

Wioleta Bogusławska  
Anna Piłacik

# KSIĄŻECZKA SAKKADOWA

do nauki czytania i ćwiczeń ruchów oczu

Redakcja: Ewa Staszkievicz  
Korekta: Bartłomiej Kuczkowski  
Opracowanie graficzne i projekt okładki: Agata Lewandowska

© Copyright by Grupa Wydawnicza Harmonia Sp. z o.o., 2025

**Grupa Wydawnicza Harmonia**



Redakcja i Biuro Handlowe:  
80-125 Gdańsk, ul. Kartuska 426  
tel. 58 380 00 06  
e-mail: [harmonia@harmonia.edu.pl](mailto:harmonia@harmonia.edu.pl)

Szczegółowe informacje o naszych publikacjach: [www.harmonia.edu.pl](http://www.harmonia.edu.pl)

Wszelkie prawa zastrzeżone. Zarówno cała publikacja, jak i jakakolwiek jej część nie może być przedrukowywana, publikowana w internecie ani w żaden inny sposób reprodukowana – mechanicznie, elektronicznie lub w jakikolwiek inny sposób, z kserowaniem i odtwarzaniem w środkach masowego przekazu włącznie – bez pisemnej zgody Grupy Wydawniczej Harmonia.

ISBN 978-83-8309-880-7  
Gdańsk 2025 – Wydanie I

## DROGI RODZICU, NAUCZYCIELU, TERAPUETO,

jest nam niezmiernie miło, że sięgasz po jedną z naszych pomocy terapeutycznych. *Książeczka sakkadowa* to publikacja wspomagająca naukę czytania, oparta na rozwijaniu umiejętności ruchów oczu. Powstała ona z myślą o dzieciach z trudnościami w czytaniu oraz z nieprawidłowościami w obrębie wzroku. Przy tworzeniu tej pomocy skupiliśmy się na połączeniu aspektów pedagogicznego (w zakresie wprowadzania sylab) oraz ortoptycznego (ruchów oczu). W obszarze pedagogicznym uwzględniliśmy utrwalanie kierunkowości czytania od lewej do prawej strony, szybkie i automatyczne przypominanie słów oraz umiejętność dekodowania. Jeśli chodzi o element ortoptyczny, to skupiliśmy się na ruchach sakkadowych i śledzących oczu, które w znacznym stopniu przekładają się na umiejętność czytania.

Czytanie to umiejętność, do której opanowania niezbędny jest zmysł wzroku. Pierwszy etap potrzebny do osiągnięcia tej kompetencji to powstanie obrazu danej litery na siatkówce oka. Utrzymanie spojrzenia powinno trwać na tyle długo, aby dzięki tej funkcji mózg zdążył prawidłowo zinterpretować bodziec.

Do procesu czytania są wykorzystywane liczne mechanizmy układu wzrokowego. Zauważa się między innymi, że czynność czytania jest uzależniona od ruchów gałek ocznych. Takie mikromechanizmy mięśni gałkoruchowych można zaobserwować w wykonywanych podczas czytania ruchach zwrotnych, postępowych i wstecznych gałek ocznych. Ruchy te odgrywają bardzo ważną rolę, ponieważ odpowiadają za przerzucanie spojrzenia z lewej strony wiersza do prawej, za śledzenie tekstu, a także za kontrolowanie ewentualnej nieprecyzyjności w dekodowaniu znaczenia słów. Aby poprawnie odczytywać całość wyrazów oraz wszystkie linijki tekstu, ruchy sakkadowe (skokowe) powinny być precyzyjne.

Wszystkie litery są zbudowane z linii prostych, krzywych lub owalnych. Różnią się ułożeniem w przestrzeni, proporcjami oraz połączeniami. By prawidłowo rozpoznać poszczególne składowe litery, należy uruchomić cały proces patrzenia i ruchów gałek ocznych. W przebiegu czytania angażowane są takie ruchy gałek ocznych, jak: ruch postępujący – czytanie od lewej do prawej strony, ruch zwrotny – przerzucanie spojrzenia do linijki tekstu poniżej, oraz ruch wsteczny – kontrolujący właściwe odczytywanie tekstu. Podczas tych ruchów oraz fiksacji wzroku w umyśle dokonują się analiza i synteza spostrzeganych grafemów oraz ich dekodowanie.

W książeczce uwzględniliśmy kilka aspektów treningu ruchów oczu. Pierwsze strony z kolorami i kształtami (s. 7–22) mają na celu ćwiczenie szybkiego i automatycznego przypominania słów i nazewnictwa. Dodatkowo stymulują one integrację wzrokowo-słuchową, co wspiera usprawnianie tempa pracy, a także niwelowanie trudności w kojarzeniu informacji. Kolejne strony (s. 23–26), zawierające kolorowe strzałki, są przeznaczone do treningu automatyzacji słów. Dodatkowo możliwość nazewnictwa kierunków wspiera rozwój orientacji przestrzennej, która jest niezbędna do rozpoznawania podobnych znaków graficznych różniących się ułożeniem w przestrzeni (*b, d, p, g*). Natomiast zadania z materiałem literowym (s. 27–71) służą do ćwiczenia dekodowania znaków graficznych i przygotowania do czytania sylabami, a następnie całościowo. Podane sylaby nie tworzą wyrazów, aby dziecko, ćwicząc, skupiło się na dekodowaniu symboli graficznych, a nie na zgadywaniu, jaki wyraz tworzą sylaby.

Połączenie ćwiczeń ruchów gałek ocznych, szybkiego i automatycznego przypominania słów, kierunkowości i dekodowania ma na celu wprowadzenie do nauki czytania, ale również wsparcie dzieci z trudnościami w tym obszarze.

## **JAK CZYTAĆ KSIĄŻECZKĘ?**

Ważne jest, aby rozpocząć czytanie materiału od lewej do prawej strony, wersami, a nie kolumnami. Zaczynamy czytanie od elementów ułożonych w kolumnach blisko siebie. Trudność jest stopniowana poprzez zwiększenie odległości między kolumnami. Jeśli zauważymy, że dziecko ma problem z oddalonymi od siebie sylabami, możemy użyć linijki jako tymczasowej pomocy.

Ćwiczenia czytania można modyfikować. Nie wolno jednak zaburzać kierunku, czyli czytania od lewej do prawej strony!

**POWODZENIA!**



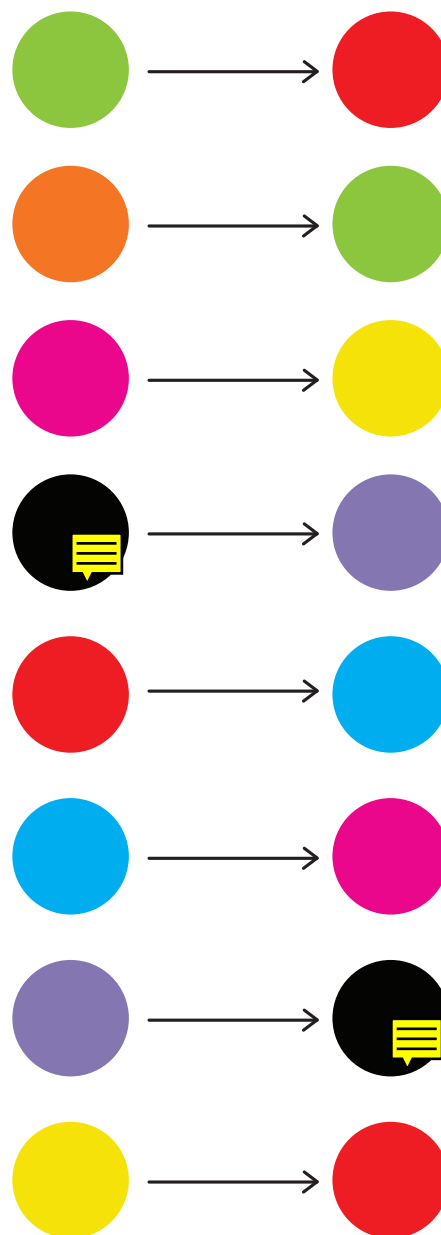
# KOLORY

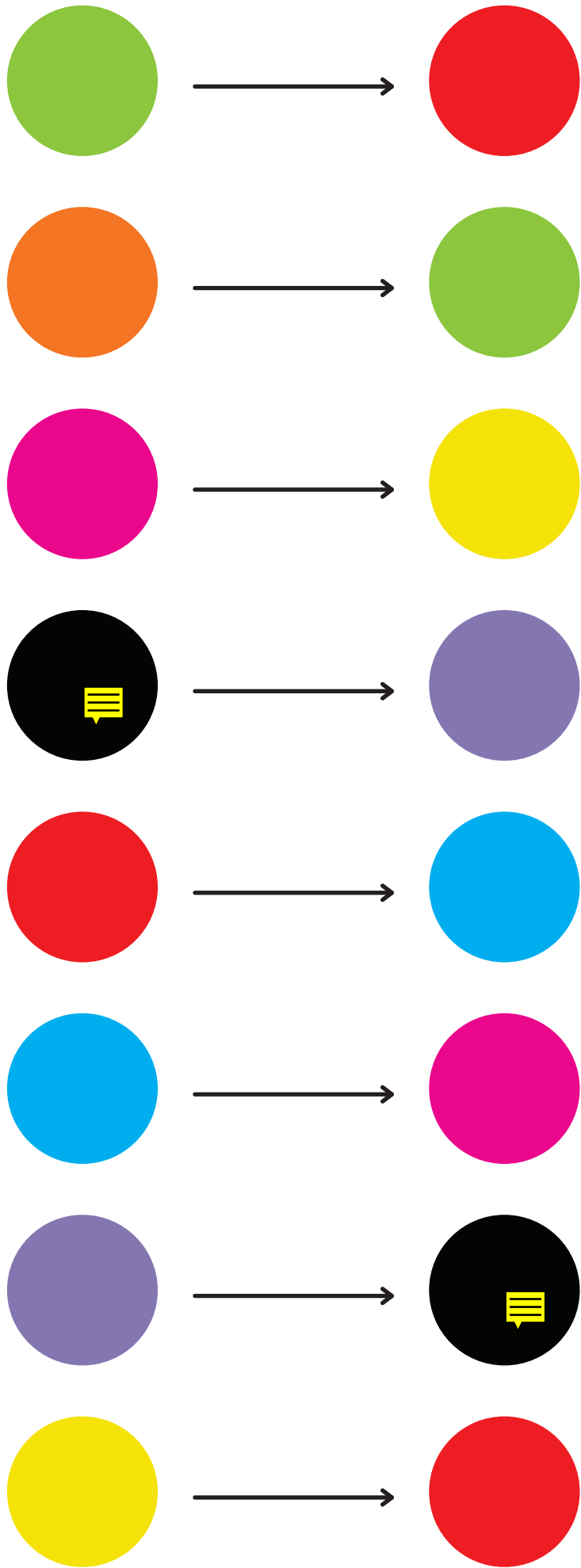
## INSTRUKCJA ODCZYTYWANIA

Nazwy kolorów należy odczytywać od lewej do prawej strony, przykładowo:

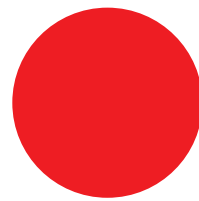
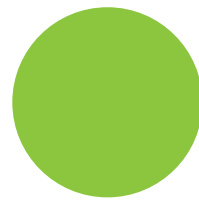
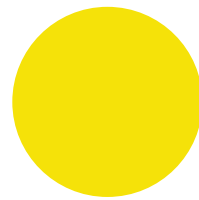
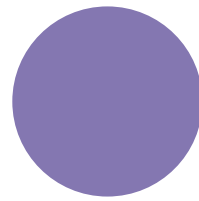
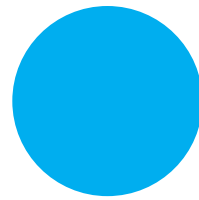
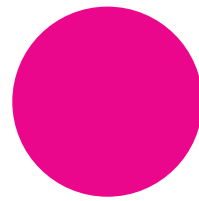
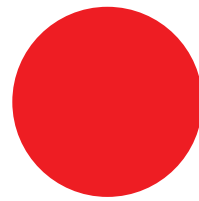
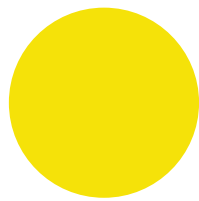
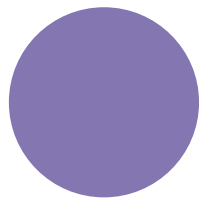
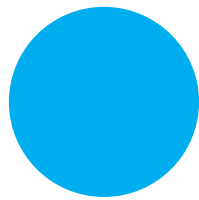
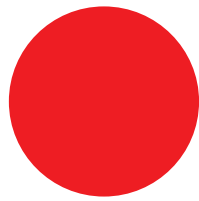
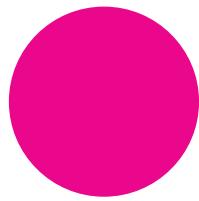
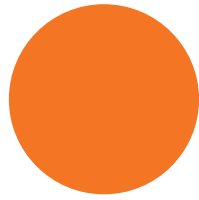
zielony – czerwony,  
pomarańczowy – zielony,  
różowy – żółty,  
czarny – fioletowy,  
czerwony – niebieski,  
niebieski – różowy,  
fioletowy – czarny,  
żółty – czerwony.

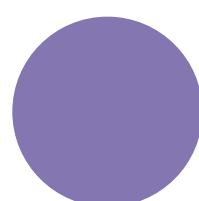
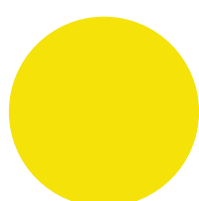
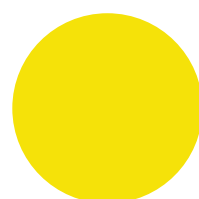
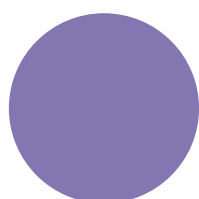
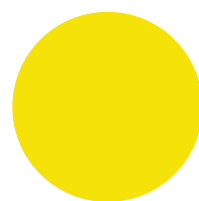
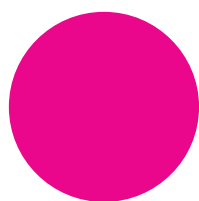
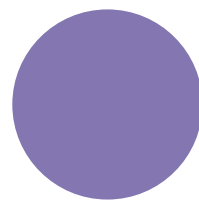
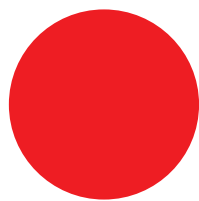
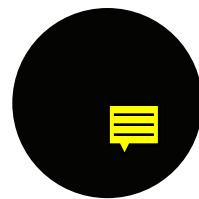
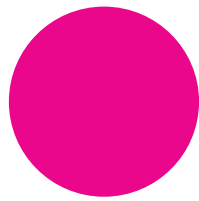
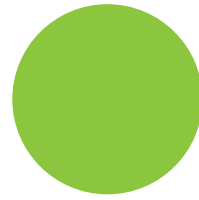
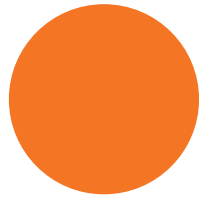
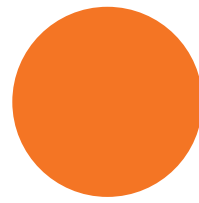
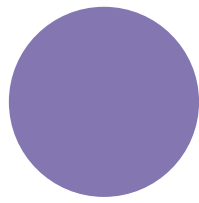
Należy zadbać o to, aby z biegiem ćwiczeń dziecko odczytywało nazwy kolorów w rytmie. Możemy wystukiwać rytm bądź nazywać kolory wraz z dzieckiem.

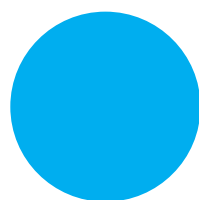
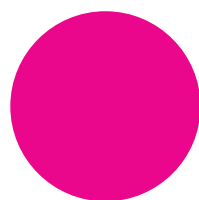
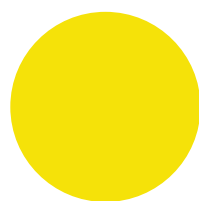
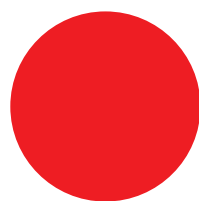
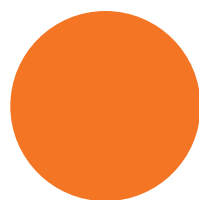
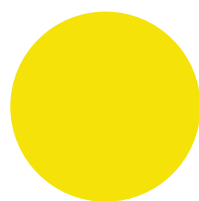
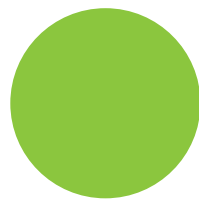
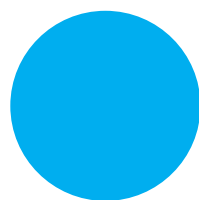
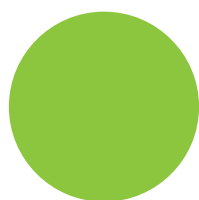
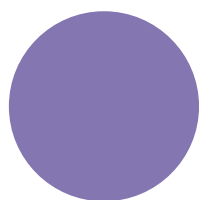
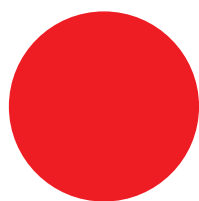
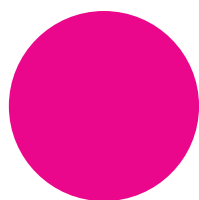
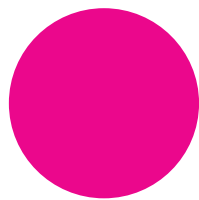


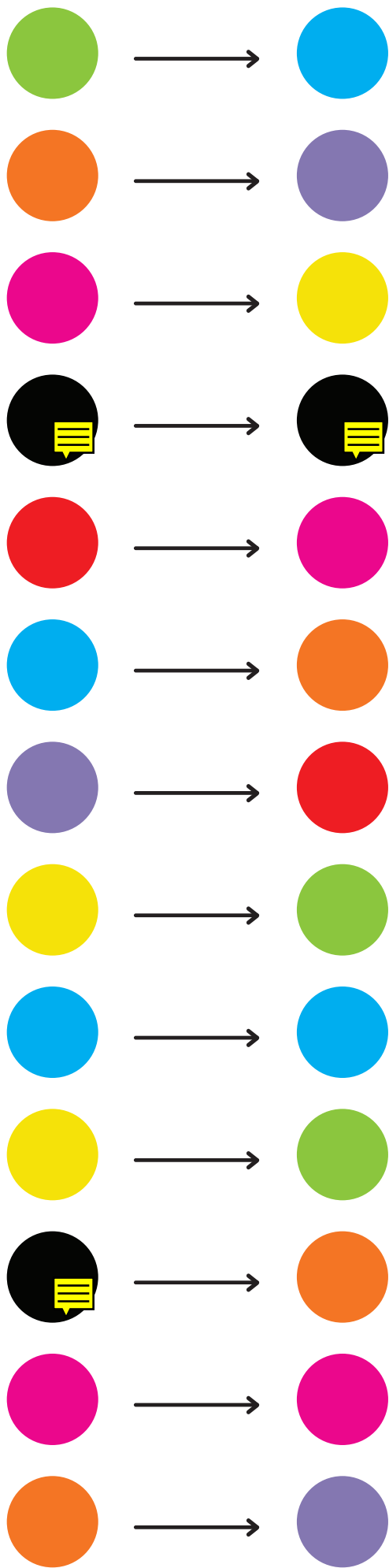


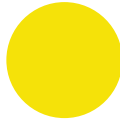
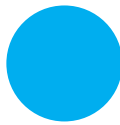
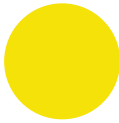
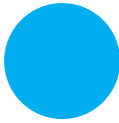


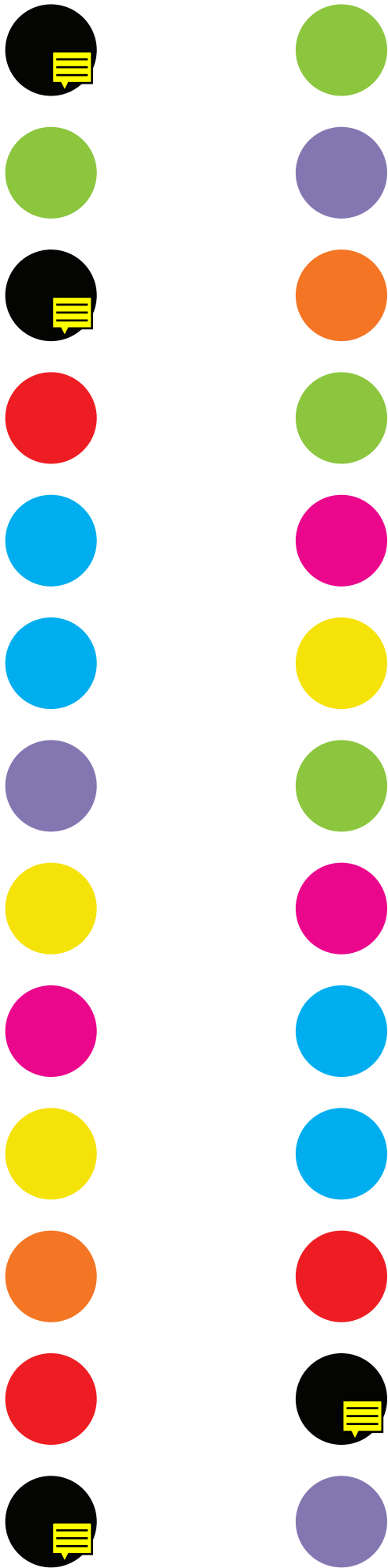


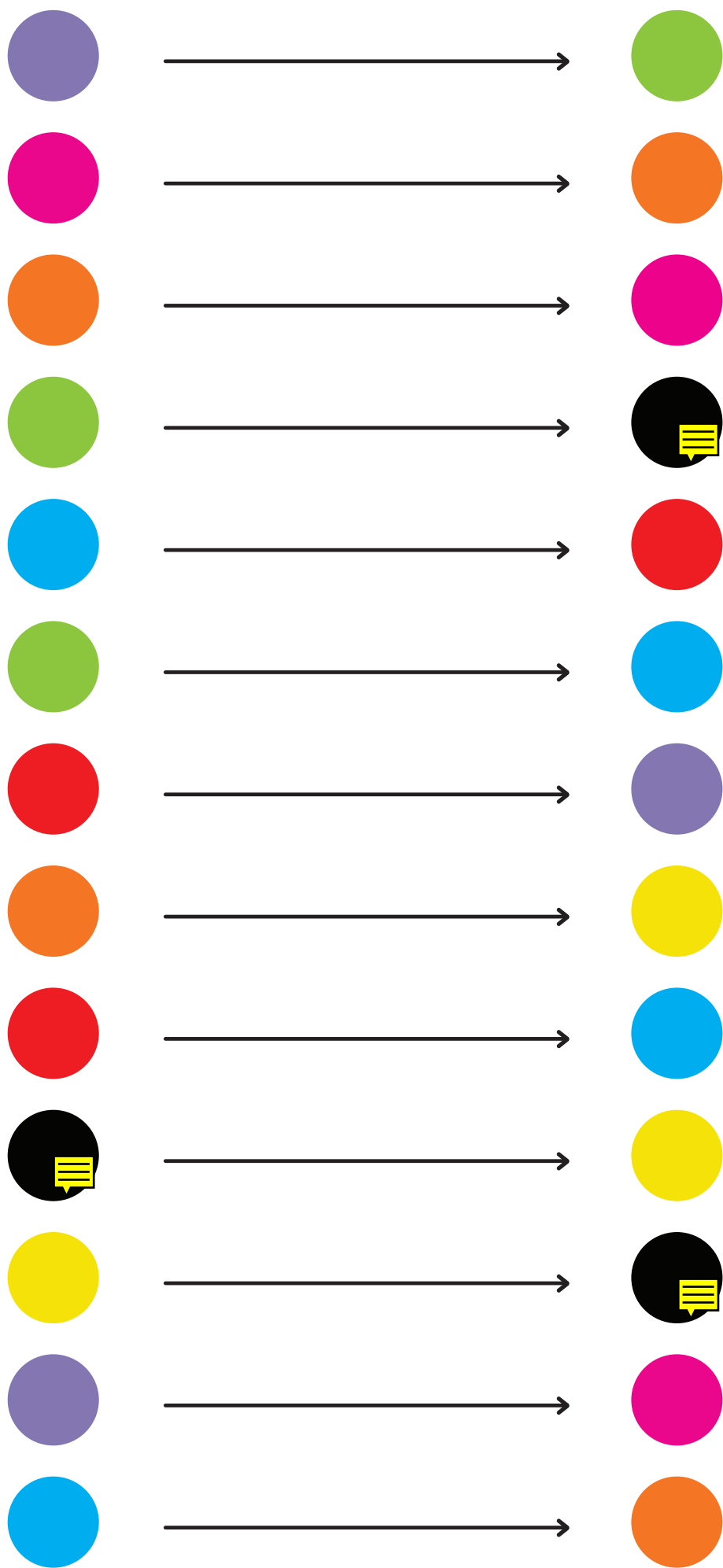


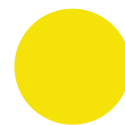
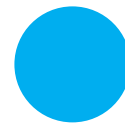
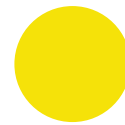
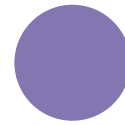
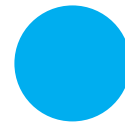
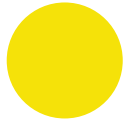




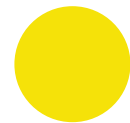
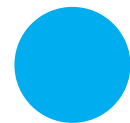














# KSZTAŁTY

## INSTRUKCJA ODCZYTANIA

Pierwszym etapem ćwiczeń jest odczytywanie nazw kształtów – od lewej od prawej, przykładowo:

serce – trójkąt,  
kwadrat – koło,  
serce – serce,  
koło – kwadrat,  
serce – trójkąt.

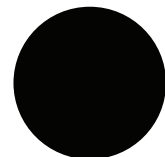
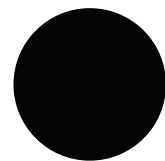
Na kolejnym etapie ćwiczeń ustalamy z dzieckiem, czy woli nazywać kolory, czy kształty. Możliwości odczytywania:

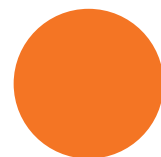
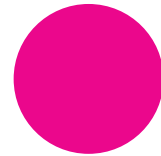
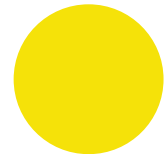
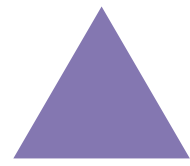
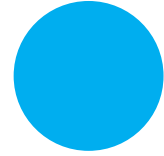
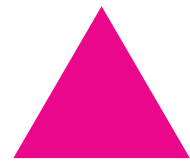
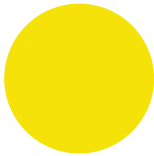
serce – trójkąt,  
kwadrat – koło,  
serce – serce,  
koło – kwadrat,  
serce – trójkąt

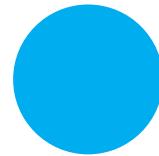
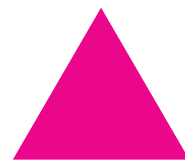
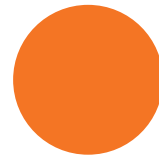
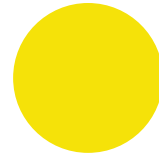
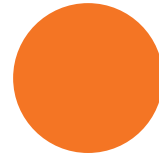
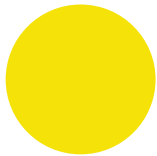
LUB

czzerwony – różowy,  
czarny – niebieski,  
różowy – pomarańczowy,  
żółty – zielony,  
fioletowy – fioletowy.









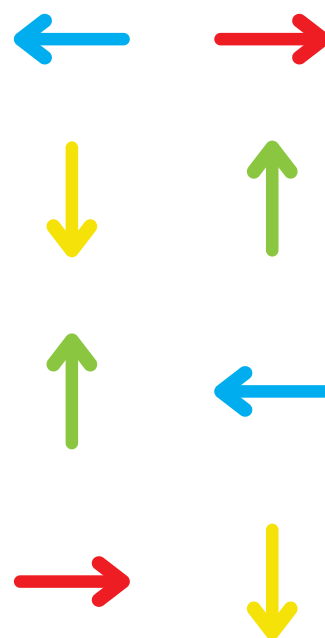
## STRZAŁKI INSTRUKCJA ODCZYTANIA

Na początku ustalamy z dzieckiem, czy woli nazywać kolory, czy kierunki. Nazwy kierunków należy odczytywać ze strzałek od lewej do prawej strony. Możliwości odczytywania:

niebieski – czerwony,  
żółty – zielony,  
zielony – niebieski,  
czerwony – żółty

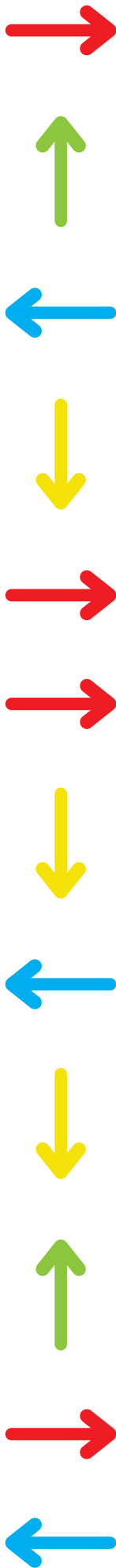
LUB

lewo – prawo,  
dół – góra,  
góra – lewo,  
prawo – dół.



Strony zawierające strzałki możemy również wykorzystać do ćwiczeń ruchowych. Wówczas prosimy dziecko, aby odczytywało kierunek strzałki i poruszało się zgodnie z ustalonym kodem, np.:

strzałka do góry: krok do przodu lub podskok,  
strzałka do dołu: krok w tył lub kucnięcie,  
strzałka w prawo: krok w prawo,  
strzałka w lewo: krok w lewo.









## MATERIAŁ LITEROWY

### INSTRUKCJA ODCZYTYWANIA

Materiał literowy należy odczytywać od lewej do prawej strony, przykładowo:

RE – PI,  
NO – ZE,  
GA – RE,  
LA – RO,  
TA – RI,  
GY – DO,  
TU – MY,  
SE – MA,  
KO – BO.

Należy zadbać o to, aby z biegiem ćwiczeń dziecko odczytywało litery, sylaby lub wyrazy w rytmie. Możemy wystukiwać rytm.

RE	→	PI
NO	→	ZE
GA	→	RE
LA	→	RO
TA	→	RI
GY	→	DO
TU	→	MY
SE	→	MA
KO	→	BO

A	a
Ą	ą
B	b
C	c
Ć	ć
D	d
E	e
Ę	ę
F	f
G	g
H	h
I	i
J	j
K	k
L	l
Ł	ł

M	m
N	n
Ñ	ñ
O	o
Ó	ó
P	p
R	r
S	s
Ś	ś
T	t
U	u
W	w
Y	y
Z	z
Ż	ż
Ž	ž

PI  
ZE  
LE  
TE  
TA  
DO  
KO  
MY  
MA  
KA  
MU

KA

ME

FU

MU

CO

DY

ZA

RO

KA

DO

DU

RE  
NO  
LA  
GY  
TA  
GA  
TU  
SE  
KO  
FY  
MU  
SO  
ZA  
FU  
RO  
CO  
KI



PI  
ZE  
LE  
TE  
RI  
DO  
MA  
SO  
MY  
KA  
TY  
ME  
KA  
RI  
MU  
KY  
PA

RE	————→	PI
NO	————→	ZE
GA	————→	RE
LA	————→	ME
TA	————→	RI
GY	————→	DO
TU	————→	MY
SE	————→	MA
KO	————→	BO

ZA

KA

MU

TY

SO

KA

FY

ME

FU

RI

RO

MU

CO

KY

DO

GO

PU

RO

SA  
ME  
PI  
BO  
GE  
MY  
NA  
DA  
ZY  
FE  
TU  
PI  
BA  
BA  
DA  
KU  
LI  
PO

BY  
NO  
KE  
MY  
ZA  
FO  
LI  
RA  
KA  
RA  
KI  
NY  
TA  
SO  
ZU  
RO  
DU  
BE

KA  
ME  
RI  
MU  
KY  
GO  
RO  
DO  
ZE  
LE  
TE  
RI  
DO  
MY  
MA  
SO  
KA  
TY

MU  
SO  
FY  
FU  
RO  
CO  
PI  
PU  
RE  
NO  
GA  
LA  
TA  
DO  
TU  
SE  
KO  
ZA

KE  
FU  
ME  
SU  
DO  
GY  
NU  
DO  
WI  
PO  
TU  
PE  
LO  
DO  
ME  
GI  
PO  
PU

CI  
TY  
NO  
LA  
GO  
ME  
NO  
SA  
TO  
KI  
GO  
LE  
WU  
WI  
KI  
KY  
TI  
KO

KY  
JA  
MA  
TO  
KA  
BO  
ZA  
TI  
HY  
MI  
DA  
BE  
DY  
WY  
DI  
MY  
GO  
PU

TO  
DO  
KY  
SO  
MU  
MO  
DU  
WY  
ME  
PI  
CO  
SA  
PO  
TY  
BE  
FI  
DE  
RE

FE  
KO  
HO  
ZE  
BI  
DE  
HA  
MO  
DI  
SY  
FA  
MU  
PU  
FY  
KA  
FU  
HA  
DA

CI  
KE  
KI  
JA  
ZO  
CO  
TE  
PO  
HY  
WI  
RE  
TY  
ZE  
PO  
LE  
HE  
FA  
DO



RE  
MI  
FA  
LO  
TY  
DO  
NE  
MA  
SA  
MY  
FA  
FY  
WI  
CE  
JO  
PI  
SU  
KU

DO  
SO  
LI  
KY  
SI  
RU  
BY  
BY  
TI  
HU  
TA  
RO  
MA  
ZI  
SU  
NA  
ZE  
CY

MI  
FE  
TU  
FO  
WE  
KI  
WI  
HI  
ŽA  
MI  
KU  
ZU  
SI  
DU  
FE  
WI  
DA  
RA

ZU  
FE  
BI  
TU  
FA  
WA  
ZU  
HU  
ŽO  
RO  
DO  
TE  
CU  
RE  
BU  
GO  
ŽE  
KO

BO  
MI  
NE  
RY  
FU  
GO  
TY  
SA  
RO  
MI  
FO  
RE  
DY  
ZE  
ZI  
TE  
KI  
NA

WE  
TU  
KI  
KE  
ZO  
ME  
WE  
KU  
NE  
ZI  
MA  
TE  
GO  
KI  
LE  
RA  
ŽE  
PO

WI  
TA  
DU  
RU  
PI  
GE  
ŽU  
JE  
DE  
MO  
HO  
FO  
RI  
BO  
BI  
TU  
TA  
LA

ZE  
SA  
DO  
MI  
GO  
RO  
PA  
NI  
TE  
MU  
KO  
HI  
NA  
DA  
RE  
ŽO  
FA  
DO

HO  
ME  
SO  
RA  
ZA  
FI  
BY  
NA  
GO  
PI  
BO  
LO  
ZA  
BU  
NY  
CO  
GO  
MI

RY  
NA  
DY  
MI  
TY  
KI  
GO  
RY  
LU  
NO  
GO  
SA  
TA  
ZY  
MI  
KO  
SE  
BU

WY  
DU  
TA  
TO  
RA  
MA  
MI  
PO  
LE  
BO  
WA  
NY  
CY  
DE  
HA  
MI  
LO  
KE

BU  
HA  
CO  
TA  
ME  
LE  
RA  
RA  
PI  
BO  
LO  
FI  
BY  
WA  
GO  
MI  
WY  
RA

TO  
TY  
KI  
DU  
RY  
DY  
MI  
GO  
MI  
ZY  
MI  
KO  
LU  
NA  
NY  
GO  
PY  
CY

ZA  
SO  
HO  
ZA  
WY  
NA  
NO  
MA  
TA  
PO  
CY  
DE  
NY  
SA  
RY  
NA  
MY  
SY

go  
ka  
co  
szy  
me  
bi  
to  
žu  
wa  
ry  
po  
go  
ny  
le  
so  
ki  
re  
zu

no  
fi  
co  
ma  
ka  
re  
ta  
fa  
ma  
da  
ri  
go  
no  
ke  
czo  
so  
be  
da

mo  
du  
to  
bi  
mu  
py  
da  
re  
ko  
te  
ki  
žu  
me  
ra  
fa  
ne  
do  
ja

ke  
czo  
ma  
ka  
da  
re  
co  
ta  
fa  
ry  
gi  
go  
no  
to  
fi  
za  
we  
ny



sza  
ru  
go  
me  
ko  
fe  
pa  
do  
ki  
ża  
ma  
na  
do  
ki  
re  
ry  
wa  
ke

ni  
to  
sa  
gu  
bo  
na  
ty  
co  
we  
lo  
cze  
ki  
po  
ny  
ka  
ko  
me  
sza

szo  
bi  
fe  
so  
py  
sze  
ki  
czy  
mi  
gu  
sa  
ro  
ky  
by  
dzy  
ka  
ra  
na

pu  
ki  
że  
do  
ny  
py  
sze  
ki  
czy  
mi  
gu  
de  
rzu  
de  
ro  
ky  
bo  
ki

ko  
fy  
re  
czu  
je  
la  
wu  
ka  
dze  
wy  
mi  
my  
de  
rzu  
de  
re  
da  
bu

cze  
ko  
za  
la  
ka  
ra  
szy  
ne  
ra  
ki  
do  
na  
go  
ny  
so  
ko  
me  
ra

ma  
li  
ke  
ra  
mo  
za  
go  
be  
pe  
ny  
re  
ne  
su  
by  
dzy  
fa  
cho  
la

ke  
sa  
da  
mi  
ne  
zu  
do  
we  
lu  
ry  
ba  
ma  
da  
ry  
go  
re  
la  
me

gen  
kot  
coś  
szyk  
men  
bis  
tok  
żuk  
wąs  
ryk  
pot  
dźwięk  
nos  
lek  
sok  
lis

tam  
tym  
kim  
duch  
mir  
rak  
zez  
myk  
tyk  
rok  
dom  
ton  
sen  
sio  
róg  
sad

gaz  
foch  
szach  
mech  
mur  
mów  
smok  
raz  
pod  
dąb  
hak  
dwa  
zez  
rób  
szal  
ton

mak  
rak  
nos  
mąż  
wąż  
coś  
tik  
bon  
koń  
sam  
lub  
mat  
sum  
weź  
noc  
pas

dym  
zew  
rok  
kicz  
masz  
tak  
jak  
las  
rób  
rok  
sól  
jej  
sos  
byk  
pas  
lek

por  
elf  
but  
las  
dam  
kto  
lat  
ból  
bal  
łan  
pan  
naj  
rób  
tir  
paw  
nóż

to

go

ka

co

wy

mu

te

szy

ki

me

ny

li

we

ko

ci

žu

bi

te

szu

žu

me

wa

wy

ry

ku

po

by

go

ti

ny

su

ma

ge  
ko  
co  
szy  
me  
bi  
to  
zu  
wa  
ry  
po  
ke  
no  
le  
so  
da

ta  
ky  
ki  
du  
mi  
ra  
ze  
my  
wo  
ro  
do  
me  
te  
ty  
ru  
re



czy

ki

sze

py

zo

ty

de

mi

ka

dzy

by

my

do

że

ro

fa

ły

re

czu

ny

la

wu

ka

dze

ky

dzu

ri

po

szo

bi

fe

no

jo  
ka  
di  
sza  
ty  
rza  
ma  
fi  
ro  
tu  
fo  
nu  
go  
ny  
la  
so

pa  
la  
my  
du  
na  
go  
to  
rzy  
ki  
fu  
ro  
sy  
ra  
ra  
ka  
pa

te  
le  
ko  
ni  
ma  
ca  
re  
ja  
fi  
cu  
da  
ko  
py  
we  
mu  
na

fe  
no  
ro  
sy  
le  
dza  
su  
ny  
ta  
ry  
ki  
su  
la  
ro  
fo  
ry

lo  
dy  
je  
ki  
fa  
to  
lo  
la  
cu  
sze  
ki  
za  
ba  
na  
zu  
po

me  
na  
ta  
rze  
ru  
ko  
ke  
fo  
ca  
ja  
ny  
po  
dy  
ki  
do  
fi

gi  
wo  
do  
ta  
ra  
ci  
ki  
fy  
ki  
lo  
to  
pa  
ki  
sa  
bi  
co

fi  
fa  
ra  
fy  
di  
ma  
ni  
we  
ka  
sza  
ma  
ce  
ne  
bo  
ra  
cy

hi  
so  
to  
re  
wa  
szy  
to  
ki  
cha  
he  
bo  
te  
ny  
fi  
ru  
tu

sa  
pa  
re  
ta  
to  
le  
pa  
te  
ra  
we  
fi  
ce  
ty  
no  
wa  
go

pa  
ra  
we  
hi  
so  
to  
ne  
wa  
to  
ki  
cha  
te  
my  
fi  
ru  
do

ri  
wa  
szy  
sa  
pa  
re  
ta  
he  
bo  
sa  
To  
my  
fi  
ce  
me  
ty

ra

po

ty

ba

da

zo

we

wy

zu

sze

ki

fu

co

ja

nu

zy

La

so

ma

wy

cho

pu

ja

ne

ko

ty

ra

dy

pa

ci

na

za



sze

ki

fu

zo

we

wy

zu

co

ja

nu

ra

te

ty

ba

da

wa

hi

so

to

ra

wa

szy

ja

ki

cha

he

bo

po

my

fi

ru

ki

so

ta

ma

wy

cho

pu

to

ne

ko

ty

ma

ka

ra

fi

na

le

ki  
fu  
ko  
ty  
ra  
ro  
ma  
ki  
zu  
co  
ja  
nu  
ra  
na  
po  
la

fi  
fa  
my  
fy  
di  
ma  
ni  
we  
ka  
sza  
we  
ce  
ne  
bo  
bi  
fo

pa  
ta  
ra  
du  
na  
go  
ra  
rzy  
fu  
zo  
ma  
wy  
ty  
ba  
da  
re

de  
rzu  
de  
re  
py  
py  
sze  
ki  
czy  
mi  
sa  
ro  
ky  
by  
dzy  
ka

pu  
ki  
ze  
do  
je  
sze  
ki  
czy  
mi  
gu  
gu  
de  
rzu  
de  
ro  
ky

ko  
fy  
re  
wu  
ka  
dze  
wy  
ni  
my  
czu  
ny  
la  
szo  
bi  
fe  
so

ta  
ri  
bo  
bu  
tu  
fa  
do  
ze  
cze  
ny  
sa  
do  
ma  
ra  
na  
la

za  
ta  
du  
ru  
pi  
ge  
zu  
na  
ko  
mo  
ho  
fo  
tu  
fi  
la  
do

wi  
sa  
do  
mi  
go  
ro  
pa  
bi  
de  
mu  
te  
hi  
ha  
na  
zo  
fa

lek

pas

nóż

paw

raj

byk

sól

nie

wie

miś

kim

ten

kot

jem

już

los

rok

pan

las

elf

but

maj

tir

byk

sos

nóż

por

kicz

zew

nic

nam

mak

rób

szum

duwa

hak

lat

mat

raz

pod

nad

kim

weź

noc

mak

sen

maż

akt

wąż

buk

sto

bał

sen

róg

mech

szach

foch

bon

koń

duwa

paw

dom

koł

but

gen

lek

nos

sok

sen

cel

glód

pot

żuk

ryk

coś

kot

sio

lok

kod

sól

bis

tok

tym

kim

duch

mir

rak

ton

rym

róg

myk

pyk

ład

por

mur

rak

