

Klasa 4b – przyroda lekcja 1

Temat: Układy umożliwiające człowiekowi ruch. Układ szkieletowy i mięśniowy.

Cele:

- poznanie narządów umożliwiających ruch
- rozpoznawanie elementów szkieletu na rysunkach
- poznanie sposobu połączenia mięśni ze szkieletem
- zrozumienie dlaczego w okresie szkolnym szczególnie należy dbać o zachowanie właściwej postawy

Zad. 1

Przepisz temat lekcji do zeszytu.

Zad. 2

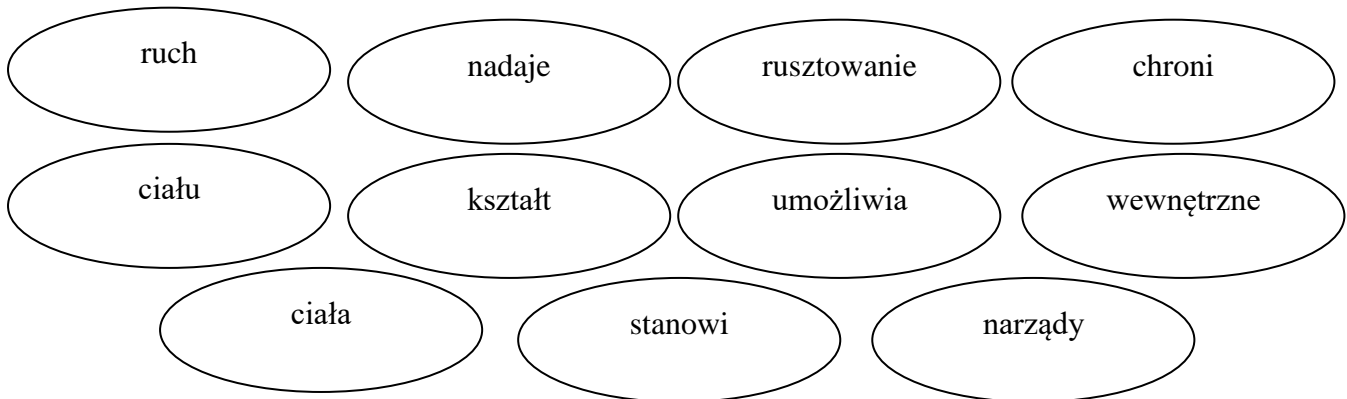
Przeczytaj uważnie tekst z podręcznika str.95.

Zad. 3

- wypisz części szkieletu
- narysuj: kość długą i krótką

Zad. 4

- skorzystaj z poniższej „rozsypani” wyrazowej i ułóż zdania tak, aby opisywały funkcje szkieletu, przepisz je do zeszytu.



\*szkielet –

\*szkielet -

\*szkielet -

\*szkielet –

Zad. 5

**PRZECZYTAJ UWAŻNIE I ZAPAMIĘTAJ !**

Do poruszania się oprócz kości niezbędne są mięśnie, jest ich około 650, ponad 400 to mięśnie szkieletowe.

Wiele mięśni jest przymocowanych do kości za pomocą ścięgien, które łączą ruchome połączenia kości.

Kości i mięśnie w ciele człowieka tworzą układ ruchu, dzięki któremu może on się poruszać. Szkielet stanowi rusztowanie organizmu i chroni narządy wewnętrzne.

Zad. 6

Pamiętaj! Ruch to zdrowie.

W zaistniałej sytuacji staraj się wykonywać w domu umiarkowane ćwiczenia przez 30 minut dziennie. Najzdrowsza jest gimnastyka poranna.

Zaplanuj 15 minutową gimnastykę poranną (zestaw ćwiczeń), spróbuj ćwiczyć ten zestaw codziennie rano.

W zeszycie opisz Twoje ulubione ćwiczenie – potem zrobimy wspólną gazetkę z Waszymi pomysłami.

**DLA CHĘTNYCH;**

W ramach programu edukacyjnego SZKOŁA PROMUJĄCA ZDROWIE wykonaj pracę plastyczną pod tytułem:

„JAK DBAĆ O UKŁAD RUCHU”.

Format A3

Technika dowolna.

Wykorzystaj materiały, które masz w domu.

Wykorzystaj wiadomości z podręcznika str .98

Najlepsze prace będą nagrodzone na końcu roku szkolnego i wystawione na gazetce szkolnej na I piętrze.

Umowny czas wykonania do 12.04.2020

Kontaktujemy się przez MESSENGER.

Zadania proszę przesłać na pocztę [maria.trzeciak@sp8sanok.pl](mailto:maria.trzeciak@sp8sanok.pl),

Można zrobić zdjęcie.

Dziękuję.