

**Klasa 4b, 18.01.2021**

**Witam Was serdecznie po tej długiej przerwie☺**

**Zaczynamy II semestr – życzę powodzenia i wielu sukcesów!!!**

### **Wychowanie fizyczne**

**Temat: Gimnastyka korekcyjna- płaskostopie.**

Prawidłowo ukształtowana stopa nie dotyka podłoża w całości, a opiera się o nie trzema punktami. Dzięki odpowiedniej pracy mięśni i więzadeł, jej kości przyjmują postać łuku, co zapewnia utrzymanie prawidłowej elastyczności podczas chodu. Płaskostopie natomiast ma miejsce wtedy, gdy sklepienia stopy się obniżają powodując, że staje się płaska.



**Rysunek 1 Po lewej stopa prawidłowa, po prawej stopa płaska**

Zrób sobie test swojej stopy: zamocz w wodzie lub farbie i odbij ślad na kartce lub ręczniku.

Ćwiczyć warto niezależnie do wyniku tego testu bo dobrze wykształcone mięśnie stopy poprawiają równowagę i postawę ciała.

<https://www.youtube.com/watch?v=EjHIFRWNHLA> – gimnastyka korekcyjna – płaskostopie

### **Matematyka**

**Temat : Odejmowanie pisemne.**

- W zeszytcie ćwiczeń wykonaj całą stronę 41.**



## Odejmowanie piSemne

1. Oblicz:

$$\begin{array}{r} 172 \\ - 31 \\ \hline \end{array} \quad \begin{array}{r} 387 \\ - 74 \\ \hline \end{array} \quad \begin{array}{r} 345 \\ - 132 \\ \hline \end{array} \quad \begin{array}{r} 987 \\ - 784 \\ \hline \end{array}$$

2. W hurtowni było 317 kg jabłek. Gdy wyładowano kolejny transport owoców masa jabłek w hurtowni wzrosła do 529 kg. Ile jabłek dostarczono do tej hurtowni?

Odp. ....



3. Oblicz:

a)

$$\begin{array}{r} 242 \\ - 123 \\ \hline \end{array} \quad \begin{array}{r} 350 \\ - 166 \\ \hline \end{array} \quad \begin{array}{r} 205 \\ - 131 \\ \hline \end{array} \quad \begin{array}{r} 423 \\ - 165 \\ \hline \end{array}$$

b)

$$\begin{array}{r} 3367 \\ - 2690 \\ \hline \end{array} \quad \begin{array}{r} 13685 \\ - 2688 \\ \hline \end{array} \quad \begin{array}{r} 6533473 \\ - 2835389 \\ \hline \end{array}$$

4. Oblicz:

a)

$$\begin{array}{r} 600 \\ - 257 \\ \hline \end{array} \quad \begin{array}{r} 800 \\ - 328 \\ \hline \end{array} \quad \begin{array}{r} 2600 \\ - 1397 \\ \hline \end{array} \quad \begin{array}{r} 7000 \\ - 842 \\ \hline \end{array}$$

b)

$$\begin{array}{r} 2008 \\ - 325 \\ \hline \end{array} \quad \begin{array}{r} 35001 \\ - 8743 \\ \hline \end{array} \quad \begin{array}{r} 1250305 \\ - 860597 \\ \hline \end{array}$$

## Technika 4b

**Temat: Rowerowy elementarz. Teams**

Zapoznaj się z wiadomościami podręcznika ze st. 32 - 33

Na lekcji wykonamy ćw. 1 ze str. 32 oraz ćw. 33 ze str. 33

Aby lepiej zrozumieć temat proponuję Wam obejrzenie filmików edukacyjnych:

<https://youtu.be/kfrKzrUgrEk?t=175>

<https://youtu.be/u-LMYH3yLLM?t=4>

## **Historia 4b Teams**

**Temat: Posumowanie rozdziału II. Od Piastów do Jagiellonów.**

Temat będzie realizowany przez dwie jednostki lekcyjne.

Na podstawie wiadomości ze str. . 38 – 65 i wykonaj zadania ze str. 66.