

Katecheza, 12.05.2020, klasa II b/z

Temat : Ulubiona pieśń świętego Jana Pawła II.

Ulubioną pieśnią świętego Jana Pawła II była „Barka”. Zaśpiewaj ją sobie. Możesz skorzystać z poniższego linku.

<https://www.youtube.com/watch?v=YNr30U-C-l0>

Tekst Pieśni

Pan kiedyś stanął nad brzegiem,
Szukał ludzi gotowych pójść za Nim;
By łowić serca
Słów Bożych prawdą.

Ref.:

O Panie, to Ty na mnie spojrzaleś,
Twoje usta dziś wyrzekły me imię.
Swoją barkę pozostawiam na brzegu,
Razem z Tobą nowy zacznę dziś łów.

2.

Jestem ubogim człowiekiem,
Moim skarbem są ręce gotowe
Do pracy z Tobą
I czyste serce.

3.

Ty, potrzebujesz mych dłoni,
Mego serca młodego zapalem
Mych kropli potu
I samotności.

4.

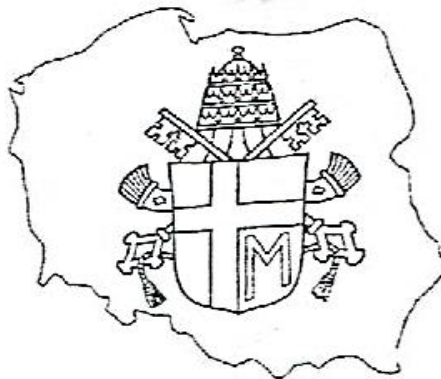
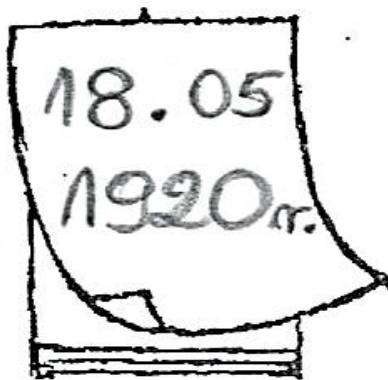
Dziś wypłyniemy już razem
Łowić serca na morzach dusz ludzkich
Twejej prawdy siecią
I słowem życia.

Katecheza, 11.05.2020., klasa II b/z

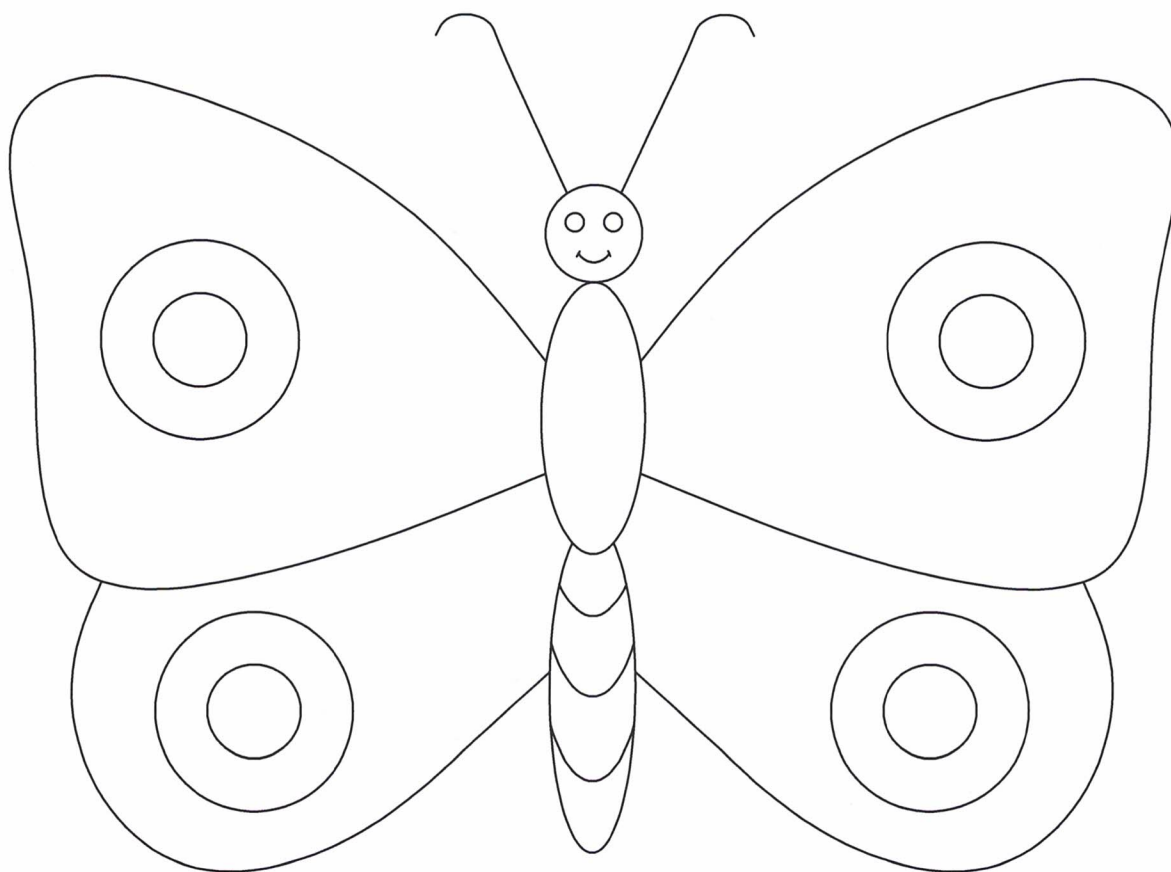
Temat : Święty Jan Paweł II – Papież Polak.

Karol Wojtyła urodził się 18 maja 1920 roku w Wadowicach koło Krakowa. W tym roku obchodzimy setną rocznicę jego urodzin. Wpisz datę swoich urodzin, która to będzie rocznica Twoich urodzin?

Pokoloruj obrazek. Pomódl się słowami : „Święty Janie Pawle II módl się za nami.”



Rewalidacja kl. II b/z
Pokoloruj motyla



Piątek

Technika drewno: Spróbuj wykonać wiatrak z rolki po papierze toaletowym.

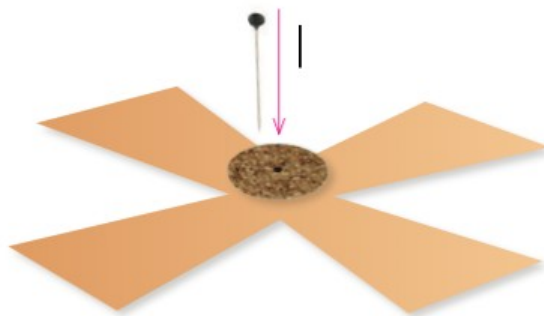
Co przygotować?

- rolka po papierze toaletowym;
- 2 płaskie korki;
- szpilka lub pinezka;
- karton karbowany;
- kartka z bloku technicznego;
- farby;
- pędzel;
- klej;
- nożyczki;
- mogą się również przydać np. guziki.



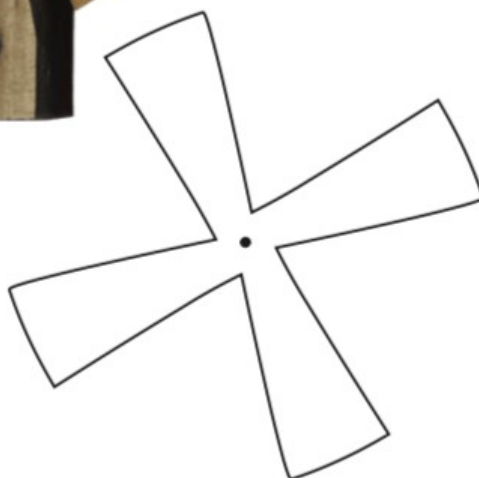
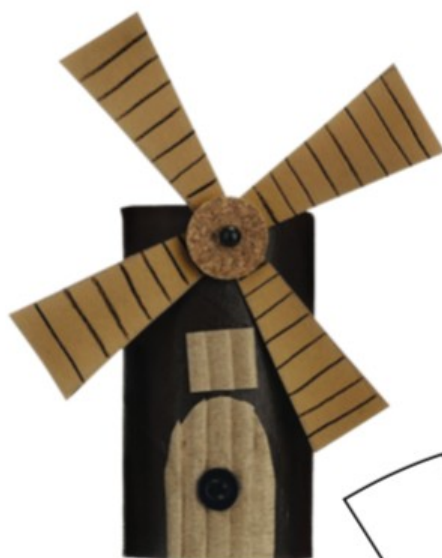
Jak to zrobić?

1. Pomaluj rolkę po papierze toaletowym.
2. Z kartki z bloku technicznego wytnij skrzydła wiatraka według szablonu.
3. Umieść korek na środku skrzydeł, przebij go szpilką lub pinezką, a następnie przymocuj skrzydła do rolki. Nabij drugi korek na szpilkę lub pinezkę. Jeśli trzeba, zabezpiecz wystające ostrze np. kawałkiem plasteliny.
4. Okno i drzwi wytnij z kartonu.





SZABLON: WIATRAK Z ROLKI PO PAPIERZE TOALETOWYM



PRZYSPOSOBIENIE DO PRACY – GOSPODARSTWO DOMOWE

Temat: Uprawa ziół w doniczce.

Stałą dostawę zieleniny możemy sobie zapewnić uprawiając zioła w doniczkach na kuchennym parapecie. Niemal wszystkie zioła przyprawowe dobrze rosną w warunkach domowych. Lubią zwłaszcza miejsca jasne i słoneczne, ale np. mięta czy melisa cytrynowa będą rosły także w miejscach lekko zacienionych. Zioła można uprawiać także na balkonie.

Temat: Jak założyć zielnik w domu?

Najwygodniej kupić gotowe sadzonki, gdyż od razu możemy z nich korzystać. Możemy je dostać w sklepach ogrodniczych, na lokalnym bazarku, a także w hipermarketach. Po kupnie najlepiej przesadzić je do większych pojemników z ziemią uniwersalną. Rośliny sadzimy na taką głębokość, na jakiej rosły przed przesadzeniem. Ziemię wokół ugniatamy i obficie podlewamy. Poszczególne gatunki ziół możemy sadzić osobno lub stworzyć z nich kompozycję.

Większość ziół może rosnąć w jednej doniczce przez wiele lat, dlatego już w momencie sadzenia roślin wybieramy odpowiednio duży pojemnik, najlepiej terakotowy lub gliniany. Ponieważ zioła nie znoszą wody zalegającej w strefie korzeniowej, doniczki muszą mieć otwory odprowadzające wodę.

Temat: Jak zbierać i przechowywać zioła?

Rośliny najlepiej ciąć tuż przed kwitnieniem, w słoneczny dzień, gdy są suche, ale liście mają jędrne i nieprzywędnięte. Zebrane rośliny trzeba ostrożnie opłukać.

Ścięte pędy wiąże się w małe pęczki i wiesza w przewiewnym, suchym i zacienionym miejscu. Jeśli zebrane zostały same liście – układa się je na ażurowej, na przykład wiklinowej tacy.

Zioła należy trzymać w szczelnych, najlepiej szklanych pojemnikach, nierozdrobnione dłużej utrzymują aromat.



TERAPIA RUCHEM

Ćwiczenia rozluźniające i wzmacniające mięśni karku, tułowia.

Ćwiczenie 1.

Pozycja wyjściowa: stoimy na prostych nogach, stopy na szerokość bioder, ręce luźno wzdłuż tułowia.

Ruch: Odchyl głowę do tyłu (patrz w góry) –powoli bez gwałtownych ruchów 10 razy.

**Ćwiczenie 2.**

Pozycja wyjściowa: stoimy na prostych nogach, stopy na szerokość bioder, ręce luźno wzdłuż tułowia.

Ruch: Przechyl głowę do przodu- patrz w dół -10 razy.

**Ćwiczenie 3.**

Pozycja wyjściowa: stoimy na prostych nogach, stopy na szerokość bioder, ręce luźno wzdłuż tułowia.

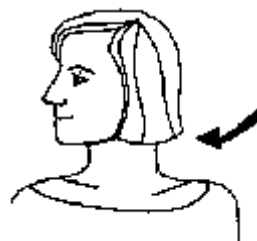
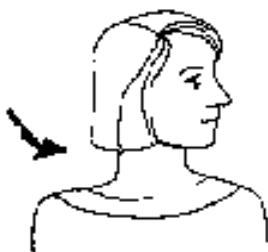
Ruch: Odchyl głowę w lewo tak, aby ucho zbliżyło się do ramienia następnie to samo ćwiczenie w prawo - po 10 razy.



Ćwiczenie 4.

Pozycja wyjściowa: stoimy na prostych nogach, stopy na szerokość bioder, ręce luźno wzdłuż tułowia.

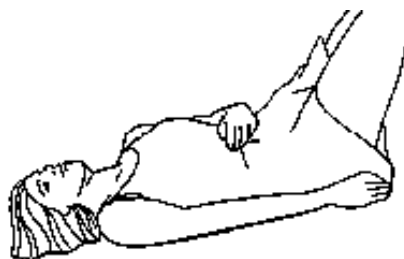
Ruch: Odchyl głowę w prawo tak aby spojrzeć przez ramię, następnie to samo ćwiczenie w lewo- po 10 razy.



Ćwiczenie 5.

Pozycja wyjściowa: Leżenie n plecach, ręce wzdłuż tułowia.

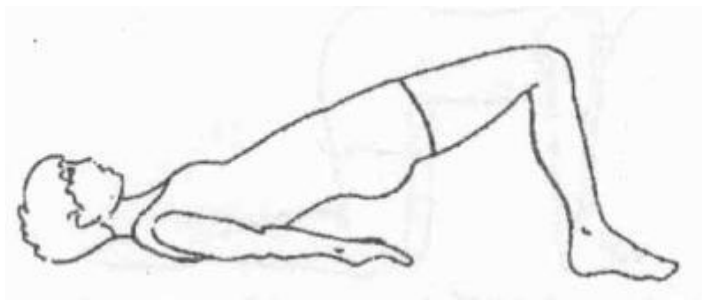
Ruch: Połóż rękę na brzuchu, napnij mięśnie brzucha, cały czas naciskając ręką brzuch do podłoża – 10 razy.



Ćwiczenie 6.

Pozycja wyjściowa: Leżenie n plecach, ręce wzdłuż tułowia.

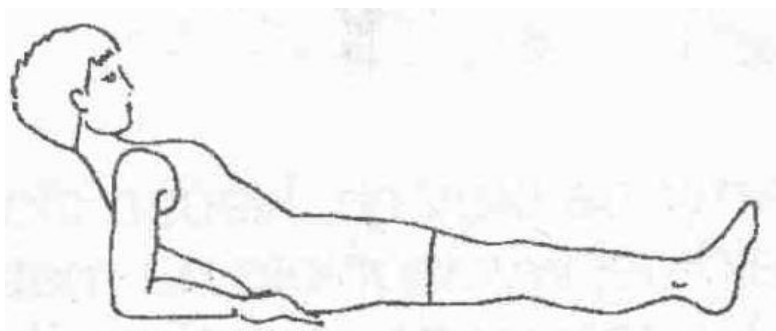
Ruch: Unosimy i opuszczamy miednicę napinając pośladki- przenosimy tułów na prawą stronę, następnie przenosimy tułów na lewą stronę- po 10 razy.



Ćwiczenie 7.

Pozycja wyjściowa: Leżenie n plecach, ręce wzdłuż tułowia.

Ruch: Opieramy się na łokciach, unosimy klatkę piersiową robiąc równocześnie wdech, po czym powracamy do pozycji wyjściowej robiąc wydech – 10 razy.



**PRAWO DO TROSKI
O ZDROWIE I BEZPIECZEŃSTWO**



OCHRONA PRZED KONFLIKTEM ZBROJNYM

Artykuł 38 Jeśli nie masz 15 lat, Państwo nie może rekrutować Cię do wojska i musi chronić Cię przed bezpośrednim udziałem w działaniach zbrojnych.



OCHRONA W PROCESIE KARNYM

Artykuł 37 Jeżeli złamałeś prawo, nie powinieneś przebywać w więzieniu z dorosłymi i masz prawo utrzymywać kontakt ze swoją rodziną oraz prawo do pomocy prawnej lub innej np. psychologa. Masz prawo zgłaszać sytuacje, w których jesteś źle traktowany.

Artykuł 40 Jeżeli złamałeś prawo (Sąd może Cię skazać tylko za bardzo poważne przestępstwa), powinieneś uzyskać pomoc prawną i być właściwie traktowany przez system sprawiedliwości.

PRAWO DO ZNAJOMOŚCI SWOICH PRAW I POWOŁYWANIA SIĘ NA INNE

Artykuł 41 Jeśli prawo Twojego kraju zapewnia lepszą ochronę i realizację Twoich praw niż artykuły tej Konwencji, to prawo Twojego kraju powinno obowiązywać w pierwszej kolejności.

Artykuł 42 Masz prawo znać swoje prawa! Państwo powinno zadbać, aby prawa zawarte w tej Konwencji były znane zarówno wśród dzieci, jak i dorosłych.



Obowiązek
odpowiedzialności za własne
życie, zdrowie i higienę oraz
rozwój psycho-fizyczny.



KONWENCJA PRAW DZIECKA



Moje prawo gwarantuje...



Obowiązek
odpowiedzialności za własne
życie, zdrowie i higienę oraz
rozwój psycho-fizyczny.



KONWENCJA PRAW DZIECKA





Co to jest zdrowe odżywianie?



Zdrowe odżywianie to dostarczenie w odpowiednim czasie odpowiedniej ilości i jakości składników pokarmowych (białek, cukrów, tłuszczów, witamin, składników mineralnych) niezbędnych do harmonijnego rozwoju i funkcjonowania organizmu ludzkiego.









MAM PRAWO DO...



ZABAWY I WYBORU PRZYJACIÓŁ



OPIEKI



NIETYKALNOŚCI OSOBISTEJ



WYCHOWANIA W RODZINIE



TAJEMNIC I PRYWATNOŚCI



ODMOWY, GDY KTOŚ
NAMAWIA MNIE
DO ZŁYCH RZECZY



SZACUNKU DLA MOJEJ
ODMIENNOŚCI



NAUKI I ROZWIJANIA ZAJNTERESOWAŃ



ODPOCZYNKU

11.05 – 15.05.2020

FUNKCJONOWANIE OSOBISTE I SPOŁECZNE

Blok tematyczny „Jesteśmy dorosłymi ludźmi ”

Temat 1. Konwencja praw człowieka.

Co to są prawa człowieka?

Prawa człowieka to podstawowe normy przysługujące każdemu z nas wynikające z samego faktu bycia człowiekiem np.: prawo do życia, wolność słowa, prawo do edukacji.

Temat 2. Dokument tożsamości.

Podstawowym dokumentem tożsamości w Polsce jest dowód osobisty. Dowód osobisty można otrzymać, gdy kończy się 18 lat czyli staje się osobą dorosłą.

Temat 3. Odpowiedzialność za swoje czyny.

Wolny wybór, samodzielne podejmowanie decyzji czyni człowieka odpowiedzialnym za swoje czyny. To wolność i odpowiedzialność jest fundamentem naszego człowieczeństwa.

„ Ptasie plotki ”

*Usiadła zięba na dębie:
„Na pewno dziś się przeziębę!
Dostanę chrypki, być może,
Głos jeszcze stracę, broń Boże,
A koncert mam zamówiony
W najbliższą środę u wrony”.*

*Jęknęły smutnie żołędzie:
„Co będzie, ziębo, co będzie?*

*Leć do dzięcioła, do buka,
Niech dzięcioł ciebie opuka!”*

*Podniosła lament sikora:
„Podobno zięba jest chora!”*

*Gil z tym poleciał do szpaka.
„Jest sprawa taka a taka:
Mówiła właśnie sikora,
Że zięba jest ciężko chora”.*

*Poleciał szpak do słowika:
„Ze słów sikory wynika,
Że zięba już od miesiąca
Po prostu jest konająca”.*

*Słowik wróblowi polecił,
By trumnę dla zięby sklecił.*

*Rzekł wróbel do drozda: „Droździe,
Do trumny przynieś mi gwoździe”.*

*Stąd dowiedziała się wrona,
Że zięba na pewno kona.*

*A zięba nic nie wiedziała,
Na dębie sobie siedziała,
Aż jej doniosły żołędzie,
Że koncert się nie odbędzie,
Gdyż zięba właśnie umarła
Na ciężką chorobę gardła.*

PDP - Aktywny zawodowo.

Temat. Co to znaczy być stworzonym do danej pracy.

Predyspozycje czyli specjalne uzdolnienia, które sprawiają, że dana czynność jest łatwiejsza do zrobienia dla danej osoby, która je ma.

PDP – Sporządzanie posiłków.

Temat. Prawidłowe układanie jadłospisów.

W planowaniu jadłospisów należy uwzględnić porę roku, temperaturę otoczenia. Zaleca się również możliwie najszerszej wykorzystywać sezonowość produktów, szczególnie warzyw i owoców.

PDP – Sporządzanie posiłków.

Temat. Ułożenie jadłospisu dziennego z pomocą rodziców.

