



## 1. Að biðja um leyfi

### 1.1 Ég þarf ...



H2.70

Maria: Ég þarf að hætta snemma í vinnunni á föstudaginn.

Gísli: Af hverju?

Maria: Af því að ég þarf að fara út á flugvöll.

Gísli: Ertu að fara eitthvert?

Maria: Nei, ég þarf að sækja systur mína sem er að koma í heimsókn.

Gísli: En gaman! Góða skemmtun.

#### Spyrjið og svarið



Hvert þarf Maria að fara?

Hvern þarf hún að sækja?



### 1.2 Má ég fá frí?



H2.71

Rafael: Má ég fá frí á morgun eftir hádegi?

Ósk: Af hverju? Hvað þarft þú að gera?

Rafael: Ég þarf að fara til tannlæknis. Hann ætlar að draga úr mér tönn!

Ósk: Hvenær þarftu að fara?

Rafael: Klukkan hálfvö.

Ósk: Það er allt í lagi. Gangi þér vel.

#### Spyrjið og svarið



Hvað þarf tannlæknirinn að gera?

Hvenær þarf Rafael að fá frí?

Má Rafael fá frí?



### 1.3 Má ég fá að hringja?



H2.72

Mariuz: Afsakið, má ég fá að hringja? Síminn minn er batteríslaus.

Magnús: Ætlaðu nokkuð að hringja til Póllands?

Mariuz: Nei, nei. Bara í bróður minn og biðja hann um að sækja mig.

Magnús: Allt í lagi. Gjörðu svo vel.

#### Spyrjið og svarið



Hvert ætlar Mariuz að hringja?

Af hverju þarf hann að hringja?



### 1.4 Viltu skipta um vakt?



H2.73

Linda: Viltu skipta um vakt við mig á mánudaginn?

Renata: Áttu að vera á morgunvakt?

Linda: Já, og það er foreldraviðtal í skólanum hjá dóttur minni. Ég á að tala við kennarann klukkan 10.

Renata: Ekkert mál. Ég skal skipta við þig. Getur þú tekið kvöldvaktina mína?

Linda: Já, ég get það. Takk fyrir hjálpina.

#### Spyrjið og svarið



Hvað vill Linda gera?

Hvað á Linda að gera?

Hvað gerir Renata?



#### Hvað segir Fríða frænka?

Hvað **má** og **má ekki** á Íslandi?



Dæmi:

Það má ekki reykja inni á opinberum stöðum.

Það má mótmæla úti á götu!

RÍKISSTJÓRNINA  
BURT!



<b>Þarft þú</b> að fara til tannlæknis?	Já, <b>ég þarf</b> að fara til tannlæknis Já.
Hvenær <b>þarftu</b> að fara?	<b>Ég þarf</b> að fara klukkan tvö Klukkan tvö
<b>Má ég fá</b> frí á morgun?	Já, <b>þú mátt fá</b> frí Já. Nei, <b>þú mátt það ekki</b> .
<b>Má ég fá</b> að hringja? <b>Má ég</b> hringja?	Já, gjörðu svo vel.
<b>Viltu skipta</b> um vakt við mig?	Já, ekkert mál. Nei, því miður. Ég get það ekki.
Hvenær <b>átt þú að mæta</b> í skólann?	Klukkan átta.



### 1.5 Tölum saman!

- Hvað þarft þú að gera í dag?
- En hvað langar þig að gera?
- Hvað áttu að gera í skólanum?
- Hvað mátt þú ekki gera á Íslandi?
- Viltu fá frí í skólanum?



*Má sprengja flugelda á Íslandi í maí?*

### 1.6 Hlustaðu á samtalið og merktu við rétt svar

H2.74

#### 1. Jósef vill koma

- a. fyrr í vinnuna
- b. seinna í vinnuna
- c. á réttum tíma

#### 2. Hann þarf að

- a. fara í bað
- b. fara í bakarí
- c. fara í banka

#### 3. Hann má ekki

- a. koma seint
- b. koma snemma
- c. fara snemma

#### 4. Hann má

- a. koma seinna
- b. fara seint
- c. fara fyrr

## 2. Heilsan

### 2.1 Í vinnunni



H2.75

- Ásta: Æ, mér er svo illt í bakinu!
- Sóley: Hvað segirðu? Það er ekki gott. Hvað er að?
- Ásta: Ég veit það ekki. Ég ætla að fara í sund og heita pottinn á eftir.
- Sóley: Þú þarft að fara til læknis.
- Ásta: Já, ég geri það kannski á morgun.



Er þér illt í bakinu núna?

### 2.2 Næsta dag



H2.76

Ásta vaknaði klukkan sex í morgun og var ennþá illt í bakinu. Hún svaf ekki vel og var alltaf að vakna. Í dag er hún alveg stíf í bakinu og getur ekki beygt sig og ekki farið í sokkana! Hún verður að fara til læknis.

### 2.3 Að panta tíma



H2.77

- Ritari: Heilsugæslan, góðan dag.
- Ásta: Góðan daginn, ég ætla að panta tíma hjá lækni.
- Ritari: Hjá hvaða lækni ertu?
- Ásta: Hjá Ólafi. Áttu tíma í dag?
- Ritari: Nei, bara á morgun, klukkan tíu.
- Ásta: Mér er svo illt í bakinu, ég er alveg að drepast!  
Ég verð að fá tíma í dag.
- Ritari: Það er laust hjá Gunnjónu klukkan eitt. Viltu koma þá?
- Ásta: Já, takk. Ég kem þá.
- Ritari: Bíddu, hver er kennitalan þín?



**Mér er illt í**  
höfðinu  
hálsinum  
maganum  
bakinu  
hendinni  
fætinum



#### Hvað segir Fríða frænka?

**Heimilislæknir** vinnur á **heilsugæslustöð**.

Ert þú með heimilislækni?

Veist þú hvar heilsugæslan er í þínu hverfi?

## 2.4 Að tilkynna veikindi



H2.78

- Guðfinna: Ræstingin, Guðfinna.
- Símon: Er Ástrós ræstingastjóri við?
- Guðfinna: Já, augnablik. Ég skal ná í hana.
- Ástrós: Ástrós.
- Símon: Halló, þetta er Símon. Ég kem ekki í vinnuna í dag. Ég er veikur.
- Ástrós: Æ, æ. Hvað er að þér?
- Símon: Mér er svo rosalega illt í hálsinum og ég er líka með hita. Sonur minn er líka veikur.
- Ástrós: Það er ekki gott. Það er flensa að ganga.
- Símon: Ég kem örugglega ekki á morgun.
- Ástrós: Allt í lagi. Gangi þér vel. En þú þarft að koma með læknisvottorð þegar þú kemur aftur í vinnuna.
- Símon: Allt í lagi. Bless, bless.
- Ástrós: Blessaður.



Ég er <b>með</b>	höfuðverk	
Ert þú <b>með</b>	kvef?	
Hún er <b>með</b>	hálsbólgu og hósta	
Hann er <b>með</b>	hita	

Sonur minn er veikur í dag.
Dóttir mín er veik í dag.
Hann/Hún kemur ekki í skólann í dag.
Ég kem ekki í vinnuna í dag.

## 2.5 Merktu við rétta mynd



- Hann er með hita
- Hann er með hálsbólgu
- Hann er með hósta
- Hann er með höfuðverk











### Hvað segir Fríða frænka?

Það þarf stundum að skila **læknisvottorði** í vinnuna eða skólann. Þú færð læknisvottorð hjá lækni.



### 3. Aumingja Jóhanna!



H2.79

Jóhanna er oft þreytt. Hún vinnur allt of mikið og kemur seint heim. Þegar hún kemur heim sest hún fyrir framan sjónvarpið og borðar nammi. Hún fer seint að sofa og sefur ekki vel. Hún er ekki hress þegar hún vaknar. Hvað á Jóhanna að gera til að bæta heilsuna?



#### 3.1 Hvað er gott fyrir heilsuna? Hvað finnst þér?



*Það er gott að* \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

#### 3.2 Er þetta gott fyrir heilsuna?



- |                                  |                             |                              |                                  |
|----------------------------------|-----------------------------|------------------------------|----------------------------------|
| Að stunda líkamsrækt?            | <input type="checkbox"/> Já | <input type="checkbox"/> Nei | <input type="checkbox"/> Kannski |
| Að borða nammi á hverjum degi?   | <input type="checkbox"/> Já | <input type="checkbox"/> Nei | <input type="checkbox"/> Kannski |
| Að borða hollan mat?             | <input type="checkbox"/> Já | <input type="checkbox"/> Nei | <input type="checkbox"/> Kannski |
| Að horfa á fótbolta?             | <input type="checkbox"/> Já | <input type="checkbox"/> Nei | <input type="checkbox"/> Kannski |
| Að synda?                        | <input type="checkbox"/> Já | <input type="checkbox"/> Nei | <input type="checkbox"/> Kannski |
| Að sofa fyrir framan sjónvarpið? | <input type="checkbox"/> Já | <input type="checkbox"/> Nei | <input type="checkbox"/> Kannski |
| Að borða ís á sunnudögum?        | <input type="checkbox"/> Já | <input type="checkbox"/> Nei | <input type="checkbox"/> Kannski |
| Að hitta vini sína?              | <input type="checkbox"/> Já | <input type="checkbox"/> Nei | <input type="checkbox"/> Kannski |
| Að hlæja?                        | <input type="checkbox"/> Já | <input type="checkbox"/> Nei | <input type="checkbox"/> Kannski |
| Að gráta?                        | <input type="checkbox"/> Já | <input type="checkbox"/> Nei | <input type="checkbox"/> Kannski |
| Að fara í göngutúr?              | <input type="checkbox"/> Já | <input type="checkbox"/> Nei | <input type="checkbox"/> Kannski |
| Að kaupa skó?                    | <input type="checkbox"/> Já | <input type="checkbox"/> Nei | <input type="checkbox"/> Kannski |
| Að fara til útlanda?             | <input type="checkbox"/> Já | <input type="checkbox"/> Nei | <input type="checkbox"/> Kannski |
| Að hvíla sig?                    | <input type="checkbox"/> Já | <input type="checkbox"/> Nei | <input type="checkbox"/> Kannski |

*Góð heilsa er gulli betri!*

### 3.3 Tölum saman!

- a) Hvað þarft þú að gera á morgun? *Ég þarf að ...*
- b) Þarft þú stundum að skreppa í banka?
- c) Hvað kaupir þú í lyfjabúð?
- d) Ertu alltaf hress á morgnana?
- e) Borðar þú nammi á kvöldin?
- f) Stundar þú líkamsrækt?
- g) Mátt þú fá frí í íslenskutímanum?

### 3.4 Hvað gerir fólk fyrir heilsuna á Íslandi? H2.80

Á Íslandi er vinsælt að synda og margir fara í sund á hverjum degi. Það eru líka mjög margir sem stunda líkamsrækt og eiga árskort í ræktina. Á líkamsræktarstöðvum er hægt að hlaupa á hlaupabretti, lyfta lóðum og fara í leikfímistíma. Á sumrin er gott að fara út að ganga eða hjóla og á veturna er hægt að fara á skíði. Það eru einnig fjölmargir sem spila fótbolta, golf eða badminton á Íslandi.



### 3.5 Hvað gerir fólk fyrir heilsuna í þínu heimalandi?

---

---

---

---

---

## 4. Að byrja í nýrri vinnu



### 4.1 Um morguninn



H2.81

Verkstjóri: Stína! Má ég kynna þig fyrir Patrik. Hann er nýr starfsmaður.

Stína: Velkominn. Ég heiti Kristín, en ég er alltaf kölluð Stína.

Patrik: Sæl. Ég heiti Patrik.

Verkstjóri: Stína, viltu sýna honum Patrik vinnustaðinn og hjálpa honum í dag?

Stína: Já, alveg sjálfsagt.

### 4.2 Í hádeginu



H2.82

Stína: Komdu Patrik. Sestu hérna hjá mér.

Patrik: Takk, takk.

Stína: Jæja, hvernig líst þér á staðinn?

Patrik: Bara mjög vel. Geturðu hjálpað mér eftir matinn?

Stína: Já, auðvitað. Ekki vera feiminn að spyrja og biðja mig um hjálp.



### 4.3 Í kaffipásunni



H2.83

Verkstjóri: Patrik! Ég þarf að tala við þig. Getur þú talað við mig þegar þú ert búinn í kaffi?

Patrik: Já, ég kem rétt strax.

Verkstjóri: Komdu til mín á skrifstofuna.

### 4.4 Á skrifstofunni



H2.84

Verkstjóri: Hvernig gengur?

Patrik: Bara vel, held ég. En það er mikið að læra.

Verkstjóri: Hafðu ekki áhyggjur. Þú lærir þetta allt smám saman. Hérna er aðgangskortið þitt. Ég skal sýna þér hvernig þú átt að skrá þig inn. Þú þarft að skrá þig inn á morgnana og út á kvöldin þegar þú ert búinn að vinna.





#### 4.5 Spyrjið og svarið



- a) Hvað er Kristín kölluð?  
b) Hvað á Stína að gera? *Hún á að ...*  
c) Vill Patrik sitja hjá Stínu?  
d) Hver þarf að tala við Patrik?  
e) Hvernig gengur Patrik í vinnunni? *Honum gengur ...*

#### 4.6 Æfið ykkur að spyrja og svara – hátt og skýrt í kór!



##### Hópur A

Mig langar að spyrja þig nokkurra spurninga.  
Viltu sitja hjá mér?  
Viltu hjálpa mér?  
Getur þú talað við mig?  
Komdu strax til mín!  
Hvernig gengur hjá ykkur?

##### Hópur B

Já, gjörðu svo vel. Þú mátt spyrja mig.  
Já, auðvitað vil ég sitja hjá þér!  
Já, ég vil hjálpa þér.  
Ekkert mál. Ég skal tala við þig á eftir.  
Nei, bíddu! Ég kem til þín í kvöld!  
Það gengur æðislega vel hjá okkur!

#### 4.7 Skrifaðu rétt orð í eyðurnar



mig þig mér honum mín þér

Má ég sitja hjá þér? Gjörðu svo vel. Getur þú talað við \_\_\_\_\_ í kvöld?  
Stína, viltu sýna \_\_\_\_\_ vinnustaðinn? Ekki vera feimin að spyrja \_\_\_\_\_,  
ef þú skilur ekki. Komdu til \_\_\_\_\_ á eftir. Getur þú hjálpað \_\_\_\_\_?  
Ég þarf að tala við \_\_\_\_\_. Ég skal sýna \_\_\_\_\_ hvað þú átt að gera.

## 5. Hvað kann ég?



### 5.1 Skrifaðu tvö samtöl



- a) Þú þarft að fá frí í vinnunni eða skólanum
- b) Þú þarft að tilkynna veikindi
- c) Þú ætlar að panta tíma hjá lækni

#### Mundu eftir þessum sögnum:

**þurfa:** ég þarf að .../þarft þú að ...?

**mega:** ég má/mátt þú ...?

**vilja:** ég vil/vilt þú ...?

**langa:** mig langar/langar þig ...?

**eiga að ...:** ég á að .../átt þú að ...?

**ætla:** ég ætla að .../ætlar þú að ...?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### 5.2 Veldu rétt orð í eyðurnar



þarf langar heima fara vondu hvíla  
má veik hósta hita skólanum á

Sólrún er \_\_\_\_\_ heima í dag. Hún er með \_\_\_\_\_ og \_\_\_\_\_.

Hana \_\_\_\_\_ að \_\_\_\_\_ á tónleika í \_\_\_\_\_ í kvöld en hún

\_\_\_\_\_ það ekki. Hún \_\_\_\_\_ að \_\_\_\_\_ sig og vera \_\_\_\_\_.

Hún \_\_\_\_\_ að taka lyf þrisvar á dag. Hún er í \_\_\_\_\_ skapi og vorkennir sjálfri sér!

## 6. Sjálfsmat – Þetta kann ég!



### 1. Ég kann að spyrja og svara

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Hvað þarft þú að gera í dag?      | <input type="checkbox"/> Ég þarf að ...    |
| <input type="checkbox"/> Hvað langar þig að gera?          | <input type="checkbox"/> Mig langar að ... |
| <input type="checkbox"/> Hvað viltu gera um helgina?       | <input type="checkbox"/> Ég vil ...        |
| <input type="checkbox"/> Hvað átt þú að gera í skólanum?   | <input type="checkbox"/> Ég á að ...       |
| <input type="checkbox"/> Hvað mátt þú ekki gera á Íslandi? | <input type="checkbox"/> Ég má ekki ...    |

### 2. Ég kann að biðja um leyfi

Má ég ...  fara snemma í dag?  fá frí á morgun?  fá að hringja?

### 3. Ég kann að segja hvað er að þessu fólki



Henni er illt í bakinu



Honum er illt í höfðinu



Henni er illt í hálsinum



Hann er með hita

### 4. Ég kann að segja

Mér er illt í ...  höfðinu  maganum  bakinu  hálsinum  
Ég er með ...  hita  höfuðverk  hósta

### 5. Ég kann að tilkynna veikindi

Ég er veikur í dag  Ég er veik í dag  Dóttir mín er veik  Sonur minn er veikur

### 6. Ég kann að panta tíma hjá lækni

Ég ætla að panta tíma hjá ...

### 7. Ég kann að segja

Getur þú talað við mig?  Viltu hjálpa mér?  Komdu til mín

### 8. Hvað lærði ég fleira í 7. kafla?

---

---

### 9. Hvað ætla ég að nota?

---

---

### 10. Hvað þarf ég að læra betur?

---

---

## Hjálparsagnir + að + sögn í nafnhætti

*að þurfa\**

ég þú hann/hún/það við þið þeir/þær/þau	þarf þarft þarf þurfum þurfið þurfa	<b>að skreppa</b> í banka Parft þú <b>að vinna</b> mikið?  <b>að kaupa</b> nýjan ísskáp.
--	--	---

*að ætla\*1*

ég þú hann/hún/það við þið þeir/þær/þau	ætla ætlar ætlar ætlum ætlið ætla	<b>að kaupa</b> ís á eftir.  <b>að leigja</b> íbúðina sína. <b>að flytja</b> til Selfoss á næsta ári. ( <b>að fara</b> ) í frí til Spánar.
--	--	--

*að verða\*3*

ég þú hann/hún/það við þið þeir/þær/þau	verð verður verður verðum verðið verða	<b>að fara</b> til læknis. .  <b>að læra</b> íslensku.  <b>að taka</b> bankalán.
--	---	--

*að eiga\* að ...*

ég þú hann/hún/það við þið þeir/þær/þau	á átt á eigum eigið eiga	<b>að vinna</b> til 5.  <b>að mæta</b> kl. 9.  <b>að borga</b> skatta
--	---	---

## Hjálparsagnir + sögn í nafnhætti

*að mega\**

ég þú hann/hún/það við þið þeir/þær/þau	má mátt má megum megið mega	<b>fara</b> snemma úr vinnunni í dag.  <b>koma</b> seint á morgun.  <b>hætta</b> að vinna þegar þið eruð 67 ára.
--	--	--

*að vilja\**

ég þú hann/hún/það við þið þeir/þær/þau	vil vilt vill viljum viljið vilja	<b>læra</b> japönsku í Japan.  <b>syngja</b> í kór. <b>búa</b> á Ítalíu.  <b>eignast</b> barn.
--	--	---

**að vera illt í ...**

(nf)	<i>þgf</i>		<i>þgf</i>	(nf)
(ég)	<b>mér</b>	<b>er illt í</b>	<b>höfðinu</b>	(höfuðið)
(þú)	þér		maganum	(maginn)
(hann)	honum		fætinum	(fóturinn)
(hún)	henni		hendinni	(höndin)
(það)	því		bakinu	(bakið)
(við)	okkur		hálsinum	(hálsinn)
(þið)	ykkur		augunum	(augun)
(þeir)	þeim		eyrunum	(eyrun)
(þær)	þeim			
(þau)	þeim			

**að vera með ...**

	<i>þgf</i>
ég er með	höfuðverk
þú ert með	kvef
hann er með	hósta
hún er með	túrverki
það er með	hita
við erum með	svima
þið eruð með	vöðvabólgu
þeir eru með	ofnæmi
þær eru með	hálsbólgu
þau eru með	flensu

**að geta\*<sup>3</sup> + lýsingarháttur nútíðar**

Ég get ekki	<b>beygt</b> mig (beygja sig).
Þú getur	<b>farið</b> heim þegar tíminn er búinn.
Hann getur	<b>skipt</b> um vakt við mig.
Hún getur	<b>pantað</b> tíma hjá lækni á morgun.
Það getur	
Við getum	<b>keyrt</b> þig heim.
Þið getið	<b>hringt</b> í kennarann.
Þeir geta	
Þær geta	<b>bakað</b> köku fyrir afmælið.
Þau geta	

## Persónufornöfn í föllum

Eintala	<i>nefnifall (nf)</i>	ég	þú	hann	hún	það
	<i>þolfall (þf)</i>	mig	þig	hann	hana	það
	<i>þágufall (þgf)</i>	mér	þér	honum	henni	því
	<i>eignarfall (ef)</i>	mín	þín	hans	hennar	þess
Fleirtala	<i>nefnifall (nf)</i>	við	þið	þeir	þær	þau
	<i>þolfall (þf)</i>	okkur	ykkur	þá	þær	þau
	<i>þágufall (þgf)</i>	okkur	ykkur	þeim	þeim	þeim
	<i>eignarfall (ef)</i>	okkar	ykkar	þeirra	þeirra	þeirra

### Forsetningar: við, um + þolfall

<b>við</b>	Talaðu <b>við mig</b> á eftir!
<b>um</b>	Hann hugsar <b>um hana</b> .

### Forsetningar: hjá, frá + þágufall

<b>hjá</b>	Viltu sitja <b>hjá mér</b> ?
<b>frá</b>	Blómin eru <b>frá henni</b> .

### Forsetning: til + eignarfall

<b>til</b>	Komdu <b>til mín</b> í kvöld. Má ég hringja til <b>þín</b> á morgun?
------------	---

### Sagnir: spyrja, biðja + þolfall

<b>spyrja</b>	Ég ætla að <b>spyrja hann</b> .
<b>biðja</b>	Mig langar að <b>biðja þig</b> að vinna lengur.

### Sagnir: hjálpa, sýna + þágufall

<b>hjálpa</b>	Á ég að <b>hjálpa þér</b> ?
<b>sýna</b>	Viltu <b>sýna honum</b> vinnustaðinn?

### Sögn: sakna + eignarfall

<b>sakna</b>	Ég <b>sakna þín</b> . Við <b>söknum hennar</b> .
--------------	---

