

Listening matura rozszerzona - pełny autorski zestaw treningowy krok po kroku

Ten zestaw jest autorską symulacją treningową przygotowaną pod parametry części listeningowej opisane przez CKE. Ma 15 punktowanych zadań w trzech wiązках, w tym jedno zadanie otwarte. Nie jest oficjalnym arkuszem CKE i nie reprodukuje żadnego zadania ani transkrypcji z Informatora.

Format, który symulujemy

Element	Poziom rozszerzony
liczba zadań	15
liczba nagrań	3-4
zadania otwarte	co najmniej 1 zadanie
odtworzenia	2
czas całego nagrania	około 30 minut z poleceniami i przerwami
punktacja	1 punkt za każdą poprawną odpowiedź
udział listeningu w wyniku	25%

Na rozszerzeniu CKE wykorzystuje teksty oryginalne lub minimalnie adaptowane. Zadania sprawdzają m.in. fakty i opinie, główną myśl, konkretne informacje, kontekst i wnioskowanie. Dlatego poprawne odpowiedzi w tym treningu rzadko powtarzają słowa nagrania 1:1.

Instrukcja dla ucznia

1. Najpierw przeczytaj polecenie i odpowiedzi. Zaznacz różnice między opcjami.
2. Poproś drugą osobę o odczytanie transkrypcji albo nagraj ją wcześniej. Nie czytaj transkrypcji podczas rozwiązywania.
3. Każdy tekst odtwórz dokładnie dwa razy.
4. Po pierwszym odsłuchaniu zaznacz odpowiedź wstępną. Po drugim szukaj konkretnego dowodu.

5. Dopiero po ukończeniu całego zestawu przejdź do klucza i wyjaśnień.

Zadanie 1. Wybór wielokrotny - 6 pkt

Usłyszysz dwukrotnie trzy teksty. Z podanych odpowiedzi wybierz właściwą, zgodną z treścią nagrania.

Tekst 1

1.1. What does the speaker say was the main reason for changing her volunteering role?

- A. She wanted more responsibility.
- B. She could no longer fit the original role into her schedule.
- C. She disliked working directly with visitors.

1.2. What can be inferred about the speaker now?

- A. She values a role she had not initially considered.
- B. She intends to stop volunteering soon.
- C. She thinks remote volunteering is less useful than face-to-face work.

Tekst 2

1.3. Which statement is presented as a FACT rather than an opinion?

- A. The exhibition is more engaging than most science museums.
- B. Visitors can test some of the devices themselves.
- C. The final room is the most memorable part of the exhibition.

1.4. What is the speaker mainly doing?

- A. recommending the exhibition with one reservation
- B. warning listeners not to visit at weekends
- C. complaining that the exhibition is too expensive

Tekst 3

1.5. Why did the man initially reject the proposed solution?

- A. He thought it would take too long to organise.
- B. He believed it would create a different problem.
- C. He did not understand how it would work.

1.6. What finally convinced him to change his mind?

- A. evidence from a small-scale trial
- B. pressure from his colleagues
- C. a reduction in the project budget

Zadanie 2. Dobieranie - 4 pkt

Usłyszysz dwukrotnie cztery wypowiedzi osób opowiadających o zmianie sposobu uczenia się. Do każdej wypowiedzi 2.1.-2.4. dopasuj zdanie A-E. Jedno zdanie jest dodatkowe.

Opcja	This speaker...
A	realised that a convenient method was not necessarily effective.
B	benefited from explaining material to another person.
C	found that shorter but more frequent practice worked best.
D	changed the method because of advice from a teacher.
E	discovered that studying with others was more distracting than helpful.

Zapisz odpowiedzi dla wypowiedzi 2.1., 2.2., 2.3. i 2.4.

Zadanie 3. Zadanie otwarte - 5 pkt

Usłyszysz dwukrotnie fragment podcastu o miejskim programie naprawy przedmiotów. Uzupełnij zdania zgodnie z treścią nagrania. Odpowiedzi wpisz po angielsku.

- 3.1. The first repair event was organised in a _____.
- 3.2. Volunteers were surprised that the most common items brought in were _____.
- 3.3. People can now book a slot online mainly to avoid _____.
- 3.4. According to the speaker, the programme saves approximately _____ kilograms of waste every month.
- 3.5. The organisers are currently looking for volunteers who know how to repair _____.

Transkrypcje - zadanie 1

W wersji dla ucznia transkrypcje powinny pozostać zakryte do końca rozwiązywania. Każdy tekst czytaj naturalnie, dwa razy, bez sztucznego akcentowania słów prowadzących do odpowiedzi.

Tekst 1

When I first signed up at the city museum, I imagined myself spending Saturday afternoons showing families around the galleries. I enjoyed that, but after I started a weekend course, the hours clashed almost every week. The coordinator suggested I help with the museum's online archive instead. I wasn't enthusiastic at first - it sounded lonely and rather administrative. In fact, I've ended up learning far more about the collection than I ever did on the gallery floor, and I can work whenever I have a free evening. I still miss chatting to visitors, but I wouldn't go back to the old role now.

Tekst 2

If you're interested in how everyday technology developed, the new Design in Motion exhibition is worth seeing. Several displays are interactive, so visitors can actually operate simplified versions of old machines rather than just looking at them behind glass. I particularly liked the section on early household appliances, although the final room felt rather rushed and could have used clearer explanations. Tickets aren't cheap, but the exhibition is large enough to justify the price, especially if you allow at least two hours.

Tekst 3

At our first planning meeting, someone suggested replacing individual desks with long shared tables. I objected immediately because I assumed the extra noise would make concentration worse. The team didn't push the idea through straight away. Instead, we tested one room for three weeks and compared noise levels, staff feedback and the number of interruptions with the old layout. The surprising result was that people spoke more quietly because they could ask quick questions without crossing the room. Once I saw the figures, I supported extending the layout to the rest of the office.

Transkrypcje - zadanie 2 i 3

Speaker 1

I used to watch long revision videos because it felt productive. The problem was that an hour later I could remember the examples but not explain the rule myself. Now I pause after a short section and write what I understood from memory. It takes more effort, but my test results have improved.

Speaker 2

My younger brother is preparing for the same history exam next year, so I started helping him once a week. I thought I was doing him a favour, but having to answer his questions exposed the gaps in my own knowledge. If I couldn't explain an event simply, I knew I hadn't understood it properly.

Speaker 3

I kept making ambitious plans to study for three hours after school and then skipping the session because I was tired. I finally changed to twenty-five minutes every day, even at weekends. The sessions seem almost too short, but because I actually do them consistently, I cover much more over a month.

Speaker 4

People always told me group study was motivating, so I joined two classmates at the library. We spent half the time comparing notes and the other half talking about everything except the exam. I concentrate better on my own, and now we only meet at the end of the week to check difficult questions together.

Zadanie 3 - podcast

Five years ago, the Riverside Repair Project began with a single Saturday event in a room at the back of a local community centre. The organisers expected people to bring broken lamps, radios and other small electrical devices. Instead, the biggest category turned out to be clothes - especially coats with damaged zips and jeans that needed simple repairs. The project grew quickly. At first, visitors simply arrived and waited for a volunteer, which sometimes meant standing in a queue for more than an hour. These days, most people reserve a time online, mainly so that long queues can be avoided, although a few walk-in places are still available. The organisers estimate that repaired items keep about 620 kilograms of material out of landfill every month. They already have volunteers who can deal with clothing, furniture and basic electronics, but demand is changing. At the moment they are particularly keen to hear from people with experience of repairing bicycles, because the cycling workshop is always fully booked.

Klucz odpowiedzi

Zadanie	Odpowiedź
1.1.	B
1.2.	A
1.3.	B
1.4.	A
1.5.	B
1.6.	A
2.1.	A
2.2.	B
2.3.	C
2.4.	E
3.1.	(local) community centre

Zadanie	Odpowiedź
3.2.	clothes / clothing
3.3.	long queues / waiting in long queues
3.4.	620
3.5.	bicycles / bikes

Wyjaśnienia - zadanie 1

1.1. **B** - Zmiana nie wynikała z niechęci do ludzi ani z potrzeby większej odpowiedzialności. Weekend course powodował regularny konflikt godzin.

1.2. **A** - Speaker początkowo uważała pracę z archiwum za nieatrakcyjną, a ostatecznie docenia wiedzę i elastyczność oraz mówi, że nie wróciła do starej roli.

1.3. **B** - To weryfikowalny fakt: visitors can operate simplified versions. Opcje A i C to oceny jakości.

1.4. **A** - Ogólna ocena jest pozytywna: worth seeing, uzasadniona cena. Zastrzeżenie dotyczy tylko ostatniej sali.

1.5. **B** - Mężczyzna obawiał się, że wspólne stoły zwiększą hałas i pogorszą koncentrację, czyli stworzą nowy problem.

1.6. **A** - Nie przekonała go presja ani budżet, ale trzytygodniowy test i konkretne dane.

Wyjaśnienia - zadanie 2 i 3

2.1. A - Długie filmy były wygodne i dawały wrażenie produktywności, ale nie prowadziły do trwałego rozumienia.

2.2. B - Wyjaśnianie materiału bratu ujawniało luki we własnej wiedzy.

2.3. C - Krótkie, codzienne sesje okazały się skuteczniejsze niż ambitne, rzadko realizowane plany.

2.4. E - Nauka grupowa prowadziła do rozmów niezwiązanych z egzaminem.

Opcja D jest dodatkowa: żaden speaker nie zmienia metody z powodu rady nauczyciela.

3.1. community centre - in a room at the back of a local community centre.

3.2. clothes / clothing - spodziewano się elektroniki, największą kategorią były ubrania.

3.3. long queues - rezerwacje online wprowadzono, by ograniczyć długie oczekiwanie.

3.4. 620 - przybliżona miesięczna masa materiału, który nie trafia na wysypisko.

3.5. bicycles / bikes - najbardziej potrzebni są wolontariusze naprawiający rowery.

Co diagnozuje zestaw?

Obszar	Zadania
fakt vs opinia	1.3.

Obszar	Zadania
główna myśl i intencja	1.4.
wnioskowanie	1.2., 1.5.
zmiana opinii i dowód	1.6.
parafraza	1.1.-2.4.
dobieranie sensu	2.1.-2.4.
konkretne informacje	3.1.-3.5.
liczby i precyzja zapisu	3.4.

Wynik - interpretacja treningowa

To nie jest oficjalny przelicznik CKE, tylko narzędzie do diagnozy tego zestawu.

Wynik	Interpretacja
13-15	bardzo dobra kontrola sensu, parafrazy i szczegółów; przejdź do kolejnych pełnych zestawów
10-12	dobry wynik; przeanalizuj typ błędów, nie tylko liczbę punktów
7-9	potrzebny trening dystraktorów, wnioskowania i zadań otwartych
0-6	wrót do krótszych nagrań i ćwicz osobno główną myśl, szczegóły i parafrazę

Szybka ściągą po zestawie

Na rozszerzeniu nie próbuj tłumaczyć całego nagrania. Czytaj różnice między opcjami, słuchaj kontrastów i końcowej oceny, odróżniaj fakt od opinii, a w zadaniu otwartym zapisuj dokładnie tylko informację potrzebną do luki.

Najczęstsze błędy w listeningu - 15 pułapek, przez które tracisz punkty

Szybka ściągą na start

Czytaj pytanie. Nie poluj na identyczne słowo. Śledź osoby, kontrast i końcową decyzję. Po zgubieniu fragmentu idź dalej. W zadaniu otwartym zapisuj krótko i precyzyjnie. Po treningu zapisuj przyczynę każdego błędu, nie tylko poprawną literę.

W listeningu wiele utraconych punktów nie wynika z tego, że uczeń nie zna angielskiego. Problemem jest sposób słuchania: łapanie pierwszego podobnego słowa, ignorowanie pytania, mieszanie osób albo brak weryfikacji przy drugim odsłuchaniu.

1. Wybierasz odpowiedź po jednym wspólnym słowie

I considered taking the train because it was cheaper, but the last service leaves too early, so I booked a coach instead.

Pytanie: How will the speaker travel? A. by train, B. by coach, C. by car. Odpowiedź: **B**. Słowo train pojawia się wcześniej i przyciąga uwagę, ale końcowa decyzja to coach.

Naprawa: po usłyszeniu słowa z opcji nie zaznaczaj automatycznie odpowiedzi. Poczekać na czasownik decyzji lub rezultat: decided, booked, chose, ended up, in the end, eventually.

2. Nie czytasz dokładnie pytania

Pytanie	Czego szukasz
Why did she call?	powodu telefonu
What surprised her?	elementu nieoczekiwanego
What is she going to do?	przyszłej decyzji

Pytanie	Czego szukasz
What does she think about...?	opinii
Where are the speakers?	kontekstu i miejsca
What can be inferred?	wniosku, a nie cytatu

Dwie odpowiedzi mogą być prawdziwe w nagraniu, ale tylko jedna odpowiada na dokładnie zadane pytanie.

3. Zatrzymujesz się na pierwszej wersji planu

We were going to meet at the station at six. Then Maya texted to say her train was delayed, so we moved the meeting to the café opposite the theatre at half past six.

Jeśli pytanie dotyczy ostatecznego miejsca i czasu, poprawna odpowiedź to café opposite the theatre, 6:30. Station i 6:00 to prawdziwe informacje, ale nie rozwiązanie.

4. Mieszasz osoby

My sister loved the hotel because it was right on the beach. I preferred the apartment we stayed in the previous year because it was quieter.

Jeżeli pytanie dotyczy speakera, nie przenoś na niego opinii siostry. Etykietuj mówców: speaker, friend, sister, manager, expert.

5. Nie zauważasz negacji i ograniczeń

- not / never / hardly / rarely
- except / unless / only
- not until / no longer
- rather than / instead of
- not necessarily / not exactly / not quite

The course was not exactly easy, but I would not call it unfair either.

To nie znaczy ani "the course was easy", ani "the course was unfair". Ocena jest zniuansowana.

6. Mylisz fakt z opinią

Fakt	Opinia
The museum opened in 2018.	The museum is beautifully designed.
The ticket costs £12.	The ticket is excellent value.
The journey took three hours.	The journey felt endless.

Na rozszerzeniu ta różnica bywa wprost przedmiotem pytania. Opinia zwykle zawiera przymiotnik wartościujący, porównanie albo osobisty komentarz.

7. Tłumaczysz każde słowo

Tłumaczenie słowo po słowie obciąża pamięć roboczą. Gdy zatrzymujesz się na nieznanym wyrazie, nagranie idzie dalej.

Naprawa: po nieznanym słowie natychmiast wróć do sensu. Zapytaj: kto? co się zmieniło? jaka decyzja? jaki powód? jaka ocena? Nieznane słowo często nie jest potrzebne do odpowiedzi.

8. Ignorujesz słowa kontrastu

Sygnal	Na co zwrócić uwagę
but / however / though	informacja po kontraście koryguje wcześniejsze wrażenie
actually / in fact	korekta lub doprecyzowanie
although / even though	zestawienie dwóch pozornie sprzecznych faktów

Sygnal	Na co zwrócić uwagę
in the end / eventually	ostateczny rezultat
instead / rather than	wybór alternatywy

9. Zmieniasz odpowiedź bez dowodu

Drugie odsłuchanie nie służy do losowego poprawiania. Zmień odpowiedź tylko wtedy, gdy usłyszysz konkretny fragment, który obala pierwszą decyzję albo lepiej wspiera inną opcję.

10. Używasz obu odsłuchań tak samo

Pierwsze odsłuchanie to mapa sensu i odpowiedzi wstępne. Drugie to kontrola punktów niepewnych, liczb, negacji, osoby i ostatecznej decyzji. Pełna strategia jest w lekcji o dwóch odsłuchaniach (<https://maturaangielski.org/pierwsze-drugie-odsluchanie-listening-matura>).

11. Zapisujesz za dużo w zadaniu otwartym

Im dłuższa odpowiedź, tym więcej miejsc na niepotrzebny błąd lub sprzeczną informację. Jeśli luka wymaga jednego rzeczownika albo liczby, nie dopisuj całego zdania.

Zasada: najkrótsza odpowiedź, która jest precyzyjna, logiczna i zgodna z poleceniem, jest bezpieczniejsza niż rozwlekła.

12. Lekceważysz pisownię liczb i częstych słów

W zadaniach otwartych CKE stosuje szczegółowe zasady oceniania. W przypadku liczebników, godzin, numerów i wyrazów o wysokiej frekwencji poprawność zapisu może być wymagana w pełni. Po drugim odsłuchaniu sprawdź cyfry, końcówki i podstawową pisownię.

13. Nie korzystasz z gramatyki luki

Zdanie wokół luki podpowiada typ odpowiedzi. Po "a" oczekujesz rzeczownika w liczbie pojedynczej, po liczbie może pojawić się jednostka, po "because" pełniejsza przyczyna. Najpierw przewiduj kategorię informacji, potem słuchaj.

14. Panikujesz po zgubieniu fragmentu

Jedno nieusłyszane zdanie nie powinno kosztować kolejnych trzech punktów. Zostaw znak zapytania, przejdź dalej i wróć przy drugim odsłuchaniu. Efekt domina powstaje wtedy, gdy analizujesz poprzednie pytanie, a nagranie jest już przy następnym.

15. Analizujesz tylko wynik, a nie przyczynę

Informacja "mam 9/15" jest mniej użyteczna niż "trzy razy wybrałem pierwszą wzmiankę, dwa razy pomyliłem osobę, raz źle zapisałem liczbę". Tylko drugi opis mówi, co trenować.

Tabela diagnostyczna

Jeśli często...	Prawdopodobny problem	Ćwiczenie naprawcze
wybierasz opcję ze słowem z nagrania	word matching zamiast sensu	parafrazy i dystraktory (https://maturaangielski.org/p/arafrazy-dystraktory-listening-matura-angielski)
gubisz końcową decyzję	chronologia i kontrast	notuj X -> Y przy zmianach planu
mylisz osoby	brak etykietowania mówców	notuj inicjały lub role
tracisz zadania otwarte	precyzja, zapis, typ informacji	zadania otwarte (https://maturaangielski.org/zadania-otwarte-listening-matura-angielski) + liczby (https://maturaangielski.org/liczby-daty-godziny-listening-matura-angielski)

Jeśli często...	Prawdopodobny problem	Ćwiczenie naprawcze
nie rozumiesz A/B/C na rozszerzeniu	wnioskowanie, opinia, intencja	intencja i opinia (https://maturaangielski.org/intencja-opinia-postawa-listening-matura-angielski) + wnioskowanie (https://maturaangielski.org/wnioskowanie-informacje-posrednie-listening-matura-angielski)
po jednym błędzie tracisz następne	brak resetu uwagi	procedura: znak ? i natychmiast dalej
zmieniasz dobre odpowiedzi	brak dowodu	drugie odsłuchanie to weryfikacja, nie zgadywanie

Mini-test: nazwij błąd

1. Uczeń zaznacza TRAIN, bo to pierwsze słowo z opcji, choć speaker kończy "so I booked a coach instead". dopasowanie po słowie-kluczu i zignorowanie zmiany decyzji.
2. Pytanie brzmi "Why did she leave?", a uczeń zaznacza informację o tym, dokąd poszła. niedokładne czytanie pytania.
3. Speaker mówi, że kolega uważa kurs za świetny, ale sam ma mieszane zdanie. Uczeń wybiera "very positive". pomieszanie opinii osób.
4. Uczeń nie zna jednego słowa, zatrzymuje się na nim i nie słyszy kolejnej odpowiedzi. tłumaczenie każdego słowa i brak resetu.
5. Po pierwszym odsłuchaniu ma B, przy drugim nie słyszy nic nowego, ale zmienia na C. zmiana odpowiedzi bez dowodu.

Szybka ściągą

Pytanie przed nagraniem, sens przed słowem, osoba przed opinią, dowód przed zmianą odpowiedzi, krótko i precyzyjnie w zadaniach otwartych, przyczyna błędu po każdym treningu.

Jak trenować listening do matury z angielskiego - plan na 6 tygodni i checklista

Szybka ściągą na start

Nie ćwicz "więcej słuchania". Ćwicz konkretną umiejętność, rozwiąż maksymalnie po dwóch odsłuchaniach, analizuj dowód w transkrypcji i zapisuj typ błędu. Regularne 20-30 minut z analizą działa lepiej niż długie, bierne słuchanie.

1. Najpierw diagnoza, potem plan

Zanim zaczniesz plan, rozwiąż jeden pełny zestaw na 15 punktów: zestaw podstawowy (<https://maturaangielski.org/listening-zestaw-treningowy-matura-podstawowa>) albo zestaw rozszerzony (<https://maturaangielski.org/listening-matura-rozszerzona-zestaw-treningowy>). Nie zapisuj tylko wyniku - przy każdym błędzie wybierz kategorię.

Kod błędu	Co oznacza
S	szczegół - nie usłyszałem konkretnej informacji
P	parafraza - nie rozpoznałem tego samego sensu w innych słowach
D	dysfaktor - wybrałem przynętę lub pierwszą wzmiankę
I	intencja, opinia, postawa
W	wnioskowanie, informacja nie wprost
K	kontekst, osoba, relacja
O	zadanie otwarte - precyzja lub pisownia
U	uwaga - zgubiłem fragment lub nie wykorzystałem drugiego odsłuchania

Po jednym zestawie powinieneś wiedzieć, które 2-3 kategorie błędów wracają najczęściej. To one dostają najwięcej czasu w planie.

2. Rutyna 30 minut

Czas	Co robisz
5 min	czytasz opcje, przewidyujesz typ informacji, aktywujesz temat
10 min	słuchasz maksymalnie dwa razy i rozwiązujesz zadania
10 min	sprawdzasz transkrypcję i oznaczasz dokładny dowód
5 min	zapisujesz 3-5 parafraz albo jeden typ błędu do powtórki

Jeśli masz tylko 15 minut, zrób jeden krótki fragment z pełną analizą. To lepsze niż 30 minut biernego słuchania.

3. Plan 6-tygodniowy

Tydzień	Priorytet	Co robić
1	diagnoza i szczegóły	jeden pełny zestaw; krótkie nagrania; liczby, daty, godziny
2	parafrazy i A/B/C	porównywanie opcji, synonimy, dystraktory, zmiana planu, negacja
3	główna myśl i dobieranie	krótkie monologi, notatki 1-3 słowa po speakerze, eliminacja opcji
4	intencja, opinia, wnioskowanie	fakt vs opinia, ton, cel wypowiedzi, implied meaning, kontrast
5	zadania otwarte	luki, krótkie odpowiedzi, gramatyka luki, liczby, pisownia
6	pełne symulacje	2-3 pełne zestawy, dwa odsłuchania, analiza kodów błędów

4. Przykładowy tydzień - 4 sesje

Dzień	Sesja
poniedziałek	20-30 min: jeden typ zadania i analiza transkrypcji
środa	20-30 min: drugi typ zadania i 5 nowych parafraz
piątek	25-35 min: mieszany mini-zestaw, dokładnie dwa odsłuchania
niedziela	15-20 min: powtórka błędów z tygodnia i krótki retest

Jeśli uczysz się dwa razy w tygodniu, połącz poniedziałek ze środą oraz piątek z niedzielą. Regularność jest ważniejsza niż idealny kalendarz.

5. Co robić z transkrypcją?

1. Najpierw rozwiąż bez transkrypcji.
2. Po sprawdzeniu znajdź dokładne zdanie będące dowodem.
3. Podkreśl słowa z nagrania i zapisz, jak zostały sparafrazowane w poprawnej odpowiedzi.
4. Sprawdź dystraktor: dlaczego brzmiał wiarygodnie i co go wyklucza?
5. Odsłuchaj problematyczny fragment jeszcze raz dopiero po analizie.

Nie ucz się transkrypcji na pamięć. Ma wyjaśnić mechanizm odpowiedzi, a nie zastąpić listening - jeśli od razu czytasz tekst, ćwiczysz reading.

6. Bank parafraz

Nagranie	Możliwa parafraza w zadaniu
I could not afford it.	It was beyond his budget.
I changed my mind.	She reconsidered her decision.
It was packed.	There were too many people.

Nagranie	Możliwa parafraza w zadaniu
I did not expect it to be useful.	It proved more practical than expected.
We put it off.	The event was postponed.
I only did it because...	The main reason was...
It turned out well.	The final result was positive.
I was not convinced at first.	The speaker was initially doubtful.

Po każdej sesji dopisz 3-5 takich par. Po kilku tygodniach masz własny bank parafraz, który działa też w readingu.

7. Shadowing i dyktando

Tak, ale jako dodatek, nie zamiast zadań maturalnych. Krótkie dyktando pomaga, jeśli gubisz końcówki, liczby lub łączenie wyrazów. Shadowing poprawia rozpoznawanie naturalnego rytmu i redukcji. Wystarczy 3-5 minut na fragment, który wcześniej sprawił problem.

8. Plan awaryjny - 14 dni do matury

Dni	Plan
1-2	pełna diagnoza i lista trzech największych problemów
3-4	A/B/C, parafrazy, dystraktory
5-6	dobieranie, główna myśl, intencja
7-8	zadania otwarte, liczby, precyzja zapisu
9-10	wnioskowanie, fakt i opinia, kontekst
11	pełna symulacja

Dni	Plan
12	analiza wszystkich błędów z symulacji
13	krótkie ćwiczenia tylko na najslabszy obszar
14	lekka powtórka strategii, bez maratonu nowych materiałów

9. Checklista przed każdym treningiem

- Czy rozwiązuję bez transkrypcji?
- Czy ograniczam odsłuchanie do dwóch razy?
- Czy przeczytałem pytania i różnice między opcjami przed startem?
- Czy wiem, czy szukam szczegółu, głównej myśli, intencji, opinii, kontekstu czy wniosku?
- Czy po błędzie zapiszę jego przyczynę, a nie tylko poprawną literę?

10. Checklista na egzamin - przed nagraniem

- Przeczytaj polecenie, nie zakładaj formatu z pamięci.
- Podkreśl różnice między opcjami.
- W lukach przewiduj typ informacji: osoba, miejsce, liczba, rzecz, powód.
- Nie przewiduj dokładnego słowa, przewiduj znaczenie.

11. Checklista - pierwsze odsłuchanie

- Złap temat i kierunek wypowiedzi.
- Zaznacz odpowiedzi, gdy masz rozsądny dowód.
- Przy niepewności postaw mały znak ? i słuchaj dalej.
- Pilnuj zmian: but, however, actually, in the end, instead.
- Nie wracaj mentalnie do poprzedniego pytania.

12. Checklista - drugie odsłuchanie

- Weryfikuj przede wszystkim pytania oznaczone znakiem ?.
- Sprawdź osobę, czas, negację i końcową decyzję.
- W zadaniach otwartych popraw cyfry, godziny, nazwy i częste słowa.
- Nie zmieniaj odpowiedzi bez konkretnego dowodu.

13. Checklista po treningu

- Ile punktów zdobyłem?
- Jaki był kod każdego błędu?
- Który błąd powtarza się najczęściej?
- Jaki fragment był dowodem poprawnej odpowiedzi?
- Jaka parafraza łączyła nagranie z odpowiedzią?
- Co konkretnie ćwiczę w następnej sesji?

14. Kiedy jesteś gotowy na pełne arkusze?

Przejdź do regularnych pełnych symulacji, gdy w krótszych zestawach utrzymujesz uwagę przez dwa odsłuchania, rozpoznajesz parafrazę bez polowania na identyczne słowa i umiesz nazwać przyczynę większości błędów. Nie musisz mieć 100% - pełna symulacja sama jest częścią treningu.

Szybka ściągą - plan nauki

Diagnoza, kody błędów, 30 minut z analizą, sześć tygodni po typach zadań, bank parafraz, dwie symulacje na koniec i checklisty na egzamin.