

Emocje i uczucia – ćwiczenia

Poniżej znajdziesz podsumowanie najważniejszych informacji, które przydadzą Ci się przed wykonaniem ćwiczeń.

Podstawowe emocje: happy (szczęśliwy), sad (smutny), angry (zły), scared (przestraszony), tired (zmęczony), bored (znudzony), excited (podekscytowany), surprised (zaskoczony), nervous (zdenerwowany), proud (dumny), embarrassed (zawstydzony), confused (zdezorientowany), worried (zmartwiony), relaxed (zrelaksowany), disappointed (rozczarowany), lonely (samotny), jealous (zazdrosny), confident (pewny siebie)

Przydatne zwroty:

- How do you feel? – Jak się czujesz?
- I feel happy because... – Czuję się szczęśliwy, ponieważ...
- She looks worried. – Ona wygląda na zmartwioną.
- He is in a good / bad mood. –
On jest w dobrym / złym nastroju.



1 Przetłumacz na polski

| Zapisz polskie znaczenie podanych słów.

1. excited → _____
2. worried → _____
3. proud → _____
4. embarrassed → _____
5. jealous → _____
6. confused → _____
7. disappointed → _____
8. confident → _____

2 Przetłumacz na angielski

| Zapisz angielskie odpowiedniki polskich słów.

1. zdenerwowany → _____
2. samotny → _____
3. zaskoczony → _____
4. zrelaksowany → _____
5. znudzony → _____
6. przestraszony → _____
7. zmartwiony → _____
8. zawstydzony → _____

3 Emocja pozytywna czy negatywna

Wpisz **P** (positive – pozytywna) lub **N** (negative – negatywna) obok każdej emocji.

- | | |
|-----------------|-------------------|
| 1. happy → ____ | 5. excited → ____ |
| 2. sad → ____ | 6. lonely → ____ |
| 3. proud → ____ | 7. relaxed → ____ |
| 4. angry → ____ | 8. jealous → ____ |

4 Dopasuj emocję do sytuacji

Dopasuj uczucie do sytuacji, w której najczęściej się pojawia.

Sytuacja

1. You are going on holiday tomorrow.
2. You broke your mum's favorite cup.
3. You have an important exam in 10 minutes.
4. Your little sister won a competition.
5. Your best friend moved to another city.

Uczucie

- a) nervous
- b) excited
- c) proud
- d) embarrassed
- e) lonely

5

Uzupełnij zdania przyczyną

Uzupełnij zdania, wpisując właściwe uczucie po angielsku.
Zwróć uwagę na powód podany w zdaniu.

1. I feel _____ because I got an A on my test. (dumny)
2. She feels _____ because she lost her phone.
(zmartwiony)
3. They are _____ because the film was very
long and slow. (znudzony)
4. He looks _____ because his team
didn't win the match. (rozczarowany)
5. We feel _____ because we don't understand
the homework. (zdezorientowany)
6. I'm _____ because tomorrow is my birthday party!
(podekscytowany)



6

Przeciwieństwa

| Połącz emocję z jej przeciwieństwem.

Emocja

1. happy
2. brave
3. excited
4. nervous
5. shy

Przeciwieństwo

- a) relaxed
- b) bored
- c) sad
- d) confident
- e) scared

7

Wyraż emocje bardziej precyzyjnie

| W angielskim często używamy wyrazów, które potęgują jakieś emocje. Zamiast very angry możemy powiedzieć furious. Połącz słabszą emocję z jej mocniejszym odpowiednikiem.

Łagodniejsza

1. happy
2. sad
3. angry
4. scared
5. tired

Mocniejsza

- a) terrified
- b) furious
- c) thrilled
- d) heartbroken
- e) exhausted



Dziennik uczuć

Przeczytaj wpisy z dziennika Emmy i odpowiedz po angielsku na pytania, używając pełnych zdań.

Monday: Today was a great day! I got a present from my grandma. I felt really excited and happy.

Tuesday: I had a maths test today. Before the test I was very nervous, but in the end I got a good mark. I'm so proud of myself!

Wednesday: My best friend didn't talk to me at school. I felt sad and a bit lonely. I hope tomorrow will be better.

Thursday: My friend said sorry and we made up. I feel relaxed and happy again.

Friday: My little brother broke my favorite toy. I was really angry, but then he said sorry and gave me a drawing. Now I just feel a little disappointed.

1. How did Emma feel on Monday? Why? →

2. Why was Emma nervous on Tuesday? →

3. How did Emma feel on Wednesday? →

4. What happened on Thursday? →

5. Why was Emma angry on Friday? →

1 Ćwiczenie 1

- | | |
|-------------------|-------------------|
| 1. podekscytowany | 5. zazdrosny |
| 2. zmartwiony | 6. dezorientowany |
| 3. dumny | 7. rozczarowany |
| 4. zawstydzony | 8. pewny siebie |

2 Ćwiczenie 2

- | | |
|--------------|----------------|
| 1. nervous | 5. bored |
| 2. lonely | 6. scared |
| 3. surprised | 7. worried |
| 4. relaxed | 8. embarrassed |

3 Ćwiczenie 3

- | | |
|------|------|
| 1. P | 5. P |
| 2. N | 6. N |
| 3. P | 7. P |
| 4. N | 8. N |



4

Ćwiczenie 4

1. You are going on holiday tomorrow. → b) excited
2. You broke your mum's favorite cup. → d) embarrassed
3. You have an important exam in 10 minutes. → a) nervous
4. Your little sister won a competition. → c) proud
5. Your best friend moved to another city. → e) lonely

5

Ćwiczenie 5

- | | |
|------------|-----------------|
| 1. proud | 4. disappointed |
| 2. worried | 5. confused |
| 3. bored | 6. excited |

6

Ćwiczenie 6

1. happy → c) sad
2. brave → e) scared
3. excited → b) bored
4. nervous → a) relaxed
5. shy → d) confident

7

Ćwiczenie 7

1. happy → c) thrilled
2. sad → d) heartbroken
3. angry → b) furious
4. scared → a) terrified
5. tired → e) exhausted

8

Ćwiczenie 8**Przykładowe odpowiedzi:**

1. Emma felt excited and happy because she got a present from her grandma.
2. She was nervous because she had a maths test.
3. She felt sad and a bit lonely because her best friend didn't talk to her at school.
4. Her friend said sorry and they made up.
5. She was angry because her little brother broke her favorite toy.