22 maja 2020 r. – piątek (31)

Dzień dobry. Witam wszystkich!

Dzisiaj oczekuję, że prześlecie, oczywiście z pomocą rodziców, na moją pocztę e-mailową, **zdjęcie zadania, którym chcecie się pochwalić.** Bardzo jestem ciekawa, co mi prześlecie **☺.**

**Adres mailowy: dswitecka@ssp72.pl**

* Trener, Pan Grzegorz Christ, zachęca Cię do ćwiczeń.

Witam, kolejny zestaw ćwiczeń. Pamiętamy o rozgrzewce i wyborze bezpiecznego miejsca do ćwiczeń. Powodzenia

Ćwiczenia na mięśnie nóg
1. Podnoszenie nóg


Opis:
Zrób klęk podparty. Łokcie maja znajdować się pod ramionami. Kolana na poziomie bioder. Napnij brzuch, podnieś prawą nogę ugiętą w kolanie, by udo znalazło się na wysokości pleców. Wyobraź sobie, że stopą chcesz podnieść sufit – nie poruszaj kolanem.
Zrób 15 powtórzeń. Zmień nogę. Wykonaj 3 serie ćwiczenia.
2. Przysiady



Przysiady to tajna broń w walce o ujędrnione, smukłe nogi.
Opis:
Stań w rozkroku. Plecy proste, brzuch napięty. Ugnij kolana. Ręce trzymaj napięte na wysokości klatki piersiowej złożone jak do modlitwy. Przechyl się w prawo. Nogi pozostają przy tym na swoim miejscu, ręce napięte. Pozostań w tej pozycji 5 sekund, wróć do pozycji wyjściowej. Wykonaj 10 takich „skłonów” na każdą ze stron.
Łatwiej ci będzie jeśli nie wykonasz bardzo głębokiego przysiadu i pozostaniesz w rozkroku.
3. Wypady



Wypady to prawdziwy klasyk, który musi znaleźć się w każdym programie ćwiczeniowym.
Opis:
Stój prosto. Ręce swobodnie oprzyj na biodrach, napnij górną część ciała i pośladki. Prawą nogą zrób wypad do przodu. Kolano, które pozostaje z tyłu, nie powinno sięgać poniżej kostki. Wróć do pozycji wyjściowej. Powtórz ćwiczenie 15 razy na każde kolano. Po krótkiej przerwie zrób jeszcze dwa zestawy.

 Pozdrawiam!

* Pani Olga Kaleta odsyła Cię do zadań z języka angielskiego.

Dzień dobry, proszę w celu utrwalenia słownictwa wykonać ćwiczenie pierwsze. Zapisz odpowiedzi w zeszycie. Znajdź w wężu wyrazowym nazwy pojazdów. Niezakreślone literki utworzą wyraz, którym uzupełnisz niedokończone zdanie. Potem dopasuj nazwy pojazdów do odpowiednich kategorii (tam gdzie można je zazwyczaj zobaczyć).

**Dla chętnych ćwiczenie 2.**





 Dzisiaj na zajęciach utworzysz kalendarz uroczystości rodzinnych. Samodzielnie ułożysz życzenia dla najbliższej Ci osoby. Będziesz rysować drugą połowę symetrycznych figur. Dokonasz pomiarów.

* Wysłuchaj nagrania z wypowiedziami różnych rodzin na temat wspólnie spędzanego czasu <https://www.mac.pl/piosenki/piosenki-otoja#ojkl2> (zamknij X formularz – Nadszedł nowy rok szkolny; wybierz klasę 2 i odtwórz słuchowisko nr 13.), a potem otwórz ćwiczenia polonistyczne część 4 na stronie 32 i wykonaj zadanie 1 <https://flipbooki.mac.pl/ew/oto-ja-klasa2-cwi-hum-4/mobile/index.html#p=34> Zapisz numery, do których odnoszą się poszczególne nagrania. (Mała podpowiedź. Jeśli nie pamiętasz, jak wyglądały i miały na imię dzieci z naszego podręcznika przypominam ci, że Lenka jest uczesana w dwie kitki. Eryk nosi okulary. Rafał ubrany jest w czerwoną koszulę. Ula ma ciemne, krótkie włosy. Pomogłam?)

Zanim wykonasz druga część zadania 1, dokończ proszę zdania:

*Lubię, kiedy moja rodzina…*

*Moja rodzina różni się od innych…*

*Najlepszym słuchaczem w mojej rodzinie jest…*

*W mojej rodzinie najczęściej śmieje się…*

*Osoba z mojej rodziny, do której najczęściej zwracam się o pomoc…*

*Osobą w mojej rodzinie, której powierzam swoje tajemnice jest…*

*Osoba w mojej rodzinie, do której jestem najbardziej podobna jest…*

Otwórz zeszyt w linie. Zapisz dzisiejszą datę i zapisz w zeszycie osoby, które wchodzą w skład twojej rodziny. Obok każdej osoby napisz jej imię, zajęcie lub określenie, które najtrafniej ją opisuje, np. tata Marcin – majsterkowicz; mama Ilona – czytelniczka, siostra Agnieszka – tancerka, itd.

Otwórz podręcznik polonistyczny na stronie  50–51 <https://flipbooki.mac.pl/ew/otoja_pol_spol_kl2_cz2/mobile/index.html#p=53> . Policz, ile sylab jest w wersach. Odczytaj rymy. Wskaż powtarzające się fragmenty.

Ten wiersz jest wierszem rytmicznym. Wiesz, co to znaczy?

To, że jest podzielony na strofy (zwrotki) i wersy, ma tyle samo sylab w wersie i łatwiej oraz dynamicznie się do czyta. Przeczytaj głośno wiersz najładniej jak potrafisz.

Otwórz ćwiczenia polonistyczne część 4 na stronie 32 <https://flipbooki.mac.pl/ew/oto-ja-klasa2-cwi-hum-4/mobile/index.html#p=35>

– wykonaj drugą część zadania 1.

Jakie uroczystości obchodzi się w Twojej rodzinie? Poszukaj w *kalendarzu* dat: 26.05, 23.06, 21.01, 22.01, 01.06. Jakie święta obchodzimy w tych dniach?

Podaj datę swoich urodzin i swoich bliskich. Wskaż je w kalendarzu.

Na stronie 33 w zadaniu 2, obejrzyj sytuacje przedstawione na zdjęciach. Pod każdym napisz nazwę uroczystości, z okazji której zbiera się cała rodzina .

Pamiętasz, jak piszemy życzenia?

Oto propozycje zwrotów, które możesz użyć pisząc życzenia: wszystkiego najlepszego, dużo zdrowia, dużo radości, wspaniałych upominków, wielu sukcesów, spełnienia marzeń, radości, uśmiechu, stu lat życia, pomyślności, powodzenia.

Samodzielnie ułóż życzenia dla kogoś bliskiego, korzystając z wyrazów w ramce i zgromadzonego słownictwa zadanie 3 strona 33.

* Przygotuj linijkę. Wybierz trzy przedmioty i zmierz ich szerokość i długość.

Otwórz ćwiczenia matematyczne część 2 na stronie 62, wykonaj zadanie 1 i 2.

<https://flipbooki.mac.pl/ew/druk/oto-ja-klasa2-cwi-mat-2/mobile/index.html#p=64>

Rysowanie drugiej połowy figury symetrycznej**–** wykonaj ćwiczenia zgodnie z poleceniami.Bądź staranny w swojej pracy, posługuj się linijką i zaostrzonym ołówkiem. Możesz pokolorować otrzymane figury wg. własnego pomysłu.

* **DLA CHĘTNYCH**
* Napisz w kilku zdaniach, jak spędzasz czas z rodziną (praca w zeszycie do j. polskiego). Możesz wykonać ilustrację . W wolnej chwili pooglądaj z mamą lub innym członkiem rodziny Wasze zdjęcia rodzinne. Porozmawiajcie na ich temat – kiedy były wykonane, gdzie, w jakiej sytuacji, kogo przedstawiają?
* Otwórz podręcznik matematyczny na stronie 63. Wykonaj wybrane przez siebie zadania. Przeczytaj treść zadania o jachcie Olka. Co wiesz z zadania? Jakie jest pytanie?

Zapisz w zeszycie do matematyki datę i wykonaj zadanie 1 str. 63. – zapisz obliczenie i odpowiedź.

*Wyobraź sobie, że jacht Olka przepłynął 120 metrów. Wymyśl odległości, które pokonał jacht. Wykonaj rysunek i obliczenia w zeszycie.*

Zadanie 2. Przeczytaj zadanie o wujku Marcina.

Jaką pojemność ma zbiornik na wodę?

Ile litrów wody musiał dolać wujek?

Jakie jest pytanie?

Zapisz w zeszycie obliczenia i podaj odpowiedź

Oblicz, ile wody zgromadził wujek, kiedy pojemnik ma pojemność 80 l, 90 l, 70l? Za każdym razem wujek dolewa 14 l wody. Obliczenia zapisz w zeszycie.

Zadanie 3– przeczytaj zadanie. Rozwiąż je w zeszycie.

* **DLA TYCH UCZNIÓW, KTÓRZY chcą wiedzieć więcej**
* Wykonaj pracę plastyczną – symetria w przyrodzie. Obejrzyj film, jak wykonać zadanie. Dobrej zabawy! <https://www.youtube.com/watch?v=xxRmDf5aQIM>
* **PAMIĘTAJ RÓWNIEŻ**

**żeby podziękować Rodzicom za pomoc w nauce, w którą realizowałeś/aś**

**w czasie minionego tygodnia ☺.**

Pozdrawiam Was cieplutko.Wychowawczyni Dorota Świtecka

Witam Was gorąco!

 Pismo Św. opowiada nam historię jak pewnego dnia do Pana Jezusa przyszedł chory na trąd. W dawnych czasach ludzie trzymali się z daleka od chorych na trąd. Bali się zarazić i uważali ich za gorszych. Pan Jezus nie bał się, On go dotknął i uzdrowił. Tak okazał miłość do schorowanego i pogardzonego człowieka.

Dziś w sakramencie namaszczenia chorych Pan Jezus przychodzi do nich, gdy oni Go o to proszą. Pan Jezus daje im siłę i odwagę do przyjmowania cierpienia, a nieraz przywraca im zdrowie.

Pomódl się za chorych i cierpiących.

                                                                  Pozdrawiam. Katechetka Małgorzata