MIŁO! w mieście

ZESZYT ĆWICZEŃ

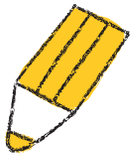
DLA KLAS DRUGICH Z TCZEWA

Drodzy Rodzice!

Rozpoczynamy właśnie kampanię MIŁO! w mieście. W jej ramach chcemy zaprosić Was i Wasze pociechy do większej aktywności w przestrzeni miejskiej. Przez najbliższe tygodnie młodzi uczestnicy programu nauczą się, jak bezpiecznie poruszać się po mieście, będą ćwiczyć spostrzegawczość i uważność podczas spacerów oraz jazdy na hulajnodze czy rowerze, a nawet wezmą udział w grze miejskiej! Dodatkowo w niniejszym zeszycie ćwiczeń dzieci będą zbierać naklejki z symbolami prezentującymi sposób, w jaki dotarły w danym dniu do przedszkola czy szkoły – może uda się Wam wygospodarować kilka dodatkowych minut rano, by mogły wybrać spacer, przejażdżkę hulajnogą czy rowerem?

Niektóre z prezentowanych w zeszycie zadań będą wymagały zaangażowania całej rodziny, do czego serdecznie Was zachęcamy. Mamy ogromną nadzieję, że nasz pilotażowy program przyczyni się do stworzenia takiej przestrzeni miejskiej, która będzie przyjazna i bezpieczna dla wszystkich – po prostu MIŁA!

Mirosław Pobłocki - Prezydent Miasta Tczewa

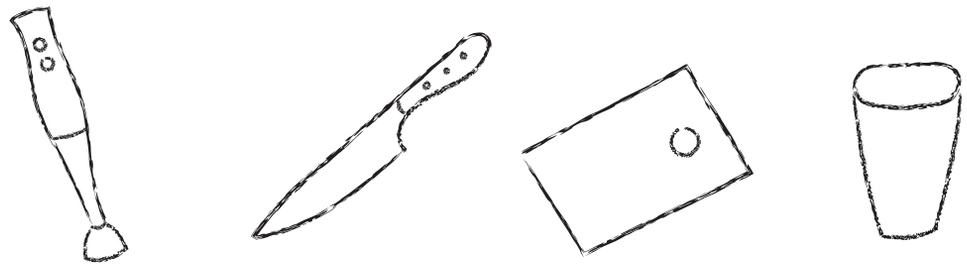


Narysuj rower swoich marzeń.

Osoby, które spacerują, jeżdżą na rowerze, hulajnodze czy rolkach, potrzebują dużo zdrowej energii. Oto przepis na zdrową przekąskę dla aktywnych! Wykonaj ją w domu lub wspólnie z klasą!

Pyszny koktajl, który doda Ci siły!
UWAGA: przepis dostaliśmy od UFOLUDKÓW, dlatego koktail jest zielony ;)

Potrzebujesz: blendera, noża, deski do krojenia, szklanego pojemnika.



Składniki:
2 banany,
4 liście jarmużu,
2 duże owoce kiwi,
2 łyżki świeżo wyciśniętego soku z cytryny,
1 łyżeczka miodu,
trochę soku z pomarańczy

Sposób wykonania:
Liście jarmużu dokładnie umyj, osusz, oddziel od łodygi i wrzuć do blendera. Kiwi i banany obierz ze skórki, pokrój na mniejsze kawałki i wrzuć do jarmużu. Dodaj sok z cytryny i miód.
Całość zmiksuj na jednolity koktajl i przelej do szklanego pojemnika. Jeżeli koktajl jest zbyt gęsty, możesz rozcieńczyć go sokiem z pomarańczy.

Przeczytaj tekst, a następnie odpowiedz na pytania.

- Poczekaj! - woła Maciuś – Nie mogę jechać! Jedno koło jest zupełnie płaskie!
- Zaraz sprawdzę – mówi Kastor. - Masz kapcia, to znaczy w twoim kole nie ma w ogóle powietrza! Musimy to dokładnie obejrzeć. Może przebiłeś dętkę.
- Popatrz - mówi Kastor. - Dziura w dętce! Wjechałeś w gwóźdź i z koła wyleciało powietrze. Musimy pójść do domu, aby to naprawić. Gdy się przebije dętkę, trzeba ją załatać. Tak to już jest. [...]

Maciuś idzie po zestaw do łatania opon. [...]

- Najpierw musimy wyciągnąć dętkę z opony – mówi Kastor.
- Jak to zrobimy? - pyta Maciuś.
- Użyjemy łyżek do opon – wyjaśnia Kastor.
- Żeby się dostać do dętki, musimy zsunąć oponę.
- Ale nie trzeba zdejmować całej opony.

Wystarczy, że zsuniemy ją z jednej strony.
A potem wyciągniemy dętkę.
Kastor i Maciuś razem wyciągają dętkę z opony.

- Teraz sprawdzimy, gdzie jest dziura – mówi Kastor.
- Maciusiu, przynieś Miskę.
- Będziemy myć dętkę? - pyta Maciuś – Przecież mieliśmy łatać dziurę!
- Ależ tak – odpowiada Kastor. - Będziemy łatać dziurę.

Lecz najpierw musimy się dowiedzieć, gdzie ona jest. [...] Maciuś pompuje dętkę.

- Tylko nie za mocno – mówi Kastor – Dętka nie może być zbyt twarda.

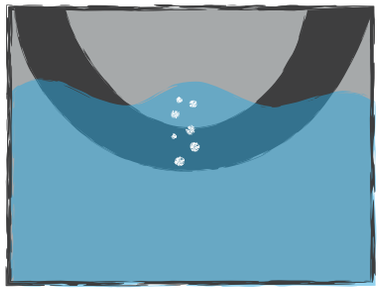
- Teraz włożymy dętkę pod wodę – tłumaczy Kastor – Wtedy zobaczymy, jak powietrze ucieka przez dziurkę. Maciusiu, czy widzisz gdzieś bąbelki?
- Tutaj! - woła Maciuś – Tu jest pełno bąbelków!
- Masz rację – mówi Kastor – Tu jest dziura. Sprytne, co?

fragment książki "Kastor naprawia rower" Larsa Klintinga

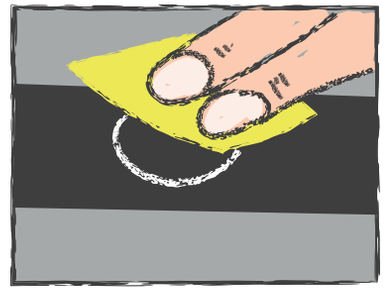
Co to znaczy, że ktoś ma kapcia?
Do czego Kastorowi przydały się łyżki?
Jak sprawdzić, czy w dętce jest dziura?
Czy zdarzyło ci się kiedyś przebić dętkę? Co wtedy zrobiłeś/zrobiłaś?

Przynieś do szkoły starą dętkę, klej i łatki. Spróbuj wspólnie z klasą sprawdzić, czy w dętce jest dziurka. Jeśli tak, załatajcie ją, tak jak zrobił to Kastor i Maciuś. Stosujcie się do instrukcji poniżej. Powodzenia!

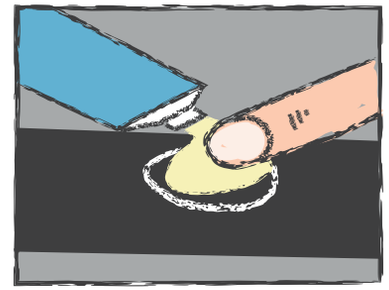
1. Zanurz dętkę w pojemniku z wodą , aby znaleźć dziurę.



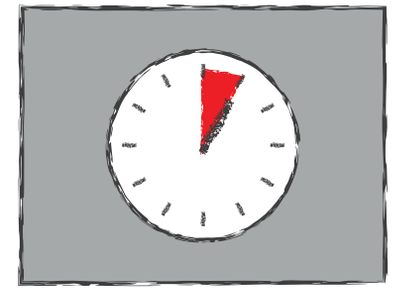
2. Oznacz miejsce z dziurą i osusz dętkę.



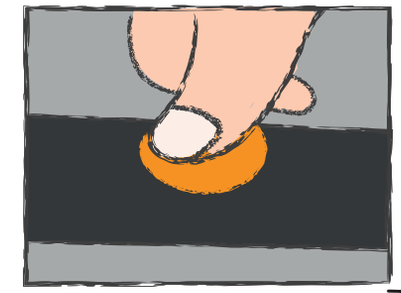
3. Rozprowadź klej palcem.



4. Poczekaj kilka minut.



5. Przyklej i dociśnij łatkę.



Rozpoznajesz miejsca na zdjęciach? Przypisz numerki do zdjęć:

1. Droga rowerowa na bulwarze nad Wisłą
2. Pumptrack (czytaj: pamptrak)
3. Rowerowy plac zabaw przy ulicy Jana Brzechwy
4. Skate Park (czytaj: skejt park)

Co można robić w tych miejscach?

Czego potrzebujesz, by bezpiecznie spędzać czas na rowerze, hulajnodze czy deskorolce? W jakich sytuacjach musisz bardziej zadbać o bezpieczeństwo i na przykład założyć kask czy ochraniacze?

Wybierzcie jedno z miejsc i zaplanujcie wyprawę klasową!
Zastanówcie się, w jaki sposób dotrzecie na miejsce.
Pieszo, na rowerach czy hulajnogach, a może autobusem?
Co każdy powinien ze sobą zabrać? Zróbcie listę!
Sprawdźcie, jaka jest prognoza pogody. Lepiej być przygotowanym na ulewę ;)

Lista potrzebnych rzeczy:

1 ..... 2 ..... 3 .....

4 ..... 5 ..... 6 .....

Wykreślanka.

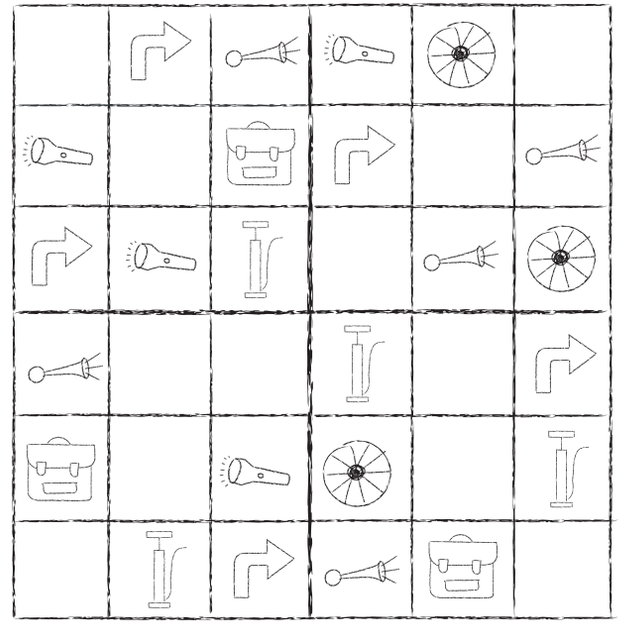
Znajdź 15 wyrazów.

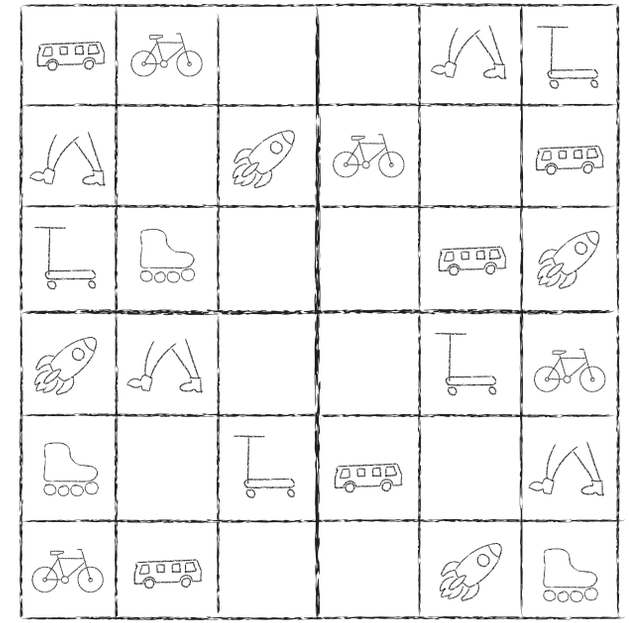
Ułóż trzy zdania
z wybranymi wyrazami.

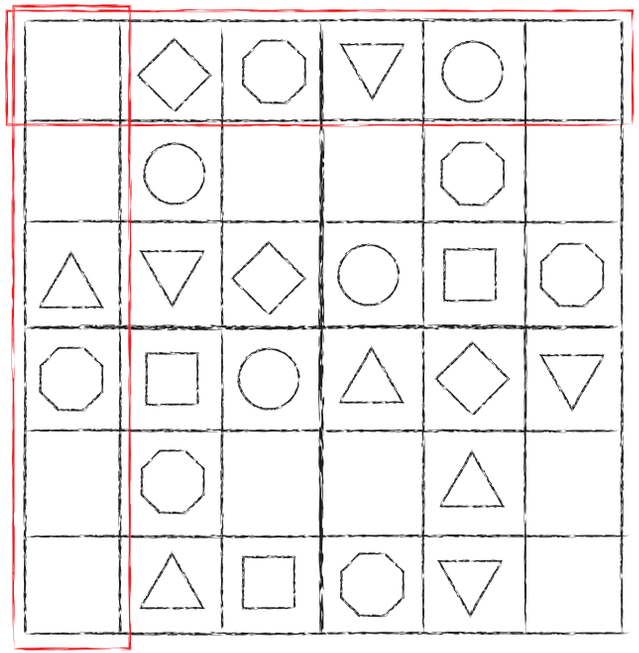
Zapisz je pod wykreślanką.

W	D	P	F	V	X	S	P	A	C	E	R	H	E	T
R	Q	A	D	Z	L	G	F	C	Y	B	Z	K	R	G
O	T	R	P	O	M	P	K	A	J	G	M	A	F	C
W	T	K	G	Z	W	K	A	R	M	F	J	S	L	T
E	R	H	T	R	O	L	K	I	K	C	T	K	Z	U
R	F	S	Z	P	R	Y	C	H	Y	B	Y	L	A	H
H	G	W	C	L	Z	H	U	L	A	J	N	O	G	A
F	Z	A	T	J	R	G	L	W	U	T	R	F	Y	B
B	K	O	Ł	O	A	B	M	E	R	L	W	G	A	T
L	C	Z	T	B	M	T	J	T	H	K	R	T	U	M
A	R	Y	C	R	A	C	H	O	D	N	I	K	T	J
M	R	A	Z	Y	M	K	B	A	Y	K	G	Y	O	C
P	K	Y	E	Y	U	R	H	Z	G	C	J	H	B	Z
K	G	J	W	L	Z	Y	D	R	Z	E	W	A	U	T
I	K	T	J	D	Ę	T	K	A	H	F	L	M	S	C

Uzupełnij puste pola na planszach tak, żeby w każdym wierszu i każdej kolumnie symbol pojawił się tylko raz.

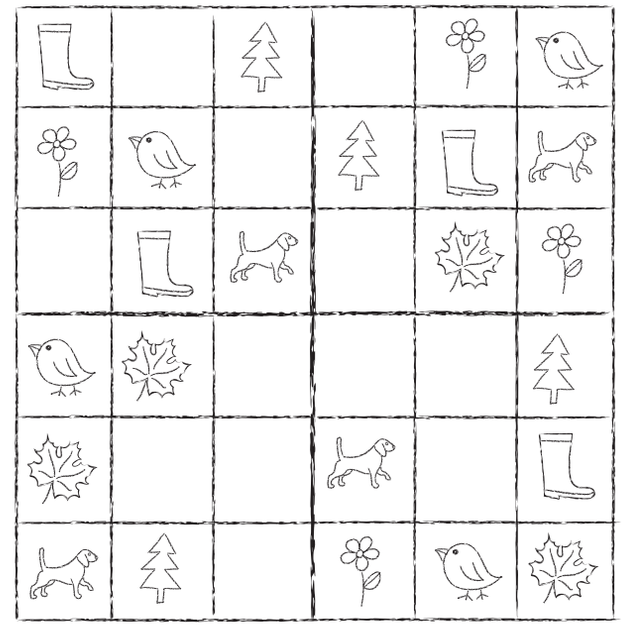






Wiersz.

Kolumna.

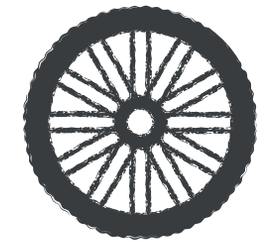


Jak zbudowany jest rower?

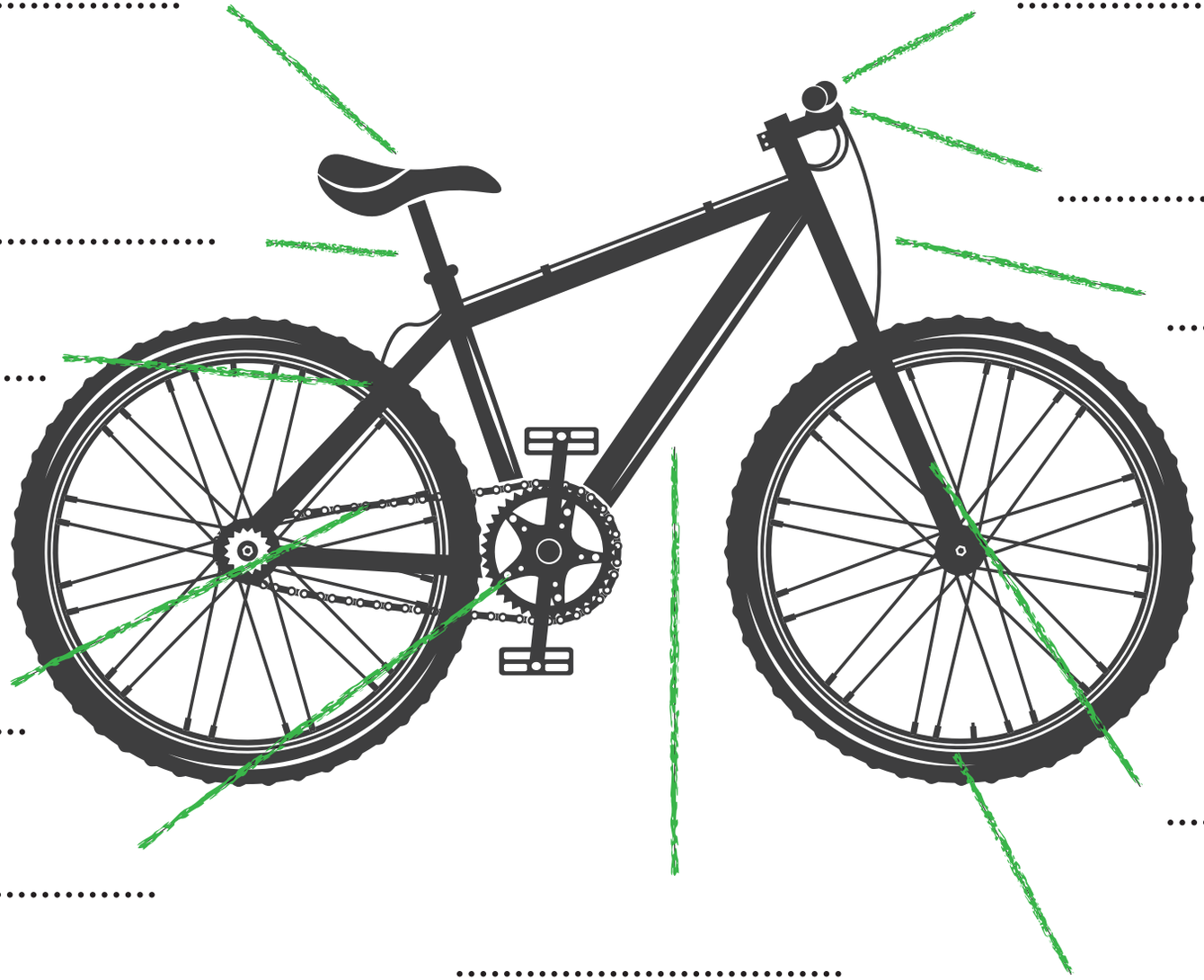
Pierwszy rower powstał prawie dwieście lat temu.
Każdy rower posiada **ramę,** do której przymocowane są pozostałe części roweru.
Z przodu ramy mocujemy **kierownicę,** a z tyłu **sztycę,** na której jest **siodełko.**
Na kierownicy umieszczone są **manetki,** to znaczy uchwyty, które służą do hamowania.
Manetki są połączone z **hamulcami** za pomocą **linek.** Kiedy napinasz linkę - hamujesz!
Rower posiada także widelec :), ale nie taki do zajadania smakołyków!
Widelec łączy ramę, **kierownicę i koło,** to dzięki niemu możemy jechać prosto, skręcić w prawo lub lewo.

Jak to się dzieje, że rower się porusza?
Rower porusza się dzięki sile twoich mięśni. Kiedy pedałujesz obraca się **zębatka,** na której zamocowany jest **łańcuch.** Łańcuch łączy dwie zębatki – jedną zamocowaną do **pedałów** i drugą zamocowaną do koła. To dlatego, gdy poruszasz pedałami obraca się **koło.**

Już wiesz, z czego składa się rower -znajdź elementy w swoim rowerze, przyjrzyj się, jak wyglądają i jak działają!



Opisz części roweru.



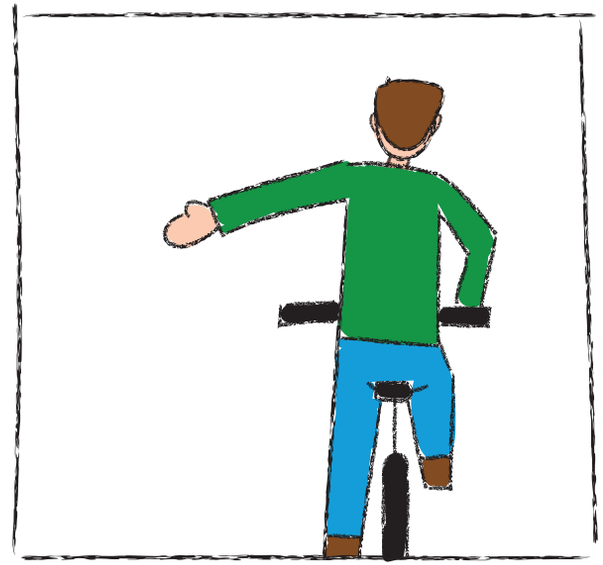
Co robić, żeby było miło? (zasady zachowania na drogach).
Połącz tekst z odpowiadającym mu obrazkiem.

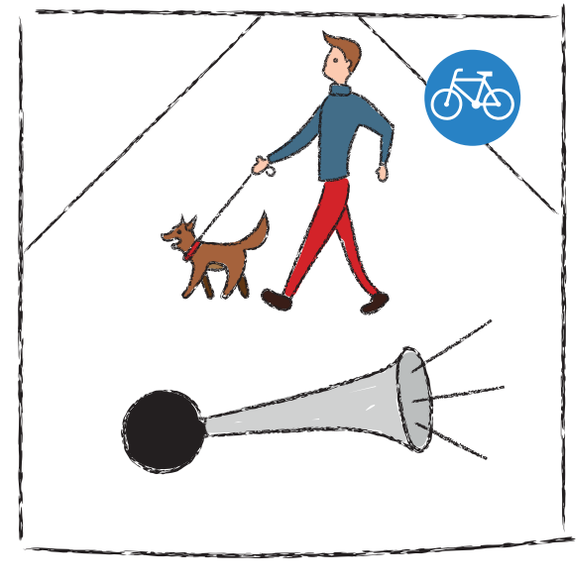
1. Sygnalizacja skrętu w prawo.

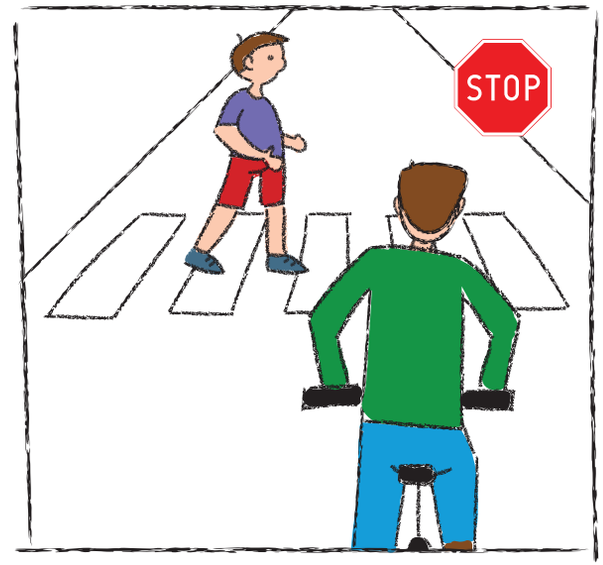
2. Sygnał dźwiękowy ostrzegający, że zbliża się osoba na rowerze.

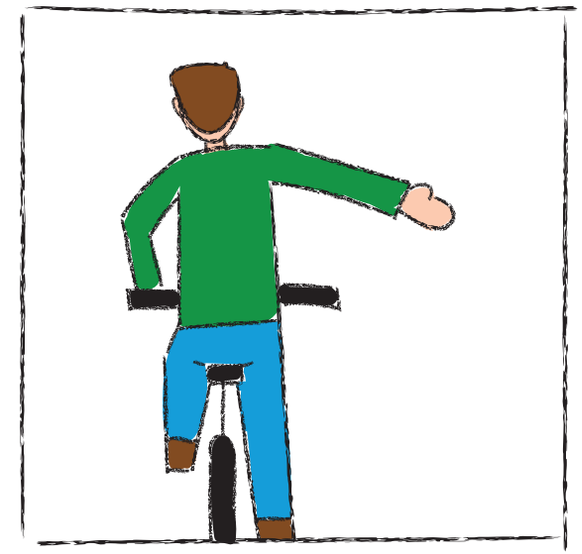
3. Sygnalizacja skrętu w lewo.

4. Udzielenie pierwszeństwa pieszemu.



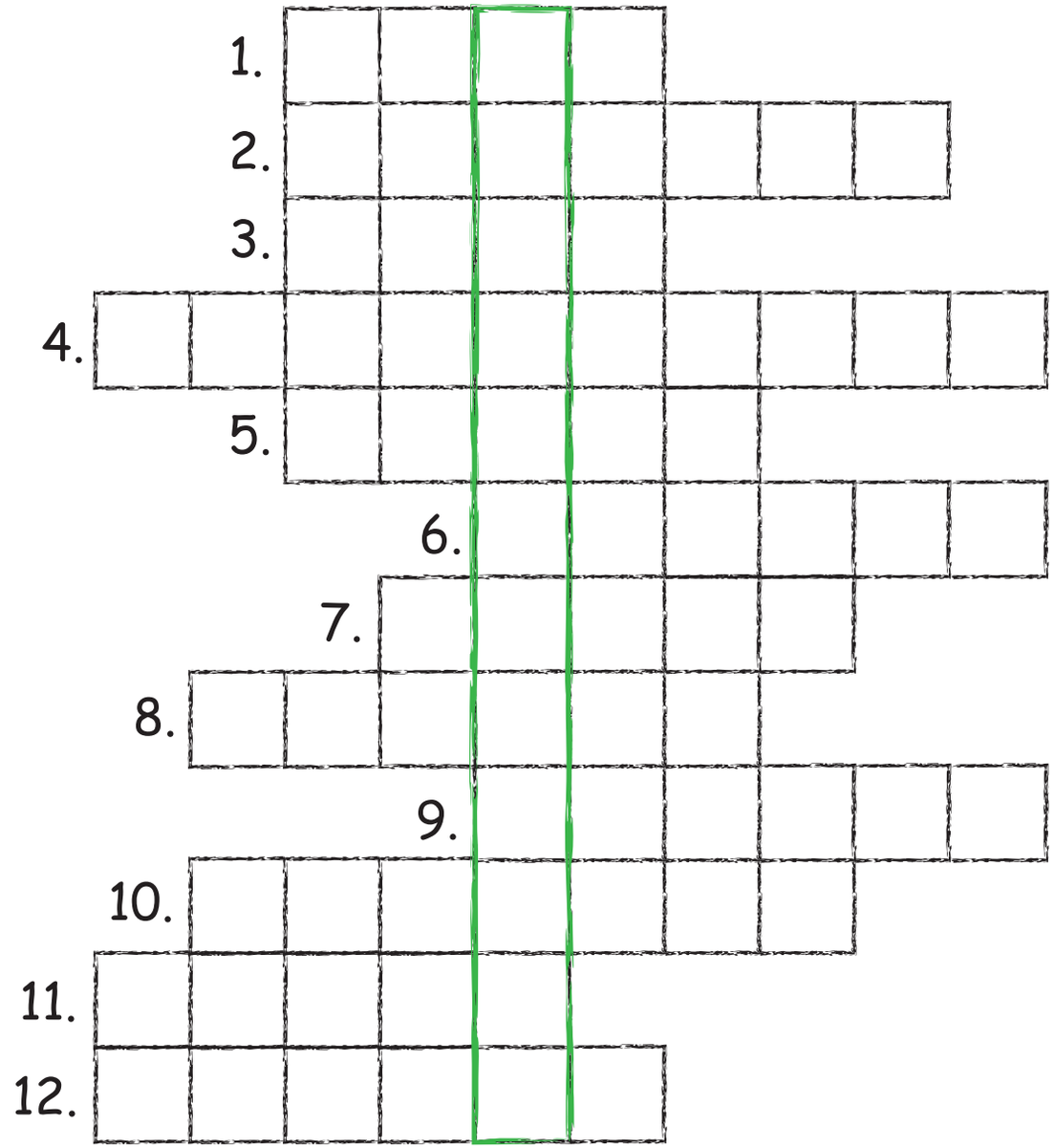






Krzyżówka z hasłem.

1. Szkielet roweru.
2. Włączasz je po zmroku.
3. Rower ma dwa a auto cztery.
4. Możesz na niej robić akrobacje na skejtparku.
5. Ekologiczny środek transportu w mieście.
6. Pełne ulic, budynków i ludzi.
7. Chodzą po chodnikach.
8. Dzięki nim mamy czyste powietrze.
9. Trzeba je segregować.
10. Na zębatkach w rowerze.
11. Buty z kółkami.
12. Do parku wybieramy się na?



Rozwiązanie →

Kodowanka.

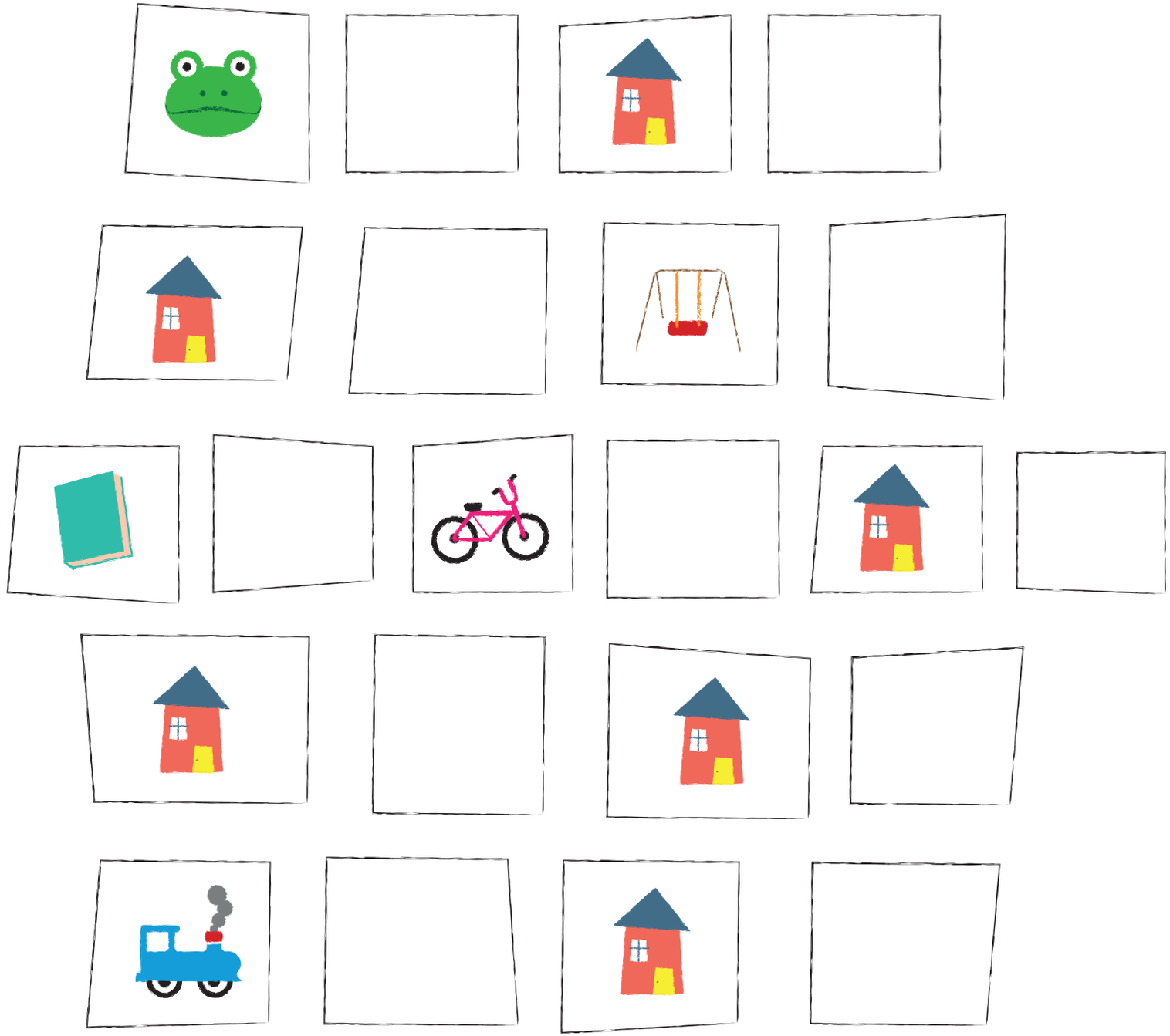
		1				1			2		4					3	3		
	1		1		1		1				4		4		3			3	
	1			1			1		2		4	4			3			3	
	1						1		2		4				3			3	
	1						1		2		4				3			3	
	1						1		2		4	4	4			3	3		

1 2 3 4

Znaki drogowe pokazują co możesz, czego nie możesz lub informują. Mają kształty trójkąta, koła, kwadratu. Zaprojektuj swój własny znak, który chciałbyś/chciałabyś zobaczyć w mieście.

np. strefa uśmiechu

Gra miejska.



Co zmieści się na miejscu parkingowym zamiast samochodu. Wyobraź sobie miejsce parkingowe pod Twoją szkołą i narysuj to co chcesz żeby się tam znalazło.

Połącz w pary rowery, które wyglądają tak samo.

Przeprowadź wywiad ze starszymi członkami rodziny i narysuj, jak docierali do szkoły.

Zapytaj, czym docierali do szkoły? Ile czasu trwała podróż do szkoły? Czy ktoś towarzyszył im w codziennym docieraniu do szkoły? Kto to był? Co jeszcze Cię ciekawi, pytaj śmiało.

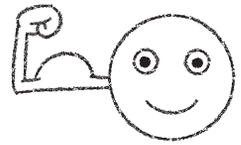
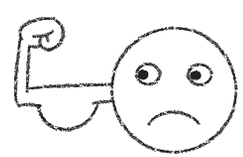
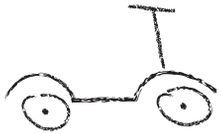
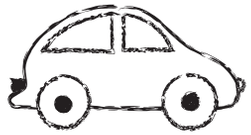
Oznacz krzyżykiem cechy środków transportu:

zdrowy dla ciała

niezdrowy dla ciała

przyjazny dla środowiska

niszczy środowisko

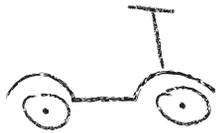
Który ze środków transportu wybierasz najczęściej?

Oznacz dowolnym kolorem jak lubisz się poruszać:

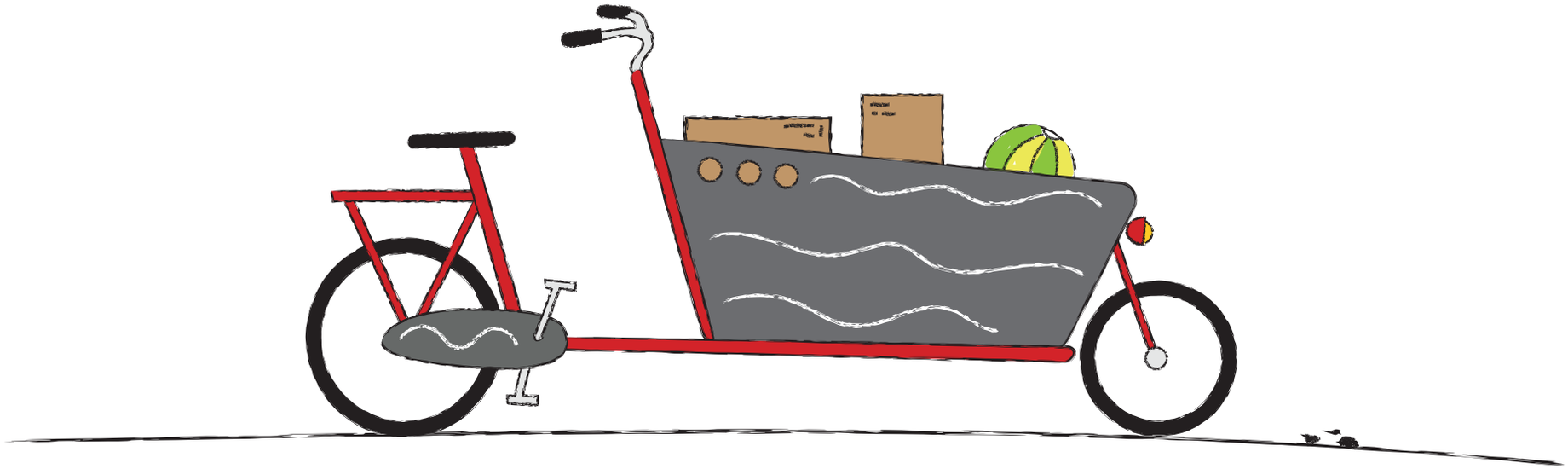
lubię

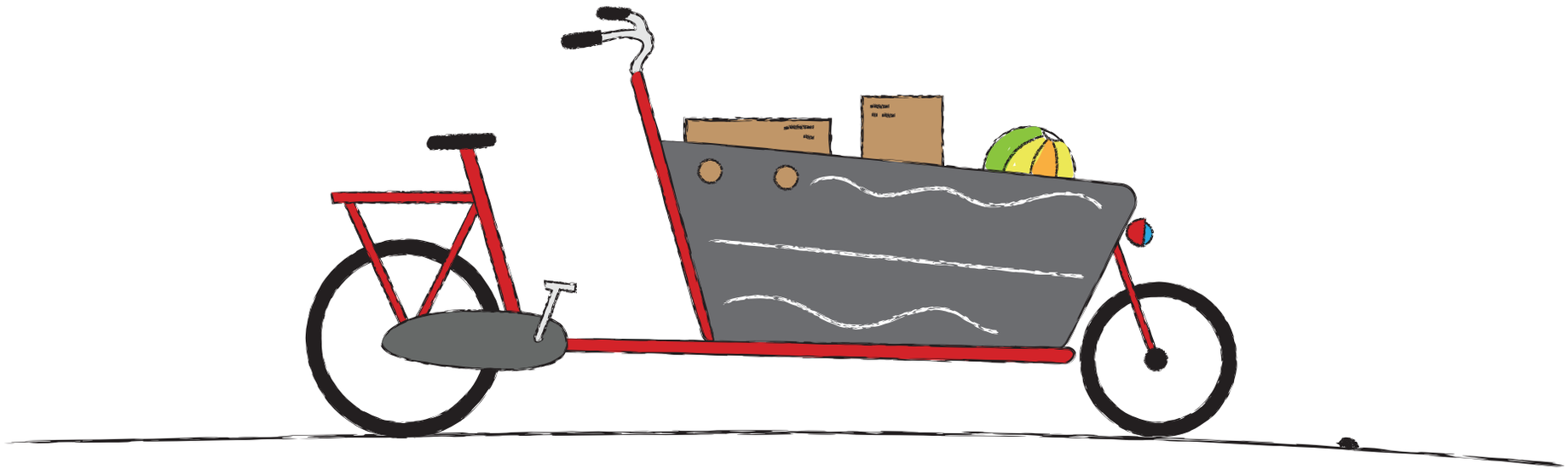
nie lubię

obojętnie

Znajdź różnice na obrazkach.





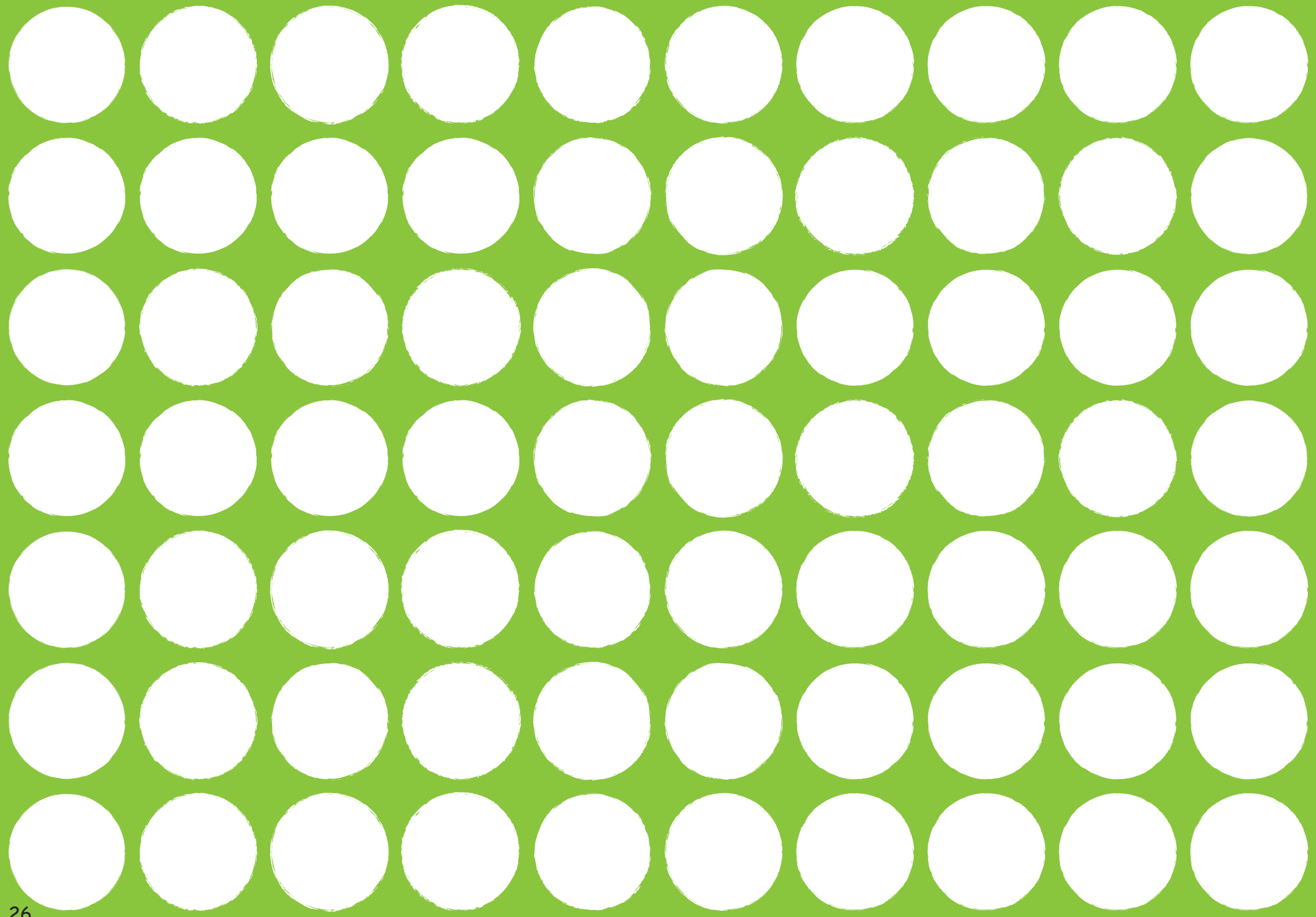
Co widzisz w drodze do szkoły?

	Często	Rzadko	Wcale

Często

Rzadko

Wcale



Spółdzielnia
heca
Socjalna

TCZEW

Egzemplarz bezpłatny
Wydawca:
Spółdzielnia Socjalna Heca
na zlecenie Urzędu Miejskiego
w Tczewie

Fundusze Europejskie
Program Regionalny

Rzeczpospolita Polska

URZĄD MARSZAŁKOWSKI
WOJEWÓDZTWA POMORSKIEGO

Unia Europejska
Europejski Fundusz
Rozwoju Regionalnego

Projekt współfinansowany z Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Pomorskiego na lata 2014-2020