

## Tygodniowy Plan Pracy klasy: 8a

Poniedziałek, 30.03.2020

| <u><b>Przedmiot</b></u>                     | <u><b>Temat lekcji</b></u>                              | <u><b>Zadania dla ucznia</b></u>                                                                                                                                                          | <u><b>Sposób realizacji<br/>(<br/>samodzielna praca/lekcja on-line)</b></u> | <u><b>Termin wykonania zadań</b></u>                                                                                                                                       |
|---------------------------------------------|---------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Przygotowanie do egzaminu z j. angielskiego | Próbny egzamin CKE.                                     | 1.04. o godz. 9.00 na stronie Centralnej Komisji Egzaminacyjnej udostępniony zostanie próbny egzamin z j. angielskiego. Osoby, które zgłosiły chęć pisania go proszę o rozwiązanie zadań. | online                                                                      | 01.04. (środa) godzina 9.00                                                                                                                                                |
| EDU.BEZP.                                   | Apteczka pierwszej pomocy i jej podstawowe wyposażenie. | 1. Rodzaje apteczek pierwszej pomocy i ich podstawowe wyposażenie.<br>Ćw. 1,2,3 str. 94                                                                                                   | Praca samodzielna                                                           | W danym dniu<br><br>Do 06.04. – prezentacja multimedialna – „Zasady zdrowego stylu życia” - proszę wysłać na: <a href="mailto:pracedomowe39@wp.pl">pracedomowe39@wp.pl</a> |
| J.POLSKI                                    | Ćwiczenia                                               | Przeczytaj tekst i odpowiedz na pytania.                                                                                                                                                  | Zadania będą przesłane jako                                                 | Następna lekcja.                                                                                                                                                           |

|           |                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                           |                                                                                                |
|-----------|--------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
|           | sprawdzające umiejętności pracy z tekstem        | Przeczytać wiersz z podręcznika „Minuta ciszy po Ludwice Wawrzyńskiej” str. 146                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | link do dysku Google – samodzielna praca. |                                                                                                |
| GEOGRAFIA | Tornado i cyklony tropikalne w Ameryce Północnej | <p>1. Przeczytać uważnie temat w podręczniku s. 110-115 oraz zapoznać się z prezentacją multimedialną nauczyciela link: <a href="https://tiny.pl/tzsh9">https://tiny.pl/tzsh9</a></p> <p>2. Odpowiedzieć na pytania z ankiety Google link: <a href="https://tiny.pl/tzshw">https://tiny.pl/tzshw</a> (będę zliczać punkty z lekcji 30.03 i 6.04)</p> <p>3. W zeszycie proszę zapisać:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- krótko – jak powstaje tornado i cyklon tropikalny</li> <li>- 3 skutki tornad i cyklonów tropikalnych</li> <li>- wypisać 3 różnice między tornadami i cyklonami tropikalnymi</li> </ul> <p>Zdjęcie z wykonanymi zadaniami lub plik tekstowy proszę wrzucić do folderu link: <a href="https://tiny.pl/tzsqn">https://tiny.pl/tzsqn</a> hasło: 1505 lub wysłać na mojego maila <a href="mailto:mag.zmi1505@gmail.com">mag.zmi1505@gmail.com</a></p> <p>Tu dodatkowy materiał o Ameryce: <a href="https://tiny.pl/tzshd">https://tiny.pl/tzshd</a></p> <p>Link do ćwiczenia państw Ameryk (mapa konturowa): <a href="https://tiny.pl/tzsh5">https://tiny.pl/tzsh5</a></p> | Praca samodzielna                         | Do 03.04.2020                                                                                  |
| CHEMIA    | Kwas metanowy                                    | <p>Proszę o zapoznanie się z rozdziałem 29 w podręczniku chemii, str. 161 oraz z rozdziałem w e-podręczniku, akapit 2: <a href="https://epodreczniki.pl/a/kwasy-karboksylowe---budowa/DpOlnp83W">https://epodreczniki.pl/a/kwasy-karboksylowe---budowa/DpOlnp83W</a></p> <p>Proszę zapisać w zeszycie:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Wzór strukturalny i sumaryczny kwasu metanowego (kwasu mrówkowego).</li> <li>2. Równanie dysocjacji jonowej kwasu mrówkowego i podpisać powstające jony.</li> <li>3. Reakcję spalania całkowitego kwasu mrówkowego i podpisać powstające produkty.</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                           | Zdjęcie notatek z zeszytu z obu lekcji w tym tygodniu proszę o przesłanie mailem do 07.04.2020 |

|                                       |                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                       |            |
|---------------------------------------|------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|------------|
|                                       |                        | 4.Rozwiązanie zadania 4 z podręcznika, str. 163.                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                       |            |
| J.ANGIELSKI                           | Travel and transport . | <p>Powtórzcie słownictwo:</p> <p><a href="https://quizlet.com/pl/445111480/oxford-repetytorium-osmoklasisty-unit-8-flash-cards/">https://quizlet.com/pl/445111480/oxford-repetytorium-osmoklasisty-unit-8-flash-cards/</a></p> <p>W kolejności:</p> <p>A) fiszki</p> <p>B) ucz się</p> <p>Wykonajcie zad. 1/84</p> <p>(słowniczek str.91)</p> | Samodzielna z elementami pracy online | 01.04.2020 |
| J.HISZPAŃSKI                          | Wyrażenia potoczne     | <p>Przetłumacz wyrażenia z ćw. 5 str. 71 następnie wysłuchaj dialogu 28 (ćw. 5/71) i uzupełnij przetłumaczonymi wyrażeniami</p> <p>Wykonaj ćw. 6 ze str. 71 (połącz wyrażenia potoczne z ich tłumaczeniem)</p>                                                                                                                                | Praca samodzielna.                    | 02.04.2020 |
| PRYGOTOWANIE DO EGZAMINU Z MATEMATYKI | Powtórka z CKE         | <p>Zrób zadania z arkusza powtórkowego z CKE, część matematyczna (odpowiedzi są publikowane po godz. 15)</p> <p><a href="https://www.cke.gov.pl/egzamin-osmoklasisty/materialy-dodatkowe/zestawy-zadan-powtorkowych/">https://www.cke.gov.pl/egzamin-osmoklasisty/materialy-dodatkowe/zestawy-zadan-powtorkowych/</a></p>                     | Praca samodzielna                     |            |

**Wtorek 31.03.2020**

| <u><b>Przedmiot</b></u> | <u><b>Temat lekcji</b></u> | <u><b>Zadania dla ucznia</b></u> | <u><b>Sposób realizacji (samodzielna praca/lekcja)</b></u> | <u><b>Termin wykonania zadań</b></u> |
|-------------------------|----------------------------|----------------------------------|------------------------------------------------------------|--------------------------------------|
|                         |                            |                                  |                                                            |                                      |

|             |                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                 |                                                                                                |
|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
|             |                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <u><b>on line)</b></u>                                          |                                                                                                |
| J.POLSKI    | Tyle wiemy o sobie, ile nas sprawdzono - refleksje nad heroiczną postawą bohaterki wiersza Wisławy Szymborskiej. | Samodzielnie przeczytać tekst z podręcznika str. 146<br><br>Przeczytaj fragment tekstu "Buszujący w zbożu" - podręcznik str. 133                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Praca samodzielna                                               |                                                                                                |
| CHEMIA      | Kwas etanowy (kwas octowy)                                                                                       | Proszę o zapoznanie się z rozdziałem 30 w podręczniku chemii, str. 164 oraz z rozdziałem w epodręczniku, akapit 1:<br><a href="https://epodreczniki.pl/a/kwasy-karboksylowe---budowa/DpOlnp83W">https://epodreczniki.pl/a/kwasy-karboksylowe---budowa/DpOlnp83W</a><br>Proszę zapisać w zeszycie:<br>1.Wzór sumaryczny i strukturalny kwasu etanowego (kwasu octowego).<br>2.Na czym polega proces fermentacji octowej.<br>3.Równanie dysocjacji kwasu octowego i podpisać powstające jony.<br>4.Reakcję zobojętniania wodorotlenku sodu kwasem octowym w postaci ogólnej oraz w postaci jonowej.<br>5.Równanie reakcji kwasu octowego z metalem i podpisać produkty reakcji.<br>6.Równanie reakcji kwasu octowego z tlenkiem metalu i podpisać produkty reakcji. | Praca samodzielna                                               | Zdjęcie notatek z zeszytu z obu lekcji w tym tygodniu proszę o przesłanie mailem do 07.04.2020 |
| INFORMATYKA | Budowa strony internetowej                                                                                       | - Instalacja programu Bracket                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Praca samodzielna                                               | W danym tygodniu                                                                               |
| BIOLOGIA    | Konkurencja i pasożytnictwo                                                                                      | 1. Przeczytać uważnie temat w podręczniku s. 93- 96 oraz 107-110 .<br>2. Zapoznać się z materiałem umieszczonym na stronie:<br><a href="https://epodreczniki.pl/a/konkurencja-i-pasozytnictwo/DRye3Ymqf">https://epodreczniki.pl/a/konkurencja-i-pasozytnictwo/DRye3Ymqf</a><br>3. W zeszycie:<br>a. Skonstruuj tabelę, w której porównasz drapieżnictwo(rozmawialiśmy o nim na lekcji w szkole) z pasożytnictwem.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Praca samodzielna z elementami pracy online (platforma Quizizz) | 7.04.2020                                                                                      |

|                  |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                           |                                                  |
|------------------|--------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|
|                  |                                                              | <p>b. Wyjaśnij, dlaczego jemiołę określa się jako półpasożyta. Wymień jej przystosowania do trybu życia.</p> <p>c. Opisz zależności międzygatunkowe, jakie łączą człowieka i stonkę ziemniaczaną, stonkę i ziemniaka.</p> <p>4. Dla utrwalenia wiadomości warto rozwiązać quiz na stronie:<br/> <a href="https://epodreczniki.pl/a/konkurencja-i-pasozytnictwo/DRye3Ymqf">https://epodreczniki.pl/a/konkurencja-i-pasozytnictwo/DRye3Ymqf</a><br/> <a href="https://quizizz.com/admin/quiz/5e6ab231db7068001ba282a5/drapienictwo-rolinoerno">https://quizizz.com/admin/quiz/5e6ab231db7068001ba282a5/drapienictwo-rolinoerno</a></p> |                                                                                                                                                           |                                                  |
| MATEMATYKA       | Siatki ostrosłupów.<br>Pole powierzchni.                     | <p>Na tej lekcji dowiesz się jak wygląda siatka ostrosłupa, jak ją narysować i jak obliczyć pole powierzchni .</p> <p>Przebieg lekcji:</p> <p>Obejrzyj film o rodzajach ostrosłupów<br/> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=Tb3hmPJx0Ns">https://www.youtube.com/watch?v=Tb3hmPJx0Ns</a><br/> Obejrzyj film <a href="https://www.youtube.com/watch?v=KfyH-aAVGRY">https://www.youtube.com/watch?v=KfyH-aAVGRY</a><br/> Zapoznaj się z przykładem na str. 185 w podręczniku.<br/> Zapisz wzór na pole powierzchni ostrosłupa do zeszytu.<br/> Wykonaj zadania w zeszycie ćwiczeń zadania 1,2,3 str. 71,72</p>                   | Samodzielna, ale z filmem edukacyjnym z portalu <a href="http://www.pistacja.tv">www.pistacja.tv</a> gdzie temat jest solidnie wytłumaczony z przykładami | 31 .03.2020                                      |
| Fizyka           | Zwierciadła wklęsłe                                          | Zad.1-4 str. 210, zad. 5 chętni                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Samodzielnie                                                                                                                                              | Następna lekcja                                  |
| WF<br>DZIEWCZĘTA | Ćwiczenia koordynacyjno – zwinnościowe.                      | <p>- obejrzyj i wykonaj 20min trening wraz z Leną:<br/> <a href="https://liblink.pl/tnaflFZznT">https://liblink.pl/tnaflFZznT</a></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Samodzielna praca                                                                                                                                         | Wykonanie zadania zapisz w dzienniczku sportowym |
| WF CHŁOPCY       | Zapoznanie z ćwiczeniami kształtującymi koordynację ruchową. | <p>Przygotuj do ćwiczenia 2 piłeczki tenisowe lub jeśli nie posiadasz piłeczek - zwinięte skarpetki w kulki. Wygospodaruj w domu miejsce, gdzie będziesz mógł swobodnie się poruszać. Stań z dala od szyb, luster, rzeczy, które możesz rozbić.</p> <p>1. Wykonaj rozgrzewkę</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Samodzielna praca                                                                                                                                         | 31.03.2020, zapis w dzienniczku aktywności       |

|                  |                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                      |                                                              |
|------------------|----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|--------------------------------------------------------------|
|                  |                                                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>- bieg w miejscu przez 1 minutę</li> <li>- skłony głowy na boki, skręty na prawo i lewo x4</li> <li>- krążenia barków w tył, unieś łokcie, zataczaj coraz większe koła łokciami</li> <li>- wyprostuj ręce wykonuj krążenia ramion w tył x4</li> <li>- krążenia nadgarstków i stawów skokowych,</li> <li>- ręce w górę, krążenia całego tułowia w prawą i lewą stronę 4x w jedną, 4x w drugą stronę,</li> <li>- zrób dowolne ćwiczenie rozciągające w siadzie.</li> </ul> <p>Jesteś gotowy do części głównej lekcji.</p> <p>2. Wykonaj ćwiczenia koordynacyjne z użyciem piłeczek do tenisa - jeśli ich nie posiadasz wykorzystaj skarpetki - na końcu filmiku instrukcja jak to zrobić :)</p> <p><a href="https://liblink.pl/0fgAi6REjd">https://liblink.pl/0fgAi6REjd</a></p> <p>Nie przerażaj się! Na początku nie będzie łatwo, ale praktyka czyni mistrza :) Powtarzaj wiele razy. Na razie pomiń żonglerkę z 3 piłeczkami. Ucz się żonglować 2 piłkami.</p> <p>UWAGA!!!</p> <p>W linku poniżej lub na skrzynce rodziców na Librusie jest do pobrania "Dzienniczek aktywności ruchowej". Od dzisiaj korzystamy z niego wg instrukcji!!!</p> <p><a href="https://liblink.pl/m5w2L9acyM">https://liblink.pl/m5w2L9acyM</a></p> |                      |                                                              |
| WF<br>DZIEWCZĘTA | Belgijka –<br>Nauka/<br>przypomnienie<br>tańca<br>belgijskiego | <p>- naucz się tańca belgijskiego, potem naucz resztę swojej rodziny :)</p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=xFAfNnsFumY">https://www.youtube.com/watch?v=xFAfNnsFumY</a></p> <p>*DLA CHĘTNYCH<br/>nagraj krótki film jak tańczycie i wyślij mi go na email:<br/>arturkielczykowski@gmail.com</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Samodzielna<br>praca | Wykonanie<br>zadania<br>zapisz w<br>dzienniczku<br>sportowym |
| WF CHŁOPCY       | Kształtowanie<br>poczucia                                      | Dziś tańczymy 😊                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Samodzielna<br>praca | 31.03.2020,<br>zapis w                                       |

|  |                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |                        |
|--|---------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------|
|  | rytmu - układy taneczne do wybranej muzyki. | <p>Przygotuj się do odtwarzania muzyki z YouTube.</p> <p>Znajdź znaną Ci zapewne z przedszkola piosenkę „Głowa, ramiona, kolana pięty”. Zatańcz! Jeśli jeszcze się nie rozgrzałeś w ustawieniach zwiększ prędkość odtwarzania do 1,25. Chcesz mieć prawdziwe wyzwanie? - zwiększ prędkość do 1,5:)</p> <p>Następnie korzystając z linku:</p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=xFAfNnsFumY">https://www.youtube.com/watch?v=xFAfNnsFumY</a></p> <p>przypomnij sobie kroki „Belgijki”.</p> <p>Jeśli masz taką możliwość, naucz tańca resztę swojej rodziny :)</p> <p><b>DLA CHĘTNYCH!!!</b></p> <p>Przyślij mi filmik jak wspólnie tańczycie.</p> <p>Bawcie się dobrze :)</p> |  | dzienniczku aktywności |
|--|---------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------|

**Środa, 01.04.2020**

| <b><u>Przedmiot</u></b> | <b><u>Temat lekcji</u></b>                           | <b><u>Zadania dla ucznia</u></b>                                                                                                                                                                                                                                                      | <b><u>Sposób realizacji</u></b><br><b><u>( samodzielna</u></b><br><b><u>praca/lekcja on-</u></b><br><b><u>line)</u></b>                                   | <b><u>Termin</u></b><br><b><u>wykonania</u></b><br><b><u>zadań</u></b> |
|-------------------------|------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|
| MATEMATYKA              | Siatki ostrosłupów.<br>Pole powierzchni – ćwiczenia. | <p>Ta lekcja ma na celu wyćwiczenie umiejętności rysowania siatek ostrosłupów oraz obliczania pola powierzchni ostrosłupa.</p> <p>Wykonaj zadanie w zeszyte ćwiczeń 4 str. 73</p> <p>Wykonaj zadania w podręczniku 3,4,5 str. 186</p> <p>Pamiętaj, aby w razie problemów zająć do</p> | Samodzielna, ale z filmem edukacyjnym z portalu <a href="http://www.pistacja.tv">www.pistacja.tv</a> gdzie temat jest solidnie wytłumaczony z przykładami | 01.04.2020                                                             |

|               |                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                   |                                                  |
|---------------|------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------|
|               |                                                            | podręcznika (str. 184 -185) i do filmu edukacyjnego z poprzedniej lekcji.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                   |                                                  |
| J.ANGIELSKI   | Giving directions. (Pytanie o drogę, udzielanie wskazówek) | Przypomnijcie sobie zwroty:<br><br><a href="https://quizlet.com/pl/497664968/giving-directions-flash-cards/">https://quizlet.com/pl/497664968/giving-directions-flash-cards/</a><br><br>Następnie wykonajcie zad. 1, 2, 6/85                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Praca samodzielna | 03.04.2020                                       |
| J.POLSKI      | Charakterystyka Holdena - bohatera powieści J.D. Salinger. | Wykonaj zadanie 2 str. 136 (wyślij je drogą elektroniczną)<br><br>Wykonaj (dla siebie) notatkę na temat charakterystyki porównawczej (str. 158-160)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                   | Następna lekcja.                                 |
| WF dziewczęta | Ćwiczenia koordynacyjne z wykorzystaniem przyboru          | - wykonaj ćwiczenia koordynacyjne z użyciem piłeczek do tenisa - jeśli ich nie posiadasz wykorzystaj skarpetki - na końcu filmiku instrukcja jak to zrobić :)<br><a href="https://liblink.pl/0fgAi6REjd">https://liblink.pl/0fgAi6REjd</a>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Praca samodzielna | Zapisz wykonanie zadania w dzienniczku sportowym |
| WF chłopcy    | Wypadki podczas zajęć ruchowych. Pierwsza pomoc (cz. I)    | Jak sami pewnie zdążyliście zauważyć w czasie zajęć ruchowych dochodzi niekiedy do wypadków. Pamiętajcie pierwszą lekcję WF po rozpoczęciu każdego roku szkolnego? Poświęcamy dużo czasu, by poruszyć z Wami temat BEZPIECZEŃSTWA, bo jest to dla nas sprawa priorytetowa. Pamiętajcie na co zwykle zwracamy uwagę? Przypomnę Wam:<br>- odpowiedni strój,<br>- odpowiednie obuwie,<br>- ćwiczenie bez biżuterii,<br>- związane włosy,<br>- dokładne wykonywanie poleceń nauczyciela,<br>- zachowanie w stosunku do współwiczących,<br>- przybory i przyrządy sportowe, | Praca samodzielna | 01. 04.2020, zapis w dzienniczku aktywności      |

|  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |  |
|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
|  |  | <p>- regulaminy pomieszczeń sportowych,<br/> - kiepskie samopoczucie w trakcie ćwiczeń.</p> <p>Poza tym każdą lekcję rozpoczynamy rozgrzewką, by przygotować Wasze organizmy do ćwiczeń w części głównej lekcji. Staramy się o dokładne omawianie sposobu wykonywania danego ćwiczenia, asekurujemy Was. Gdy ćwiczymy z przyborami, np. z piłkami, zawsze prosimy Was, byście odłożyli je w określone miejsce, a w grach zespołowych zwracamy uwagę na grę wg określonych przepisów.</p> <p>Pomimo naszych wszelkich starań wypadki niekiedy się zdarzają...</p> <p><u>Zadanie z lekcji:</u><br/> analizując powyższy tekst, zastanów się, co Ty możesz zrobić, by zapobiegać wypadkom podczas lekcji WF? Odnieś to do siebie. Użyj konkretnych przykładów. W punktach, napisz mi swoją odpowiedź i prześlij Librusem.</p> <p>Po wykonaniu zadania, przygotuj się do treningu tabaty.</p> <p>UWAGA! Ćwiczenia wykonuje się w pozycji stojącej. Zorganizuj sobie miejsce do ćwiczenia tak, by unosząc wyprostowane ramiona do boku nie dotykać niczego. Jeśli ćwiczysz w domu, załóż skarpetki antypoślizgowe!</p> <p>Trener prowadzący wykonuje 4 rundy, a w nich po 4 serie ćwiczeń. Wykonaj maksymalnie 3 serie. Minutę, która Ci została przeznacz na odpoczynek.</p> <p><a href="https://liblink.pl/RDHhg8y6ti">https://liblink.pl/RDHhg8y6ti</a></p> |  |  |
|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|

|                   |                                    |                                                                                                                                                                    |                   |                                         |
|-------------------|------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-----------------------------------------|
|                   |                                    | Po treningu uspokój swój organizm, wykonaj kilka znanych Ci ćwiczeń rozciągających. Ćwiczenia wykonuj powoli, każdą pozycję utrzymuj kilka sekund.<br>Powodzenia:) |                   |                                         |
| Godz. wychowawcza | Jak dbać o higienę ciała i umysłu? | - napisz kilka zdań jak rozumiesz higienę osobistą a jak higienę umysłu                                                                                            | Samodzielna praca | Odpowiedz wyślij Librusem do wychowawcy |
| Religia           | Niedziela Palmowa                  | pogłębienie rozumienia przesłania okresu Wielkiego Postu, przypomnienie wiadomości na temat Wielkiego Tygodnia, szczególnie Niedzieli Palmowej                     | Praca samodzielna | 25.03                                   |
| Religia           | Ofiara dla naszego zbawienia       | Życie, nauczanie i zbawczy charakter dzieła Jezusa Chrystusa; przesłanie i liturgia poszczególnych okresów i uroczystości roku liturgicznego                       | Praca samodzielna |                                         |

**Czwartek, 02.04.2020**

| <b><u>Przedmiot</u></b> | <b><u>Temat lekcji</u></b> | <b><u>Zadania dla ucznia</u></b>                                                                                                                                                    | <b><u>Sposób realizacji (samodzielna praca/lekcja on-line)</u></b> | <b><u>Termin wykonania zadań</u></b> |
|-------------------------|----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|
| J.HISZPAŃSKI            | Rozumienie tekstu          | Przetłumacz tekst ze str. 78 La ruta del lobo perdido                                                                                                                               | Praca samodzielna                                                  | 06.04.2020                           |
| HISTORIA                | PRL w latach 1956-1970     | 1.Przeczytaj uważnie tekst w podręczniku na str. 187-192<br>2. Zanotuj w zeszyte:<br>a. wyjaśnij pojęcie: mała stabilizacja<br>b. wymień główne przyczyny sporu Gomułki z Kościołem | Samodzielna praca z elementami                                     | do 09.04<br>lub                      |

|                  |                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                           |                                                  |
|------------------|---------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|
|                  |                                                                           | <p>c. opisz w kilku zdaniach co wydarzyło się w Marcu 1968r. oraz Grudniu 1970r.</p> <p>3. Obejrzyj film IPN o wydarzeniach na Wybrzeżu (wystarczy do minuty 7:13):<br/> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=R1RUiT_E7cM&amp;list=PLqh0OnxCcUeQfsRJI-eQn2wa-2TTzF_eT&amp;index=34&amp;t=0s">https://www.youtube.com/watch?v=R1RUiT_E7cM&amp;list=PLqh0OnxCcUeQfsRJI-eQn2wa-2TTzF_eT&amp;index=34&amp;t=0s</a><br/>         oraz wysłuchaj „Balladę o Janku Wiśniewskim”<br/> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=uw9VRnfl9no">https://www.youtube.com/watch?v=uw9VRnfl9no</a></p> | pacy on-line                                                                                                                                              | następną lekcję                                  |
| MATEMATYKA       | Objętość ostrosłupa.                                                      | <p>Na dzisiejszej lekcji nauczysz się obliczać objętość ostrosłupa.</p> <p>Obejrzyj film <a href="https://www.youtube.com/watch?v=3w3eqZ6tetM">https://www.youtube.com/watch?v=3w3eqZ6tetM</a><br/> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=w6g3fzh8Pj4">https://www.youtube.com/watch?v=w6g3fzh8Pj4</a><br/> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=3SrUcD87V6w">https://www.youtube.com/watch?v=3SrUcD87V6w</a></p> <p>Zapisz wzór na objętość ostrosłupa do zeszytu. Str. 189 podręcznik<br/>         Rozwiąż zad 1,2,3 str. 189 z podręcznika do zeszytu.</p>                        | Samodzielna, ale z filmem edukacyjnym z portalu <a href="http://www.pistacja.tv">www.pistacja.tv</a> gdzie temat jest solidnie wytłumaczony z przykładami | 02.04.2020                                       |
| J.POLSKI         | Przygotowujemy się do egzaminu (praca z tekstem)                          | <p>Wykonaj zadania przesłane na Twoje konto.</p> <p>Przeczytaj utwór Mariana Hemara “Teoria względności” str. 164</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Konsultacja online (Librus i Webex)                                                                                                                       | Następna lekcja.                                 |
| Fizyka           | Zwierciadła wypukłe                                                       | Zad. 1-4 str. 214                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | On-line                                                                                                                                                   | Podczas lekcji                                   |
| WF<br>DZIEWCZĘTA | Diagnoza wytrzymałości i wydolności fizycznej - Samokontrola i samoocena. | <p>Jako rozgrzewkę zatańcz znaną Ci pewnie z przedszkola piosenkę : głowa, ramiona, kolana pięty - w ustawieniach na YouTube zwiększ prędkość odtwarzania do 1,5</p> <p>Po odtęgnięciu głowa, ramiona... wykonaj trening Tabata dla początkujących:<br/> <a href="https://liblink.pl/RDHhg8y6ti">https://liblink.pl/RDHhg8y6ti</a></p>                                                                                                                                                                                                                                                      | Samodzielna praca                                                                                                                                         | Wykonanie zadania zapisz w dzienniczku sportowym |

|            |                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                   |                                           |
|------------|-------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-------------------------------------------|
| WF CHŁOPCY | Stretching - kształtowanie gibkości | <p>Zorganizuj sobie miejsce do ćwiczenia tak, by unosząc wyprostowane ramiona do boku nie dotykać niczego. Jeśli masz, rozłóż karimatę, ćwiczenia wykonuj na niej.</p> <p>1. Wykonaj rozgrzewkę:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- trucht w miejscu - 1 minuta</li> <li>- trucht w miejscu - naprzemienne krążenia ramion w przód x15</li> <li>- trucht w miejscu - naprzemienne krążenia ramion w tył x15</li> <li>- niskie podskoki w miejscu – krążenia ramion w przód x15</li> <li>- niskie podskoki w miejscu – krążenia ramion w tył x15</li> </ul> <p>Stań w rozkroku: ręce na biodrach – obszerne krążenia bioder w prawą stronę x4, w lewo - 4x,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- opad tułowia w przód - skrętoskłony x10</li> <li>- krążenia stawów skokowych w prawo i lewo x10 na każdą nogę</li> <li>- przysiady (całe stopy) 10x</li> <li>- pajacyki boczne x10.</li> </ul> <p>2. Następnie wykonaj stretching, który znajdziesz w linku poniżej:</p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=vq_4SghsXUg">https://www.youtube.com/watch?v=vq_4SghsXUg</a></p> | Praca samodzielna | 2.04.2020, zapis w dzienniczku aktywności |
| WOS        | Powiat i województwo                | <p>1. Przeczytaj uważnie tekst w podręczniku na str. 78-81</p> <p>2. Zanotuj w zeszytach:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a. wymień organy samorządu wojewódzkiego</li> <li>b. wymień zadania samorządu wojewódzkiego</li> <li>c. rozwiąż krzyżówkę z zad. 6 str. 81</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Samodzielna praca | do 09.04 lub następną lekcję              |

Piątek, 03.04.2020

| <u><b>Przedmiot</b></u> | <u><b>Temat lekcji</b></u>                           | <u><b>Zadania dla ucznia</b></u>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <u><b>Sposób realizacji (samodzielna praca/lekcja on-line)</b></u> | <u><b>Termin wykonania zadań</b></u> |
|-------------------------|------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|
| J.ANGIELSKI             | Zadania egzaminacyjne – rozumienie tekstów pisanych. | Przypomnij sobie słownictwo z lekcji poniedziałkowej (quizlet)<br>Następnie wykonajcie zadania utrwalające słownictwo: 2, 3/86<br>Teraz przejdźcie do zadań egzaminacyjnych: 4a/86 i 7/87                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Praca samodzielna                                                  | 6.04.2020                            |
| HISTORIA                | Polska w latach 70 XX wieku.                         | 1.Przeczytaj uważnie tekst w podręczniku na str. 193-197<br>2. Zanotuj w zeszycie:<br>a. scharakteryzuj politykę gospodarczą Gierka<br>b. wyjaśnij na czym polegało: ukryte bezrobocie i propaganda sukcesu<br>3. Wykonaj kartę pracy.<br><a href="https://tiny.pl/t3qqb">https://tiny.pl/t3qqb</a><br>Uzupełnioną kartę pracy proszę wrzucić do folderu 8a (zdjęcie lub inny plik): <a href="https://tiny.pl/t3qt4">https://tiny.pl/t3qt4</a><br>- pamiętajcie o podpisaniu się – chciałabym wiedzieć komu wstawiam dobrą ocenę. Praca będzie oceniona – kategoria praca domowa.<br>4. Dla osób chętnych trochę relaksu można obejrzeć jedną z komedii Barei | Samodzielna praca                                                  | do 08.04<br>lub następną lekcję      |
| MATEMATYKA              | Objętość ostrosłupa – ćwiczenia.                     | Na dzisiejszej lekcji poćwiczysz obliczanie objętości ostrosłupów.<br>Wykonaj zadania z podręcznika<br>Zad 4,5 str. 189 oraz zad 6 str. 190.<br><br>Jeśli będą problemy koniecznie wróć do filmów edukacyjnych. Możesz                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Praca samodzielna                                                  | 03.04.2020                           |

|          |                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                             |                                                          |
|----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|----------------------------------------------------------|
|          |                                                                                                 | też do mnie napisać na Librusie.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                             |                                                          |
| WOS      | Obywatele a organy samorządu.                                                                   | <p>1.Przeczytaj uważnie tekst w podręczniku na str. 82-85</p> <p>2. Sprawdź</p> <p>a. jakie sprawy możesz załatwić w różnych urzędach (urząd gminy, starostwo powiatowe itd.)</p> <p>b. wyjaśnij co to jest ePUAP i jakie sprawy można załatwić za jego pośrednictwem.</p> <p>3. Uzupełnij pobrany ze strony <a href="https://www.gov.pl/web/gov/uzyskaj-dowod-osobisty">https://www.gov.pl/web/gov/uzyskaj-dowod-osobisty</a> wniosek o dowód osobisty (zakładka w urzędzie w punkcie co musisz przygotować znajduje się link do wniosku) lub ewentualnie link o wniosku: <a href="https://tiny.pl/t3q7t">https://tiny.pl/t3q7t</a>(oprócz imienia i nazwiska dane nie muszą być prawdziwe).</p> <p>4. Przygotuj prasówkę</p> <p>Uzupełniony wniosek i prasówkę proszę wrzucić do folderu 8a WOS (zdjęcie lub inny plik): <a href="https://tiny.pl/t3qrd">https://tiny.pl/t3qrd</a></p> <p>- pamiętajcie o podpisaniu się – chciałabym wiedzieć komu wstawiam dobrą ocenę. Praca będzie oceniona – kategoria praca domowa.</p> | Samodzielna praca z elementami pacy on-line | do 09.04 (lub na następną lekcję) prasówka na 10.04.2020 |
| J.POLSKI | Poetyckie rozważania na temat oceniania innych w wierszu Mariana Hemara pt. Teoria względności. | Wykonaj zadania od 1-5 str. 164-165                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Konsultacja online (Librus i Webex)         | Następna lekcja                                          |