

Kl. 6 b, lekcje, dn. 08.04. br.

Technika

Temat: Kartka świąteczna.

Proszę wykonać dowolną techniką kartkę świąteczną. Zdjęcie pracy proszę przesłać na adres:

cyfrowatechnika@gmail.com

Matematyka

Temat: **Upraszczenie wyrażeń algebraicznych – ćwiczenia.**

1. Zapisz w zeszycie

$$3 \cdot 5x = 15x$$

$$7a \cdot 6 = 42a$$

$$18y : 6 = 3y$$

$$\frac{20b}{4} = 5b$$

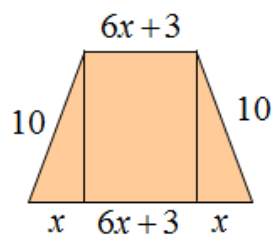
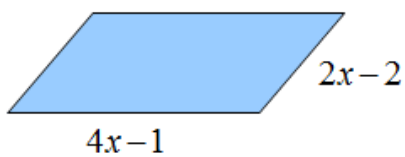
$$\frac{1}{3} \cdot (-12m) = -4m$$

2. Zapisz w zeszycie

$$3x + 2 + 4x - 1 = 7x + 1$$

$$-12 + 9y - 5y - 3 = 4y - 15$$

3. Zapisz obwód figur i uprość wyrażenia algebraiczne



4. Podręczni str. 191 zad. 5, 8.
Zeszyt ćwiczeń str. 94 zad. 6, 8, 9, str.95 zad. 11.

ŻYCZE ZDROWYCH I POGODNYCH ŚWIAT WIELKANOCNYCH.

Język polski

Temat: W krainie fantazji. Wiersz Zbigniewa Herberta pt. „Pudełko zwane wyobraźnią”.

I. Zapoznajcie się z notą biograficzną poety w podręczniku na str.219.

II. Zapiszcie:

Zbigniew Herbert (1924-1998) – wybitny polski poeta i pisarz. W czasie wojny rozpoczął studia polonistyczne na uniwersytecie we Lwowie. Po wojnie studiował ekonomię, prawo i filozofię. W okresie socrealizmu poeta nie chciał wydawać swoich utworów. Zadebiutował w 1956 r, tomem wierszy pt. „Struna światła” . W 1974 r. wydał najbardziej znany cykl wierszy pt. „Pan Cogito”. Po stanie wojennym w Polsce wyemigrował do Paryża (1981 r.) , do kraju wrócił w 1990 r. Herbert czerpie motywy z historii i tradycji kultury europejskiej, zwłaszcza antyku. Pisze o tym, że zawsze należy przeciwstawiać się złu i żyć w zgodzie z własnymi zasadami. Poszukuje wartości, które mogłyby być kodeksem postępowania dla współczesnego człowieka.

III. Przeczytajcie wiersz pt. „Pudełko zwane wyobraźnią” i zastanówcie się nad pytaniami:

- Dlaczego poeta nazwał pudełko wyobraźnią?
- Gdzie możemy obejrzeć magiczne pudełka?
- W jakich baśniach pojawiają się tajemnicze pudełka lub pomieszczenia?
- Co pomaga otworzyć baśniowe pudełka, zamknięte drzwi lub piecary?
- Jaka zdolność naszego umysłu pozwala nam widzieć rzeczy, których nie ma w pobliżu?

Obejrzyjcie filmik „Magia bez tajemnic”:

https://www.youtube.com/watch?v=09lhCSpdyDM&list=PLt-Vpeh9aYF8e1HsnQu_HkFqs3u5y-ocf

IV. Zapiszcie:

1. **Wyobraźnia** – zdolność tworzenia w myślach rozmaitych obrazów, historii sytuacji. To inaczej: fantazja, magia, baśniowość, marzenia. Można mieć bogatą wyobraźnię, widzieć coś oczyma wyobraźni.
2. Tytuł utworu: poeta ukazał wyobraźnię jako zaczarowane pudełko.
3. Podmiot liryczny zwraca się do każdego z nas za pomocą czasowników w 2 os. L.poj. w trybie rozkazującym. Są to polecenia, które brzmią jak zaklęcia: zastukaj, zaświstaj
4. Uzupełnijcie tabelkę. Wpisz, jakie obrazy zobaczysz, gdy wykonasz polecenie:

Polecenie	Element wywołanego obrazu
Zastukaj palcem w ścianę	kukułka, drzewo. las

5. Uzupełnijcie tabelę przykładami środków poetyckich zastosowanych w utworze Zbigniewa Herberta *Pudelko zwane wyobraźnią* oraz wyjaśnijcie funkcję, jaką pełnią one w utworze. Wykorzystajcie informacje z lekcji na temat koncertu Wojskiego.

Środek poetycki	Przykład z wiersza	Funkcja w utworze
Epitet		
Porównanie		
Ożywienie		
Przenośnia		

Wypisz przykłady 3 wyrazów dźwiękonaśladowczych:

.....

Zadanie na czwartek po świątach: Napisz w zeszycie, jaką rolę odgrywa wyobraźnia w życiu człowieka. Czy zgadzasz się z tym, że czytanie książek i sztuka rozwijają wyobraźnię? (pól strony)

Uwaga

Proszę czytać lekturę pt. „Ania z Zielonego Wzgórza” L. M. Montgomery na 11.05.br.
Książkę można przeczytać na stronie:

<http://sp11.siedlce.pl/biblioteka/lektury%20kl%204-6/Ania%20z%20Zielonego%20Wzgorza.pdf>

Audiobook:

<https://www.youtube.com/watch?v=Gnvak2MbfPc>

Drodzy Uczniowie!

Z okazji Świąt Wielkanocnych życzę Wam i Waszym rodzinom dużo zdrowia, spokoju i wszelkiej pomyślności.

Iwona Pikoń

Wychowanie fizyczne - dziewczęta

Temat : Zdolności motoryczne człowieka

O ogólnej sprawności człowieka decydują tzw. zdolności motoryczne :

1. SZYBKOŚĆ- zdolność do wykonywania danej czynności w jak najkrótszym czasie –np. biegi sprinterskie
2. SIŁA –zdolność do pokonywania jakiegoś oporu zewnętrznego (powietrza, wody, grawitacji-przyciągania ziemskiego)-np. podnoszenie ciężarów ,pływanie..
3. GIBKOŚĆ- (elastyczność, giętkość)-zależy od stopnia rozciągnięcia mięśni, zakresu ruchomości stawów – skłony, skręty, przewroty { np., w gimnastyce} .Jest bardzo ważna ponieważ słaba gibkość bardzo często powoduje różne kontuzje u zawodników, ale również u osób nie trenujących.
4. KOORDYNACJA RUCHOWA- zdolność do wykonywania i łączenia różnych ruchów, nie tracąc przy tym równowagi i orientacji w przestrzeni np. w gimnastyce sportowej, artystycznej, łyżwiarstwie figurowym na lodzie.....
5. WYTRZYMAŁOŚĆ-zdolność do wykonania ruchu lub czynności w jak najdłuższym czasie –biegi długodystansowe ,maraton ,kolarstwo.....

ZADANIE DOMOWE

W szkole układaliśmy różne tory sprawnościowe ,które mieliście do pokonania. Spróbuj taki tor sprawnościowy ułożyć w swoim domu (jeśli masz miejsce) lub wykorzystując słoneczną pogodę na zewnątrz. Wykorzystaj różne przybory: piłkę ,krzesła, poduszki, butelki ...Zaproś do zabawy całą rodzinę. Zorganizuj wyścigi, zmierz czas pokonania toru każdemu. Wszystko zależy od waszej

kreatywności.

Nakręć filmik –prześlij do mnie przez Messenger.

Dobrej zabawy

Wychowanie fizyczne – chłopcy

TEMAT: JAK MÓZG REAGUJE NA AKTYWNOŚĆ FIZYCZNĄ?

Każdy z nas zdaje sobie sprawę, jak ruch i uprawianie sportu działa na nasze mięśnie, stawy czy tkankę tłuszczową. Mniej osób wie jednak, jak mózg odbiera aktywność fizyczną oraz jakie są tego skutki.

Wysiłek fizyczny reguluje nastrój, szybkość reakcji, dobre samopoczucie oraz witalność. Dzieje się tak dlatego, że ruch jest bodźcem, który stymuluje mózg do większej aktywności, wydzielania hormonów oraz wytwarzania nowych komórek nerwowych. Podjęcie aktywności ruchowej interpretowane jest przez nasz mózg jako sytuacja stresowa i właśnie dzięki temu uwalniane są neuroprzekaźniki mające złagodzić ból fizyczny i dyskomfort psychiczny. Wytwarzane jest też białko BDNF (Brain-Derived Neurotrophic Factor), które odpowiada za regenerację starych i tworzenie nowych neuronów. Podczas uprawiania sportu produkowana jest dopamina, hormon motywacji oraz serotonina, która poprawia humor i dodaje energii. Za redukcję stresu i poprawę nastroju odpowiadają endorfiny, zwane też hormonami szczęścia, które uwalniają się po skończonym wysiłku. Dzięki nim niwelowane jest odczucie zmęczenia i bólu.

Jako, że ruch jest bodźcem, który stymuluje mózg do większej aktywności pozytywnie wpływa także na sferę intelektualną człowieka. W trakcie długotrwałego wysiłku fizycznego ukrwienie mózgu zwiększa się średnio o 25% w stosunku do stanu wyjściowego. Ćwiczenia o charakterze tlenowym czyli tzw. ćwiczenia aerobowe (tj. pływanie, bieganie, jazda na rowerze, długie spacery, taniec, aerobic, nordic walking) mają istotny wpływ na prawidłową pracę mózgu. Ten rodzaj aktywności fizycznej silnie oddziałuje na układ krążenia, powoduje zwiększenie przepływu krwi przez mózg co w konsekwencji prowadzi do lepszego zaopatrzenia mózgu w tlen i substancje odżywcze.

Człowiek potrzebuje systematycznej aktywności fizycznej aby jak najdłużej zachować odpowiednią sprawność fizyczną, równowagę emocjonalną oraz zdolności intelektualne. „Ruch jest w stanie zastąpić prawie każdy lek, ale wszystkie leki razem wzięte nie zastąpią ruchu” – Wojciech Oczko, lekarz (1545-1608).

Po przeczytaniu artykułu wyjdź do ogrodu i zrób 15 minutowa rozgrzewkę.

Pamiętaj o codziennej aktywności fizycznej!

Pozdrawiam!