

Zadania na 12.03.2021 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 Teams
Powodzenia !

1. –

2. Historia – lekcję na Teams

Temat: Sztuka średniowieczna

Zapoznaj się z informacjami z podręcznika ze str. 153 -157.

Na lekcji zaprojektuj witraż zeszycie - wzorując się na sztuce witrażu w średniowieczu .

Wykonana pracę wyślij do 16.03 na adres agawa44@outlook.com lub Teams.

Aby lepiej zrozumieć temat proponuję Wam zapoznanie się z wiadomościami z e – podręcznika oraz filmu:

[Sztuka cenniejsza niż złoto \(epodreczniki.pl\)](http://Sztuka.cenniejsza.niz.zloto.epodreczniki.pl)

<https://youtu.be/wuK9A0iDpTA>

3. J. polski - 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 Atlantydę w wybranej formie plastycznej (plakat, obraz, rysunek)

4. WF - lekcję na Teams

Temat: Biegi- jak rozpocząć przygodę z bieganiem?

Tak jest co roku, więc zapewne i tej wiosny będzie podobnie. Leśno-parkowe ścieżki i miejskie chodniki zaroją się od rekreacyjnych biegaczy, którzy wraz z wiosną postanawiają wziąć się za siebie. W końcu, czas noworocznych postanowień już się skończył i trzeba coś ze sobą zrobić, bo trzeba być fit!

Niestety, bardzo wielu początkujących biegaczy nie ma zielonego pojęcia, jak się do tego (tzn. do siebie) zabrać, ani tym bardziej do tego całego biegania. Ale o co tu chodzi? Przecież wszyscy ludzie umieją biegać! Wystarczy jedynie założyć jakieś sportowe buty, no i w drogę! Tymczasem **biegać mądrze, potrafi naprawdę niewielu**, nie tylko z grona tych co dopiero zaczynają, ale także z tych, którzy już od dawna biegają.

Jak zacząć wiosenne bieganie?

Jedną z dobrze sprawdzonych metod treningowych w bieganiu jest tajemnicza formuła: 3x30x130. Co ona w praktyce oznacza? Ano tyle, że powinno się biegać co najmniej 3 razy w tygodniu, po 30 minut, z tętnem 130 uderzeń serca/minutę. O ile pierwsze dwa człony są proste, o tyle trzeci wymaga nieco wyjaśnienia. Jakie to jest tętno, skoro raczej żaden z początkujących biegaczy nie ma na rękę pulsometra?

Tętno 130 uderzeń serca/minutę to tak naprawdę nasza strefa komfortu, czyli tętno przy którym możemy swobodnie rozmawiać w trakcie biegania. Jeżeli mamy problemy z artykulacją głosu to znaczy, że biegniemy zbyt szybko. I w taki właśnie sposób powinno się biegać przez trzy-cztery tygodnie.

A co dalej? Później zmieniamy formułę na 3x45x130, czyli wydłużamy nasze jednorazowe bieganie do 45 minut pilnując wszakże cały czas naszej indywidualnej strefy komfortu. I tak przez kolejne 3-4 tygodnie. Następnie, dokonujemy jeszcze jednej modyfikacji naszej formuły biegowej na: 3x60x130, co oznacza, że teraz biegamy już bez przerwy przez całą godzinę, w trakcie kolejnych 3-4 tygodni.

Jeżeli wcześniej biegaliśmy systematycznie i według opisanej wyżej zasady, nie powinno nam to sprawić większego problemu

<https://www.youtube.com/watch?v=FUgNXDjp1AQ> – jak biegać?

A WIĘC... DO DZIEŁA!!! ☺

5. Matematyka – lekcję na Teams

Temat : Powtórzenie wiadomości z ułamków dziesiętnych cz.1

W ramach ćwiczeń powtórzeniowych wykonaj w zeszycie zadania z podręcznika ze str.40 (od zad 1 do zad 9).

6. Religia –lekcję na Teams

Temat : Jonasz – zazdrosny prorok.

Bóg pragnie nawrócenia grzeszników. Miłosierdzie Pana Boga jest nieskończone, wystarczy gest, postawa – szczerza i podjęta z serca, by Bóg błogosławił. Poznaj historię mieszkańców Niniwy i Jonasza, którego Bóg wybrał, by ich ocalić. Historia znajduje się w podręczniku.

Wykonaj zadanie 1, 2, 3 i 4 z zeszytu ćwiczeń. Zdjęcie wykonanego zadania prześlij w zakładce zadania na platformie Teams.