

# Hey!



**Bardzo cieszę się, że interesuje Cię uczenie dzieci  
języków obcych w naturalny sposób  
w domu!**

Moją misją jest pokazanie rodzicom, w jaki sposób mogą działać  
oraz rozwianie ich wątpliwości:



**Możesz działać, nawet jeśli Twój poziom języka  
nie jest bardzo wysoki**



**Opóźnienie i zaburzenia mowy u dzieci  
powodowane dwujęzycznością to obalone już  
MITY**



**Nawet kilkanaście minut dziennie może  
przynieść mnóstwo korzyści!**

**Aby dowiedzieć się więcej o dwujęzyczności  
zamierzonej przejdź tutaj.**

<https://englishspeakingmum.pl/start/>

# O co chodzi w e-bookach?

Moje e-booki z gotowymi wyrażeniami powstały we współpracy z brytyjskimi, niemieckimi i hiszpańskimi mamami. Ich celem jest zapewnienie gotowych materiałów dla polskich rodziców, aby mogli mówić do swoich dzieci w drugim języku, mając pewność co do naturalności i poprawności wypowiedzianych zdań.

## Jak korzystać?

Możecie zacząć nawet od 1 zdania dziennie! Wielu rodziców zaczyna od kilku minut dziennie, by stopniowo przejść do mówienia do dzieci w drugim języku nawet przez kilka godzin każdego dnia, co może zapewnić dzieciom dwujęzyczność! Każda minuta ma jednak znaczenie. Wybieraj zdania z e-booków i wprowadzaj je maluchowi, dzięki czemu możesz mu dać wspaniały prezent na całe życie!

**Poniżej znajdziesz próbkę wybranego e-booka.**

**Pozdrawiam ciepło**

*English Speaking Mum*

Zobacz e-booka  
z gotowymi zdaniemami



# Contents

## Spis treści

<b>1. Let's speak English .....</b>	<b>4</b>
Pomówmy po angielsku .....	4
<b>The kitchen .....</b>	<b>6</b>
Kuchnia.....	6
<b>2. To eat or not to eat .....</b>	<b>7</b>
Jeść czy nie jeść .....	7
<b>3. What's your favourite flavour*? .....</b>	<b>9</b>
Twój ulubiony smak .....	9
<b>4. Everything you need to survive a meal .....</b>	<b>12</b>
Wszystko, czego potrzebujemy, aby przetrwać posiłek .....	12
<b>5. Savoir vivre or c'est la vie .....</b>	<b>14</b>
Savoir vivre lub c'est la vie .....	14
<b>Exercises (part 1) .....</b>	<b>18</b>
Ćwiczenia.....	18
<b>6. Breakfast .....</b>	<b>20</b>
Śniadanie .....	20
<b>7. Time for lunch/dinner/supper* .....</b>	<b>23</b>
Czas na obiad.....	23
<b>8. Desserts and snacks .....</b>	<b>26</b>
Desery i przekąski .....	26
<b>Exercises (part 2).....</b>	<b>33</b>
Ćwiczenia.....	33
<b>9. Let's start cooking .....</b>	<b>35</b>
Pogotujmy .....	35
<b>10. Baking .....</b>	<b>43</b>
Pieczenie.....	43
<b>11. Dishes and containers.....</b>	<b>45</b>
Naczynia i pojemniki .....	45
<b>Exercises (part 3).....</b>	<b>46</b>
Ćwiczenia.....	46
<b>The bathroom .....</b>	<b>48</b>
Łazienka.....	48
<b>12. This is the way I wash my hands .....</b>	<b>49</b>
Mycie rąk .....	49

<b>13. Taking a bubble bath .....</b>	<b>51</b>
Kąpiel z bąbelkami .....	51
<b>14. Oral hygiene, known as brushy brushy .....</b>	<b>55</b>
Mycie zębów .....	55
<b>15. Nappy/diaper change.....</b>	<b>56</b>
Zmiana pieluszki .....	56
<b>16. Put your botty on the potty (but not only) .....</b>	<b>59</b>
Nocnik (ale nie tylko).....	59
<b>17. Bathroom treasures.....</b>	<b>63</b>
Łazienkowe skarby .....	63
<b>Exercises (part 4).....</b>	<b>64</b>
Ćwiczenia.....	64
<b>Household chores.....</b>	<b>66</b>
Prace domowe .....	66
<b>18. Clean-up .....</b>	<b>67</b>
Sprzątanie.....	67
<b>19. Getting rid of waste .....</b>	<b>70</b>
Śmieci .....	70
<b>20. Dirty dishes.....</b>	<b>71</b>
Brudne naczynia.....	71
<b>21. Nothing to wear .....</b>	<b>73</b>
Czas na pranie .....	73
<b>22. Children's den .....</b>	<b>77</b>
Pokój dziecięcy .....	77
<b>Exercises (part 5).....</b>	<b>80</b>
Ćwiczenia.....	80
<b>Accidents happen.....</b>	<b>82</b>
Wypadki chodzą po dzieciach.....	82
<b>23. Let's keep you alive .....</b>	<b>83</b>
Utrzymanie dziecka przy życiu .....	83
<b>24. Ouch! .....</b>	<b>90</b>
Aué!.....	90
<b>Exercises (part 6).....</b>	<b>94</b>
Ćwiczenia.....	94
<b>Only routine will save us .....</b>	<b>95</b>
Tylko rutyna nas uratuje.....	95
<b>25. Morning routine.....</b>	<b>96</b>

Rutyna poranna.....	96
<b>26. Evening routine.....</b>	<b>99</b>
Rutyna wieczorna.....	99
<b>Exercises (part 7) .....</b>	<b>102</b>
Ćwiczenia.....	102
<b>The final exercise .....</b>	<b>103</b>
Ćwiczenie końcowe .....	103
<b>Answers.....</b>	<b>104</b>
Odpowiedzi.....	104

## **The kitchen**

Kuchnia

- *Why can't you tell an egg a joke?*
- *It might crack up.*



## 2. To eat or not to eat

Jeść czy nie jeść



2.1

Are you hungry? Would you like something to eat?

Jesteś głodny?  
Chciałbyś coś zjeść?



2.2

I'm a little **peckish**, and you? How about a snack?



Zaczynam być głodna, a Ty? Może coś przekąsimy?



2.3

It's been 3 hours since we ate anything. I'm **starving**, how about you?

Minęły 3 godziny od naszego ostatniego posiłku. Umieram z głodu, a Ty?



2.4

2.5

Your tummy is **rumbling/grumbling**. It's time to eat something.

Burczy Ci w brzuszku. Czas coś zjeść.



2.6

I think your stomach might be empty. Let's get something to eat.

Chyba masz pusty żołądek. Zjedźmy coś.



Let's **grab a bite** before we go out.



Zjedźmy coś przed wyjściem.



2.7

It's unhealthy to **snack** between the meals. We'll be having dinner soon.

Niezdrowo jest podjadać między posiłkami. Wkrótce będzie obiad.



2.8

**Help yourself to**\* some bread while you wait.

Weź sobie trochę chleba, czekając.



2.9

Do you have a **craving** for anything in particular?

Masz ochotę na coś konkretnego?

\* Also meaning "poczęstuj się". / Co oznacza również „poczęstuj się”.



☆ 2.10	Do you want anything specific?	Chcesz coś konkretnego?
☆ 2.11	Do you have any particular dishes in mind?	Czy przychodzą Ci do głowy jakieś konkretne dania?
☆ 2.12	What exactly would you like to eat?	Na co konkretnie miałbyś ochotę?
☆ 2.13	What do you <b>fancy</b> eating? 	Co chciałabyś zjeść?
☆ 2.14	I <b>feel like</b> eating some hot soup to warm myself up.	Mam ochotę na ciepłą zupę, aby się rozgrzać.
☆ 2.15	Are you <b>thirsty</b> ?	Jesteś spragniony?
☆ 2.16	Would you like something to drink?	Chcesz coś do picia?
☆ 2.17	Will water be fine?	Czy woda może być?
☆ 2.18	Will juice do?	Czy sok może być?
☆ 2.19	It's best to <b>quench your thirst</b> with water.	Najlepiej gasić pragnienie wodą.
☆ 2.20	Let me <b>water your juice down</b> .	Rozcieńczę Ci sok wodą.
☆ 2.21	Do you want a drink to <b>wash your meal down</b> ?	Chcesz popić czymś posiłek?

## 4. Everything you need to survive a meal

Wszystko, czego potrzebujemy, aby przetrwać posiłek

☆ 4.1	I'll put you in a <b>high chair</b> .	Włożę Cię do krzeselka do karmienia.
☆ 4.2	Let's put on your <b>bib/apron</b> so you don't get your clothes dirty.	Założmy śliniak/fartuszek, abyś nie pobrudził ubranek.
☆ 4.3	Please <b>keep your bib on</b> .	Nie zdejmuj, proszę, śliniaka.
☆ 4.4	I'll bring the <b>bowl with a suction cup base</b> so you don't knock it over.	Przyniosę miseczkę z przyssawką, abyś jej nie wywrócił.
☆ 4.5	If you <b>spill something</b> , don't worry about it.	Nie przejmuj się, gdy coś się wyleje/wysypie.
☆ 4.6	You've <b>spilt*/spilled</b> some milk while <b>tipping/pouring</b> . It's no problem. 	Rozlałaś trochę mleka podczas nalewania. Nie szkodzi.
☆ 4.7	<b>Try to aim for the middle of the bowl</b> when you <b>tip/pour out**</b> your cornflakes. 	Postaraj się celować w środek miski, nasypując płatki kukurydziane.
☆ 4.8	It fell off the fork. No worries. Try to <b>prick/stick</b> this piece back again.	Spadło z widelca. To nic. Spróbuj nadziać ten kawałek ponownie.

\* This form is used mostly in the UK. / Ta forma jest używana głównie w UK.

\*\* You can "tip" and "pour" as well as "spill" not only liquids but also solids. / Czasowniki „tip”, „pour” i „spill” można stosować nie tylko w odniesieniu do płynów, ale także ciał stałych.

## 5. Savoir vivre or c'est la vie

Savoir vivre lub c'est la vie

☆ 5.1	Go wash your hands first.	Idź umyj najpierw rękę.
☆ 5.2	Sit <b>at the table</b> .	Usiądź przy stole.
☆ 5.3	<b>Roll up your sleeves</b> .	Podwiń rękawy.
☆ 5.4	No walking or running while eating.	Podczas jedzenia nie chodzimy ani nie biegamy.
☆ 5.5	<b>Sit on*</b> the chair/stool.	Usiądź na krześle/stołku.
☆ 5.6	<b>Sit up</b> straight.	Usiądź prosto.
☆ 5.7	What?! <b>Feet off the table</b> , please!	Co?! Nogi ze stołu, proszę!
☆ 5.8	Don't <b>dangle/swing</b> your legs.	Nie majtaj nogami.
☆ 5.9	<b>Sit back./Lean back</b> .	Oprzyj się.
☆ 5.10	<b>Lean on</b> the back of the chair.	Oprzyj się o oparcie krzesła.
☆ 5.11	Please don't <b>slurp</b> your soup.	Nie siorb, proszę, zupy.
☆ 5.12	Don't <b>smack your lips</b> , please.	Nie mlaskaj, proszę.
☆ 5.13	You <b>spat it out</b> onto the floor. Wipe it up, please.	Wyplułaś to na podłogę. Proszę, zetrzyj to.

\* We can also sit "in" a chair, depending on the type of chair. For example, you definitely sit "in" an armchair but "on" a stool. / W zależności od rodzaju krzesła można użyć przyimka „in”. Np. zdecydowanie siadasz „w” fotelu, ale „na” stołku.

## **Exercises (part 1)**

### Ćwiczenia

#### **1. How would you say it in English?**

- a) Słyszę, że burczy Ci w brzuchu.
- b) Chcesz popić?
- c) Spróbuj. Weź jeden łyżek.
- d) Wylawiasz różyczki brokułów z zupy?
- e) Podwiń rękawy.
- f) Usiądź prosto.
- g) Nie siorb zupy.
- h) Nie kołysz się na krześle.
- i) Nie spiesz się.
- j) Nie mów z pełnymi ustami.
- k) Nie wierć się.

## 11. Dishes and containers

### Naczynia i pojemniki

☆ 11.1	This mug is <b>chipped</b> , take another one.	Ten kubek jest wyszczerbiony, weź inny.
☆ 11.2	That bowl is <b>cracked</b> , so don't pour anything hot in it.	Tamta miska jest pęknięta, więc nie wlewaj do niej nic gorącego.
☆ 11.3	The <b>spout</b> of the teapot is clogged.	Dziobek dzbanka do herbaty jest zablokowany.
☆ 11.4	Don't throw the <b>bottle caps*</b> away.	Nie wyrzucaj kapsli/nakrętek.
☆ 11.5	The bottle is open, <b>cap it/put the cap back on</b> , please.	Butelka jest otwarta, zakręć ją, proszę.
☆ 11.6	<b>Unscrew</b> the bottle cap, please.	Odkręć nakrętkę, proszę.
☆ 11.7	This <b>jar lid</b> doesn't fit.	Ta zakrętka na słoik nie pasuje.
☆ 11.8	Having trouble opening a jar? Remember: <b>lefty loosy, righty tighty</b> .	Masz problem z otwarciem słoika? Pamiętaj: w lewo odkręcasz, w prawo zakręcasz.
☆ 11.9	You need to <b>unscrew the lid</b> and when you finish <b>screw it back</b> .	Musisz odkręcić pokrywkę, a gdy skończysz, zakręć ją z powrotem.
☆ 11.10	Just <b>twist it off</b> and then <b>twist it back on</b> .	Po prostu odkręć, a potem zakręć.
☆ 11.11	<b>Close the bottle</b> .	Zamknij butelkę.

\* Bottle caps mean both "kapsle" and "plastikowe nakrętki". /  
„Bottle caps” oznaczają zarówno kapsle, jak i plastikowe nakrętki.

## **Exercises (part 3)**

### Ćwiczenia

#### **1. What do you need...?**

a) to slice carrots?

b) to shape biscuits/cookies?

c) to pound meat?

d) to pour liquids?

e) to weigh ingredients?

f) to strain pasta?

g) to boil water for tee?

h) to roll out dough?

i) to crack nuts?

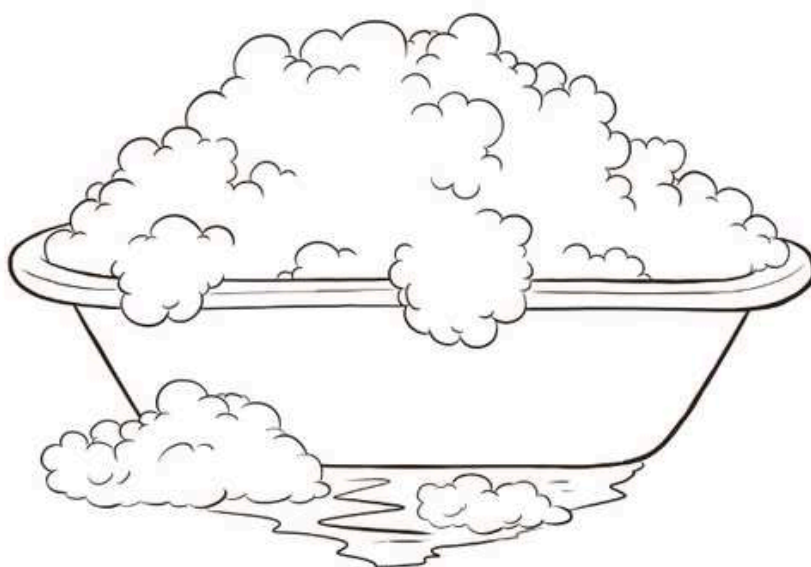
**2. Tell your children what they can do in the kitchen.**

- a) Przynieś książkę kucharską i wagę.
- b) Przygotuj liście laurowe, ziele angielskie i ziarna pieprzu.
- c) Posyp stolnicę mąką.
- d) Cofnij się, tłuszcz pryska.
- e) Odcedź makaron.
- f) Zakręć butelkę.
- g) Nie używaj wyszczerbionej miseczki.
- h) Rozbijesz jajka? Muszę ubić białka.
- i) Zmniejsz ogień.
- j) Nastaw czajnik.
- k) Znajdź zakrętkę do tego słoika.
- l) Schowaj garnki, rondle i patelnie do szafki.

## **The bathroom**

Łazienka

- *Why did the toilet paper roll down the hill?*
- *To get to the bottom.*





## 12. This is the way I wash my hands

### Mycie rąk

☆ 12.1	We need to wash our hands in the <b>washbasin/sink*</b> after our walk.	Musimy umyć ręce w umywalce po spacerze.
☆ 12.2	Do you want to do it all by yourself, or should I help?	Chcesz to zrobić sama czy mam pomóc?
☆ 12.3	<b>Pump</b> some <b>liquid soap</b> onto your hands. One pump is enough.	Wyciśnij trochę mydła w płynie na rączki. Jedna pompka wystarczy.
☆ 12.4	Don't <b>lather up</b> too much foam, it could clog the drain. We will have to call the plumber**.	Nie rób za dużo piany, może zatkać rury. Będziemy musieli wezwać hydraulika.
☆ 12.5	Do you prefer to use <b>bar soap</b> or liquid soap from the <b>dispenser</b> ?	Wolisz mydło w kostce czy w płynie z dozownika?
☆ 12.6	First <b>wet</b> your hands.	Najpierw zamocz ręce.
☆ 12.7	<b>Turn on/off the tap/faucet.</b> 	Odkręć/Zakręć kran.
☆ 12.8	Put some soap on your hands and rub them together to <b>lather it up</b> .	Weź trochę mydła na dłonie i pocieraj je, aby je spienić.

\* Also "a washbowl" in BrE. Americans call it "a sink", whether it's in the kitchen or the bathroom. / Również „washbowl” w BrE. Amerykanie mówią na to „sink” – i w kuchni, i w łazience.

\*\* Letter "b" is silent in this word. / Litera „b” w tym słowie jest niema.

## 15. Nappy/diaper change

### Zmiana pieluszki



15.1

Have you just **peed**?  
Are you wet?

Zrobiłaś siku?  
Masz mokro?



15.2

Did you **poo/poop** in  
your **nappy/diaper**\*?  
/

Zrobiłeś kupkę do  
pieluchy?



15.3

Your nappy/diaper  
**stinks/**  
**is stinky.**

Twoja pieluszka  
brzydko pachnie.



15.4

Your nappy/diaper is  
full/wet.

Twoja pieluszka  
jest pełna/mokra.



15.5

There's a poo in your  
nappy\*\*. 

Masz kupę  
w pieluszce.



15.6

There's a poop in your  
diaper. 

Masz kupę  
w pieluszce.



15.6

Your nappy/diaper  
**leaked.** /  
Your nappy/diaper is  
**soaked through.**  
We need to change your  
clothes.

Twoja pieluszka  
przebieła.  
Musimy Cię  
przebrać.



15.7

Don't **wriggle/fidget.**  
I can't **fasten/close the**  
**sticky tabs** over your  
belly/tummy.

Nie wierć się.  
Nie mogę  
Ci zapiąć rzepów na  
brzusku.



15.8

Please don't move.

Nie ruszaj się,  
proszę.

\* I won't be adding the flags each time in this chapter. / Nie będę dodawać flag za każdym razem w tym rozdziale.

\*\* There is also the expression "to soil one's nappy" but it's rather formal. / Istnieje też wyrażenie „to soil one's nappy”, ale jest raczej formalne.

## **Exercises (part 4)**

### Ćwiczenia

#### **1. How to say it in English?**

### **Exercises (part 4)**

#### Ćwiczenia

##### **1. How to say it in English?**

- a) Ten szampon dobrze się pieni.
- b) Nie chlap po całej łazience.
- c) Odchyl głowę.
- d) Wyrę Cię ręcznikiem.
- e) Zsiusiałaś się?
- f) Zakręć kran.
- g) Chcesz na nocnik?
- h) Pieluszka przeciekła.
- i) Czy pieluszka nie uciska Cię w brzuch?
- j) Muszę podtrzeć Ci pupę.
- k) Wysuszyć Ci włosy suszarką?

## **Household chores**

Prace domowe

*Cleaning with children in the house is like brushing your teeth while eating Oreos.*



<p>☆ 21.9</p>	<p>Someone needs to <b>hang up the washing/laundry</b> on the <b>airer/drying rack*</b>.</p> <p> / </p>	<p>Ktoś musi rozwiesić pranie na suszarce.</p>
<p>☆ 21.10</p>	<p>Here are some <b>clothes pegs/clothespins</b>. Go outside and hang the washing/laundry out** on the <b>clothesline***</b>.</p> <p> / </p>	<p>Masz tutaj spinacze/klamerki. Wyjdź na zewnątrz i powieś pranie na sznurze.</p>
<p>☆ 21.11</p>	<p>The wet washing/laundry is in the <b>washing bowl</b>.</p> <p> / </p>	<p>Mokre pranie leży w misce.</p>
<p>☆ 21.12</p>	<p>You should <b>shake out</b> the wet clothes a little bit first.</p>	<p>Najpierw powinnaś nieco strzepać mokre ubrania.</p>
<p>☆ 21.13</p>	<p>I will need to <b>handwash</b> it. This <b>fabric is delicate</b>.</p>	<p>Będę musiała to wyprać ręcznie. Ta tkanina jest delikatna.</p>
<p>☆ 21.14</p>	<p>I hope this stain will <b>come off/out</b>.</p>	<p>Mam nadzieję, że ta plama zejdzie.</p>
<p>☆ 21.15</p>	<p>This stain didn't <b>wash off/out</b>, so we will have to use a <b>stain remover</b>.</p>	<p>Ta plama się nie sprąła, więc użyjemy odplamiacza.</p>
<p>☆ 21.16</p>	<p>You won't have enough strength to <b>wring it out</b>.</p>	<p>Nie będziesz mieć tyle siły, aby to wycisnąć.</p>

\* Also "a clothes horse" in BrE. / Również „clothes horse” w BrE.

\*\* "To hang out" is used when drying washing outside or on balconies. / „To hang out” używa się w przypadku wieszania prania na zewnątrz i balkonach.

\*\*\* Also "a washing line" in BrE. / Również „washing line” w BrE.

## 24. Ouch!

Auć!



24.1

**Are you hurt?**

Zraniłaś się?



24.2

Where are you hurt?/

24.3

Where did you get hurt?

Gdzie się zraniłeś?



24.4

**Did it hurt?**

Bolało?



24.5

**Are you in pain?**

Boli Cię?



24.6

**Is it sore?**

Boli Cię to?



24.7

24.8

Do you have an **ouchie/**  
**a boo-boo?**

Masz kuku?



24.9

It's just a **scrape**.

To tylko małe  
draśnięcie.



24.10

It's barely a **bruise**.

To tylko siniak.



24.11

It's nothing more than  
a **scratch**.

To tylko  
zadrapanie.



24.12

**Bruised elbow,**  
**scraped knee** – nothing  
to be worried about.

Pośluczony łokieć,  
zdarte kolano –  
nic poważnego.



24.13

You have a **black eye!**  
How does the other child  
look?

Masz podbite oko!  
Jak wygląda Twój  
przeciwnik?



24.14

This cut/wound is  
**bleeding**. Let's put  
a **(sticking) plaster /**  
**band-aid** on it.

Ze skaleczenia leci  
krew. Zaklejmy  
je plastrem.



## Exercises (part 6)

### Ćwiczenia

**1. You know your children and their ideas best. Write the 5 sentences you most often say to your kids.**

- i. Don't \_\_\_\_\_
- ii. Don't \_\_\_\_\_
- iii. Don't \_\_\_\_\_
- iv. Don't \_\_\_\_\_
- v. Don't \_\_\_\_\_

**2. Translate the sentences into English.**

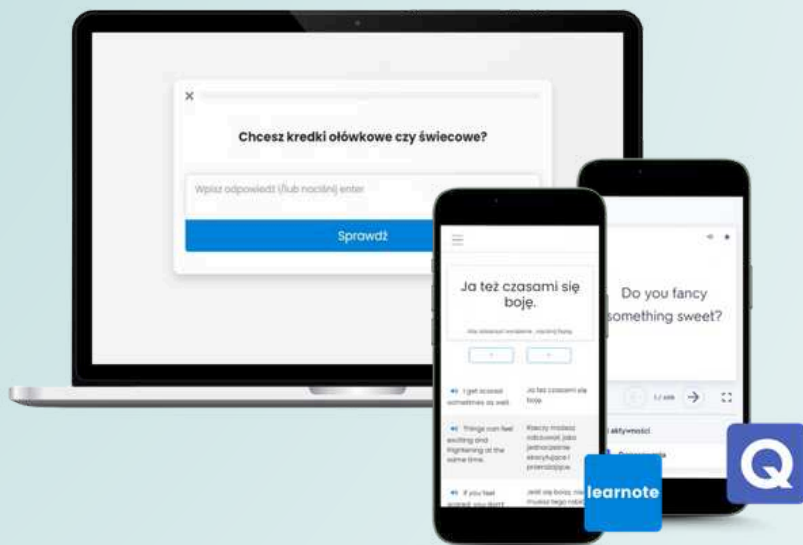
- a) Ten przewód jest podłączony do prądu.
- b) Trzymaj detergenty poza zasięgiem dzieci.
- c) Uważaj, aby się o to nie potknąć.
- d) Czy stopa Ci puchnie?
- e) Nie dotykaj strupka.
- f) Nie wkładaj palców do gniazdka.
- g) Masz guza na głowie.
- h) To tylko zadrapanie.
- i) Będzie trochę piekło.
- j) Nie przytnij sobie palców drzwiami.
- k) Może kopnąć Cię prąd.

# Aby jeszcze bardziej ułatwić sobie naukę, wypróbuj platformę z interaktywnymi fiszkami!

Wybierz najwyższy wariant e-booka, aby otrzymać dostęp do platformy fiszkowej Learnote lub Quizlet.

Otrzymasz również pliki audio MP3 z wymową do pobrania na zawsze i słuchania offline z profesjonalnego studio od native speakerów.

**Przeczytaj więcej o fiszkach i przetestuj je za darmo!**



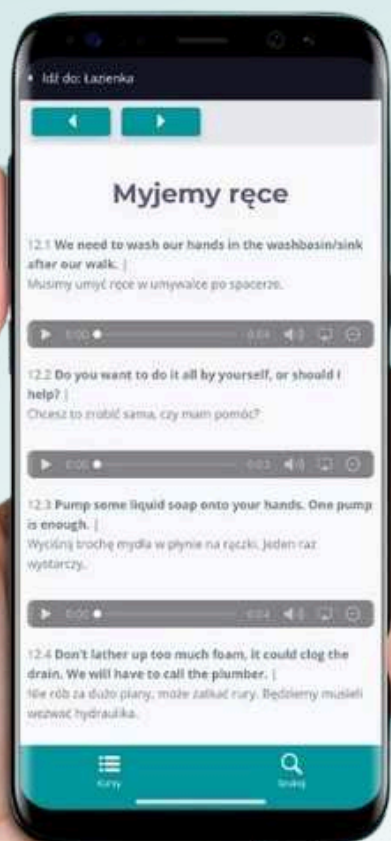
**CZYTAM I TESTUJĘ!**



## NOWOŚĆ!

Teraz możesz zyskać wygodny dostęp do swoich e-booków w aplikacji Akademia Dwujęzycznego Rodzica!

**SPRAWDZAM APKĘ**





# Zobacz je wszystkie!

E-BOOKI „ENGLISH FOR MUMMIES AND DADDIES”

AT HOME



OUTSIDE


PLAYING

BABIES



# Zobacz je wszystkie!

E-BOOKI TEMATYCZNE „FROM A TO Z”

- SPRING AND PLANTS 
- FEELINGS AND EMOTIONS
- EASTER
- SUMMER WALKS
- PRESCHOOL
- NOVEMBER HOLIDAYS
- CHRISTMAS
- NEW YEAR AND MORE
- ALL ABOUT HAIR
- PLAYGROUND

