

**E -BOOK**  
**ZESZYT ĆWICZEŃ I ZABAW DLA**  
**UCZNIÓW KLASY I**

## Drodzy Uczniowie

*Przed wami pierwszy rok nauki szkolnej. Zapewne wielu z was nie może się doczekać tego, co przyniosą kolejne dni. Wiemy, że lubicie nowe wyzwania i chętnie poznajecie nową wiedzę. Dlatego powstał ten zeszyt ćwiczeń i zabaw. Stanowi on uzupełnienie do wiedzy, którą zdobywacie na lekcjach w szkole. Zamieszczone tutaj ćwiczenia i zabawy pozwolą wam utrwalić oraz udoskonalić posiadane przez was umiejętności w zakresie czytania, pisania, dodawania i odejmowania. Odkryjecie również ciekawostki ze świata przyrody i poznacie historię naszego kraju.*

*Życzymy wam inspirującej zabawy.*





## Kilka uwag

Zeszyt ćwiczeń został podzielony według różnych umiejętności. Na każdej stronie na dole znajdują się informacje, jakie umiejętności będziemy rozwijać/ sprawdzać podczas wykonywania zamieszczonych na tej stronie ćwiczeń.



## Utrwalamy alfabet

Aa

Aa



album

A A A A A A A A A

A A A A A A A A A

a a a a a a a a a a a a a a a

a a a a a a a a a a a a a a a

a a a a a a a a a a a a a a a

*Kształcenie umiejętności pisania liter*



# Bb



# *Bb*

**b**ut

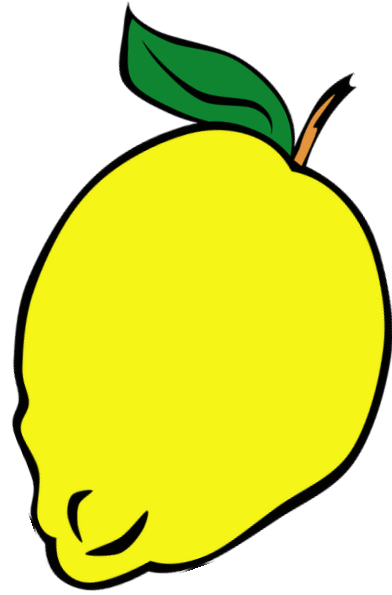
Tracing practice for uppercase 'B' and lowercase 'b' on ruled lines. The first two rows show uppercase 'B' (10 letters each, with the first letter solid and the rest dashed). The next three rows show lowercase 'b' (10 letters each, with the first letter solid and the rest dashed).

*Kształcenie umiejętności pisania liter*



Cc

Cc



cytryna

C C C C C C C C C C C C C C C C

C C C C C C C C C C C C C C C C

c c c c c c c c c c c c c c c c

c c c c c c c c c c c c c c c c

c c c c c c c c c c c c c c c c

*Kształcenie umiejętności pisania liter*



D d



*D d*

dom

D D D D D D D D D

D D D D D D D D D

d d d d d d d d d

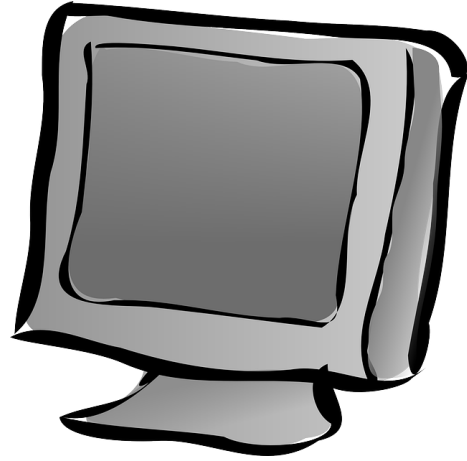
d d d d d d d d d

d d d d d d d d d

*Kształcenie umiejętności pisania liter*



Ee



Ee

ekran

---

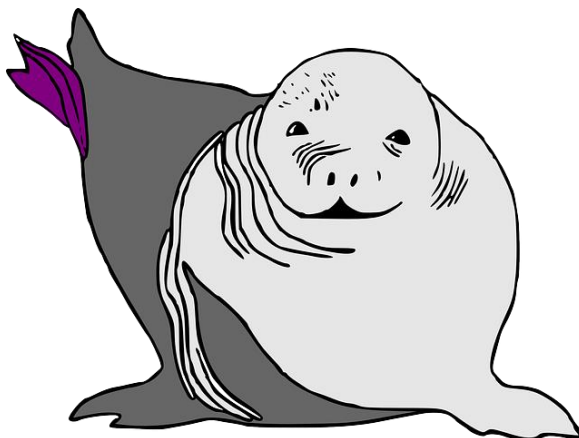
Tracing practice for the letter 'E' on ruled lines. The first row contains 12 dashed uppercase 'E's. The second row contains 12 dashed lowercase 'e's. The third row contains 12 dashed uppercase 'E's. The fourth row contains 12 dashed lowercase 'e's. The fifth row contains 12 dashed uppercase 'E's. The sixth row contains 12 dashed lowercase 'e's.

*Kształcenie umiejętności pisania liter*





# Ff



# Ff

foka

Tracing practice for uppercase 'F' and lowercase 'f' on a three-line grid. The first two rows contain ten uppercase 'F's each, and the next six rows contain ten lowercase 'f's each. Each letter is designed for tracing with a dashed outline and a solid leading line.

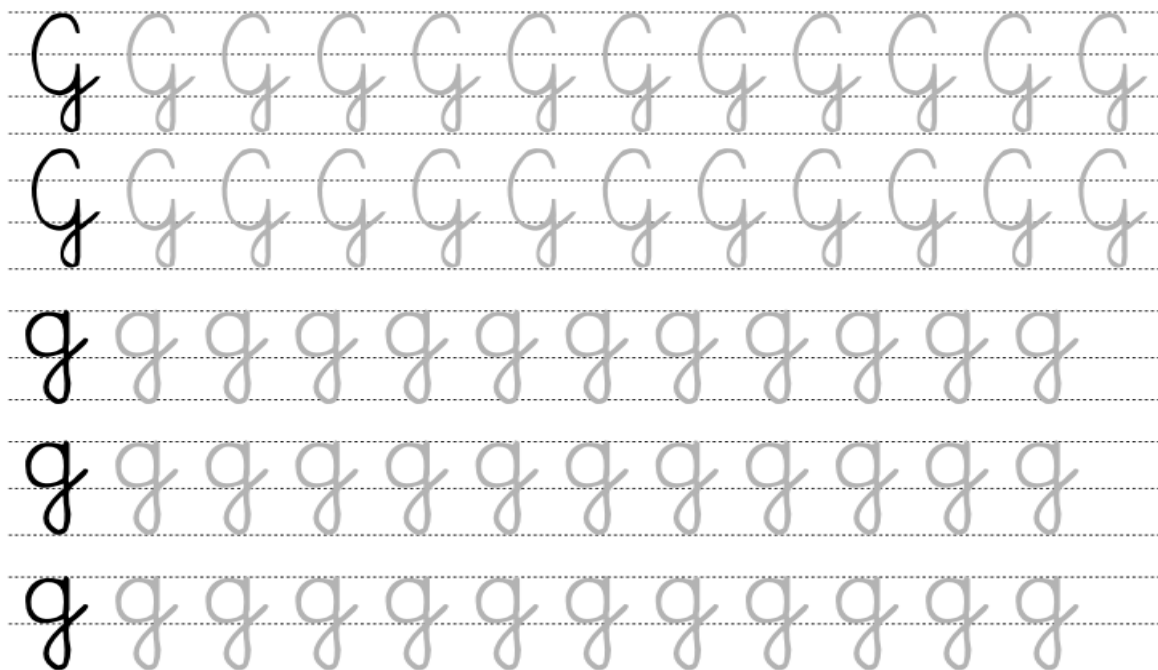
*Kształcenie umiejętności pisania liter*

Gg

Gg

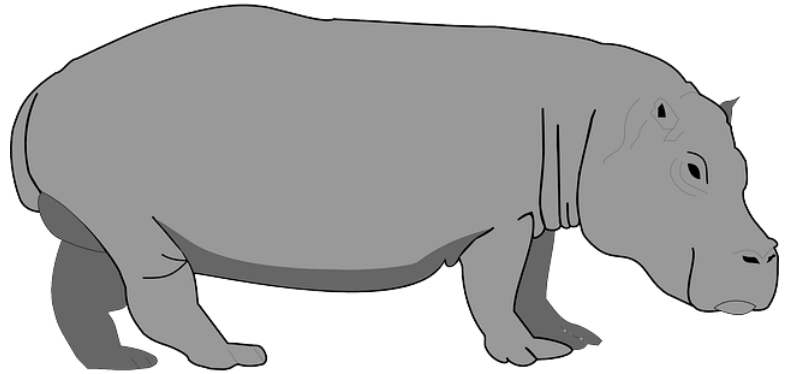


gitara





Hh



*Hh*

hipopotam

H H H H H H H H H H

H H H H H H H H H H

h h h h h h h h h h

h h h h h h h h h h

h h h h h h h h h h

*Kształcenie umiejętności pisania liter*

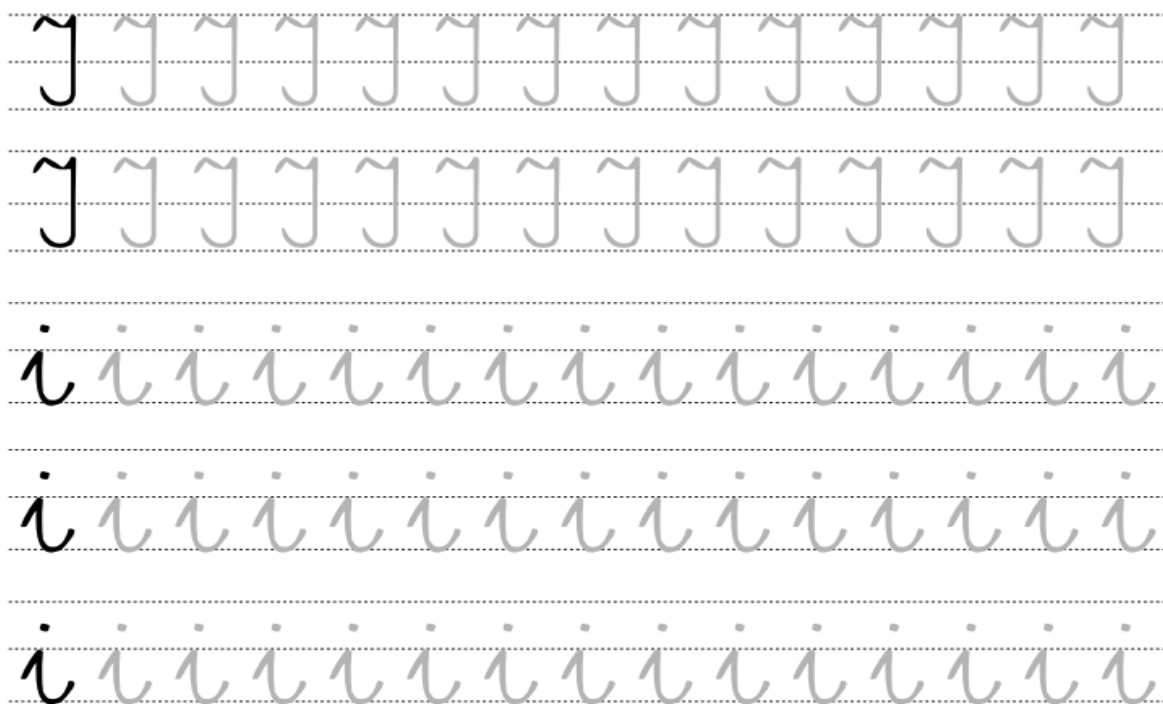


Ii

*Ii*



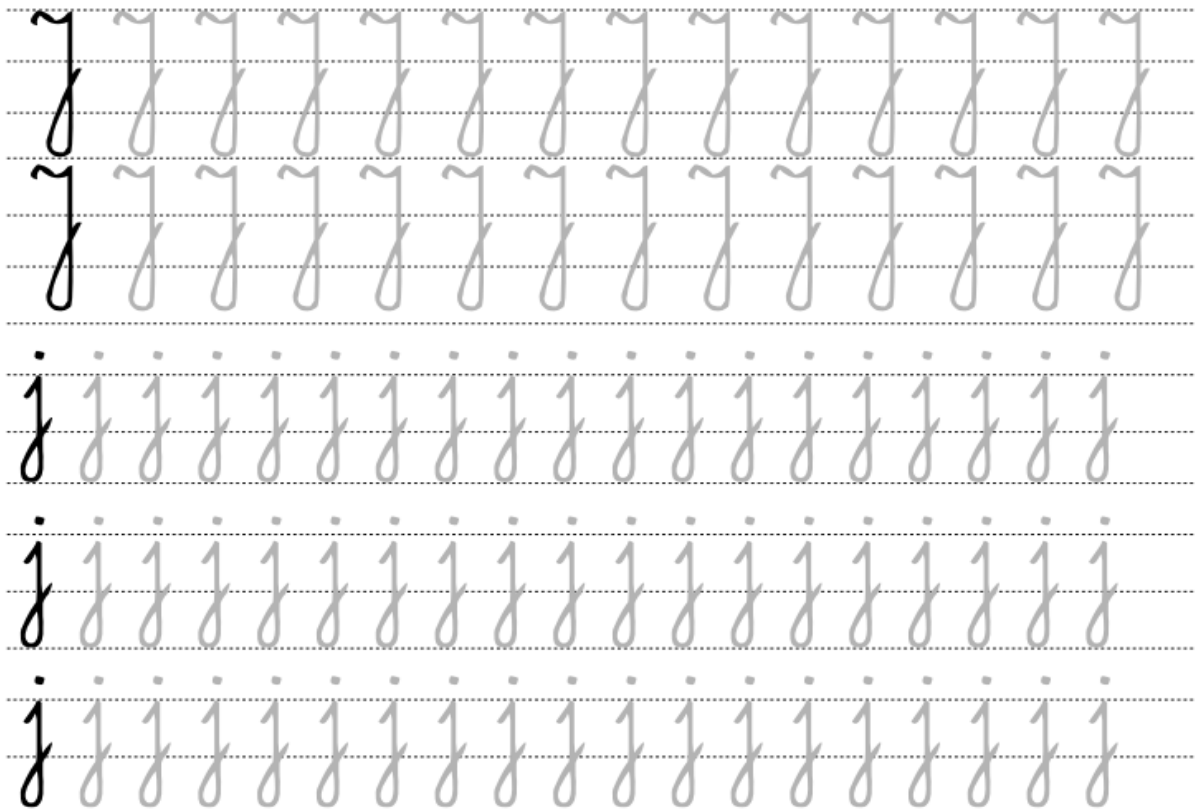
igła



*Kształcenie umiejętności pisania liter*

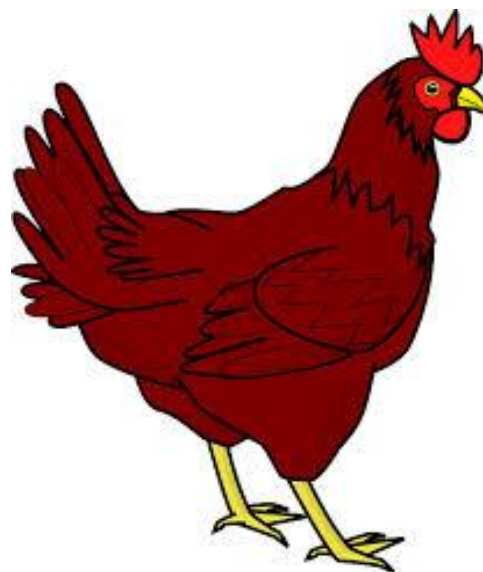


Jj  
Jj



*Kształcenie umiejętności pisania liter*

**Kk**



*Kk*

kura

K K K K K K K K K

K K K K K K K K K

k k k k k k k k k k

k k k k k k k k k k

k k k k k k k k k k

*Kształcenie umiejętności pisania liter*



Ll

Ll

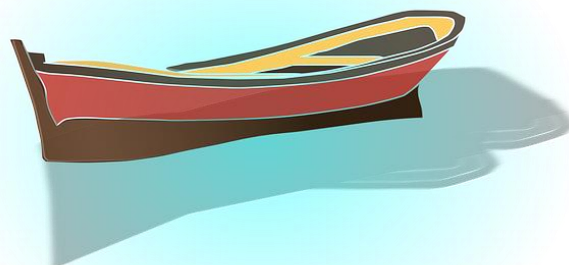


lalka





Ł ł



Ł ł

Ł Ł Ł Ł Ł Ł Ł Ł Ł Ł Ł

Ł Ł Ł Ł Ł Ł Ł Ł Ł Ł Ł

ł ł ł ł ł ł ł ł ł ł ł

ł ł ł ł ł ł ł ł ł ł ł

ł ł ł ł ł ł ł ł ł ł ł

*Kształcenie umiejętności pisania liter*



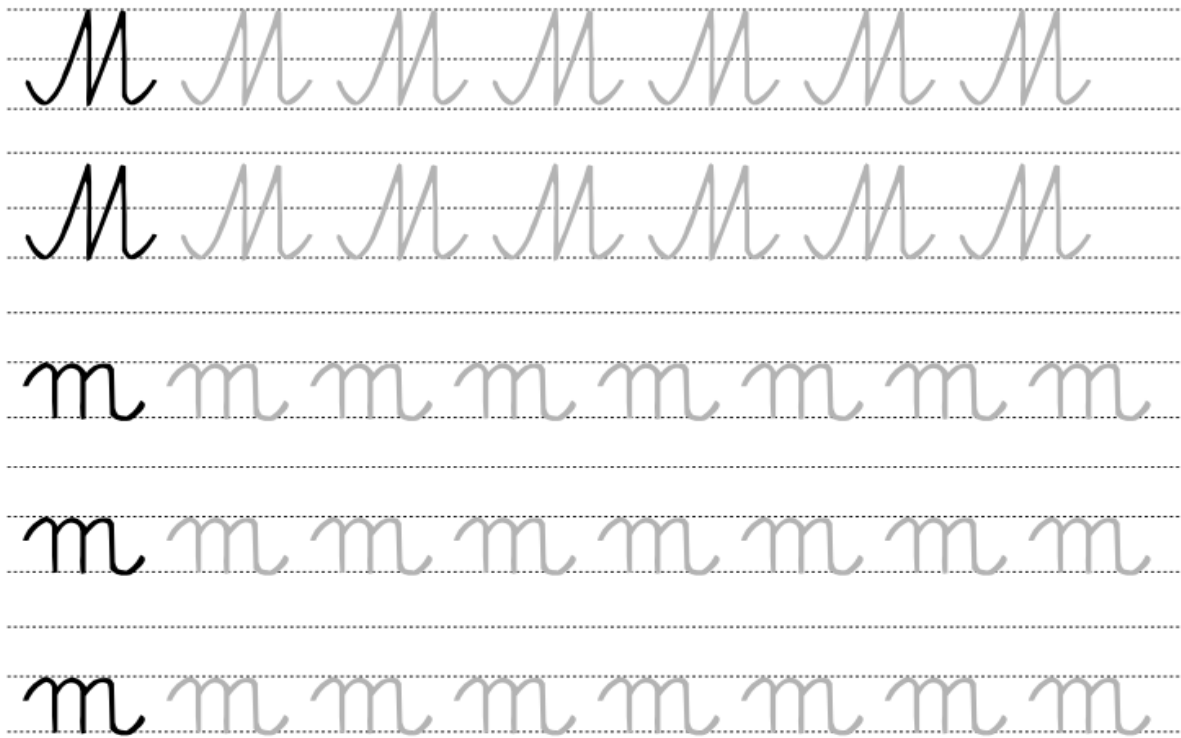


Mm

*Mm*



mikrofon

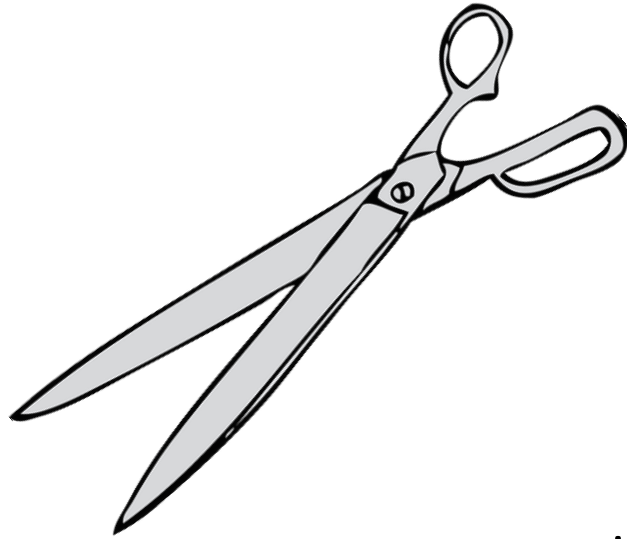


*Kształcenie umiejętności pisania liter*



Nn

*Nn*



nożyce

Handwriting practice section with three rows of dashed lines. The first row contains ten uppercase 'N' characters for tracing. The second row contains ten lowercase 'n' characters for tracing. The third row contains ten uppercase 'N' characters for tracing. The fourth row contains ten lowercase 'n' characters for tracing. The fifth row contains ten uppercase 'N' characters for tracing. The sixth row contains ten lowercase 'n' characters for tracing.

*Kształcenie umiejętności pisania liter*



O o



no

O o

O O O O O O O O O O O O

O O O O O O O O O O O O

O O O O O O O O O O O O

O O O O O O O O O O O O

O O O O O O O O O O O O

*Kształcenie umiejętności pisania liter*



Pp  
*Pp*



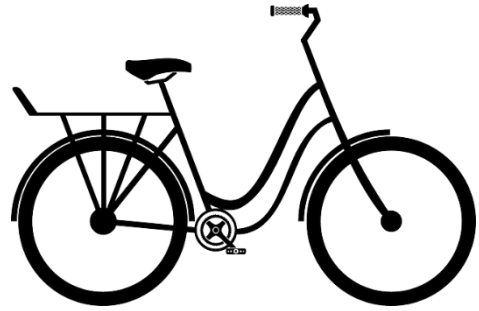
pudełko

P P P P P P P P P P P P P  
P P P P P P P P P P P P P  
p p p p p p p p p p p p p  
p p p p p p p p p p p p p  
p p p p p p p p p p p p p

*Kształcenie umiejętności pisania liter*



# Rr



# *Rr*

rower

R R

R R

r r

r r

r r

*Kształcenie umiejętności pisania liter*



Ss



Ss

słońce

S S S S S S S S S S S S S S S

S S S S S S S S S S S S S S S

s s s s s s s s s s s s s s s

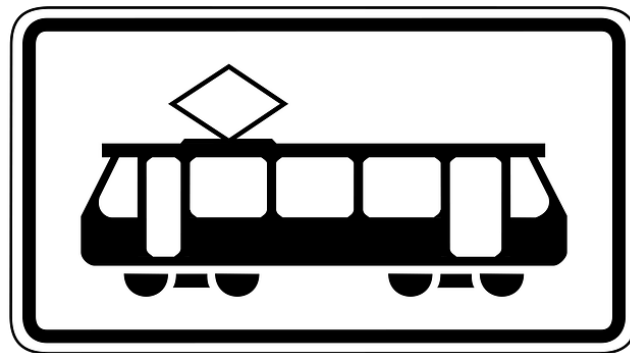
s s s s s s s s s s s s s s s

s s s s s s s s s s s s s s s

*Kształcenie umiejętności pisania liter*



Tt



Tt

tramwaj

T T T T T T T T T T T T T T

T T T T T T T T T T T T T T

t t t t t t t t t t t t t t

t t t t t t t t t t t t t t

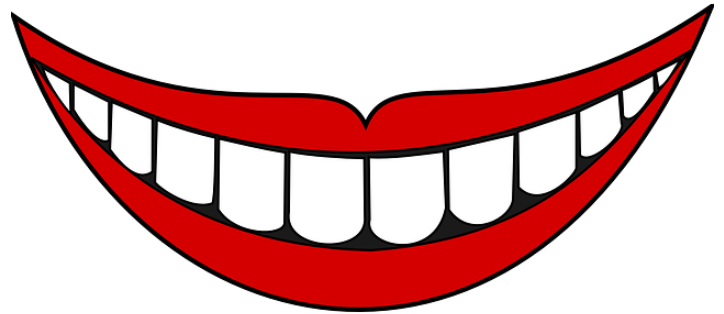
t t t t t t t t t t t t t t

*Kształcenie umiejętności pisania liter*



Uu

Uu



usta

u u u u u u u u u u

u u u u u u u u u u

u u u u u u u u u u

u u u u u u u u u u

u u u u u u u u u u

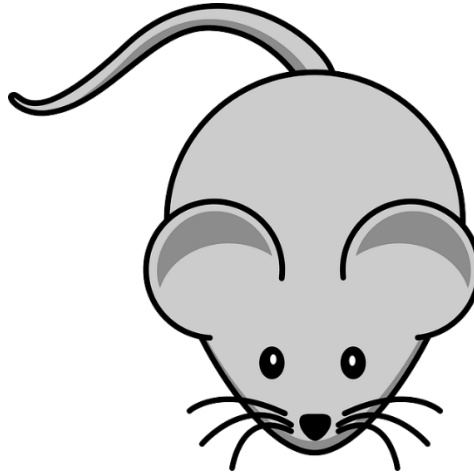
*Kształcenie umiejętności pisania liter*



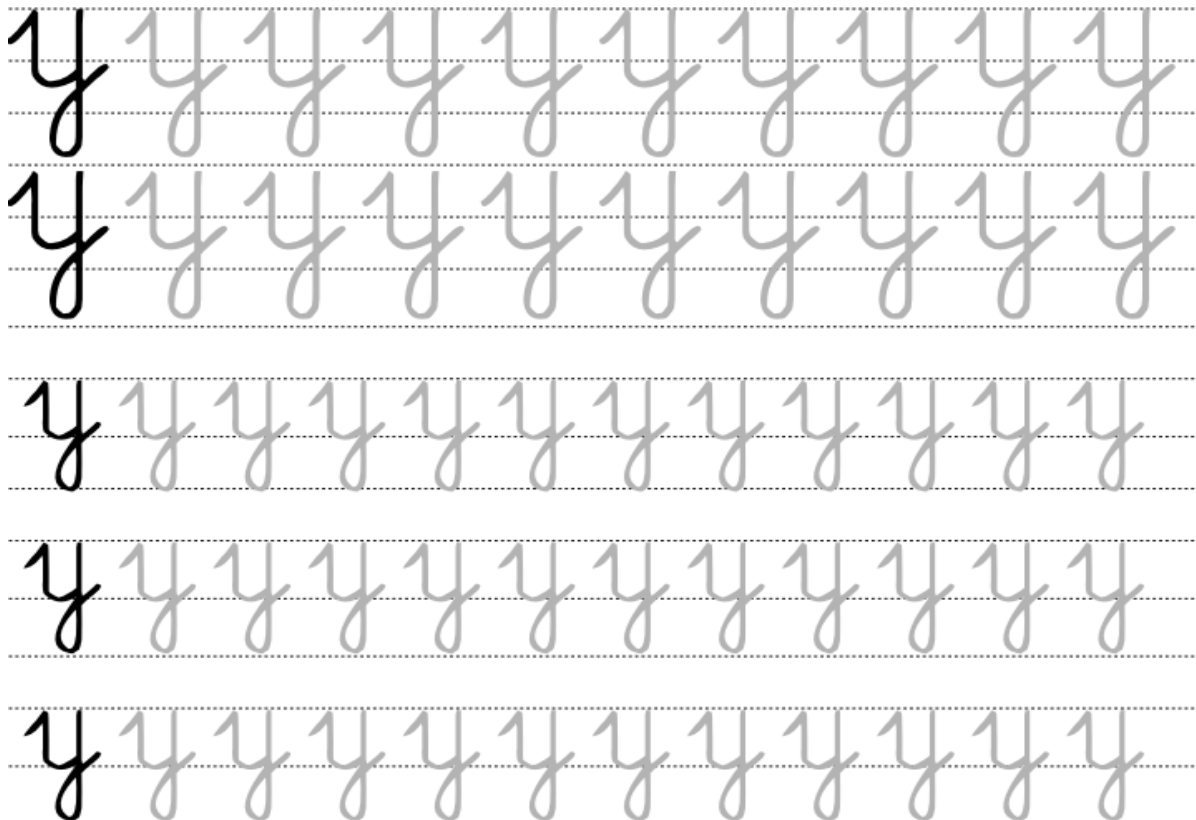


Yy

Yy



mysz



*Kształcenie umiejętności pisania liter*

W w



W w

wózek



*Kształcenie umiejętności pisania liter*



Zz



Zz

zegar

Zz Zz Zz Zz Zz Zz Zz Zz Zz Zz

Zz Zz Zz Zz Zz Zz Zz Zz Zz Zz

Zz Zz Zz Zz Zz Zz Zz Zz Zz Zz

Zz Zz Zz Zz Zz Zz Zz Zz Zz Zz

Zz Zz Zz Zz Zz Zz Zz Zz Zz Zz

*Kształcenie umiejętności pisania liter*

## CZYTANIE

Ania, Karol i Julka to rodzeństwo. Razem z rodzicami mieszkają we Wrocławiu. Ania jest najstarsza, ma 10 lat i chodzi do czwartej klasy, Karol urodził się jako drugi, ma osiem lat i chodzi do klasy drugiej. Najmłodsza jest Julka, która ma dopiero pięć lat.

Dzieci często jeżdżą z rodzicami na wieś do babci i dziadka. Tam pomagają im w wykonywaniu prac w gospodarstwie. Karol i Julka chętnie karmią kury i kaczki, a Ania najbardziej lubi pomagać babci w ogrodzie.



1. Kto jest najstarszy z rodzeństwa?

.....

2. Jakie jest ulubione zajęcie Julki i Karola?

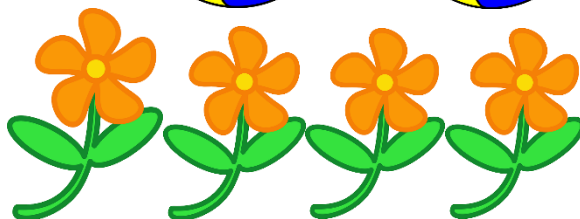
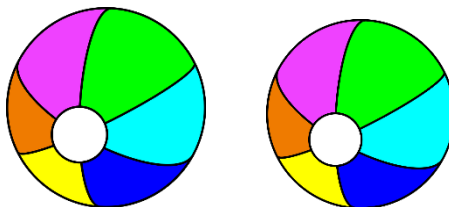
.....  
.....



*Kształcenie umiejętności czytania*



# Ile to jest?



1. Uzupełnij krzyżówkę wpisując odpowiednie cyfry.

	+		=	10
-		-		
			=	
=				=
2			=	5

*Kształcenie umiejętności liczenia*



# PORY ROKU

W każdym roku kalendarzowym jest 12 miesięcy:

- Styczeń
- Luty
- Marzec
- Kwiecień
- Maj
- Czerwiec
- Lipiec
- Sierpień
- Wrzesień
- Październik
- Listopad
- Grudzień

W ciągu jednego roku cyklicznie następują po sobie **cztery pory roku**: wiosna, lato, jesień, zima.



1. **Przyjrzyj się ilustracjom drzew i podpisz pod nimi jaka to pora roku.**



.....

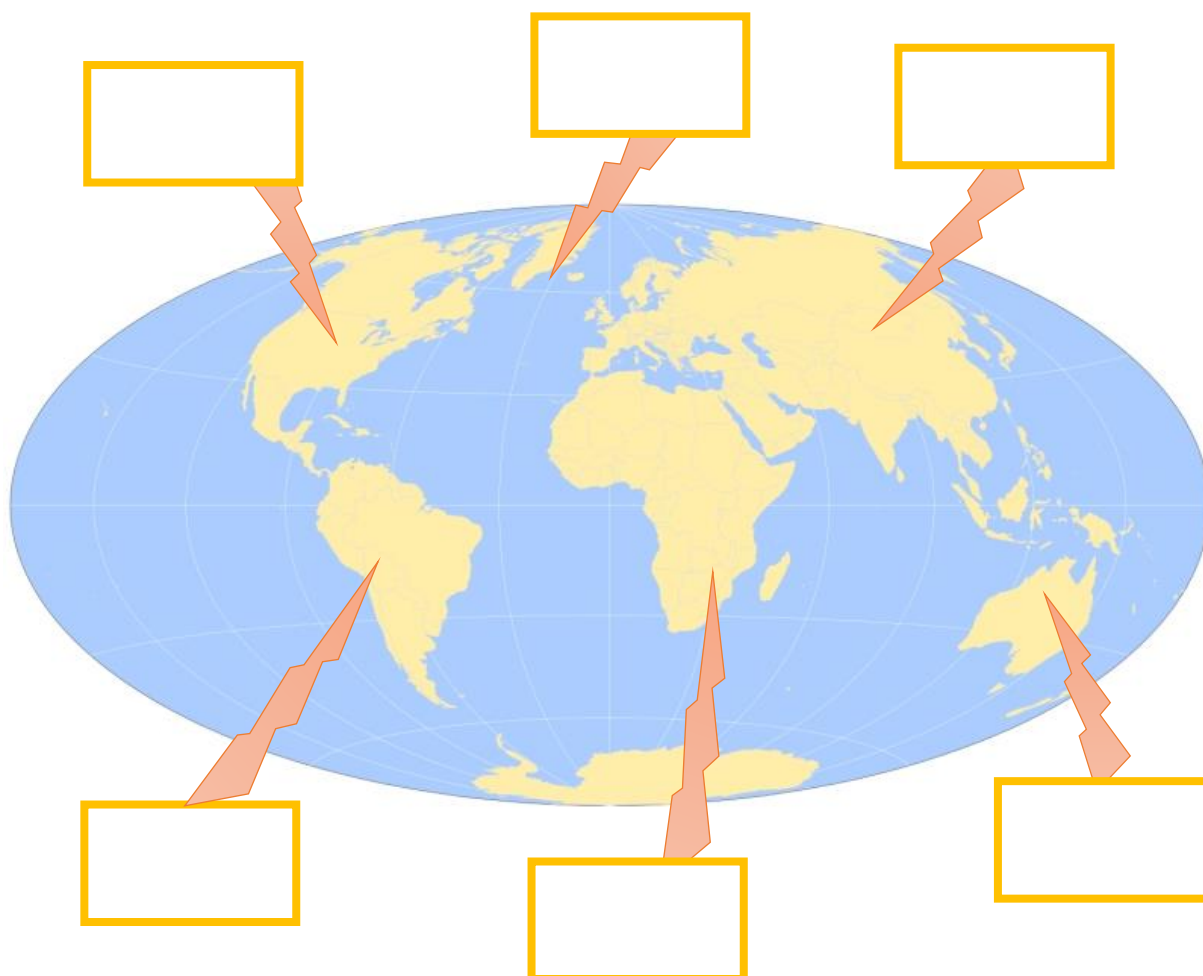
*Kształcenie wiedzy przyrodniczej*



## Mapa świata

**Kontynenty** to wielkie obszary lądowe otoczone wodami **oceanów** i **mórz**. Natomiast **oceany** tworzą **Wszechocean**, czyli słońną powłokę wodną występującą na powierzchni Ziemi. Całą powierzchnię kuli ziemskiej można ogólnie podzielić na obszary **lądowe** i **wodne** (morskie). Ilustruje to diagram zamieszczony obok. Widać na nim, że przeważająca część powierzchni naszej planety pokryta jest wodami (71%).

1. Korzystając z atlasu geograficznego lub mapy wpisz w zaznaczonych polach nazwy kontynentów.



*kształcenie wiedzy przyrodniczej*



# Czytanie

Każda pora roku ma swój urok. Dla mnie jednak najpiękniejsza jest wiosna.

Astronomiczna wiosna rozpoczyna się w momencie równonocy wiosennej i trwa do momentu przesilenia letniego. Pierwszy dzień wiosny, obchodzony jest w dniu równonocy wiosennej, który najczęściej przypada w dniu 21 marca lub dnia poprzedniego lub następnego, w zależności gdzie jest obserwowana. W XX wieku wiosna w strefie czasowej Polski rozpoczynała się zwykle 21 marca, zaś w miarę przybliżania się końca stulecia coraz częściej 20 marca. W 2011 roku pierwszy dzień wiosny przypadł na 21 marca (godz. 00:21), zaś wszystkie kolejne do roku 2043 będą obchodzone wyłącznie 20 marca, a od 2044 roku – 19 albo 20 marca. Kolejny początek wiosny w dniu 21 marca nastąpi dopiero w roku 2102. Przyczyną zjawiska jest ruch punktu Barana związany z precesją ziemskiej osi rotacji.

## 1. Kiedy rozpoczyna się wiosna?

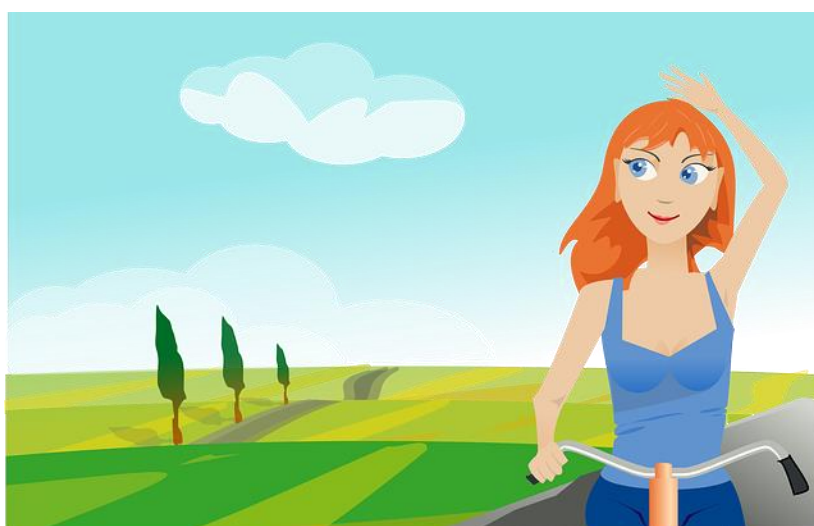
.....

## 2. Miesiące wiosenne to :

.....

.....

.....



*Kształcenie wiedzy przyrodniczej*





# Figury

**Figura geometryczna** jest to dowolny zbiór punktów.

Zbiór wszystkich punktów nazywamy **przestrzenią**. Każdy możliwy podzbiór przestrzeni to nic innego jak figura geometryczna. Figurą geometryczną jest więc punkt, zbiór złożony z kilku punktów, odcinek, prosta, półprosta, płaszczyzna, bryła i tak dalej.



**Kwadrat** jest to równoległobok, który ma wszystkie kąty proste i wszystkie boki równe.

**Prostokąt** jest to równoległobok, który ma wszystkie kąty proste.

**Trójkąt** jest to wielokąt o trzech bokach.

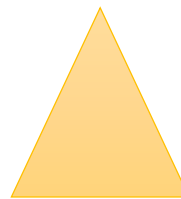
## 1. Podpisz figury przedstawione poniżej.



.....



.....



.....

*Kształcenie wiedzy matematycznej*



## Legenda o Lechu, Czechu i Rusie



Dawno temu plemiona Słowian zamieszkiwały dalekie krainy. Na ich czele stali trzej bracia: Lech, Czech i Rus. Kiedy plemiona zaczęły się rozrastać okazało się, iż zaczyna brakować im jedzenia, by wszystkich wykarmić. Ludzie zaczęli obawiać się głodu. Dostrzegając ten problem bracia postanowili poszukać nowych ziem dla swoich rodów. Po wielu dniach przygotowań ruszyli w drogę.

Droga była ciężka. Po wielu tygodniach znaleźli się wśród bezkresnych, żyznych równin, wśród których błyszcząły w słońcu wody wielu rzek. Wówczas Rus rzekł do braci:

- Moi ludzie są już zmęczeni podróżą. Czujemy, iż te stepy są nam pisane i tu będzie nasz dom. Tu zostaniemy i założymy naszą osadę.

Lech i Czech pożegnali się z bratem i ruszyli w dalszą podróż. Po wielu kolejnych dniach podróży dotarli do wielkiej góry. Rozbili obóz u jej stóp. Wtedy Czech powiedział do Lecha:

- Wiesz dobrze jak kocham słońce, a z tej góry będę miał bliżej do jego promieni. Ziemia są tu bardzo urodzajna. Tu zostaniemy i założymy osadę dla mego ludu.

W dalszą drogę ruszyło tylko plemię Lecha. Po wielu dniach doszli do miejsca, gdzie rzeki były pełne ryb, bory pełne zwierzyny a ziemia żyzna. Lech, który widział zmęczenie swoich przemówił do nich:

- Nadszedł kres naszej podróży. Czuję, iż to jest nasze miejsce i tu powinniśmy zostać. Tu założymy naszą osadę.

Ludzie ucieszyli się bo byli już bardzo strudzeni, jednak pragnęli, aby bóstwa dały im znak. W tym też momencie gdzieś z góry rozległ się głośniejszy okrzyk. Słowianie unieśli głowy, aby zobaczyć skąd on dobiega i ujrzeli wielkiego białego orła lądującego w gnieździe na szczycie ogromnego dębu. Biel piór ptaka odcinała się pięknie na tle czerwieni nieba i zachodzącego właśnie słońca. Nikt nie miał wątpliwości, iż jest to znak na który czekali.

W miejscu w którym rozbili obóz zbudowano gród. Na cześć ptaka, który zakończył ich wędrówkę nadano osadzie kształt orlego gniazda i nazwano Gniezdem, zaś biały orzeł na tle czerwieni stał się godłem rodu Lecha, a później całego państwa polskiego, któremu ów ród dał swój początek.

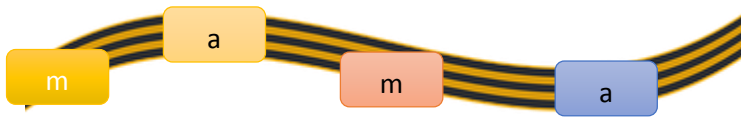
### 1. Pierwsza stolica Polski to .....

*Kształcenie umiejętności czytania ze zrozumieniem*



# Sylaby i głoski

Głoski słyszymy, a litery widzimy i piszemy.



Pamiętaj!

**SYLABY** wy-klas-ku-je-my

**GŁOSKI** - słyszymy i wypowiadamy jako poszczególne dźwięki w wyrazie. Wyliczamy je na palcach.

**LITERY** - widzimy w zapisie i przeliczamy znaki. W przypadku liter dwuznaki "rz", "ch", "zi", "si" liczymy jako dwa znaki, czyli dwie litery.

1. W każdym wyrazie określ liczbę głosek, liczbę sylab, liczbę liter, liczbę samogłosek i głoski , liczbę spółgłosek

	Liczba liter	Liczba sylab	Liczba głosek	Liczba samogłosek	Liczba spółgłosek
legenda					
plemiona					
orzel					
ojczyzna					

*Kształcenie wiedzy polonistycznej*



# Liczenie

## 1. Wykonaj działania matematyczne

$3 + 4 =$

$9 - 6 =$

$5 + 2 =$

$6 - 4 =$

$4 + 4 =$

$8 - 3 =$

$7 + 1 =$

$4 - 2 =$

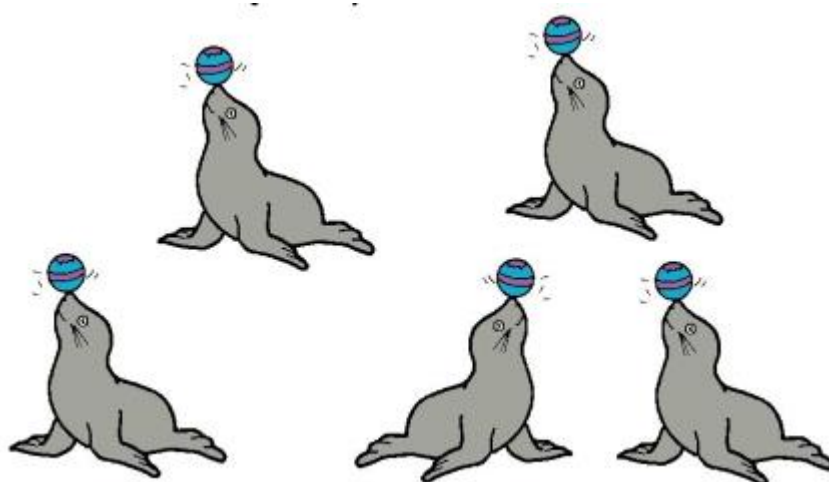
$2 + 6 =$

$7 - 5 =$

$1 + 9 =$

$5 - 1 =$

## 2. Która foka różni się od innych?



*Kształcenie wiedzy przyrodniczej*



## Dni tygodnia

### Czesław Janczarski „Bajka o dniach tygodnia”.

Była sobie mama-Kaczka. Miała siedmioro dzieci: trzy kaczuszki i czterech kaczorów. Bardzo to były niesforne dzieci: Kiedy szły pić wodę do źródła — pchały się jedno przez drugie, mąciły czystą wodę. Gdy dostawały jedzenie — rzucały się na nie wszystkie naraz. To samo było przy kąpeli w strumyku: silniejsze odpychały słabsze, trzepotały skrzydełka, nie obeszło się czasem bez bójk. „Muszę zrobić z kaczetami porządek — rozmyślała mama-kaczka — ale jak?” I wpadła na taki pomysł: nadała swoim dzieciom imiona. Były to nazwy dni tygodnia: Środa, Sobota i Niedziela — to były kaczuszki. Kaczorki zaś nazywały się: Poniedziałek, Wtorek, Czwartek i Piątek. Ustawiła kaczka dzieci w kolejności od Poniedziałku do Niedzieli i kazała im chodzić jedno za drugim. I teraz przy źródle, przy kąpeli i przy jedzeniu, panował wzorowy porządek. Kaczorek- Piątek nigdy się nie pchał przed Środę, szedł grzecznie za Czwartkiem. Niedziela nie wyprzedzała Soboty. Kiedyś Sobota chciała wyprzedzić Środę, a potem było jej wstyd, że się tak pomyliła. Chwali mama swoje dzieci, cieszy się, że wpadła na taki dobry pomysł i że teraz nie ma już kłopotów ze swoją gromadką. Kroczy na jej czele, za nią idzie najstarszy synek Poniedziałek... Jaka jest dalsza kolejność, powiedzcie sami.

#### 1. Z podanych sylab ulóż dzień tygodnia




Kształcenie wiedzy przyrodniczej



## 2. Napisz swój plan tygodniowy.

Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek
Piątek	Sobota	Niedziela	

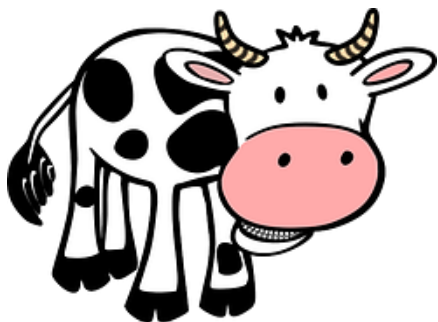


*Kształcenie wiedzy przyrodniczej*



# Pisanie

1. Napisz krótkie opowiadanie o życiu na wsi. Wykorzystaj jak najwięcej nazw zwierząt znajdujących się na ilustracjach.



Handwriting practice lines consisting of a solid top line, a dashed middle line, and a solid bottom line.

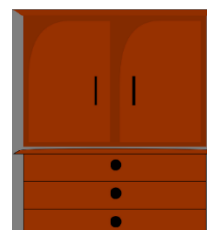
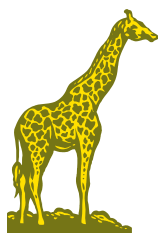


*Kształcenie wiedzy polonistycznej*



# Myślenie

1. Podpisz ilustracje i dobierz w pary te, których nazwy kończą się taką samą sylabą, np.: młot-kot.



*Kształcenie wiedzy polonistycznej*





## Zadania tekstowe

### 1. Rozwiąż zadania

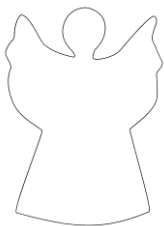
Janek, Zosia i Antek zrobili na szkolne przedstawienie świąteczne łańcuchy. Zosi łańcuch składał się z siedemnastu elementów. Janek zrobił łańcuch o sześć elementów dłuższy niż Zosia, a Antek o cztery elementy dłuższy niż Janek. Jaką długość miały łańcuchy Janka i Antka? Ile elementów miały wszystkie łańcuchy łącznie?

Odpowiedź

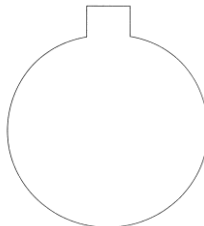
Kasia i jej koleżanki Janka i Ola zrobiły na szkolne przyjęcie wigilijne ciastka. Kasia zrobiła 23 ciastka w kształcie aniołków, Janka zrobiła o pięć ciastek więcej. Jej ciastka miały postać bombki. Ola zrobiła o osiem ciastek więcej niż Janka, w tym osiem ciastek w kształcie aniołków i pozostałe w kształcie choinki. Policz ile ciastek zrobiły wszystkie dziewczynki łącznie.

Odpowiedź

Napisz, ile było ciastek w podanych kształtach:



.....



.....



.....



## Porównania

1. Proszę wpisać odpowiedni znak matematyczny (większy, mniejszy) pomiędzy cyframi.

8 ... 10

12 .....10

9 .....10

5 .....15

18 .....11

20 .....10

6 .....1

8 .....14

2. Wskaż najmniejszy element.



*Kształcenie wiedzy matematycznej*



# Wiedza o Polsce

## 1. Wskaż flagę Polski.



## 2. Wskaż na mapie kontynent na którym leży Polska



*Kształcenie wiedzy społecznej*



**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



**SCWG**  
stowarzyszenie aktywne  
wspierania gospodarki

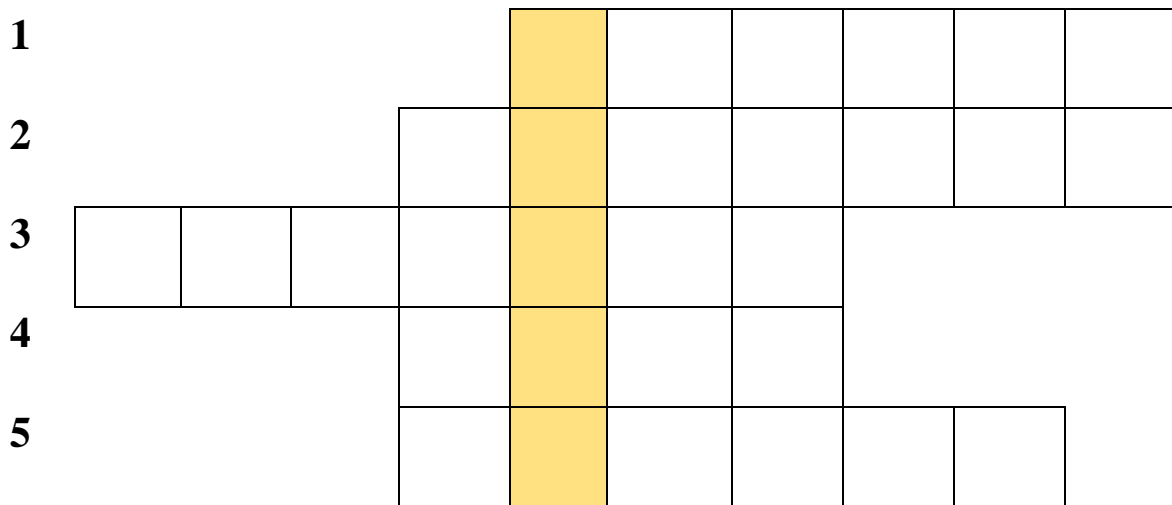
**UNIA EUROPEJSKA**  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



# KRZYŻÓWKI



## KRZYŻÓWKA Z HASŁEM



### Pytania

1. Fotograficzny lub dentystyczny
2. Zawiera wszystkie litery
3. Miejski środek transportu
4. Inaczej samochód
5. Magiczny kamień

Tutaj wpisz  
HASŁO

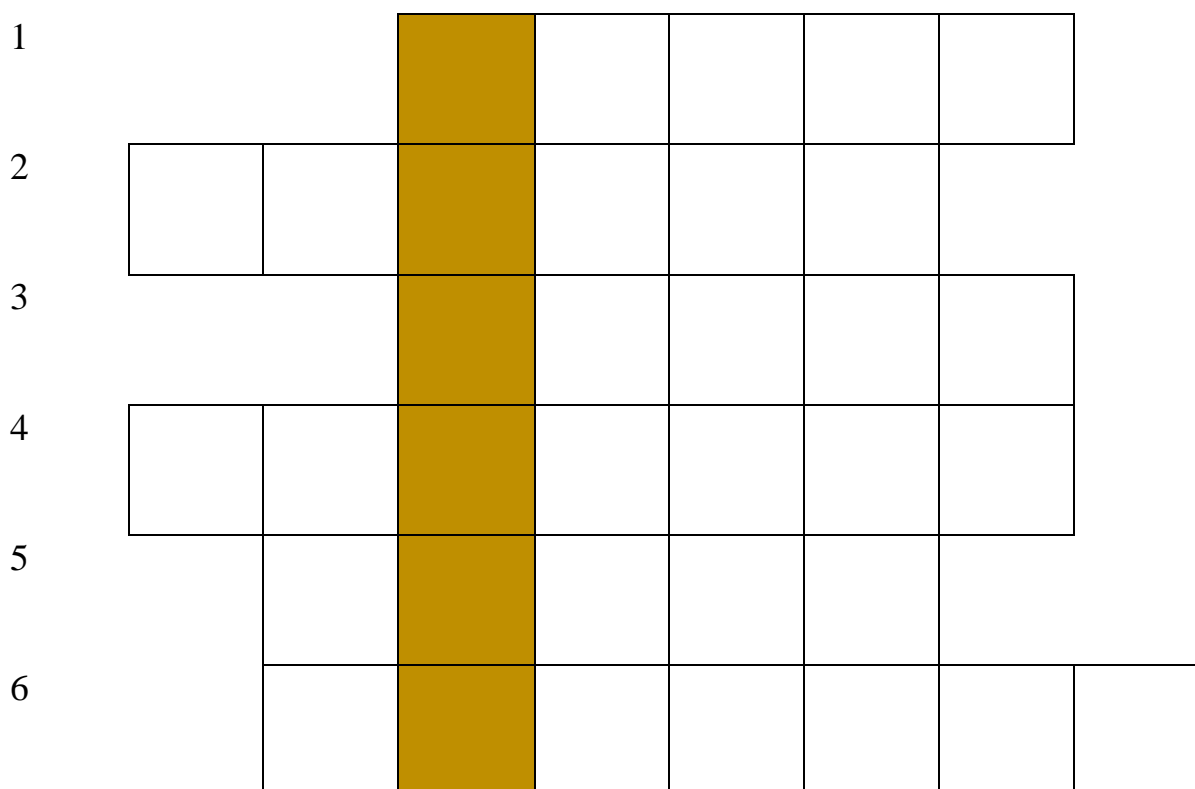
\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



## KRZYŻÓWKA Z HASŁEM



WPISZ HASŁO:

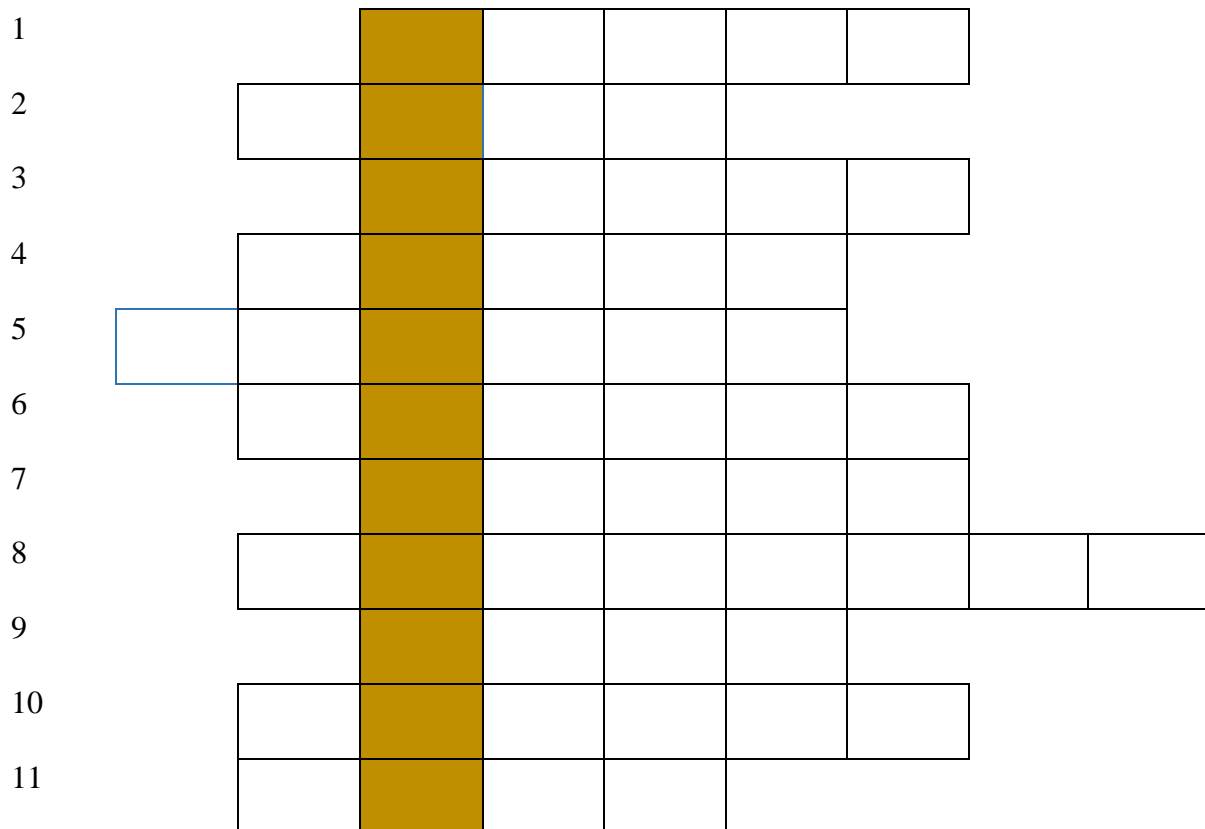
--	--	--	--	--	--	--

PYTANIA:

1. Kiedy pada śnieg wszędzie jest .....
2. Chroni szyję przed zimnem i mrozem w zimowy dzień.
3. Ozdabiają skórę karpia.
4. Dzwonią przy saniach Mikołaja.
5. Zjeżdżasz na nich z górki.
6. Śnieżne kule, dzieci rzucają nimi w siebie.



## KRZYŻÓWKA



WPISZ HASŁO:

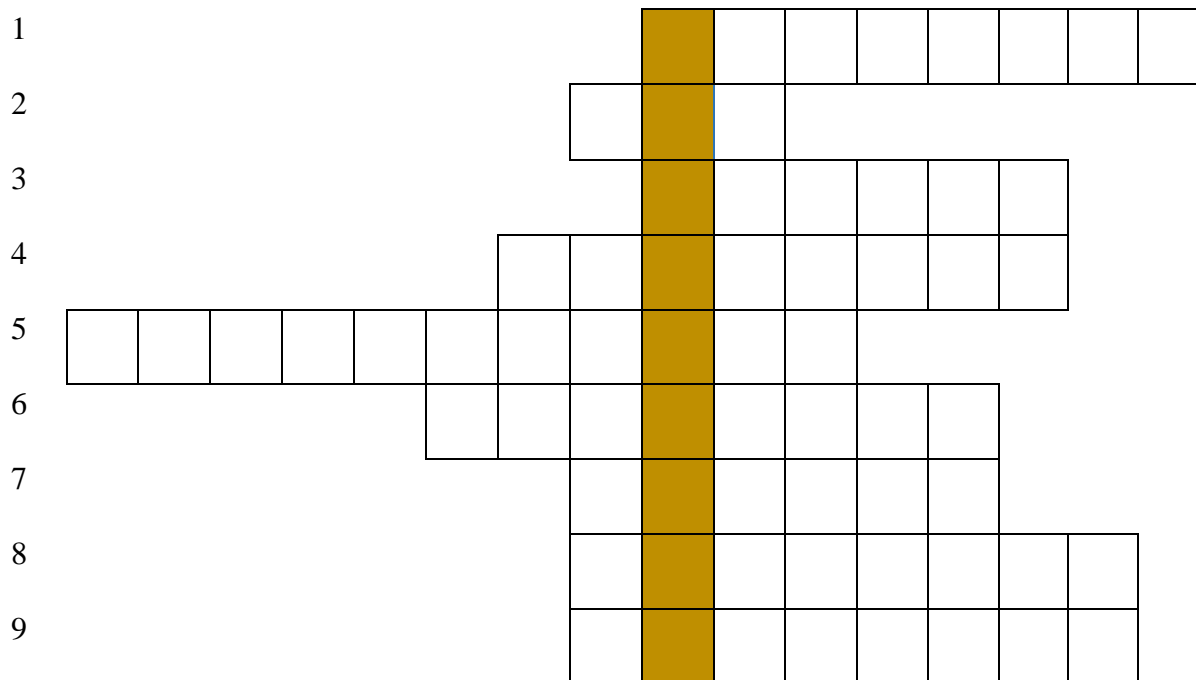
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

PYTANIA:

- Kiedy jest głośno, mówimy, że jest .....
- Wysyłasz go pocztą...
- Jest okrągła. Bawią się nią dzieci
- Może być drewniany. Biega po łące.
- Kolorowe owady.
- Wiosną moczy nam głowy...
- Ma dwa kółka. Nie wydziela spalin.
- Kręcisz się na niej w Wesołym Miasteczku.
- Najlepszy przyjaciel człowieka
- Pora roku, w której wszystko budzi się do życia.
- O tej porze roku zaczynają się wakacje.



## KRZYŻÓWKA Z HASŁEM



WPISZ HASŁO:

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

**PYTANIA:**

1. Czwarty miesiąc roku to ....
2. W tym miesiącu obchodzimy dzień mamy
3. Wakacyjny miesiąc. Zaczyna się na literę L.
4. Ostatni miesiąc lata to...
5. W tym miesiącu obchodzimy Dzień Nauczyciela.
6. W tym miesiącu przychodzi do nas Mikołaj.
7. W tym miesiącu rozpoczyna się astrologiczna wiosna.
8. W tym miesiącu wracasz do szkoły po wakacyjnej przerwie.
9. Ten miesiąc kończy pracowity rok szkolny.