

# Nasza wirtualna lekcja

**Dbamy o nasze zdrowie**



Dzień dobry klaso!

Witamy:

Nikolę, Klaudię, Roksane, Oliwię, Nikolę,  
Wiktora, Szymona, Oliwię, Ewę, Kacpra,  
Kacpra, Franka, Kacpra, Natalię, Amelię,  
Antka, Oskara.



Dziś porozmawiamy o zdrowym  
odżywianiu.



# NOWA PIRAMIDA ZDROWEGO ŻYWIENIA

OLEJE ROŚLINNE, ORZECHY, NASIONA

JAJA, RYBY, CHUDE MIĘSO,  
NASIONA ROŚLIN STRĄCZKOWYCH

MLEKO I JEGO PRZETWORY

PRODUKTY ZBOŻOWE

WARZYWA,  
OWOCE

CODZIENNA AKTYWNOŚĆ  
FIZYCZNA

PIJEMY DUŻO WODY



# Podręcznik (strona 88)

- 👁️ Przeczytaj tekst o piramidzie zdrowego odżywiania.
- 👁️ Obejrzyj ilustrację.
- 👁️ Przyjrzyj się też piramidzie na str. 89. Zobacz co znajduje się na jej piętach. Jej fundament (na dole) jest najważniejszy.

A Ty co zjadłeś na śniadanie?  
Było zdrowe?



Zwróć uwagę, że piramida to wyraz wieloznaczny. Może też być egipską budowlą lub akrobatyczną piramidą.



# Ćwiczenia (strona 80)

- Wykonaj ćwiczenia 1,2,3.



# Zabawa z wyrazami

Podręcznik (strona 80)

Popatrz jak można tworzyć rzeczowniki od czasowników. Wymyśl własne przykłady. Przypomnij też sobie na jakie pytania odpowiada rzeczownik i czasownik.

Dla przypomnienia!

Czasownik: co robię?

Rzeczownik: co to? kto to?

# Ćwiczenia (strona 81)

👁 Wykonaj ćwiczenia 4,5,6.

Możesz zrobić sobie przerwę w czasie ich wykonywania.

# Zadanie na dziś

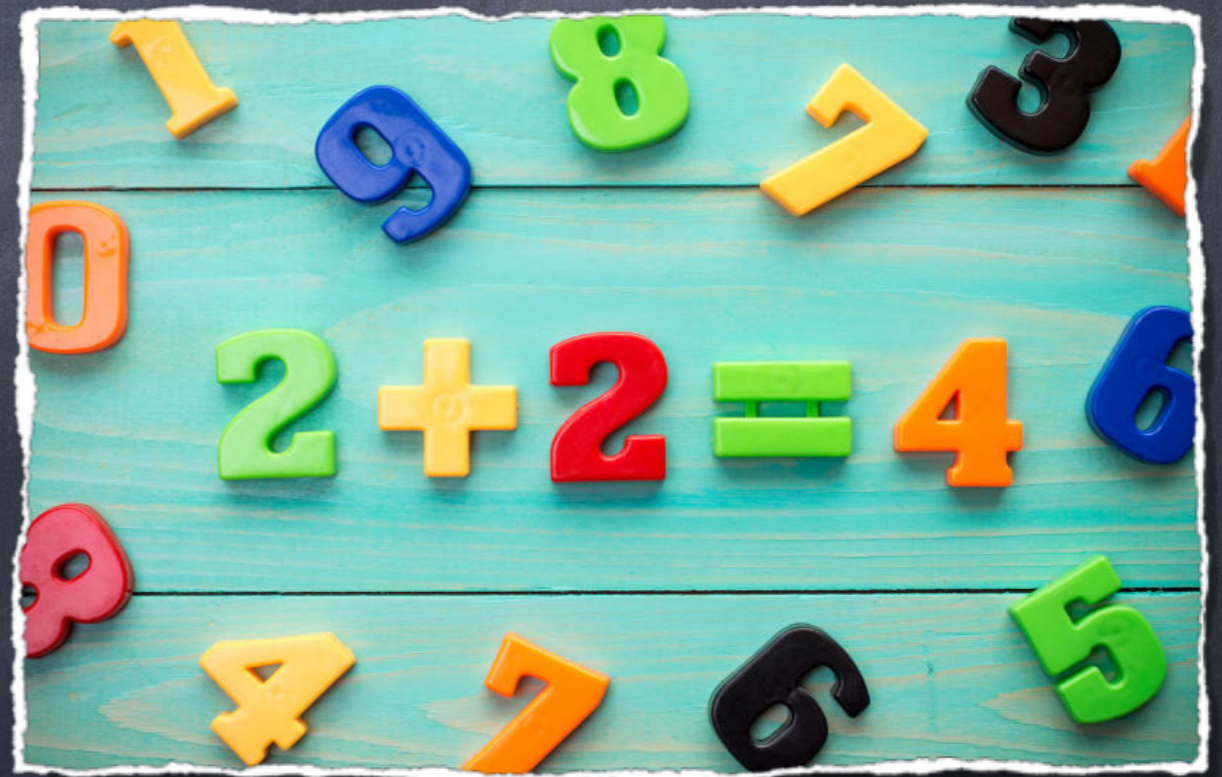
Pomóż mamie w wykonywaniu obiadu. Może obierzesz ziemniaka, albo pokroisz marchewkę.



# Matematyka

Ćwiczenia (strona 32).

- Wykonaj ćwiczenie 1.



# Matematyka

Ćwiczenia (strona 32).

👁️ Zadanie 2

$$46 + 17 =$$

Liczba 17 to  $10 + 7$

Najpierw dodajemy dziesiątki, a potem jedności:

$$46 + 17 = 46 + 10 + 7 = 56 + 7 = 63$$

Oblicz następne przykłady.

# Matematyka

Ćwiczenia (strona 32).

- Wykonaj ćwiczenie 3 i 4.

To koniec na dziś!

Bardzo dziękuję Wam  
za świetnie wykonaną  
pracę!



Do zobaczenia jutro



kartki.  .pl  
Stwórz własną kartkę