

Witajcie Kochani!
Zaczynamy kolejny, tym razem króciutki tydzień pracy.
Liczę, że niedługo zobaczymy się w szkole.

Po dzisiejszych zajęciach liczę, że:

- czytasz tekst z podziałem na role,
- wypowiadasz się zdaniami na temat wypoczynku,
- zapisujesz poprawnie głoski miękkie w wyrazach,
- potrafisz tworzyć zdania złożone i wiesz gdzie postawić przecinek,
- wykonujesz ćwiczenia ruchowe, przestrzegając ustalonych zasad.

Edukacja polonistyczna:

Temat: **Odpoczynek jest ważny.**

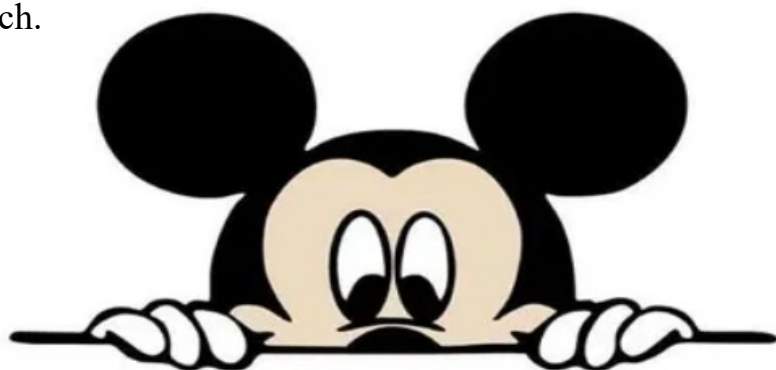
1. Zajrzyj do podręcznika na str. 44 i przeczytaj tekst „Dużo na głowie”. Spróbuj przeczytać tekst z podziałem na role. Możesz wykonać to z rodzicami, rodzeństwem lub zmieniać swój głos, kiedy jest to wymagane. Po przeczytaniu jesteś gotowy/gotowa aby udzielić odpowiedzi na pytania pod tekstem. Wykonaj to zadanie ustnie.
2. Teraz otwórz swój zeszyt ćwiczeń na stronie 55 i wykonaj zadanie 1 z tej strony, a kropkę do tego zadania zapisz w zeszytzie wraz z tematem lekcji.
3. Oto mała przypominajka przed kolejnym zadaniem:

Pisownia spółgłosek miękkich

1. Głoski zmiękczone kreseczką: ś, ć, ź, ń zapisujemy wtedy, gdy w wyrazie po tych głoskach jest **spółgłoska**, np. bu**ź**ka, córe**ń**ka.

2. Jeśli za głoskami zmiękczoneymi jest **samogłoska**, głoski te zapisujemy z „i”, np. bu**z**ia, córun**ia**.

Teraz wykonaj zadanie 2 ze str.55 w ćwiczeniach, a także zadanie 1 ze strony 18 w potyczkach ortograficznych.



Edukacja polonistyczna:

Temat: **Kiedy stawiamy przecinek?**

1. Czy wiesz kiedy stawiamy przecinek?
Zaraz się tego dowiesz. Zajrzyj na str. 45 w podręczniku i wykonaj zadanie 1.
2. Uzupełnij notatkę w zeszycie.

W klasie
Temat: Kiedy stawiamy przecinek?
Przed wyrazami ponieważ, bo, żeby, że stawiamy przecinek, np. Marysia wie o tym, że odpoczynek jest ważny podczas pracy. Julek skupia się na lekcjach, ponieważ chce wszystko zrozumieć.

3. Wykonaj zadanie 2 z podręcznika. Zapisz utworzone zdania pod notatką w zeszycie.

Wychowanie fizyczne:

Temat: **Test sprawności.**

Dziś podczas zajęć wychowania fizycznego wykonasz test sprawności fizycznej.
Bardzo proszę o przesłanie wyników testu.

Powodzenia dziewczyny i chłopaki!

Zanim zaczniemy właściwy test, musimy rozgrzać swoje ciało. W tym celu wykonaj szybką rozgrzewkę.

Wy wykonajcie rozgrzewkę w domu → <https://www.youtube.com/watch?v=xrRsUL9HVj8>

A teraz możesz przejść do testu sprawności.

SKOCZNOŚĆ

Skocz w dal z miejsca, rezultat zmierz stopami.

K/M

- 1 pkt – 5 stóp
- 2 pkt – 6 stóp
- 3 pkt – 7 stóp
- 4 pkt – 8 stóp
- 5 pkt – 9 stóp
- 6 pkt – 10 stóp

SZYBKOŚĆ

Biegnij szybko przez 10 sekund, wysoko unosząc kolana i klaszcząc pod uniesioną nogą. Policz liczbę klaśnięć.

K/M

- 1 pkt – 12 klaśnięć/15 klaśnięć
- 2 pkt – 16 klaśnięć/20 klaśnięć
- 3 pkt – 20 klaśnięć/25 klaśnięć
- 4 pkt – 25 klaśnięć/30 klaśnięć
- 5 pkt – 30 klaśnięć/35 klaśnięć
- 6 pkt – 35 klaśnięć/40 klaśnięć

SILA MIĘŚNI BRZUCHA

Położ się na plecach, wykonuj „nożyce poziome/ poprzeczne” tak długo, jak Ci się uda.

K/M

1 pkt – 10 sek./ 30 sek.

2 pkt – 30 sek./ 1 min

3 pkt – 1 min./ 1,5 min

4 pkt – 1,5 min./ 2 min

5 pkt – 2 min./ 3 min

6 pkt – 3 min./ 4 min

GIBKOŚĆ

Stań w pozycji na baczność, nie zginając nóg w kolanach wykonaj ruchem ciągłym powolny skłon w przód.

1 pkt – chwyć oburącz za kostki

2 pkt – palcami obu rąk dotknij palców stóp

3 pkt – palcami obu rąk dotknij podłoża

4 pkt – wszystkimi palcami obu rąk dotknij podłoża

5 pkt – dotknij dłońmi podłoża

6 pkt – dotknij głową kolan