

6c

18.12.20r.

2. Zajęcia opiekuńcze – wykonaj jedno zadanie z zakładki kwarantanna – zajęcia opiekuńcze.

3. Język polski – TEAMS

Temat: "Ania z Zielonego Wzgórza" - moja infografika.

4. Plastyka – TEAMS

Temat: Ozdoba świąteczna.

Wiszące Aniołki

Obejrzyj film i według instrukcji wykonaj ozdobę świąteczną.

<https://www.youtube.com/watch?v=hbeeO6FwpJ0>

5. Muzyka – TEAMS

Bardzo proszę zapoznajcie się z regulaminem korzystania z aplikacji Teams.

Dostępny jest w załączniku naszego zespołu – zajęcia z wychowawcą.

Temat: Słuchanie nagrania oberka Grażyny Bacewicz. Rozpoznawanie nagrania oberka w wykonaniu ludowym i artystycznym.

1. Oberek w wykonaniu Państwowego Zespołu Ludowego Pieśni i Tańca „Mazowsze”.

OBEREK to najszybszy polski taniec narodowy, nazywany również obyrtanym lub obertasem. Jego nazwa pochodzi od szybkich obrotów wykonywanych przez tancerzy. Ma wesołą melodię i utrzymany jest w metrum 3/4 lub 3/8.



Źródło: <https://epodreczniki.pl/a/cechy-kultury-ludowej-regionow-polski/DGt0vorOe>

2. Polskie tańce narodowe w muzyce artystycznej wykorzystywali:

- Fryderyk Chopin,
- Stanisław Moniuszko,
- Michał Kleofas Ogiński,
- Henryk Wieniawski,
- Ignacy Jan Paderewski,
- Grażyna Bacewicz.
- Wojciech Kilar.

3. Wysłuchanie oberka Grażyny Bacewicz.

Pomocne strony:

- <https://epodreczniki.pl/a/cechy-kultury-ludowej-regionow-polski/DGt0yorQe>
- <https://epodreczniki.pl/a/polskie-tance-narodowe-w-muzyce-artystycznej/D14N8OlZb>

6. Wychowanie fizyczne - TEAMS

Temat: Wzmacnianie mięśni posturalnych.

Mięśnie posturalne biorą udział w utrzymywaniu prawidłowej, pionowej postawy ciała człowieka. Ogólnie mówiąc, zalicza się do nich mięśnie pleców, barków i brzucha.

Tu link z zestawem ćwiczeń mięśni posturalnych.

https://www.youtube.com/watch?v=rtfCgf-POro&feature=share&fbclid=IwAR3doV6fozw_y3OU1oHcXaZ66dal5jNXW9BQyZQVk8uMjiE0Y0b3nnnvJf0