

30 marca

Witam wszystkich w poniedziałkowy dzień!

Na dzisiejszych zajęciach dowiesz się:

- *co ma wpływ na nasz wzrost?*
- *jakie zachodzą zmiany w wyglądzie człowieka.*

Na początek, wyciągnij album ze zdjęciami i obejrzyj swoje zdjęcia od pierwszych dni życia, po obecne czasy. Jakie dostrzegasz różnice w swoim wyglądzie?

Zapewne najbardziej widoczną zmianą jest **wzrost**, prawda? **A teraz przeczytaj.**

Wzrost dziecka to bardzo indywidualna kwestia. Jedni rosną szybciej a drudzy wolniej i nie ma w tym fakcie powodów do niepokoju.

Wzrost dziecka - to wpływ wielu czynników. Największą rolę odgrywa dziedziczenie – nasz wzrost jest zapisany w genach (często wystarczy zobaczyć, jaki wzrost mają Wasi Rodzice

i dziadkowie). Ale na to, czy będziesz wysoki, czy niski, wpływ mają również:

- **sposób odżywiania** - wśród przyczyn niskiego wzrostu jest niedożywienie albo nieprawidłowe odżywianie. Dieta dziecka powinna być dobrze zbilansowana i zawierać odpowiednią ilość mięsa, warzyw, owoców i nabiału. Gdy ich brakuje, **kości nie rozwijają się prawidłowo, co ma wpływ na wzrost.**

-**ilość snu** - hormon wzrostu wytwarzany jest przez całą dobę. Jednak najwięcej tworzy się go w nocy, podczas snu. Zaburzenia snu mogą odbić się na wzroście dziecka – dlatego warto dopilnować, byście chodzili spać przed 22 😊

-**aktywność fizyczna** - ruch jest sprzymierzeńcem rośnięcia. Bieg, skoki i zabawy pobudzają Wasz organizm do tego aby rósł.

Polecenie 1

Przeczytaj teraz samodzielnie tekst pt: „*Olbrzymy i krasnoludki*” w podręczniku na str.38 .

Jak myślisz, co by było, gdyby ludzie nie przestawali rosnać? Trudne pytanie, prawda? Porozmawiaj o swoich pozycjach z Rodzicami.

Teraz otwórz zeszyt do języka polskiego i zapisz:

W klasie

30.03.2020 r.

TEMAT : *A ja rosnę i rosnę!*

Polecenie 2

Narysuj w zeszyte tabelkę (ołówkiem) i uzupełnij ją SAMODZIELNIE wpisując, jakie mogą być wady – złe cechy, a jakie zalety – dobre cechy, bycia olbrzymem oraz krasnałem. Tabelkę możesz oczywiście wydłużyć.

Olbrzym		Krasnał	
zalety	wady	zalety	wady

Zrób sobie przerwę, zjedz małą przekąskę, zmierz, ile kroków długości ma Twój pokój.

Polecenie 3

- Teraz wracamy do pracy z tekstem. Przeczytaj na str. 39 tekst informacyjny, o tym jak rośniemy. Odpowiedz słownie na pytania, znajdujące się pod tekstem.
- Przepisz i uzupełnij tekst (do zeszytu). Podkreśl wyrazy, które wpiszesz.

Człowiek rośnie przezswojego życia. Najszybszy wzrost następuje w Przez całe życie rosna człowiekowii Podobno też przez całe życie zwiększają się ludziom Wysocy dorośli mogą być w dzieciństwie I odwrotnie – niscy mogą być



Polecenie 4

A teraz posłuchaj piosenki, FASOLKI pt: „A ja rosnę i rosnę”.

<https://www.youtube.com/watch?v=xRnb35yIsAI>

Jak poćwiczysz, to włącz sobie wersję karaoke i spróbuj zaśpiewać samodzielnie :

<https://www.youtube.com/watch?v=jeT4iMXozHg>

Polecenie 5

Przed Tobą praca z ćwiczeniami – przypomnijmy, czym jest rodzina wyrazów.

- **Obejrzyj film:**

<https://www.eduelo.pl/prezentacja/794/>

Teraz wykonaj ćwicz.1 na str.48 – tworzenie rodziny wyrazu *rosnę* i uzupełnianie tymi wyrazami zdań.

- Zad. 2 str. 48 – grupowanie wyrazów: zdrobnienia i zgrubienia wyrazów:
pies, kot, wilk, mucha.
- Zad. 3 str. 9 – kolorowanie na **niebiesko** rodziny wyrazu **mały**
kolorowanie na **zielono** wyrazów o podobnym znaczeniu
do wyrazu **duży**.
- Zad. 4 str. 49.
- Zad. 5 str. 49 jest dla chętnych.
Zapiszcie w zeszycie swoje propozycje i pomysły....

Co by było, gdyby ludzie nie przestawali rosnać?

Polecenie 6

Przeczytaj informację w ramce na str. 50 w ćwiczeniach, następnie poproś kogoś z domowników, by pomógł Ci zmierzyć Twój wzrost, wpisz wynik w ćw. 6. Następnie Ty w podobny sposób zmierz kogoś z domowników (rodzeństwo, rodzice) i wpisz wynik.

- Wykonaj ćw. 7 na s.50. Jeśli nie masz zdjęcia lub nie chcesz go z jakichś powodów wklejać – wykonaj rysunki.

PAMIĘTAJ, BY ZADANIA WYKONYWAĆ SAMODZIELNIE!!!!

Trzymajcie się!!! Życzę udanej pracy!

karolina.mroz@sp8sanok.pl