*Program adaptacyjny (przystosowawczy) dla uczniów klas czwartych*

*Opracowały:*

*Małgorzata Borsiak*

*Teresa Drwalewska-Biesiada*

*Dorota Nowakowska-Adamiak*

*Agnieszka Nowakowska*

*Iwona Kaczkowska*

*Joanna Geraga- Matusiak*

*Sierpień 2014*

***Wstęp***

Pomiędzy klasą III a IV występuje tzw. „Próg szkolny”. Na ten okres przypada największa liczba szkolnych niepowodzeń. Wiąże się to nie tylko z istotnym przyspieszeniem procesu kształcenia, ale także zmianą autorytetów. Szkoła jako instytucja i nauczyciele w niej uczący powinni dążyć do tego, żeby stworzyć dzieciom jak najlepsze warunki rozwojowe, ponieważ dzieci w wieku szkolnym wymagają szczególnej opieki ze strony dorosłych.

Przejście uczniów do II etapu edukacji powoduje szereg nieoczekiwanych reakcji emocjonalnych. Nowy, nieznany budynek, inny wychowawca, nowi nauczyciele, wprowadzenie przedmiotów i skali ocen oraz szybkie tempo pracy, powodują „lęki szkolne” u czwartoklasistów. Bardzo ważne w tym okresie jest stworzenie przyjaznego klimatu w szkole, na który składają się relacje uczeń – nauczyciel oraz uczeń - grupa rówieśnicza, nie bez znaczenia jest również wpływ atmosfery rodzinnej.

Stosunki między rówieśnikami staną się bardziej przyjazne, jeżeli pomoże im w tym mądry, uczynny wychowawca.

Sprawdzian wiadomości będzie mniejszym stresem, jeśli nauczyciel zachęci dzieci do nauki, zaciekawi i wciągnie do współpracy. Nie jest to sprawa łatwa i wymaga od nauczycieli nie tylko fachowego przygotowania oraz znajomości psychologii, ale otwartej i opiekuńczej postawy w stosunku do ucznia.

Te wszystkie czynniki zadecydowały o podjęciu działań związanych z przygotowaniem Programu przystosowawczego dla uczniów klas czwartych w naszej szkole.

Dla zapewnienia ciągłości wychowania i kształcenia wszyscy nauczyciele uczący w klasie IV mają obowiązek zapoznać się z:

a/ Zadaniami szkoły na I etapie edukacyjnym ***/załącznik nr 1/***

b/ Treściami nauczania i umiejętnościami – wymaganiami szczegółowymi na koniec klasy III szkoły podstawowej ***/załącznik nr 2/.***

**Charakterystyka programu**

Program adaptacyjny (przystosowawczy) dla uczniów kl. IV opracowany został dla potrzeb uczniów, nauczycieli uczących w tych klasach i pozostałych pracowników szkoły.

**Główne cele programu to:**

1. Wdrożenie ucznia do procesu kształcenia w II etapie edukacji (nauczanie przedmiotowe).
2. Obniżenie stresu związanego z rozpoczęciem nauki w klasie IV.
3. Zwiększenie samodzielności uczniów.
4. Zwiększenie poczucia bezpieczeństwa i adaptacji ucznia w klasie i szkole.
5. Włączenie rodziców do współpracy podczas realizacji programu.

**Realizacja programu przewidziana jest w czterech obszarach:**

1. *Relacje nauczyciel wychowawca – wychowankowie*
2. *Relacje nauczyciele poszczególnych przedmiotów – uczniowie*

##### Relacje uczeń – uczeń

1. *Współpraca z rodzicami*

**A. Relacje nauczyciel wychowawca – wychowankowie**

Podstawowe zadanie dla wychowawców klas czwartych to tworzenie wspólnoty klasowej na bazie koleżeństwa, przyjaźni i tolerancji. Można to osiągnąć poprzez zaspokojenie następujących potrzeb uczniów:

- przynależności do grupy, akceptacji, uznania i bezpieczeństwa;

- współudziału i współpracy w zespole klasowym.

Prowadzone zajęcia w formie dyskusji zwiększają poczucie odpowiedzialności ucznia za to, co się dzieje w klasie, ożywiają kontakty oraz pozwalają rozwiązywać nurtujące klasę problemy. Dlatego w naszym programie proponujemy tematy lekcji wychowawczych, w których przeważa dyskusja. Przed zastosowaniem tej metody należy pamiętać o wprowadzeniu zasad dyskusji wspólnie ustalonych przez uczniów w klasie. Nauczyciel wychowawca musi kłaść duży nacisk na kształtowanie w klasie atmosfery wzajemnego szacunku i zaufania.

**Działania:**

1. Zorganizowanie w budynku przy ul Cegielnianej "drzwi otwartych" dla "trzecioklasistów"/lekcja biblioteczna, zwiedzanie szkoły , pokazowe zajęcia w klasie IV/;
2. Zgromadzenie informacji o uczniach od wychowawcy klasy III;
3. Zapoznanie uczniów z przedmiotami nauczania w klasie czwartej oraz nauczycielami uczącymi;
4. Przedstawienie planu zajęć lekcyjnych z uwzględnieniem sal lekcyjnych i gabinetów;
5. Wyjaśnienie informacji zawartych w WSO;
6. Przedstawienie zasad funkcjonowania szkoły, zapoznanie z obowiązującymi regulaminami i zasadami zachowania (biblioteka, świetlica, stołówka, szatnia, boisko, korytarze podczas przerw lekcyjnych, toalety);
7. Wybór samorządu klasowego i określenie jego zadań;
8. Przydział dodatkowych funkcji w klasie;
9. Wyjaśnienie praw i obowiązków ucznia;
10. Organizacja integracyjnych zajęć pozalekcyjnych i klasowych imprez okolicznościowych (m.in. organizacja wycieczek i rajdów);
11. Wdrażanie ucznia do racjonalnego planowanie czasu nauki, zabawy i wypoczynku;
12. Zaproponowanie sposobów radzenia sobie ze stresem i trudnościami;
13. Uczenie komunikowania swoich potrzeb oraz porozumiewania się z otoczeniem;
14. Współpraca z pedagogiem i psychologiem w celu właściwego poznania klasy.

W dalszej części programu przedstawione są propozycje tematów na lekcje wychowawcze ***/załącznik nr 3/*** oraz przykładowe scenariusze zajęć do wykorzystania przez wychowawców ***/ załącznik nr 4/***

**B. Relacje nauczyciele przedmiotów – uczniowie**

W klasach I –III prawie wszystkiego uczył jeden nauczyciel, teraz ten jednostkowy i silny autorytet skumulowany w jednej osobie rozproszył się, przestał działać sprawczo na wyniki kształcenia i wychowania. W związku z tym należy przygotować nauczycieli i uczniów do ich nowej roli. Każdy z uczących po przedstawieniu swoich wymagań, metod pracy i sposobów oceniania, powinien budować pozytywne relacje nauczyciel – uczeń i uczeń – uczeń oraz zbudować właściwą hierarchię wartości. Wprowadzenie do nauczania metod aktywizujących uczniów, zainteresowanie ich różnymi dziedzinami wiedzy oraz wspólne odkrywanie tajemnic świata i nauki pozwoli każdemu znaleźć swoje miejsce w otaczającej rzeczywistości.

**Działania:**

* + - 1. Przestrzeganie okresu „ochronnego” dla uczniów klas IV **(wrzesień miesiącem bez jedynek);**
      2. Zapoznanie uczniów z wymaganiami edukacyjnymi na poszczególne oceny oraz z przedmiotowym systemem oceniania;
      3. Zawarcie kontraktu nauczyciel – zespół klasowy;
      4. Budowanie relacji wzajemnej życzliwości, poszanowania i zaufania;
      5. Typowanie najpóźniej po I semestrze przez nauczyciela j. polskiego i matematyki dzieci , u których istnieje podejrzenie dysleksji (dysgrafii, dysortografii lub dyskalkulii) na badania do Poradni Psychologiczno- Pedagogicznej;
      6. Indywidualizacja procesu nauczania;
      7. Rozwijanie zainteresowań i zdolności uczniów;
      8. Stosowanie metod relaksacyjnych w praktyce pedagogicznej;
      9. Przestrzeganie zasad higieny pracy na zajęciach lekcyjnych;
      10. Zapisywanie na tablicy tematu i notatki z lekcji;
      11. Stała współpraca z wychowawcą klasy;
      12. Na lekcjach historii, przyrody, j. obcych, plastyki, muzyki, techniki, zajęć komputerowych nauczyć dzieci " jak należy się uczyć".

**C. Relacje uczeń – uczeń**

W klasie IV ze wzmożoną siłą pojawiają się autorytety ze środowisk rówieśniczych. Według badań socjologicznych wzrasta liczba tzw. „Gwiazd socjometrycznych” (dominujących w otoczeniu). Wyraźniejsze też stają się role społeczne, które istnieją w każdej grupie. Nasila się zjawisko „agresji” będące częścią reakcji na frustracje szkolne. Zachowując się agresywnie, uczniowie popadają w konflikty, są nieakceptowani, wyładowują swoją złość lub pragną zwrócić na siebie uwagę.

Dlatego też ważne jest budowanie pozytywnych relacji rówieśniczych i eliminowanie zachowań destrukcyjnych.

**Działania**

1. Kształcenie pozytywnych, aprobujących relacji rówieśniczych oraz zapobieganie niewłaściwym postawom rywalizacyjnym;
2. Uczenie sposobów rozwiązywania konfliktów;
3. Organizacja pomocy koleżeńskiej;
4. Uczenie komunikowania swoich potrzeb oraz porozumiewania się z otoczeniem;
5. Współpraca w wykonywaniu zadań;
6. Współorganizowanie imprez klasowych i szkolnych;
7. Włączenie uczniów do prac samorządu klasowego ;
8. Udział w akcjach charytatywnych;
9. Kształtowanie i wzmacnianie postaw tolerancji wobec drugiego człowieka;
10. Uczenie zachowań asertywnych.

**D. Współpraca z rodzicami**

Rodzice oczekują od szkoły zapewnienia indywidualnego rozwoju ich dziecka, atmosfery bezpieczeństwa i pobudzenia jego zdolności. Powinni wywierać ogromny wpływ na przyswajanie przez dzieci wartości, przekonań i zachowań. Od ich postawy zależy, jakie zachowania będą wybierały dzieci w sytuacjach trudnych i stresujących. Często rodzice przywiązują zbyt dużą wagę do ocen, pogłębiając nieświadomie lęki dziecka przed porażką w szkole, nie uwzględniając jego predyspozycji intelektualnych. Wygórowane ambicje rodziców jeszcze bardziej pogarszają i tak, trudny dla ucznia okres.

Nauczyciele wspierają rodziców w procesie wychowania i przy wzajemnej współpracy można oczekiwać prawidłowego rozwoju dziecka.

**Działania**

1. Zapoznanie rodziców z założeniami programu adaptacyjnego (przystosowawczego) dla uczniów kl. IV;
2. Przedstawienie WSO; PSO;
3. Zapoznanie z wymaganiami edukacyjnymi na poszczególne oceny z przedmiotów nauczania;
4. Pogadanki tematyczne dla rodziców (psycholog, pedagog, specjaliści z PPP);
5. Zebranie otwarte organizowane przez dyrekcję dla rodziców ( wrzesień);
6. Włączenie rodziców w działania na rzecz klasy i szkoły ( m.in. organizację imprez klasowych i szkolnych).

**Projekt ewaluacji**

Na początku klasy IV proponujemy przeprowadzenie przez wychowawcę (pedagoga, psychologa) ankiety wstępnej w celu poznania „miejsca” ucznia w klasie i jego relacji z rówieśnikami. Po analizie wyników proponujemy realizację „Programu adaptacyjnego (przystosowawczego) dla klas IV” ze szczególnym uwzględnieniem zaistniałych problemów.

Na zakończenie klasy IV ankieta końcowa będzie sprawdzianem przydatności i skuteczności zajęć prowadzanych w ramach „Programu adaptacyjnego (przystosowawczego) dla klas IV”.

Propozycje ankiet znajdują sięw ***załączniku nr 5.***

---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**Literatura:**

1. M. A. Show – Dziecięce lęki. O wychowaniu dziecka w świecie, który napawa go lękiem
2. B. Bleja – Sosna – Poradnik dydaktyczny godzin wychowawczych klasa IV – VI
3. M. Łobacki – Wychowanie w klasie szkolnej
4. M. Jalinik – Lęki szkolne
5. A. Roznowska – Zjawisko agresji i lęki szkolne.
6. A. Krzeszowiak – Jak radzić sobie ze stresem

**Załączniki**

*Załącznik nr 1*

**Zadania szkoły na I etapie edukacyjnym**

**Uwagi o realizacji**

1. Dla zapewnienia ciągłości wychowania i kształcenia nauczyciele uczący w klasie I szkoły podstawowej zo­bo­wiązani są znać *Podstawę programową wychowania przedszkolnego*.
2. Trzeba zadbać o adaptację dzieci do warunków szkolnych, w tym o ich poczucie bez­pieczeństwa. Czas trwania okresu adaptacyjnego określa nauczyciel, biorąc pod uwagę potrzeby dzieci.
3. Sale lekcyjne powinny składać się z dwóch części: edukacyjnej (wyposażonej w tablicę, stoliki itp.) i rekreacyjnej (odpowiednio do tego przystosowanej). Zalecane jest wyposażenie sal w pomoce dydaktyczne i przedmioty potrzebne do zajęć (np. liczmany), sprzęt audiowizualny, komputery z dostępem do Internetu, gry i zabawki dydaktyczne, kąciki tematyczne (np. przyrody), biblioteczkę itp. Uczeń powinien mieć możliwość pozostawienia w szkole części swych podręczników i przyborów szkolnych.
4. Wskazane jest, aby edukacja w klasach I-III odbywała się w zespołach rówieś­niczych liczących nie więcej niż 26 osób.
5. **Edukacja wczesnoszkolna** realizowana jest formie kształcenia zintegrowanego lub przedmiotowego z należytą troską o korelację treści wszystkich obszarów eduka­cyj­nych. Ze względu na prawidłowości rozwoju umysłowego dzieci, treści kształcenia powinny narastać i rozszerzać się w układzie spiralnym tzn. że w każ­dym na­stępnym roku edukacji wiadomości i umiejętności nabyte przez ucznia mają być powta­rzane i po­głębiane, a potem rozszerzane.
6. W klasach I-III edukację dzieci powierza się jednemu nauczycielowi. Jeżeli szkoła dyspo­nuje specjalistami w zakresie edukacji muzycznej, plastycznej, wychowania fizycz­nego, zajęć komputerowych i języka obcego nowożytnego, można im powierzyć realizację tych obszarów edu­ka­cyjnych.
7. **Edukacja polonistyczna**. W początkowym okresie kontynuowany jest, rozpo­czę­ty w przed­szkolu proces kształtowania dojrzałości dzieci do nauki czytania i pisa­nia. Umiejętności te kształtuje się według wybranej metody, dbając o łączenie czytania z pisaniem. W klasie I około połowy czasu przeznaczonego na edukację polonistyczną uczniowie mogą zajmować się rysowaniem i pisaniem, siedząc przy stolikach. Trzeba też pamiętać o tym, że klasa I jest pierwszym etapem nauki czytania i pisania, a umie­jętności te są intensywnie kształtowane w klasie II i III, tak aby uczniowie klasy III wykazali się umiejętnościami podanymi w podstawie programowej.
8. Ważnym celem edukacji polonistycznej jest rozwijanie u dzieci zamiłowania do czy­tel­­nictwa poprzez słuchanie pięknego czytania i rozmawianie o przeczytanych utwo­rach oraz korzystanie z bibliotek (np. biblioteki szkolnej). Dobór lektur ma uwzględnić następu­jące gatunki literatury dziecięcej: baśnie, bajki, legendy, opowiadania, wiersze, komi­ksy. Przy wyborze lektur trzeba się kierować realnymi umiejętnościami czytelniczymi dzieci, a także potrzebami wychowawczymi i edukacyjnymi. Dzieci powinny uczyć się na pamięć wierszy, fragmentów prozy, tekstów piosenek itp.
9. **Edukacja matematyczna**. W pierwszych miesiącach nauki w centrum uwagi jest wspomaganie rozwoju czynności umysłowych ważnych dla uczenia się matematyki. Dominującą formą zajęć są w tym czasie zabawy, gry i sytuacje zadaniowe, w których dzieci manipulują specjalnie dobranymi przedmio­tami, np. liczmanami. Następnie dba się o budowanie w umysłach dzieci pojęć liczbowych i sprawności rachunkowych na sposób szkolny. Dzieci mogą korzystać z zeszy­tów ćwiczeń najwyżej przez jedną czwartą czasu przeznaczonego na edukację matema­tyczną. Przy układaniu i rozwią­zywaniu zadań trzeba zadbać o wstępną matema­tyzację: dzieci rozwiązują zadania matematyczne manipulując przed­miotami lub obiektami zastępczymi, potem zapisują rozwiązanie w zeszycie w kratkę.
10. **Wiedza przyrodnicza** nie może być kształtowana wyłącznie na podstawie pakie­tów edukacyjnych, informacji z Internetu. Edukacja przyrodnicza powinna być realizowana także w naturalnym środowisku poza szkołą. W sali lekcyjnej powinny być kąciki przyrody. Jeżeli w szkole nie ma warunków do prowadzenia hodowli roślin i zwierząt, trzeba organizować dzieciom zajęcia w ogrodzie botanicznym, w gospodarstwie rol­nym itp.
11. **Zajęcia komputerowe** należy rozumieć dosłownie jako zajęcia z komputerami, prowadzone w korelacji z pozostałymi obszarami edukacji. Należy zadbać o to, aby w sali lekcyjnej było kilka kompletnych zestawów komputerowych z oprogramowaniem odpowiednim do wieku, możliwości i potrzeb uczniów. Komputery w klasach I-III są wykorzystywane jako urządzenia, które wzbogacają proces nauczania i uczenia się o teksty, rysunki i animacje tworzone przez uczniów, kształtują ich aktywność (gry i zabawy), utrwalają umiejętności (programy edukacyjne na płytach i w sieci), rozwijają zainteresowania itp. Uczniom klas I-III należy umożliwić korzystanie ze szkolnej pracowni komputerowej. Każdy uczeń powinien mieć tam do dyspozycji osobny komputer.
12. **Język obcy nowożytny**. Trzeba dzieciom organizować również inne, pozalek­cyjne formy nauki ję­zy­ka obcego np. zajęcia w szkolnym klubie, spotkania czy­telnicze w bibliotece, seanse filmowe w świetlicy szkolnej itp.
13. **Edukacja muzyczna**. Oprócz zajęć typowo muzycznych zaleca się włączanie muzyki do codziennych zajęć szkolnych jako tło tematu, przy organizacji aktywności ruchowej, w celu wyciszenia itp.
14. **Wychowanie fizyczne**. Zaleca się, aby zajęcia z dziećmi prowadzone były na boisku, w ogrodzie, w sali gimnastycznej itp. Czas przeznaczony na ten zakres kształcenia ma być przeznaczony na rozwijanie sprawności fizycznej i ruchowej uczniów.
15. Ze względu na specyfikę dziecięcego rozumowania w trakcie zajęć z etyki zaleca się analizę zachowania postaci literackich (z baśni, bajek, opowiadań itp.), filmowych i tele­wizyjnych. Uniknie się wówczas kłopotów wychowawczych wynikających z na­d­­­miernej, nieuzasadnionej i pochopnej nieraz krytyki wydarzeń z udziałem rówieś­ników.
16. Doceniając rolę edukacji zdrowotnej, treści z tego zakresu zostały umieszczone w wielu obszarach kształcenia, np. w obszarze wychowania fizycznego, edukacji przy­rodniczej i społecznej. Ze względu na dobro uczniów należy zadbać, aby rozumieli oni konieczność oraz mieli nawyk dbania o zdrowie swoje i innych.
17. Każde dziecko jest uzdolnione. Nauczyciel ma odkryć te uzdolnienia i rozwijać je. W trosce o to, aby dzieci odczuwały satysfakcję z działalności twórczej, trzeba stwa­rzać im warunki do prezentowania swych osiągnięć, np. muzycznych, wokalnych, recytatorskich, tanecznych, sportowych, konstrukcyjnych.
18. Ocena postępów ucznia ma charakter opisowy. W klasie III ocenę opisową można uzupełnić formą oceniania, która jest stoso­wana w klasach IV-VI szkoły podstawowej.
19. Zaleca się ocenianie postępów uczniów na podsta­wie ich aktywności edukacyjnej na zajęciach oraz analizy uczniowskich zeszytów i innych wytworów.
20. Szkoła organizuje:
    1. zajęcia opiekuńcze zapewniające dzieciom interesujące spędza­nie czasu, przyjazną atmosferę i bezpieczeństwo;
    2. zajęcia korekcyjno-wyrównawcze dla uczniów, którzy mają szczególne potrzeby (np. wada wymowy, wada postawy) lub mają trudności w sprostaniu wymaganiom szkoły;
    3. zajęcia rozwijające szczególne zdolności i zainteresowania uczniów.

*Załącznik nr 2*

**Wymagania szczegółowe na koniec klasy III szkoły podstawowej**

Edukacja wczesnoszkolna ma stopniowo i możliwie łagodnie przeprowadzić dziecko z kształ­cenia zintegrowanego do nauczania przedmiotowego w klasach IV-VI szkoły podstawowej. Edukacja wczesnoszkolna opisana jest poprzez:

1. zestaw celów edukacji wczesnoszkolnej i wynikających z nich ogólnych zadań szkoły;
2. wykaz wiadomości i umiejętności ucznia kończącego klasę I i ucznia kończącego klasę III;
3. opis szczegółowych zadań szkoły związanych z realizacją poszczególnych obszarów treści nauczania.

Powodem wyodrębnienia klasy I jest podkreślenie ciągłości procesu edukacji rozpoczętego w przedszkolu i kontynuowanego w szkole podstawowej. Chodzi też o uwzględnienie możli­wości rozwojo­wych ucznia klasy I, a także właściwe rozmieszczenie treści kształcenia w ra­mach I etapu edukacyjnego.

Zakres wiadomości i umiejętności, jakimi ma dysponować uczeń kończący klasę I, a póź­niej klasę III szkoły podstawowej ustalono tak, by nauczyciel mógł je zrealizować z uczniami o prze­ciętnych możliwościach. Jest to waż­ne założenie, gdyż wia­do­mości i umiejętności ukształ­­to­wa­ne w kla­sach I-III szkoły podstawowej stanowią bazę i punkt wyjścia do nauki w klasach IV-VI szkoły podstawowej.

W sprzyjających warunkach edukacyjnych można kształcenie zorganizować tak, by ucznio­wie nauczyli się znacznie więcej. Z drugiej strony, niektórym ucz­niom trzeba udzielić specjalis­tycz­­nej pomocy (zajęcia reedukacyjne, korekcyjno-wyrównaw­cze itp.), aby byli w stanie sprostać wymaganiom określonym w podstawie programowej kształcenia ogólnego.

**Cele kształcenia ­– wymagania ogólne**

Celem edukacji wczesnoszkolnej jest wspomaganie dziecka w rozwoju intelektu­alnym, emocjonalnym, społecznym, fizycznym, estetycznym i etycznym. Ważne jest również takie wychowanie, aby dziecko na miarę swoich możliwości było przygotowane do życia w zgo­dzie z samym sobą, ludźmi i przyrodą. Jednocześnie dąży się do ukształtowania sys­te­mu wiadomości i umiejętności potrzebnych dziecku do poznawania i rozumienia świata, radzenia sobie w codziennych sytuacjach oraz do kontynuowania nauki w klasach IV-VI szkoły podstawowej.

**Realizacja tych celów wymaga od szkoły:**

1. realizowania programu nauczania skoncentrowanego na dziecku, na jego indy­wi­du­al­nym tempie rozwoju i możliwościach uczenia się;
2. respektowania trójpodmiotowości oddziaływań wychowawczych i kształcących: uczeń- szkoła-dom rodzinny;
3. poszanowania godności dziecka, rozwijania jego predyspozycji i zdol­ności poznaw­czych;
4. kształtowania u dziecka pozytywnego stosunku do nauki oraz rozwijania cieka­wości w po­znawaniu otaczającego świata i w dążeniu do prawdy;
5. zapewnienia dziecku przyjaznych, bezpiecznych i zdrowych warunków do nauki i za­ba­wy, działania indywidualnego i zespołowego, rozwijania samodzielności oraz odpo­wie­­dzial­ności za siebie i najbliższe otoczenie, ekspresji plastycznej, muzycz­nej i ru­cho­wej, aktywności badawczej, a także działalności twórczej;
6. wyposażenia dziecka w umiejętność czytania i pisania, w wiadomości i sprawności matematyczne potrzebne w sytu­acjach życiowych i szkolnych oraz przy rozwiązy­waniu problemów na miarę ucznia klas początkowych;
7. dbałości o to, aby dziecko mogło nabywać wiedzę i umiejętności potrzebne do rozu­mie­nia świata, w tym zagwarantowania mu dostępu do różnych źródeł informacji i możli­wości korzystania z nich;
8. sprzyjania rozwojowi cech osobowości dziecka koniecznych do aktywnego i etycz­nego uczestnictwa w życiu społecznym.
9. **Edukacja polonistyczna. Uczeń kończący klasę III:**

1) korzysta z informacji:

* 1. uważnie słucha wypowiedzi i korzysta z przekazywanych informacji,
  2. czyta i rozumie teksty przeznaczone dla dzieci na I etapie edu­ka­cyjnym i wy­cią­ga z nich wnioski,
  3. wyszukuje w tekście potrzebne informacje i w miarę możliwości korzysta z obra­zko­wych słowników i encyklopedii,
  4. rozpoznaje formy użytkowe: życzenia, zaproszenie, zawiadomienie, list, notat­ka do kroniki;

1. analizuje i interpretuje teksty kultury:
   1. przejawia wrażliwość estetyczną, rozszerza zasób słownictwa poprzez kontakt z dziełami literackimi,
   2. w tekście literackim zaznacza wybrane fragmenty, określa czas i miejsce akcji, wskazuje głównych bohaterów,
   3. czyta teksty i recytuje wiersze z uwzględnieniem interpunkcji i intonacji,
   4. ma potrzebę kontaktu z literaturą i sztuką dla dzieci, czyta wskazane przez nauczyciela książki i wypowiada się na ich temat,
   5. korzysta pod kierunkiem nauczyciela z podręczników i zeszytów ćwiczeń oraz innych środków dydaktycznych;
2. tworzy wypowiedzi:
   1. wypowiada się w różnych formach: kilkuzdaniowa wypowiedź, krótkie opo­wia­­da­nie i opis, list prywatny, życzenia, zaproszenie,
   2. dobiera właściwe formy komunikowania się w różnych sytuacjach społecz­nych,
   3. uczestniczy w rozmowach: zadaje pytania, udziela odpowiedzi i prezentuje własne zdanie; poszerza zakres słownictwa i struktur składniowych,
   4. dba o kulturę wypowiadania się i poprawnie: artykułuje głoski, akcentuje wyrazy, stosuje pauzy i właściwą intonację w zdaniu oznajmującym, pyta­jącym i rozkazującym; stosuje formuły grzecznościowe,
   5. zna alfabet; dostrzega różnicę pomiędzy literą i głoską; dzieli wyrazy na sylaby; oddziela wyrazy w zdaniu, zdania w tekście,
   6. pisze czytelnie i estetycznie (przestrzega zasad kaligrafii), dba o popraw­ność ortogra­ficzną oraz interpunkcyjną,
   7. przepisuje teksty, pisze z pamięci i ze słuchu; w miarę samodzielnie reali­zuje pisemne zadania domowe.
3. **Język obcy nowożytny. Uczeń kończący klasę III:**
   * 1. wie, że ludzie posługują się różnymi językami, i że chcąc się z nimi porozumieć, trzeba nauczyć się ich języka (motywacja do nauki języka obcego);
     2. reaguje werbalnie i niewerbalnie na proste polecenia nauczyciela;
     3. rozumie wypowiedzi ze słuchu:
4. rozróżnia dźwięki, także w wyrazach o podob­nym brzmieniu,
5. rozpoznaje zwroty stosowane na co dzień,
6. rozumie ogólny sens krótkich opowiadań i baśni przedstawianych także za po­mo­cą obrazów, gestów,
7. rozumie sens prostych dialogów w historyjkach obrazkowych (także w nagra­niach audio i video);
   * 1. czyta ze zrozumieniem wyrazy i proste zdania;
     2. zadaje pytania i udziela odpowiedzi w ramach wyuczonych zwrotów, recytuje wier­sze, rymowanki i śpiewa piosenki, nazywa obiekty z otoczenia i opisuje je, bierze udział w miniprzedstawieniach teatralnych);
     3. przepisuje wyrazy i zdania;
     4. potrafi korzystać w nauce języka obcego ze słowniczków obrazkowych, książe­czek, środków multimedialnych;
     5. współpracuje z rówieśnikami w trakcie nauki.
8. **Edukacja muzyczna. Uczeń kończący klasę III:**
9. w zakresie odbioru muzyki:
   1. zna i stosuje następujące rodzaje aktywności muzycznej:

* śpiewa w zespole piosenki ze słuchu (nie mniej niż 10 utworów w ro­ku szkolnym); śpiewa z pamięci hymn narodowy,
* gra na instrumentach perkusyjnych (proste rytmy i wzory rytmiczne) oraz melo­dycznych (proste melodie i akompaniamenty),
* realizuje sylabami rytmicznymi, gestem oraz ruchem proste rytmy i wzory rytmiczne; reaguje ruchem na puls rytmiczny i jego zmiany, zmiany tempa, metrum i dynamiki (maszeruje, biega, podskakuje),
* tańczy podstawowe kroki i figury krakowiaka, polki oraz innego, prostego tańca ludowego,
  1. rozróżnia podstawowe elementy muzyki (melodia, rytm, wysokość dźwię­ku, akompaniament, tempo, dynamika) i znaki notacji muzycznej (między innymi wyraża ruchowo czas trwania wartości rytmicznych, nut i pauz),
  2. aktywnie słucha muzyki i określa jej cechy: rozróżnia i wyraża środkami pozamuzycznymi charakter emocjonalny muzyki, rozpoznaje utwory wykonane: solo i zespo­łowo, na chór i orkiestrę; orientuje się w rodza­jach głosów ludzkich (sopran, bas) oraz w instrumentach muzycznych (forte­pian, gitara, skrzypce, trąbka, flet, perkusja); rozpo­znaje podsta­wowe formy muzyczne – AB, ABA (wskazuje ruchem lub gestem ich kolejne części);

1. w zakresie tworzenia muzyki:
   1. tworzy proste ilustracje dźwiękowe do tekstów i obrazów oraz impro­wi­za­cje ruchowe do muzyki,
   2. improwizuje głosem i na instrumentach według ustalonych zasad,
   3. wykonuje proste utwory, interpretuje je zgodnie z ich rodzajem i funkcją.
2. **Edukacja plastyczna. Uczeń kończący klasę III:**
3. w zakresie percepcji sztuki:
   1. określa swoją przynależność kulturową poprzez kontakt z wybranymi dzie­ła­mi sztuki, zabytkami i z tradycją w środowisku rodzinnym, szkolnym i lo­kal­nym; uczestniczy w życiu kulturalnym tych środowisk, wie o istnie­niu placówek kultury działających na ich rzecz,
   2. korzysta z przekazów medialnych (na określonych zasadach); stosuje ich wy­two­ry w swojej działalności twórczej (zgodnie z elementarną wiedzą o pra­wach autora);
4. w zakresie ekspresji przez sztukę:
   1. podejmuje działalność twórczą posługując się takimi środkami wyrazu plas­tycznego, jak: kształt, barwa, faktura, w kompozycji na płaszczyźnie i w prze­strzeni (stosując określone materiały, narzędzia i techniki plas­tyczne),
   2. realizuje proste projekty w zakresie form użytkowych, w tym służące kształ­towaniu własnego wizerunku i otoczenia oraz upowszechnianiu kul­tury w środowisku szkolnym (stosując określone narzędzia i wytwory prze­kazów medialnych);
5. w zakresie recepcji sztuki:
   1. rozróżnia takie dziedziny działalności twórczej człowieka, jak: archi­tek­tura, sztuki plastyczne oraz inne określone dyscypliny sztuki (fotografika, film) i przekazy medialne (telewizja, Internet), a także rzemiosło artys­tyczne i sztukę ludową,
   2. rozpoznaje wybrane dzieła architektury i sztuk plastycznych należące do pol­skiego i europejskiego dziedzictwa kultury; opisuje ich cechy charakte­rystyczne posługując się podstawowymi terminami właści­wymi dla tych dziedzin działalności twórczej.
6. **Edukacja społeczna. Uczeń kończący klasę III:**
   * 1. odróżnia dobro od zła, stara się być sprawiedliwym i prawdomównym; nie krzyw­dzi słabszych i pomaga potrzebującym;
     2. identyfikuje się ze swoją rodziną i jej tradycjami; podejmuje obowiązki domowe i rzetelnie je wypełnia; rozumie sytuację ekonomiczną rodziny i dostosowuje do niej swe oczekiwania;
     3. wie, jak należy zachowywać się w stosunku do dorosłych i rówieśników (formy grzecznościowe); rozumie potrzebę utrzymywania dobrych relacji z sąsiadami w miejscu zamieszkania; jest chętny do pomocy, respektuje prawo innych do pracy i wypoczynku;
     4. jest tolerancyjny wobec osób innej narodowości, tradycji kulturowej itp.; wie, że ludzie mają te same prawa niezależnie od wyglądu, koloru skóry;
     5. zna prawa ucznia i jego obowiązki (w tym zasady bycia dobrym kolegą), respektuje je; uczestniczy w szkolnych wydarzeniach (na miarę swych możli­wości);
     6. zna najbliższą okolicę, jej ważniejsze obiekty, tradycje; wie w jakim regionie mieszka; uczestniczy w wydarzeniach organizowanych przez lokalną społeczność;
     7. zna symbole narodowe (barwy, godło, hymn) i najważniejsze wydarzenia histo­ryczne; orientuje się w tym, że są ludzie szczególnie zasłużeni dla miejscowości, w której mieszka, dla Polski i świata;
     8. wie, jak ważna jest praca w życiu człowieka; wie, jaki zawód wykonują jego naj­bliżsi i znajomi; czym zajmuje się np. kolejarz, aptekarz, policjant, weterynarz;
     9. zna zagrożenia ze strony ludzi; potrafi powiadomić dorosłych o wypadku, zagro­żeniu, niebezpieczeństwie; zna numery telefonów: pogotowia ratunkowego, straży pożarnej, policji oraz ogólnopolski numer alarmowy 112.
7. **Edukacja przyrodnicza. Uczeń kończący klasę III:**
8. obserwuje i prowadzi proste doświadczenia przyrodnicze, analizuje je i wiąże przy­czynę ze skutkiem;
9. opisuje życie w wybranych ekosystemach: w lesie, ogrodzie, parku, łące i zbior­ni­kach wodnych;
10. nazywa charakterystyczne elementy typowych krajobrazów Polski: nadmorskiego, nizinnego, górskiego;
11. wymienia zwierzęta i rośliny typowe dla wybranych regionów Polski; rozpoznaje i nazywa niektóre zwierzęta egzotyczne;
12. wyjaśnia zależności funkcjonowania przyrody od pór roku;
13. podejmuje działania na rzecz ochrony przyrody w swoim środowisku; wie, jakie zniszczenia w przyrodzie powoduje człowiek (wypalanie łąk, zaśmiecanie lasów, nadmierny hałas, kłusownictwo);
14. zna wpływ przyrody nieożywionej na życie ludzi, zwierząt i roślin:
    1. wpływ świa­tła słonecznego na cykliczność życia na Ziemi,
    2. znaczenie powietrza i wody dla życia,
    3. znaczenie wybranych skał i minerałów dla człowieka (np. węgiel i glina);
15. nazywa części ciała i organów wewnętrznych (np. serce, płuca, żołądek);
16. zna podstawowe zasady racjonalnego odżywiania się; rozumie konieczność kontro­lowania stanu zdrowia i stosuje się do zaleceń stomatologa i lekarza;
17. dba o zdrowie i bezpieczeństwo swoje i innych, (na miarę swoich możliwości); orientuje się w zagrożeniach ze strony roślin i zwierząt, a także w zagrożeniach typu powódź, huragan, śnieżyca, lawina itp.; wie, jak trzeba zachować się w takich sytuacjach.
18. **Edukacja matematyczna. Uczeń kończący klasę III:**
19. liczy (w przód i w tył) od danej liczby po 1, dziesiątkami w zakresie 100 i setkami od danej liczby w zakresie 1000;
20. zapisuje cyframi i odczytuje liczby w zakresie 1000;
21. porównuje dowolne dwie liczby w zakresie 1000 (słownie i z użyciem znaków <, >, =);
22. dodaje i odejmuje liczby w zakresie 100 (bez algorytmów działań pisemnych); sprawdza wyniki odejmowania za pomocą dodawania;
23. podaje z pamięci iloczyny w zakresie tabliczki mnożenia; sprawdza wyniki dzie­lenia za pomocą mnożenia;
24. rozwiązuje łatwe równania jednodziałaniowe z niewiadomą w postaci okienka (bez przenoszenia na drugą stronę);
25. rozwiązuje zadania tekstowe wymagające wykonania jednego działania (w tym zadania na porównywanie różnicowe, ale bez porównywania ilorazowego);
26. wykonuje łatwe obliczenia pieniężne (cena, ilość, wartość) i radzi sobie w sytu­acjach codziennych wymagających takich umiejętności;
27. mierzy i zapisuje wynik pomiaru długości, szerokości i wysokości przedmiotów oraz odległości; posługuje się jednostkami: milimetr, centymetr, metr; wykonuje łatwe obliczenia dotyczące tych miar (bez zamiany jednostek i wyrażeń dwumia­no­wa­nych w obliczeniach formalnych); używa pojęcia kilometr w sytu­acjach ży­cio­­wych, np. jechaliśmy autobusem 27 kilometrów (bez zamiany na metry);
28. waży przedmioty, używając określeń: kilogram, pół kilograma, dekagram; wyko­nu­je łatwe obliczenia, używając tych miar (bez zamiany jednostek i bez wyrażeń dwu­mianowanych w obliczeniach formalnych);
29. odmierza płyny różnymi miarkami; używa określeń: litr, pół litra, ćwierć litra;
30. odczytuje temperaturę (bez posługiwania się liczbami ujemnymi);
31. odczytuje i zapisuje liczby w systemie rzymskim od I do XII;
32. podaje i zapisuje daty; zna kolejność dni tygodnia i miesięcy; porządkuje chrono­logicznie daty; wykonuje obliczenia kalendarzowe w sytuacjach życiowych;
33. odczytuje wskazania zegarów: w systemach: 12- i 24-godzinnym, wyświetla­jących cyfry i ze wskazówkami; posługuje się pojęciami: godzina, pół godziny, kwadrans, minuta; wykonuje proste obliczenia zegarowe (pełne godziny);
34. rozpoznaje i nazywa koła, kwadraty, prostokąty i trójkąty (również nietypowe, poło­żone w różny sposób oraz w sytuacji, gdy figury zachodzą na siebie); rysuje odcinki o podanej długości; oblicza obwody trójkątów, kwadratów i prostokątów (w centymetrach);
35. rysuje drugą połowę figury symetrycznej; rysuje figury w powiększeniu i pomniej­szeniu; kontynuuje regularność w prostych motywach (np. szlaczki, rozety).
36. **Zajęcia komputerowe. Uczeń kończący klasę III:**
37. bezpiecznie korzysta z komputera:
    1. posługuje się myszą i klawiaturą,
    2. popraw­nie nazywa główne elementy zestawu komputerowego,
    3. korzysta z opcji w pro­gra­mach (stosownie do swoich możliwości i potrzeb edukacyjnych);
38. wyszukuje i korzysta z informacji:
    1. przegląda wybrane przez nauczyciela strony internetowe (np. stronę swojej szkoły),
    2. dostrzega elementy aktywne na stronie internetowej, nawiguje po stronach,
    3. odtwarza animacje i prezentacje multi­me­dialne;
39. tworzy teksty i rysunki:
    1. wpisuje za pomocą klawiatury litery, cyfry i inne znaki, wyrazy i zdania,
    2. wykonuje rysunki za pomocą wybranego edytora grafiki, np. z gotowych figur;
40. posługuje się programami i grami edukacyjnymi, rozwijając swoje zaintere­so­wa­nia;
41. zna zagrożenia wynikające z korzystania z komputera, Internetu i multimediów:
    1. wie, że praca przy komputerze męczy wzrok, nadweręża kręgosłup, ogranicza kontakty społeczne,
    2. ma świadomość niebezpieczeństw wynikających z anoni­mowości kontaktów i po­dawania swojego adresu,
    3. wie, jak groźne jest uzależ­nienie od komputera.
42. **Zajęcia praktyczno-techniczne. Uczeń kończący klasę III:**
43. poznał środowisko techniczne na tyle, że:
    1. orientuje się w sposobach wytwarzania przedmiotów codziennego użytku („jak to zrobiono?”): meble, domy, samochody, sprzęt gospodarstwa domo­wego,
    2. rozpoznaje rodzaje maszyn i urządzeń: transportowych (samochody, statki, samoloty), wytwórczych (narzędzia, przyrządy), informatycznych (kompu­ter, laptop, telefon komór­ko­wy); orientuje się w rodzajach budowli (budyn­ki mieszkalne, biurowe, przemysłowe, mosty, tunele, wieże) i urządzeń ele­ktrycz­nych (latarka, prądnica rowerowa),
    3. określa wartość urządzeń technicznych z punktu widzenia cech użytkowych (łatwa, trudna obsługa), ekonomicznych (tanie, drogie w zakupie i użytko­waniu), estetycznych (np. ładne, brzydkie);
44. realizuje „drogę” powstawania przedmiotów od pomysłu do wytworu:
    1. przedstawia pomysły rozwiązań technicznych: planuje kolejne czynności, dobiera odpowiednie materiały (papier, drewno, metal, tworzywo sztuczne, materiały włókiennicze) oraz narzędzia,
    2. rozumie potrzebę organizowania działania technicznego (praca indywi­du­alna i zespołowa, utrzymanie ładu i porządku w miejscu pracy),
    3. posiada umiejętności:
       * odmierzania potrzebnej ilości materiału,
       * cię­cia papieru i tektury,
       * montażu modeli papierowych i z tworzyw sztucznych (np. buduje la­tawce, makiety domów, mostów, modele samo­cho­dów, samolotów i statków),
       * w miarę możliwości, montażu obwodów elektrycznych, szeregowych i równoległych z wykorzystaniem gotowych zestawów.
45. **Wychowanie fizyczne i higiena osobista. Uczeń kończący klasę III:**
46. w zakresie sprawności fizycznej:
47. realizuje marszobieg trwający co najmniej 15 minut,
48. umie wykonać próbę siły mięśni brzucha oraz próbę gibkości dolnego od­cin­ka kręgosłupa;
49. w zakresie treningu zdrowotnego:
50. przyjmuje pozycje wyjściowe i ustawienia do ćwiczeń oraz wykonuje przewrót w przód,
51. skacze przez skakankę, wykonuje przeskoki jednonóż i obunóż nad niskimi przeszkodami,
52. wykonuje ćwiczenia równoważne bez przyboru, z przyborem i na przy­rządzie;
53. w zakresie sportów całego życia i wypoczynku:
54. posługuje się piłką: rzuca, chwyta, kozłuje, odbija i prowadzi ją,
55. bierze udział w zabawach, mini grach i grach terenowych, zawodach spor­to­wych, respektując reguły i podporządkowując się decyzjom sędziego,
56. właściwie zachowuje się w sytuacjach zwycięstwa i porażki;
57. w zakresie bezpieczeństwa i higieny osobistej:
58. rozumie potrzebę stosowania koniecznych dla zdrowia zabiegów higie­nicznych (np. mycie zębów, codzienne mycie całego ciała), dba o czystość odzieży (pamięta o zmianie bielizny, skarpet),
59. przestrzega zasad bezpiecznego zachowania się w trakcie zajęć ruchowych; posługuje się przyborami sportowymi zgodnie z ich przeznaczeniem,
60. potrafi wybrać bezpieczne miejsce do zabaw i gier ruchowych; wie, do kogo zwrócić się o pomoc w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia.

*Załącznik nr 3*

**Propozycja tematów na lekcje wychowawcze**

|  |  |
| --- | --- |
| Temat | Zadania do realizacji |
| 1. Moi nauczyciele w klasie czwartej | - przedstawienie nauczycieli uczących poszczególnych przedmiotów;  - poznanie „gabinetów przedmiotowych”  - przestawienie WOS |
| 2. Wybór samorządu klasowego.  Prawa i obowiązki ucznia. Regulamin klasowy. | - Organizacja i przeprowadzenie wyborów do samorządu klasowego;  - zapoznanie z kodeksem ucznia;  - Dyskusja – ustalenie zasad dyskusji;  - wprowadzenie norm obowiązujących w klasie, wspólnie opracowanych przez klasę. |
| 3. Jak być dobrym zespołem? | -Pogadanka: Co to jest zespół? Jakim zespołem jest moja klasa? Jak widzą i oceniają nas inni? |
| 4. Co ja mogę dać swojej klasie? | - Tworzymy plakaty: Co ja mogę dać klasie? Co ja oczekuję od klasy?  - Wykorzystując plakaty dokonujemy podziału obowiązków klasowych. |
| 5. Jak sobie radzić ze stresem? | - Dyskusja – Co to jest stres?  Jak sobie radzić ze stresem?  - Ankiety – „Odpowiedni dla Ciebie poziom stresu”, „Fizyczne oznaki stresu”  - Plakat - „Katalog antystresowy” |
| 6. Jak pokonać trudności w nauce? | - Uświadomienie ucznia co mu sprawia trudności, ile czasu poświęca na naukę i czy lubi szkołę  - Pogadanka i analiza trudności jakie pojawiają się w klasie. |
| 7. Moje zainteresowania. | - Prezentacja przez uczniów pasji;  - Dyskusja w grupach o własnych zainteresowaniach;  - Pogadanka „Moje marzenia” |

*Załącznik nr 4*

# Przykładowe scenariusze

# Scenariusz nr 1

# Temat zajęć: Moi nauczyciele w klasie czwartej

**Cele zajęć:**

* kształtowanie kultury zachowania ucznia;
* poznacie nauczycieli pracujących w naszej szkole;
* nabywanie umiejętności uczestniczenia w życiu szkoły;

**Metody realizacji:**

* pogadanka;
* prezentacja siebie.

**Materiały pomocnicze:**

* zeszyty;
* dzienniczki ucznia.

Nauczyciel wita się z uczniami wyraża ją radość z możliwości bycia wychowawcą w tej klasie. Wychowawca przedstawia się, zapisuje swoje imię i nazwisko na tablicy, chwilę opowiada o sobie (np.: jakiego uczy przedmiotu, jakie ma osiągnięcia).

1. Zapoznanie się z uczniami (dzieci przedstawiają się kolejno, mogą powiedzieć coś o sobie, co lubią, czym się interesują, albo o swojej rodzinie).

Mam na imię .....................................................................

Po szkole wolny czas spędzam, .........................................

Moje rodzeństwo ...............................................................

Jestem dobra w ...................................................................

2. Zapoznacie uczniów z organizacją roku szkolnego. Wychowawca podaje uczniom wszystkie dni wolne od zajęć szkolnych wg ustalonych przez władze oświatowe na dany rok szkolny. Uczniowie te informacje zapisują w zeszycie.

* Okres Świąt Bożego Narodzenia ............................................
* Ferie zimowe ..........................................................................
* Okres Świąt Wielkanocnych ...................................................
* Inne dni ...................................................................................
* Wakacje .................................................................................

3. Uczniowie z pomocą wychowawcy wpisują do dzienniczka ucznia imiona i nazwiska dyrektora i wicedyrektorów szkoły i nauczycieli uczących w klasie IV.

W zeszycie do lekcji wychowawczej zapisują:

# Funkcję dyrektora szkoły pełni ..................................................................... a wicedyrektora ................................................................................

# Moim wychowawcą jest .....................................................................................................

*W tym roku szkolnym będą mnie uczyć następujący nauczyciele:*

* *religia –*
* *język polski -*
* *język angielski / niemiecki -*
* *historia -*
* *przyroda –*
* *matematyka -*
* *technika –*
* *plastyka –*
* *muzyka-*
* *zajęcia komputerowe-*
* *wychowanie fizyczne –*

4. Uzupełnij wyrazy i zapamiętaj to zdanie

*Wszystkim .......................*(nauczycielom*) i pracownikom szkoły należy mówić ........................... (*dzień dobry*), tego wymaga kultura dobrego zachowania się ......................* (ucznia*).*

5. Krótka pogadanka z uczniami na temat: Dlaczego Dzienniczek Ucznia należy nosić codziennie do szkoły? Podczas tej pogadanki należy uświadomić uczniom, że jest on bardzo potrzebny do kontaktu wychowawcy z rodzicami i to że Dzienniczek Ucznia jest dla nich swego rodzaju ich dowodem osobistym.

Praca domowa

Polecenie wykonania w domu wizytówki. Wytnij z bloku rysunkowego kartkę 20x15 cm. Zegnij kartkę na pół i na jednej części 10x15 cm napisz swoje imię i nazwisko, boki możesz ozdobić rysunkami. Swoją wizytówkę ustawiaj na ławce na każdej lekcji w ciągu 2-3 miesięcy, będzie to pomoc dla nowych nauczycieli, którzy uczą Cię teraz w klasie IV.

# Scenariusz nr 2

**Temat zajęć: Wybór samorządu klasowego. Prawa i obowiązki ucznia. Regulamin klasowy.**

**Cele zajęć:**

* zapoznacie się z zasadami wyborów demokratycznych;
* zadania samorządu klasowego
* prawa i obowiązki ucznia;
* ustalenie planu pracy klasy.

**Metody realizacji:**

* rozmowa;
* praca w grupach
* prezentacja kolegów;
* dyskusja z wnioskami, samoocen.

**Materiały pomocnicze:**

* kratki papieru format A3
* mazaki;
* kartki do głosowania;
* urna wyborcza (karton odpowiednio przygotowany)

**Przebieg zajęć:**

1. Wybór samorządu klasowego
   * Uczniowie dobierają się w grupy 4-5 osobowe.
   * Pierwsze zadanie dla grupy: *„Wymień jakimi cechami powinien odznaczać się kandydat proponowany na członka samorządu klasowego?”* czas pracy 10 minut
   * Propozycje wypisują na arkuszu papieru następnie wieszamy w widocznym miejscu. Liderzy z poszczególnych grup prezentują wypisane cechy.
   * Powołanie „komisji wyborczej” składającej się z trzech uczniów, którzy zajmują miejsce przy urnie wyborczej.
   * Zgłoszenie przez uczniów kandydatów do samorządu klasowego. Zgłaszający motywuje kandydaturę kolegi lub koleżanki .
   * Wychowawca pyta proponowanego przez kolegów ucznia, czy zgadza się kandydować.
   * Jeden z członków komisji wyborczej zapisuje na tablicy nazwiska zgłoszonych koleżanek i kolegów do samorządu klasowego.
   * Uczniowie na kartce zapisują nazwisko tylko jednego kandydata i wrzucają do urny. Aby dodać ważności głosowaniu, każdy uczeń otrzymuje tylko jedną kartę, na której jest pieczątka szkoły.
   * Komisja wyborcza liczy głosy.
   * Gdy komisja pracuje wychowawca przedstawia uczniom WSO oraz ich prawa i obowiązki. Krótka pogadanka. Uczniowie zapisują w swoim zeszycie tekst: *„Znam Wewnątrzszkolny System Oceniania naszej szkoły. Wiem jakie są moje prawa i obowiązki”* i obok składają swój podpis
   * Ogłoszenie wyników głosowania przez członka komisji wyborczej.
   * Nauczyciel pyta kolejno wybranego ucznia czy pełnić tę funkcję. Gratuluje samorządowi klasowemu i dziękuje za pracę komisji wyborczej.
   * Uczniowie w zeszycie do lekcji wychowawczej zapisuję:

*Samorząd klasowy reprezentują:*

1. *gospodarz klasy-*
2. *zastępca gospodarza-*
3. *skarbnik-*
4. *łącznik z biblioteką-*
5. Wspólnie z klasą określamy obowiązki członków samorządu klasowego. Notujemy je na tablicy i dyskutujemy na ich temat.

# Scenariusz nr 3

**Temat zajęć: Jak być dobrym zespołem klasowym?**

**Cele zajęć:**

- cechy zespołu klasowego;

* zasady koleżeństwa;
* nauka współżycia w grupie.

**Metody realizacji:**

* pogadanka ze elementami dyskusji;
* drama ;

- praca w grupie.

**Materiały pomocnicze:**

* kratki papieru format A3
* mazaki.

**Przebieg zajęć:**

1. Pogadanka na temat zespołu klasowego. Pytania pomocnicze:
   * Czym jest zespól klasowy? - *Grupą uczniów*
   * Jakie są cechy zespołu klasowego? - *Nazwa klasy, ilość uczniów.*
   * Jakie są kryteria oceny zespołu klasowego? – *Średnia ocen w klasie, % frekwencji, oceny z zachowania, ilość uwag w dzienniku, osiągnięcia w konkursach przedmiotowych, sporcie, działalność na rzecz klasy i szkoły itp.*
   * Czy jeden uczeń w klasie może mieć negatywny lub pozytywny wpływ na cały zespół. *Tak (przykład)*
   * Jak sądzisz jakim zespołem jest nasza klasa? Jeżeli dobrym to dlaczego? Jeżeli złym to dlaczego?
2. Praca w zespołach (uczniowie dobierają się dowolnie 4-5 osobowe zespoły). Ich zadanie polega na opracowaniu cech dobrego zespołu klasowego. Swoje propozycje wypisują na kartkach A3. Przykłady:

* *szacunek do nauczycieli i samodyscyplina na lekcjach;*
* *używanie czarodziejskich słów: „dzień dobry”, „proszę”, „dziękuje”, „przepraszam”.*
* *wzajemna życzliwość: zwracamy się do siebie po imieniu.*
* *pomoc w trudnych sytuacjach, np.: podanie lekcji choremu koledze;*
* *troską o zachowanie i kulturę języka w szkole i poza szkołą;*
* *okazywanie szacunku młodszym kolegą;*
* *dawanie przykładu innym klasom dobrym zachowaniem całego zespołu;*
* *ciągła praca na dobrą opinię zespołu;*
* *organizowanie w klasie przyjemności dla siebie, wychowawcy i rodziców: zabawy, wycieczki, imprezy.*

Grupy przedstawiają swoje propozycje, następnie po dyskusji najtrafniejsze zapisują uczniowie w swoich zeszytach.

1. Scenka dramowa – inscenizacja improwizowana. Dzielimy klasę na dwie grupy. Czas na przygotowanie i odtworzenie po 6 minut dla obu grup.

## I na boisku szkolny

*Osoby:* 2 uczniów klasy I szkoły podstawowej, 3 uczniów klasy II gimnazjum i pozostali uczniowie klas IV

*Zadanie:* Przyjemne zabawy uczniów klasy IV kończą się konfliktem z uczniami starszych i młodszych klas. Podać przykłady znanych sytuacji.

## II na podwórku szkolnym

*Osoby:* 2 uczniów klasy I szkoły podstawowej, 3 uczniów lasy II gimnazjum i pozostali uczniowie klasy IV.

*Zadanie:* Konflikt spowodowany niechęcią wspólnych zabaw dzieci w różnym wieku kończy się pozytywnie. Pokazać jak wspólne zabawy dostarczają wszystkim radości.

Omówienie scenek przez uczniów. Wyciągnięcie wniosków.

#### **Scenariusz nr 4**

**Temat zajęć: Co ja mogę dać swojej klasie?**

#### **Materiały pomocnicze:**

Dwa plakaty z narysowanymi drzewami. Pierwszy z napisem – **Mogę się pochwalić, że....** (potrafię), drugi – **Mogę się pochwalić, że....** (bardzo lubię)

Karteczki dla każdego ucznia do wypełnienia według wzoru oraz klej.

1. Pogadanka na temat **przyjaźni i koleżeństwa.**W dyskusji można zwrócić uwagę na podane dla przykładu pytania: Dlaczego ludzie się przyjaźnią? Dlaczego jedni mają wielu przyjaciół a inni wcale? Jak zyskać przyjaźń, jak ją stracić? Jak należy postępować aby mieć przyjaciół i kolegów.

#### 2. Nauczyciel wprowadza uczniów w temat lekcji wyjaśniając im na czym polega współpraca w grupie i jakie ogromne znaczenie jest być w „zgranej klasie”. Prosimy uczniów o wyjaśnienie co według nich znaczy zgrana klasa.

#### 3. Nauczyciel wiesza na tablicy przygotowane plakaty i rozdaje uczniom kartki (wzór), dokładnie wyjaśniając na czym polega kolejne zadanie. Należy podkreślić, że życie nie polega tylko na braniu, o wiele więcej radości daje dzielenie się swoją wiedzą, umiejętnościami i zdolnościami z grupą kolegów, koleżanek i przyjaciół. Szczególnie wtedy, gdy najbliżsi znajomi potrafią to docenić. Każdy uczeń dzieli swoją kartkę na dwie części podpisuje i odpowiada na pytanie. Następnie przykleja na odpowiednie drzewo. Po zakończeniu pracy odczytujemy głośno propozycje uczniów i przydzielamy obowiązki klasowe. Przykład:

#### Uczeń lubi:

#### faunę i florę – dbanie o kwiaty i hodowle klasowe

#### muzykę rozrywkową – prowadzenie dyskotek klasowych;

#### pisać felietony – prowadzenie kroniki klasowej;

#### liczyć pieniądze – zbieranie pieniążków na potrzeby klasowe;

Uczeń potrafi:

* rysować – prowadzenie kroniki klasowej;
* świetnie ćwiczyć – prowadzenie ćwiczeń śródlekcyjnych;
* projektować – przygotowanie gazetek ściennych.

Plakaty wieszamy w klasie na widocznym miejscu.

4. Podsumowanie zajęć:

Oficjalnie przydzielenie uczniom funkcji w klasie na podstawie informacji zebranych w trakcie zajęć lekcyjnych

|  |  |
| --- | --- |
| ***... potrafię ...*** | ***... bardzo lubię ...*** |
|  | 🌣 |

#### **Scenariusz nr 5**

**Temat zajęć: Jak radzić sobie ze stresem?**

1. Wprowadzenie- wyjaśnienie uczniom co to jest stres.
   * Jeżeli nie czujecie się odprężeni, nie wierzycie w siebie, jesteście znudzeni to znak, że być może dopadł Was stres. Towarzyszy on nam zawsze więc musimy nauczyć się sobie z nim radzić.
2. Ćwiczenie grupowe: Co mnie stresuje? – Celem ćwiczenia jest poznanie czynników stresogennych i własnej odporności na stres.

* Każdy uczeń indywidualnie wypisuje na kartce przyczyny swoich stresów (kłótnie, publiczne wystąpienia, choroby, sprawdziany itd.)
* Na tablicy uczniowie wspólnie tworzą listę stresów.
* Trzema liniami podkreślają te propozycje, które wywołują u nic najsilniejsze stany napięcia, dwoma – średnie, jedną – najsłabsze.

Uczniowie dzielą się swoimi doświadczeniami w jaki sposób radzą sobie ze stresem. Rozmowę mogą ułatwić następujące pytania:

* jakie sytuacje wywołują u ciebie najsilniejszy stres w warunkach szkolnych i pozaszkolnych?
* które z sytuacji stresujących mobilizują mnie do działania, a które osłabiają moją aktywność i obniżają nastrój?
* jaka jest moja odporność na stres?
* jak ja radzę sobie z sytuacjami stresującymi, a jak inni?

1. Ustalenie właściwego dla siebie poziomu stresu

Uczniowie rozwiązują ankietę oraz ustalają jakie są fizyczne oznaki stresu.

##### **Ankieta – Odpowiedni dla ciebie poziom stresu**

*To, co dla jednego człowieka stanowi zagrożenie, dla innego może być przyjemnym urozmaiceniem. Jeśli chcesz wiedzieć, jak jest z Tobą, podkreśl przy każdym z pięciu punktów jedną możliwość, a lub b. Nie staraj się dobrze wypaść, nie ma tu odpowiedzi dobrych ani złych.*

**Ja zazwyczaj:**

**1a.** Uważam za właściwe odpoczywać od nauki lub pracy częściej, nie przemęczać się, prowadzić życie koleżeńskie.

**1b.** Poświęcam większość czasu nauce lub pracy, a jeśli marnuje czas na coś innego, to z poczuciem winy.

**2a.** Bardzo uważam, żeby się nie spóźnić

**2b**. Nie warto się śpieszyć.

**3a.** Jestem dobrym słuchaczem.

3b. Zdarza mi się komuś przerwać w pół zadania, żeby dokończyć je za niego.

**4 a**. Staram się zawsze nauczyć czegoś nowego.

**4b**. Nie mam cierpliwości do systematycznego uczenia się.

**5a.** Nienawidzę własnych błędów ale nie toleruje krytyki.

**5b.** Traktuje własne błędy i krytykę jako pożyteczną informację na przyszłość.

Wartość każdego stwierdzenia w punktach:

*1a=1; 1b=3; 2a=3; 2b=1; 3a=1; 3b=3; 4a=1; 4b=3; 5a=3; 5b=1*

Dodaj uzyskane punkty. Ich wartość określa odpowiedni dla Ciebie poziom stresu:

***0-4*** *oznacza szkodliwe bardzo niskie napięcie opisywane w kategoriach apatii i braku napędu do działań.*

***5-6*** *oznacza, że Twoje zachowania sprzyjają niskiemu napięciu i jest to zwykły dla Ciebie poziom stresu, z którym dobrze się czujesz; przy wyższym funkcjonujesz nieco gorzej.*

***7-8*** *oznacza, że najlepiej działasz w sytuacjach średniego napięcia i takiego poziomu stresu szukasz; przy wyższym i niższym nie czujesz się dobrze.*

***9-10*** *oznacza, że Twoje zachowanie sprzyja wysokiemu napięciu i jest to zwykły dla Ciebie pozom stresu, który lubisz; przy niższym nudzisz się iż zasypiasz.*

***11-15*** *oznacza szkodliwe, bardzo wysokie napięcie opisywane jako lękowo- agresywna dezorganizacja działania.*

##### **Fizyczne oznaki stresu**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Lp. | **Czy w sytuacji trudnej, ważnej lub stresującej:** | odpowiedzi | |
| 1 | Odczuwasz kołatanie serca? | TAK | NIE |
| 2 | Masz wilgotne dłonie? | **TAK** | **NIE** |
| 3 | Odczuwasz duszności? | **TAK** | **NIE** |
| 4 | Czujesz, jakby ci zaciskano obręcz wokół głowy? | **TAK** | **NIE** |
| 5 | Masz biegunkę? | **TAK** | **NIE** |
| 6 | Drżą Ci ręce i nogi? | **TAK** | **NIE** |
| 7 | Odczuwasz „przelewanie w żołądku”? | **TAK** | **NIE** |
| 8 | Brak śliny w ustach? | **TAK** | **NIE** |
| 9 | Odczuwasz sztywność lub bolesność karku? | **TAK** | **NIE** |
| 10 | Zaciskasz pięści lub żeby? | **TAK** | **NIE** |

Określenie osobistego nasilenia reakcji stresowej:

***2-3*** *odpowiedzi „TAK” – umiarkowana reakcja*

***4-5*** *odpowiedzi „TAK” – reakcja silna*

**powyżej 5** odpowiedzi „TAK” – zbyt wysoki poziom napięcia.

1. Ćwiczenie od 100 do 1

*Nauka odprężania się, koncentracji. Uczniowie siadają wygodnie i zamykają oczy. Nauczyciel podaje instrukcję:*

*Licz powoli, starając się bezgłośnie wymawiać liczby od 100 do 1. Pamiętaj o głębokich spokojnych, miarowych oddechach. Gdy dojdziesz do 1 – powiedz sobie w duchu: kiedy policzę od 1 do 5, będę wypoczęty, spokojny, będę miał dobre samopoczucie. Policz od 1 do 5 i otwórz oczy.*

Uczniowie mogą podzielić się swoimi odczuciami.

1. Ćwiczenia grupowe: (**Katalog antystresowy) – „Co mnie odpręża?”**

Uświadomienie uczniom roli aktywnego wypoczynku i sztuki w radzeniu sobie ze stresem.

Materiały: cztery arkusze papieru zatytułowane:

Książka, Film, Muzyka, Rekreacja, małe kartki mazaki i klej.

Przebieg:

* 1. Prowadzący zawiesza na ścianie 4 plansze zatytułowane: Książka, Film, Muzyka, Rekreacja.
  2. Uczniowie na małych karteczkach zapisują utyły książek, filmów, utworów muzycznych oraz zabaw ruchowych, które wprowadzają ich w dobry nastrój czy uspokajają.
  3. Uczniowie przyklejają na odpowiednich arkuszach karteczki tworząc „antystresowy katalog”
  4. Chętni uczniowie mogą reklamować swoje propozycje.

1. Podsumowanie

Stres jest zjawiskiem naturalnym i zupełnie bez podstawnie ulegamy katastroficznej mitologii stresu. Badania psychologiczne wykazują, że stres jest niezbędny dla rozwoju i stanowi podstawową cechę egzystencji człowieka. To dzięki stresowi działamy i zachowujemy czujność w trudnych sytuacjach, skupiamy uwagę, podejmujemy trafne decyzje i pokonujemy przeszkody, możemy sprawić, że stanie się on sojusznikiem w osiąganiu sukcesów i wytyczonych celów. Życie bez stresu nie stawia żadnych trudności do pokonania, powodów do rozwijania inteligencji i doskonalenia zdolności.

Stresu nie da się uniknąć, ale należy go kontrolować tak, aby stał się on czynnikiem pomocnym i mobilizującym. Ze stresem należy walczyć, ucząc się go łagodzić i skracać jego skutki, gdyż stawka jest wysoka – nasze zdrowie i dobre samopoczucie.

Pamiętaj:

**Możesz kontrolować stres.**

**To TY masz nim rządzić, a nie odwrotnie.**

**Ankieta – Jak radzę sobie ze stresem?**

Silny i długotrwały stres, często wymykający się spod kontroli jest szkodliwy i może utorować drogę chorobie. Nie chcąc dopuścić do tego należy dążyć do rozładowania go. Znanych jest wiele form relaksu i odprężenia organizmu.

Spośród podanych poniżej zadań, wybierz i podkreśl, typowe dla Ciebie sposoby radzenia sobie ze stresem.

* 1. Słucham muzyki
  2. Czytam książki
  3. Idę do kina
  4. Maluję lub rysuję
  5. Idę na spacer
  6. Gram w piłkę
  7. Gram na instrumencie muzycznym
  8. Piszę wiersze lub pamiętnik
  9. Śpię
  10. Rozmawiam z przyjaciółmi
  11. Jeżdżę na rowerze
  12. Mam swoje hobby
  13. Tańczę
  14. Biegam, trenuję
  15. Inne ..................................................

..................................................................

#### **Scenariusz nr 6**

**Temat zajęć: Jak pokonać trudności w nauce?**

1. Uczniowie podpowiadają na pytania pisemnie:

* Jakie przedmioty nauczania lubisz i dlaczego?
* Jakich przedmiotów nie lubisz i dlaczego?
* Jakie masz warunki do nauki w domu?
* Kto pomaga Ci w nauce?
* Wymień Twoje zajęcia pozalekcyjne?
* Ile czasu poświęcasz na naukę w ciągu dnia?
* Ile godzin dziennie spędzasz na świeżym powietrzu?

W tygodniu ......................................,

W sobotę i niedzielę ........................................,

Latem ....................................................,

Zimą .....................................................,

2. Uczniowie wspólnie uzupełniają tabelkę umieszczoną na tablicy. Wcześniej jednak nauczyciel wyjaśnia rodzaje trudności. Trudności wewnętrzne to zależne od ucznia, a trudności zewnętrzne, to zależne od innych. Uczniowie podają przykłady, analizujemy je, a uczniowie wpisują te , które dotyczą ich osobiście.

|  |  |
| --- | --- |
| Trudności wewnętrzne | Trudności zewnętrzne |
| Np.:   * nie mogę skupić uwagi * czuję znudzenie * jestem leniwy * mam złe samopoczucie (ból głowy) * czuję się przemęczony i niedotleniony (w klasie jest duszno) | Np.:   * myślę o kłopotach rodzinnych * rodzice są niezadowoleni ze mnie * koledzy rozmawiają na lekcji * nauczyciel – szybko mówi, za mało wyjaśnia, krzyczy, mówi za cicho * boję się nauczyciela * trudne lub nudne książki |

3.Jak pokonać trudności w nauce szkolnej?

WNIOSKI UCZNIA:

* porozmawiam z rodzicami o wszystkich moich trudnościach w nauce
* poproszę nauczyciela przedmiotu o szersze wyjaśnienie wiadomości, których nie rozumiem
* postaram się skupić uwagę na lekcji, zwłaszcza wtedy gdy nauczyciel wyjaśnia
* będę częściej wypoczywać na świeżym powietrzu
* ułożę sobie dokładny plan dnia i będę go przestrzegać
* odrabiając lekcję, zacznę zawsze od najtrudniejszych prac
* odrobię lekcje na bieżąco, tj. z dnia na dzień
* ustnie uczę się w domu opowiadając głośno, tak aby słyszeć co mówię i jak mówię

WNIOSKI WYCHOWAWCY

* porozmawiam z rodzicami o Waszych trudnościach w nauce
* poproszę nauczycieli przedmiotów aby wolniej i dokładniej wyjaśniali nowy materiał

#### **Scenariusz nr 7**

**Temat zajęć: Moje zainteresowania**

1. Prezentacja przez uczniów swoich zainteresowań (np. zaprezentowanie książek, maskotek, znaczków, widokówek, zdjęć sportowców, drużyn sportowych, itp.) Każdy uczeń uzasadnia, dlaczego przyniósł te przedmioty. Odpowiada również na pytania zadawane przez koleżanki i kolegów z klasy. (jako ostatni prezentuje swój przedmiot wychowawca, odpowiada na pytania uczniów, dając się im poznać od strony osobistych zainteresowań)

1. Dyskusja w grupach o własnych zainteresowaniach
2. Pogadanka „Moje marzenia”

*Załącznik nr 5*

**Ankieta wstępna**

*Chciałbym lepiej poznać Ciebie. Twoje koleżanki i kolegów, dlatego proszę byś powiedział/ odpowiedział na kilka pytań. Nie musisz się podpisywać – ankieta jest anonimowa. Bardzo Cię proszę o szczere odpowiedzi.*

1. Czy lubisz przebywać w szkole? Zaznacz kółkiem wybraną odpowiedź.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nie lubię | Raczej nie lubię | Raczej lubię | Lubię | Bardzo lubię |

2. Czy masz w klasie koleżanki i kolegów? Zaznacz wybraną odpowiedź.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Tak, mam jednego | Tak, mam kilku | Nie mam |

3. Na zajęciach zwykle jestem… Pomaluj wybrany przez siebie rysunek.

☺ 😐 ☹

4. Gdy mam kłopoty, na pewno pomoże mi … Podkreśl wybraną odpowiedź.

♥ Moja wychowawczyni

♥ Rodzice

♥ Koleżanka lub kolega

♥ Pani pedagog

♥ Pani psycholog

♥ Ktoś inny (napisz, kto?) ……………………………….

5. Na drugiej kartce narysowana jest nasza klasa. Gdzie Ty jesteś? Wybierz odpowiednią sylwetkę i pomaluj ją.

6. Jak myślisz, czy są w klasie uczniowie, którym inni dokuczają? Zaznacz kółkiem wybraną odpowiedź.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Tak, jest ich kilku | Tak jest jeden taki | Nie ma takiego | Nie wiem |

7. Jak myśli, który z przedmiotów w szkole będzie Cię interesował najbardziej?

……………………………………………………………….……………………….…….

……………………………………………………………………………..……….…..……

……………………………………………………………………………………..….…

**Ankieta końcowa**

*Chciałam poznać Twoje zdanie na temat, kolegów i koleżanek oraz jak czujesz się w szkole, dlatego proszę byś powiedział/odpowiedział na kilka pytań. Nie musisz się podpisywać – ankieta jest anonimowa. Bardzo Cię proszę o szczere odpowiedzi.*

1.Czy lubisz przebywać w szkole? Zaznacz kółkiem wybraną odpowiedź.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nie lubię | Raczej nie lubię | Raczej lubię | Lubię | Bardzo lubię |

2.Czy masz w klasie koleżanki i kolegów? Zaznacz wybraną odpowiedź.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Tak, mam jednego | Tak, mam kilku | Nie mam |

3. Na zajęciach zwykle jestem… Pomaluj wybrany przez siebie rysunek.

☺ 😐 ☹

4. W tych trudnych sytuacjach największą pomoc okazał mi:

♥ Moja wychowawczyni

♥ Rodzice

♥ Koleżanka lub kolega

♥ Pani pedagog

♥ Pani psycholog

♥ Ktoś inny (napisz, kto?) ……………………………….

5. Na drugiej kartce narysowana jest nasza klasa. Gdzie Ty jesteś? Wybierz odpowiednią sylwetkę i pomaluj ją.

6. Jak myślisz, czy są w klasie uczniowie, którym inni dokuczają? Zaznacz kółkiem wybraną odpowiedź.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Tak, jest ich kilku | Tak jest jeden taki | Nie ma takiego | Nie wiem |

7. Który przedmiot w szkole najbardziej lubisz?

……………………………………………………………….……………………….…….

……………………………………………………………………………..……….…..……

……………………………………………………………………………………..….……