

Zadania na 11.05.2020 r. kl. 4 a
Materiały do pracy dla uczniów klasy IV

Drodzy Uczniowie. Wykonujecie zadania na miarę swoich możliwości. W razie trudności nauczyciele wraz z wychowawcą - służą pomocą – kontakt przez e- dziennik.
Powodzenia !

1. WDŻ dziewczynki - 11.05.2020 r. - annakocot1985@gmail.com - P. Anna Kocot

Temat: Intymność- czym jest dla mnie?

- na dzisiejszej lekcji – proponuję Wam – obejrzenie prezentacji – która jest załączona w osobnym dokumencie.

2. Matematyka – 11.05.2020 r.- agacia5557@wp.pl – P. Agata Kulawiak

Temat : Dodawanie ułamków dziesiętnych.

Z podręcznika w zeszytcie wykonaj zad 4/str 128 oraz zad 7/ str 129.

Zadanie dodatkowe dla chętnych uczniów, którzy chcą popracować więcej zad 9/str 129.

3. WF - 11.05.2020 r. - annakocot1985@gmail.com - P. Anna Kocot

Temat: LA – Biegi krótkie, doskonalenie startu niskiego.

Lekkoatletyka (także lekka atletyka) – jedna z najstarszych dyscyplin sportu, oparta na naturalnym ruchu.

Podstawowe konkurencje lekkoatletyczne to: biegi, skoki, rzuty.

Dzisiaj zajmiemy się biegami.

Biegi w konkurencjach lekkoatletycznych dzielą się na:

- sprinty (biegi krótkie),
- biegi średnie,
- biegi długie,
- biegi przez płotki.

Sprint to bieg na krótkich dystansach:

- 60 metrów (hala),
- 100 metrów,
- 200 metrów,
- 400 metrów,
- sztafety 4 × 100 metrów
- sztafeta 4 × 400 metrów.

Zawodnicy startują na sygnał (strzał) startera z bloków startowych. Każdy zawodnik biegnie po swoim torze (przed zawodami odbywa się losowanie torów albo też numer toru przydzielonego zawodnikowi wynika z miejsca, które zajął on w biegu eliminacyjnym). O kolejności na mecie decyduje pierś zawodnika.

W biegach sztafetowych biorą udział zespoły czteroosobowe, konkurencja polega na biegu z pałeczką sztafetową trzymaną w dłoni. Zawodnicy podczas zmian przekazują sobie pałeczkę w wyznaczonej strefie zmian. Zgubienie pałeczki lub przekroczenie strefy zmian równoznaczne jest z dyskwalifikacją sztafety.

Start niski

Start niski wykonuje się przed biegami krótkimi za wyjątkiem sztafety w której jedynie zawodnik biegnący jako pierwszy startuje z bloków startowych.

Ustawienie bloków

Przyjmuje się, że przednia podpórka bloku startowego powinna być ustawiona w odległości około 2 stóp od linii startowej, a podpórka tylna o jedną stopę za nią.

Komendy

Komendy są następujące: „na miejsca”, „gotów” i strzał z pistoletu.

„na miejsca”:

- Biegacz przyjmuje pozycję kłku podpartego jedno nogą na nodze zakroczonej, opierając stopy o ścianki bloków, a dłonie (kciuk i wyraźnie rozwarty palec wskazujący, do którego przylegają wyprostowane pozostałe palce) ustawione są przed linią startową na szerokości barków.
- Kończyny górne wyprostowane w stawach łokciowych ustawione niemalże pionowo.
- Głowa swobodnie opuszczona w dół
- Równomierne rozmieszczenie masy ciała na wszystkie punkty podparcia – umożliwia to rozluźnienie mięśni.

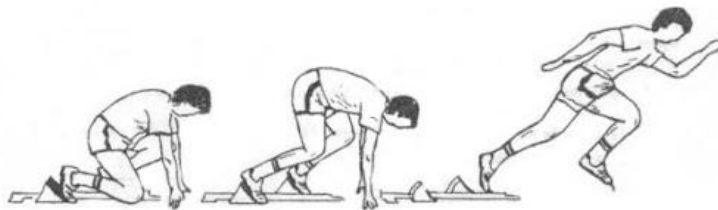
„gotów”:

- Biegacz wolnym ruchem unosi biodra nieco powyżej poziomu barków
- Przenosi masę ciała na kończyny górne

„strzał”:

- Biegacz energicznie odbija się rękoma od bieżni
- Wykonuje zdecydowany ruch barkami w przód ku górze
- Rozpoczyna odbicie z bloków startowych równocześnie obiema nogami
- Noga zakroczna zostaje energicznie przeniesiona w przód
- Pracę nóg wspomaga naprzemianstronny obszerny wymach ramionami

W czasie pierwszych kroków, tułów jest mocno pochylony do przodu. Stopy przenoszone nisko nad podłożem.



ZADANIE: https://www.youtube.com/watch?v=S5T_JCx2b3s- Obejrzyj jak nasza polska sprinterka Ewa Swoboda wygrywa bieg na 100m.

Spróbuj wykonać start niski. W domu ustaw sobie linię i spróbuj wykonać start niski bez biegu oczywiście ☺Możesz zrobić sobie zdjęcie i mi wysłać ☺

4. J. polski – 11.05.2020 r. . ghary08@gmail.com - P. Arkadiusz Fulas

Temat: Gdy ludzie się różnią...

• podręcznik *NOWE Słowa na start!*, rozdział 6. *Co jest w życiu ważne?*, s. 256–259

Grzegorz Kasdepke, *Mam prawo* (fragmenty). Obejrzyj film o autorze

https://www.youtube.com/watch?v=6W1uGK_hUok , przeczytaj tekst w podręczniku.

Wykonaj ćw2. i 3 s. 259.

5. Plastyka – 11.05.2020 r. – agata.walczak.sp22@gmail.com – P. Agata Walczak

Temat: Techniki mieszane – farby wodne i pastele

Techniki mieszane polegają na łączeniu różnych sposobów malowania. Czasem łączy się też techniki malarskie i rysunkowe.

Jedną z technik mieszanych polega na łączeniu z pastelami różnych rodzajów farb rozcieńczanych wodą. Najpierw kartka pokrywana jest farbami plakatowymi, temperami lub gwaszami. Po wyschnięciu powierzchni maluje się na niej pastelami. Można też użyć najpierw pasteli olejnych, a potem farb. Tłusta powierzchnia nie pochłania rozwodnionej farby, która pozostaje na powierzchni. Dzięki nierównym krawędziom plam powierzchnia obrazu wydaje się zróżnicowana.

Ćwiczenie

Namaluj pracę ukazującą postać z baśni, komiksu lub filmu. Najpierw pokryj kartkę farbami. Na wyschniętej powierzchni przedstaw bohatera za pomocą pasteli olejnych. Jeśli nie posiadasz farb lub pasteli wykonaj pracę kredkami. Praca na ocenę. Powodzenia!

6. Religia – 11.05.2020 r. b.r.sp22.zadania@gmail.com – P. Beta Remplewicz

Temat: Wadowice – tu wszystko się zaczęło.

Przeczytaj tekst z podręcznika o historii Jana Pawła II i wyszukaj informacji, by uzupełnić zadanie 3.

Jeśli nie masz podręcznika, możesz poszukać informacji tutaj: <https://domjp2.pl/jan-pawel-ii/kalendarium-jana-pawla-ii/>