



**ZAKRES TREŚCI NAUCZANIA**  
**realizowanych z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość**

Klasa/Oddział: IV

Dzień realizacji: 27 marca 2020r.

Nr lekcji wg planu	Przedmiot (nauczyciel nadzorujący)	Temat zajęć oraz treści do realizacji	Punkt y treści z PP;	Źródła i środki dydaktyczne kształtujące kompetencje kluczowe uczniów	Przewidywany czas realizacji przez ucznia
1.	MATEMATYKA (Irena Kostrzewa)	<b>Temat: Skala na planach i mapach.</b> <b>Cel: Uczymy się stosować skalę w wielu dziedzinach życia.</b>  <ol style="list-style-type: none"><li>Wykonaj pomiary pudełka po zapałkach , następnie narysuj w zeszytcie w skali 1:1 , 2:1 , 1:2.</li><li>Wykonaj w zeszytcie zad.1,2 str. 135</li><li>Spróbuj wykonać plan swojego pokoju ( poproś o pomoc rodzica)</li></ol>	XII 8	Jeśli uda Ci się wykonać plan swojego pokoju prześlij go na maila:kostrzewa.nasutow@gmail.com	45 min.
2.	J. POLSKI (Lidia Szuberska)	<b>Temat: Jak napisać zaproszenie?</b> Cel lekcji: Uczymy się pisać zaproszenie. <ol style="list-style-type: none"><li>Zaproszenie to kartka z tekstem zawierającym prośbę o przybycie na jakąś uroczystość lub upoważniająca do wzięcia udziału w jakiejś imprezie.(przepisz do zeszytu).</li><li>Zapoznaj się z wiadomościami z podręcznika na temat zaproszenia , następnie odpowiedz na pytania: – Z okazji jakich uroczystości zaprasza się gości? (Gości można zaprosić na urodziny, imieniny, komunie święte, wesela, szkolne przedstawienia, przyjęcia w ogrodzie...) - Do kogo piszemy zaproszenia? (Zaproszenia piszemy do osób (np. koleżanek i kolegów), które chętnie widzielibyśmy na naszych uroczystościach.) - Jakie informacje powinno zawierać zaproszenie? (Zaproszenie powinno zawierać następujące elementy: Nadawca – Kto zaprasza? Odbiorca – Kogo się zaprasza? Rodzaj uroczystości – Z jakiej okazji? Termin uroczystości – Kiedy? Miejsce uroczystości – Gdzie?)</li><li>Odrysuj swoją dłoń , w każdy palec wpisz elementy zaproszenia.</li></ol>	I- III.2.1, I- II.3.2I- II.2.3I- III.1.3	Do punktu 2 Przeczytaj informacje dotyczące zaproszenia a następnie odpowiesz na pytania – podręcznik do języka polskiego strona 209.	45 minut

		Praca domowa: Napisz zaproszenie na szkolną dyskotekę organizowaną przez samorząd uczniowski. Praca będzie oceniona. Proszę przestać zaproszenie na adres: szuberska.nasutow@gmail.com			
3.	<b>TECHNIKA</b> <b>(Kotowska Aneta)</b>	<b>TEMAT:</b> Jak dbać o Ziemię? <b>CEL:</b> Uczeń poznaje - działania służące dbaniu o środowisko, – wyjaśnia, jak gospodarować odpadami, – przyporządkowuje odpady do właściwych pojemników na śmieci, <b>Uwaga:</b> Dzisiaj poznasz jakie twoje działania służą środowisku, poznasz jak segregować i dlaczego warto segregować śmieci. Przeczytaj temat w podręczniku (s. 64-65) oraz wykonaj ćwiczenie 1 str. 64 w zeszyty przedmiotowym.	I.8, I.9, III.8, V.2, V.3	Podręcznik do techniki dla klasy 4 „Jak to działa?” (s. 64–65),	20 minut
4.	<b>W-F</b> <b>(Mateusz Próchniak)</b>	<b>Temat: Doskonalenie umiejętności wykonania pozycji wyjściowych do ćwiczeń.</b> Cel: Wykonasz ćwiczenia wspomagające utrzymywanie prawidłowej postawę ciała. <b>Wymyśl po jednym ćwiczeniu, które można wykonać z tych pozycji wyjściowych. Wykonaj po 30 powtórzeń każdego z nich.</b> Pozycje półwysokie: 1. <b>Przysiad</b> – wykonuje się przez ugięcie nóg w stawach biodrowych oraz kolanowych, pięty dotykają ziemi, biodra ustawione niżej niż kolana (tylna część ud dotyka łydek), plecy proste, ramiona wyprostowane w górę nad głowę (tworzą z plecami prostą linię) (rys. 6). 2. <b>Przysiad podparty</b> – pozycja j.w. + ramiona oparte o podłoże (rys. 7). 3. <b>Na czworakach</b> – wykonuje się poprzez podpór na ramionach i stopach, (kolana ugięte nie dotykają ziemi, plecy proste) (rys. 8). 4. <b>Klęk prosty</b> – kolana na ziemi, tułów wyprostowany, biodra proste, ramiona wzdłuż tułowia (rys. 9). 5. <b>Klęk podparty</b> – ramiona na ziemi na szerokość barków (dłonie na szerokość barków), kolana na ziemi (pod biodrami, na szerokość bioder) (rys. 10) 6. <b>Podpór przodem</b> - ramiona na ziemi na szerokość barków (dłonie na szerokość barków), nogi wyprostowane (tworzą z tułowiem prostą linię), stopy na ziemi na szerokość bioder (rys.11). 7. <b>Podpór tyłem</b> – pozycja j. w. z tą różnicą, że tułów skierowany jest klatką piersiową w górę a ramiona w tył oparte o podłoże, stopy oparte na piętach (rys. 12). 8. <b>Podpór bokiem</b> – ustawienie ciała bokiem, jedno ramię oparte o podłoże (dłoń pod barkiem) tułów i nogi tworzą prostą linię (rys.13).	I.2.5 IV.2.2 I.1.3	W filmiku możesz zobaczyć jak powinna wyglądać prawidłowa postawa ciała: <a href="https://youtu.be/sKwLMUhX0zY">https://youtu.be/sKwLMUhX0zY</a>	10 min.