

9 VI - WTOREK

W-F

Rola rozgrzewki.

Często pytacie "po co nam rozgrzewka?". Od razu chcecie się bawić i grać w piłkę. Rozgrzewka jest bardzo ważna , ponieważ ogólnie przygotowuje organizm do wysiłku: krew zaczyna szybciej krążyć powodując rozgrzanie wszystkich mięśni i stawów, zwiększa ich elastyczność. Oddech jest przyspieszony, zużywamy więcej tlenu, nasz organizm jest bardziej dotleniony. Rozgrzewka sprawia, że możemy efektywniej wykonać nasze zadania (szybciej pobiec, dalej rzucić) , nie ulegając przy tym kontuzji. Wykonajcie parę ćwiczeń:

https://www.youtube.com/watch?v=SGuKDNvBo_U

Ed. polonistyczna (2 lekcje)

Temat: Pięknie piszę

Ćwiczenia polonistyczne – s. 40 i 41 - ćw. 4 przepis do zeszytu!

Wcześniej zapisz temat: Czytamy bajkę „Jak Pan Bóg stworzył owieczki”.

GRAMATYKA – s. 13 i 14.

Ed.matematyczna

Temat: Obliczenia zegarowe

Ćwiczenia matematyczno – przyrodnicze – s. 66

Liczę – zeszyt ćw. mat. – s. 71

Religia

Temat: Uroczystość Bożego Ciała

Zadanie: Przyjrzyj się i przeczytaj – s. 120 i 121. Odpowiedz na pytanie:
Kogo kapłan niesie w monstrancji w czasie procesji Bożego Ciała?