

Edukacja humanistyczna

Temat: Znaczenie snu dla organizmu człowieka.

Nie da się żyć bez snu. Sen jest niezbędny abyś mogła prawidłowo funkcjonować.

1. Ile powinna spać osoba w Twoim wieku? Odnajdź się w tekście poniżej (zaznaczonym na czerwono) i uzupełnij zdania:

Mamlat. Powinam spać..... godzin.

Ile powinien spać człowiek według wieku:

noworodki (0–3 miesiące): 14–17 godzin

niemowlęta (4–11 miesięcy): 12–15 godzin

małe dzieci (1–2 lata): 11–14 godzin

przedszkolaki (3–5 lat): 10–13 godzin

dzieci w wieku szkolnym (6–13 lat): 9–11 godzin

nastolatki (14–17 lat): 8–10 godzin

młodszy dorośli (18–25 lat): 7–9 godzin

dorośli (26–64 lata): 7–9 godzin

starszy dorośli (65 lat i powyżej): 7–8 godzin

2. Przeczytaj tekst z podręcznika (część 2) strony 32,33 i odpowiedz na pytania:

Jak czują się następnego dnia osoby, które śpią zbyt krótko?

Co zrobić żeby wyciszyć się przed snem?

Jak nazywamy niemiłe sny?

Czy niemiłe sny mogą mieć związek ze spędzaniem zbyt długiego czasu przed komputerem lub telewizorem?

Edukacja matematyczna

Ćwiczymy dodawanie w pamięci i sposobem pisemnym.

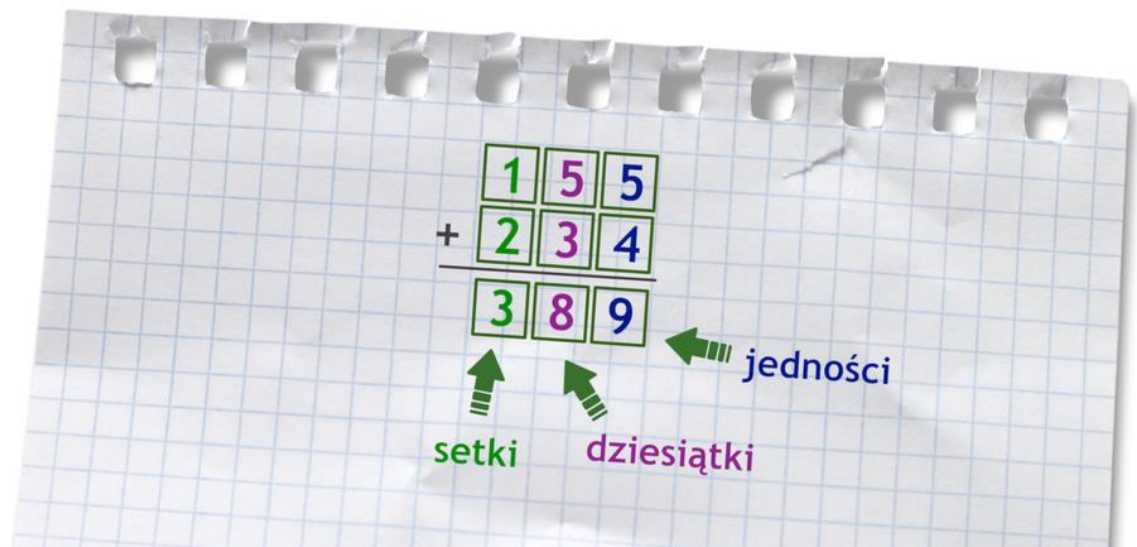
Przypomnij sobie!

$$12 + 7 = 19$$

składnik składnik suma

Potrąfcie już dodawać dwoma sposobami:

- w pamięci (tu często pomagają Wam paluszki, liczydła, patyczki) ☺
- sposobem pisemnym (pod kreską)



Zadanie 1.

Dodaj w pamięci:

$11+3=$

$7+2=$

$13+6=$

$11+4=$

$14+3=$

$12+8=$

$11+7=$

$13+4=$

Zadanie 2.

Wykonaj dodawanie sposobem pisemnym (**zwróć uwagę na to, jak trzeba podpisywać pod sobą składniki**).

Dodawanie w zakresie 100

Wykonaj działania w słupkach. Nie zapomnij sprawdzić obliczeń.

$23+12=35$ $15+22=\square$ $14+11=\square$ $21+36=\square$

$$\begin{array}{r} 23 \\ +12 \\ \hline 35 \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 15 \\ +22 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 14 \\ +11 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 21 \\ +36 \\ \hline \end{array}$$

$34+15=\square$ $38+31=\square$ $13+43=\square$ $44+22=\square$

$$\begin{array}{r} 34 \\ +15 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 38 \\ +31 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 13 \\ +43 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 44 \\ +22 \\ \hline \end{array}$$

$25+42=\square$ $10+70=\square$ $33+41=\square$ $60+19=\square$

$$\begin{array}{r} 25 \\ +42 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 10 \\ +70 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 33 \\ +41 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 60 \\ +19 \\ \hline \end{array}$$

$73+24=\square$ $32+57=\square$ $45+51=\square$ $63+36=\square$

$$\begin{array}{r} 73 \\ +24 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 32 \\ +57 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 45 \\ +51 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 63 \\ +36 \\ \hline \end{array}$$