**II. Ćwiczenia doskonalące umiejętność czytania ze zrozumieniem.**

**(Wybór i opracowanie: mgr Danuta Giletycz, mgr Anna Godula, mgr Agnieszka Kasprzak)**

## Ćwiczenie 15

**Uważnie przeczytaj artykuł i dokładnie wykonaj wszystkie polecenia.**

Zdrowie ma ogromne znaczenie dla człowieka. Tylko zdrowy organizm prawidłowo funkcjonuje i może spełniać swoje zadania. Wszelkie zaburzenia pracy organizmu, wywołane przez różnorodne czynniki, są stanem chorobowym. Powoduje to wówczas osłabienie naszego organizmu.

Choroby współczesnego człowieka często są wynikiem złego trybu życia:

* niewłaściwego odżywiania,
* braku wysiłku fizycznego,
* palenia papierosów,
* nieprawidłowego ubierania się, - nadmiernego spożywania alkoholu.

Spożywanie zbyt dużej ilości tłuszczu i cukrów może być przyczyną otyłości, chorób serca i cukrzycy. Brak aktywności fizycznej obniża sprawność układu krwionośnego i ruchowego, co może doprowadzić do wychłodzenia lub przegrzania organizmu i zwiększenia jego podatności na przeziębienia i choroby układu oddechowego. Zdrowy, dobrze funkcjonujący organizm nie poddaje się łatwo szkodliwym zjawiskom. Mówimy wówczas, że organizm posiada odporność, która jest naturalną przeszkodą dla czynników wywołujących choroby.

**Jakie są czynniki wywołujące choroby? Podkreśl właściwe odpowiedzi.**

* niewłaściwe odżywianie,
* brak ruchu,
* ubieranie się dostosowane do pogody,
* palenie papierosów, - nadmierne jedzenie słodyczy, - częste spacery.

**Zaznacz w artykule fragment, w którym mowa jest o efektach złego trybu życia.**

## Ćwiczenie 16

**Przeczytaj uważnie wiersz, a następnie wykonaj polecenia.**

Było sobie raz jajko mądrzejsze od kury.

Kura wyłazi ze skóry,

Prosi, błaga, namawia: - Bądź głupsze!

Lecz co może poradzić, kiedy się ktoś uprze?

Kura martwi się bardzo i nad jajkiem gdacze, A ono powiada, że jest kacze.

Kura prosi serdecznie i szczerze:

- Nie trzęś się, bo będziesz nieświeże.

A ono właśnie się trzęsie

I mówi , że jest gęsie

Kura do niego zwraca się z nauką,

Że jajka łatwo się tłuką, A ono powiada, że to bajka,

Bo w wapnie trzyma się jajka.

Kura czule namawia: - Chodź, to Cię wysiedzę.

A ono ucieka za miedzę,

Kładzie się na grządkę pustą I oświadcza, że będzie kapustą. Kura powiada: - Nie chodź na ulicę, Bo zrobią z ciebie jajecznicę.

A jajko na to najbezczelniej:

- Na ulicy nie ma patelni!

Kura mówi: - Ostrożnie! To gorąca woda!

A jajko na to: - Zimna woda! Szkoda!

Wskoczyło do ukropu z miną bardzo hardą.

I ugotowało się na twardo.

Jan Brzechwa „Jajko”.

**Co wydarzyło się w wierszu? Ponumeruj kolejno wydarzenia.**

⁭ - Jajko wskoczyło do gorącej wody.

⁭ - Jajko uciekło na grządkę i udawało, ze jest kapustą.

⁭ - Jajko ugotowało się na twardo.

⁭ - Kura ostrzegała jajko, by nie szło na ulicę.

**Jajko, o którym jest mowa w wierszu było:**

a) kacze; b) gęsie; c) kurze.