**PLAN PRACY DLA KL. I AS**  - 27.04.20 r.

**Dzień dobry moi Drodzy**

**i szanowni Rodzice!**

**20. DZIEŃ PRACY (poniedziałek)**

**Temat: Obserwujemy przyrodę - wiosna w sadzie. Oglądamy film o etapach powstawania miodu. Ćwiczymy podział na głoski, litery i sylaby oraz pisownie wyrazów ze spółgłoskami miękkimi.**

**Edukacja matematyczno-przyrodnicza:**

* Oglądnij teraz ***filmik*** „Kwitnące sady… <https://www.youtube.com/watch?v=bvjK__OrdVM>.

- Jak myślisz, jakie drzewa rosną w sadzie i jaką mają wspólną nazwę? / jabłonie, wiśnie, śliwy, czereśnie…

* Otwórz ***Podręcznik matematyczny - str.44 - 45.***<https://flipbooki.mac.pl/ew/oto-ja-klasa1-podr-mat-2/mobile/index.html#p=47>

*-* Obejrzyj ilustracjei powiedz, co ona przedstawia? \*Co robią ludzie w sadzie?\* Jakie widzisz zwierzęta i co one tam robią? \*Jak myślisz, które z tych zwierząt są pożyteczne, a które są szkodliwe?\*Czy wiesz, po co na drzewach wiosną są kwiaty?

* Oglądnij ***filmik o miodzie*** – Jak to się robi?- miód <https://www.youtube.com/watch?v=-borL7XIPeY>
* Mam nadzieję, że zad.2 str.45 nie będzie teraz dla Ciebie trudne.
* Na koniec przeczytaj ciekawostkę przyrodniczą.



**Czas na ruch:** wykonajkilka skłonów, przysiadów, skoków, pajacyków…

**Edukacja polonistyczna:**

* Otwórz ***zeszyt do j. polskiego*** i napisz datę, a następnie ułóż zdania z wyrazami: ***pszczoła, miód.***
* Otwórz ***Ćwiczenia polonistyczne* – str. 42 - 43** (\*zdjęcie)

-Po przeczytaniu poleceń ćw.1, 2 zacznij starannie i uważnie wykonywać zadania. W razie problemów poproś rodziców o pomoc.- W ćw. 3 pokoloruj literki powstałych wyrazów na niebiesko (spółgłoski), a na czerwono (samogłoski), wtedy będzie Ci łatwiej uzupełnić wyrazy. np. z i a r n o ś l i m a k

**Edukacja informatyczna:**

* **Nadal ćwicz umiejętności komputerowe na stronie**/ z pomocą Rodziców

Canasta De Mimbre Vectores, Ilustraciones Y Gráficos - 123RF /<https://epodreczniki.pl/wczesnoszkolna/KL1_ORE_V9_WIOSNA_1_3_22_111_p1>

Blok 24

 Blok 25

* **Poproście rodziców o 1 zdjęcie ćwiczeń polonistycznych (\*Z) i mam nadzieję, że pamiętacie o pracy plastycznej o legendzie.**

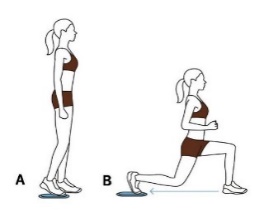
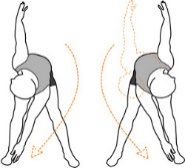


**Pozdrawiam wszystkich cieplutko**

**Wasza wychowawczyni - p. Margareta Paruszewska**

**Lekcja wychowania fizycznego**

Moi Drodzy sportowcy dzisiaj w planie nasz trening. Mam nadzieję, że nie zapominacie o naszych ćwiczeniach ruchowych, które Wam proponowałem. Ze zdjęć, które mi przesłaliście wynika, że pięknie ćwiczycie i tak trzymajcie dalej Moi sportowcy.





A oto przypominam Wam jeszcze inne ćwiczenia:

**Czołgający się niedźwiedź**

**Korzyści:** Wzmacnia ręce, ramiona i klatkę piersiową, zwiększa wytrzymałość i poprawia ogólną stabilność tułowia.

**Jak to zrobić:** • Ustaw się na czworakach z rozstawionymi ramionami i stopami. Unieś biodra.• Patrząc w przód czołgaj się po podłodze, zaczynając od prawej i lewej stopy. Podążaj lewą ręką i prawą stopą.• Wykonaj około sześciu kroków, a następnie odwróć się i cofnij.

**Szalony kot Korzyści:** Poprawia postawę i równowagę, wzmacnia kręgosłup i szyję.

**Jak to zrobić:**

• Ustaw ręce i kolana na ziemi, rozluźnij plecy.

• Oddychając i kurcząc mięśnie brzucha, wygnij plecy, zaokrąglając je tak bardzo, jak to możliwe.

• Przytrzymaj przez 40 sekund i rozluźnij wydając z siebie dźwięk miauczącego kota.

**Człapiąca kaczka Korzyści:** Buduje siłę w dolnej części pleców i nóg oraz rozwija poczucie równowagi.

**Jak to zrobić:**

• Delikatnie rozstaw stopy, zginając kolana w pozycji przysiadu.

• Połóż ramiona na wewnętrznej stronie nóg, trzymając lewą ręką lewą kostkę i prawą ręką prawą kostkę.

• W tej pozycji idź tyłem.

**Krabowe spacery Korzyści:** Wzmacnia ścięgna, mięśnie nóg, mięśnie brzucha, pośladki i tułów.

**Jak to zrobić:**

• Ustaw obie stopu płasko na ziemi.

• Połóż dłonie płasko na ziemi lekko za ciałem.

• Z ugiętymi kolanami unieś biodra z ziemi i idź do tyłu.

Miłych ćwiczeń ! - p. Artur Zalewski