

Klasa IV b (Małgorzata Mętel)

Język polski (Małgorzata Mętel)

1. Temat: Adaptacja filmowa.

Zobacz adaptację „Mikołajka” i napisz w zeszytcie, czym jest adaptacja.

2. Co to znaczy „część mowy”? Ćwiczenia językowe.

Wykonaj ćwiczenia: Zeszyt ćwiczeń, cz. 2. ,

Części mowy, s. 36 Ćwiczenia. Części mowy, s. 46

3. Jak opisać siebie? Podręcznik: Joanna Krzyżanek Cecylka Knedelek, s. 198 Zeszyt ćwiczeń. Różne formy wypowiedzi. Jak opisać osobę?, s. 15

Plastyka (Aneta Domaradzka)

Temat: Faktura

Zadania do wykonania z karty pracy

Przeczytaj uważnie tekst o fakturze

1. Z a pomocą wzroku oceń ich fakturę

2. Dokończ wyrazy np. gładki jak....., szorstki jak....., matowy jak....., śliski jak.....,

3. Zabawa z fakturą

4. Zadanie plastyczne

Muzyka (Beata Klyszcz)

Instrumenty strunowe-szarpane

Historia (Agnieszka Michalik)

1. Polska Piastów – powtórzenie.

2. Polska Piastów – sprawdzian.

3. Założyciel Zamościa.

4. Potop szwedzki.

Matematyka (Małgorzata Osóbka)

Temat: Ułamek jak część całości.

<https://pistacja.tv/film/mat00098-ulamek-zwykly-jako-czesc-calosci?playlist=66>

Proszę obejrzeć film i zapisać temat z poniższą notatką w zeszytcie.

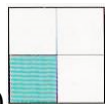
Notatka



$\frac{1}{2}$ chleba (pół chleba)



$\frac{1}{4}$ kwadratu (ćwierć kwadratu)



W ćwiczeniach od 1-13 str.76-78

Do realizacji w tym tygodniu.

Język angielski (Monika Pagacz)

Czasownik 'Have got'- utrwalenie. <https://www.youtube.com/watch?v=dTUcf1FxT2k>

Informatyka (Blandyna Porąbka)

programowanie w środowisku Scratch.

- Przeanalizować i zgodnie z kartą pracy wykonać polecenia.

Technika (Blandyna Porąbka)

Normalizacja w rysunku technicznym

- Przeanalizować i uzupełnić karty pracy.

Przyroda (Michał Urbaniak)

Proszę wykonać karty pracy opierając się na informacjach z podręcznika lub internetu:

- karta nr. 36 i 39

Religia

Tabor- góra przemienienia

Wychowanie fizyczne (Beata Sypniewska)

Drodzy uczniowie klasy IV,

przestrzeganie prostych zasad pomoże Wam utrzymać ciało i umysł w dobrej kondycji, a także wydajniej się uczyć. Dbajcie o siebie we wszystkich obszarach. Spożywajcie pełnowartościowe posiłki, wysypiajcie się, wietrzcie pomieszczenia, w których przebywacie.

Aktywnie uczestniczcie we wszelkich aktywnościach domowych pomagając rodzicom w codziennych pracach. Pamiętaj, gdy posprzątasz swój pokój, to również podejmiesz aktywność ruchową, a przy tym pomożesz rodzicom i z pewnością poprawisz im humor.

Przesyłam Wam drodzy uczniowie i rodzice propozycję ćwiczeń do wykonania w do-mu, gdzie możesz:

- przeprowadzić samodzielnie rozgrzewkę gimnastyczną (rozgrzać mięśni szyi – pamiętasz z lekcji, że głową pracujemy tylko w przód i w tył, lub w prawo i w lewo – nie krążymy głową!!!, krążenia kończynami górnymi [jednostronne, obustronne, naprzemianstronne], wymachy kończynami górnymi w przód i w tył, krążenia tułowia, skrętoskłony, w przysiadzie podpartym wyrzut nóg w tył, przysiady, w siadzie rozkrocznym skłony do lewej i prawej nogi, rowerek, pajacyki).

Jeżeli masz kłopot z przeprowadzeniem samodzielnej rozgrzewki możesz wspomóc się filmem, który znajdziesz na You Tube pod linkiem:

<https://www.youtube.com/watch?v=5Z0etoUyPDw&feature=youtu.be>

Ponadto możesz też:

- kształtować gibkość (skłony tułowia w siadzie rozkrocznym, siadzie plotkarskim, siadzie prostym – pamiętaj, aby ćwiczyć zawsze na stronę prawą i lewą),
- wzmacniać mięśnie posturalne (skłony tułowia z leżenia do siadu tzw. „brzuszki”, w pozycji stojącej wznosy ramion w górę, wznosy ramion w pozycji siedzącej, leżącej, klęczącej, naprzemienne wznosy kończyn górnych oraz dolnych w klęku podpartym – pamiętasz to z lekcji, pracujemy na przemian prawą nogą i lewą ręką, a potem lewą nogą i prawą ręką)
- kształtować równowagę (stanie na jednej nodze, w siadzie prostym unoszenie tułowia, rąk i nóg tzw. „siad równoważny”, przejście po wyznaczonej linii przodem oraz tyłem),
- kształtować skoczność (przeskoki przez szmatkę, skakanie ponad nogami leżącego tyłem w rozkroku rodzica – pamiętasz z lekcji, że możesz skakać jednonóż, obunóż, z jednej nogi na drugą, w przód, w tył oraz bokiem)

Przykładowa aktywność w ciągu jednego dnia może wyglądać tak:

Rozgrzewka:

Krążenia ramion w przód, skłony głowy w przód i w tył, wymachy nóg w przód i w tył oraz 30 x pajacyki.

Następnie możesz wykonać

- skłony brzucha
- przysiady
- mosty (starsze klasy pompki – czyli ugięcia i wyprost ramion w podporze przodem)

Sam sobie ustal ile razy powtórzysz każde ćwiczenie (5, 10, 15 czy 20), pamiętaj tylko żeby zrobić wszystkie te ćwiczenia w 2 seriach – czyli np. brzuszki 10 razy, przysiady 10 razy i mosty 10 razy, a po krótkiej przerwie powtórz wszystko jeszcze raz.

Na koniec wykonaj co najmniej jedno ćwiczenie rozciągające zaproponowane przy kształtowaniu gibkości.

Pamiętaj, żeby ćwiczyć co najmniej co drugi dzień, a to co zrobisz ma Tobie sprawić radość. Baw się dobrze. Po wszystkim weź prysznic.

Ze sportowym pozdrowieniem, nauczyciele wychowania fizycznego.

WDZ (Gizela Żmijewska – Stec)

Proszę o obejrzenie filmiku:) Prawie 9 minut na temat tego co się dzieje z Waszym ciałem w okresie dorastania i dojrzewania. Zanotujcie proszę pytania, na które odpowiem na lekcjach:)

Należy kliknąć w link, który jest poniżej i film się otworzy

<https://www.youtube.com/watch?v=YavEH9CdoXM>

