

Załącznik nr 2 do Zasad organizacji zadań Szkoły Podstawowej Im. Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Nasutowie z dnia 23 marca 2020 r. w sprawie wprowadzenia Zasad organizacji zadań szkoły z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość w okresie czasowego ograniczenia funkcjonowania jednostek systemu oświaty w związku z zapobieganiem, przeciwdziałaniem i zwalczaniem COVID-19

TYGODNIOWY PLAN PRACY

realizowany z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość
tydzień 27.04 - 29.04.2020

Klasa/Oddział: V

Data realizacji: 27.04.2020

Dzień tygodnia: PONIEDZIAŁEK

Rok szkolny: 2019/2020

| Nr lekcji wg planu | Przedmiot (nauczyciel prowadzący, Godziny konsultacji, liczba godzin) | Temat zajęć oraz treści do realizacji (zakres treści, cel zajęć) | Punkty treści z PP; | Źródła i środki dydaktyczne kształtujące kompetencje kluczowe uczniów w nauczaniu zdalnym (konkretne i precyzyjne określenie źródeł wspierających zdobywanie wiedzy i umiejętności: podręcznik – tytuł, ćwiczenia – tytuł, aktywny link do źródła on-line, Środki przekazu np. wideokonferencja, praca z podręcznikiem, lekturą itp.) | Przewidywany czas realizacji przez ucznia Całość pracy/praca z multimediami (np. 45min/20min) |
|--------------------|--|---|--|--|--|
| 1. | JĘZYK POLSKI Lidia Szuberska 8.00-8.45 | <p>Temat: Jak Ariadna pomogła Tezeuszowi? Cel : Poznasz Mit o Tezeuszu i Ariadnie.</p> <p>1. Przeczytaj <i>Mit o Tezeuszu i Ariadnie</i>. 2. Na podstawie tekstu przygotuj krótkie informacje o Minotaurze, Ariadnie i Dedalu. (pracę wykonaj w zeszycie). 3. Wykonaj ćw.2, str.229 4. Napisz jedną stronę z pamiętnika- chłopcy napiszą ją w imieniu tezeusza, a dziewczynki w imieniu Ariadny. Pracę prześlij na adres szuberska@nasutow.com</p> | E2-PODST-JPOL-2.0-KLIVVI-I.1.1, E2-PODST-JPOL-2.0-KLIVVI-IV.1, E2-PODST-JPOL-2.0-KLIVVI-III.2.4, E2-PODST-JPOL-2.0-KLIVVI-II.2.5, E2-PODST-JPOL-2.0-KLIVVI-III.2.5, E2-PODST-JPOL-2.0-KLIVVI-I.1.7, E2-PODST-JPOL-2.0-KLIVVI-I.1.11, E2-PODST-JPOL-2.0-KLIVVI-I.1.12, E2-PODST-JPOL-2.0-KLIVVI-I.1.14, E2-PODST-JPOL-2.0-KLIVVI-I.1.15, E2-PODST-JPOL-2.0-KLIVVI-I.1.17, E2-PODST- | <p>Wideokonferencja - classroom 20 minut</p> <p>Praca z tekstem- podręcznik do języka polskiego str.228 i 229</p> | 45 min/20 min |

| | | | | | |
|----|---|---|---|--|-------------|
| | | | JPOL-2.0-KLIVVI-I.1.19 | | |
| 2. | GEOGRAFIA Małgorzata Rarak 8.50-9.35 | <p>Temat: W wilgotnych lasach równikowych i lasach mieszanych strefy umiarkowanej</p> <p>Cel: Poznasz położenie oraz główne cechy krajobrazu lasów równikowych i lasów strefy umiarkowanej</p> <p>1. Zapisz temat w zeszycie. Obejrzyj lekcję na stronie https://www.youtube.com/watch?v=xhU-YsInGUY</p> <p>Informacje możesz też utrwalić czytając temat w podręczniku:</p> <ul style="list-style-type: none"> • na stronie 113 - mapa rozmieszczenia lasów równikowych na Ziemi oraz klimatogram, • na stronie 115 - piętra lasu równikowego, oraz rośliny i zwierzęta tam występujące , • mapa i klimatogram na str. 117 - lasy strefy umiarkowanej • zdjęcie na str. 118 - piętra oraz rośliny i zwierzęta lasów strefy umiarkowanej <p>Dołącz do zajęć na Classroom (kod zajęć dmca15c) i rozwiąż zadania w karcie pracy. Po rozwiązaniu kliknij ikonę <i>oddaj do sprawdzenia</i></p> | | Podręcznik Planeta Nowa 5 str. 117-118, film https://www.youtube.com/watch?v=xhU-YsInGUY , karta pracy classroom | 45min/15min |
| 3. | MUZYKA Aneta Kotowska 9.40-10.25 | <p>Temat: Na majówkę. Zabawy muzyczne z gestodźwiękami i instrumentami perkusyjnymi.</p> <p>Cel: Uczeń wykonuje utwór “ J mam tylko jeden świat”</p> <p>Posłuchaj utworu “Ja mam tylko jeden świat” oraz zapamiętaj słowa.</p> | I.1.1.a, I.2.1.c, I.3.3, II.1.1, II.2.1, II.2.2 | https://www.youtube.com/watch?v=32wPrtYNhos | 45min/3min |
| 4. | | <p>Temat: Past simple- czasowniki regularne</p> <p>Cel: Poznanie zasad tworzenia czasu przeszłego</p> | E2-PODST-JOB-2.0-PP11-III.1, E2-PODST-JOB-2.0-PP11-III.4, E2- | Podręcznik i ćwiczenia: Junior Explorer 5 | 45min/10min |

| | | | | | |
|----|---|--|---|--|--------------|
| | <p>czasowników regularnych</p> <p>1 Poznałeś czas przeszły czasownika be (być) <i>was i were</i> Są jednak jeszcze inne czasowniki. W języku angielskim dzielą się one na czasowniki regularne i nieregularne. Dzisiaj dowiesz się jak tworzymy czas przeszły czasowników regularnych.</p> <p>2 Otwórz ćwiczenia na str.128- 129 Unit 6a i przeczytaj jak tworzymy czas przeszły czasowników regularnych oraz jakie są zasady dodawania końcówki -ed. Zrób notatkę w zeszytcie. Zapisz tabelę ze str 129 .</p> <p>3 Wykonaj ćw. 1 i 2 str 70 (ćwiczenia)</p> <p>4 Wykonaj w zeszytcie ćw 4 str 73 (podręcznik). Do podanych czasowników (Infinitives) dopisz formę czasu przeszłego. np . smile - smiled play - played watch - watched travel - travelled cry -cried</p> <p>Pamiętaj o zasadach dodawania końcówki -ed !</p> <p>5 Wykonaj ćwiczenie interaktywne: https://wordwall.net/play/819/629/5604</p> | <p>PODST-JOB-2.0-PP11-1.5, PODST-JOB-2.0-PP11-II.5, PODST-JOB-2.0-PP11-IV.5</p> <p>E2- E2-</p> | <p>Zasoby Internetu https://wordwall.net/play/819/629/5604</p> | | |
| 5. | <p>MATEMATYKA Dominika 1. Hermanowska-2. Kwiatek 11.30-12.15 3.</p> | <p>Temat: Szacowanie wyników działań na ułamkach dziesiętnych Cel: Dowiesz się czym jest szacowanie, kiedy Ci się przyda i jak oszacować wyniki działań na ułamkach dziesiętnych</p> <p>1. Zapisz temat w zeszytcie Obejrzyj https://www.youtube.com/watch?v=Wt2pAlg2noi</p> <p>3. Rozwiąż w zeszytcie zadania 3,4,5 z podręcznika str 170</p> | <p>E2-PODST-MAT-2.0-KLIVVI-V.7, E2-PODST-MAT-2.0-KLIVVI-II.12</p> | <p>https://www.youtube.com/watch?v=Wt2pAlg2noi</p> | 45min/10 min |

| | | | | | |
|------|--|---|-------------------------|--|------------|
| 6. j | WYCHOWANIE FIZYCZNE Mateusz Próchniak 12.35-13.20 | Temat: Doskonalenie umiejętności prowadzenia rozgrzewki Cel: Zaplanujesz i przeprowadzisz intensywną rozgrzewkę uwzględniając w niej poznane zasady ich tworzenia. 1. Przygotuj sobie bezpieczne miejsce do ćwiczeń. 2. Zaplanuj 5-10 minutową rozgrzewkę. Pamiętaj: <ul style="list-style-type: none"> • zacznij od zabawy lub ćwiczeń, które pobudzą twoje ciało np.: pajacyki, trucht z wysokim unoszeniem kolan w miejscu + klaśnięcia pod kolanami itp. (nie mogą być to ćwiczenia trudne i skomplikowane) • kolejnym etapem są ćwiczenia kształtujące: https://docs.google.com/document/d/1eBJZ6VR30B5zGdliveb1IOObdpPGbQfz/edit • ostatnim elementem rozgrzewki powinno być rozciąganie dynamiczne: rozciganie dynamiczne (wybierz 2-3 ćwiczenia) 3. Zaprosz kogoś do wspólnej rozgrzewki | II.1.5 II.2.14 | dot. pkt. 2 :https://docs.google.com/document/d/1eBJZ6VR30B5zGdliveb1IOObdpPGbQfz/edit rozciąganie dynamiczne: https://youtu.be/HnSqkuaO6PY | 45min/2min |
| 7. | WYCHOWANIE FIZYCZNE Mateusz Próchniak 13:25 – 14:10 | Temat: Rozwijanie zdolności kondycyjnych w trakcie treningu EMOM Cel: Poznasz sposoby kształtowania siłowych zdolności motorycznych. Przeczytaj o metodzie treningowej EMOM: Metoda ta jest kolejnym rodzajem treningu stosowanym w celu podnoszenia poziomu wszystkich najważniejszych zdolności motorycznych. Podobnie jak AMRAP oraz FOR TIME jest stosowana m.in. w treningu Crossfit. | I.1.1 I.2.2 I.2.3 | Praca z tekstem | 45min/2min |

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | <p>Metoda EMOM czyli (Every Minute On the Minute) polega na wykonaniu określonego zadania tak szybko jak to tylko możliwe aby zmieścić się w jednej minucie. Czas, który zostaje do końca pełnej minuty to czas na odpoczynek np.:</p> <p>twoim zadaniem jest wykonać 20 pajacyków w treningu EMOM: włączasz stoper, zaczynasz robić pajacyki, kiedy zrobisz je w 35 sek. to znaczy że na odpoczynek masz 25 sek. Wraz z rozpoczęciem kolejnej minuty zaczynasz robić kolejne 20 pajacyków itd... Można ćwiczyć przez określoną ilość minut lub do momentu aż nie dasz rady zrobić tych 20 pajacyków w ciągu jednej minuty.</p> <p>To zadanie dla Was:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Przygotuj sobie bezpieczne miejsce do ćwiczeń. 2. Wykonaj 12 minut treningu EMOM polegającym na wykonaniu: <ul style="list-style-type: none"> • 7 x Przysiad z wyskokiem i klaśnięciem nad głową • 7 x Pompka • 7 x Brzuszek <p>Rozciąganie 5 min. POWODZENIA</p> | | | |
|--|--|--|--|--|

Realizacja zajęć na podstawie Rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej z dnia 20 marca 2020 r. w sprawie szczególnych rozwiązań w okresie czasowego ograniczenia funkcjonowania jednostek systemu oświaty w związku z zapobieganiem, przeciwdziałaniem i zwalczaniem COVID-19 (Dz. U. z 2020r., poz 493