**JĘZYK POLSKI, KL.5**

**1.06 - 5.06**

**PONIEDZIAŁEK**

**Temat: Uśmiech wart tysiąca słów, czyli jak się porozumiewamy.**  
Poćwiczę umiejętność rozpoznawania niewerbalnych środków komunikowania się, będę nazywać i opisywać uczucia oraz emocje.

Porozumiewanie werbalne to tylko 25-35% przekazu między ludźmi, reszta to komunikacja niewerbalna,czyli: gestykulacja, ruch głowy, wyraz twarzy, spojrzenie i kontakt wzrokowy, wygląd, dotyk, odległość, postawa ciała.

**Istnieje kilka rodzajów komunikacji niewerbalnej:**

* mimika, czyli ruchy mięśni twarzy oraz oczu;
* pantomimika, czyli gesty, postawa;
* intonacja głosu (wokalizacja);
* wygląd fizyczny (sposób ubierania się, fryzura);
* kontakt wzrokowy;
* dystans od rozmówcy (odległość w sensie fizycznym).
* [Materiał dodatkowy](http://scholaris.pl/zasob/100440%C2%A0)

**WTOREK/ŚRODA**

**Temat: Bohaterowie naszych lektur – czy chcielibyśmy mieć takich przyjaciół?**  
Utrwalę umiejętności związane z charakterystyką i oceną bohaterów literackich i filmowych.

DO OBEJRZENIA FILM : „TAJEMNICZY OGRÓD”: <https://www.cda.pl/video/12194349>

* [Materiał dodatkowy](http://scholaris.pl/zasob/104826%C2%A0)

**CZWARTEK**

**Temat: Tajemnica śpiących rycerzy.**  
Poznam i zinterpretuję podanie Jana Kasprowicza „O śpiących rycerzach w Tatrach”, poznam definicję „wątku”, zastanowię się nad kondycją świata i możliwymi zmianami.

**Wątek** – ciąg zdarzeń o więzi przyczynowo-skutkowej, skupionych wokół jednej postaci bądź więcej, dotyczących ich wzajemnych relacji. Jest to część składowa fabuły utworu literackiego, filmowego itp. (przy czym sama fabuła może być jedno- lub wielowątkowa).

POSŁUCHAJ PODANIE „O ŚPIĄCYCH RYCERZACH W TATRACH”: <https://www.youtube.com/watch?v=vwDvYgyDduw>

**PIĄTEK**

**Temat: Książka czy film?**  
Zastanowię się, czy lepiej przeczytać lekturę, czy obejrzeć adaptację powieści.

**9 powodów, dla których warto czytać książki**:  
**1. Stymulują umysł.**Z neurobiologicznego punktu widzenia czytanie jest procesem znacznie bardziej wymagającym niż analiza obrazów lub mowy. Absorbuje jednocześnie wiele obszarów mózgu - te, które odpowiedzialne są za widzenie, za język i za asocjacje pojęciowe. Rozwija wyobraźnię i wspomaga koncentrację. Poza tym pozostawia więcej czasu na myślenie. Ślizgając się wzrokiem po kartce, w każdej chwili można zatrzymać się na fragmencie, który wymaga refleksji. Oglądając film czy przysłuchując się rozmowom, dużo trudniej o takie pauzy.  
  
**2. Uspokajają.**Jakkolwiek irytowałyby cię dzieci, wnuki, współmałżonek, szef czy sąsiedzi (niepotrzebne skreślić), wszystko dosłownie w jednej chwili zniknie ci z horyzontu, kiedy tylko zagłębiasz się w dobrze napisaną powieść. Dr David Lewis z Mindlab International na University of Sussex mierzył, w jakim stopniu zmienia się napięcie mięśniowe i czynność serca pod wpływem rozmaitych aktywności tradycyjnie uważanych za uspokajające. Czytanie obniżało poziom stresu o 68 proc., wygrywając ze słuchaniem muzyki (62 proc. skuteczności), piciem herbaty (54 proc.) czy pójściem na spacer (42 proc.).  
  
**3. Poprawiają sen.**Kilkanaście-kilkadziesiąt minut z książką w ręku tuż przed zaśnięciem (często już w łóżku) pozwala zapomnieć o stresie minionego dnia i się wyciszyć. Ale uwaga - do czytania w łóżku lepsze są książki tradycyjne lub czytniki z papierem elektronicznym. Jasne światło ekranu laptopa, ze sporą zawartością niebieskiej, wysokoenergetycznej składowej, pobudza i daje sygnał raczej do wstania niż do zamknięcia oczu.  
  
Czytanie daje więcej ukojenia niż - dajmy na to - słuchanie nagrań albo oglądanie filmów. Dlaczego? Przez całe dnie bombardowani jesteśmy najprzeróżniejszymi, często zbędnymi informacjami, więc docierające do nas dźwięki nauczyliśmy się - z konieczności - ignorować. Czytanie jest jak mówienie do siebie głęboko w głowie - pozwala się łatwiej skoncentrować i zapewnia uczucie kojącej prywatności.

**4. Pogłębiają wiedzę.**Wszystko, cokolwiek czytamy, pozostawia w naszych umysłach okruchy różnorakich informacji. Nie sposób stwierdzić, co kiedy może się przydać, ale wszystko w jakiś sposób poszerza nasze horyzonty i poprawia zrozumienie świata. Prof. kognitywistyki z University of California w Berkeley Anne E. Cunningham dowodzi, że ludzie regularnie czytający lepiej wypadają w testach na inteligencję, a ich zdolności poznawcze są wysokie do późnej starości.  
  
**5. Wzbogacają słownictwo.**Elokwencja i łatwość wypowiadania się podnosi poczucie własnej wartości, buduje pewność siebie i pomaga w karierze zawodowej. Czytanie książek w obcych językach szczególnie pomocne jest przy doskonaleniu płynności mowy.

**6. Poprawiają pamięć.**Kiedy zagłębiasz się w opowiadanej historii, musisz pamiętać całą gamę niuansów - poznajesz nowych bohaterów, ich dzieje, nałogi, charaktery, przyzwyczajenia, miejsca, z których pochodzą, geografię nowych światów. Każda książka jest jak podróż do obcego kraju. Każdy nowy ślad pamięciowy wymaga powstania nowych synaps, połączeń nerwowych.  
  
**7. Ćwiczą myślenie analityczne.**Jakże często zdarza nam się, że czytając zajmującą książkę, zgadujemy jej zakończenie, zanim przewrócimy ostatnią kartkę? I to jest właśnie to - trening myślenia krytycznego i analitycznego, wyciągania wniosków z setek sugestii i przesłanek.  
  
**8. Opóźniają demencję i spowalniają rozwój choroby Alzheimera.**Praca dr. Roberta Freidlanda opublikowana w "Proceedings of the National Academy of Sciences" dowodzi, że ludzie, którzy regularnie oddają się lekturze, grają w gry logiczne albo rozwiązują zagadki, są ponaddwukrotnie mniej narażeni na rozwój chorób otępiennych. Co ciekawe, oglądanie telewizji wywiera na nasz mózg skutek zgoła odwrotny - przyspiesza rozwój alzheimera.  
  
**9. Rozwijają empatię.**Holendrzy Matthijs Bal i Martijn Veltkamp sprawdzali, na ile emocjonalnie poruszające powieści skłaniały czytelników do empatycznych zachowań. Jak się okazuje, empatia badanych wzrastała, pod warunkiem że czuli się oni "wciągnięci" w historię. Niewciągające opowieści oraz - co zdumiewające - książki z gatunku non-fiction nie wywierały podobnych efektów.  
  
**ZADANIE DOMOWE**

Napisz w zeszycie w kilku zdaniach odpowiedź na pytanie, czy lepiej przeczytać lekturę, czy obejrzeć adaptację powieści?