

## **biologia**

### **Temat : Zasady zdrowego żywienia i stylu życia**

Uczeń:

Otwiera podręcznik na stronie 73 lub szuka w internecie informacji i wpisuje do zeszytu 10 zasad zdrowego żywienia i stylu życia.

Nie przysyłaj pracy do nauczyciela

Do funkcji układu pokarmowego wrócimy na wspólnych zajęciach

## **matematyka**

### **Temat: Pierwiastek drugiego stopnia- zadania.**

O godz 8.55 na platformie teams – matematyka, zamieszona zostanie karta pracy. Proszę ją wykonać (można wydrukować i rozwiązać, wykonać w zeszycie), zrobić zdjęcie wykonanej pracy i odesłać do mnie na tej samej platformie. Czas realizacji to 30 minut(razem z przesłaniem).

Powodzenia!

fizyka- teams

język polski- teams

## **wychowanie fizyczne**

### **Temat: Poranna gimnastyka- ćwiczenia kształtujące**

#### **Zalety porannej gimnastyki**

- 1 pobudzenie ciała i umysłu,
- 2 przyływ energii,
- 3 poprawa nastroju, za sprawą endorfin wydzielających się podczas aktywności fizycznej,
- 4 poprawa krążenie krwi,
- 5 rozgrzanie mięśni i stawów, by przygotować je do całodiennej aktywności,
- 6 przyspieszenie przemiany materii (wspomaganie odchudzanie).

[https://ewf.h1.pl/student/?](https://ewf.h1.pl/student/?token=mSJWbjRrddgS7MbwhSjqev5RFOK1vzYKlQfgJBwFpZAO6VCx3F)

[token=mSJWbjRrddgS7MbwhSjqev5RFOK1vzYKlQfgJBwFpZAO6VCx3F](https://ewf.h1.pl/student/?token=mSJWbjRrddgS7MbwhSjqev5RFOK1vzYKlQfgJBwFpZAO6VCx3F)

## **informatyka-2**

### ***Temat. Tworzenie i modyfikowanie obrazów.***

- 1 Przeczytaj tekst w podręczniku na s. 80 – 87.
- 2 Wykonaj wszystkie ćwiczenia.
- 3 Wykonaj zadanie 9 s. 89 w podręczniku (korzystamy z programu GIMP).
- 4 Dla chętnych zadanie 10 s. 89.
- 5 Zapisane pliki „Pies na plaży” i „Poczęstunek” prześlij na adres email:  
[hzagroznik@sp22sosnowiec.onmicrosoft.com](mailto:hzagroznik@sp22sosnowiec.onmicrosoft.com) do 10.11.2020 r.

## **język angielski-1- teams**

## **język angielski-2**

zajęcia opiekuńcze- zakładka na stronie internetowej SP22

## **język niemiecki-2-teams**