

ŚRODA – 08.04.2020	
Historia	Kultura polskiego Oświecenia - 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 zeszyte przedmiotowym: Kultura polskiego Oświecenia - utrwalenie. 2. Otwórzcie link Kultura polskiego Oświecenia https://learningapps.org/view10028526?fbclid=IwAR0gkh-KwUkdX_vWP695Ks9E8NWutHEYVvCWQaJM72L_kUJRkNSfA66CEE 3.Stosujcie się do instrukcji! Pouczającej, miłej zabawy! UWAGA! Sprawdzian napiszemy po Świętach. Szczegóły podam na grupie. To nasza ostatnie spotkanie on-line przed nadchodzącymi Świętami Wielkanocnymi. Odpocznijcie w gronie swoich Bliskich, ciesząc się rozkwitającą przyrodą wokół. Pozdrawiam Was ciepłutko!
Matematyka	Kontynuujemy temat z poprzedniej lekcji. Temat: Upraszczenie wyrażeń algebraicznych. 1. Czekaj na nasze spotkanie na wideoczacie. Razem będziemy rozwiązywać zad. 10, 11, 12 str. 191-192 (podręcznik) 2. Wykonaj ćw. 10,11,12 str. 95 (zeszyt ćwiczeń). 3. Na koniec Quiz o upraszczaniu wyrażeń algebraicznych https://learningapps.org/1521372 4. DLA CHĘTNYCH – zagadka str.192 (podręcznik) Gdyby były problemy z zadaniami, to proszę kontaktować się ze mną.
J. polski	Temat: <u>Przydawki, okoliczniki i dopełnienia wzbogacają wypowiedzenia</u> Analizujemy cały czas części zdania. Teraz znamy już wszystkie , więc wykonując rozbiór logiczny zdania, możemy stosować wszystkie nazwy .Dla utrwalenia proszę przećwiczyć te podane przykłady. Sporządź wykres logiczny zdania („drzewko”), nazwij części zdania oraz podaj, jaką częścią mowy zostały wyrażone. 1. Moja siostra chętnie czyta historyczne książki. 2. Niedługo wrócą do nas bociany. 3. Karolina opiekuje się bezdomnymi zwierzakami. W razie trudności proszę pisać. Pozdrawiam:-)
Technika	Temat lekcji: Zrób to sam - szyjemy maseczkę ochronną na twarz. 1.Obejrzyj film: http://24tp.pl/n/66475 2.Przygotuj materiały: materiał o wymiarach 20cmx17cm, dwa paski (mogą być z tego samego materiału lub z innego) o wymiarach 3cmx10cm, dwie gumki o długości 15cm, igłę, nici w kolorze materiału lub zbliżony (nie może być np. biały materiał i czarne nici), nożyczki. 3.Szyjemy ręcznie i samodzielnie. 3.Na wykonanie maseczki masz tydzień – 15.04.2020r. (ostateczny termin) 4.Po wykonaniu maseczki zrób zdjęcie i wyślij do 15.04.2020r. Praca będzie oceniona- waga 2 5.Mile widziana i punktowana prezentacja maseczki „pokaz mody”. ☺ Miłej zabawy☺

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