

## Technika 4b - 9.11

Temat: Kotyliony na Święto Niepodległości.

Temat ten będzie realizowany przez 2 jednostki lekcyjne.

Aby uczcić nadchodzące Święto Niepodległości proponuję Wam wykonanie kokardy. Instrukcje do wykonania tego zadania znajdziesz poniżej. Powodzenia !

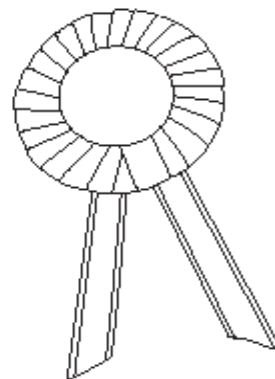
*To takie proste!*

### Co będzie potrzebne?

- biały karton
- czerwona wstążka (ok. 1 m)
- biała wstążka (ok. 20 cm)
- cyrkiel
- plaster
- agrałka
- klej
- nożyczki

## Kotylion na Święto Niepodległości

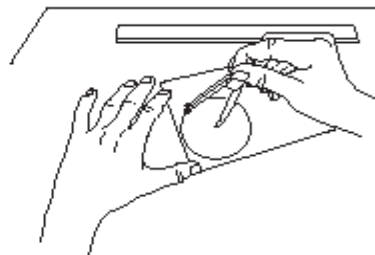
Narodowe Święto Niepodległości warto uczcić poprzez samodzielne wykonanie kotylionu (rozety narodowej) w barwach narodowych. Dzięki agrałce będzie go można przypiąć do ubrania. Wykonaj zadanie zgodnie z przedstawioną instrukcją. Na zakończenie każdego etapu określ, ile czasu zajęła Ci jego realizacja.



### KROK PO KROKU

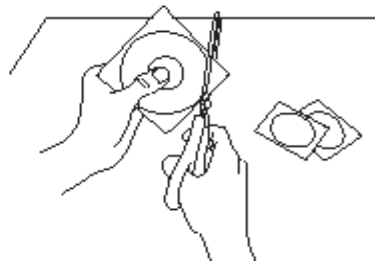
1

Na kartonie narysuj za pomocą cyrkiła koło o średnicy 8 cm, a w jego środku koło o średnicy 3 cm. Utworzony w ten sposób okrąg będzie podstawą wykonywanego przez Ciebie kotylionu.



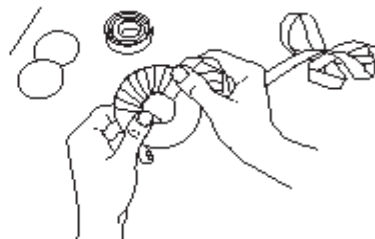
2

Obok na kartonie dorysuj jeszcze dwa koła o średnicy po 4 cm. Wytnij wszystkie narysowane elementy. Będzie Ci łatwiej wycinać koła, jeśli złożysz kartkę na pół.



3

Owiń czerwona wstążką kartonowy okrąg.



4

Do kartonowego koła o średnicy 4 cm przyklej białą i czerwoną wstążkę w taki sposób, że biała wstążka będzie się znajdować po lewej stronie.



5

Z jednej strony kotylionu naklej koło bez wstążek. Z drugiej strony naklej koło ze wstążkami.



6

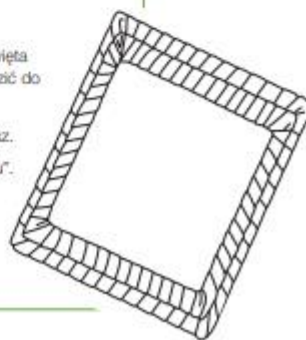
Następnie za pomocą plastra przy-  
mocuj do kotylionu agrałkę, dzięki  
której będzie możliwe przypięcie go  
do ubrania.



### Czy już potrafisz?

Wykonaj ramkę, która będzie elementem dekoracji klasy, np. z okazji Święta Niepodległości. Skorzystaj z przedstawionego szkicu. Możesz wprowadzić do projektu zmiany, które sprawią, że Twoja praca będzie oryginalna.

- Zaplanuj, z czego i w jaki sposób wykonasz ramkę oraz jak ją ozdobisz.
- Zanonuj wnioski w punktach: „Co będzie potrzebne?” i „Krok po kroku”.
- Obok opisu każdego działania podaj informację o tym, ile czasu zajmuje jego realizacja.
- Wykonaj swoją pracę według przygotowanych notatek. Na zakończenie oceń swoją pracę.



## Historia 4b – 9.11

Temat: Powtórzenie wiadomości z rozdziału II.

Na podstawie wiadomości z podręcznika str. 8 – 35 – wykonaj zadania z Podsumowania ze str. 36

Życzę powodzenia – zadania te wykonujesz na tej lekcji i w następnym tygodniu.

## Historia 7 b - 9.11

Temat: Powtórzenie wiadomości z rozdziału II

Na podstawie wiadomości z podręcznika z rozdziału II – Ziemie polskie po Kongresie Wiedeńskim - str. 34 – 59

Wykonaj ćwiczenia z Sprawdź, czy potrafisz - str. 64

## Wos 8a, 8b – 9.11

Temat: Ochrona praw człowieka

Zapoznaj się z wiadomościami z podręcznika ze str. 50 – 52

Przepisz do zeszytu ze str. 50 – Przyczyny łamania praw człowieka.

Aby lepiej zrozumieć temat – proponuję abyś zapoznał się z wiadomościami z e – podręcznika o Prawach Dziecka.

<https://epodreczniki.pl/a/dziecko-to-tez-czlowiek-prawa-dziecka/D7>

## 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