

## Tygodniowy Plan Pracy klasy 5p

Poniedziałek, 30.03.2020r.

| Przedmiot           | Temat lekcji                             | Zadania dla ucznia                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Sposób realizacji<br>(samodzielna<br>praca/lekcja on-<br>line) | Termin wy-<br>konania za-<br>dań |
|---------------------|------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|----------------------------------|
| <b>Etyka</b>        | Pozory często mylą.                      | Obejrzyj film Pszczoła i mucha (na podstawie Bajki Ezopa).<br><a href="https://liblink.pl/SWRtXEmYDo">https://liblink.pl/SWRtXEmYDo</a><br>Przemyśl wypowiedź muchy. Zastanów się jaki inny tytuł mógłbyś nadać temu opowiadaniu.                                                                                                                                                                                                      | Praca samodzielna                                              | 06.04.2020r.                     |
| <b>Matematyka</b>   | Ułamki dziesiętne na osi liczbowej.      | Obejrzyj lekcję<br><a href="https://www.youtube.com/watch?v=eS3fNsaVqqk">https://www.youtube.com/watch?v=eS3fNsaVqqk</a><br>Wykonaj w zeszytcie zadania 3 i 4 str. 144 (podręcznik).                                                                                                                                                                                                                                                   | Lekcja on-line<br>/samodzielna<br>praca.                       | Do 01.04<br>2020r.               |
| <b>Język polski</b> | Pisownia wyrazów z „rz”, „ż”, „ch”, „h”. | Przypomnij sobie zasady ortograficzne dotyczące pisowni wyrazów „rz”, „ż”, „ch”, „h” (podręcznik s. 221) i wyjątki od tych reguł (podręcznik s.222).<br><br><u>(Jeśli nie masz kodu do e-podręcznika, napisz do mnie, wyślę Ci nowy kod).</u><br><br>Rozwiąż kartę pracy:<br><br><a href="https://drive.google.com/open?id=1JzkSueYv5F9oIHhw18RvdiWVi k8AmBkw">https://drive.google.com/open?id=1JzkSueYv5F9oIHhw18RvdiWVi k8AmBkw</a> | Samodzielna praca                                              | 30.03.2020r.                     |
| <b>Wychowanie</b>   | Nauka kroku ta-                          | Naucz się/przypomnij sobie taniec belgijski, jeśli chcesz naucz                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Praca samodzielna                                              | 06.04.2020r.                     |

|                   |                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                          |                                                                          |
|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| fizyczne          | necznego belgijki.                                                          | resztę swojej rodziny :)<br><a href="https://www.youtube.com/watch?v=xFAfNnsFumY">https://www.youtube.com/watch?v=xFAfNnsFumY</a><br>* dla chętnych – nagraj krótki film jak tańczycie i wyślij mi go na maila – pwlaszczuk@wp.pl                                                                                                                                                                                       | na                                       |                                                                          |
| Język angielski   | Powtórzenie i utrwalenie wiadomości z działu 5.                             | Podręcznik strona 63 "Daniel Radcliffe" - Czytaj i słuchaj jednocześnie. Postaraj się zrozumieć tekst. <a href="#">cd2.12</a><br><br>Pomocny słowniczek-znajdź unit 5 <a href="#">słowniczek</a><br><br><b>Praca domowa do przesłania nauczycielowi</b> : ćwiczenie 5 strona 63. Prace zostaną sprawdzone i poprawione, a dobre prace ocenione. Możesz napisać więcej zdań niż jest w poleceniu, ale nie więcej niż 10. | Praca samodzielna                        | na następną lekcję<br><br><b>Praca domowa do przesłania</b> 27.03.2020r. |
| Informatyka gr. 2 | Prezentacja- PowerPoint. Łączenie slajdów, ustawianie animacji- utrwalenie. | Kontynuacja pracy- wykonanie prezentacji (12 slajdów) „Album przyrodniczy- Zwierzęta świata” .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Praca samodzielna w programie PowerPoint | 03.04.2020r                                                              |

**Wtorek, 31.03.2020r.**

| Przedmiot       | Temat lekcji      | Zadania dla ucznia                                                                                                            | Sposób realizacji ( samodzielna praca/lekcja online) | Termin wykonania zadań |
|-----------------|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|------------------------|
| Język angielski | Praca z testem do | Wykonaj zadania , czytaj uważnie wszystkie polecenia i patrz na przykłady. W zadaniu 6 podkreśl w tekście informacje. Zadania | Praca samodzielna                                    | 06.04.2020r.           |

|                         |                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                   |              |
|-------------------------|--------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------|
|                         | działu 5.                                              | EXTRA tylko dla chętnych . <a href="#">sprawdzian dział 5</a> ; <a href="#">słuchanie zadanie 8</a>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | na                |              |
| <b>Muzyka</b>           | Na ludową nutę.<br>Krakowiak – polski taniec narodowy. | <p>Przeczytaj uważnie tekst w podręczniku od str. 106 – 109.</p> <p>Zapoznaj się z terminem: „Synkopa”, str.110.</p> <p>Obejrzyj i wysłuchaj krakowiaka. Podczas słuchania tańca wystukuj rytm zawierający synkopy. Skopiuj poniższy link do tańca:<br/> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=IGUkCV6-fts">https://www.youtube.com/watch?v=IGUkCV6-fts</a></p> <p>Wysłuchaj utworu, pt. „Hej, na krakowskim rynku”, tekst str. 105. Po wysłuchaniu utworu przejdź do nauki śpiewu fragmentami. (2 zwrotki z refrenem). Podkład do utworu załączony pod linkiem:<br/> <a href="https://drive.google.com/drive/folders/1w56rz6COZBFsKEeAa4pv9hpOQQxx3YFq?usp=sharing">https://drive.google.com/drive/folders/1w56rz6COZBFsKEeAa4pv9hpOQQxx3YFq?usp=sharing</a></p> <p>Narysuj w zeszycie i podpisz jeden wybrany instrument ludowy (podręcznik, str. 108-109).</p> | Praca samodzielna | 07.04.2020r. |
| <b>Język polski</b>     | Ćwiczymy ortografię.                                   | Dziś ćwiczymy ortografię. Zapoznaj się z zadaniem umieszczonym w karcie pracy: <a href="https://drive.google.com/open?id=15nMEs5S1pDonL-bTXrctc4dVd42vgWQN">https://drive.google.com/open?id=15nMEs5S1pDonL-bTXrctc4dVd42vgWQN</a>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Samodzielna praca | 31.03.2020r. |
| <b>Język hiszpański</b> | Mi casa – Mój dom                                      | Przeczytaj słówka z rysunku na str. 34 w podręczniku oraz przetłumacz je. Wypisz je do zeszytu. Przetłumacz krótki tekst poniżej i zrób wg wzoru ćwiczenie 2 ze str. 34.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Praca samodzielna | 02.04.2020r. |
| <b>Informatyka</b>      | Prezentacja- Power-                                    | Kontynuacja pracy- wykonanie prezentacji (12 slajdów) „Album                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Praca samodzielna | 03.04.2020r  |

|              |                                                           |                                   |                           |  |
|--------------|-----------------------------------------------------------|-----------------------------------|---------------------------|--|
| <b>gr. 1</b> | Point. łączenie slajdów, ustawianie animacji- utrwalenie. | przyrodniczy- Zwierzęta świata” . | na w programie PowerPoint |  |
|--------------|-----------------------------------------------------------|-----------------------------------|---------------------------|--|

Środa, 01.04.2020r.

| <b>Przedmiot</b>  | <b>Temat lekcji</b>                                                   | <b>Zadania dla ucznia</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>Sposób realizacji<br/>( samodzielna praca/lekcja on-line)</b> | <b>Termin wykonania zadań</b> |
|-------------------|-----------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
| <b>Biologia</b>   | Wirusy, bakterie, protisty, grzyby i porosty - utrwalenie wiadomości. | Samodzielnie rozwiązać kartę pracy, która będzie podsumowaniem ostatnio omawianego działu: <a href="#">WIRUSY, BAKTERIE, GRZYBY, PROTISTY- POWTÓRZENIE WIADOMOŚCI- KARTA PRACY.docx</a><br><br>Dla utrwalenia wiadomości warto rozwiązać quiz na stronie:<br><a href="https://quizizz.com/admin/quiz/5c76cb1d50eeb3001cc60e6e/systematyka-wirusy-bakterie-protisty-grzyby">https://quizizz.com/admin/quiz/5c76cb1d50eeb3001cc60e6e/systematyka-wirusy-bakterie-protisty-grzyby</a> | Praca samodzielna z elementami pracy online (platforma Quizizz)  | 08.04.2020r.                  |
| <b>Historia</b>   | Kościół w średniowieczu.                                              | Przypomnij sobie rozdział: Kościół w średniowieczu.<br><br>Wypisz, jakie zakony powstały w średniowieczu.<br><br>Wyjaśnij pojęcia: zakon, klasztor, opat, reguła zakon.<br><br>Rozwiąż quiz: <a href="https://quizizz.com/join?gc=043785">quizizz.com/join?gc=043785</a>                                                                                                                                                                                                           | Praca samodzielna,<br><br>Quiz na platformie quiziz              | 02.04.2020r.                  |
| <b>Matematyka</b> | Zamiana ułamków zwykłych na dzie-                                     | Obejrzyj lekcję <a href="https://www.youtube.com/watch?v=YcKMNClsLFE">https://www.youtube.com/watch?v=YcKMNClsLFE</a>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Lekcja on-line/ samodzielna pra-                                 | Do 02.04.2020 r.              |

|                            |                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                          |              |
|----------------------------|-----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
|                            | siętne.                                                   | Zrób zadanie 7 str.144, 8 i 9 str. 145 (podręcznik)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | ca.                                                                                      |              |
| <b>Język polski</b>        | Co należy umieścić w ogłoszeniu?                          | <p>Zapoznaj się z prezentacją dotyczącą redagowania ogłoszenia</p> <p><a href="https://view.genial.ly/5e7b21ed2263100e13dcd1f8/interactive-image-interactive-image">https://view.genial.ly/5e7b21ed2263100e13dcd1f8/interactive-image-interactive-image</a></p> <p>Wykonaj kartę pracy (umieszczona w prezentacji).</p> <p>Zredaguj ogłoszenie w Wordzie i wyślij mi na adres paulina.falanczykk@gmail.com</p>                                               | <p>Praca samodzielna, praca na platformie genialy.ly,</p> <p>Praca w edytorze tekstu</p> | 06.04.2020r. |
| <b>Wychowanie fizyczne</b> | Rozciąganie mięśni nadmiernie przykurczonych i napiętych. | <p>Jako rozgrzewkę zatańcz znaną Ci pewnie z przedszkola piosenkę : głowa, ramiona, kolana pięty - w ustawieniach na YouTube zwiększ prędkość odtwarzania do 1,5.</p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=30BVfTvlsrE">https://www.youtube.com/watch?v=30BVfTvlsrE</a></p> <p>Włącz film : <a href="https://liblink.pl/gESuuNYWr2">https://liblink.pl/gESuuNYWr2</a></p> <p>i rozciągaj się wraz z prowadzącą.</p>                                   | Praca samodzielna                                                                        | 01.04.2020r. |
| <b>Wychowanie fizyczne</b> | Kształtowanie siły mięśni nóg.                            | <p>Obejrzyj i wykonaj 20min trening wraz z Leną (nie naszą :))</p> <p><a href="https://liblink.pl/tnaflFZznT">https://liblink.pl/tnaflFZznT</a></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Praca samodzielna                                                                        | 01.04.2020r. |
| <b>Technika</b>            | Kompozyty-materiały przyszłości                           | <p>Przeczytaj rozdział z podręcznika, str. 42</p> <p><a href="https://flipbook.nowaera.pl/dokumenty/Flipbook/Technika_Jak_to_dziala%5Bkl_5%5D%5Bpr_2018%5D/#p=21">https://flipbook.nowaera.pl/dokumenty/Flipbook/Technika_Jak_to_dziala%5Bkl_5%5D%5Bpr_2018%5D/#p=21</a>Wykonaj pisemnie ćwiczenie 1 str. 42 oraz :</p> <p>Wyobraź sobie, że jesteś konstruktorem. Znasz różne cechy materiałów konstrukcyjnych. Wymień właściwości, jakie powinien mieć</p> | Praca samodzielna                                                                        | 08.04.2020r. |

|                |                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                    |             |
|----------------|------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|-------------|
|                |                                    | <p>materiał użyty do budowy współczesnego pociągu jeżdżącego z dużą prędkością. Odpowiedzi wyślij w Librusie lub na adres : sziza@onet.pl (wpisz dane i klasę). Obejrzyj film o zastosowaniu kompozytów</p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=uCyf5lf2QHg">https://www.youtube.com/watch?v=uCyf5lf2QHg</a></p> |                    |             |
| <b>Religia</b> | Wielki Tydzień. Niedziela Palmowa. | <p>Wielki Tydzień. Niedziela Palmowa.</p> <p>Podręcznik str.164-165.</p> <p>Notatka do zeszytu: "Niezapominajka" str.165.</p>                                                                                                                                                                                            | Praca samodzielna. | 1.04.2020r. |

**Czwartek, 02.04.2020r.**

| <b>Przedmiot</b>  | <b>Temat lekcji</b>                      | <b>Zadania dla ucznia</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>Sposób realizacji<br/>( samodzielna<br/>praca/lekcja on-<br/>line)</b> | <b>Termin wykonania zadań</b> |
|-------------------|------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
| <b>Matematyka</b> | Porównywanie ułamków dziesiętnych.       | <p>Obejrzyj lekcję<br/> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=fhrAjgVNh2Y">https://www.youtube.com/watch?v=fhrAjgVNh2Y</a><br/>           Wykonaj ćwiczenia str. 59.</p>                                                                                                                              | Lekcja on-line /samodzielna praca.                                        | Do 03.04. 2020 r.             |
| <b>Geografia</b>  | Strefy klimatyczne i strefy krajobrazowe | <p>1. Przeczytać uważnie temat w podręczniku s. 108-112 oraz zapoznać się z prezentacją multimedialną nauczyciela link: <a href="https://tiny.pl/tz8wx">https://tiny.pl/tz8wx</a></p> <p>2. Odpowiedzieć na pytania z ankiety googla link: <a href="https://tiny.pl/tz82j">https://tiny.pl/tz82j</a></p> | Praca samodzielna                                                         | 04.04.2020r.                  |

|                         |                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                   |              |
|-------------------------|-----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------|
|                         |                                         | <p>3. W zeszycie proszę zapisać:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- czym są strefy klimatyczne?</li> <li>- podaj po 2 cechy klimatu górskiego, morskiego i kontynentalnego</li> <li>- jaki związek mają ze sobą strefy klimatyczne i strefy krajobrazowe?</li> </ul> <p>Proszę o dodanie wykonanej tabelki z poprzedniego tygodnia (zdjęcie lub inny plik) do folderu dla 5p link: <a href="https://tiny.pl/tzsrh">https://tiny.pl/tzsrh</a> hasło : 1505 lub jeśli będzie problem to na mojego maila: mag.zmi1505@gmail.com – pamiętajcie o podpisaniu się – chciałabym wiedzieć komu wpisuję dobre oceny.</p> <p>Dodatkowy materiał do przejrzania: (w tym interaktywne ćwiczenia)- <a href="https://tiny.pl/tz82v">https://tiny.pl/tz82v</a> i <a href="https://tiny.pl/tz889">https://tiny.pl/tz889</a></p> |                   |              |
| <b>Język hiszpański</b> | Mój dom – utrwalamy słownictwo.         | <p>Proszę wykonać ćw. 1 i 2 ze str. 34 z zeszytu ćwiczeń, ćw. 1 – Podpisz nazwy pomieszczeń.</p> <p>Ćw.2 -Popatrz na dom Julii i zaznacz gdzie są te meble.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Praca samodzielna | 07.04.2020   |
| <b>Język polski</b>     | Powtórzenie wiadomości o wypowiedzeniu. | <p>Lekcja on-line na podstawie schematu: <a href="https://drive.google.com/open?id=1aq8wQ7wU9WZ8TBEEemZQztgKE8ap50Qxg">https://drive.google.com/open?id=1aq8wQ7wU9WZ8TBEEemZQztgKE8ap50Qxg</a></p> <p>Lekcja na platformie Microsoft Team.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Lekcja on-line    | 02.04.2020r. |

|                 |                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                   |              |
|-----------------|------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------|
|                 |                                                                  | Czas trwania: 20 min.<br><br>Start: Zgodnie z planem lekcji.                                                                                                                                                                                                                                                                     |                   |              |
| <b>Plastyka</b> | Kartki wielkanocne,<br>kartki wiosenne,<br><br>ozdoby świąteczne | Zadanie do wykonania: Przygotuj ozdoby świąteczne. Mogą to być kurczaczki, baranki, pisanki, miseczki, ptaszki. Liczę na Waszą kreatywność. Wykorzystajcie fakt, że jesteście w domu...i macie dużo materiałów które pomogą wykonać Wam zadanie jak najlepiej (włóczka, chusteczki, skrawki materiału, wata, patyczki, krepina). | Samodzielna praca | 08.04.2020r. |
| <b>Religia</b>  | Wielki tydzień.                                                  | Wielki Tydzień:<br><a href="https://padlet.com/katarzynagajdziszewska/3gal1rkot0ao">https://padlet.com/katarzynagajdziszewska/3gal1rkot0ao</a>                                                                                                                                                                                   | praca samodzielna | 06.04.2020r. |

**Piątek, 03.04.2020r.**

|                     |                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                  |              |
|---------------------|-----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|--------------|
| <b>Przedmiot</b>    |                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                  |              |
| <b>Język polski</b> | Czym się różni zdanie pojedyncze rozwinięte od nierozwiniętego? | Lekcja on-line na podstawie schematu:<br><a href="https://drive.google.com/open?id=1XsLTp1lhfuwJeEDn0ITKU0ZWssF1QCB3">https://drive.google.com/open?id=1XsLTp1lhfuwJeEDn0ITKU0ZWssF1QCB3</a><br><br>Lekcja na platformie Microsoft Team.<br><br>Czas trwania: 20 min.<br><br>Start: Zgodnie z planem lekcji. | Lekcja on-line                   | 03.04.2020   |
| <b>Historia</b>     | Sztuka średniowiecza                                            | 1. Przeczytaj rozdział: Sztuka średniowiecza s.153-156.<br><br>2. Zwróć uwagę na to, czym charakteryzowała się sztuka w średniowieczu (anonimowość, przybliżanie ludziom Biblii, wyjaśnianie                                                                                                                 | Praca samodzielna, Quiz na plat- | 04.04.2020r. |

|                            |                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                   |              |
|----------------------------|------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------|
|                            |                                    | <p>zasad wiary).</p> <p>3. Rozwiąż kartę pracy dotyczącą stylów: gotyckiego i romańskiego<br/> <a href="https://drive.google.com/open?id=1KnI-OXorutHLxqpcYKvXg8F2LFjcQd41">https://drive.google.com/open?id=1KnI-OXorutHLxqpcYKvXg8F2LFjcQd41</a></p> <p>4. Rozwiąż quizz na platformie: <a href="https://quizizz.com/join?gc=810533">quizizz.com/join?gc=810533</a></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | formie quiziz     |              |
| <b>Wychowanie fizyczne</b> | Zdrowie i jego pozytywne czynniki. | <p>Przypomnij sobie/zapoznaj się z 10 ZASADAMI ZDROWEGO ŻYWIENIA</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Należy spożywać produkty z różnych grup żywności (dbać o urozmaicenie posiłków).</li> <li>2. Kontroluj masę ciała (dbaj o zachowanie należytej masy ciała).</li> <li>3. Produkty zbożowe powinny być głównym źródłem energii</li> <li>4. Mleko i produkty mleczne powinny być stałym elementem codziennej diety</li> <li>5. Mięso spożywaj z umiarem, zastępuj je rybami i roślinami strączkowymi</li> <li>6. Spożywaj codziennie warzywa i owoce</li> <li>7. Ograniczaj spożycie tłuszczów, zwłaszcza zwierzęcych</li> <li>8. Unikaj cukru i słodczy</li> <li>9. Ograniczaj spożycie soli</li> <li>10. Pamiętaj o piciu wody, co najmniej 1,5 l dziennie</li> </ol> <p>Z produktów dostępnych w domu przygotuj zdrową przekąskę dla siebie i rodziny.</p> | Praca samodzielna | 03.04.2020r. |
| <b>Zajęcia wychowawcą</b>  | Z kulturą i sztuką za pan brat.    | <p>Zapoznaj się z dziedzinami sztuki.</p> <p><a href="https://pl.wikipedia.org/wiki/Sztuka">https://pl.wikipedia.org/wiki/Sztuka</a></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Praca samodzielna | 03.04.2020r. |

|                        |                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                       |                     |
|------------------------|-----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|---------------------|
|                        |                                               | <p>Które z nich znasz?</p> <p>Czy miałeś/miałaś okazję w niej uczestniczyć?</p> <p>Podaj mi tytuł Twojej ulubionej bajki lub filmu oraz piosenki :)</p>                                                                                                                                                                                                    |                                       |                     |
| <b>Matematyka</b>      | Zapisywanie wyrażeń dwumianowych.             | <p>Przypomnij sobie podstawową zamianę jednostek masy i długości.</p> <p>Obejrzyj lekcję</p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=C_VCjKJ6sil">https://www.youtube.com/watch?v=C_VCjKJ6sil</a></p> <p>Zrób ćwiczenie 1 i 2 str. 61 (zeszyt ćwiczeń).</p>                                                                                            | Lekcja on-line/<br>samodzielna praca. | Do 02.04<br>2020 r. |
| <b>Język angielski</b> | Are there any tomatoes? - historyjka filmowa. | <p>Obejrzyj film i zrób zadania poniżej <b>Check your grammar</b>. Dwa pierwsze są obowiązkowe, trzecie zadanie dla chętnych.</p> <p><a href="https://learnenglishteens.britishcouncil.org/grammar/beginner-grammar/countable-uncountable-nouns">https://learnenglishteens.britishcouncil.org/grammar/beginner-grammar/countable-uncountable-nouns</a></p> | On-line                               | 03.04.2020r.        |