Zalecenia dla uczniów klasy IVa
na dni wolne od nauki szkolnej 2020r.

27.05.2020

JĘZYK ANGIELSKI

Temat: Talking about hobbies- rozmawiamy o hobby.

Strona 105

Zadanie 1- dla chętnych

Zadanie 2- zapisz dialog w zeszycie.

Zadanie 4- dla chętnych

Zadanie 5

Homework- ćwiczenia strona 44. Tym razem bez odsyłania.

PRZYRODA

Temat: Na polu uprawnym.

Nauczysz się:

- podawać przykłady roślin uprawianych przez człowieka,
- rozróżniać zboża uprawiane w Polsce;
- wskazywać znaczenie pól dla zwierząt dziko żyjących
- wskazywać przyczyny nawożenia pól,
- rozpoznawać wybrane gatunki roślin pól

Zapoznaj się z tekstem w podręczniku str. 198 - 201 oraz informacjami w poniższych linkach

https://epodreczniki.pl/a/na-lace-i-na-polu/DvINsU6oE

https://epodreczniki.pl/a/w-sadzie-i-na-polu/DdvYrZ3B

Wiele lasów zamieniono na **pola uprawne**. Różnią się one od łąk. Na łąkach jest ogromna różnorodność roślin, zaś na danym fragmencie pola uprawia się każdego roku tylko jeden gatunek rośliny. Na polu z reguły w kolejnych latach zmienia się uprawę, a na łące przez wiele lat rosną te same rośliny. Pola orane są co roku, a łąk się nie orze.

Najważniejszą cechą odróżniającą pola od innych środowisk jest **konieczność regularnego nawożenia**. Na polach po zbiorze plonów nie ma wystarczającej ilości szczątków do

wytworzenia przez destruentów próchnicy. Gleba staje się więc uboższa. Na polach wykonuje się też zwykle wiele zabiegów, takich jak oprysk środkami chemicznymi w celu usunięcia niepożądanych roślin, zwierząt i grzybów. Zabijane są w ten sposób organizmy zbędne lub niepożądane dla rolnictwa.

Na większości pól w Polsce uprawia się zboża. Są to: pszenica, żyto, pszenżyto, jęczmień, owies, proso, i kukurydza. Ze zbóż produkowane są mąki (ziarna są mielone), kasze (ziarna łamane) i płatki (ziarna gniecione). Zboża przeznacza się też na paszę dla zwierząt.

Na polach uprawia się także **rośliny oleiste**, np. rzepak. Na dużą skalę uprawia się **warzywa**, jak ziemniaki, kapusta, marchew, cebula, buraki, pomidory i wiele innych. Niektóre rośliny mają zastosowanie w przemyśle innym niż spożywczy, np. rzepak wykorzystywany do produkcji paliw oraz len – do produkcji włókien. Spośród drzew owocowych najpopularniejsze są jabłonie, wiśnie, śliwy i grusze. Krzewami są dostarczające owoców porzeczki (czarna i czerwona), maliny, agrest i aronia. Uprawia się także wiele innych roślin, jak chmiel, słonecznik, zioła (np. rumianek czy mięta).

Niektóre rośliny uprawne mają wiele różnych zastosowań. Należy do nich ziemniak, którego bulwy są po ugotowaniu, upieczeniu lub usmażeniu zjadane przez ludzi. Mogą być paszą dla zwierząt lub surowcem do produkcji mąki ziemniaczanej.

W zeszycie wypisz gatunki zbóż str. 199 oraz wyjaśnij co oznacza pojęcie - zboża ozime i podaj przykład oraz zboża jare i tez podaj przykład.

W zeszycie ćwiczeń wykonaj zadania na stronie 118 i 119 - nie wysyłaj wykonanych zadań

WYCHOWANIE FIZYCZNE

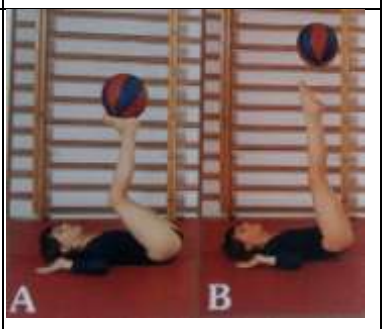
Temat: Rzut z biegu po kozłowaniu do kosza, nauka dwutaktu.

Jeżeli nie masz piłki do koszykówki ćwiczenia wykonaj z dowolną piłką. Doskonalimy sekwencję kroków w dwutakcie z prawej strony. Link do ćwiczeń:

https://www.youtube.com/watch?v=UelsnCzUI8k&feature=share&fbclid=IwAR1N9KZyrGxcyQn1EoQGBesm8urn7QEpoW4cJHrTjcYSt8bsiC5UxdTwufo

Temat: Wzmacnianie mięśni nóg. Ćwiczenia przeciwdziałające płaskostopiu.

Odpoczynek między seriami według dyspozycji ćwiczącego.

1) Pozycja wyjściowa: Leżenie tyłem. Nogi w górze, ugięte . Na stopach leży piłka. Ręce w pozycji „skrzydełek”. Ruch: Wyprosty i zgięcia nóg, utrzymując piłkę na stopach. Dozowanie: 2 serie po 8 powtórzeń.	
2) Pozycja wyjściowa: Leżenie tyłem. Nogi w górze, ugięte . Na stopach leży piłka. Ręce w pozycji „skrzydełek”. Ruch: Obracanie piłki stopami. Dozowanie: 2 serie po 15 sekund.	
3) Pozycja wyjściowa: Siad ugięty. Stopy obejmują piłkę. Ręce oparte na podłodze z tyłu. Ruch: Unoszenie stóp z piłką nad podłogę. Dozowanie: 2 serie po 8 powtórzeń.	
4) Pozycja wyjściowa: Leżenie tyłem przy ścianie. Nogi ugięte. Stopy przyciskają piłkę do ściany. Ruch: Toczenie piłki stopami po ścianie w górę i w dół. Dozowanie: 2 serie po 4 powtórzenia.	
5) Pozycja wyjściowa: Leżenie tyłem. Nogi w górze, ugięte . Na stopach leży piłka. Ręce w pozycji „skrzydełek”. Ruch: Podrzucanie piłki i chwyt opadającej piłki stopami. Dozowanie: 2 serie po 6 powtórzeń.	

6) Pozycja wyjściowa: Siad ugięty. Stopy obejmują piłkę. Ręce oparte na podłodze z tyłu. Ruch: Wyrzut piłki stopami w górę - przód. Dozowanie: 2 serie po 6 powtórzeń.	