**5. razred – Noršić selo**

**Hrvatski jezik**

Ponedjeljak, 16.3.2020.

1. sat

Vladimir Strojny: Dječja soba (čitanka 51. i 52. str.)

* pročitati pjesmu
* pismeno odgovoriti na pitanja iz rubrike Razumijem što čitam
* pismeno odgovoriti na pitanja iz rubrike Učim i prepoznajem književne pojmove

Srijeda, 18.3.2020.

1. sat

Vokativ

* pročitati udžbeničku jedinicu (čitanka 53., 54. i 55. str.)

2. i 3. sat

Vokativ

* riješiti zadatke u radnoj bilježnici na str. 84., 85., 86. i 87.

4. sat

Charles Perrault: Vile

- pročitati tekst u radnoj bilježnici na 92. i 93. str.

- odgovoriti na pitanja na 93., 94. i 95. str.

**Likovna kultura**

Udžbenik: stranica 60 – 63

Likovna tehnika : kiparske tehnike – papir - plastika

Nastavna jedinica: konstruktivni elementi u arhitekturi.

Likovni problem: od kartona i papira, tehnikom papir – plastike, kombinirajući je s flomasterom ili mekom olovkom načini svoj neobični grad ili mjesto koje će sličicama pričati neku priču. (npr. neobična priča o Bregani). Geometrijske oblike grada možeš izraditi od kartonske role (na primjer, od papirnatog ručnika) ili od savijenog kartona. Oblike međusobno spajaj lijepeći ih ljepilom (najbolje je koristiti drvofix – ljepilo za drvo. Možeš povezivati i nadograđivati više rola tako da dobiješ veličinu grada kojeg želiš. Želiš li, kartonski stup možeš obložiti kolažnim papirom u boji koja će se vidjeti kroz proreze u papiru. Od papira izreži vrpce široke desetak centimetara i spoji ih ljepljivom vrpcom na uskom dijelu. Na vrpci crnim flomasterom ili tušem i perom nacrtaj sličice koje prikazuju neki zanimljiv događaj koji si proživio/jela. Zatim škarama zareži neke dijelove likova i savini ih kako bi dobio/la reljef. Pogledaj primjer iz udžbenika na stranici 63. Vrpcu s reljefom zalijepi na kartonski neobični grad. Od papira možeš i načiniti i figuru/e na vrhu neobičnog grada. Neka svaka građevina neobičnog grada bude različita od ostalih visinom, debljinom, širinom vrpce, detaljnošću sličica i reljefa, pa i figurama na vrhu.

**Nakon povratka u školu likovni radovi će se provjeravati.**

**Glazbena kultura**

<https://www.youtube.com/watch?v=_4XMeY1RkWQ>

# Poslušajte skladbu Philipa Glassa – Gudački kvartet Br. 3 "Mishima"

# Ovaj sastav nazivamo gudački kvartet, napiši koja četiri instrumenta sviraju u ovom sastavu, nabroji ih gledajući s lijeva na desno.

# Koji gudački instrument ne svira u ovom sastavu?

**Engleski jezik**

1. ponovi riječi obrađene u ovoj cjelini.
2. prevedi „key phrases“ u udžbeniku na str. 37.(u bilježnicu)
3. izaberi dvije životinje i opiši ih (izgled, stanište, sposobnosti, vještine)
4. postavi pitanja vezana uz svoje opise životinja, tako da se odgovori na njih nalazi u tvom opisu. ( koristi se i pitanjima: how far…?, how tall…?, which animal..?, can it…?)
5. usporedi te dvije životinje koristeći se komparacijom pridjeva. usporedi ih po visini, veličini, težini, ljepoti, zanimljivosti, rjetkosti.
6. pročitaj i dopuni pjesmu na str. 117. u udžbeniku uz pomoć riječi iz drugog zadatka. riješi 1. i 3. zadatak na istoj strani.(3. zadatak u bilježnicu.

Ako do sada to niste učinili, „skinite“ e- udžbenike i radne bilježnice.

**Matematika**

* Iz udžbenika obraditi dužina, pravac i polupravac

**Priroda**

**Vjetar kao izvor energije -** napiši podnaslov u bilježnicu

Pročitaj tekst na 51. i 52. strani u užbeniku i pismenim putem objasni što se događa u hidroelektranama, a što u vjetroelektranama.

**Prilagodbe živih bića životu na kopnu i u zraku –** novi naslov u bilježnici

Pročitaj odlomak ***Važno je ne isušiti se*** i odgovori na pitanje punom rečenicom:

1. Tko je bolje prilagođen životu na kopnu: žaba ili gušter? Objasni.

Pročitaj odlomak ***Kretanje na kopnu i u zraku*** i navedi jednu životinju kao primjer za svaki oblik kretanja.

Prepiši u bilježnicu:

|  |
| --- |
| **Prijedlog učeničkoga zapisa** |
| ***Prilagodbe živih bića životnim uvjetima na kopnu i u zraku*** |
|  |

Riješi u bilježnicu:

**Navedena živa bića razvrstaj ovisno o načinu disanja.**

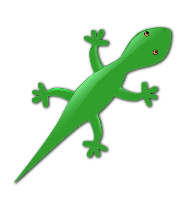
*mačka, pauk, žaba, leptir, slavuj, gušter, lisica, skakavac, noj*

**a.** Dišu plućima: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

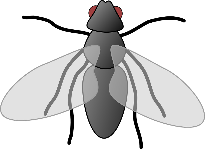
**b.** Dišu plućima i kožom: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**c.** Dišu razgranatim cjevčicama: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Ponavljanje -**

**1. Na crtu ispod životinje napiši način zaštite od isušivanja**

**- koža ili vanjski oklop**

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

gušter

ptica

muha

**2. Zaokruži jedan točan odgovor**

**A.** Kakve su kosti ptica?

**a.** ispunjene i teške **b.** šuplje i lagane **c.** ptice nemaju kosti

**B.** Koja tvrdnja o tjelesnoj temperaturi je točna za ptice i sisavce?

**a.** stalna tjelesna temperatura **b.** promjenjiva tjelesna temperatura

**3. Zaokruži TOČNO ako je tvrdnja točna ili NETOČNO ako   
 tvrdnja nije točna.**

**A.** Ptice su jedine životinje koje lete………………….... TOČNO NETOČNO

**B.** Strujanje vjetra je važno za biljke………………….... TOČNO NETOČNO

**C.** Žabe dišu samo preko kože………………….…….... TOČNO NETOČN

**Povijest**

Udžbenik naslov **Grčko-perzijski ratovi** stranica **86.** prepisati naslov  u bilježnicu pročitati tekst. Na stranici **87.** precrtati tablicu u bilježnicu i ispuniti je kao u udžbeniku.

Odgovoriti na pitanja uz tekst na **89.**stranici.

Ako žele učenici mogu nacrtati u bilježnici grčki ratni brod (str **89.**).

**Geografija**

Nastavna jedinica:  Zašto je voda važna

Pročitati u udžbeniku str. (79, 80, 81). Napisati u bilježnice koje je značenje vode. Riješiti radnu bilježnicu na str. 92, 93,94, 96, 97.

**Tehnička kultura**

Precrtati prostorni crtež i ortogonalna projekcija.

**Tjelesna i zdravstvena kultura**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Tjedan 1** | **link za video1 >** | [Kako pravilno vježbati](https://www.youtube.com/watch?v=sKT7GEPC9jo) |
| **Sat 1** | **link za video2 >** | [Program za 1. sat](https://www.youtube.com/watch?v=K4mI5xHznx0&list=PLaTok2ZJ97sK9aY8OXe3MLm9yx4EJYmvW&index=1) |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ZAGRIJAVANJE > |  |  |
| **RUNDE VJEŽBA 1** | **RAD** | **ODMOR** |
| 3 Plank | 30 sec. | 30 sec. |
| **RUNDE VJEŽBE A1 i A2** | **RAD** | **ODMOR** |
| A1 Knee pushup 6  A2 Squat | 30 sec. 30 sec. | 30 sec. 30 sec. |
| **RUNDE VJEŽBE B1 i B2** | **RAD** | **ODMOR** |
| B1 Floor back extension  6  B2 Hip lifts | 30 sec. 30 sec. | 30 sec. 30 sec. |
| **RUNDE VJEŽBA 6** | **RAD** | **ODMOR** |
| 6 Jumping jack | 30 sec. | 30 sec. |
| HLAĐENJE > |  |  |
| **Tjedan 1**  **Sat 2** |  |  |
| ZAGRIJAVANJE > |  |  |
| **RUNDE VJEŽBA 1** | **RAD** | **ODMOR** |
| 3 Plank | 35 sec. | 25 sec. |
| **RUNDE VJEŽBE A1 i A2** | **RAD** | **ODMOR** |
| A1 Knee pushup  6  A2 Squat | 35 sec. 35 sec. | 25 sec. 25 sec. |
| **RUNDE VJEŽBE B1 i B2** | **RAD** | **ODMOR** |
| B1 Floor back extension  6  B2 Hip lifts | 35 sec. 35 sec. | 25 sec. 25 sec. |
| **RUNDE VJEŽBA 6** | **RAD** | **ODMOR** |
| 6 Jumping jack | 35 sec. | 25 sec. |
| HLAĐENJE > |  |  |
| **Tjedan 2 Sat 3** |  |  |
| ZAGRIJAVANJE > |  |  |
| **RUNDE VJEŽBA 1** | **RAD** | **ODMOR** |
| 4 Plank | 30 sec. | 30 sec. |
| **RUNDE VJEŽBE A1 i A2** | **RAD** | **ODMOR** |
| A1 Knee pushup  8  A2 Squat | 30 sec. 30 sec. | 30 sec. 30 sec. |
| **RUNDE VJEŽBE B1 i B2** | **RAD** | **ODMOR** |
| B1 Floor back extension  8  B2 Hip lifts | 30 sec. 30 sec. | 30 sec. 30 sec. |
| **RUNDE VJEŽBA 6** | **RAD** | **ODMOR** |
| 8 Jumping jack | 30 sec. | 30 sec. |
| HLAĐENJE > |  |  |
| **Tjedan 2**  **Sat 4** |  |  |
| ZAGRIJAVANJE > |  |  |
| **RUNDE VJEŽBA 1** | **RAD** | **ODMOR** |
| 4 Plank | 40 sec. | 30 sec. |
| **RUNDE VJEŽBE A1 i A2** | **RAD** | **ODMOR** |
| A1 Knee pushup  8  A2 Squat | 35 sec. 35 sec. | 20 sec. 20 sec. |
| **SERIJA VJEŽBE B1 i B2** | **RAD** | **ODMOR** |
| B1 Floor back extension  8  B2 Hip lifts | 35 sec. 35 sec. | 20 sec. 20 sec. |
| **SERIJA VJEŽBA 6** | **RAD** | **ODMOR** |
| 8 Jumping jack | 35 sec. | 20 sec. |
| HLAĐENJE > |  |  |

**link za video3 >** [Program za zagrijavanje](https://www.youtube.com/watch?v=FGgWfDlyUuY&t=115s)  **link za video4 >** [Kako se pravilno izvodi plank](https://www.youtube.com/watch?v=21Vi94e4R6A)

**link za video5 >** [Kako se pravilno izvode sklekovi](https://www.youtube.com/watch?v=QGWOGXRmEAU&t=5s)  **link za video6 >** [Kako se pravilno izvode čučnjevi](https://www.youtube.com/watch?v=QGWOGXRmEAU&t=5s)

**link za video2 >** [Pogledati u okviru programa za Dan 1](https://www.youtube.com/watch?v=K4mI5xHznx0&list=PLaTok2ZJ97sK9aY8OXe3MLm9yx4EJYmvW&index=1)  **link za video2 >** [Pogledati u okviru programa za Dan 1](https://www.youtube.com/watch?v=K4mI5xHznx0&list=PLaTok2ZJ97sK9aY8OXe3MLm9yx4EJYmvW&index=1)

**link za video1 >** [Kako se pravilnoizvodi jumping jack](https://www.youtube.com/watch?v=sKT7GEPC9jo)  **link za video7 >** [Program istezanja za kraj treninga](https://www.youtube.com/watch?v=kpIGWdpqMPg)

**link za video1 >** [Kako pravilno vježbati](https://www.youtube.com/watch?v=sKT7GEPC9jo)  **link za video2 >** [Program za 2. sat](https://www.youtube.com/watch?v=K4mI5xHznx0&list=PLaTok2ZJ97sK9aY8OXe3MLm9yx4EJYmvW&index=1)  **link za video3 >** [Program za zagrijavanje](https://www.youtube.com/watch?v=FGgWfDlyUuY&t=115s)  **link za video4 >** [Kako se pravilno izvodi plank](https://www.youtube.com/watch?v=21Vi94e4R6A)

**link za video5 >** [Kako se pravilno izvode sklekovi](https://www.youtube.com/watch?v=QGWOGXRmEAU&t=5s)  **link za video6 >** [Kako se pravilno izvode čučnjevi](https://www.youtube.com/watch?v=QGWOGXRmEAU&t=5s)

**link za video2 >** [Pogledati u okviru programa za Dan 1](https://www.youtube.com/watch?v=K4mI5xHznx0&list=PLaTok2ZJ97sK9aY8OXe3MLm9yx4EJYmvW&index=1)  **link za video2 >** [Pogledati u okviru programa za Dan 1](https://www.youtube.com/watch?v=K4mI5xHznx0&list=PLaTok2ZJ97sK9aY8OXe3MLm9yx4EJYmvW&index=1)

**link za video1 >** [Kako se pravilnoizvodi jumping jack](https://www.youtube.com/watch?v=sKT7GEPC9jo)  **link za video7 >** [Program istezanja za kraj treninga](https://www.youtube.com/watch?v=kpIGWdpqMPg)

**link za video1 >** [Kako pravilno vježbati](https://www.youtube.com/watch?v=sKT7GEPC9jo)  **link za video2 >** [Program za 3. sat](https://www.youtube.com/watch?v=K4mI5xHznx0&list=PLaTok2ZJ97sK9aY8OXe3MLm9yx4EJYmvW&index=1)  **link za video3 >** [Program za zagrijavanje](https://www.youtube.com/watch?v=FGgWfDlyUuY&t=115s)  **link za video4 >** [Kako se pravilno izvodi plank](https://www.youtube.com/watch?v=21Vi94e4R6A)

**link za video5 >** [Kako se pravilno izvode sklekovi](https://www.youtube.com/watch?v=QGWOGXRmEAU&t=5s)  **link za video6 >** [Kako se pravilno izvode čučnjevi](https://www.youtube.com/watch?v=QGWOGXRmEAU&t=5s)

**link za video2 >** [Pogledati u okviru programa za Dan 1](https://www.youtube.com/watch?v=K4mI5xHznx0&list=PLaTok2ZJ97sK9aY8OXe3MLm9yx4EJYmvW&index=1)  **link za video2 >** [Pogledati u okviru programa za Dan 1](https://www.youtube.com/watch?v=K4mI5xHznx0&list=PLaTok2ZJ97sK9aY8OXe3MLm9yx4EJYmvW&index=1)

**link za video1 >** [Kako se pravilnoizvodi jumping jack](https://www.youtube.com/watch?v=sKT7GEPC9jo)  **link za video7 >** [Program istezanja za kraj treninga](https://www.youtube.com/watch?v=kpIGWdpqMPg)

**link za video1 >** [Kako pravilno vježbati](https://www.youtube.com/watch?v=sKT7GEPC9jo)  **link za video2 >** [Program za 4. sat](https://www.youtube.com/watch?v=K4mI5xHznx0&list=PLaTok2ZJ97sK9aY8OXe3MLm9yx4EJYmvW&index=1)  **link za video3 >** [Program za zagrijavanje](https://www.youtube.com/watch?v=FGgWfDlyUuY&t=115s)  **link za video4 >** [Kako se pravilno izvodi plank](https://www.youtube.com/watch?v=21Vi94e4R6A)

**link za video5 >** [Kako se pravilno izvode sklekovi](https://www.youtube.com/watch?v=QGWOGXRmEAU&t=5s)  **link za video6 >** [Kako se pravilno izvode čučnjevi](https://www.youtube.com/watch?v=QGWOGXRmEAU&t=5s)

**link za video2 >** [Pogledati u okviru programa za Dan 1](https://www.youtube.com/watch?v=K4mI5xHznx0&list=PLaTok2ZJ97sK9aY8OXe3MLm9yx4EJYmvW&index=1)  **link za video2 >** [Pogledati u okviru programa za Dan 1](https://www.youtube.com/watch?v=K4mI5xHznx0&list=PLaTok2ZJ97sK9aY8OXe3MLm9yx4EJYmvW&index=1)

**link za video1 >** [Kako se pravilnoizvodi jumping jack](https://www.youtube.com/watch?v=sKT7GEPC9jo)  **link za video7 >** [Program istezanja za kraj treninga](https://www.youtube.com/watch?v=kpIGWdpqMPg) **FITNESS PROGRAM**

Bez obzira da li si početnik ili sportaš slijedite ovaj fitness program koji će vam pokrenuti tijelo.

Ovo je progresivan program što znači da će svaki trening biti teži od prethodnog.

Program se sastoji od 8 treninga; 2 puta tjedno u trajanju od 4 tjedna.

Poslije toga imati ćete dobru bazu za sve druge treninge.

Program ćemo nastaviti kada se vratite na nastavu.

Sve vježbe se rade na vrijeme. 30/30 znači da radite vježbu 30 sekundi i onda se odmarate 30 sekundi.

A1 i A2 i B1 i B2 znači da radite ove vježbe jednu za drugom određeni broj sekundi.

Npr. radite 30 sekundi A1 knee pushups, odmarate se 30 sek, nakon toga radite A2 squats 30 sekundi, onda se opet odmarate 30 onda se opet odmarate 30 sekundi i tako ukupno 3 puta odnosno ukupno 6 rundi.

Nakon što završite 6 rundi A1 i A2 vježbe onda se prebacujete 6 rundi B1 i B2 vježbe.

Ovaj način izmjenjivanja vježbi se zove „superset“.

Savjetujem da uvijek koristite dobro zagrijavanje na početku svakog treninga.

Ne samo da ćete tako spriječiti ozljede, već ćete imati i puno efektivniji trening.

Program je sastavio naš prijatelj Dalibor Petrinić i objavljujemo ga uz njegovu suglasnost. IMATE POZDRAV OD DALIBORA! Više o njegovom radu na you tube kanalu: [https://www.yout](https://www.youtube.com/user/DaliborPetrinic)ube.com/user/DaliborPetrinic

ili na njegovom bloguu: [https://dpfitness.e](https://dpfitness.eu/)u/

POGLEDAJTE, NA BLOGU IMA FINIH I UKUSNIH I NADASVE ZDRAVIH RECEPATA! SLOBODNO LAJKAJTE I ŠERAJTE!

**VAŽNO! NEKA SVAKI UČENIK, U ODNOSNU NA SVOJE SPOSOBNOSTI, OCJENI KOLIKO ĆE RUNDI VJEŽBATI. NE VJEŽBAJTE DAN ZA DAN NAPRAVITE DAN-DVA PAUZU. MOŽETE VJEŽBATI I TRI PUTA TJEDNO! :)**

**MALI PODSJETNIK:**

* RADNI PROSTOR NEKA IMA SVJETAO I PROZRAČAN AKO JE LIJEPO VRIJEME IZAĐITE NA SVJEŽI ZRAK.
* DOBRO BI DOŠLA PROSTIRKA ILI RUČNIK.
* PAŽLJIVO PRATITE VIDEO VJEŽBE I SAVJETE DALIBORA.
* AKO IMA PITANJA JAVITE SE NAMA PORUKOM NA KANAL TZK.
* SVAKAKO UZMITE DAN ODMORA IZMEĐU VJEŽBI.
* OBAVEZNO ZAGRIJAVANJE I HLAĐENJE.
* POSLIJE TRENINGA SE OTUŠIRAJTE!
* NEMATE MNOGO VJEŽBI, NAUČITE IH I IZVODITE UZ GLAZBU.
* SVAKAKO KORISTITE TIMER (BESPLATNA APLIKACIJA) KAKO BISTE PRATILI VRIJEME RADA I ODMORA.
* OZNAČENI TEKST ZNAČI DA IMATE LINK ZA VIDEO INSTRUKCIJE.
* SVAKI DAN JE NA VIDEU ALI SE NE MOŽE RADITI I PRATITI VJEŽBE JER NIJE TAKO NAPRAVLJEN.**\* PRIJE TRENINGA POGLEDAJTE OZNAČENE STAVKE SRETNO I UGODNA ZABAVA. SPORT U** 💖**!**

**Informatika**

Tema: 4. Život i rad u virtualnom svijetu

           4.1. Internet i Mrežni preglednik - ponavljanje

Udžbenik: str. 84 - 93

Radna bilježnica: str. 35 - 38

Vjeronauk

Njemački jezik