24.11.2021r.

Dzień dobry. Oto lekcje na dzień dzisiejszy.

1. Temat: Wyrazy z trudnościami ortograficznymi

Uzupełnij wyrazy. Napisz Ó lub U

m…cha

dr…t

kr….tki

pr…g

…semka

br…dny

mr…wka

gr…by

g…rnik

tr…dny

2.Zajęcia rozwijające kreatywność



**3. Temat : Gra w państwa , miasta .**

Proszę wpisać do tabeli jak najwięcej nazw : Państw , Miast , Zwierząt , Zawodów , Imion , Rzeczy , Roślin na literę **P** .

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Państwo | Miasto | Zwierzę | Zawód | Imię | Rzecz | Roślina | Punkty |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

Zajęcia SI

Temat: Usprawnianie układu przedsionkowego i proprioceptywnego.

W leżeniu na brzuchu: masaż pleców, rąk i nóg dziecka piłkami o różnym stopniu sprężystości i zróżnicowanej fakturze ruchem turlania i sprężynowania. Zabawy w przepychanie i siłowanie: dziecko i rodzic (lub rodzeństwo) stykają się plecami, nogami, ramionami lub dłońmi (na zmianę) i próbują się zepchnąć z np. koca. Kto zostaje zepchnięty, ten przegrywa.

Hipoterapia.

Obrysuj konia po kropkach.



4. WF Temat: Co to jest wskaźnik BMI? Jak go obliczyć? Zasady zdrowego odżywiania i stylu życia.

Posłuchaj co na temat wskaźnika BMI opowiada dietetyk :

<https://www.youtube.com/watch?v=t-NatIJfvIs>

Oblicz swój wskaźnik BMI i zobacz w jakiej jesteś formie:

<http://www.oblicz-bmi.pl/?gclid=CjwKCAiAv_KMBhAzEiwAs-rX1LKnA65iCZ8PSSLIe75gLsvnx4bdrfmyhEc9whTn-XIK0iAb-wIvkxoClEcQAvD_BwE>

***Wiemy co to jest BMI wiemy jak go obliczyć ☺***

To teraz przyszedł czas abyśmy dowiedzieli się o najważniejszych zasadach zdrowego stylu życia i zasad zdrowego odżywiania :

10 zasad zdrowego stylu życia:

<https://www.youtube.com/watch?v=nd7cIKM-fSY&t=15s>

10 zasad zdrowego odżywiania:

<https://www.youtube.com/watch?v=DF4znGEcBPU>

Mam, nadzieję że przedstawiony materiał zaciekawił Was ☺ i zaczniemy lub będziemy kontynuować zdrowy styl życia i wprowadzimy zasady zdrowego odżywiania. Jest to bardzo ważne w dzisiejszych czasach bo zdrowie jest najważniejsze ☺

Do zobaczenia w szkole

Anna Ciemny

6. Temat: Prezentujemy siebie

Napisz o sobie

Nazywam się……………………………………………..

Mieszkam w ……………………………………..

Urodziłem się …………………………………

Moi rodzice mają na imię………………………………………………

Moim ulubionym zajęciem jest………………………

Mój przyjaciel nazywa się………………………………………………

W domu pomagam rodzicom……………………………………………………………

7. Temat Mandale z liści

Jesień powoli zbliża się ku końcowi, ale nadal jeszcze mieni się przepięknymi barwami kolorowych liści, które inspirują do kreatywnego działania. Dzisiaj mam dla Was bardzo prosty i uroczy pomysł. Wystarczy nazbierać podczas jesiennego spaceru listki i owoce jarzębiny, a następnie stworzyć z nich kompozycję na papierowym talerzyku.

Potrzebne będą:

* papierowy talerzyk jeżeli nie macie może być koło wycięte z grubszego papieru
* liście i owoce jarzębiny
* klej

Praca polega na stworzeniu symetrycznej, okrągłej kompozycji z liści i owoców jarzębiny – czyli mandali. Tworzenie mandali niezwykle wycisza i uspokaja.

Oto przykład pracy:

.

