

PIĄTEK – 27.03.2020

J. polski	Temat: <u>Z ortografią można się zaprzyjaźnić</u> Drodzy uczniowie przećwiczcie 2, 3 dyktanda (jeśli ktoś ma ochotę może więcej) –aplikacja dyktanda.online – wybierając swój poziom klasy IV.
Przyroda	Zapisz w zeszyte temat lekcji: Na czym polega zdrowy styl życia? Następnie proszę przeczytaj uważnie tekst w podręczniku str.114-118. Po przeczytaniu tekstu zapisz w zeszyte notatkę wg. poniższych punktów. 1.Zasady zdrowego stylu życia. (zapisz zasady w podpunktach a, b itd.) 2. Na czym polega prawidłowe odżywianie? (odpowiedz na to pytanie jednym zdaniem i zapisz w zeszyte) 3.Piramida zdrowia.(obejrzyj film www.youtube.com/watch?v=Sbx4Hs7LsDU a następnie zapisz w zeszyte w podpunktach co znajduje się na poszczególnych piętrach piramidy zaczynając od najważniejszego) 4.Kiedy odpoczywać biernie, a kiedy aktywnie? (dokończ zdania) a)odpoczynek bierny..... b)odpoczynek aktywny..... 5.Jak dbać o jamę ustną? (zapisz w podpunktach) 6.Jak pielęgnować włosy, skórę i paznokci? (zapisz w podpunktach) Praca domowa Zeszyt ćwiczeń str.73-75 Ciekawostki Piosenka o niezdrowym jedzeniu www.youtube.com/watch?v=1bmJ4Zlj_B4 Na stronie www.izz.waw.pl/zdrowice jest gra, którą możecie pobrać i zagrać. Na stronie www.aktywniepozdrawie.pl znajdziecie różne ciekawostki dotyczące odżywiania np. Kalkulator zdrowia dziecka Powodzenia☺
J. angielski	TOPIC: PYTANIA O WYGLĄD Z CZASOWNIKIEM HAVE GOT DZIEWCZYNKI, ZACZYNAMY KOLEJĄ ZDALNĄ LEKCJĘ HELLO:) • Dziś poćwiczmy sobie czasownik have got, wiemy już że oznacza on mieć. Proszę WAS DZIEWCZYNKI, aby każda napisała zdanie twierdzące i przeczące używając właśnie tego czasownika (napiszcie każde z tych zdań w zeszyte) • Teraz , proszę otwórzcie książki na 78 stronę i posłuchajcie (płyta nr 2.43)jak się tworzy pytania i krótkie odpowiedzi używając czasownika have got • A teraz do dzieła ćwiczmy..... jeszcze tylko wyjaśnię Wam nieznane słówka, znajdujące się w zadaniu 2 p. 78 straight- proste curly- kręcone dark-ciemne short-krótkie long-długie SO..... LET'S DO Spróbujcie zrobić zadanie 2,4 s. 78 • może się przyda: www.gov.pl/zdalnelekcje j. Angielski kl.4 dzień 25 marca:)

Plastyka	Temat lekcji: Techniki rysunkowe. Komiks. 1. Wiecie na czym polega technika rysunkowa jaką jest komiks. Waszym zadaniem będzie wykonanie komiksu na temat: Jeden dzień z mojego życia... Zrób zdjęcie pracy telefonem i prześlij na mojego emaila lub Messengerem 2. Możecie obejrzeć film w jaki sposób zaplanować pracę. Moja rada zastosujecie 4 okienka komiksowe. Im mniej tym łatwiej. https://www.youtube.com/watch?v=2bj7nqC9qDE Życzę miłej pracy. ☺
----------	--

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 ☺

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>

lekcje wf w domu, zagraj i ćwicz kl. I-III

www.damianrudnik.com/lekcja-wf-w-domu-zagraj-i-cwicz-podstawowka-i-liceum/

10 ćwiczeń z krzesłem

www.youtube.com/watch?v=DP5Gib9SXo8