

**Klasa 8I tygodniowy plan i forma zajęć:**

Lp	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek
1.	Fizyka	Chemia	Geografia	Informatyka	Wychowanie do życia w rodzinie
2.	Historia	Godzina wychowawcza	Fizyka	Wychowanie fizyczne	Język polski
3.	Edukacja dla bezpieczeństwa	Wychowanie fizyczne	Wychowanie fizyczne	Matematyka	Język hiszpański
4.	Wychowanie fizyczne	Matematyka	Język angielski	Język angielski	Matematyka
5.	Wiedza o społeczeństwie	Biologia	Język polski	Język hiszpański	Historia
6.	Język polski	Język angielski	Wiedza o społeczeństwie	Język polski	
7.	Chemia	Język polski	Matematyka		
8.		Etyka/Informatyka	Religia		
9.			Religia		

Zajęcia on-line na platformie – link w terminarzu

Przedmioty	Zakres treści	Sposób pracy	Zasady oceniania
------------	---------------	--------------	------------------

<p><b>Biologia</b></p>	<p><b>Temat: Nieantagonistyczne zależności między gatunkami.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Kartkówka z tematów: <ul style="list-style-type: none"> <li>Cechy populacji.</li> <li>Antagonistyczne zależności między populacjami: konkurencja, drapieżnictwo, roślinożerność, pasożytnictwo.</li> </ul> </li> </ol> <p>Podręcznik str. 87- 110.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Na lekcji omówimy: <ul style="list-style-type: none"> <li>dwa rodzaje mutualizmu: symbioza i protokooperacja</li> <li>komensalizm.</li> </ul> </li> </ol> <p><b>Temat: Czym jest ekosystem?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ekosystem i jego składniki</li> <li>ekosystemy sztuczne i naturalne</li> <li>sukcesja pierwotna i wtórna</li> <li>sposoby wykorzystywania ekosystemów przez człowieka.</li> </ul>	<p>Lekcja online- praca na podstawie kart pracy umieszczonych na platformie Microsoft Teams.</p> <p>Praca z podręcznikiem i kartami pracy umieszczonymi na platformie Microsoft Teams.</p> <p>Lekcja online- praca na podstawie kart pracy umieszczonych na platformie Microsoft Teams.</p> <p>Praca z podręcznikiem i kartami pracy umieszczonymi na platformie Microsoft Teams.</p>	<p>Potwierdzenie wykonania zadań – terminowe przesyłanie wykonanych kart bezpośrednio przez zakładkę zadania na platformie Teams.</p> <p>Potwierdzenie wykonania zadań – terminowe przesyłanie wykonanych kart bezpośrednio przez zakładkę zadania na platformie Teams.</p>
<p><b>Chemia</b></p>	<p><b>Tydzień I</b></p> <p><b>Temat 1: Wyższe kwasy karboksylowe 2</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>opisuje budowę cząsteczek wyższych kwasów karboksylowych</li> <li>podaje nazwy wyższych kwasów karboksylowych nasyconych (palmitynowy, stearynowy) i nienasyconych (oleinowy)</li> </ul>	<p>Lekcja on-line na platformie MS Teams.</p>	<p>Ocena zadań domowych i odpowiedzi ustnych. Ocena sprawdzianu.</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>– zapisuje wzory kwasów: palmitynowego, stearynowego i oleinowego</li> <li>– projektuje doświadczenia umożliwiające zbadanie właściwości wyższych kwasów karboksylowych</li> <li>– opisuje właściwości fizyczne wyższych kwasów karboksylowych</li> <li>– projektuje doświadczenie umożliwiające odróżnienie kwasów nasyconych od kwasów nienasyconych</li> <li>– zapisuje równania reakcji spalania wyższych kwasów karboksylowych</li> <li>– zapisuje równanie reakcji wyższych kwasów karboksylowych z zasadą sodową</li> </ul> <p><b>Temat 2: Porównanie właściwości kwasów karboksylowych</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– wyjaśnia zależność między długością łańcucha węglowego a stanem skupienia i aktywnością chemiczną kwasów karboksylowych</li> <li>– zapisuje równania reakcji spalania i dysocjacji jonowej (elektrolitycznej) oraz reakcji kwasów karboksylowych z: zasadami, metalami i tlenkami metali</li> </ul> <p><b>Tydzień II</b></p> <p><b>Temat 1: Estry 1</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– wyjaśnia, na czym polega reakcja estryfikacji</li> <li>– zapisuje równania reakcji kwasów karboksylowych z alkoholami monohydroksylowymi</li> <li>– wskazuje grupę funkcyjną we wzorze estru</li> </ul>		
--	---	--	--

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- tworzy nazwy estrów pochodzące od podanych nazw kwasów i alkoholi</li> <li>- zapisuje wzory estrów na podstawie ich nazw</li> <li>- projektuje doświadczenie umożliwiające otrzymanie estru o podanej nazwie</li> <li>- opisuje właściwości estrów w aspekcie ich zastosowań</li> <li>- podaje występowanie estrów w przyrodzie</li> </ul> <p><b>Temat 2: Estry 2</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- wyjaśnia, na czym polega reakcja estryfikacji</li> <li>- zapisuje równania reakcji kwasów karboksylowych z alkoholami monohydroksylowymi</li> <li>- wskazuje grupę funkcyjną we wzorze estru</li> <li>- tworzy nazwy estrów pochodzące od podanych nazw kwasów i alkoholi</li> <li>- zapisuje wzory estrów na podstawie ich nazw</li> <li>- projektuje doświadczenie umożliwiające otrzymanie estru o podanej nazwie</li> <li>- opisuje właściwości estrów w aspekcie ich zastosowań</li> <li>- podaje występowanie estrów w przyrodzie</li> </ul>		
<b>Edukacja dla bezpieczeństwa</b>	<p><b>Data: 26.04.2021 r.</b></p> <p><b>Temat: Choroby cywilizacyjne.</b></p>	Praca z podręcznikiem (str. 129-137) i kartą pracy umieszczoną na platformie MS Teams w trakcie lekcji.	Aktywność i praca na lekcji oceniana (+). Wysłanie karty pracy po zakończonej lekcji na MS Teams.
<b>Etyka</b>	<p><b>27.04.</b></p> <p><b>Temat: Kultura obowiązuje wszystkich</b></p> <p>Poruszane zagadnienia:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- czy jest „kultura”</li> <li>- czy kulturalne zachowanie obowiązuje wszystkich;</li> </ul>	<p><b>1.</b></p> <p>Lekcja on-line / MS Teams z wykorzystaniem opowiadania edukacyjnego.</p>	Ocenie podlega aktywność uczniów /zgodnie z WSO/, zaangażowanie w dyskusję.

	<p>- wszyscy wobec obowiązków jesteśmy równi;  <b>04.05.</b>  <b>Temat: Postawy wobec narodu – zbiór pojęć.</b>  Poruszane zagadnienia:  - wyjaśnianie pojęć: patriotyzm, nacjonalizm, ksenofobia, szowinizm, rasizm, kosmopolityzm;</p>	<p><b>2.</b>  Lekcja on-line / MS Teams  z wykorzystaniem LearningApps</p>	
<b>Fizyka</b>	<p><b>Temat: Oko i aparat fotograficzny</b>  <b>Temat: Zwierciadła płaskie</b>  <b>Temat: Zwierciadła wklęsłe.</b>  <b>Temat: Zwierciadła wypukłe.</b></p>	<p>Lekcja online Teams  Praca z podręcznikiem</p>	<p>Praca na lekcji (+), prace domowe (+), testy, prace dodatkowe, doświadczenia (oceny), kartkówki</p>
<b>Geografia</b>	<p><b>Temat: Sprawdzenie wiedzy i umiejętności z działu Ameryka.</b></p> <p><b>Temat: Stany Zjednoczone – potęga gospodarcza świata.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• cechy położenia geograficznego</li> <li>• znaczenie terminów: <i>produkt światowy brutto, technopolia</i></li> <li>• poziom rozwoju kraju na podstawie wskaźników ekonomicznych</li> <li>• rozwój przemysłu i jego kluczowe działy</li> <li>• znaczenie przemysłu high-tech</li> <li>• rola Doliny Krzemowej</li> <li>• rozwój usług wyspecjalizowanych</li> </ul>	<p><b>Sprawdzian w wersji on-line</b>  (uczniowie w trakcie sprawdzianu mają włączone kamerki) - na początku lekcji nauczyciel przekaze uczniom link do testu w Forms – test będzie składał się z zadań otwartych i zamkniętych</p> <p>Praca z podręcznikiem s. 140 - 145 i zeszytem przedmiotowym. Praca na podstawie prezentacji multimedialnej w trakcie lekcji on-line. Materiały dodatkowe zamieszczone na platformie epodręczniki <a href="https://tiny.pl/7hz1p">https://tiny.pl/7hz1p</a> - uzupełnienie treści z lekcji.</p>	<p>Sprawdzian oceniany zgodnie z PSO.</p> <p>Wykonywane przez uczniów zadania oceniane będą na plusy (pięć plusów to ocena bardzo dobra z aktywności) lub ocenę cząstkową.  Aktywność na lekcji (+).</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• rola i znaczenie rolnictwa</li> <li>• marnowanie żywności</li> </ul>		
<b>Godzina wychowawcza</b>	<p>Co robić, aby spełniać marzenia?</p> <p>Co ludzi łączy, a co dzieli? Nieśmiałość i samotność – jak ją pokonać?</p>	Lekcja Online z wykorzystaniem Teams.	brak
<b>WOS</b>	<p><b>Temat: Sądy i trybunały</b></p> <p>- Wyjaśnienie pojęć: sąd, sądy powszechne, sądy administracyjne, wymiar sprawiedliwości, zasada dwuinstancyjności postępowania sądowego, zasada niezależności sądów, Trybunał Stanu, Trybunał Konstytucyjny,</p> <p>- Przedstawienie: struktury polskiego wymiaru sprawiedliwości, podstawowych zasad postępowania sądowego, spraw, które rozpatruje Trybunał Stanu i Trybunał Konstytucyjny, spraw, które rozpatruje sąd rejonowy.</p> <p><b>Temat: Organizacje pozarządowe</b></p> <p>- Wyjaśnienie pojęć: organizacja pozarządowa, stowarzyszenie, fundacja, wolontariat.</p> <p>- Przedstawienie: celów i przykładów działań wybranych organizacji pozarządowych (stowarzyszeń i fundacji), roli organizacji pozarządowych w kształtowaniu społeczeństwa obywatelskiego, form działalności wolontariuszy, znaczenia wolontariatu we współczesnym świecie.</p>	<p>Lekcja online- praca na podstawie podręcznika.</p> <p>Praca z podręcznikiem str. 146-151 i zeszytem przedmiotowym.</p> <p>Lekcja online- praca na podstawie podręcznika.</p> <p>Praca z podręcznikiem str. 152-157 i zeszytem przedmiotowym.</p>	<p>Aktywność na lekcji.</p> <p>Potwierdzenie wykonania zadań – terminowe przesyłanie wykonanych zadań na platformie Teams. Zadania oceniane będą na plusy w ramach aktywności (uzyskanie 5 plusów daje ocenę bardzo dobrą)</p> <p>Aktywność na lekcji.</p> <p>Potwierdzenie wykonania zadań – terminowe przesyłanie wykonanych zadań na platformie Teams. Zadania oceniane będą na plusy w ramach aktywności (uzyskanie 5 plusów daje ocenę bardzo dobrą)</p>

	<p><b>Temat: Media i opinia publiczna</b></p> <p>- Wyjaśnienie pojęć: środki masowego przekazu, opinia publiczna, ośrodki badania opinii publicznej, reklama, kampania społeczna.</p> <p>- Przedstawienie: funkcji i specyfiki (wad i zalet) współczesnych środków masowego przekazu (prasa, telewizja, radio, Internet), roli środków masowego przekazu w systemie ochrony praw i wolności człowieka, zasad prawidłowej analizy przekazu informacyjnego: tekstu narracyjnego (fakty, opinie) oraz reklamy, roli, celów, rodzajów kampanii społecznych, zasad odczytywania i interpretacji wyników badań opinii publicznej (wykresów, tabel), znaczenia opinii publicznej dla funkcjonowania społeczeństwa demokratycznego.</p>	<p>Lekcja online- praca na podstawie podręcznika.</p> <p>Praca z podręcznikiem str. 158-163 i zeszytem przedmiotowym.</p>	<p>Aktywność na lekcji.</p> <p>Potwierdzenie wykonania zadań – terminowe przesyłanie wykonanych zadań na platformie Teams. Zadania oceniane będą na plusy w ramach aktywności (uzyskanie 5 plusów daje ocenę bardzo dobrą)</p>
Informatyka	<p><b>Wprowadzenie do programowania w języku C++</b></p> <p><b>Wprowadzenie do programowania w języku C++</b></p>	<p>Prace wykonywane będą za pomocą programu Dev C++.</p> <p>Instrukcje zaprezentowane będą na lekcji online.</p>	<p>-Wykonywanie zadań podczas lekcji on-line oceniane na plusy w ramach aktywności (uzyskanie 5 plusów daje ocenę bardzo dobrą, za 10 plusów jest ocena celująca)</p> <p>-Terminowe uzupełnienie karty pracy oceniane na plusy w ramach aktywności (uzyskanie 5 plusów daje ocenę bardzo dobrą, za 10 plusów jest ocena celująca)</p>

<p><b>Język angielski</b></p>	<p><b>Temat:</b> Rozmowa na temat wynalazków z zastosowaniem strony biernej.  <b>Temat:</b> Strona bierna- czasy przeszłe.  <b>Temat:</b> Strona bierna- czasy terażniejsze.  <b>Temat:</b> Strona bierna- przypomnienie i utrwalenie wiadomości.  <b>Temat:</b> Środowisko- ochrona i katastrofy naturalne.  <b>Temat:</b> Speaking practise. Ćwiczenia na mówienie. Opisywanie ilustracji.</p>	<p>Lekcje online na platformie MS Teams.  Praca z podręcznikiem oraz materiałami multimedialnymi.</p>	<p>Aktywność na lekcji, odpowiedź ustna.</p>
<p><b>Język hiszpański</b></p>	<p><b>Temat: Czas przeszły Pretérito imperfecto – formy czasowników regularnych. Wprowadzenie. (29.04.)</b>  -Omówienie zasad zastosowania czasu przeszłego Pretérito imperfecto  -Omówienie zasad odmiany czasowników regularnych w czasie przeszłym Pretérito imperfecto  -Okoliczniki czasu występujące z czasem przeszłym Pretérito imperfecto</p> <p><b>Temat: Czas przeszły Pretérito imperfecto – formy czasowników regularnych i nieregularnych. Zastosowanie. (30.04)</b>  -Przypomnienie zasad zastosowania czasu przeszłego Pretérito imperfecto  -Przypomnienie zasad odmiany czasowników regularnych w czasie przeszłym Pretérito imperfecto  -Wprowadzenie czasowników nieregularnych w czasie przeszłym Pretérito imperfecto</p>	<p>-Lekcje on-line na platformie MS Teams  -Praca z prezentacjami multimedialnymi przygotowanymi przez nauczyciela  -Praca z podręcznikiem str. 100-103</p>	<p>-Wykonywanie zadań podczas zajęć oceniane w ramach plusów za aktywność lub ocen za pracę na lekcji</p>



	<p><b>Temat: Wyrażanie opinii, argumentowanie, zaprzeczanie – wprowadzenie słownictwa. (6.05)</b></p> <p><b>Temat: Wyrażanie opinii, argumentowanie, zaprzeczanie - ćwiczenia. (7.05)</b></p>		
<b>Język polski</b>	<p><b>Temat:</b> Poetyckie rozważania na temat wartości słowa w utworze Tadeusza Różewicza.</p> <p><b>Temat:</b> Utrwalamy wiedzę i umiejętności z zakresu podstawy programowej – K. Wierzyński “Lekcja konwersacji”.</p> <p><b>Temat:</b> Szkoła pisania. Opis grafiki.</p> <p><b>Temat: Sprawdzian- Rodzaje stylów, gatunki epickie, liryczne i dziennikarskie.</b></p> <p><b>Temat:</b> Interpretujemy grafiki o tematyce antywojennej.</p> <p><b>Temat:</b> W jaki sposób bohater książki Melchiora Wańkowicza uniknął bratobójczej walki?</p> <p><b>Temat:</b> Brak porozumienia między ludźmi tematem wiersza W. Szymborskiej “Na wieży Babel”.</p> <p><b>Temat:</b> W jaki sposób bronić się przed manipulacją?</p>	<p>Wykonaj zadania 1-4 ze str. 187;</p> <p>Przeczytaj wiersz ze str. 236, a następnie wykonaj zadania 1-12 str. 237;</p> <p>Wykonaj zadania 1 str. 247;</p> <p>Zaloguj się punktualnie na lekcję;</p> <p>Wykonaj zadania: 2-4 str. 248-249;</p> <p>Wykonaj zadania 1-4 (do tekstu) ze str. 251</p> <p>Wykonaj zadania wstępne str. 252, przeczytaj wiersz, a następnie zrób zadania 1-6 str. 253;</p> <p>Zapoznaj się z informacjami na str. 254 w podręczniku. Odwołaj się do własnych doświadczeń</p>	<p>Po <u>każdej</u> lekcji uczeń wysyła nauczycielowi za pomocą MS Teams zdjęcie wykonanych zadań, w celu potwierdzenia wykonania pracy (z klasą i samodzielnie).</p> <p>Ocenię podlegają: aktywność na lekcji, sprawdziany i kartkówki zamieszczane na w aplikacji MS Forms</p> <p>Zadania dla chętnych.</p>

		dotyczących: reklam, plakatów, zachowania polityków etc.;	
	<b>Temat:</b> Manipulacja i prowokacja ćwiczenia.	Wykonaj zadania: 2-4 str. 255-256;	
<b>Matematyka</b>	Temat: Powtórzenie wiadomości przed egzaminem ósmoklasisty	Każdego dnia będziemy rozwiązywać zadania egzaminacyjne ( do 10 zadań). Część będzie robiona na lekcji, pozostałe będą do samodzielnego rozwiązania w domu.	Praca samodzielna na ocenę. Aktywność na ocenę. Brak zaangażowania (pracy) będzie skutkowało częściową oceną niedostateczną.
<b>Religia</b>	<p>Temat: Powtórzenie wiadomości: Podstawy moralności chrześcijańskiej.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Powtórzenie najważniejszych informacji z zakresu podstaw moralności chrześcijańskiej.</li> </ul> <p>Temat: Kartkówka: Podstawy moralności chrześcijańskiej.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sprawdzenie opanowania wiadomości z działu 3.</li> </ul> <p>Temat: Czym jest dla mnie Imię Boże?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pogłębienie rozumienia i interpretacja egzystencjalna II przykazania Bożego.</li> </ul>	<p>Lekcja online za pomocą MS Teams, rozmowa kierowana.</p> <p>Przesłanie odpowiedzi na sformułowane pytania.</p> <p>Lekcja online za pomocą MS Teams, rozmowa kierowana. Praca własna nad nadesłanym materiałem.</p>	<p>Aktywność w czasie zajęć.</p> <p>Przesłanie sformułowanych odpowiedzi.</p> <p>Aktywność w czasie zajęć.</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Analiza i interpretacja Imienia Boga, określenie Jego istoty oraz znaczenie imion ludzkich.</li> </ul> <p>Temat: Jestem chrześcijaninem. Co wynika z mojej deklaracji?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rozwijanie umiejętności deklarowania swojej wiary</li> <li>• Potwierdzenie przynależności do Chrystusa</li> <li>• Odkrywanie wobec innych różnego podejścia w przeżywaniu swojej wiary i konsekwencje tego, na podstawie biblijnego tekstu Mt 10, 32–33.</li> </ul>	<p>Lekcja online za pomocą MS Teams, rozmowa kierowana. Praca własna nad nadesłanym materiałem.</p>	<p>Aktywność w czasie zajęć.</p>
<p><b>Historia</b></p>	<p><b>Temat: Sprawdzian wiadomości z działu V – Upadek komunizmu.</b></p> <p><b>Temat: Konflikty na świecie po 1989 roku</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Daleki Wschód</li> <li>2. Kraje afrykańskie</li> <li>3. Współczesne konflikty na świecie</li> <li>4. Konflikt palestyńsko-izraelski</li> <li>5. Wojna z terroryzmem</li> </ol>	<p>Lekcja online na platformie MS Teams</p> <p>Lekcja online na platformie MS Teams i praca samodzielna z podręcznikiem. Materiał prezentacyjny: <a href="https://tiny.pl/r234k">https://tiny.pl/r234k</a> Materiał filmowy: <a href="https://tiny.pl/r234g">https://tiny.pl/r234g</a> <a href="https://tiny.pl/r2347">https://tiny.pl/r2347</a> Karty pracy: <a href="https://tiny.pl/r234b">https://tiny.pl/r234b</a> <a href="https://tiny.pl/r234z">https://tiny.pl/r234z</a></p>	<p>Zgodnie z WSO</p> <p>zgodnie z WSO Aktywność na lekcji. Wykonanie kart pracy do 06.05.2021 - odesłanie do nauczyciela</p>

	<p><b>Temat: Polska w latach 90. XX w.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Reformy gospodarcze</li> <li>2. Koszty społeczne transformacji ustrojowej</li> <li>3. Rozpad obozu solidarnościowego</li> <li>4. Sytuacja wewnętrzna Polski</li> <li>5. Konstytucja Rzeczypospolitej Polskiej</li> </ol> <p><b>Temat: Polska w NATO i EU</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Polityka zagraniczna</li> <li>2. Polska droga do UE</li> <li>3. Polskie społeczeństwo wobec Unii</li> <li>4. Polska w strukturach NATO</li> <li>5. Polska w wojnie z terroryzmem</li> </ol>	<p>Lekcja online na platformie MS Teams i praca samodzielna z podręcznikiem.</p> <p>Materiał prezentacyjny:  <a href="https://tiny.pl/rsgkt">https://tiny.pl/rsgkt</a></p> <p>Materiał filmowy:  <a href="https://tiny.pl/rsgk2">https://tiny.pl/rsgk2</a>  <a href="https://tiny.pl/rsgkp">https://tiny.pl/rsgkp</a></p> <p>Karty pracy:  <a href="https://tiny.pl/rsgs1">https://tiny.pl/rsgs1</a>  <a href="https://tiny.pl/rsgsl">https://tiny.pl/rsgsl</a></p> <p>Praca samodzielna uczniów z materiałem dostarczonym przez nauczyciela oraz podręcznikiem i kartami pracy.</p> <p>Materiał prezentacyjny:  <a href="https://tiny.pl/rspqg">https://tiny.pl/rspqg</a></p> <p>Materiał filmowy:  <a href="https://tiny.pl/7rsrh">https://tiny.pl/7rsrh</a>  <a href="https://tiny.pl/7cc43">https://tiny.pl/7cc43</a></p> <p>Karty pracy:  <a href="https://tiny.pl/rspxr">https://tiny.pl/rspxr</a>  <a href="https://tiny.pl/rspxd">https://tiny.pl/rspxd</a></p>	<p>Zgodnie z WSO  Aktywność na lekcji.  Wykonanie kart pracy do 08.05.2021 - odesłanie do nauczyciela</p> <p>zgodnie z WSO  Aktywność na lekcji.  Wykonanie kart pracy do 11.05.2021 - odesłanie do nauczyciela</p>
--	--	--	--

<b>Wychowanie do życia w rodzinie</b>			Wg zasad PSO  Wg zasad PSO
<b>Wychowanie fizyczne - chłopcy</b>	<p><b>Temat:</b> Pozycje wyjściowe do ćwiczeń gimnastycznych.</p> <p><b>Temat:</b> P.S.-rozegranie piłki na “trzy”.</p> <p><b>Temat:</b> Poranna gimnastyka.</p> <p><b>Temat:</b> P.R.- doskonalenie rzutu z wyskoku.</p> <p><b>Temat:</b> P.N.- zwody pojedyncze i podwójne.</p> <p><b>Temat:</b> P.K.- doskonalenie kozłowania.</p>	Lekcje on-line na Platformie Teams.	Aktywność na lekcji oceniana plusami i ocenami. Wysłanie pracy obowiązkowej na meila.
<b>Wychowanie fizyczne - dziewczęta</b>	<p><b>Temat:</b> Poznajemy zestawy ćwiczeń wzmacniających mięśnie posturalne.</p> <p><b>Temat:</b> Poznajemy ćwiczenia o różnej intensywności kształtujące wytrzymałość podczas biegów w terenie.</p> <p><b>Temat:</b> Sprawdzamy swoją wytrzymałość biegową - test Coopera.</p>	Lekcja on-line.	Aktywność na lekcji oceniana plusami.

	<p><b>Temat:</b> Doskonalenie umiejętności prowadzenia rozgrzewki lekkoatletycznej.</p> <p><b>Temat:</b> Doskonalenie zagrywki sposobem górnym.</p> <p><b>Temat:</b> Doskonalenie rytmu 3 kroków zakończonego podaniem lub rzutem do bramki</p>		
--	---	--	--