

WTOREK – 07.04.2020

J. polski	Mam nadzieję, że pamiętasz deklinację- odmianę przez przypadki. Przy dopełnieniu jest niezbędna. Proszę napisz temat w zeszycie przedmiotowym: Temat: <u>Do pełna dopełniam- dopełnienie</u> Zapoznaj się z informacjami o dopełnieniu, znajdziesz je w podręczniku na stronach 277 i 278. https://epodreczniki.pl/a/-do-pelna-dopelniam---dopelnienie/DnG3TXcTA https://lekcjewsieci.pl/czesci-zdania-dopelnienie/ Napisz w zeszycie informację o dopełnieniu. Wybierz z zeszytu ćwiczeń trzy zadania i spróbuj je uzupełnić (str. 18). Jeśli zadania będą sprawiały kłopot, proszę sygnalizować. Pomogę.-)
Matematyka	Kontynuujemy temat z poprzedniej lekcji. Temat: Upraszczenie wyrażeń algebraicznych. 1. Czekaj na nasze spotkanie na wideoczacie. Razem będziemy rozwiązywać zad. 5, 7, 8 str. 191 (podręcznik) 2. Wykonaj ćw. 6,7,8,9 str. 94(zeszyt ćwiczeń) i wyślij do mnie. 3. DLA CHĘTNYCH – możesz wykonać zad. 15 str.192 (podręcznik) Gdyby były problemy z zadaniami, to proszę kontaktować się ze mną
Informatyka	Kontynuujemy temat z poprzedniej lekcji. Temat: Trafiony, zatopiony. 1. Na początek rozwiąż Quiz o bezpiecznym internecie i wynik wyślij do nauczyciela. https://learningapps.org/1422627 2. Nadal pracuj nad projektem „Trafiony, zatopiony” w programie Scratch. Przypominam, że projekt wysyłamy do nauczyciela e-mailem (do 14.04.2020r.) Miłej pracy!
Historia	Sejm Wielki i Konstytucja 3 maja - utrwalenie. Witajcie, Drodzy Uczniowie na kolejnej wirtualnej lekcji historii. Na dzisiejszej lekcji historii utrwalamy wiadomości przygotowując się do sprawdzianu. 1.Zapiszcie temat lekcji wraz z datą w zeszycie przedmiotowym: „Sejm Wielki i Konstytucja 3 maja - utrwalenie”. 2. Otwórzcie link Sejm Wielki i Konstytucja 3 maja https://learningapps.org/watch?v=pfo5k5qka20&fbclid=IwAR1PT6EdDFBv5a1GOR5X_4qPOVQbbEruAuYfiJOwSktWqwill_xxj9rFM0c 3.Stosujcie się do instrukcji! Pouczonej, miłej zabawy!
Religia	Temat: Pielęgnując tradycje, świadczę o swojej wierze nr 48 str. 167 Zapoznaj się historią egzystencjalną opisaną pod tematem i odpowiedz sobie na pytanie: Skąd pochodzi zwyczaj święcenia pokarmów wpisany w liturgię Wielkiego Tygodnia? Jak będzie wyglądało święcenie pokarmów w tym roku z powodu pandemii? Święconkę należy przygotować, jak co roku, święcimy ją tylko modlitwą

	(modlitwa na poświęcenie pokarmów Google), najlepiej zrobią to wasi rodzice. W ten sam sposób możemy poświęcić Palmę (wówczas szukaj w Google modlitwy na poświęcenie Palm). Zapoznaj się z innymi sakramentaliami i obrzędami błogosławieństwa – wykonaj zadanie 1, 2, 3 w zeszycie ćwiczeń str. 60, 61 i prześlij do mnie do 7. 04. Proszę abyście uczestniczyli we Mszy św. Wielkanocnej za pośrednictwem mediów, zapiszcie sobie do zeszytu, jaki był to program i jaką Ewangelię czytano tego dnia. Spokojnych Świąt!
--	--

WYCHOWANIE FIZYCZNE

Drodzy Uczniowie, w związku z trudną sytuacją jaka jest obecnie proszę, abyście ucząc się samodzielnie pamiętali o aktywności ruchowej.

W ramach zajęć z wychowania fizycznego proponuję Wam ćwiczenia do wyboru.

Czas, który przeznaczycie na ćwiczenia regulujecie sobie według własnych potrzeb, ale proszę abyście ćwiczyli codziennie. Pamiętajcie o rozgrzewce i odpowiednim stroju. Pamiętajcie też o prawidłowej postawie podczas pracy przy komputerze. Proponuję również ruch na świeżym powietrzu np. gra w piłkę z rodzicami lub rodzeństwem na podwórku, ewentualnie spacer z rodzicami z dala od innych osób. Możecie również wykorzystać własne pomysły na aktywność ruchową.

Poniżej podaje linki, które może będą dla Was inspiracją. Wybierzcie coś dla siebie, wykonajcie, a potem podzielcie się swoją aktywnością ze mną wysyłając zdjęcia na mój adres e-mail. Czekam też na Wasze pomysły. „My „koronie” się nie damy bo aktywnie czas spędzamy”. Po powrocie do szkoły może stworzymy szkolną galerię aktywnych ruchowo? Powodzenia ☺

DLA CHŁOPCÓW I DZIEWCZYNEK

rozgrzewka:

11,5 min: <https://www.youtube.com/watch?v=IxA4sApBSuA>

10,5 min: https://www.youtube.com/watch?v=_xE6BL3m3nk

ćwiczenia w czasie przerw od nauki:

13 min: <https://www.youtube.com/watch?v=oxhgW7atWV4>

zdrowy kręgosłup:

33,5 min: <https://www.youtube.com/watch?v=SMkccyjsPDQ>

ćwiczenia z rodzeństwem:

8 min: <https://www.youtube.com/watch?v=7LFzesHxm8I>

10 ćwiczeń z krzesłem

www.youtube.com/watch?v=DP5Gib9Sxo8

wf w domu na 5 dni

www.youtube.com/watch?v=Rh6_JNVmACw

10 ćwiczeń a pracuje całe ciało

www.youtube.com/watch?v=qREgqFYxl-Q

DLA DZIEWCZYNEK

stretching:

11,5 min: https://www.youtube.com/watch?v=vq_4SghsXUg

zumba - układy taneczne:

3,5 min: <https://www.youtube.com/watch?v=jaGlgUI8Yok>

DLA CHŁOPCÓW

Trening ogólnorozwojowy dla mężczyzn: wykorzystaj ciężar własnego ciała

www.youtube.com/watch?v=oKLMHA9ylYo

10 ćwiczeń a pracuje całe ciało

www.youtube.com/watch?v=qREgqFYxl-Q