

## Przyroda – klasa IV b

*Drodzy Uczniowie!*

- ❖ *W okresie zawieszenia zajęć w szkole lekcje przyrody będą zamieszczane na szkolnej stronie internetowej. (Zgodnie z planem lekcji w każdym tygodniu)*
- ❖ *Należy zapoznać się z tematem lekcji oraz wykonać polecenia.*
- ❖ *Wskazane zadania należy wysłać przez pocztę elektroniczną na adres: [gasiorek.k@ssp.palecznica.pl](mailto:gasiorek.k@ssp.palecznica.pl)*  
*Bardzo proszę swoją pracę podpisać – podać imię i nazwisko*
- ❖ *Wykonane zadania mogą mieć formę zwykłej wiadomości na poczcie mailowej, dokumentu Word bądź innego dokumentu tekstowego lub zdjęcia wykonanych zadań.*

***Uwaga!*** *Jeżeli ktoś z Was ma problemy z przesyłaniem zadania pocztą elektroniczną, proszę zrobić zdjęcie wykonanego zadania i przesłać MMS-em z telefonu. Numer mojego telefonu podadzą Wam rodzice.*

- ❖ *Oceny za poszczególne zadania będą umieszczane w e-dzienniku.*
- ❖ *Od poniedziałku do piątku w godzinach 10.00 – 16.00 możecie się kontaktować ze mną mailowo lub telefonicznie.*

**25 marca (środa) – 1 lekcja**

**Temat: Na czym polega prawidłowe odżywianie się?**

Na lekcjach przyrody wspólnie będziemy odkrywać tajemnice zdrowia.

Wiadomości dotyczące tematu lekcji znajdziesz w podręczniku na str. 84-85 oraz str.114-115.

1. Jako wstęp do dzisiejszych zajęć możesz obejrzeć filmik o racjonalnym odżywianiu <https://www.youtube.com/watch?v=WfJSjDTkkYk> (Skopiuj link i wklej do paska przeglądarki internetowej)

2. Zapoznaj się z informacjami na stronie: <https://epodreczniki.pl/a/jestes-tym-co-jesz/DF0WVIpas>

- W lepszym zrozumieniu i utrwaleniu wiadomości pomogą Ci polecenia zawarte pod tytułem „Jesteś tym, co jesz” w podanym powyżej linku. Te polecenia spróbuj wykonać ustnie.

3. Postaraj się uczestniczyć w przygotowaniu posiłków przez rodziców.

**PAMIĘTAJ O BEZPIECZEŃSTWIE!**

- **Nie przygotowuj posiłków samodzielnie!!!**
- W kuchni znajdują się ostre narzędzia oraz elektryczne i gazowe urządzenia, które są niebezpieczne i **nie wolno Ci ich używać!**
- Zapytaj rodziców, jak możesz pomóc i pomagaj tylko w obecności dorosłych.

4. **Zadanie:** Zaproponuj dzienny jadłospis dla siebie uwzględniający zasady zdrowego żywienia i zapotrzebowanie na poszczególne składniki odżywcze. Uzasadnij swój wybór produktów spożywczych wykorzystanych w tym jadłospisie.

Możesz ustalić z rodzicami dzienny jadłospis i zrobić zdjęcie przygotowanych przez rodziców posiłków (śniadanie, obiad, kolacja) oraz uzasadnić wybór produktów spożywczych.

Wykonane zadania proszę wysłać do 30 marca.