

Dzień dobry. Kochani uczniowie. Witam serdecznie waszych rodziców.

W tym tygodniu chciałam wam przybliżyć prace wykonywane na polu wiosną, a także jak powstaje chleb. Na początek obejrzyjcie sobie filmiki przedstawiające prace polowe. Dalej ilustracje przedstawiają produkcję chleba dawniej i dziś. Oceńcie kiedy było łatwiej.

Następnie ułóżcie historyjkę obrazkową „Od ziarenka do bochenka”, oraz „Jakie znasz zboża”.

Z zajęć technicznych coś do pomalowania- może być farbami. Coś do policzenia, z rewalidacji krzyżówki i szlaczki.

Dalej dołączone są materiały z zajęć sportowych, kulinarnych, muzycznych oraz religii.

Pozdrawiam Katarzyna Kopka. Życzę miłej pracy i czekam na zdjęcia.

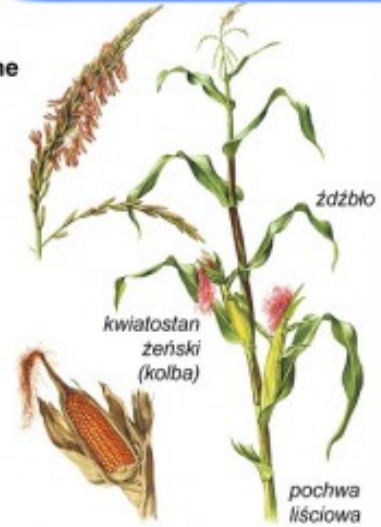
To linki do filmików.

<https://youtu.be/I6EGdIPn8Lg>

<https://youtu.be/vO5NvfQ92bc>

+ 5 A4

ZBOŻA I TRAWY



JAK DAWNIEJ POWSTAWAŁ CHLEB?



Z nadzieją wiosny rolnik szedł w pole, w glęboką nubił ziemią pługiem lub żył, a następnie młócił je ręką.

Zasiane zboże kiełkowało, zielenko się i w pełni lata dojrzywało.

Rolnik zwłó szedł w pole, tym razem by dojrzałe zboże ściąć kosą, związać w snopki i ustawić w stogi.

Kiedy snopki wyschły, ładował je na wóz drabiniasty i wioził do stodoły.

W stodołe zboże młócił cepami, a potem odsewiał ziarnia od plew.

Porobione płew ziarna wywoził do worków, ładował na wóz i wioził je do wiatraka lub młyna wodnego.

Tam młynarz sypał zboże do młyna, gdzie obracające się kamienie zwane żarnami męły je na mąkę.

Po wyjściu z pieca chleb był chrupiący i pachnący. Na taki chleb czekali wszyscy domownicy.

Z tej masy piekarz formował buchemki, a następnie wkładał je do gorącego pieca.

Mąka wędrowała do piekarni, który mieszał ją z drożdżami i wodą, wielokrotnie ugniatał i w ten sposób powstawało ciasto chlebowe.



© by HARMONIA Sp. z o.o.
 Kuchnia i Ciepła Woda - Ciepła Woda, Polska
www.harmonia.pl



© 2015 HARMONIA Sp. z o.o.
 Wszelkie prawa zastrzeżone. Wszelkie prawa zastrzeżone.

SKĄD SIĘ BIERZE CHLEB?



Zboże sieje się jesienią lub na wiosnę. Traktor ciągnie kilkurzędowy siewnik, z którego do gleby wydostają się ziarna.



Zasiane zboże wschodzi, tworzy zielone łany i dojrzewa.



Wymłócone zboże w postaci ziarna przewozi się do wysokich silosów, gdzie jest dosuszane i przechowywane.



W czasie żniw w pole wychodzą kombajny, by ścinać zboże i je wymłócić.



Gdy ziarna są już suche, miele się je w młynach elektrycznych na mąkę.



Mąkę miesza się z wodą i odrobiną soli oraz drożdży w dzieży, pośrodku której znajduje się mieszadło poruszane przez silnik elektryczny. W efekcie otrzymujemy ciasto chlebowe.



Ciasto po fermentacji wkłada się do dzielarki, czyli do maszyny do robienia bochenków chleba.



Po upieczeniu w wysokiej temperaturze (ok. 230°C) chleb jest chrupiący i pachnący. Mniem, mniem!



Kiedy bochenki już „wyrósłną”, zwiększając swoją objętość nawet trzykrotnie, wkłada się je do gorącego pieca.



Wiosną i jesienią rolnik sieje ziarna zbóż.

Z ziaren wyrasta zboże, które rolnik ścina latem w czasie żniw.

Rolnik młóci zboże, żeby wydobyć ziarna z kłosów.

Młynarz miele ziarna w młynie. Powstaje mąka.



W piekarni z mąki i innych składników piekarz **przygotowuje** ciasto na chleb

Z ciasta piekarz **wyrabia** chleb, bułki i inne rodzaje pieczywa.

Uformowane ciasto piekarz wkłada do pieca i **wypieka**.

1 Przeczytaj zdania. Wytnij obrazki z karty 73B i wklej je w odpowiednie ramki

1 ROLNIK ORZE POLE.

2 ROLNIK SIEJE ZIARNO.

3 ZIARNO ROŚNIE I DOJRZEWA.

4 ROLNIK KOMBAJNEM ŚCINA
I MŁÓCI ZBOŻE ORAZ ZBIERA
ZIARNO.

5 MŁYNARZ MIELI ZIARNO.

6 PIEKARZ KUPUJE MAKĘ.

7 PIEKARZ PRZYGOTOWUJE
CIASTO NA CHLEB.

8 CIASTO ROŚNIE.

9 PIEKARZ PRZYGOTOWUJE
BOCHENKI CHLEBA. CHLEB SIĘ PIECZE.

10 CHLEB KUPUJEMY W SKLEPIE.

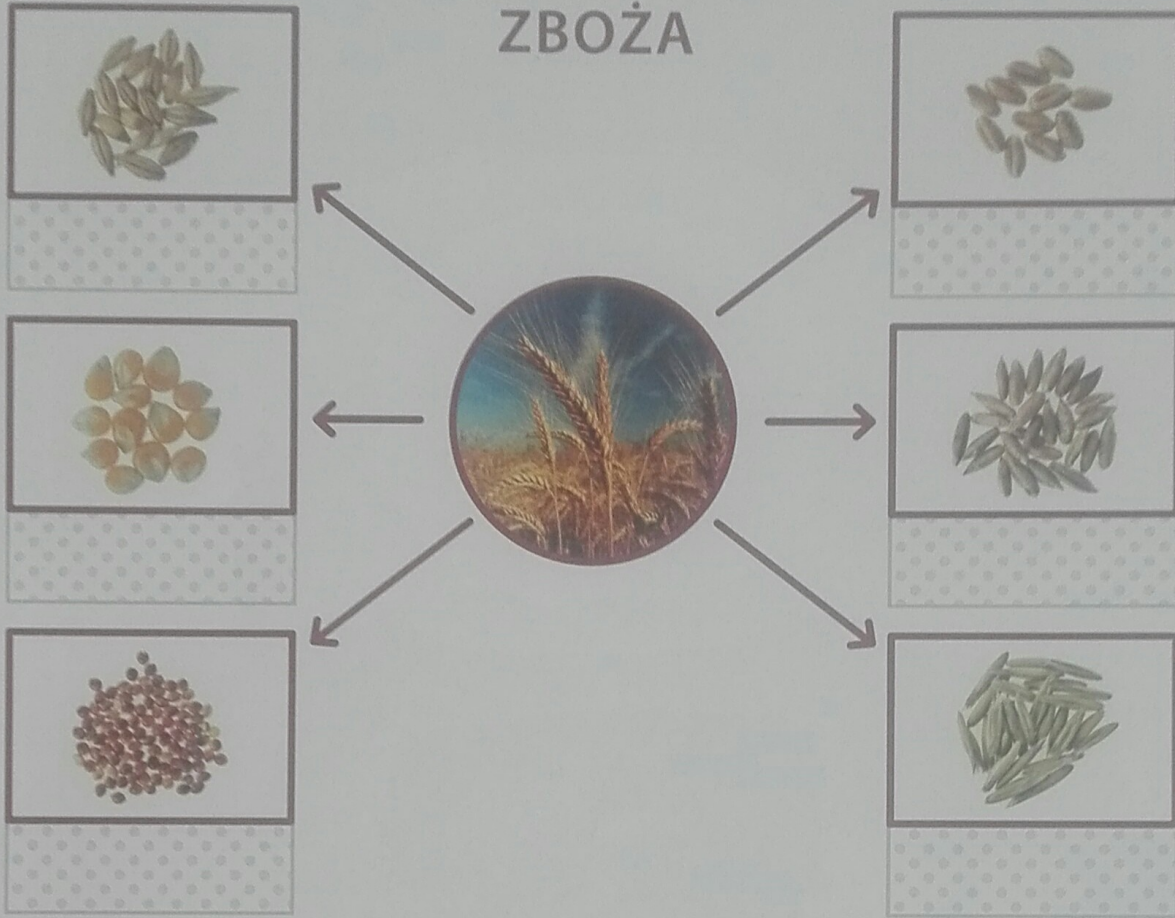
1 Wytnij obrazki i wklej w ramki na karcie 73A.



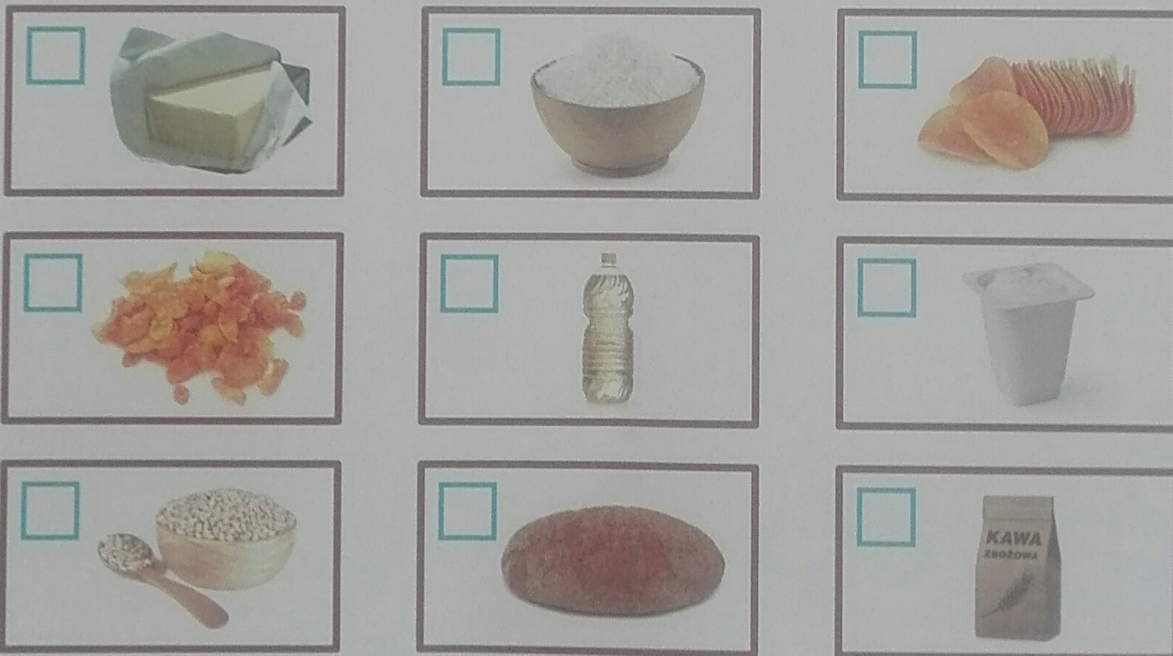
1



1 Przyjrzyj się zdjęciom. Nazwij zboża. Wytnij i wklej nazwy zbóż.



2 Przyjrzyj się zdjęciom. Zaznacz „V” produkty zrobione ze zboża.



✂

KUKURYDZA

JĘCZMIEN

PROSO

PSZENICA

OWIES

ŻYTO

MATEMATYKA



KARTA PRACY NR. 5

Odejmowanie w zakresie 0 do 10.

13

$5 - 4 = \square$

$7 - 2 = \square$

$10 - 9 = \square$

$8 - 3 = \square$

$6 - 3 = \square$

$9 - 9 = \square$

$10 - 3 - 2 = \square$

$9 - 2 - 5 = \square$

$10 - 1 - 7 = \square$

$8 - 3 - 1 = \square$

$7 - 5 - 1 = \square$

$10 - 4 - 2 = \square$

$\square - 2 = 6$

$7 - \square = 2$

$8 - \square = 4$

$\square - 2 = 4$

$5 - \square = 1$

$7 - \square = 5$

$9 - \square = 1$

$\square - 6 = 2$

$6 - \square = 1$

$7 - \square = 0$

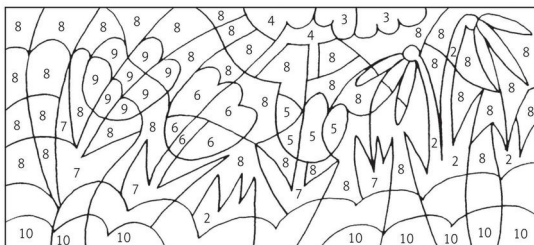
16

5

20

Zadanie 1. Ustal wyniki i pokoloruj rysunek.

$$\begin{array}{lll} 2+1= \square & 3+1= \square & 3+2= \square \\ 6+0= \square & 5+3= \square & 8+2= \square \\ 4+3= \square & 1+1= \square & 6+3= \square \end{array}$$



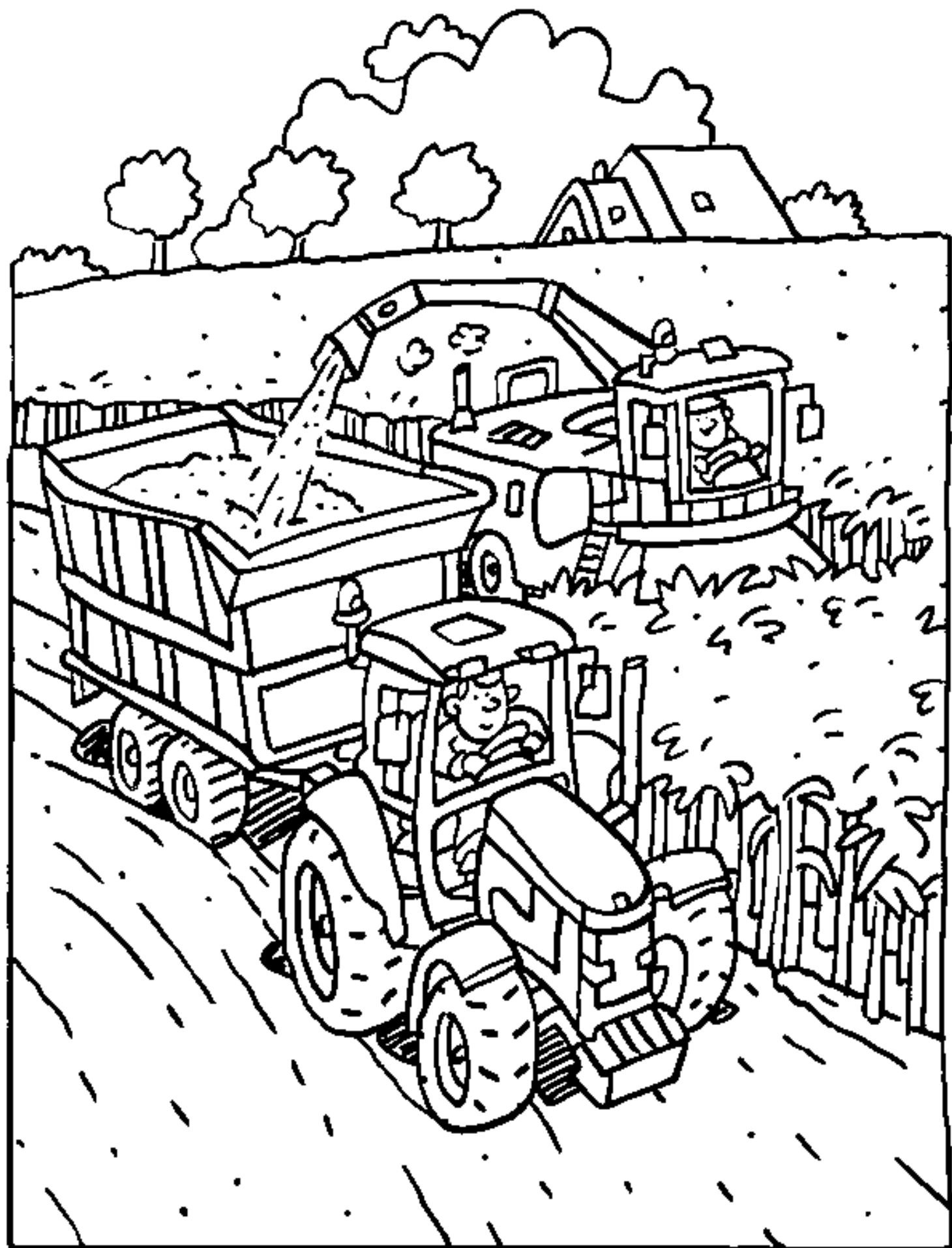
Zadanie 2.

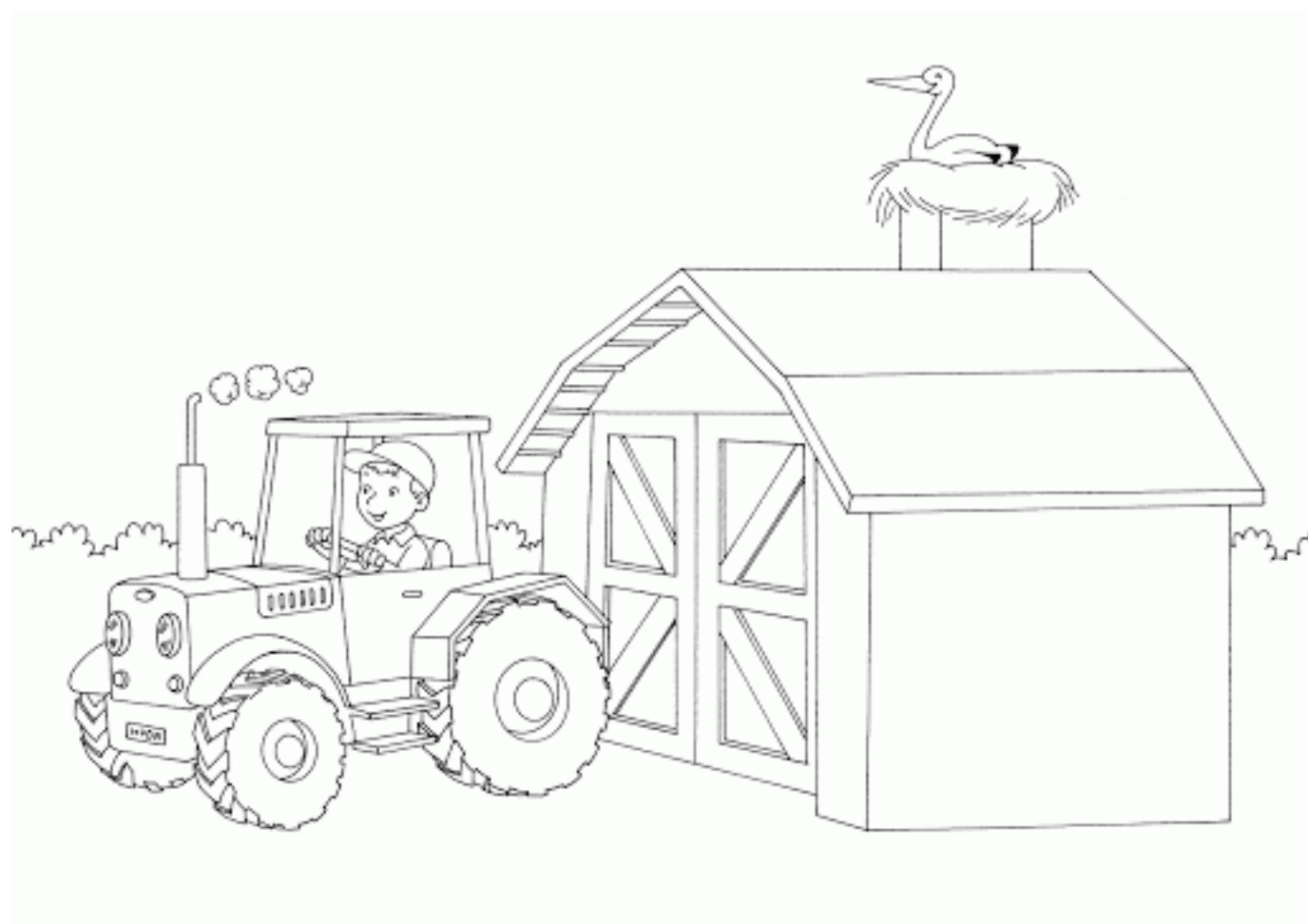
Mama Eli dostała od taty
5 kwiatków, a od Eli 1 kwiatek.
Ile razem kwiatków dostała mama?

--	--	--	--	--	--	--	--

Odp. Mama dostała kwiatków.










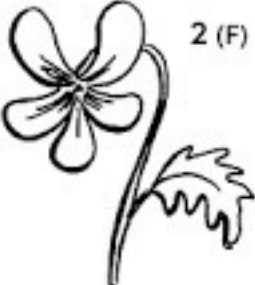
WIOSENNE KWIATY

Odgadnij nazwy kwiatów przedstawionych na rysunkach. Dla ułatwienia w nawiasach podane są pierwsze litery wyrazów. Jakich znasz jeszcze inne kwiaty kwitnące wiosną? Pomaluj rysunki właściwymi kolorami.


1 (S)



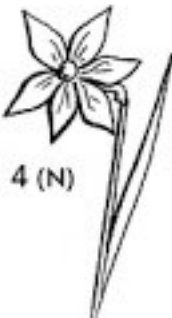
2 (F)




3 (K)




4 (N)



5 (B)



6 (T)



1

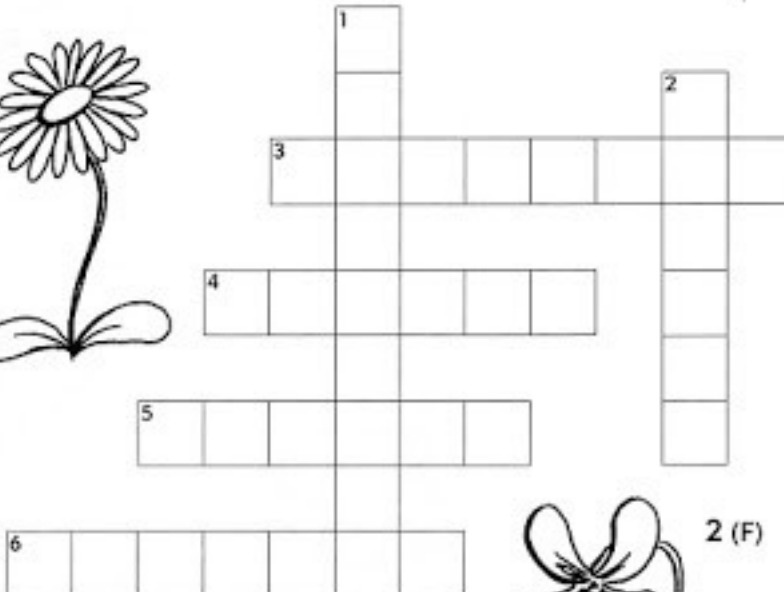
2

3

4

5

6





Warzywa

Odgadnij nazwy warzyw i odczytaj hasło



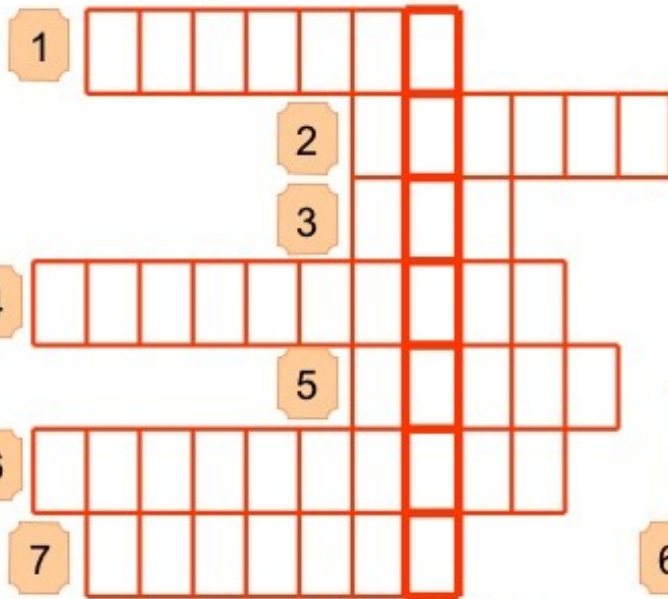
4



2



3



1

2

3

4

5

6

7



6



1



7



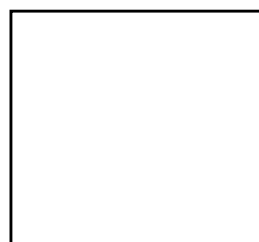
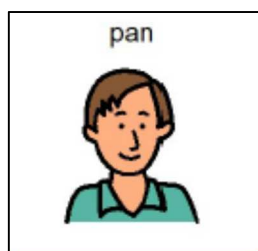
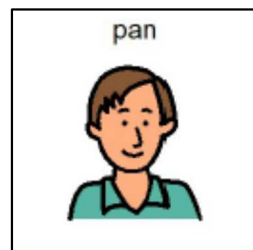
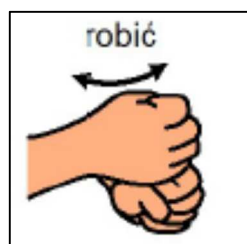
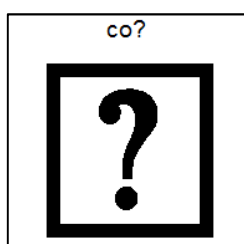
5

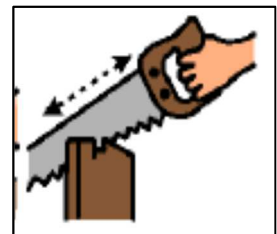
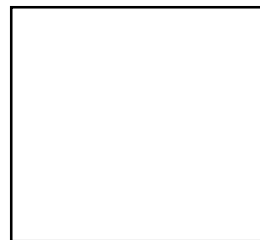
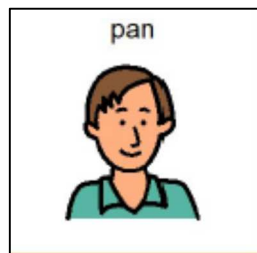
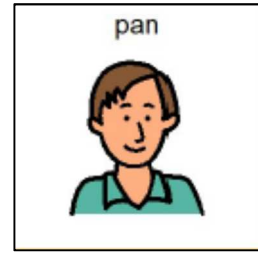
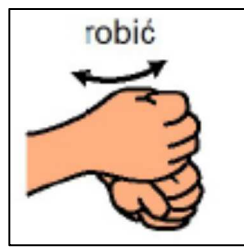
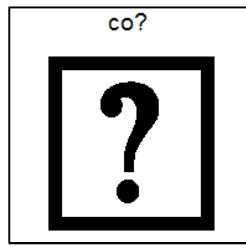
Zajęcia rewalidacyjne 11-15.05.2020 r.

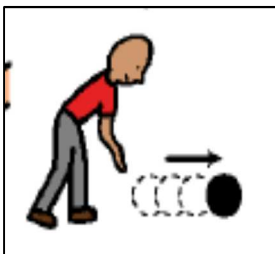
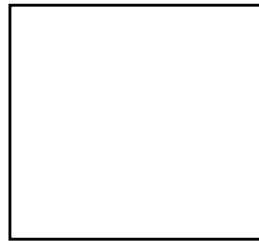
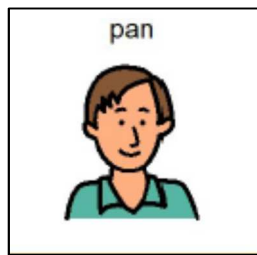
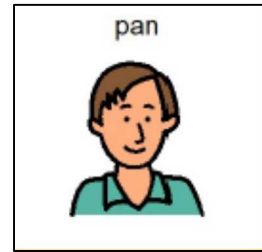
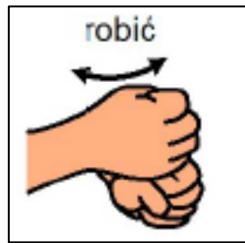
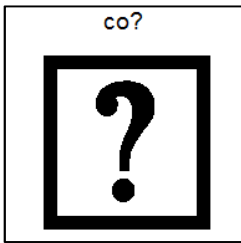
WIOSNA W OGRÓDKU

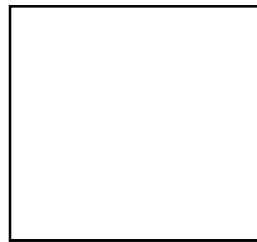
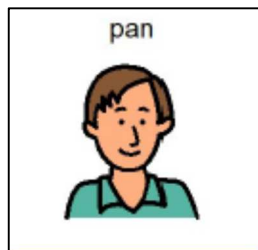
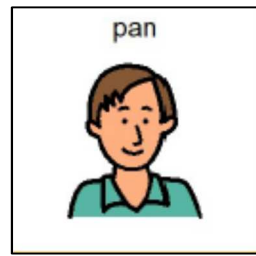
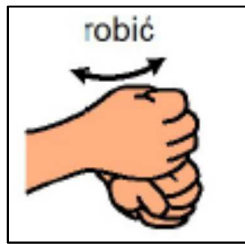
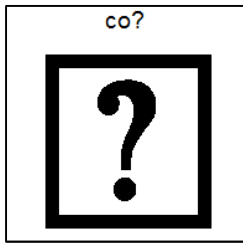
Już jest wiosna. Czas na porządki w ogrodzie.

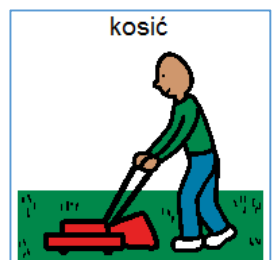
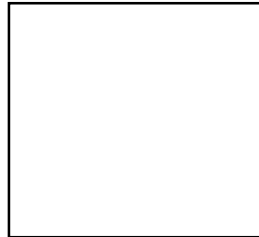
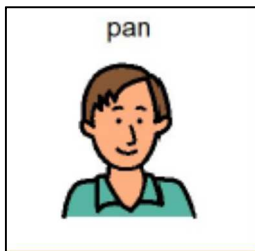
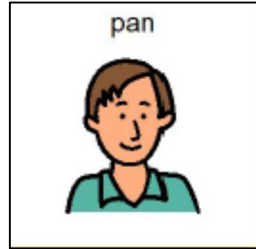
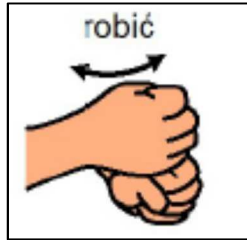
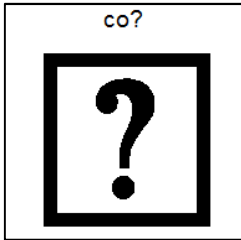
Obejrzyj obrazki. Nad każdym obrazkiem jest pytanie. Przeczytaj. Dopasuj odpowiedni obrazek (symbol) z wykonywaną czynnością, wytnij go i wklej w pusty kwadrat.











Zajęcia muzyczno – rytmiczne

1. Kochani, zapraszam Was do wspólnego śpiewania piosenki „Nutki, nutki”. Jest ona nawiązaniem do naszych poprzednich zajęć, na których uczyliście się pisania nutek oraz poznaliście klucz wiolinowy. Otwórzcie ten link i zapraszam do śpiewania.

<https://www.youtube.com/watch?v=VA3tW-j4Ryo>

2. Kolejne zajęcia to muzyczna bajka pt. Pinokio. Proszę Was o wysłuchanie bajki, a jako zadanie domowe proszę o narysowanie ilustracji do bajki, przedstawiającej Pinokia. Narysujcie go tak, jak sobie wyobrażacie.
Czekam na zdjęcia.

<https://www.youtube.com/watch?v=ueEzsRILG6U>

3. A teraz zapraszam do muzycznej zabawy – Wiosenny deszczyk. Zanim jednak otworzycie podany link, proszę o przygotowanie kawałka folii lub reklamówkę foliową. Będziecie tego potrzebować do zabawy.

<https://www.youtube.com/watch?v=q37wt0n7wPA>

Zajęcia kulinarne

Kochani, przesyłam Wam przepis na prosty deser z owocowych galaretek. Przy jego wykonaniu poproście o pomoc dorosłą osobę. Przepis można nieco zmodyfikować i wykonać galaretkę w swoim ulubionym smaku.

Dla chętnych obrazek do kolorowania. Pozdrawiam



Tęczowe galaretki

Wspaniały letni deser dla każdego. Idealne na urodziny Dziecka, imprezę w ogrodzie, czy też po prostu.. bez okazji ;-)

Czas przygotowania: 10 minut

Czas chłodzenia: 2 godziny

Ilość porcji: 10

Składniki:

- 1 galaretka czerwona np. truskawkowa
- 1 galaretka żółta no. cytrynowa
- 1 galaretka zielona np. agrestowa

- 750 ml wrzątku

Przygotuj formę np. silikonową o wymiarach 28 x 18 x 4 cm. Zagotuj wodę. Do trzech szklanych naczyń wsyp galaretki. Każdą zalej 250 ml wrzątku. Mieszaj po kolei do całkowitego rozpuszczenia żelatyny.

Czerwoną galaretkę wylej do formy, by szybciej wystygła. Wstaw do lodówki na min. 50 minut do stężenia. Następnie wylej galaretkę zieloną i ponownie wstaw do lodówki na min. 25 minut. Wylej również żółtą galaretkę i wstaw całość do całkowitego stężenia - minimum 50 minut.

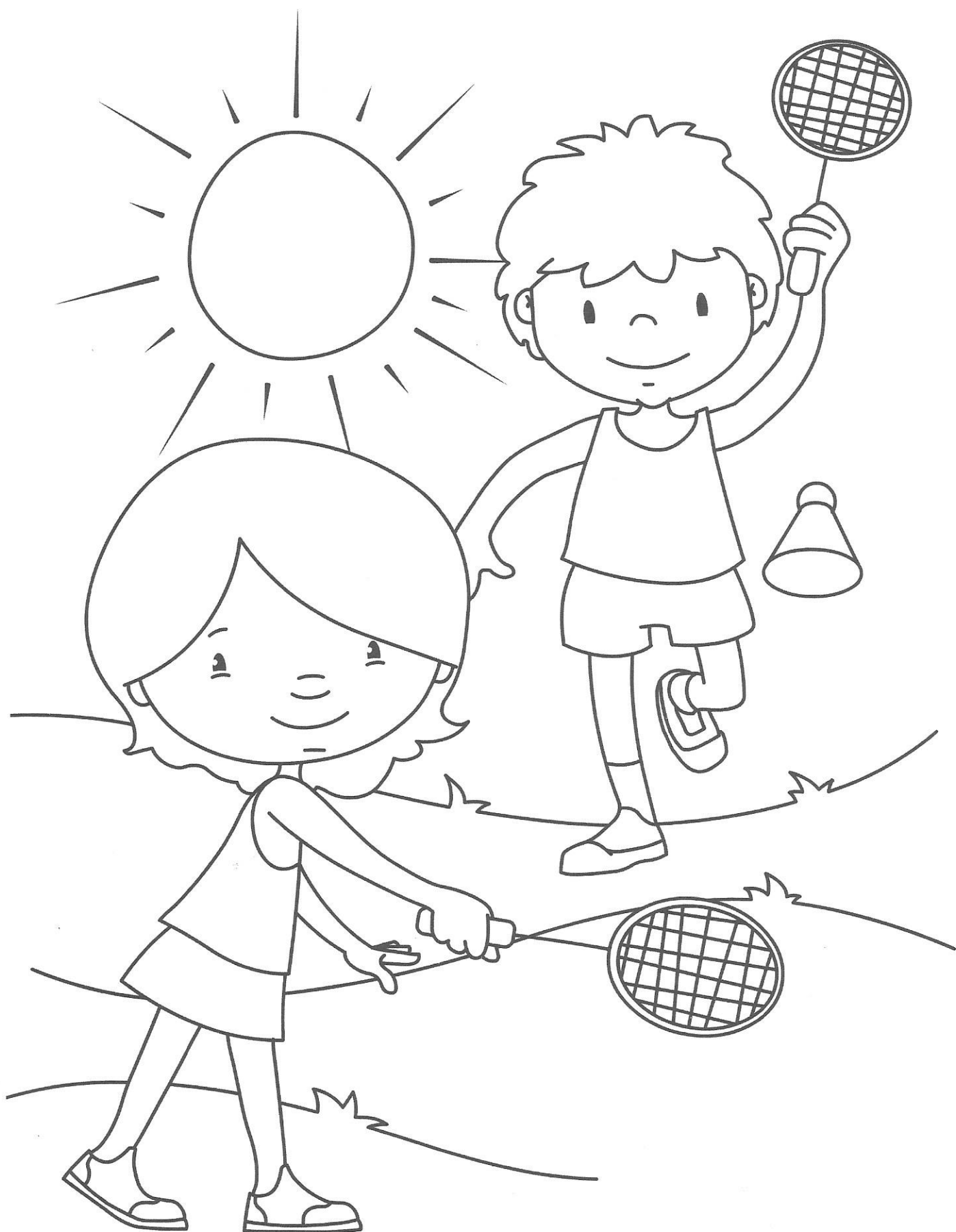
Najlepiej jednak zrobić galaretkę wieczorem i zostawić do stężenia na całą noc. Rano pokroić na kawałki.

Można wykonać galaretkę z dodatkiem ulubionych owoców.





Sport to zdrowie – i to jest prawda. Warto uprawiać różne dyscypliny sportu, bo to nie tylko zdrowe, ale też przyjemniejsze niż siedzenie przed komputerem.



Drodzy uczniowie i rodzice!

Aktywność fizyczna jest szczególnie ważna u dzieci i młodzieży, które znajdują się w fazie intensywnego wzrostu i rozwoju organizmu. Potrzebuje jej każdy z nas niezależnie od wieku. Na początek zapraszam Was do obejrzenia krótkiego filmu, który przybliży Wam, jak ważna jest codzienna aktywność fizyczna dla zdrowia i dobrego samopoczucia.

<https://www.youtube.com/watch?v=jgJOS26G1wY>

Propozycje zabaw i ćwiczeń:

1. Czy dobrze znasz swoje części ciała?

Rodzic łąapie się za ucho i mówi ucho, w tym momencie dziecko powinno chwycić się za ucho. Nagle rodzic dotyka oczu i mówi błędnie nos. Dziecko powinno szybko zorientować się i wskazać na swoje oczy, nie zwracając uwagi na to, że rodzic złapał się za nos;). **Podsumowując dziecko musi pokazywać zawsze to , co zapowiada rodzic, a nie to na co wskazuje.** Miłej zabawy!

2. Konkurs ze skakanką

Spróbujcie wykonać następujące podskoki:

- podskoki obunóż ze skakanką kręconą ku przodowi,
- podskoki obunóż ze skakanką kręconą ku tyłowi,
- podskoki na prawej lub lewej nodze ze skakanką kręconą ku przodowi lub tyłowi,
- podskoki obunóż (nogi skrzyżowane) ze skakanką kręconą ku przodowi i ku tyłowi,
- bieg ze skakanką;

Ile podskoków udało Wam się wykonać?

Czas odpocząć;) Marsz po skakance ułożonej w linii prostej do przodu i do tyłu!

Pamiętajcie również o prawidłowej postawie ciała w czasie codziennego ruchu. Przykładowe ćwiczenia:

1. Spacer z książką na głowie

Dziecko staje w pozycji wyprostowanej, rodzic kładzie mu na głowie książkę – zwróć uwagę na to, by nie była zbyt wielka i ciężka. Dziecko kroczy po pomieszczeniu kilka minut, starając się nie zrzucić książki.

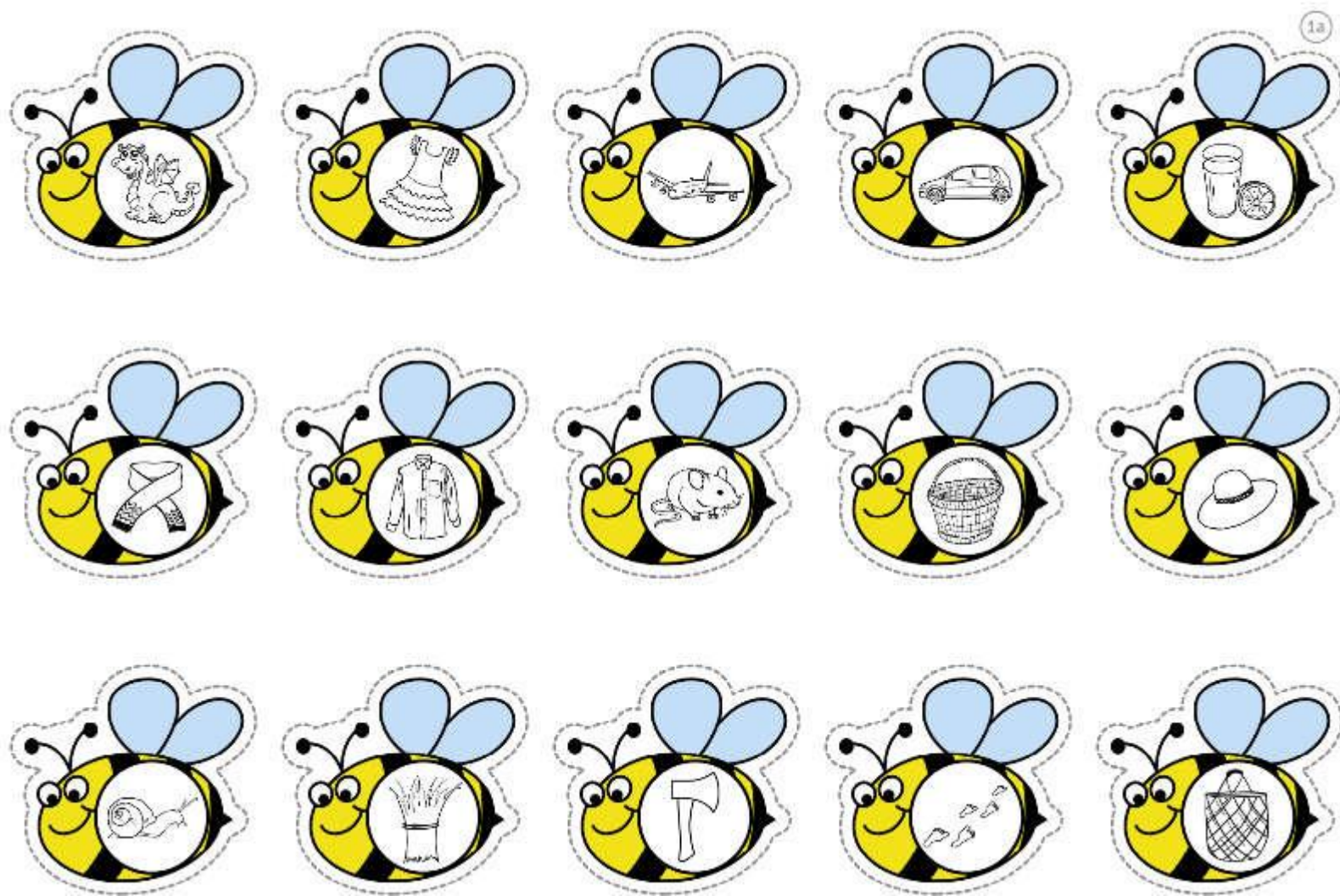
2. Autokorekcja postawy przed lustrem: a) stojąc przodem, b) stojąc bokiem. Głowa i szyja wyciągnięte w górę, barki ułożone symetrycznie, łopatki ściągnięte, brzuch wciągnięty.

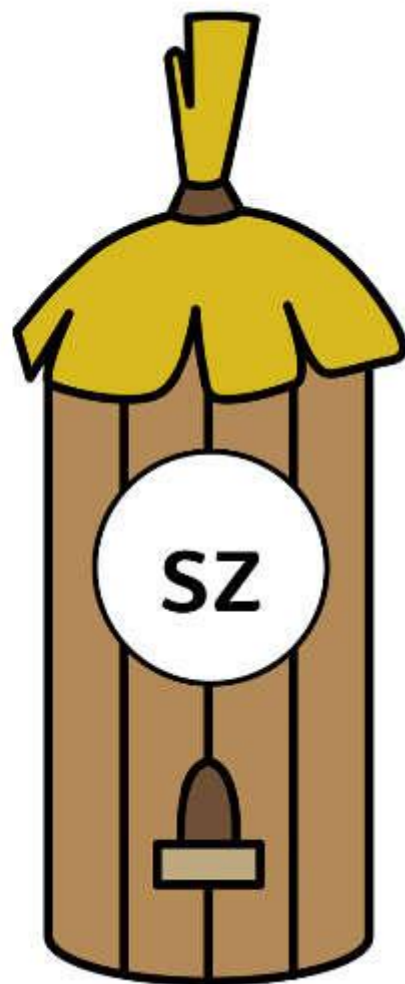
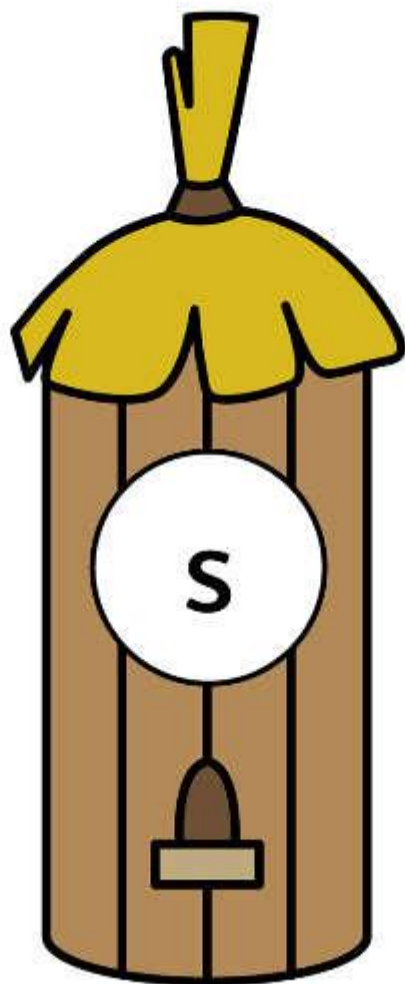
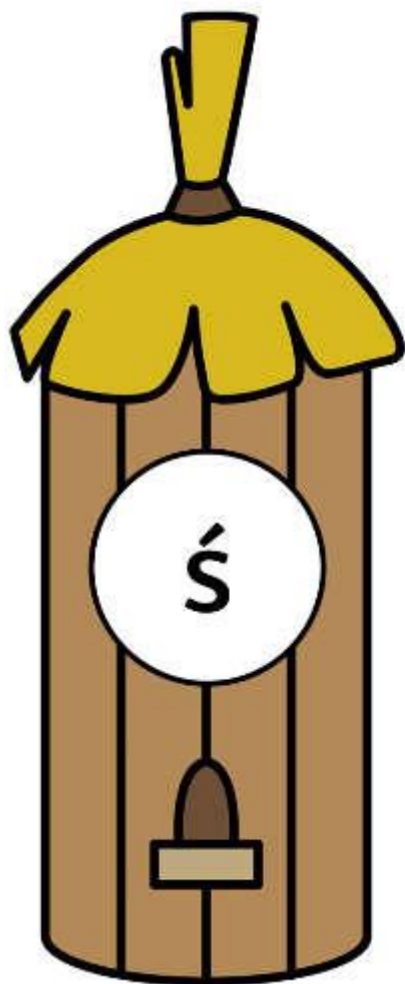
Powodzenia!

S – Sz

<p>szybki samolot Wysoko szybuje szybki samolot.</p>	
<p>szopa w sadku Szymek postawił szopę w sadku.</p>	
<p>sok w szafie Sylwia szuka soku w szafie.</p>	
<p>szynka i kielbasa W sklepie wiszą szynki i kielbasy.</p>	
<p>pisanki w koszyku Sylwia szykuje pisanki do koszyka.</p>	
<p>sukienka w groszki Sabinka uszyła sukienkę w groszki.</p>	

Różnicowanie głosek dentalizowanych.





Pamiętamy o Tobie Janie Pawle II

18 maja będziemy obchodzić 100 rocznicę urodzin Świętego Jana Pawła II. Zajrzyj do zakładki – Religia na stronie naszego Ośrodka i obejrzyj Program Ziarno o Świętym Janie Pawle II i posłuchaj piosenki – Hymn dla JP II z okazji 100 rocznicy urodzin.



ŚWIĘTY PAPIEŻ JAN PAWEŁ II

Pastuszkowie z Fatimy

Matka Boża ukazała się Franciszkowi, Hiacyncie i Łucji i prosiła ich , aby codziennie odmawiali różaniec. Zajrzyj do zakładki – Religia na stronie naszego Ośrodka i obejrzyj film „Dzieci z Fatimy” .



Ćwiczenia z piłką wzmacnianie obręczy barkowej

Terapia ruchem

- W tym tygodniu zapraszam do ćwiczeń z przyrządem
- Zaproponuje kilka ćwiczeń z piłką poprawiające zakres ruchu w obręczy barkowej
- W następnym tygodniu seria ćwiczeń z piłką wzmacniająca obręcz biodrową

Stabilizacja barku

Stań przodem do ściany, przyciśnij miękką gumową piłkę na wyprostowanym ramieniu pod kątem 90 stopni względem ciała.

Ruch: Wsuń bark do przodu wciskając rękę w piłkę, utrzymaj napięcie ok 5 sekund. Powtórz 3 razy i zmień rękę



Stabilizacja w rotacji wewnętrznej

Do ćwiczenia przygotuj małą piłkę. Stań bokiem do ściany i skręć rękę do wewnątrz, tak jak zostało pokazane na zdjęciu, palce skierowane do przodu.

Dłoń ułóż na środku piłki, na wysokości barku.

Dociśnij dłoń do piłki.

Utrzymaj napięcie 5 s, następnie rozluźnij.

Powtórz 3 razy i zmień rękę



Stabilizacja w rotacji zewnętrznej

Do ćwiczenia przygotuj małą piłkę. Stań bokiem do ściany i skreć rękę na zewnątrz, tak jak zostało pokazane na zdjęciu, palce skierowane do tyłu. Dłoń ułóż na środku piłki, na wysokości barku. Dociśnij dłoń do piłki. Utrzymaj napięcie 5 s, następnie rozluźnij. Powtórz 3 razy i zmień rękę



Zwiększenie ruchomości

Pozycja wyjściowa: Stań przodem do ściany, przyciśnij piłkę ręką do ściany na wysokości głowy.
Ruch: Tocz piłkę po ścianie do góry i z powrotem do dołu powtórz 3 razy i zmień rękę



Wzmacnianie

Pozycja wyjściowa: W pozycji stojącej umieść miękką piłkę między ramieniem a ciałem.

Ruch: Uciśnij piłkę ramieniem do boku tułowia, utrzymaj 15 s , ćwiczenie powtórz 3 razy i zmień rękę



Wzmacnianie mm obręczy barkowej

W pozycji klęku podpartego, połów ręce na piłce. Przesuń piłkę delikatnie do przodu, a następnie do tyłu. Staraj się mieć proste plecy i głowę w przedłużeniu kręgosłupa.



Poprawa ruchomości stawów barkowych

Do ćwiczenia piłkę. Połóż się na plecach nogi ugięte w stawach kolanowych. Ręce ustaw przed sobą trzymając piłkę. Kieruj piłkę w lewą i w prawą stronę, jak najbliżej podłogi. Powtórz 6 -10 razy.



Zwiększenie zakresu ruchu

Do ćwiczenia przygotuj piłkę. Połóż się na plecach nogi ugięte w kolanach. Ręce ustaw przed sobą trzymając piłkę. Prowadź piłkę w górę za głowę, tak aby dotknęła podłogi i z powrotem. Powtórz 6 -10 razy.



Zajęcia z WFu:

1.

<https://www.youtube.com/watch?v=sOgBQfz1Wmg>

2

<https://www.youtube.com/watch?v=HJgyKZ8Sh98>

3

<https://www.youtube.com/watch?v=lehG5JKKLkU>

4

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