

Zadania na 11.03.2020 r. kl. 5 a  
Materiały do pracy dla uczniów klasy V

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

**1. Biologia – P. Beata Skolubowicz - [beata.skolubowicz@onet.pl](mailto:beata.skolubowicz@onet.pl) - lekcję na Teams**

Temat: Korzeń- organ podziemny rośliny

1. Otwórz podręcznik na stronie 98
2. Przeczytaj tekst o budowie i funkcjach korzenia
3. Zrób notatkę:
  - a) Jakie funkcje pełni korzeń?
  - b) Narysuj korzeń i zaznacz na rysunku strefy korzenia
  - c) Jakie systemy korzeniowe występują u roślin?
  - d) Wymień rodzaje przekształceń korzeni i podaj ich funkcję

**2. Matematyka – P. Agata Kulawiak - [agacia5557@wp.pl](mailto:agacia5557@wp.pl) – lekcję na Teams**

Temat : Zamiana jednostek.

Z podręcznika str.38 wykonaj w zeszycie zad 7 , zad 8 oraz zad 9.

**3. J. polski – P. Arkadiusz Fulas – [ghary08@gmail.com](mailto:ghary08@gmail.com) - lekcję na Teams**

Temat: Atlantyda, czyli „tam albo nie tam”

- podręcznik *NOWE Słowa na start!*, rozdział 5. *Mitologiczne krainy*, s. 200–201
- Wisława Szymborska, *Atlantyda*
- określ temat wiersza
- scharakteryzuj podmiot liryczny w wierszu
- nazwij uczucia, jakie wyraża utwór
- wskaż pytania retoryczne i określ ich funkcję w wierszu
- wypowiedz się na temat nastroju utworu
- wskaż w tekście wiersza wersy, strofy
- wyszukaj w internecie informacje o autorce wiersza
- przedstaw Atlantyde w wybranej formie plastycznej (plakat, obraz, rysunek)

**4. Zajęcia z wychowawcą – P. Agnieszka Wanic – [agawa44@outlook.com](mailto:agawa44@outlook.com) - - lekcję na Teams**

Temat: W emocjach kryje się moc. Loguj się z głową

Proszę przygotuj kartki papieru na której wypełnisz karty pracy

Wypełnij kartę pracy nr 1

- zakreślić odpowiedzi z karty pracy

## KARTA PRACY NR 1

### Po co nam emocje?

(przykładowa rozyspanka)

Złość	Sygnalizuje pojawienie się przeszkody.
	Sygnalizuje naruszenie naszych granic.
	Pomaga mobilizować siły.
Strach	Sygnalizuje zagrożenie/niebezpieczeństwo.
	Sygnalizuje, że jesteśmy w nowej sytuacji i musimy być czujni.
	Pomaga w przygotowaniu się do wyzwania i zebraniu sił.
Smutek	Sygnalizuje, że coś ważnego straciliśmy.
	Pomaga się pożegnać.
	Sklania do zadumy i refleksji.
Radość	Sygnalizuje, że wszystko układa się po naszej myśli.
	Sygnalizuje, że nasz wysiłek przyniósł efekt.
	Sygnalizuje, że nasze pragnienia/potrzeby zostały zaspokojone.
Duma	Sygnalizuje, że nasz wysiłek i praca przyniosły efekt.
	Sygnalizuje, że udało się zrobić coś lub mamy coś, co cenią inni.
	Sprawia, że czujemy się bardzo wartościowi i ważni dla innych.
Poczucie winy	Sygnalizuje, że zrobiliśmy coś, co przez innych uważane jest za niewłaściwe.
	Sygnalizuje, że komuś innemu zrobiliśmy coś przykrego.

A teraz Wspólnie na podstawie karty pracy odpowiemy na pytania:

- Które z emocji było Wam najłatwiej /najtrudniej wyrazić?
- Po czym poznawaliście, że ktoś przeżywał daną a nie inną emocję (mimika twarzy, postawa ciała)?
- Jak przeżywane i pokazywane emocje wpływały na Wasz wzajemny kontakt?
- Czy i które emocje utrudniały/ułatwiały wykonywanie zadania?

- Jak czuliście się, widząc kolegów i koleżanki w poszczególnych emocjach, np. złości, smutku?

- Czy czujecie swobodę w wyrażaniu emocji na co dzień, np. w szkole, w kontakcie z dorosłymi czy rówieśnikami?

Dla utrwalenia wiadomości zdobytych na zajęciach proponuję Wam wypełnienie kart pracy:

#### KARTA PRACY NR 2

#### Czuję..., bo...

Wyobraź sobie, że po silnym sztormie na oceanie budzisz się na nieznannej wyspie.  
Nie widzisz wokół nikogo. Zaczynasz iść w głąb wyspy, bo chcesz znaleźć wodę zdatną do picia  
i coś do jedzenia. Zastanów się, jakie emocje mogłyby wzbudzić podane sytuacje:

Kiedy las zaczyna gęstnieć i słyszysz wokół siebie odgłosy nieznanych i dzikich zwierząt...
Czuję .....
bo .....
Kiedy trafiasz na oczko wodne, ale woda nie nadaje się do picia...
Czuję .....
bo .....
Kiedy trafiasz nad piękny wodospad z przezroczystą i pachnącą wodą...
Czuję .....
bo .....
Kiedy po zjedzeniu owoców i wypiciu wody kładziesz się na drzemkę nad wodospadem...
Czuję .....
bo .....
Kiedy las zaczyna gęstnieć i słyszysz wokół siebie odgłosy nieznanych i dzikich zwierząt...
Czuję .....
bo .....
Nadchodzi noc, a Ty się orientujesz, że jeszcze nie wiesz, gdzie będziesz spać...
Czuję .....
bo .....
Kiedy budzisz się rano i orientujesz się, że to był sen...
Czuję .....
bo .....

Zapraszam Wszystkich Rodziców na zebranie z Rodzicami  
16 marca o godz. 17.00 na platformie Teams  
– zespół zajęcia z wychowawcą 5a

5. WF – P. Anna Kocot - [annakocot1985@gmail.com](mailto:annakocot1985@gmail.com) - lekcję na Teams

6. WF – P. Anna Kocot - [annakocot1985@gmail.com](mailto:annakocot1985@gmail.com) - lekcję na Teams

Temat: Zakwasy- czym są i jak sobie z nimi radzić?

**Zakwasy** to tak naprawdę zespół opóźnionego bólu mięśniowego, który pojawia się najczęściej ok. 24 godziny po zakończonym wysiłku fizycznym i z reguły ustępuje po 2–3 dniach. Bolesność powodują mikrourazy powstające na powierzchniach włókien trenowanych mięśni oraz niegroźne komórki stanu zapalnego, których zadaniem jest usunięcie z organizmu uszkodzonych tkanek. Dzięki takiemu oczyszczeniu "zmęczone" mięśnie mają miejsce do odbudowy. **Zakwasy** wzmagają regenerację mięśni, pobudzając je do przyrostu masy. Zwiększają ich ukrwienie oraz unerwienie. Przez to stają się mocniejsze i są lepiej przygotowane na kolejny wysiłek, a to oznacza, że bóle spowodowane aktywnością fizyczną wbrew pozorom mają działanie pozytywne.

<https://www.youtube.com/watch?v=WwXU0eimpdg> – czym są zakwasy i jak sobie z nimi radzić?