

PLAN PRACY KLASY 1.d

25. – 26. marca 2020 r.

Czwartek – 26.03.2020 r.

Przedmiot	Temat lekcji	Zadania dla ucznia	Sposób realizacji (samodzielna praca/lekcja on-line)	Termin wykonania zadań
etyka	„Bajka z morałem”	https://youtu.be/Ula9f0dDjbjk Obejrzyj film – trwa tylko 3 minuty, ale niesie wiele ważnych treści. Istnieją przysłowia, które doskonale oddają to, co zaobserwowałeś na filmie. Porozmawiaj z rodzicami lub starszym rodzeństwem na ten temat i napisz w zeszycie (lub na kolorowance) przysłowie, które pasowałoby do filmu. Pokoloruj załączoną kolorowankę.	praca samodzielna	08.04.
edukacja wczesnoszkolna	Wiosna	1.Obejrzyj film o wiosnie i staraj się zapamiętać jak najwięcej zwiastunów tej pory roku. Szczególna uwagę zwróć na nazwy wiosennych kwiatów. https://liblink.pl/SBPTXmHEyn	praca samodzielna	27.04.
edukacja wczesnoszkolna		2. Rozwiąż zadania o wiosnie https://liblink.pl/mDyYDJXTXj 3.Na lekcjach powtarzaliśmy nazwy miesięcy i dni tygodnia. Poćwicz to teraz samodzielnie. https://liblink.pl/nBAOD4Xk13		
edukacja muzyczna	Ruch przy muzyce	Postarajcie poruszać się według załączonej instrukcji: https://liblink.pl/rsn4XiZji Zachęcam też do swobodnego ruchu	Praca samodzielna	

		pry muzyce: https://liblink.pl/CimwY9nPZM		
--	--	--	--	--

Piątek – 27.03.2020 r.

Przedmiot	Temat lekcji	Zadania dla ucznia	Sposób realizacji (samodzielna praca/lekcja on-line)	Termin wykonania zadań
religia	Odpowiadam Panu Bogu na modlitwie.	1. Przeczytaj uważnie 3 zdania znajdujące się pod tematem – w razie konieczności poproś o pomoc! (podręcznik cz. I str.44). 2. Wykorzystując naklejki znajdujące się na końcu podręcznika – przygotuj na rysunku miejsce do modlitwy (zadanie 1 str. 44) 3. Obejrzyj krótki filmik wyjaśniający: czym jest modlitwa? (8:36 min) https://youtu.be/JMFnyW7BAkE , 4. Wybierz i obrysuj kolorową kredką, to co pomaga Ci w modlitwie. Zadanie 3 str.45	Praca z podręcznikiem. Krótka katecheza on-line.	02.04.
edukacja wczesnoszkolna	Czyste środowisko	- Posegreguj śmieci: https://liblink.pl/aSsP7fpfxc , https://liblink.pl/D3iLIvxxvnA - Obejrzyj film: https://liblink.pl/sJLWvb5SKu Pytania pomocnicze do rozmowy na temat filmu: Ile śmieci produkuje człowiek? W jaki sposób śmieci wpływają na środowisko?	Praca samodzielna	

edukacja wczesnoszkolna		W jaki sposób ty możesz pomóc środowisku? Dlaczego warto segregować śmieci? W jaki sposób my możemy ograniczyć zmiany klimatyczne spowodowane śmieciami? W jaki sposób możemy chronić zasoby/surowce? - wykonaj zadanie w załączniku: uzupełnij zdania odpowiednimi wyrazami		
edukacja informatyczna	Word – ćwiczymy pisanie	Spróbuj pisać słowa na klawiaturze:) najpierw na pisupisu.pl a potem w Wordzie(jeśli masz taką możliwość) https://liblink.pl/DJ2Vu6n7gh	Praca samodzielna	03.04.
wychowanie fizyczne	Wzmacnianie siły mięśni w formie obwodu ćwiczebnego.	1. Wykonaj rozgrzewkę: ĆWICZENIA WYKONUJ W MIEJSCU: - 20 kroków biegu - 20 kroków skip C (pięty dotykają pośladków) - 20 kroków skip A (unoszenie wysoko kolan) - 20 niskich podskoków obunóż odpocznij chwilę * całość powtórz 2 razy!!! Stań w lekkim rozkroku, wykonuj następujące ćwiczenia: - skłony głowy w bok, skręty na prawą i lewą stronę, - krążenia ramion w przód, krążenia ramion w tył,	Praca samodzielna	27.04.

	- krążenia bioder, - wypad w przód, licz do 3 wykonując pogłębienia, na 4 podskokiem zmień nogę, - stojąc w rozkroku, skłony tułowia do nogi prawej, do środka i do lewej. 2. Ćwiczenia w formie obwodu ćwiczebnego Wykonaj ćwiczenia znajdujące się poniżej: - 10 przysiadów, odpocznij licząc do 10 i zacznij nowe ćwiczenie, - 10 pajacyków, odpocznij licząc do 10 i zacznij nowe ćwiczenie, - 10 pompek + 10 sekund przerwy, - 10 spięć brzucha + 10 sekund przerwy, - 10 naprzemiennych wyrzutów nóg w tył z przysiadu podpartego, SUPER! Teraz dłuższy odpoczynek, ok 30 sekund (licz do 30 i powtórz ćwiczenia jeszcze raz) 3. Rozciąganie Przypomnij sobie z lekcji wf ćwiczenia rozciągające. Przy każdym ruchu zatrzymaj się na 2-3 sekundy: - powoli wykonaj skłony głowy na prawą i lewą stronę, - spleć dłonie przed sobą, wypchnij wyprostowane ręce w przód, - spleć dłonie za sobą, wyprostuj		
--	---	--	--

		ręce, unieś je lekko w górę, - powoli wykonaj skłony tułowia w bok, przód, - ugnij nogę przed sobą, chwyć za łydkę, podciągnij kolano do klatki piersiowej, to samo zrób na drugą nogę. Na koniec unosząc ręce w górę wykonaj wdech, opuszczając – wydech. Zachęć do ćwiczenia najbliższych. Pamiętaj, nie siedź za długo przy komputerze, Twoje ciało woli ruch! Przypomnij sobie ćwiczenia z lekcji wf. W wolnym czasie zaprezentuj je rodzicom lub rodzeństwu, ćwiczcie razem:)		
--	--	--	--	--

Danuta Rybusińska