

CZWARTEK – 26.03.2020

J. angielski	TOPIC: THE RED BOOK- SOPHIE I BEN MAJĄ KŁOPOTY Good morning Are you ready? I think you're, so let's start • Proszę otwórzcie książki na stronie 81 i przeczytajcie znajdujący się tam tekst. (w razie kłopotów z wymową tekst znajduje się na płycie dołączonej do podręcznika nr 2.39) • Wypiszcie do zeszytu i przetłumaczcie wyrazy , których nie znacie- oczywiście w razie problemów służę pomocą:) • Gdy zadanie - nam nadzieję- zostało już przez Was wykonane, spróbujcie zrobić samodzielnie zadanie 8,10 s.81 • Dla chętnych - ćw. 4,5 s. 34 GDYDY POJAWIŁ SIĘ JAKIŚ PROBLEM Z WYKONANIEM TYCH ZADAŃ, NAPISZ INFORMACJĘ ZWROTNĄ:) GOOD LUCK:)
J. polski	Temat: <u>Przydawka i sposoby jej wyrażania</u> Drodzy uczniowie zapoznajcie się z informacjami na temat przydawki w podręczniku –strona 261-263. Następnie wskażcie przydawki w zadaniu 2. Spróbujcie popracować i tropić tę część zdania (przydawkę) w ćwiczeniach s. 84 w zeszycie ćwiczeń. Jeśli będziecie mieć trudności to piszcie, na pewno pomogę. Miłej pracy!
Geografia	Rolnictwo Danii i Węgier. Witajcie, Kochani na pierwszej wirtualnej lekcji geografii. Czytajcie, proszę uważnie polecenia i wykonujcie je. Dowiedzie się dziś jakie cechy posiada rolnictwo Danii i Węgier. 1.Zapiszcie temat lekcji wraz z datą w zeszycie przedmiotowym: Rolnictwo Danii i Węgier. 2.Przeczytajcie tekst w podręczniku "Rolnictwo Danii i Węgier" str.98- 103. 3. Sporządźcie krótką notatkę w zeszycie. 4. Wykonajcie ćw.1, 2, 3, 5 str.65-67 w zeszycie ćw. Niczego nie odsyłajcie! Poproszę Was o to w odpowiednim czasie. Dla chętnych! Atrakcje turystyczne Danii lub Węgier (do wyboru). Forma dowolna. Miłej pracy! Pozdrawiam!
Religia	Temat: Niedziela jest dla mnie dniem świętym • Odczytaj fragment Łk24,1-7 podręcznik str. 108 i zapamiętaj z jakimi wydarzeniami związane jest świętowanie niedzieli. • Wykonaj zadanie 1 str. 36 w zeszycie ćwiczeń • W obecnej sytuacji pandemii przypominam o możliwości korzystania z uczestnictwa we Mszy św. transmitowanej przez różne media. Świętowanie niedzieli to czas na bycie ze swoją rodziną. To czas na gesty szacunku, miłości i wdzięczności dla bliskich !!! • W zeszycie zapisz co dobrego uczynisz dla swoich bliskich dzisiaj? • Wieczorem Pomódl się za swoją rodzinę modlitwą z podręcznika str. 109

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=oKLMHA9yIYo

10 ćwiczeń a pracuje całe ciało

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