

Tygodniowy Plan Pracy klasy 7r

20-24.04.2020

Poniedziałek, 20.04

Przedmiot	Temat lekcji	Zadania dla ucznia	Sposób realizacji (samodzielna praca/lekcja on-line)	Termin wykonania zadań
plastyka	Fotografia . Znaczenie fotografii i jej zastosowania. Zabawy fotografią	Lekcja nawiązuje do wiadomości na temat fotografii. Przeczytaj informacje z podręcznika, str. 22 oraz str. 24. Zwróć uwagę, że współcześnie miliony fotografii są ważną formą komunikacji, zdjęcia rozpowszechniane są w mediach społecznościowych, Internecie, prasie... Link do podręcznika: https://flipbook.nowaera.pl/dokumenty/Flipbook/Do-dziela-7/#p=6 W tym tygodniu zadanie będzie fotograficzne. Wykonaj zdjęcie swoich stóp w kapciach, skarpetkach...tak by pokazać, że siedzisz obecnie w domu. Spróbuj wykonać jak najlepsze zdjęcie, wykadruj odpowiednio to co fotografujesz. Wykonane przez Was zdjęcia posłużą do opracowania klasowego plakatu, informującego, że #zostaliśmy w domu. Poradnik JAK WYKONAĆ DOBRE ZDJĘCIE PRACY PLASTYCZNEJ: https://sp133waw-my.sharepoint.com/:b:/g/personal/e_gorka_sp133waw_onmicrosoft_com/EYV4BtuVbl1Kk	Praca samodzielna. Konsultacje – Platforma Teams	27.04.2020r.

		FpU_qWZ868BwSlvbXmtKvom-ZgMe-L-sQ?e=Scyevf		
fizyka	Temperatura a energia	Jak temperatura wpływa na zachowanie ciała. Skale temperaturowe. Notatka z lekcji dostępna w MS Teams	MS Teams	Na lekcji
wf dzw	Gry i zabawy z mocowaniem i rzutne.	Czy wiecie czym jest Karate? Jest to sport oraz sztuka walki jak i sztuka samoobrony wywodząca się z Japonii Czy ktoś z Was miał do czynienia z tym sportem już wcześniej, a może jest to dla Was nowość ? Przygotuj luźne ubrania i trochę miejsca do ćwiczeń :) Ważne , aby Twoje stopy nie miały na sobie ani butów, ani skarpetek. Gotowi? Zaczynamy! https://www.youtube.com/watch?v=9NOLQ3HFS0U	Praca samodzielna	20.04.2020 r.
wf chł	Choroby cywilizacyjne-otyłość	Zastanów się i napisz jaki wpływ ma otyłość na zdrowie człowieka.	Praca samodzielna	26.04.2020
matematyka	Notacja wykładnicza.	Zapoznaj się z teorią z podręczniku a następnie wykonaj zadania z zeszytu ćwiczeń. WAŻNE: za tydzień sprawdzian z działu "Potęgi i pierwiastki" tematy 1-7.	Do wyboru: praca samodzielna lub lekcja online.	Na kolejną lekcję. Pamiętaj! Jeśli nie bierzesz udziału w lekcji online wyślij zdjęcie pracy na mail

				office lub prywatny nauczyciel.
j. polski	Współczesny zbiór praw człowieka. Deklaracja praw człowieka.	Zapoznać się z tekstem ze str. 231 Wykonaj zadanie 6 str. 233 i wyślij je w formie elektronicznej (adres e-mail).	Lekcja on-line (Office 365) 11.35-12.00, praca samodzielna. Konsultacja Teams.	do 24.04.2020 r.
chemia	Stężenie procentowe roztworu – kontynuacja tematu.	Przeczytaj rozdział 32 z podręcznika, przykłady 46 i 48, str. 187-191. Zapoznaj się z rozdziałem w epodręczniku, akapit 5, 6: https://epodreczniki.pl/a/stezenie-procentowe-roztworu/DKDywpMJi oraz https://epodreczniki.pl/a/zmiana-stezenia-roztworu/D1A3ZPREe 1. Zapisz przykład 46 i 48, str. 187, 189 z podręcznika w zeszyte dowolnym sposobem (treść, dane, szukane, obliczenia i odpowiedź). 2. Napisz jak można zmienić (podwyższyć bądź obniżyć) stężenie roztworu. 3. Oblicz masę 100 cm ³ roztworu o gęstości 1.115 g/cm ³ . 4. Rozwiąż zadanie 4 z podręcznika. 5. Rozwiąż zadanie 5 z podręcznika dla chętnych (na plus).	Lekcja on-line, MS Teams, godz. 12:45.	Zdjęcie notatek z zeszytu z obu lekcji proszę przesłać na maila do 29.04.2020 r.
j. angielski	Giving instructions.	Zapoznajcie się z dialogiem na str. 74, przeczytajcie go. Nowe słówka zapiszcie w zeszytach, sprawdźcie ich znaczenie w słowniku. Uzupełnijcie dialog słówkami wybranymi z ramki w zad. 1. Następnie posłuchajcie nagrania z płyty dołączonej do podręcznika i sprawdźcie swoje odpowiedzi. Zwróćcie uwagę na zwroty z ramki w zad. 2, uzupełnijcie je (pojawiały się one w dialogu). Wykonajcie zad. 4/74	Samodzielna, konsultacja on-line w Teams w	Do 21.04.2020 r.

			godzinach lekcji.	

Wtorek, 21.04

Przedmiot	Temat lekcji	Zadania dla ucznia	Sposób realizacji (samodzielna praca/lekcja on line)	Termin wykonania zadań
fizyka	Ciepło właściwe	Pojęcie ciepła właściwe i jak się je liczy. Doświadczenie do wykonania w domu dla chętnych. Notatka z lekcji dostępna w MS Teams	MS Teams	Na lekcji
matematyka	Notacja wykładnicza.	Przypomnij sobie teorię z podręcznika a następnie wykonaj zadania w zeszyte. Podręcznik: zad:1,2,4,5 str 238, 239	Do wyboru: praca samodzielna lub lekcja online.	Na kolejną lekcję. Pamiętaj! Jeśli nie bierzesz udziału w lekcji online wyślij zdjęcie pracy na mail office lub prywatny nauczyciela.
biologia	Układ wydalniczy – sprawdzian wiadomości.	1. Przypomnij sobie materiał, który omawialiśmy na ostatnich 3 lekcjach. Znajdziesz go również w podręczniku na str. 153-165 oraz w materiałach umieszczonych w plikach zespołu na platformie Microsoft Teams.	Praca samodzielna.	Do 30.04.2020r.

		2. W celu utrwalenia wiadomości możesz również rozwiązać zadania w zeszycie ćwiczeń umieszczonym w plikach zespołu na platformie Microsoft Teams. 3. Po zakończeniu zadań do 30 kwietnia rozwiąż test umieszczony w zadaniach grupy na MS Teams (przed wykonaniem zadania uważnie zapoznaj się z instrukcją). Zadania będą oceniane.		
j. polski	Zasady poprawnej komunikacji niewerbalnej.	Zapoznaj się z informacjami zamieszczonymi w podręczniku na str. 234 Napisz tekst, w którym przekonasz swoich rówieśników do kultury wypowiedzi i grzeczności pozawerbalnej. Podaj argumenty. (pracę wyślij drogą elektroniczną na adres e-mail).	Lekcja on-line (Office 365) 10.45-11.10, praca samodzielna. Konsultacja Teams.	22.04.2020 r.
geografia	Turystyka w Polsce.	1. Przeczytać uważnie temat w podręczniku str. 153-157 oraz zapoznać się z prezentacją multimedialną nauczyciela link: https://tiny.pl/7qzxz 2. W zeszycie proszę zapisać (na podstawie prezentacji i podręcznika) – nie trzeba mi tego wysyłać: - 3 przykłady zaliczane do infrastruktury turystycznej, - 5 obiektów z Polski wpisanych na listę UNESCO - 2 walory przyrodnicze i 2 walory kulturowe turystyki w Polsce Dodatkowy materiał (do przejrzenia) link: https://tiny.pl/t3mjq <u>Zadanie do wykonania</u> – do 05.05.2020r. Proszę wykonać prezentację dotyczącą jednego z obiektów z Polski wpisanych na listę UNESCO – dokładniejsze informacje na	Lekcja on-line w Microsoft Teams godz. 11:30 lub praca samodzielna	Prezentacja do 05.05.2020r.

		ostatnim slajdzie prezentacji – można wykonać ją w parach – pamiętajcie o podpisaniu się- wyślijcie ją na moje konto w Office 365 – Outlook.		
j. angielski	A blog.	Przeczytajcie bloga z zad. 1/75. Wyszukajcie w nim zwroty służące do udzielania rad zebrane w ramce w zad.2 - uzupełnijcie je. Przypomnijcie sobie jak tworzy się zdania rozkazujące: Nakazy – za pomocą bezokolicznika (np.. SIT down. OPEN your book.) Zakazy – za pomocą DON'T + bezokolicznik (np.. DON'T talk. DON'T cheat!) Wykonajcie zad. 4/75 Napiszcie wpis na bloga (zad. 5), w którym odpowiecie na pytania z punktu B. (czas na wykonanie do 27.04.2020r. - praca na ocenę).	Samodzielna, konsultacje on-line w Teams w godzinach lekcji	23.04.2020r. (blog do 27.04.2020r.)
wf dzw	MPS. Nauka ustawiania bloku pojedynczego.	Czy wiesz czym jest blok w piłce siatkowej? Blok jest jednym z najtrudniejszych elementów w piłce siatkowej. Polega na wyskoku i ustawieniu rąk nad siatką tak, aby uniemożliwić rywalom przebicie piłki na drugą stronę. Celem bloku będzie zatem powstrzymanie ataku przeciwnika, uzyskanie piłki dla siebie, by móc rozegrać kontratak, a także zdobycie punktu. Obejrzyj 2minutowy film: https://www.youtube.com/watch?v=aU_gUJk6mvk Odnajdując w domu bezpieczne do tego miejsce, wykonaj rozgrzewkę. • Bieg w miejscu z krążeniem ramion oburącz w przód,	Praca samodzielna	21.04.2020 r.

		w tył - po 1min • Podskoki zmienne – 10 razy • Podskoki na jednej nodze – po 15 razy na nogę • Skip A,C – po 15 sekund • Przysiad, wyskok w górę - 8 razy • Stań w miejscu, w rozkroku. Wykonaj ćwiczenia rozgrzewkowe w miejscu pamiętając o zachowaniu odpowiedniej kolejności - od góry lub od dołu. Następnie włącz 5minutowy film: https://www.youtube.com/watch?v=l1cuznSyFlU Spróbuj wykonywać ćwiczenia wraz z zawodniczkami wyobrażając sobie siatkę (tylko ćwiczenia bez piłki). Pamiętaj o zasadach bezpieczeństwa! Jeśli nie masz odpowiedniego miejsca w domu, pomiń to. *dla chętnych: Opisz mi ustawienie rąk podczas wykonywania bloku.		
wf chł	Bezpieczne korzystanie ze sprzętu i urządzeń sportowych	Sprzęt sportowy można podzielić na przybory (np.: piłki, szarfy, laski gimnastyczne, woreczki) i przyrządy sportowe (np.: drabinki, drążki gimnastyczne, ławeczki gimnastyczne). Zasady bezpiecznego korzystania ze sprzętu sportowego na terenie szkoły: - korzystanie ze sprzętu sportowego może odbywać się wyłącznie pod opieką nauczyciela, - sprzętu sportowego należy używać zgodnie z jego	Praca samodzielna	26.04.2020

		przeznaczeniem i funkcjami, - ze sprzętu sportowego korzysta się w sposób wskazany przez nauczyciela, - wszelkie zauważone wady i usterki sprzętu sportowego należy zgłaszać nauczycielowi prowadzącemu zajęcia, - nie wolno korzystać z wadliwego lub uszkodzonego sprzętu.		

Środa, 22.04

Przedmiot	Temat lekcji	Zadania dla ucznia	Sposób realizacji (samodzielna praca/lekcja on line)	Termin wykonania zadań
WDŻ	Savoir – vivre, czyli zasady dobrego wychowania	Obejrzyj prezentację multimedialną. Następnie rozwiąż quiz i test. https://tiny.pl/7qd4f	Praca samodzielna. Wykonane karty pracy odeślij na MS Teams	Następna lekcja
j. polski	Charakterystyka osoby mówiącej w wierszu W. Szymborskiej "Możliwości".	Zapoznaj się z definicją anafory.	Lekcja on-line (Office 365) 10.45-11.10, praca samodzielna. Konsultacja Teams.	Brak terminu.
biologia	Budowa i funkcjonowanie układu hormonalnego.	1. Lekcja online na platformie Microsoft Teams- czwartek godz. 12.00.	Lekcja online na platformie	Do 28.04.2020r.

		2. Po lekcji przeczytaj uważnie temat w podręczniku s. 165-169 oraz zapoznaj się z prezentacją umieszczoną w plikach zespołu na platformie Microsoft Teams lub pod linkiem https://tiny.pl/7xgrm 3. Po utrwaleniu wiadomości rozwiąż zadania w zeszycie ćwiczeń ze strony 84-85.	Microsoft Teams- czwartek godz. 12.00. Praca samodzielna.	
chemia	Stężenie procentowe roztworu – rozwiązywanie zadań.	Zapoznaj się z rozdziałem w epodręczniku: https://epodreczniki.pl/a/stezenie-procentowe-a-rozpuszczalnosc-substancji/Dzo7lc4Os Zapisz w zeszycie przykład 47 z podręcznika. Rozwiąż zadania: 1. Oblicz masę 0.4 dm^3 roztworu o gęstości 1.09 g/cm^3. 2. Oblicz ile gramów soli pozostanie na dnie naczynia po całkowitym odparowaniu wody z 80g 2% roztworu. 3. Oblicz ile gramów kwasu salicylowego należy użyć, aby przygotować 2% roztworu kwasu salicylowego w 150 cm^3 spirytusu salicylowego, jeżeli gęstość tego roztworu wynosi 0.87 g/cm^3. 4. Oblicz stężenie procentowe nasyconego roztworu azotanu (V) potasu w temp. 20°C. 5. Zadania dodatkowe na 6: zadanie 11 i 12 z podręcznika (proszę obliczyć obydwa zadania).	Lekcja on-line, MS Teams, godz. 12:45.	Zdjęcie notatek z zeszytu z obu lekcji proszę przesłać na maila do 29.04.2020r.
wf dzw	Zdrowie i jego pozytywne czynniki.	Przypomnij sobie/zapoznaj się z 10 ZASADAMI ZDROWEGO ŻYWIENIA 1. Należy spożywać produkty z różnych grup żywności (dbać o urozmaicenie posiłków). 2. Kontroluj masę ciała (dbaj o zachowanie należytej masy ciała). 3. Produkty zbożowe powinny być głównym źródłem energii 4. Mleko i produkty mleczne powinny być stałym	Praca samodzielna	22.04.2020 r.

		elementem codziennej diety 5. Mięso spożywaj z umiarem, zastępuj je rybami i roślinami strączkowymi 6. Spożywaj codziennie warzywa i owoce 7. Ograniczaj spożycie tłuszczów, zwłaszcza zwierzęcych 8. Unikaj cukru i słodczy 9. Ograniczaj spożycie soli 10. Pamiętaj o piciu wody, co najmniej 1,5 l dziennie. Z produktów dostępnych w domu przygotuj zdrową przekąskę dla siebie i rodziny. Poniżej znajdziecie link do krótkiego filmu o tym dlaczego picie wody jest dla nas ważne https://www.youtube.com/watch?v=6IFZKkybDOY Chciałabym, aby każda z Was przez dwa dni spróbowała wdrożyć zdrowy nawyk picia wody. Przygotujcie sobie kartkę „przypominajkę” z godzinami 5x dziennie, kiedy to będziecie pić jedną szklankę wody (np. 8,00 _ 11,00 _ 14,00 _ 17,00 _ 20,00) . Połóżcie lub przypnijcie kartkę w widocznym dla Was miejscu (np. magnesem na lodówce). Przy każdej godzinie o której udało Wam się wypić szklankę wody stawiamy krzyżyk.		
wf chł	Higiena osobista	Dobór stroju do warunków atmosferycznych. Zastanów się i napisz jak ubierzesz się na zajęcia sportowe przy	Praca samodzielna	26.04.2020

		temperaturze ujemnej i dodatniej.		
godz. wych	Miłość i przyjaźń- najważniejsze wartości w życiu człowieka	Zastanów się co to jest: -miłość -przyjaźń -koleżeństwo	Lekcja on-line MS Teams	22.04.2020

Czwartek, 23.04

Przedmiot	Temat lekcji	Zadania dla ucznia	Sposób realizacji (samodzielna praca/lekcja on line)	Termin wykonania zadań
historia	Narodziny faszyzmu	Na lekcję przygotuj zeszyt przedmiotowy. W trakcie lekcji omówimy: 1. Powstanie i przejęcie władzy przez partie faszystowskie we Włoszech: - kim był Benito Mussolini, - "czarne koszule", - marsz na Rzym, - traktaty laterańskie 2. Powstanie nazizmu: - założenia nazizmu, - Adolf Hitler, - NSDAP, SA - pucz monachijski	Lekcja on-line , w MS Teams 8.15-8.45	Na bieżąco, notatkę uzupełnić do 07.05.2020

		3. Naziści u władzy w Niemczech: - powstanie III Rzeszy - SS i "noc długich noży" - Josef Goebbels i propaganda w III Rzeszy, Hitlerjugend - prześladowania: Gestapo, ustawy norymberskie, "noc kryształowa" Materiały dodatkowe, ćwiczenia zostaną przekazane uczniom w trakcie lekcji na MS Teams.		
j. polski	Niecodzienna lekcja języka angielskiego z prof. Keatingiem.	Przeczytaj tekst ze str. 239 Przeczytaj tekst ze str. 239 Co sadzisz na temat tekstu i problemów w nim poruszonych? Swoją odpowiedź wyślij w formie elektronicznej (adres e-mail). Dla chętnych: obejrzyj w całości film: "Stowarzyszenie umarłych poetów".	Lekcja on-line (Office 365) 8.50-9.15, praca samodzielna. Konsultacja Teams.	24.04.2020 r.
matematyka	Notacja wykładnicza. (cd)	Zapoznaj się z teorią z podręczniku a następnie wykonaj zadania z zeszytu ćwiczeń.	Do wyboru: praca samodzielna lub lekcja online.	Na kolejną lekcję. Pamiętaj! Jeśli nie bierzesz udziału w lekcji online wyślij zdjęcie pracy na mail office lub prywatny nauczyciela.
wf dziewczęta	Diagnoza siły mięśni brzucha, zwinności i skoczności. Samokontrola i	Czy masz w domu skakankę? Kawałek liny? Miejsce w którym nie wyrządzisz krzywdy sobie/inny domownikom? Jeśli nie masz	Praca samodzielna	23.04.2020 r.

	samoocena.	żadnego z wymienionych przyborów, po prostu go sobie wyobraź 😊 Jeśli masz przybór i miejsce – jeszcze lepiej, do dzieła! Jeśli nie potrafisz skakać na skakance, to ustawieniu takim jak w 44 sekundzie przerzuć skakankę przed siebie i zamiast skakać - przejdź. Kiedy poczujesz się pewniej, spróbuj skakać. (otwórz link do wskazanej strony internetowej): https://tiny.pl/7hqnr Czy znasz inne sposoby skakania na skakance? Dodaj przynajmniej jeden z nich do swojego treningu. Wszyscy wykonują trening z filmu 3 razy. Czy pamiętasz test sprawności Zuchory, który wykonywałaś w poprzednich latach? Wykonaj próbę : siła mięśni brzucha, sprawdź swój wynik w tabeli. http://g8opole.wodip.opole.pl/sport/zuchora.htm		
wf chłopcy	Trening tabaty	Obejrzyj i poćwicz: https://liblink.pl/oaW9ObxZ56 Dla chętnych - przyslij filmik z dwoma ćwiczeniami jak je wykonujesz.	Praca samodzielna	26.04.2020
informatyka	Phyton	Wykonaj program prezentowany podczas lekcji online. Poznajemy instrukcje warunkowe	MS Teams, praca samodzielna	Następny tydzień

j. angielski	Revision.	Powtórzenie wiadomości z rozdziału 6 (str. 76) Sprawdzian z tego działu: 4.05.2020r. - on-line.	Lekcja on-line w Teams, godz. 13.45	23.04.2020r.
religia	Marność świata. Skąd cierpienie?	1. Przeczytaj poniższy tekst: Księga Koheleta powstała w III w. przed Chrystusem, a jej treścią jest refleksja nad sensem życia i świata przez nieznanego z imienia mędrca żydowskiego, znającego również myśl filozofii greckiej; Kohelet pyta o to, czy warto żyć i co jest sensem życia; na jego końcu woła, aby przestrzegać Bożych przykazań, bo warto, ponieważ one nadają życiu prawdziwy sens. 2. Spróbuj określić, co w dzisiejszym świecie jest marnością, o którą nie warto zabiegać w odniesieniu do wieczności. 3. Zapoznaj się z treścią w podręczniku na str. 134-136. 4. Zapisz temat i odpowiedz na pytania: - Jak reagował Hiob na sytuacje, w jakich się znalazł? - Jak dziś ludzie radzą sobie z cierpieniem? 5. Obejrzyj krótki film: https://youtu.be/xoHcC6He79s Dla chętnych: Odmów Koronkę do Miłosierdzia Bożego.	Praca samodzielna/film	23.04.2020r. Odpowiedź prześlij do 24.04.2020r.

Piątek, 24.04

Przedmiot	Temat lekcji	Zadania dla ucznia	Sposób realizacji (samodzielna praca/lekcja on	Termin wykonania zadań

			line)	
historia	Powtórzenie wiadomości: Ziemia polskie po Wiośnie Ludów	1. Przypomnij sobie tematy z rozdziału IV „ Ziemia polskie po Wiośnie Ludów” 2. Rozwiąż quizy: - powstanie styczniowe: https://tiny.pl/7qzdk - represje po powstaniu styczniowym: https://tiny.pl/7qzds - w zaborze pruskim i austriackim: https://tiny.pl/7qzfx - rozwój gospodarczy ziem polskich: https://tiny.pl/7qzfw - nowe ruchy polityczne na ziemiach polskich: https://tiny.pl/7qzfi - organizacje niepodległościowe https://tiny.pl/7qzfn - kultura polska na przełomie XIX i XX wieku: https://tiny.pl/7qzfx - powtórzenie: https://tiny.pl/7qz5x	Samodzielna praca Konsultacje MS Teams	Do 30.04.2020 Sprawdzian 30.04.2020
matematyka	Notacja wykładnicza. (cd)	Przypomnij sobie teorię z podręcznika a następnie wykonaj zadania w zeszycie. Podręcznik: zad:1,2,3,4,5 str 242, 243	Do wyboru: praca samodzielna lub lekcja online.	Na kolejną lekcję. Pamiętaj! Jeśli nie bierzesz udziału w lekcji online wyślij zdjęcie pracy na mail office lub prywatny nauczyciela.
geografia	Handel.	1. Przeczytać uważnie temat w podręczniku str. 158-160 oraz zapoznać się z prezentacją multimedialną nauczyciela link: https://tiny.pl/7qzgn 2. Proszę wykonać ankietę z Google:	Praca samodzielna	Do 30.04.2020r.

		https://tiny.pl/7qzr9 (pierwsze wypełnienie się liczy) 3. W zeszycie proszę zapisać (na podstawie prezentacji i podręcznika) – nie trzeba mi tego wysyłać: - Jak obliczyć saldo bilansu handlu zagranicznego? - 3 towary jakie Polska przede wszystkim importuje oraz 3 artykuły eksportowane z Polski - wymień 3 polskie firmy, które odniosły sukces na arenie międzynarodowej oraz co produkują?		
j. polski	Iqbal Masih - mały wielki człowiek.	Przeczytaj tekst ze str. 242 Wykonaj zadanie 5 str. 244 i wyślij je w formie elektronicznej (e-mail)	Lekcja on-line (Office 365) 11.35-12.00, praca samodzielna. Konsultacja Teams.	28.04.2020 r.
muzyka	Na estradzie-pop, rock, muzyka rozrywkowa.	Przeczytaj rozdział 28 w podręczniku, od strony 151. Przygotuj krótką prezentację dotyczącą swojego ulubionego wykonawcy.	Praca samodzielna	8.05.2020

