

# A1.30 En el médico

## U lekarza

*“¿Quizás entonces comprendas, hablar un solo idioma es una prisión!”  
“Może wtedy zrozumiesz, mówienie tylko jednym językiem to więzienie!”*

David Mitchell

## Objetivos de aprendizaje

### Cele nauczania

- ✔ Situación : Expresar enfermedad y dolor. / Sytuacja : Wyrażanie choroby i bólu.
- ✔ Situación : Expresa tu condición médica en la consulta del médico. / Sytuacja : Wyjaśnij swoje dolegliwości podczas wizyty u lekarza.
- ✔ Cultura : El Centro de salud en España / Kultura : Centrum zdrowia w Hiszpanii
- ✔ Gramática : Adverbios de modo / Gramatyka : Przysłowki sposobu


## 📄 Este folleto para estudiantes está disponible en múltiples traducciones.

Ta broszura dla studentów jest dostępna w wielu tłumaczeniach.

1. Częściowe pobrania, audio i ćwiczenia dostępne na:

 <https://hiszpanski.colanguage.pl/program/a1/30>

2. Legenda (dostępna na stronie internetowej):

 Ćwiczenie interaktywne.

 Audio z tłumaczeniami.

## Recapitulación y ejercicios de preparación

### Podsumowanie i ćwiczenia przygotowawcze

 <https://hiszpanski.colanguage.pl/program/a1/29>

 <https://hiszpanski.colanguage.pl/program/a1/30/historia-nauki>

# A1.30 Vocabulario básico (12)

## A1.30 Podstawowe słownictwo (12)

» <https://hiszpanski.colanguage.pl/program/a1/30>

### Hiszpański

Ayudar

*Él ayuda a su hermana con los deberes.*

Doler

*A ella le duele la espalda.*

El descanso

*Después de caminar tanto, necesitamos un descanso.*

El doctor

*La doctora está relajada después de meditar en su tiempo libre.*

El medicamento

*El medicamento ayuda a mejorar la salud rápidamente.*

Enfermo

*El doctor está enfermo y necesita descansar.*

La alergia

*La alergia causa síntomas incómodos.*

La fiebre

*La fiebre alta puede ser muy peligrosa para la salud.*

La gripe

*Ella tiene la gripe y no puede ir al trabajo.*

La salud

*Cuidarse bien es importante para la salud.*

Los síntomas

*El síntoma puede ser más intenso por la noche.*

Toser

*Nosotros tosemos cuando estamos enfermos.*

### Polski

Pomagać

*On pomaga swojej siostrze w zadaniach domowych.*

Boleć

*Boli ją plecy.*

Odpoczynek

*Po tak długim spacerze potrzebujemy odpoczynku.*

Doktor

*Doktorka jest zrelaksowana po medytacji w wolnym czasie.*

Lek

*Lek pomaga szybko poprawić zdrowie.*

Chory

*Doktor jest chory i potrzebuje odpoczynku.*

Alergia

*Alergia powoduje nieprzyjemne objawy.*

Gorączka

*Wysoka gorączka może być bardzo niebezpieczna dla zdrowia.*

Grypa

*Ona ma grypę i nie może iść do pracy.*

Zdrowie

*Dbaj o siebie jest ważne dla zdrowia.*

Objawy

*Objaw może być bardziej intensywny w nocy.*

Kasłać

*Kaszelmy, gdy jesteśmy chorzy.*

# A1.30.1 Diálogo: Un dolor de cabeza y de espalda

## A1.30.1 Dialog: Ból głowy i pleców

🔊 <https://hiszpanski.colanguage.pl/dialogi/partes-del-cuerpo-dolor>

*Pedro y Ana hablan sobre qué partes del cuerpo les duelen.*

- Pedro:** ¿Cómo estás hoy?
- Ana:** **Me duele** la cabeza.
- Pedro:** Yo también, tengo **dolor** de espalda.
- Ana:** ¿Por qué **te duele** la espalda?
- Pedro:** Duermo fatal últimamente.
- Ana:** ¿Y **te duele** algo más?
- Pedro:** No, pero tengo **síntomas** de la gripe.
- Ana:** Tienes que cuidarte, **tu salud** es muy importante.
- Pedro:** Es verdad. Mañana voy al **doctor**.

---

*Pedro i Ana rozmawiają o tym, które części ciała ich bolą.*

- Pedro:** *Jak się masz dzisiaj?*
- Ana:** **Boli mnie** głowa.
- Pedro:** *Ja też, mam **ból** pleców.*
- Ana:** *Dlaczego **boli cię** plecy?*
- Pedro:** *Ostatnio śpię fatalnie.*
- Ana:** *I czy **cię boli** coś jeszcze?*
- Pedro:** *Nie, ale mam **objawy** grypy.*
- Ana:** *Musisz o siebie dbać, **twoje zdrowie** jest bardzo ważne.*
- Pedro:** *To prawda. Jutro idę do **doktora**.*

# A1.30.1 Un dolor de cabeza y de espalda

## A1.30.1 Ból głowy i pleców

<https://hiszpanski.colanguage.pl/dialogi/partes-del-cuerpo-dolor>



### Ejercicio 1:

### Preguntas de debate

**Instrucción:** Debatir las preguntas después de escuchar el audio o leer el texto.

1. ¿Qué le duele a Ana? A) Ojos B) Piernas C) Cabeza
2. ¿Qué le duele a Pedro? A) Brazos B) Cuello C) Espalda
3. Verdadero o Falso: "Es importante la salud."

# A1.30.1 Un dolor de cabeza y de espalda

## A1.30.1 Ból głowy i pleców

<https://hiszpanski.colanguage.pl/dialogi/partes-del-cuerpo-dolor>



### Ejercicio 2:

**Instrucción:** Wstaw poprawne słowo.

*síntomas, dolor, Me duele, te duele*

1. .... la cabeza.
2. Yo también, tengo ..... de espalda.
3. ¿Por qué ..... la espalda?
4. ¿Y ..... algo más?
5. No, pero tengo ..... de la gripe.

**Rozwiązania:**

1. Me duele 2. dolor 3. te duele 4. te duele 5. síntomas

# A1.30.1 Un dolor de cabeza y de espalda

## A1.30.1 Ból głowy i pleców

<https://hiszpanski.colanguage.pl/dialogi/partes-del-cuerpo-dolor>



### Ejercicio 3:

### Ordena el texto

**Instrucción:** Numera las oraciones en el orden correcto y léelas en voz alta.

... Yo también, tengo dolor de espalda.

... ¿Por qué te duele la espalda?

... Me duele la cabeza.

7 No, pero tengo síntomas de la gripe.

... Tienes que cuidarte, tu salud es muy importante.

... ¿Y te duele algo más?

... Es verdad. Mañana voy al doctor.

**Rozwiązania:**

3, 4, 2, 7, 8, 6, 9

# A1.30.2 Cuento: Cómo cuidar la salud

## A1.30.2 Opowiadanie: Jak dbać o zdrowie

» <https://hiszpanski.colanguage.pl/opowiadania/como-cuidar-la-salud>

*Consejos básicos para mejorar la salud.*

Si estás **enfermo**, es mejor quedarse en casa.

Los **síntomas** de la gripe pueden ser fuertes.

El **doctor** recomienda tomar líquidos y descansar bien.

Un **medicamento** ayuda cuando hay dolor.

El **dolor** de garganta mejora con miel y té.

Cuando algo **duele**, el cuerpo necesita atención.

Cuidar la **salud** es importante todos los días.

Dormir bien **ayuda** a sentirse mejor.

---

*Podstawowe porady dotyczące poprawy zdrowia.*

*Jeśli jesteś **chory**, lepiej zostać w domu.*

*Objawy grypy mogą być silne.*

***Lekarz** zaleca picie płynów i dobry odpoczynek.*

***Lekarstwo** pomaga, gdy jest ból.*

***Ból** gardła poprawia się dzięki miodowi i herbacie.*

*Kiedy coś **boleje**, ciało potrzebuje uwagi.*

*Dbanie o **zdrowie** jest ważne każdego dnia.*

*Dobre spanie **pomaga** czuć się lepiej.*

# A1.30.2 Cómo cuidar la salud

## A1.30.2 Jak dbać o zdrowie

<https://hiszpanski.colanguage.pl/opowiadania/como-cuidar-la-salud>



### Ejercicio 1:

### Preguntas de debate

**Instrucción:** Debatir las preguntas después de escuchar el audio o leer el texto.

1. Qué recomiendan los médicos para la salud?
2. ¿Qué mejor el dolor de garganta?
3. ¿Qué haces cuando estás enfermo/a?



# A1.30.2 Cómo cuidar la salud

## A1.30.2 Jak dbać o zdrowie

<https://hiszpanski.colanguage.pl/opowiadania/como-cuidar-la-salud>



### Ejercicio 2:

**Instrucción:** Wstaw poprawne słowo.

*enfermo, ayuda, medicamento, síntomas, salud, duele*

1. Los ..... de la gripe pueden ser fuertes.
2. Cuidar la ..... es importante todos los días.
3. Cuando algo ....., el cuerpo necesita atención.
4. Dormir bien ..... a sentirse mejor.
5. Un ..... ayuda cuando hay dolor.
6. Si estás ....., es mejor quedarse en casa.

**Rozwiązania:**

1. síntomas 2. salud 3. duele 4. ayuda 5. medicamento 6. enfermo

# A1.30.3 Cultura: El Centro de salud en España

## A1.30.3 Kultura: Centro de salud w Hiszpanii

» <https://hiszpanski.colanguage.pl/kultura/el-centro-de-salud-en-espana>

*Descubre qué es un centro de salud en España y qué servicios ofrece para ayudar a las personas.*

En España, las personas van al centro de salud cuando se sienten **enfermas**. El centro de salud es un lugar con doctores y enfermeros. Ellos **ayudan** a los pacientes. Los doctores trabajan de lunes a sábado y muchos centros de salud están cerrados los domingos. Para emergencias, hay **hospitales**. En el centro de salud, los doctores recetan medicamentos para mejorar síntomas como la tos, la fiebre, o las alergias. El centro de salud también ayuda a **prevenir** enfermedades. Los doctores dicen qué hay que hacer para cuidarse y estar bien. En el centro de salud también puedes hacer **vacunas**. Tanto los niños como los adultos visitan este centro para cuidar su **salud**.

---

*Dowiedz się, czym jest centrum zdrowia w Hiszpanii i jakie oferuje usługi, aby pomagać ludziom.*

*W Hiszpanii ludzie udają się do ośrodka zdrowia, gdy czują się **chorzy**. Ośrodek zdrowia to miejsce z lekarzami i pielęgniarkami. Oni **pomagają** pacjentom. Lekarze pracują od poniedziałku do soboty, a wiele ośrodków zdrowia jest zamkniętych w niedziele. W nagłych przypadkach są **szpitale**. W ośrodku zdrowia lekarze przepisują leki na złagodzenie objawów takich jak kaszel, gorączka lub alergie. Ośrodek zdrowia również pomaga **zapobiegać** chorobom. Lekarze mówią, co należy robić, aby dbać o siebie i być zdrowym. W ośrodku zdrowia można również zrobić **szczepienia**. Zarówno dzieci, jak i dorośli odwiedzają ten ośrodek, aby dbać o swoje **zdrowie**.*

# A1.30.3 El Centro de salud en España

## A1.30.3 Centrum zdrowia w Hiszpanii

<https://hiszpanski.colanguage.pl/kultura/el-centro-de-salud-en-espana>



### Ejercicio 1:

### Preguntas de debate

**Instrucción:** Debatir las preguntas después de escuchar el audio o leer el texto.

1. ¿Qué puedes hacer en un centro de salud?
2. ¿Quién trabaja en el centro de salud?
3. ¿Qué haces cuando te sientes enfermo?

# A1.30 Deberes / ejercicios

## A1.30 Zadania domowe / ćwiczenia

<https://hiszpanski.colanguage.pl/program/a1/30>

### Ejercicio 1: Ejercicio de conversación

#### Instrucción:

1. Describe los síntomas de cada persona. *(Opisz objawy każdej osoby.)*
2. Interpreta un diálogo en la consulta del médico. *(Odegraj dialog w gabinecie lekarskim.)*



.....

.....

.....

.....

### Przykładowe zwroty:

Tiene dolor en el cuello.

*Boli go szyja.*

Tienes fiebre.

*Masz gorączkę.*

Me duele la espalda.

*Boli mnie plecy.*

¿Dónde te duele?

*Gdzie cię boli?*

Tengo tos.

*Mam kaszel.*

Tengo dolor de cabeza.

*Boli mnie głowa.*

Tengo dolor de estómago.

*Boli mnie brzuch.*

Me siento mareado.

*Czuję mdłości.*

...

# A1.30 Deberes / ejercicios

## A1.30 Zadania domowe / ćwiczenia

<https://hiszpanski.colanguage.pl/program/a1/30>



### Ejercicio 2:

### Reordenar oraciones

**Instrucción:** Haz frases correctas y traduce.

1. nuestra salud. | trabajan duro | para cuidar | Los doctores

.....

2. ayudan a todos | Las doctoras son | mucho cariño. | muy simpáticas y | los pacientes con

.....

3. está enfermo | y necesita | descansar. | El doctor

.....

4. mejorar la | salud rápidamente. | El medicamento | ayuda a

.....

5. para nuestra | salud. | Los descansos | son importantes

.....

6. muy | medicamentos | Los | nuevos | efectivos. | son

.....

7. la salud. | alta puede | peligrosa para | La fiebre | ser muy

.....

#### Rozwiązania:

1. Los doctores trabajan duro para cuidar nuestra salud. 2. Las doctoras son muy simpáticas y ayudan a todos los pacientes con mucho cariño. 3. El doctor está enfermo y necesita descansar. 4. El medicamento ayuda a mejorar la salud rápidamente. 5. Los descansos son importantes para nuestra salud. 6. Los medicamentos nuevos son muy efectivos. 7. La fiebre alta puede ser muy peligrosa para la salud.

# A1.30 Deberes / ejercicios

## A1.30 Zadania domowe / ćwiczenia

<https://hiszpanski.colanguage.pl/program/a1/30>



### Ejercicio 3:

### Traduce y usa en una oración

**Instrucción:** Elige una palabra, tradúcela y utiliza la palabra en una frase o diálogo.

1. Toser

.....

2. Ayudar

.....

3. El medicamento

.....

4. Doler

.....

5. Los síntomas

.....

#### Rozwiązania:

1. Kasnąć 2. Pomagać 3. Lek 4. Boleć 5. Objawy

# A1.30 Deberes / ejercicios

## A1.30 Zadania domowe / ćwiczenia

<https://hiszpanski.colanguage.pl/program/a1/30>



# A1.30 Deberes / ejercicios

## A1.30 Zadania domowe / ćwiczenia

<https://hiszpanski.colanguage.pl/program/a1/30>



### Ejercicio 5:

### Adverbios de modo

**Instrucción:** Wstaw poprawne słowo.

*necesariamente, rápidamente, con dificultad, mal, con cuidado, bien, fácilmente, lentamente*

1. **Cuidado:** Tengo que toser .....
2. **Difícil:** Me levanto .....
3. **Necesario:** La alergia se trata .....
4. **Lento:** La fiebre baja ..... después de tomar el medicamento.
5. **Malo:** El enfermo se siente ..... por la fiebre.
6. **Rápido:** Los síntomas vienen .....
7. **Fácil:** Me pongo enfermo .....
8. **Bueno:** Hoy me siento ..... No estoy cansada.

**Rozwiązania:**

1. con cuidado 2. con dificultad 3. necesariamente 4. lentamente 5. mal 6. rápidamente 7. fácilmente 8. bien

## A1.30.4 Gramática: Adverbios de modo

### A1.30.4 Gramatyka: Przysłówki sposobu

Los adverbios de modo describen la manera o el estilo en que ocurre algo. Estos adverbios responden a la pregunta "¿cómo?".

<https://hiszpanski.colanguage.pl/gramatyka/adverbs-manner>

#### Reglas de formación / Zasady tworzenia:

1. Przysłówki sposobu to słowa, które opisują, jak wykonywana jest dana czynność.
2. Tworzą się przez dodanie przyrostka „-mente” do formy żeńskiej przymiotnika.

Przykład: "Rápido --> Rápidamente."

#### Excepciones / Wyjątki!

1. Ponadto istnieją proste przysłówki, które nie mają końcówki „-mente”. Przykład: „Bien.”
2. Istnieją również wyrażenia przysłówkowe. Przykład: "Con cuidado."

## Adverbios de modo

### Przysłówki sposobu

Lee los ejemplos en la tabla en voz alta antes de hacer los ejercicios.

Adverbio	Descripción	Ejemplo
Rápidamente ( <i>Szybko</i> )	Rápida + mente	Toma el medicamento <b>rápidamente</b> . ( <i>Weź lekarstwo szybko.</i> )
Difícilmente ( <i>Trudno</i> )	Difícil + mente	El enfermo puede toser <b>difícilmente</b> . ( <i>Chory może kaszleć trudno.</i> )
Bien ( <i>Dobrze</i> )	Adverbio simple	El doctor me ayuda <b>bien</b> . ( <i>Doktor mi pomaga dobrze.</i> )
Mal ( <i>źle</i> )	Adverbio simple	El enfermo se siente <b>mal</b> . ( <i>Chory czuje się źle.</i> )
Con cuidado ( <i>Ostrożnie</i> )	Expresion adverbial	El doctor ayuda <b>con cuidado</b> . ( <i>Doktor pomaga ostrożnie.</i> )

# A1.30.4 Adverbios de modo

## A1.30.4 Przysłówki sposobu

<https://hiszpanski.colanguage.pl/gramatyka/adverbs-manner>



### Ejercicio 1:

### Adverbios de modo

**Instrucción:** Wstaw poprawne słowo.

*necesariamente, rápidamente, con dificultad, mal, con cuidado, bien, fácilmente, lentamente*

1. **Cuidado:** Tengo que toser .....
2. **Difícil:** Me levanto .....
3. **Necesario:** La alergia se trata .....
4. **Lento:** La fiebre baja ..... después de tomar el medicamento.
5. **Malo:** El enfermo se siente ..... por la fiebre.
6. **Rápido:** Los síntomas vienen .....
7. **Fácil:** Me pongo enfermo .....
8. **Bueno:** Hoy me siento ..... No estoy cansada.

**Rozwiązania:**

1. con cuidado 2. con dificultad 3. necesariamente 4. lentamente 5. mal 6. rápidamente 7. fácilmente 8. bien

# A1.30.4 Adverbios de modo

## A1.30.4 Przysłówki sposobu

<https://hiszpanski.colanguage.pl/gramatyka/adverbs-manner>



### Ejercicio 2:

### Traduce y usa en una oración

**Instrucción:** Elige una palabra, tradúcela y utiliza la palabra en una frase o diálogo.

1. Con cuidado

.....

2. Con dificultad

.....

3. Fácilmente

.....

4. Fuertemente

.....

#### Rozwiązania:

1. Ostrożnie 2. Z trudnością 3. Łatwo 4. Bardzo

# A1.30 Tablas de conjugación verbal

## A1.30 Tablice odmiany czasowników

<https://hiszpanski.colanguage.pl/program/a1/30>

**Doler** *boleć* **Presente**

**Hiszpański**

le duele

**Polski**

boli ją

# A1.30 Ejercicio de conjugación verbal

## A1.30 Ćwiczenie koniugacji czasownikowej

