
- spektakl
- koncert
- malarstwo
- arcydzieło
- wolontariat
- rzeźba
- seans filmowy
- zabytek architektury
- kolekcjonowanie znaczków
- fotografia amatorska
- majsterkowanie
- zajęcia plastyczne
- zwiedzanie muzeów

Zadanie 2. Podaj przymiotniki, którymi można opisać wrażenia po wydarzeniu kulturalnym, np. po koncercie, spektaklu teatralnym, wystawie lub seansie filmowy.

Pozytywne wrażenia	**Negatywne wrażenia**
zachwycający	nudny
niezapomniany	przeciętny
_____	_____

(Додаток 7)



Uzupełnij zdania:

- Wczorajszy spektakl był …
- Wystawa zrobiła na mnie … wrażenie.
- Koncert okazał się …
- Najbardziej podobał mi się film, ponieważ był …



Wyobraź sobie, że właśnie wróciłeś / wróciłaś z wydarzenia kulturalnego. Opowiedz o swoich wrażeniach, używając co najmniej pięciu przymiotników.

Zadanie 3. Połącz podane zdania w jedno, używając odpowiednich spójników: *chociaż, dlatego że, z jednej strony… z drugiej strony…*. Pamiętaj o poprawnej budowie zdania.

Wzór: Bilety są drogie. Chętnie chodzę na spektakle. – *Chociaż bilety do teatru są drogie, chętnie chodzę na spektakle.*

1. Sztuka nowoczesna bywa trudna. Zmusza do myślenia.
2. Lubię chodzić do muzeów. Mogę tam poznawać historię i podziwiać dzieła sztuki.
3. Koncerty muzyki klasycznej nie są popularne wśród wszystkich młodych ludzi. Mogą dostarczać niezapomnianych wrażeń.
4. Nie przepadam za filmami dokumentalnymi. Czasami oglądam je z zainteresowaniem.
5. Wystawy sztuki współczesnej bywają niezrozumiałe. Pozwalają spojrzeć na świat z innej perspektywy.
6. Niektórzy wolą spędzać wolny czas w domu. Inni chętnie uczestniczą w wydarzeniach kulturalnych.
7. Chodzę do teatru. Interesuję się grą aktorską i scenografią.

ROZKRĘĆ ROZMOWĘ

Zadanie 4. Przeczytaj poniższą tezę i przygotuj krótką wypowiedź. Podaj dwa argumenty **ZA** albo dwa argumenty **PRZECIW.**

Teza: *„Kino w domu (streaming) całkowicie zastąpi tradycyjny teatr i kino”.*

Przydatne zwroty:

- Zgadzam się z tą tezą, ponieważ…
- Nie zgadzam się z tym stwierdzeniem, gdyż…
- Po pierwsze… Po drugie…
- Jednym z najważniejszych argumentów jest…
- Warto zauważyć, że…
- Z jednej strony…, z drugiej strony…
- Moim zdaniem…
- Podsumowując, uważam, że…

Zastanów się nad takimi aspektami jak:

- wygoda i oszczędność czasu;
- koszty biletów i abonamentów;
- atmosfera sali kinowej i teatru;
- bezpośredni kontakt z aktorami i publicznością;
- jakość obrazu i dźwięku;
- dostęp do kultury w małych miejscowościach.



Po wysłuchaniu argumentów kolegi lub koleżanki przedstaw jeden kontrargument, używając zwrotu: *„Rozumiem ten punkt widzenia, jednak…”*.

TRENING KOMUNIKACYJNY

Pracujcie w parach. Odegrajcie scenkę, w której jedna osoba organizuje szkolny festiwal sztuki, a druga woli spędzać wolny czas przed komputerem. Spróbujcie przekonać rozmówcę do udziału w warsztatach malarskich lub przedstawieniu teatralnym.

Uczestnik A – Organizator szkolnego festiwalu sztuki

Organizujesz szkolny festiwal sztuki. Chcesz zachęcić kolegę lub koleżankę, który / która interesuje się głównie grami komputerowymi, do udziału w jednym z wydarzeń.

Twoje zadania:

- Przedstaw program festiwalu.
- Zapytaj rozmówcę o jego zainteresowania i uzasadnij, dlaczego warto spróbować czegoś nowego.
- Podkreśl, że udział w wydarzeniu nie wymaga wcześniejszego doświadczenia.
- Wymień co najmniej trzy korzyści udziału w warsztatach malarskich lub przedstawieniu teatralnym.
- Zaproponuj wspólny udział albo konkretną rolę w wydarzeniu.

Uczestnik B – Miłośnik gier komputerowych

Większość wolnego czasu spędzasz, grając w gry komputerowe. Nie przepadasz za malowaniem ani występami przed publicznością.

Twoje argumenty:

- Gry komputerowe są ciekawsze i bardziej wciągające.
- Nie masz talentu plastycznego ani aktorskiego.
- Nie lubisz występować przed innymi.

- Uważasz, że przygotowania do festiwalu zajmą zbyt dużo czasu.
- Nie jesteś przekonany / przekonana, że sztuka może być interesująca.

Twoje zadanie: Przedstaw swoje wątpliwości, ale wysłuchaj argumentów organizatora. Na końcu zdecyduj, czy zgodzisz się wziąć udział w wydarzeniu.

(Додаток 8)

Po zakończeniu rozmowy odpowiedzcie na pytania:



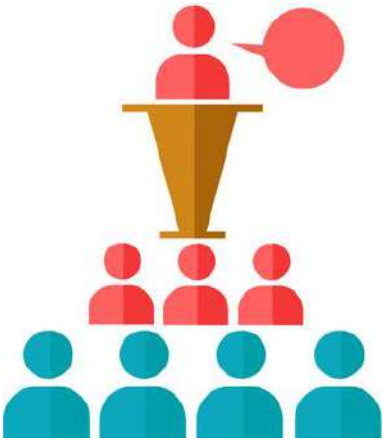
1. Który argument był najbardziej przekonujący?
2. Jakie umiejętności można rozwijać podczas warsztatów artystycznych?
3. Czy zainteresowanie grami komputerowymi może pomóc w tworzeniu sztuki? Podaj przykład.

Wyzwanie: Spróbujcie zakończyć rozmowę wspólnym planem udziału w festiwalu.

MISTRZOWSKA WYPOWIEDŹ

Przygotuj wypowiedź ustną na temat: **„Czy sztuka i kultura są potrzebne współczesnej młodzieży w świecie technologii?”**

Przedstaw swoje stanowisko, uzasadnij je za pomocą co najmniej dwóch argumentów i podaj przykłady z życia codziennego. Możesz odwołać się do własnych zainteresowań, doświadczeń lub obserwacji dotyczących młodych ludzi.



(Додаток 9)

Struktura wypowiedzi

1. Wstęp

Wprowadź słuchaczy w temat i przedstaw swoją opinię.

- Jakie znaczenie mają sztuka i kultura we współczesnym świecie?
- Jaką rolę odgrywają technologie w życiu młodzieży?
- Czy Twoim zdaniem młodzi ludzie potrzebują kontaktu ze sztuką?

Argument 1: Dlaczego sztuka i kultura są potrzebne?

Przedstaw korzyści wynikające z kontaktu ze sztuką.

- Czy sztuka rozwija kreatywność i wyobraźnię?
- W jaki sposób literatura, muzyka, teatr i film pomagają zrozumieć świat oraz innych ludzi?
- Czy uczestnictwo w wydarzeniach kulturalnych może pomóc w wyrażaniu emocji i rozwijaniu zainteresowań?

Argument 2: Sztuka a nowoczesne technologie

Zastanów się, czy technologia stanowi zagrożenie dla kultury, czy raczej daje jej nowe możliwości.

- Czy internet ułatwia dostęp do muzeów, koncertów i spektakli?
- Czy media społecznościowe mogą zachęcać młodzież do poznawania sztuki?
- Czy świat wirtualny może całkowicie zastąpić bezpośredni kontakt z dziełem sztuki?

Podsumowanie

Sformułuj wniosek i przedstaw własną propozycję.

- Czy młodzież powinna częściej uczestniczyć w wydarzeniach kulturalnych?
- Jak można połączyć zainteresowanie technologią z poznawaniem sztuki?
- Co doradziłbyś / doradziłabyś rówieśnikom, którzy nie interesują się kulturą?

Po przygotowaniu wypowiedzi sprawdź, czy:

- odniosłem (-łam) się do obu aspektów,
- przedstawiłem (-łam) co najmniej dwa argumenty,
- podałem (-łam) konkretne przykłady,
- użyłem (-łam) wyrażeń łączących wypowiedź,
- zakończyłem (-łam) wypowiedź własnym wnioskiem,
- mówiłem (-łam) płynnie i zmieściłem (-łam) się w wyznaczonym czasie.



ТЕМА 3: ЗДОРОВ'Я І СПОСІБ ЖИТТЯ

TEMAT 3: ZDROWIE I TRYB ŻYCIA

ZADANIE BADAWCZE

Wybierz jeden z poniższych tematów i poszukaj informacji w wiarygodnych źródłach internetowych. Następnie przygotuj krótki komentarz w języku polskim (3-4 zdania), w którym przedstawisz najważniejsze informacje i wyrazisz własną opinię.

1. Zdrowie psychiczne nastolatków – dlaczego warto o nie dbać?

Sprawdź, jakie czynniki wpływają na samopoczucie psychiczne młodzieży. Jakie znaczenie mają sen, relacje z innymi ludźmi, aktywność fizyczna i umiejętność radzenia sobie ze stresem? Wyjaśnij, co młodzi ludzie mogą robić, aby dbać o swoje zdrowie psychiczne. Podaj dwa przykłady zdrowych nawyków.

2. Czy media społecznościowe wpływają na nasz styl życia?

Dowiedz się, jak korzystanie z mediów społecznościowych może wpływać na sen, samoocenę, aktywność fizyczną i relacje międzyludzkie. Przedstaw dwie korzyści i jedno zagrożenie związane z korzystaniem z mediów społecznościowych. Czy warto ograniczać czas spędzany przed ekranem? Uzasadnij swoją opinię.

3. Dieta młodzieży – moda czy świadomy wybór?

Sprawdź, jakie zasady zdrowego odżywiania są szczególnie ważne w okresie dojrzewania. Dlaczego regularne posiłki, odpowiednie nawodnienie i różnorodna dieta mają znaczenie dla organizmu? Wyjaśnij, jakie trzy nawyki żywieniowe warto wprowadzić do codziennego życia nastolatka. Zastanów się, czy młodzi ludzie wybierają jedzenie przede wszystkim ze względu na zdrowie, smak czy modę.

Przygotowując komentarz:

- korzystaj z wiarygodnych źródeł, np. stron instytucji zajmujących się zdrowiem i edukacją;
- przedstaw najważniejsze informacje własnymi słowami;
- użyj wyrażenia wyrażającego opinię, np. *Moim zdaniem…, Uważam, że…, Warto pamiętać, że…*

PIGUŁKA JĘZYKOWA

Zadanie 1. Przeczytaj podane wyrazy i wyrażenia, a następnie przyporządkuj je do trzech kategorii: zdrowe nawyki, niezdrowe przyzwyczajenia, dobrostan psychiczny (well-being).

- regularnie uprawiać sport
- dbać o zdrowie psychiczne
- jeść regularne i zbilansowane posiłki
- spędzać zbyt dużo czasu przed ekranem
- radzić sobie ze stresem



- pić odpowiednią ilość wody
- odkładać obowiązki na później
- zachowywać równowagę między nauką a odpoczynkiem
- prowadzić siedzący tryb życia
- rozwijać swoje zainteresowania
- porównywać się z innymi
- robić regularne przerwy podczas nauki
- tłumić negatywne emocje
- spędzać czas na świeżym powietrzu
- mieć pozytywne nastawienie do życia
- sięgać po słodycze w chwilach stresu

- utrzymywać dobre relacje z bliskimi
- unikać aktywności fizycznej
- akceptować siebie i swoje niedoskonałości
- korzystać z telefonu przed snem
- wyznaczać sobie realistyczne cele
- odpoczywać i regenerować siły
- rozmawiać o swoich uczuciach
- wysypiać się
- odczuwać presję związaną z nauką
- umieć powiedzieć „nie”
- jeść w pośpiechu
- szukać wsparcia w trudnych sytuacjach
- zrównoważona dieta
- bezsenność
- aktywność fizyczna
- spożywanie fast foodów
- medytacja
- dbać o siebie
- siedzący tryb życia
- odporność
- profilaktyka chorob

Zadanie 2. Idziemy do lekarza.

Poćwicz słownictwo

https://learningapps.org/46987673

ROZKRĘĆ ROZMOWĘ

Zadanie 3. Daj odpowiedzi na pytania:

a) Które zdrowe nawyki są najważniejsze dla ucznia? Dlaczego?

b) Jakie niezdrowe przyzwyczajenia najczęściej występują wśród młodzieży?

c) Co pomaga Ci poprawić nastrój po trudnym dniu?

d) Jak można zadbać o dobrostan psychiczny w czasie przygotowań do egzaminów?

e) „Zdrowie psychiczne jest tak samo ważne jak zdrowie fizyczne". Czy zgadzasz się z tym stwierdzeniem? Uzasadnij swoją opinię, podając co najmniej dwa argumenty i przykład z życia codziennego.

Zadanie 4. Połącz podane zdania w jedno, używając odpowiednich wyrażeń: *dlatego że, w rezultacie, z tego powodu, aby*.

Pamiętaj:

- **dlatego że** – podaje przyczynę;
- **w rezultacie, z tego powodu** – wskazuje skutek;
- **aby** – wyraża cel.

1. Wielu nastolatków spędza za dużo czasu przed ekranem. Mają problemy ze wzrokiem i snem.
2. Chcemy zachować dobrą kondycję. Musimy regularnie trenować.
3. Uczniowie często uczą się do późna w nocy. Następnego dnia mają trudności z koncentracją.
4. Coraz więcej młodych ludzi odczuwa stres. Szukają sposobów na relaks i odpoczynek.

5. Niektórzy nastolatkowie jedzą dużo słodyczy i fast foodów. Ich samopoczucie i kondycja mogą się pogorszyć.
6. Chcę lepiej radzić sobie ze stresem. Codziennie spaceruję i słucham muzyki.
7. Młodzież potrzebuje odpowiedniej ilości snu. Może wtedy lepiej się uczyć i zapamiętywać informacje.
8. Wielu uczniów nie robi przerw podczas nauki. Szybciej się męczą.
9. Chcemy zadbać o zdrowie psychiczne. Powinniśmy rozmawiać o swoich emocjach i szukać wsparcia.
10. Niektórzy młodzi ludzie prowadzą siedzący tryb życia. Mogą mieć problemy z kondycją fizyczną.

Zadanie 5. Przeformułuj poniższe rady, unikając słowa **„musisz”**. Skorzystaj z podanych wyrażeń lub zaproponuj własne rozwiązanie.

Przydatne zwroty:

- Warto… / Warto byłoby… / Dobrze byłoby…
- Powinieneś / Powinnaś…
- Zaleca się…
- Dobrym rozwiązaniem byłoby…
- Spróbuj…
- Możesz…
- Zachęcam cię do…
- Na twoim miejscu…

Wzór: *Musisz jeść więcej warzyw.* – Warto byłoby wzbogacić dietę w warzywa.

1. Musisz spać co najmniej osiem godzin dziennie.
2. Musisz ograniczyć czas spędzany przed ekranem.
3. Musisz regularnie uprawiać sport.
4. Musisz pić więcej wody w ciągu dnia.
5. Musisz przestać jeść słodycze przed snem.

6. Musisz robić przerwy podczas nauki.
7. Musisz nauczyć się radzić sobie ze stresem.
8. Musisz częściej spotykać się z przyjaciółmi.
9. Musisz przestać porównywać się z innymi.
10. Musisz lepiej organizować swój czas.
11. Musisz rozmawiać z bliskimi o swoich problemach.
12. Musisz znaleźć czas na odpoczynek i rozwijanie swoich zainteresowań.

Zadanie 6. Wybierz jedną sytuację i udziel koledze lub koleżance trzech rad, unikając słowa „musisz”.

- Masz problemy z zasypianiem.
- Czujesz się przemęczony / przemęczona nauką.
- Spędzasz za dużo czasu w mediach społecznościowych.
- Często stresujesz się przed sprawdzianami.
- Nie masz czasu na swoje hobby.

Pamiętaj: Dobra rada nie musi brzmieć jak rozkaz. Możesz wyrażać ją w sposób uprzejmy, delikatny i wspierający.

(Додаток 10)

TRENING KOMUNIKACYJNY

Zadanie 7. Przeczytaj poniższą tezę i przygotuj się do krótkiej dyskusji. Masz 30 sekund, aby przedstawić dwa argumenty **ZA** albo dwa argumenty **PRZECIW**. Staraj się mówić płynnie i przekonująco.

Teza: *„Moda na zdrowy styl życia i fitness to tylko chwyt marketingowy, a nie realna potrzeba”.*



Przydatne zwroty:

- Zgadzam się z tą tezą, ponieważ…
- Nie zgadzam się z tym stwierdzeniem, gdyż…
- Po pierwsze… Po drugie…
- Warto zauważyć, że…
- Nie można zapominać o tym, że…
- Z jednej strony…, z drugiej strony…
- Moim zdaniem najważniejsze jest to, że…
- Podsumowując, uważam, że…

Po wypowiedzi kolegi lub koleżanki spróbuj zakwestionować jeden z przedstawionych argumentów. Masz na to 15 sekund!

Zadanie 8. Pracujcie w parach. Odegrajcie scenkę, w której jedna osoba próbuje przekonać drugą do zmiany niezdrowych przyzwyczajeń. Pamiętajcie, aby rozmawiać naturalnie, z szacunkiem i bez oceniania.

Uczestnik A – Nastolatek

Prowadzisz nocny tryb życia. Często siedzisz do późna przed komputerem lub telefonem, rano jesteś niewyspany, a na śniadanie nie masz czasu. Najczęściej jesz fast food, pijesz słodkie napoje i rzadko uprawiasz sport. Broń swojego stylu życia, ale słuchaj argumentów rozmówcy i reaguj na jego propozycje.

Uczestnik B – Przyjaciel, który interesuje się zdrowym stylem życia

Zauważasz, że twój kolega lub twoja koleżanka często jest zmęczony (-a), ma problemy z koncentracją i brakuje mu (jej) energii.

- Zapytaj o samopoczucie i codzienne przyzwyczajenia.
- Wyjaśnij, jak sen, dieta i aktywność fizyczna wpływają na energię oraz koncentrację.

- Zaproponuj małe zmiany, które łatwo wprowadzić w życie.
- Nie krytykuj i nie wydawaj rozkazów. Staraj się przekonywać za pomocą argumentów.

Po zakończeniu scenki odpowiedzcie na pytania:

1. Który argument okazał się najbardziej przekonujący?
2. Czy łatwo było przekonywać bez używania rozkazów?
3. Jaką jedną zmianę można wprowadzić już od jutra?
4. Co jest ważniejsze podczas udzielania rad: argumenty, sposób mówienia czy relacja z rozmówcą?

MISTRZOWSKA WYPOWIEDŹ

Przygotuj wypowiedź ustną na temat: **„Co to znaczy prowadzić zdrowy styl życia w XXI wieku i dlaczego dobrostan psychiczny jest równie ważny jak fizyczny?”**

Przedstaw swoje stanowisko, rozwiń oba argumenty i zakończ wypowiedź własnym wnioskiem. Możesz odwołać się do codziennych doświadczeń, obserwacji oraz przykładów z życia młodzieży.

(Додаток 11)

Struktura wypowiedzi

Wstęp

Wyjaśnij, jak rozumiesz pojęcie zdrowia we współczesnym świecie.

- Czy zdrowie oznacza tylko brak chorób?
- Co to znaczy dbać o równowagę między ciałem a umysłem?
- Dlaczego temat zdrowego stylu życia jest ważny dla młodych ludzi?

Argument 1: Zdrowie fizyczne

Przedstaw znaczenie codziennych nawyków dla naszego organizmu.

- Jak aktywność fizyczna wpływa na nasze samopoczucie?
- Dlaczego warto dbać o odpowiednią ilość snu i zdrową dietę?
- Jakie niezdrowe przyzwyczajenia mogą negatywnie wpływać na organizm?

Argument 2: Dobrostan psychiczny

Wyjaśnij, dlaczego należy troszczyć się również o zdrowie psychiczne.

- Jak można radzić sobie ze stresem i presją szkolną?
- Dlaczego warto robić przerwy od telefonu i mediów społecznościowych?
- Jak odpoczynek, rozwijanie zainteresowań i relacje z bliskimi wpływają na nasze samopoczucie?

Podsumowanie

Sformułuj własny wniosek i zachęć rówieśników do dbania o zdrowie.

- Co jest Twoim zdaniem najważniejszym elementem zdrowego stylu życia?
- Jaką jedną zmianę warto wprowadzić już dziś?
- Jaka jest Twoja osobista zasada dbania o dobrostan?

Po przygotowaniu wypowiedzi sprawdź, czy:

- odniosłem (-łam) się do obu aspektów zdrowia,
- przedstawiłem (-łam) co najmniej dwa argumenty,
- podałem (-łam) konkretne przykłady,
- użyłem (-łam) wyrażeń łączących wypowiedź,
- zakończyłem (-łam) wypowiedź własnym wnioskiem,
- mówiłem (-łam) płynnie i zmieściłem (-łam) się w wyznaczonym czasie.

ДЖЕРЕЛА ПОСИЛАННЯ ТА РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

1. Волошанська І., Хало З. особливості використання комунікативних методів навчання для розвитку навиків говоріння іноземною мовою. Актуальні питання гуманітарних наук. Педагогіка. 2020. Вип. 28, том І. С. 190-195.

2. Ґембаль П., В. Мьодунка В., Васейко Ю. Дидактика й методика навчання польської мови як іноземної в українському контексті. Краків, 2024. 363 с.

3. Кабінет міністрів України. (2020). Державний стандарт базової середньої освіти (№ 898). https://www.kmu.gov.ua/npas/pro-deyaki-pitannya-derzhavnih-standartiv-povnoyi-zagalnoyi-serednoyi-osviti-i300920-898

4. Методика викладання іноземних мов у середніх навчальних закладах / Колектив авторів під керівництвом С.Ю. Ніколаєвої. Київ: Ленвіт. 2002. 327 с.

5. Редько В. Г., Шаленко О. П., Сотникова С. І., Коваленко О. Я. Та ін. Модельна навчальна програма «Друга іноземна мова. 5-9 класи» для закладів загальної середньої освіти. «Рекомендовано Міністерством освіти і науки України» (наказ Міністерства освіти і науки України від 12.07.2021 №795).

6. Пугач Ю. Інтерактивні методи як засіб розвитку усного мовлення у процесі навчання іноземної мови. International scientific journal «Grail of Science». № 49 (February, 2025). С. 986-992.

7. Степаненко О., Лисак Г., Тонконог Н. Формування іншомовної комунікативної компетенції здобувачів вищої освіти // Актуальні питання гуманітарних наук: міжвузівський збірник. Дрогобич: Видавничий дім «Гельветика», 2023. Вип. 77 (3). С. 266-272.

8. Юхно Н. Суть та структура іншомовної комунікативної компетентності фахівців. Scientifik notes of the pedagogical department. 2022. Випуск 51. С. 113-119.

9. Gębal P. Od słowa do słowa toczy się rozmowa. Kraków: TAiWPN UNIWERSITAS. 2009. 200 s.

10. Drewniak M., Siembida M. Mów na poziomie. Warszawa: La La Lang. 2025. 142 s.

11. Lipińska E. Nie ma róży bez kolców. Ćwiczenia ortograficzne dla cudzoziemców. Kraków: Universitas. 2010. 240 s.

12. Maliszewski B. Leksyka z kulturą. Lublin: UMCS. 2024. 167 s.

13. Seretny A., Lipińska E. ABC metodyki naucznia języka polskiego jako obcego. Kraków: TAiWPN UNIWERSITAS. 2005. 329 s.

14. Z zagadnień dydaktyki języka polskiego jako obcego / praca zbiorowa pod redakcją Ewy Lipińskiej i Anny Seretny. Kraków: TAiWPN UNIWERSITAS. 2006. 337 s.

ДОДАТОК 1

Чек-лист:

Як оцінити свій виступ перед олімпіадою

1. Зміст та логіка виступу

- [ ] **Чи розкрив(ла) я тему виступу?**
- [ ] **Я чітко висвітлив(ла) задану тему і не відходив(ла) від головної думки.**
- [ ] **Чи є у моєму виступі чітка структура?**
  - Вступ: Почав(ла) з вступного речення (Наприклад: «Temat, który chciałbym omówić, jest bardzo ciekawy...»).
  - Основна частина: Навів(ла) хоча б 2-3 аргументи або приклади.
  - Висновок: Зробив(ла) коротке підсумкове речення (Наприклад: «Podsumowując, uważam, że...»).
- [ ] **Чи обґрунтував(ла) я свою думку?** (Я не просто сказав(ла) «мені подобається», а пояснив(ла) чому)

2. Лексика та використання слів

- [ ] **Чи використовував(ла) я різноманітні слова?** (Я намагався(лася) не повторювати одне й те саме слово по кілька разів, використовував(ла) синоніми).
- [ ] **Чи вживав(ла) я слова-зв'язки?** (У моїй мові звучали фрази: *po pierwsze, ponadto, jednak, moim zdaniem, na przykład*).
- [ ] **Чи уникав(ла) я слів-паразитів та українських слів?** (Я не вживав(ла) українських слів у польській формі (суржику) та слів-паразитів «типу», «ну», «значить»).

Чек-лист:

Як оцінити свій виступ перед олімпіадою

3. Граматика та вимова

- [ ] **Чи правильно я узгоджував(ла) закінчення?** (Я звертав(ла) увагу на відмінки та рід іменників/прикметників, особливо при описах).
- [ ] **Чи правильно я вживав(ла) часи дієслів?** (Теперішній, минулий та майбутній часи вжиті доречно та без помилок у особових формах).
- [ ] **Чи дбав(ла) я про правильну вимову?** (Я чітко вимовляв(ла) польські звуки та правильно ставив(ла) наголос).

4. Впевненість та мовленнєвий темп

- [ ] **Чи було моє мовлення плавним?** (Я говорив(ла) без довгих пауз («е-е-е», «м-м-м»). Якщо забував(ла) слово, намагався(лася) описати його іншими польськими словами).
- [ ] **Чи вклався(лася) я у час?** (Мій монолог тривав приблизно 1,5–2,5 хвилини (оптимальний час для усної відповіді рівня B1).
- [ ] **Чи готовий(а) я до запитань журі?** (Я можу швидко відповісти на додаткове запитання за темою, використовуючи фрази: «To ciekawe pytanie...», «Uważam, że...»).

ДОДАТОК 2

Idealny nauczyciel – jaki powinien być?
Nowoczesna szkoła – jaka powinna być?

Від слова до вільного мовлення: розвиток усного мовлення польською мовою та підготовка учнів до олімпіади.
А. Лясковська. Додаток 2

- **cierpliwy**
- **wyrozumiały**
- **empatyczny**
- **życzliwy**
- **przyjazny**
- **kulturalny**
- **uczciwy**
- **szczery**
- **sprawiedliwy**
- **odpowiedzialny**
- **opiekuńczy**
- **otwarty**
- **tolerancyjny**
- **spokojny**
- **opanowany**
- **energiczny**
- **zdyscyplinowany**
- **szanujący innych**
- **pomocny**
- **zaangażowany**
- **ambitny**
- **kreatywny**
- **pomysłowy**
- **inspirujący**
- **motywujący**
- **dobrze zorganizowany**
- **pracowity**
- **punktualny**
- **inteligentny**
- **kreatywny**
- **twórczy**
- **oczytany**
- **dociekliwy**
- **ciekawy świata**
- **gotowy do współpracy**
- **nastawiony na rozwój**
- **biegły w technologiach cyfrowych**

- **nowoczesna**
- **innowacyjna**
- **dobrze wyposażona**
- **przestronna**
- **jasna, kolorowa**
- **przytulna**
- **funkcjonalna**
- **komfortowa**
- **bezpieczna**
- **czysta**
- **zadbana**
- **ekologiczna**
- **cyfrowa**
- **interaktywna**
- **dostępna**
- **bezbarierowa (inkluzywna)**
- **dobrze zorganizowana**
- **dostosowana do potrzeb uczniów**
- **partnerska**
- **koleżeńska**
- **sprawiedliwa**
- **wolna od przemocy i dyskryminacji**
- **pełna wzajemnego szacunku**
- **sprzyjająca współpracy**
- **otwarta na dialog**
- **wspierająca indywidualny rozwój**

Przydatne konstrukcje do wypowiedzi ustnej

Від слова до вільного мовлення: розвиток усного мовлення польською мовою та підготовка учнів до олімпіади.
А. Лясковська. Додаток 2

Idealny nauczyciel powinien być cierpliwy, empatyczny i sprawiedliwy.

Dobry nauczyciel jest otwarty na potrzeby uczniów.

Nowoczesna szkoła powinna być bezpieczna, dobrze wyposażona i przyjazna.

Najważniejsze jest to, żeby szkoła była dostosowana do potrzeb młodych ludzi.

Uważam, że nauczyciel powinien być nie tylko kompetentny, lecz także inspirujący.

Nowoczesna szkoła musi być otwarta na zmiany i nowe technologie.

Moim zdaniem najważniejszą cechą nauczyciela jest…

W idealnej szkole nie powinno zabraknąć…

Zarówno nauczyciel, jak i szkoła powinni być…

Nie wystarczy być …, trzeba również…

ДОДАТОК З

Wymień nazwy przedmiотów na zdjęciu



Wymień nazwy przedmiотów na zdjęciu



Від слова до вільного мовлення: розвиток усного мовлення польською мовою та підготовка учнів до олімпіади.
А. Лясковська. Додаток 3

ДОДАТОК 4

Pracodawca: Przydatne zwroty

Rozpoczęcie rozmowy

·Dzień dobry, proszę usiąść.
·Dziękuję za przybycie na rozmowę kwalifikacyjną.
·Proszę krótko opowiedzieć o sobie.
·Dlaczego zainteresowała Pana/Panią nasza oferta pracy?

Przedstawienie oferty

·Nasza firma poszukuje osoby na stanowisko...
·Do głównych obowiązków pracownika będzie należało...
·Od kandydatów oczekujemy...
·Wymagamy umiejętności...
·Dodatkowym atutem będzie...
·Oferujemy atrakcyjne wynagrodzenie i możliwość rozwoju zawodowego.
·Dlaczego uważa Pan/Pani, że nadaje się na to stanowisko?
·Co wyróżnia Pana/Panią spośród innych kandydatów?
·Dziękuję za rozmowę. Skontaktujemy się z Panem/Panią w najbliższych dniach.

Pytania o umiejętności i doświadczenie

·Jakie ma Pan/Pani doświadczenie zawodowe?
·Jakie umiejętności są Pana/Pani największym atutem?
·Czy potrafi Pan/Pani pracować w zespole?
·Czy zna Pan/Pani języki obce? Na jakim poziomie?
·Jakie programy komputerowe Pan/Pani zna?
·Jak radzi sobie Pan/Pani w trudnych sytuacjach?
·Czy ma Pan/Pani doświadczenie w pracy z klientami?
·Dlaczego uważa Pan/Pani, że nadaje się na to stanowisko?

Pytania o umiejętności i doświadczenie

·Dzień dobry, proszę usiąść.
·Dziękuję za przybycie na rozmowę kwalifikacyjną.
·Proszę krótko opowiedzieć o sobie.
·Dlaczego zainteresowała Pana/Panią nasza oferta pracy?

KARTA PRACY DLA PRACODAWCY

Jesteś pracodawcą i szukasz odpowiedniej osoby do swojej firmy. Przygotuj ofertę pracy, a następnie przeprowadź rozmowę kwalifikacyjną z kandydatem. Zastanów się, jakie umiejętności, doświadczenie i cechy charakteru są potrzebne na tym stanowisku.

Nazwa firmy: .....
Stanowisko: .....

Rodzaj pracy: □ stacjonarna □ zdalna □ hybrydowa
Wymiar czasu pracy: □ pełny etat □ pół etatu □ inne: .....

Wynagrodzenie: .....
Godziny pracy: .....

Wymagania wobec kandydata (wykształcenie i doświadczenie zawodowe):
.....
.....

Wymagane umiejętności (wymień co najmniej trzy):

1. .....
2. .....
3. .....

Cechy charakteru (wymień co najmniej trzy):

1. .....
2. .....
3. .....

Dodatkowe atuty kandydata:
.....
.....

Obowiązki pracownika (wymień co najmniej trzy obowiązki, które będzie wykonywać zatrudniona osoba)

1. .....
2. .....
3. .....

KARTA PRACY DLA PRACODAWCY

Na podstawie swoich notatek napisz ogłoszenie o pracę (około 60–80 słów). Pamiętaj, aby uwzględnić nazwę stanowiska, najważniejsze obowiązki, wymagania oraz korzyści związane z zatrudnieniem.

.....
.....
.....
.....

Zapisz co najmniej pięć pytań, które zadasz kandydatowi, aby sprawdzić, czy spełnia wymagania.

1. .....
2. .....
3. .....
4. .....
5. .....

Po rozmowie oceń kandydata i uzupełnij notatkę.

Największe zalety kandydata: .....
Czy spełnia wymagania? □ tak □ częściowo □ nie
Czy chcesz go/ją zatrudnić? □ tak □ nie

Uzasadnienie decyzji: .....
.....



Kandydat: Przydatne zwroty

Przedstawienie się i motywacja

·Dzień dobry, dziękuję za zaproszenie na rozmowę.
·Nazywam się... i chciałbym/chciałabym ubiegać się o to stanowisko.
·Zainteresowała mnie Państwa oferta, ponieważ...
·Chciałbym/Chciałabym pracować w Państwa firmie, ponieważ...
·Uważam, że ta praca odpowiada moim zainteresowaniom i umiejętnościom.

Mówienie o swoich umiejętnościach

·Moją największą zaletą jest...
·Jestem osobą odpowiedzialną, komunikatywną i punktualną.
·Potrafię dobrze organizować swoją pracę.
·Szybko się uczę i chętnie zdobywam nowe umiejętności.
·Dobrze radzę sobie z pracą w zespole.
·Potrafię pracować samodzielnie.
·Mam doświadczenie w...
·Znam język... na poziomie...
·Umiem obsługiwać programy takie jak...

Przekonywanie pracodawcy

·Uważam, że moje umiejętności odpowiadają wymaganiom tego stanowiska.
·Mogę wnieść do Państwa zespołu ...
·Jestem przekonany/przekonana, że dobrze poradzę sobie z tymi obowiązkami.
·Chociaż dopiero zaczynam karierę zawodową, jestem ...
·Jestem gotowy/gotowa do nauki i podejmowania nowych wyzwań.
·Moim dodatkowym atutem jest... Potrafię ...
·Myślę, że warto dać mi szansę, ponieważ...

Zadawanie pytań pracodawcy

·Jakie będą moje główne obowiązki?
·Czy firma oferuje szkolenia dla nowych pracowników?
·Jak wygląda typowy dzień pracy na tym stanowisku?

KARTA PRACY DLA KANDYDATA

Wyobraź sobie, że bierzesz udział w rozmowie kwalifikacyjnej. Pracodawca szuka odpowiedniej osoby na wybrane stanowisko. Twoim zadaniem jest przekonać go, że jesteś dobrym kandydatem / dobrą kandydatką.

Imię i nazwisko: .....
Stanowisko, o które się ubiegam: .....

1. Dlaczego chcesz pracować na tym stanowisku?

.....

2.Jakie masz mocne strony?

.....

3. Jakie umiejętności i doświadczenie mogą Ci pomóc w tej pracy?

.....

4. Jakie są Twoje zainteresowania? Czy mogą być przydatne w tej pracy?

.....

5. Jak radzisz sobie z trudnościami i stresem?

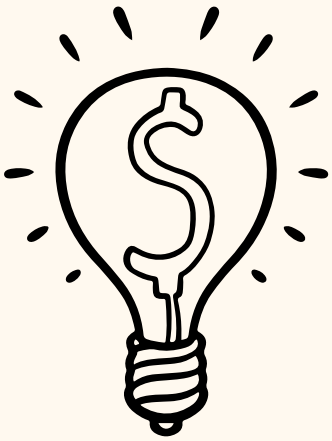
.....

6. Dlaczego pracodawca powinien wybrać właśnie Ciebie?

.....

Zaznacz co najmniej pięć cech, które najlepiej Cię opisują, a następnie przygotuj przykład potwierdzający jedną z nich:

- o odpowiedzialność
- o kreatywność
- o komunikatywność
- o punktualność
- o samodzielność
- o umiejętność pracy w zespole
- o cierpliwość
- o dokładność
- o dobra organizacja pracy
- o odporność na stres
- o otwartość na nowe wyzwania
- o chęć uczenia się



Przykład z mojego życia, który potwierdza jedną z tych cech:

.....
.....

ДОДАТОК 5

Przykładowe pytania do wypowiedzi „Mój przyszły zawód”

Від слова до вільного мовлення: розвиток усного мовлення польською мовою та підготовка учнів до олімпіади.
А. Лясковська. Додаток 5

Wybór zawodu

1. Jaki zawód chciał(a)byś wykonywać w przyszłości?
2. Dlaczego właśnie ten zawód Cię interesuje?
3. Kiedy i w jaki sposób zainteresowałeś(-aś) się tą profesją?
4. Czy ktoś z Twojego otoczenia miał wpływ na Twój wybór?

Cechy dobrego specjalisty

5. Jakie cechy charakteru i umiejętności są potrzebne w tym zawodzie?
6. Które z tych cech już posiadasz, a nad którymi musisz jeszcze popracować?
7. Dlaczego wiedza i doświadczenie nie zawsze wystarczą, aby odnieść sukces?

Rola szkoły w przygotowaniu do przyszłej pracy

8. Które przedmioty szkolne mogą Ci się przydać w tym zawodzie? Dlaczego?
9. Jakie umiejętności zdobywasz w szkole, które mogą być ważne w przyszłej pracy?
10. Czy udział w konkursach, projektach, olimpiadach lub zajęciach dodatkowych pomaga Ci rozwijać zainteresowania zawodowe?

Plany na przyszłość

11. Jak zamierzasz przygotować się do wykonywania wybranego zawodu?
12. Jakie studia, kursy lub inne formy nauki mogą Ci w tym pomóc?
13. Jak wyobrażasz sobie siebie w tym zawodzie za dziesięć lat?

Podsumowanie

14. Dlaczego uważasz, że jest to zawód odpowiedni dla Ciebie?
15. Co będzie dla Ciebie największym sukcesem w przyszłej pracy?

ДОДАТОК 6

Przykładowe odpowiedzi do zadania badawczego: KULTURA I SZTUKA

1. Dlaczego podczas polskiej Wigilii zostawia się wolne nakrycie przy stole?

Podczas polskiej Wigilii często zostawia się jedno wolne nakrycie przy stole. Ten zwyczaj symbolizuje gościnność i gotowość do przyjęcia niespodziewanego gościa. Dla wielu osób jest to również znak pamięci o samotnych ludziach oraz tych, którzy nie mogą spędzić świąt z rodziną. Moim zdaniem, to piękna tradycja, ponieważ przypomina nam, że w czasie świąt nikt nie powinien czuć się samotny.

2. Który polski laureat Literackiej Nagrody Nobla opisywał w swoich utworach wydarzenia rozgrywające się na terenach dzisiejszej Ukrainy?

Jednym z polskich laureatów Literackiej Nagrody Nobla, którego twórczość wiąże się z terenami dzisiejszej Ukrainy, jest Henryk Sienkiewicz. W swojej powieści „Ogniem i mieczem" opisał wydarzenia związane z powstaniem Bohdana Chmielnickiego w XVII wieku. Akcja utworu rozgrywa się między innymi na ziemiach dzisiejszej Ukrainy, a powieść przedstawia skomplikowane relacje między różnymi grupami społecznymi i narodami. Moim zdaniem, poznawanie takich dzieł pomaga lepiej zrozumieć wspólną, choć nie zawsze łatwą, historię Polski i Ukrainy.

3. Które polskie tradycje, dzieła sztuki lub postacie ze świata kultury są rozpoznawalne na świecie? Wybierz jeden przykład i wyjaśnij, dlaczego jest ważny.

Jedną z najbardziej rozpoznawalnych postaci polskiej kultury jest Fryderyk Chopin, wybitny kompozytor i pianista. Jego utwory są wykonywane na całym świecie, a w Warszawie co pięć lat odbywa się Międzynarodowy Konkurs Pianistyczny im. Fryderyka Chopina. Muzyka kompozytora łączy polskie tradycje muzyczne z emocjami, które są zrozumiałe dla ludzi różnych narodowości. Moim zdaniem, Chopin jest ważnym symbolem polskiej kultury, ponieważ dzięki swojej twórczości promuje Polskę na arenie międzynarodowej.

ДОДАТОК 7

Przymiotniki, którymi można opisać wrażenia po wydarzeniu kulturalnym

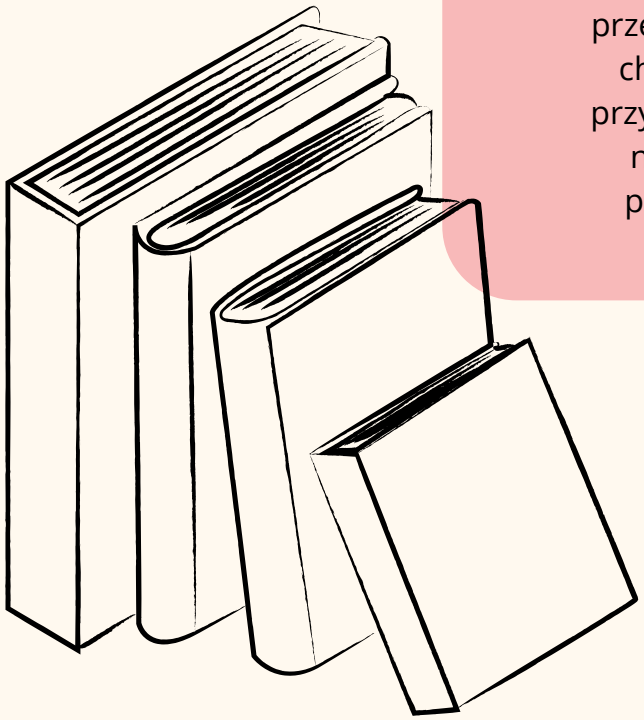
Pozytywne wrażenia

Zachwycający
Inspirujący
wzruszający
niezapomniany
fascynujący
monotonny
poruszający
interesujący
imponujący
emocjonujący



Negatywne wrażenia

rozczarowujący
nudny
męczący
nieciekawy
irytujący
przewidywalny
chaotyczny
przygnębiający
niezwykły
przeciętny



Від слова до вільного мовлення: розвиток усного мовлення польською мовою та підготовка учнів до олімпіади.
А. Лясковська. Додаток 7

ДОДАТОК 8

Przekonaj rozmówcę do udziału w warsztatach malarskich lub przedstawieniu teatralnym.

Від слова до вільного мовлення: розвиток усного мовлення польською мовою та підготовка учнів до олімпіади.
А. Лясковська. Додаток 8

Odegrajcie scenkę, w której jedna osoba organizuje szkolny festiwal sztuki, a druga woli spędzać wolny czas przed komputerem.

Jak zachęcać i przekonywać?



·Może spróbujesz czegoś nowego?
·Myślę, że mogłoby Ci się to spodobać, ponieważ...
·Nie musisz mieć doświadczenia, żeby...
·Dzięki temu będziesz mógł / mogła...
·To świetna okazja, żeby rozwinąć swoje zainteresowania.
·Możesz odkryć w sobie nowy talent.
·Co powiesz na to, żebyśmy spróbowali razem?

Jak wyrażać wątpliwości?

·Szczerze mówiąc, nie jestem przekonany / przekonana, czy...
·Nie jestem w tym dobry / dobra.
·Wolę spędzać czas na...
·Obawiam się, że...
·Nie wiem, czy to coś dla mnie.

Jak reagować na argumenty?

·Właściwie masz rację, ale...
·Nie pomyślałem / pomyślałam o tym w ten sposób.
·To brzmi interesująco, jednak...
·Może rzeczywiście warto spróbować.
·Dobrze, przekonałeś / przekonałaś mnie!



ДОДАТОК 9

Czy sztuka i kultura są potrzebne współczesnej młodzieży w świecie technologii?

Від слова до вільного мовлення: розвиток усного мовлення польською мовою та підготовка учнів до олімпіади.
А. Лясковська. Додаток 9

Wyrażanie opinii:

·Moim zdaniem sztuka i kultura odgrywają ważną rolę w życiu młodzieży.
·Uważam, że kontakt ze sztuką jest potrzebny, ponieważ...
·Jestem przekonany / przekonana, że...
·Z mojego punktu widzenia...

Przedstawianie argumentów:

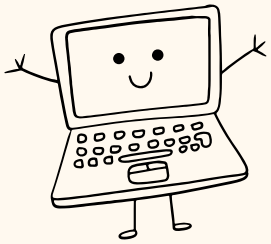
·Po pierwsze... Po drugie...
·Kolejnym argumentem przemawiającym za tym jest...
·Warto zauważyć, że...
·Dobrym przykładem może być...
·Nie można zapominać o tym, że...

Porównywanie i wyrażanie kontrastu:

· Z jednej strony..., z drugiej strony...
· Chociaż technologia oferuje wiele możliwości,...
· W przeciwieństwie do...
· Nie oznacza to jednak, że...

Podsumowanie:

·Podsumowując, uważam, że...
·W związku z tym warto...
·Dlatego zachęcam młodych ludzi do...
·Najważniejsze jest znalezienie równowagi między... a...



ДОДАТОК 10

Przydatne zwroty
TRYB ŻYCIA

Від слова до вільного мовлення: розвиток усного мовлення польською мовою та підготовка учнів до олімпіади.
А. Лясковська. Додаток 10

Jak delikatnie udzielać rad?

·Może warto byłoby spróbować...?
·Na twoim miejscu zacząłbym / zaczęłabym od...
·Co byś powiedział / powiedziała na to, żeby...?
·Nie musisz od razu zmieniać wszystkiego.
·Spróbuj przez tydzień...
·Może zauważysz różnicę, jeśli...

Jak argumentować?

·Dzięki temu będziesz mieć więcej energii.
·Odpowiednia ilość snu pomaga...
·Regularna aktywność fizyczna może poprawić...
·Zdrowe odżywianie nie musi oznaczać...
·Nawet niewielka zmiana może przynieść...
·Najważniejsze jest to, żeby...

Jak reagować na sprzeciw?

·Rozumiem, co masz na myśli, ale...
·Masz trochę racji, jednak...
·Nie musisz całkowicie rezygnować z...
·Możemy znaleźć kompromis.
·A może spróbujemy czegoś prostszego?



ДОДАТОК 11

Co to znaczy prowadzić zdrowy styl życia w XXI wieku i dlaczego dobrostan psychiczny jest równie ważny jak fizyczny?

Від слова до вільного мовлення: розвиток усного мовлення польською мовою та підготовка учнів до олімпіади.
А. Лясковська. Додаток 11

Wprowadzanie tematu:



·W dzisiejszych czasach zdrowie kojarzy się nie tylko z...
·Moim zdaniem zdrowy styl życia polega na...
·Warto zastanowić się nad tym, czym jest...

Przedstawianie argumentów:



·Po pierwsze... Po drugie...
·Nie można zapominać o tym, że...
·Istotną rolę odgrywa również...
·Dobrym przykładem jest...
·Z tego powodu warto...

Wyrażanie opinii i wnioskowanie:



·Jestem przekonany / przekonana, że...
·Uważam, że oba aspekty zdrowia są...
·Podsumowując, chciałbym / chciałabym podkreślić, że...
·Dlatego zachęcam wszystkich do...

