

Wymagania edukacyjne

Rok szkolny 2015/2016

„Ćwiczenia z pomysłem” – oddziały Ia, Ib, Ic, Id

mgr Anna Ogierman
mgr Gabriela Galica-Uszczyk
mgr Teresa Kieś
mgr Małgorzata Gałżyn

1. Edukacja polonistyczna.

Wymagania na ocenę niedostateczny:	Wymagania na ocenę dopuszczający:	Wymagania na ocenę dostateczny :	Wymagania na ocenę dobry:	Wymagania na ocenę bardzo dobry:	Wymagania na ocenę celujący:
Umiejętności społeczne warunkujące porozumiewanie się i kulturę języka.					
Ma trudności ze słuchaniem wypowiedzi innych osób. Nie komunikuje w jasny sposób swoich potrzeb i odczuć.	Słucha wypowiedzi dzieci i dorosłych. Komunikuje w jasny sposób swoje potrzeby i odczucia.	Rozumie wypowiedzi innych. W miarę poprawnie gramatycznie wypowiada się na temat własnych przeżyć, wydarzeń z życia, ilustracji, czytanych i słuchanych tekstów. Wypowiada się w formie zdań prostych. Dzieli słowa na głoski i sylaby.	Słuchając tekstów odróżnia utwory wierszowane od prozy. Mówi na temat pełnym zdaniem. W wypowiedziach używa zwrotów grzecznościowych. Zadaje pytania i odpowiada na pytania innych osób.	Bierze udział w rozmowach inspirowanych literaturą. W wypowiedziach zachowuje zgodność formy wyrazowej. Stosuje w mowie elementy techniki języka mówionego: intonacja, tempo, pauza. Rozumie pojęcia związane z realizowaną tematyką i uwzględnia je w swoich wypowiedziach.	Wypowiada się swobodnie na każdy temat. Omawia etapy swojej pracy i ocenia efekty.

Umiejętności w zakresie czytania i pisania.					
Nie rozpoznaje liter podstawowych (bez dwuznaków i zmiękczeń), nie jest w stanie dokonać syntezy i analizy wzrokowo-słuchowej	Rozpoznaje litery podstawowe. Czyta głośno i po cichu sylaby i proste wyrazy. Pisze elementy literopodobne i litery	Rozpoznaje dwuznaki i zmiękczenia. Czyta głośno i po cichu wyrazy i zdania. Pisze poprawnie dwuznaki i zmiękczenia. Pisze swoje imię i	Zna wszystkie litery alfabetu. Czyta głośno i po cichu ze zrozumieniem zdania i krótkie teksty. Posługuje się ze zrozumieniem	Czyta ze zrozumieniem krótkie polecenia, skróty, teksty użytkowe, plany i elementy mapy, symbole, tabelki, piktogramy.	Biegłe czyta ze zrozumieniem. Czyta lektury nadobowiązkowe. Bezbłędnie pisze z pamięci i ze słuchu wyrazy i krótkie

nawet najprostszych sylab i wyrazów. Nie potrafi kreślić elementów literopodobnych ani liter podstawowych.	podstawowe. Podpisuje się z błędami.	nazwisko. Przepisuje litery, wyrazy, zdania za pomocą liter pisanych i drukowanych.	określeniami: wyraz, głoska, litera, sylaba, zdanie. Odtwarza poprawnie kształty wszystkich liter. Pisze z pamięci wyrazy. Przenosi wyrazy do następnej linijki, dzieląc je na sylaby. Potrafi samodzielnie korzystać z podręczników, zeszytów ćwiczeń, zeszytów. Korzysta z biblioteki.	Rozumie pojęcia zawarte w czytanych treściach. Ustala kolejność wydarzeń. Czyta lektury wskazane przez nauczyciela. Interesuje się książką i czytaniem. Pisze uwzględniając właściwy kształt liter, poprawne ich łączenie oraz równomierne położenie i pochylenie. Pisze z pamięci krótkie zdania o pisowni zgodnej z wymową. Podpisuje obrazy i ilustracje.	zdania z poznanymi na lekcjach wyrazami zawierającymi trudności ortograficzne. Samodzielnie korzysta z dodatkowych źródeł informacji.
Umiejętności w zakresie małych form teatralnych:					
Nie bierze udziału w zabawach teatralnych.	Bierze udział w zabawach teatralnych.	Odtwarza z pamięci krótkie teksty dla dzieci, np.: wiersze, piosenki, ale zdarzają się liczne pomyłki. Chętnie uczestniczy w zabawach teatralnych.	Odtwarza z pamięci krótkie teksty dla dzieci, np.: wiersze, piosenki, ale zdarzają się drobne pomyłki. Rozumie umowne znaczenie rekwizytu i umie się nim posłużyć w odgrywanej scenie.	Ilustruje mimiką, gestem, ruchem zachowania bohatera literackiego lub wymyślonego. Bezbłędnie odtwarza z pamięci teksty dla dzieci: wiersze, piosenki, fragmenty prozy.	Wykazuje się oryginalnością, inwencją twórczą w organizowanych zabawach teatralnych. Bierze udział w konkursach recytatorskich.

2.Edukacja muzyczna.

Wymagania na ocenę niedostateczny:	Wymagania na ocenę dopuszczający:	Wymagania na ocenę dostateczny :	Wymagania na ocenę dobry:	Wymagania na ocenę bardzo dobry:	Wymagania na ocenę celujący:
Umiejętności w zakresie odbioru i tworzenia muzyki:					
<p>Nie bierze udziału we wspólnym śpiewaniu piosenek. Nie potrafi powtórzyć najprostszej melodii. Nie interesuje się słuchaniem muzyki. Nie potrafi powtórzyć prostego schematu rytmicznego.</p>	<p>Śpiewa piosenki zespołowo. Słucha utworów muzycznych i niektóre z nich rozpoznaje. Wie, jak zachować się podczas śpiewania hymnu narodowego. Powtarza głosem proste melodie. Realizuje proste tematy rytmiczne ruchem całego ciała. Wyraża nastrój i charakter muzyki.</p>	<p>Śpiewa piosenki jednogłosowe indywidualnie i zespołowo. Wykonuje śpiewanki i rymowanki tematyczne. Kulturalnie zachowuje się podczas koncertu. Odtwarza proste rytmy głosem i na instrumentach perkusyjnych. Reaguje na zmianę tempa i dynamiki.</p>	<p>Z uwagą i zaangażowaniem słucha utworów muzycznych i je rozpoznaje. Wyraża nastrój i charakter muzyki płasząc i tańcząc. Reaguje na zmianę tempa i dynamiki. Chętnie akompaniuje do piosenek na różnych instrumentach perkusyjnych.</p>	<p>Świadomie i aktywnie słucha muzyki, potem wyraża swe doznania werbalne i niewerbalne. Realizuje proste tematy rytmiczne: tataizacją, ruchem całego ciała. Rozpoznaje różne rodzaje muzyki na podstawie nastroju, tempa i innych elementów. Dostrzega różnice w zakresie słuchanej muzyki. Potrafi rozpoznawać znaki muzyczne: metrum, klucz wiolinowy, półnuty, ćwierćnuty, i odpowiadające im pauzy.</p>	<p>Śpiewa indywidualnie podczas szkolnych akademii i uroczystości. Śpiewa w chórze szkolnym. Gra na instrumencie i prezentuje swoje umiejętności podczas szkolnych akademii i uroczystości. Interesuje się tworzeniem muzyki i grą na instrumencie w zakresie przekraczającym wymagania programowe.</p>

3. Edukacja plastyczna.

Wymagania na ocenę niedostateczny:	Wymagania na ocenę dopuszczający:	Wymagania na ocenę dostateczny:	Wymagania na ocenę dobry:	Wymagania na ocenę bardzo dobry:	Wymagania na ocenę celujący:
Umiejętności w zakresie wybranych dziedzin sztuki:					
Nie odróżnia technik malarskich od graficznych.	Potrafi odróżnić techniki malarskie od graficznych.	Potrafi odróżnić techniki malarskie od graficznych, malarstwo od rzeźby.	Rozpoznaje wybrane dziedziny sztuki: rzeźba, architektura, malarstwo, grafika.	Rozpoznaje wybrane dziedziny sztuki: rzeźba, architektura, malarstwo, grafika. Rozpoznaje także architekturę zieleni.	
Umiejętności w zakresie wyrażania własnych myśli i uczuć w pracach plastycznych:					
Nie podejmuje aktywności plastycznej.	Wypowiada się w różnorodnych technikach plastycznych na płaszczyźnie i w przestrzeni, prezentując różnorodne sceny.	Dbą o estetykę prac i dobrą organizację warsztatu pracy. Wykonuje ilustracje scen i sytuacji zgodnie z podanym kodem barw i kształtów. Zna zagrożenia zdrowotne wynikające z niewłaściwego korzystania z narzędzi multimedialnych.	Tworzy przestrzenne prace plastyczne: w rzeźbie, plastelinie, glinie, modelinie.	Wykonuje proste rekwizyty: lalka, pacynka i wykorzystuje je w małych formach teatralnych.	Wykazuje się oryginalnością i pomysłowością i inwencją twórczą posługując się różnymi środkami i technikami plastycznymi. Bierze udział w konkursach plastycznych i osiąga w nich sukcesy.

4. Edukacja społeczna z etyką.

Wymagania na ocenę niedostateczny:	Wymagania na ocenę dopuszczający:	Wymagania na ocenę dostateczny:	Wymagania na ocenę dobry:	Wymagania na ocenę bardzo dobry:	Wymagania na ocenę celujący:
Umiejętności społeczne:					
Nie ma właściwych relacji z rówieśnikami i dorosłymi. Nie potrafi współpracować.	Odróżnia dobro od zła w kontaktach z rówieśnikami i osobami dorosłymi. Wie, gdzie bezpiecznie organizować zabawy. Szanuje prawo innych do własnej obrzędowości i tradycji. Wie, że są różnice między ludźmi różnych narodów.	Zna zasady bycia dobrym kolegą. Kłania się starszym, stosuje zwroty grzecznościowe. Pamięta o oddaniu pożyczonych rzeczy i nie niszczy ich. Zna niektóre zagrożenia ze strony ludzi. Przestrzega zasad bezpieczeństwa w szkole. Szanuje swoją rodzinę. Pomaga innym i umie się dzielić z potrzebującymi. Wymienia poznane zwyczaje i obrzędy, typowe dla polskiej kultury i tradycji. Zna niektóre zagrożenia ze strony ludzi, wie do kogo i w jaki sposób należy	Zdaje sobie sprawę z tego, jak ważna jest prawdomówność. Wie, że nie wolno zabierać cudzej własności bez pozwolenia. Wie, do kogo należy zwrócić się o pomoc. Chętnie i zgodnie współpracuje z rówieśnikami w grupie. Nie dokucza dzieciom. Wie, że Polska znajduje się w Europie.	Stara się przeciwdziałać kłamstwu i obmowie. Zawsze przestrzega przepisów i zasad bezpieczeństwa w szkole. Wywiązuje się z powinności przydzielonych przez nauczyciela. Wie, że pieniądze otrzymuje się za pracę. Wie, że ludzie żyją w różnych warunkach- nie chwali się bogactwem.	Zna i zawsze przestrzega zasad i norm współżycia społecznego. Wyróżnia się swą postawą społeczną na tle społeczności szkolnej. Działa w klasowym Samorządzie Uczniowskim.

		zwrócić się o pomoc.			
Umiejętności w zakresie kształtowania przynależności do rodziny i społeczności lokalnej.					
Nie wie na czym polegają relacje w rodzinie i powinności wobec najbliższych.	Zna relacje rodzinne między najbliższymi.	Potrafi swoim bliskim okazywać miłość i przywiązanie. Identyfikuje się z rodziną i jej tradycjami. Wie, że nie należy dążyć do zaspokajania swoich pragnień kosztem innych członków rodziny.	Uczy się zachowań tolerancyjnych.	Dostosowuje oczekiwania własne do realiów ekonomicznych rodziny.	Bierze aktywny udział w projekcie regionalnym, prezentuje efekty pracy na forum.

5. Edukacja przyrodnicza.

Wymagania na ocenę niedostateczny:	Wymagania na ocenę dopuszczający:	Wymagania na ocenę dostateczny:	Wymagania na ocenę dobry:	Wymagania na ocenę bardzo dobry:	Wymagania na ocenę celujący:
Umiejętności w zakresie poszanowania przyrody żywej i nieżywej:					
Nie rozpoznaje roślin zwierząt i nie wie jaki jest cel ich hodowli. Nie zna pór roku i charakterystycznych zjawisk atmosferycznych.	Orientuje się jakie korzyści czerpie człowiek z hodowli zwierząt i roślin. Rozumie potrzebę pomagania zwierzętom podczas zimy i upalnego lata. Ubiera się stosownie do pory roku, nie naraża się na niebezpieczeństwo	Nazywa typowe gatunki zwierząt domowych. Rozpoznaje i nazywa ptaki i ssaki hodowane w gospodarstwach wiejskich. Wie, jak dbać o zwierzęta domowe. Wie, jak niektóre zwierzęta mogą być groźne:	Rozpoznaje rośliny i zwierzęta żyjące w lesie, w parku, w sadzie, w ogrodzie, na działce, na polu. Wie, jaki pożytek przynoszą zwierzęta środowisku: niszczenie szkodników przez ptaki, zapylanie roślin	Potrafi pielęgnować rośliny i zwierzęta w klasie .Zna sposoby przystosowania zwierząt do różnych pór roku: odloty, przyloty ptaków, zapadanie w sen zimowy. Zna zagrożenia dla środowiska ze strony człowieka: zatrucie	Aktywnie włącza się do działań na rzecz ochrony środowiska – akcje. Wykazuje się ponadprogramową wiedzą na temat środowiska przyrodniczego. Tworzy „zielnik” roślin.

	wynikające pogody.	drapieżniki, zwierzęta chore, zwierzęta chroniące swoje młode. Wymienia przykłady roślin w środowisku wodnym. Zna kolejne pory roku. Chroni przyrodę – nie śmieci, nie łamie roślin, zachowuje ciszę w parku, lesie. Wie, że należy oszczędzać wodę i segregować śmieci.	przez owady, spulchnianie gleby przez dżdżownice. Zna zagrożenia ze strony zjawisk przyrodniczych: burza, pożar, huragan, powódź. Wie, jak zachować się w sytuacji zagrożenia.	powietrza i wód, pożary lasów, wyrzucanie odpadów, palenie śmieci. Rozumie sens opakowań ekologicznych. Obserwuje pogodę i prowadzi obrazkowy kalendarz pogody. Rozpoznaje komunikaty o pogodzie w radiu i telewizji.	
--	--------------------	--	--	---	--

6. Edukacja matematyczna.

Wymagania na ocenę niedostateczny:	Wymagania na ocenę dopuszczający:	Wymagania na ocenę dostateczny:	Wymagania na ocenę dobry:	Wymagania na ocenę bardzo dobry:	Wymagania na ocenę celujący:
Umiejętności w zakresie czynności umysłowych:					
Nie klasyfikuje i nie tworzy zbiorów. Nie układa elementów rosnąco ,malejąco.	Kontynuuje regularny wzór – szlaczek. Tworzy i klasyfikuje zbiory. Układa elementy rosnąco, malejąco.	Określa położenie przedmiotów w przestrzeni. Ustawia przedmiot zgodnie z podanymi warunkami. Porównuje przedmioty o cechach przeciwstawnych. Porównuje liczebność	Określa położenie obiektów względem obranego obiektu. Wykonuje i kończy rozpoczęte zadanie. Nazywa dni tygodnia i miesiące w roku. Orientuje się na kartce papieru, aby odnajdywać	Układa rytmy z przedmiotów, klocków i modeli figury. Wyprowadza kierunki od siebie: po prawej stronie na lewo od. Zauważa, że jedna figura jest powiększeniem lub pomniejszeniem	Bierze udział w konkursach matematycznych i osiąga w nich wysokie wyniki.

		<p>zbiorów. Rozróżnia lewą i prawą stronę swojego ciała. Określa prawą i lewą stronę drugiej osoby, stojącej z tyłu i z przodu. Wyprowadza kierunki od innej osoby. Zauważa zjawiska symetrii w figurach geometrycznych i niektórych elementach otoczenia. Dostrzega stałe następstwa i regularność. Rozpoznaje i nazywa figury: koło, kwadrat, trójkąt, prostokąt. Układa figury z patyczków lub innych materiałów. Klasyfikuje przedmioty wg podanej jednej cechy. Ustala równoliczność.</p>	<p>informacje np.: w prawym górnym rogu, rysuje strzałki we właściwym kierunku.</p>	<p>drugiej. Ustala równoliczność mimo obserwowanych zmian w układzie elementów porównywanych zbiorów. W sytuacjach trudnych wymagających wysiłku intelektualnego zachowuje się rozumnie, dąży do wykonania zadania.</p>	
Umiejętności w zakresie sprawności rachunkowych:					
<p>Myli się przy przeliczaniu i zapisywaniu liczb w zakresie 10. Nie</p>	<p>Przelicza zbiory w zakresie 20, korzystając z konkretów lub</p>	<p>Zapisuje cyframi liczby do 20. Rozumie pojęcie liczby</p>	<p>Sprawnie dodaje i odejmuje w zakresie 10, poprawnie zapisuje te działania.</p>	<p>Wymienia kolejne liczebniki od wybranej liczby do 20, także wspak.</p>	<p>Rozwiązuje trudniejsze zadania tekstowe. Sprawnie liczy w zakresie</p>

wyznacza sumy i różnicy w zakresie 10. Nie potrafi zapisać działania.	rysunków. Liczy kolejno w zakresie 20. Zapisuje liczby cyframi w zakresie 10. Liczy kolejno w zakresie 10. Wyznacza sumy i różnice w zakresie 10 operując na konkretach.	w aspekcie głównym, porządkowym i miarowym. Oblicza i zapisuje proste działania z okienkiem. Rozwiązuje manipulacyjnie proste zadania matematyczne wyrażone w konkretnych sytuacjach, na rysunkach lub w słownie podanej treści.	Rozwiązuje i zapisuje rozwiązania zadań z treścią. Wymienia kolejne liczebności od wybranej liczby do 20.	Poprawnie rozwiązuje zadanie tekstowe i stosuje właściwy zapis cyfrowy oraz znaki działań. Sprawnie liczy – dostrzega regularność dziesiętkowego systemu liczenia.	wykraczającym poza program.
Umiejętności w zakresie dokonywania pomiarów:					
Nie potrafi mierzyć, warzyć, odmierzać płyny, odczytać pełną godzinę na zegarze.	Potrafi zmierzyć długość posługując się linijką. Zna pojęcia: centymetr, kilogram, litr, godzina. Rozpoznaje pełne godziny na zegarze.	Mierzy długości różnymi miarkami, ilości płynów dowolną miarką, masy wagą. Posługuje się kalendarzem - nazywa dni w tygodniu i miesiące w roku. Porównuje wyniki pomiarów - więcej, mniej, tyle samo.	Rozpoznaje czas na zegarze w takim zakresie, który pozwala mu orientować się w ramach czasowych wynikających z wykonywanych zajęć – pełne godziny. Różnicuje przedmioty: lżejszy, cięższy. Rozumie pojęcia: centymetr, kilogram, litr, godzina.	Orientuje się do czego służy kalendarz i potrafi z niego korzystać.	Dokonyuje pomiarów: długości, ciężaru, płynów i czasu.

Umiejętności w zakresie obliczeń pieniężnych:					
Nie rozpoznaje monet i banknotów. Nie radzi sobie w sytuacjach kupna i sprzedaży.	. Rozróżnia monety, banknoty – 10 zł.	Układa i rozwiązuje proste zadania o kupowaniu. Posługuje się pieniędzmi do 10 zł. Zna pojęcie długu i wie, że trzeba go spłacić.	Radzi sobie w sytuacjach kupna i sprzedaży. Potrafi zaplanować zakupy.	Zna wartość nabywczą monet i radzi sobie bez trudu w sytuacji kupna i sprzedaży.	

7. Zajęcia techniczne.

Wymagania na ocenę niedostateczny:	Wymagania na ocenę dopuszczający:	Wymagania na ocenę dostateczny:	Wymagania na ocenę dobry:	Wymagania na ocenę bardzo dobry:	Wymagania na ocenę celujący:
Umiejętności w zakresie wychowania technicznego:					
Nie zna zasad działania urządzeń domowych i nie potrafi się nimi posługiwać.	Zna zasady działania urządzeń domowych.	Wykonuje modele przestrzenne zgodnie z podaną instrukcją. Wykonuje prace papierowe zgodnie z instrukcją: wycina, zgina, skleja. Potrafi powiedzieć, jak działa wybrane urządzenie domowe.	Wie, jak ludzie wykorzystywali dawniej i wykorzystują dzisiaj siły przyrody: wiatr, woda. Buduje z różnych przedmiotów dostępnych w otoczeniu, np.: szałas, namiot, tor przeszkód, wagę.	Majsterkuje, wykonując np.: wiatraczki, tratwy, latawce. Konstruuje urządzenia techniczne z gotowych zestawów do montażu, np.: dźwigi, samochody, samoloty, statki, domy.	Wykazuje się ponadprogramową działalnością konstrukcji różnych urządzeń. Podejmuje działania w zakresie kreatywnego rozwiązywania problemów.
Umiejętności w zakresie bezpieczeństwa:					
Nie wie jak poruszać się po drogach i nie zna zasad ruchu drogowego. Nie potrafi korzystać ze	Wie, jak bezpiecznie poruszać się po drogach. Zna zasady bezpiecznego i prawidłowego	Ostrożnie obchodzi się z narzędziami i urządzeniami wykorzystywanymi podczas pracy.	Wie, jak należy zachować się w razie wypadku. Zna zagrożenia wynikające z	Zna telefony alarmowe. Orientuje się w sytuacji wypadku, np.: potrafi powiadomić	

środków komunikacji.	korzystania ze środków komunikacji.	Ostrożnie obchodzi się z lekami, środkami czystości i ochrony roślin- zna zagrożenia z niewłaściwego ich używania. Zna telefony alarmowe. Utrzymuje porządek wokół siebie: stolik, szafka, sala zabaw, szatnia. Sprząta po sobie i pomaga innym w utrzymaniu porządku.	niewłaściwego używania narzędzi i urządzeń technicznych. Wie, jak poruszać się na drogach – w tym na rowerze.	dorosłych. Właściwie reaguje na sygnały alarmowe, sytuacje niebezpieczne.	
----------------------	-------------------------------------	--	---	---	--

8. Wychowanie fizyczne i edukacja zdrowotna.

Wymagania na ocenę niedostateczny:	Wymagania na ocenę dopuszczający:	Wymagania na ocenę dostateczny:	Wymagania na ocenę dobry:	Wymagania na ocenę bardzo dobry:	Wymagania na ocenę celujący:
Umiejętności w zakresie kształtowania sprawności fizycznej:					
Nie jest aktywny na zajęciach. Nie przestrzega reguł i zasad.	Uczestniczy w zajęciach rozwijających sprawność fizyczną. Współpracuje z partnerem.	Poprawnie wykonuje ćwiczenia gimnastyczne i proste układy taneczne. Wykonuje skoki jedno- i obunóż nad niskimi przeszkodami. Pokonuje wyznaczone odległości: marszem,	Potrafi wykonać ćwiczenia równoważne. Potrafi sprawnie pokonywać przeszkody naturalne i sztuczne.	Umie toczyć i kozłować piłką. Skacze przez skakankę. Rozumie konieczność rozwijania sprawności fizycznej.	Uprawia wybraną dyscyplinę sportową.

		biegiem, na czworakach. Reaguje ruchem na zmiany rytmu, tempa i głośności: zabawy orientacyjno porządkowe z zastosowaniem sygnałów dźwiękowych. Potrafi chwycić piłkę i rzucić ją do celu i na odległość.			
Umiejętności w zakresie elementów wychowania zdrowotnego:					
<p>Nie rozumie sytuacji, które zagrażają zdrowiu i życiu. Nie wie, że należy pomagać niepełnosprawnym.</p>	<p>Wie, że nie może samodzielnie zażywać leków. Wie, że dzieci niepełnosprawne znajdują się w trudnej sytuacji, pomaga im.</p>	<p>Wie, jak prawidłowo siedzieć w ławce i przy stole. Wie, że należy stosować konieczne dla zdrowia zabiegi higieniczne : mycie włosów, całego ciała, mycie zębów. Wie, że należy kontrolować stan zębów u stomatologa. Rozumie utrudzenia w funkcjonowaniu niepełnosprawnych i pomaga im.</p>	<p>Dbą o prawidłowy sposób siedzenia w ławce i przy stole. Wie, że choroby są zagrożeniem dla zdrowia. Zna zalety aktywnego wypoczynku.</p>	<p>Wie, że chorobom można zapobiegać poprzez: szczepienia ochronne, właściwe odżywianie się, aktywność fizyczną i przestrzeganie higieny. Dbą o swoje zdrowie, aktywnie wypoczywa.</p>	