

22.02.2021 – 26.02.2021

2. Plan für Schichtbetrieb 4a/b

D	Standard (für alle)	Deutsch-Übungsbuch Seite 36/Nummer 1 → im Buch bearbeiten!! Deutsch-Übungsbuch Seite 49/Nr.3 – Löse das Rätsel im Buch! Deutsch-Übungsbuch Seite 53: → Text durchlesen → Nr.1,2,3,4 ins D-Hausübungsheft! → Schreib alle Wörter aus dem Text, die einen <u>Doppellaut</u> (mm, ss, aa, ...) enthalten, ins Heft und bestimme ihre Wortart!
	AHS	Deutsch-Übungsbuch Seite 53: → Nr.1 ins D-Hausübungsheft! → Bilde mit jeder Redewendung einen Satz im Präteritum!
E	Standard	SB p. 93 ex. B 1 + 3 Text lesen und Fragen auf der S 94 ex. 4 beantworten. SB p. 95 ex. 6: Fragen ins Heft schreiben und beantworten! WB p. 73 Vocabulary 11, 12,13 und 14 WB p. 76 Words and Phrases abschreiben und für den Test am 2./3. März lernen.
	AHS	2 Arbeitsblätter "Wortschatzübung 2" (Teams) Arbeitsblatt "prepositional phrases – sentence starters" (Teams)
M		„Binomische Formeln“ <ul style="list-style-type: none">• Folge dem Link und erledige die Aufgaben in digi.schule.

		<ul style="list-style-type: none"> • Rechne zuerst alles im Heft und erst wenn du ALLE Ergebnisse hast, trage sie auf einmal in digi.schule ein! • Verwende bei den Kommazahlen einen Taschenrechner zum potenzieren (hoch² rechnen) <p>https://digi.schule/xX58</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vergiss nicht deinen NAMEN einzugeben, bevor du die Aufgaben abgibst • Wenn du auf die Smileys klickst, kannst du überprüfen, ob dein Ergebnis RICHTIG ist
BU	<p>Leben in der Stadt</p> <p>Lies dir die Seiten 104 und 105 im Buch durch und beantworte folgende Fragen:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erkläre den Begriff „Nomaden“. - Nenne die Zonen einer Stadt. - In welcher Zone findest du Geschäfte? - Wo findet man sogenannte „Satellitenstädte“? - Würdest du lieber in der Stadt oder am Land leben? Begründe deine Antwort in 5 Sätzen. - Welche Nachteile hat das Verschwinden der Grünflächen in der Stadt? - Schreib die Zusammenfassung in dein Heft. 	

Digitale Grundbildung	Bewerbungen: öffnet den Ordner Bewerbungen mit den Annoncen der Stellengesuche. Wählt eine davon aus und schreibt eine Bewerbung nach vorgegebenem Muster. Die digitale Form findet ihr als Datei _2 Bewerbung. Fügt auch ein Foto von euch an die vorgegebene Stelle ein. Viel Freude damit!
PC	<ol style="list-style-type: none"> 1. Welche Metalle sind magnetisch? 2. Warum ist die Verarbeitung von Aluminium aufwendiger als die von Stahl? 3. Wo wird Aluminium gerne verarbeitet und warum? 4. Wie werden Metalle (Autos!!!) vor Korrosion geschützt? 5. Schreibe die wichtigsten chemischen Eigenschaften von Aluminium, Eisen und Magnesium in dein PC-Heft. 6. Worin besteht der Unterschied im Korrosionsverhalten zwischen Eisen und Aluminium? Was geschieht, wenn man Aluminium mit Eisen verschraubt/verschweißt?
GW	Auftrag via Teams.
BE	<p>„Kunst in der Stadt“</p> <p>Spaziere durch die Stadt und halte Ausschau nach einem „Kunstwerk“, das DIR gefällt (Graffiti, Bild, Statue,...). Schick Frau Lanzinger ein Foto davon.</p>
BSP	<p>Alle Übungen werden in Sätze (s) und Wiederholungen (w) angegeben. Alle Übungen sind mindestens 2 x die Woche zu erledigen. Ihr könnt, wenn ihr wollt, das Trainingsprogramm auch 3-4 x die Woche machen, jedoch wäre die optimale Anzahl zwischen 2-3 x pro Woche!!</p> <p>Als weitere Option könnt ihr gerne Laufen gehen. Hierfür soll sich jeder eine App runterladen, die die gelaufenen Km anzeigen kann.</p> <p><u>5.km sind das Minimum, was ihr laufen gehen sollt. Alles darüber zählt als (+)!!</u></p>

Ihr könnt euch entscheiden, ob ihr das Trainingsprogramm macht, oder laufen gehen wollt. Am besten wäre es, das Trainingsprogramm mit Laufeinheiten zu kombinieren, damit ihr neben eurer Kraft, auch eure Ausdauer verbessert.

Übungsprogramm

Übung	Wiederholungen (w)	Sätze (s)
1. Plank Ups	25 Damen: 20	4
2. Mountain Climber	30	4
3. Aufallschritte seitlich	15 pro Bein	4
4. Superman	20-25	4
5. High Knees	30 sec.	4
6. Dips	20-25 Damen: 10-15	4
7. Wadenheben	20-25	4

Eine genaue Anleitung der Übungen, sowie Bilder dazu findet ihr auf Teams (Allgemeine Gruppen 4a und 4b).