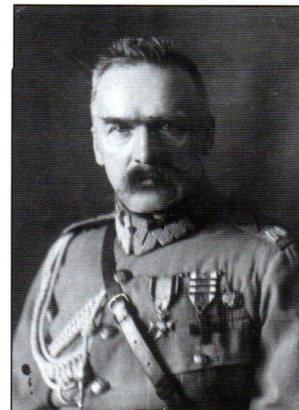


11 LISTOPADA

NARODOWE ŚWIĘTO NIEPODLEGŁOŚCI

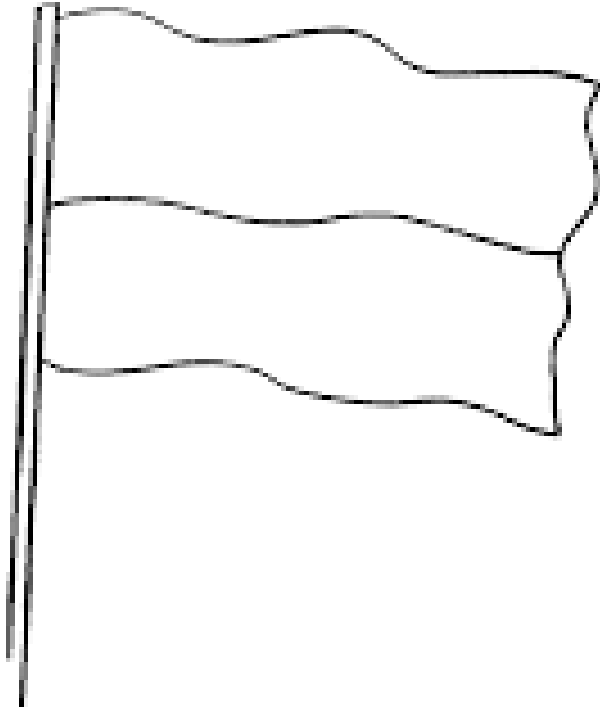
Józef Piłsudski odegrał znaczącą rolę w historii Polski. Podczas I wojny światowej organizował oddziały wojskowe. Po jej zakończeniu w 1918 roku Polska odzyskała niepodległość po 123 latach zaborów. Naczelnikiem Państwa Polskiego został Józef Piłsudski. 11 listopada obchodzimy Narodowe Święto Niepodległości. W całej Polsce organizowane są marsze niepodległości, pokazy grup rekonstrukcyjnych oraz prezentacje maszyn wojskowych. Polacy w tym dniu wywieszają flagi i przypinają kotyliony w barwach narodowych.



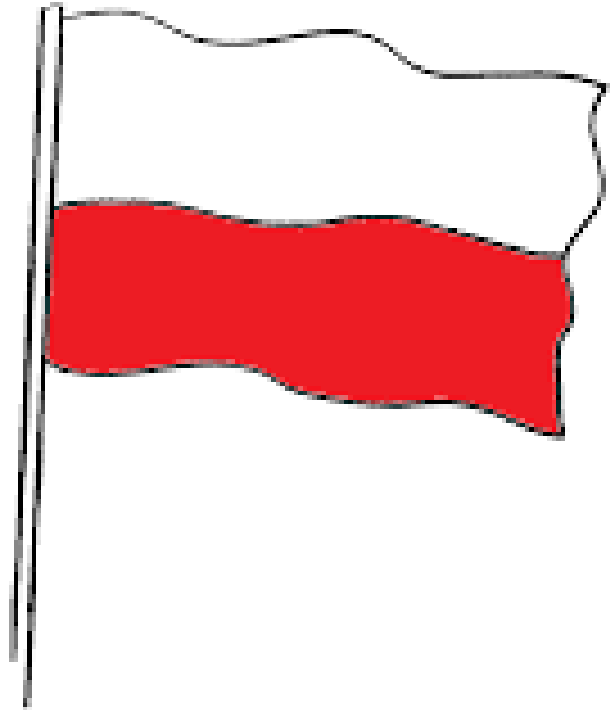
1. Jakie święto obchodzimy 11 listopada?
2. Kogo przedstawia fotografia?
3. Jak Polacy obchodzą Narodowe Święto Niepodległości?

Zajęcia kształtujące kreatywność 09.11

Proszę abyście wykleili flagę Polski papierem kolorowym lub plasteliną. Możecie wydrukować rysunek lub poprosić rodziców aby Wam go narysowali w zeszycie.



POLSKA



POLSKA

CO TO JEST DRUKARKA?



**DRUKARKA TO PODSTAWOWE URZĄDZENIE
ZEWNĘTRZNE KOMPUTERA. SŁUŻY DO DRUKOWANIA
TEKSTÓW I GRAFIKI NA PAPIERZE.**

Dziś jeszcze porozmawiamy o zdrowym odżywianiu, o tym jak ważne są witaminy dla prawidłowego funkcjonowania naszego organizmu.

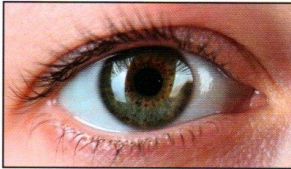
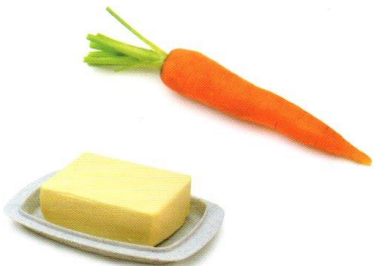



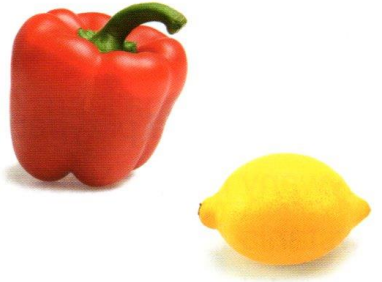

WITAMINY



Witaminy są niezbędne do prawidłowego rozwoju i funkcjonowania organizmu człowieka. Dostarczamy je wraz z pożywieniem. Dieta człowieka musi być zróżnicowana, gdyż żaden produkt spożywczy nie zawiera wszystkich witamin. **Witamina A** odpowiada za wzrok i wzrost. Występuje w maśle, mleku, marchwi i wątróbce. **Witamina B** odpowiada za dobry nastrój, odporność organizmu i prawidłową pracę mięśni. Występuje w jajkach, rybach, mięsie, płatkach owsianych i pieczywie. **Witamina C** zwiększa odporność organizmu, występuje w czarnych porzeczkach, papryce, kapuście, cytrynie. **Witamina D** wzmacnia kości, występuje w tranie, wątróbce, żółtkach jaj.

1. Do czego potrzebne są witaminy?
2. Jakie jest źródło witamin?
3. Jaka powinna być dieta i dlaczego?
4. Za co odpowiada witamina A i w jakich produktach występuje?
5. Za co odpowiada witamina B i w jakich produktach występuje?
6. Za co odpowiada witamina C i w jakich produktach występuje?
7. Za co odpowiada witamina D i w jakich produktach występuje?

WITAMINY

witamina	działanie	produkt
A	 wzrok	
B	 dobry nastrój	
C	 odporność	
D	 mocne kości	