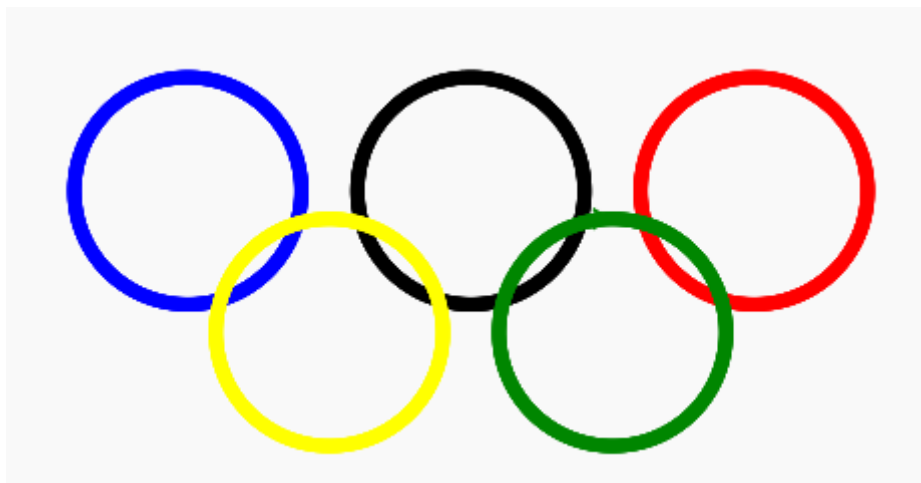


## Temat: "Igrzyska olimpijskie i paraolimpijskie"

**Igrzyska olimpijskie to** duże międzynarodowe wydarzenia sportowe organizowane zwykle co cztery lata.

1. Przeczytaj głośno, samodzielnie, czarno – zielony tekst o igrzyskach olimpijskich s.18 (podręcznik)
2. Obejrzyj symbol igrzysk i dowiedz się z tekstu ze s.19 (podręcznik) jakie kontynenty symbolizuje dany kolor koła.



**Koła na fladze olimpijskiej symbolizują różnorodność i jedność ludzi. Poszczególne kolory reprezentują kontynenty. Niebieski – Europę, czarny – Afrykę, żółty – Azję, czerwony – Amerykę i zielony – Australię.**

3. Spójrz na tabelkę po prawej stronie podręcznika i sprawdź jak zapisujemy nazwy mieszkańców różnych państw- **piszemy je wielką literą np.**

Polak Francuz Niemiec Włoch Czech Słowak

4. Popatrz na ilustracje na s.20 -przedstawiają one zawodników uczestniczących w paraolimpiadzie.

**Igrzyska paraolimpijskie ( paraolimpiada) to** zawody sportowe w wielu dyscyplinach dla zawodników z **niepełnosprawnościami fizycznymi i niepełnosprawnościami intelektualnymi**. Igrzyska paraolimpijskie odbywają się co cztery lata, zazwyczaj kilka dni po igrzyskach olimpijskich.

Według Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) **osoba niepełnosprawna** to taka, która nie może samodzielnie, częściowo lub całkowicie zapewnić sobie możliwości normalnego życia indywidualnego i społecznego na skutek wrodzonego lub nabytego upośledzenia sprawności fizycznej lub psychicznej.

5. Wykonaj ćw. 1 i 2 s. 20, 3 i 4 s.21 oraz 1 i 2 s.22 ( możesz robić bez kropek)

## Matematyka

**Poznajemy liczby trzycyfrowe.**

350

setki dziesiątki jedności

100 -sto

600 - sześćset

200 - dwieście

700- siedemset

300- trzysta

800 - osiemset

400 – czterysta

900 - dziewięćset

500 - pięćset

1000 - tysiąc ( to już jest liczba czterocyfrowa)

1. Wykonaj ćwiczenia ze s.12 i 13 (matematyka)

Oblicz w zeszytcie według wzoru

$2+3=5$

$7-5=2$

$20+30=50$

$70-50=20$

$200+300=500$

$700-500=200$

$3+4=$

$8-2=$

$30+40=$

$80-20=$

$300+400=$

$800-200=$

2. Wykonaj ćwiczenie 1,2,3,4 s.16

Informacje dodatkowe .Na fladze igrzysk olimpijskich jest 5 kół, które symbolizują 5 kontynentów. Pamiętaj, że na kuli ziemskiej jest 7 kontynentów



**Zestaw ćwiczeń “Przygotowanie do olimpiady”**

1. Podskoki obunóż jak małe piłeczki. Tempo: wolno wolno wolno, szybko szybko szybko, wolno wolno wolno, szybko szybko szybko, wolno wolno wolno, szybko szybko szybko
2. W klęku podparty wykonujemy na przemian „koci grzbiet”, następnie „plecy zapadnięte (wklęsłe)”. (około 8 powtórzeń)
3. Zabawa w pchanie taczek. Mama ( tata ) trzyma za kostki dziecko, a ono próbuje chodzić na rękach do przodu, do tyłu, zmieniać kierunek.
4. Marsz na czworaka w podporze przodem. (+/- do przejścia 20 metrów w różnych kierunkach)
5. Szybki sprint w miejscu.

## Praca techniczna

Na zakończenie zajęć wykonaj medal zgodnie z instrukcją ze s. 23 ( ćwiczenia do j. polskiego).

*Każdy może zostać sportowcem*

Temat dnia: Sport to zdrowie

### 1. Wprowadzenie do tematu zajęć.

Wśród zapisanych dyscyplin sportowych, ukryły się zbędne litery. Wykreśl je i odczytaj hasło z wykreślonych liter.

PŁYSWAPNIOE

TRENTIS

KOTSZYKÓWKO

ZSZERDMIERKA

RHOKEOJ

ŻWUŻEL

KOILARSTEW

Zastanów się co oznacza hasło.

2. *Ulica Ciekawych Wyrazów*-wyjaśnienie znaczenia wyrażenia kondycja fizyczna–podręcznik s.21

3. *Proszę, zapisz w zeszycie zdania* na temat dbania o kondycję fizyczną z wykorzystaniem pytań pomocniczych – *podręcznik s.21 ćw. 2*

4. *Następnie przeczytaj* opowiadanie Zofii Staneckiej „*Bieg rodzinny*”. Zapoznaj się z wyjaśnieniem znaczenia wyrazu *dialog*. Porozmawiaj z rodzicami na temat rodzinnego uprawiania sportu oraz odpowiedz ustnie na pytania:

- *Kto namówił rodziny do wzięcia udziału w biegu?*
- *Jak członkowie rodziny przygotowywali się do startu w zawodach?*
- *Jak biegacze czuli się na mecie?*
- *Co dał rodzinie wspólny start w biegu?*

5. *Przechodzimy do ćwiczeń polonistycznych.*

Odczytaj i zapisz hasło z płataninki literowej – *ćw.1 s. 24*

Otocz pętlą zdjęcia promujące dbałość o kondycję fizyczną oraz dorysuj własną propozycję – **ćw.2 s.24**

Połącz czasowniki z pasującymi do nich określeniami. Z powstałymi parami ułóż zdania i zapisz w zeszycie – **ćw.3 s.24**

### **Praca dla chętnych**

Przeczytaj ze zrozumieniem rymowanki. Z kolorowych liter utwórz wyrazy. Uzupełnij powiedzenia tymi wyrazami – **ćw.4 s.25**



### **6.Zabawa „Sprawny Jan”**

Przeczytaj wiersz i wykonaj ćwiczenia o których jest mowa w utworze.

*Był sobie Jan, co ćwiczyć w cięży chciał.*

*Podskoki w prawo, podskoki w lewo,*

*codziennie rano wchodził na drzewo.*

*Sklony do przodu i skłony w bok,*

*obrót napięcie, do tyłu skok.*

*Jeździł na nartach, pływał w basenie,*

*po górach chodził wprost jak szalenię.*

*Zjadał surówki, sałatki wszelkie,*

*czasem słodczy ilości niewielkie.*

*Wierszyk nam teraz morał podpowie:*

*gdy chcesz być silny, to dbaj o zdrowie!*



**7. Matematyka w działaniu.** Dodawanie i odejmowanie liczb trzycyfrowych. - *podręcznik s.88 i 89*

**8. Ćwiczenia matematyczne.**

Zapisywanie i odczytywanie podanych liczb. Wyodrębnienie setek, dziesiątek i jedności w podanych liczbach. Uzupełnienie tabeli. Obliczenia pieniężne. Obliczanie sum liczb trzycyfrowych – *wykonaj ćw. 1, 2, 3, 4, 5 s.18 – 19*

**Praca dla chętnych**

Rozwiąż zadania tekstowe – *ćw. 6, 7 s. 19*

**9. Nauka piosenki „Gimnastyka na dywanie”** – przeczytaj kilka razy tekst piosenki – ćwiczenia polonistyczne s.90 - poszukaj w internecie podkładu muzycznego do tej piosenki,

**Temat: Czy zawsze trzeba wygrać? Klasowe igrzyska sportowe.**

Na dzisiejszych zajęciach spróbujemy odpowiedzieć na pytanie: Czy zawsze trzeba wygrać?

Jakie zasady zachowania obowiązują podczas zawodów sportowych?

Poproście rodziców o przeczytanie tekstu z cyklu „Listy od Hani i Henia” ze strony 24-25 w podręczniku pt. „Zawody”.

Spróbujcie ustnie odpowiedzieć na pytania:

1. W jakich zawodach wziął udział Henio?
2. W jaki sposób Henio i jego klasa przygotowawali się do zawodów?
3. Dlaczego Wiktor za późno wystartował na zawodach?
4. Co Henio sądził o swojej młodszej siostrze?
5. Jak sądzisz, jak mógł czuć się Wiktor podczas zawodów sportowych?
6. Co sądzisz o zachowaniu Blanki i Daniela?
7. Jak mógł czuć się Henio po przegranych zawodach?
8. Co można powiedzieć Heniowi w takiej sytuacji?
9. Co sądzisz o zachowaniu Dominika?
10. Jak mogła czuć się klasa Henia po przegranych zawodach?

11. Czy chciałbyś mieć takich kolegów i koleżanki jak Henio w swojej klasie? Dlaczego?
12. Jak sądzisz, dlaczego klasa Henia przegrała te zawody?
13. Dlaczego pani Jagoda zrobiła i rozdała dzieciom złote medale, mimo przegranych zawodów?
14. Zastanów się i odpowiedz na pytanie czy klasa Henia wygrała czy przegrała. Uzasadnij swoje zdanie. (ustnie)

Wykonaj ćwiczenie 1 i 2 ze str.26 w ćwiczeniach polonistycznych.

W ćwiczeniu 3. str.27. ułóż zasady właściwego postępowania w czasie gry.

**ćwiczenie 4 ze strony 27 jest dla chętnych.**

Zapisz w zeszycie do języka polskiego

W czasie gry należy przestrzegać obowiązujących zasad. Trzeba umieć właściwie zachować się w sytuacji porażki jak i zwycięstwa. Nie zawsze się wygrywa. Najważniejsze to grać uczciwie i nie wyśmiewać się z nikogo, ani nikogo nie obrażać.

Przeczytaj wiersz znajdujący się w podręczniku na stronie26 pt. „ Wyścig w workach”.

Odpowiedz ustnie na pytania:

1. Jaka atmosfera panowała przed startem, a jaka w czasie trwania wyścigu?
2. Opisz jak przebiegała rywalizacja?
3. Jakie emocje towarzyszyły występom dzieci?
4. Dlaczego dzieci smuciły się po zakończeniu wyścigu?
5. Co powiedziała Marta, jak rozumiesz jej słowa?

Znajdź w treści wiersza wyrazy, które się rymują.

Wykonaj ćwiczenie 5 ze strony 29 w ćwiczeniach polonistycznych.

Zapisz w zeszycie ćwiczenie 3. Str.29.

W ćwiczeniach polonistycznych str.28, zapisz odpowiedź na pytanie: Jaki powinien być sportowiec?

Sprawdź się i samodzielnie wykonaj ćwiczenia z Noni str.30-31.( ćwiczenia polonistyczne)

## **Matematyka**

Spójrzcie w ćwiczenia matematyczne na stronę 20 i 21. Matematyka w działaniu.

Wykonajcie zadanie 1, 2 i 3.

Wykonaj zadanie 1, 2 i 3 ze strony 22 i 23.

Zadanie 4, 5 ,6 i 7 jest dla chętnych

## **Plastyka**

Narysuj scenę dekoracji zwycięzców ( wręczania medali) na Igrzyskach Olimpijskich lub innych zawodach sportowych.

Prześlij zdjęcie wychowawcy.

## **Informatyka**

Jeśli masz taką możliwość, spróbuj napisać w edytorze tekstu kilka zdań na temat ulubionej dyscypliny sportowej.

(Wykorzystaj poznane na zajęciach funkcje np. kolor i wielkość czcionki, pogrubienie, kursywę, podkreślenie i inne)

Miłej zabawy!