

TYGODNIOWY PLAN KLASY 7L**DATA: 27.04 - 1.05.2020 r.****PONIEDZIAŁEK, 27.04**

NUMER LEKCJI	PRZEDMIOT	TEMAT LEKCJI	ZADANIA DLA UCZNIA	SPOSÓB REALIZACJI (SAMODZIELNA PRACA/ LEKCJA ONLINE)	TERMIN WYKONANIA ZADAŃ
1	INFORMATYKA	Zadania z wykorzystaniem poznanych elementów	Wykonanie programu opisanego podczas lekcji online.	MS Teams, praca samodzielna	Następny tydzień
2	JĘZYK POLSKI	Pisownia partykuły NIE z różnymi częściami mowy.	Zapoznaj się z informacjami ze str. 244 w podręczniku. Wykonaj zadania od 1-6 str. 245 (podręcznik) oraz ćwiczenia str. 86 (II cz.)	Lekcja online (Office 365), godz. 8.50-9.15 Konsultacja dla uczniów. Samodzielna praca.	28.04.2020 r.

3	MATEMATYKA	Siatki graniastostu pów. Pole powierzchni .	Wykonaj ćwiczenia: 3 s.110; 2-3 s.112. Poproś o wysłanie zdjęcia/skanu ćwiczenia 2 s.112. Na wasze prace czekam do środy, do godziny 8.00.	Praca samodzielna	28.04.2020 r.
4	CHEMIA	Powtórzenie wiadomości: Woda i roztwory wodne.	Powtórz wiadomości z działu Woda i roztwory wodne, od lekcji: Woda – właściwości i rola w przyrodzie. 1.Na podstawie krzywej rozpuszczalności w podręczniku str. 178 napisz jak należy przygotować: a) roztwór nasycony w temp. 30°C b) roztwór nienasycony w temp. 30°C czyli ile substancji należy użyć na 100g wody. 2.Napisz jak można z roztworu nasyconego otrzymać roztwór nienasycony (na 2 sposoby). 3.Napisz co wpływa na szybkość rozpuszczania się substancji. 4.Zapisz podział roztworów ze względu na wielkość cząsteczek. 5.Oblicz zadanie: Oblicz stężenie % roztworu otrzymanego przez rozpuszczenie 32 g etanolu w 168 g wody. 6.Zadanie na plus: Oblicz zadanie: Do 100 g roztworu soli kuchennej o stężeniu 20% dodano 50 g wody. Oblicz stężenie procentowe otrzymanego roztworu.	Praca samodzielna.	Zdjęcie notatek proszę podać na maila do 04.05.2020 r.
5	FIZYKA	Konwekcja i promieniowanie	Odpowiedz na pytania: 1.Co to jest konwekcja i gdzie ma zastosowanie? 2.Czy konwekcja oraz przewodnictwo cieplne zachodzą pomiędzy Słońcem a Ziemią? 3. W jaki sposób dociera do nas energia słoneczna? Zad. 1-4 str. 182 Zad. 5-6 chętni	Praca samodzielna	04.05.2020
6	JĘZYK ANGIELSKI	Interpretowanie tekstu piosenek-ćwiczenia	Przeczytaj tekst ze strony 82 w podręczniku. Zaznaczone na niebiesko wyrażenia przetłumacz. Wykonaj zadanie 3 z tej samej strony.	Praca samodzielna	28.04.2020r.

		umiejętność ci czytania ze zrozumieni em.			
7	WYCHOWANIE FIZYCZNE DZ.	Ćwiczenia wzmacniające mięśnie brzucha.	Wykonaj krótką, ale intensywną rozgrzewkę z linku poniżej: https://www.youtube.com/watch?v=NHO41tY6a98&fbclid=IwAR0jODnqVsPpaVyKnCqbF3E6OrfnvQQZi_wzd2ih3L1FK0JUs4M4ir67nns Następnie włącz link z ćwiczeniami na mięśnie brzucha: https://www.youtube.com/watch?v=b9b1v6CKYE0 Każde z ćwiczeń wykonaj 6 razy. Odpocznij 1 minutę i powtórz całość. W każdej z dwóch serii dodaj wybrane przez siebie, dwa rodzaje "deski".	Praca samodzielna. Konsultacje na czacie przez Teams.	27.04.2020 r.
7	WYCHOWANIE FIZYCZNE DZ.	Substancje psychoaktywne - czynnik zagrażający zdrowiu.	Przeczytaj i zapamiętaj: Substancje psychoaktywne są to substancje i związki chemiczne oddziałujące na ośrodkowy układ nerwowy przez wpływ na funkcje mózgu. Wnikając do organizmu powodują zaburzenia, efektem których są czasowe zmiany postrzegania, nastroju, świadomości i zachowania. Do substancji psychoaktywnych zaliczmy: nikotynę, kofeinę, alkohol, substancje uspokajające i nasenne oraz środki odurzające takie jak narkotyki, czy środki zastępcze, tzw. „dopalacze”. Trochę teorii: za nasze nastroje, pragnienia, emocje, świadomość odpowiada mózg z powstającym w układzie nerwowym szeregiem neuroprzekaźników, czyli związków chemicznych, od których zależy stan zdrowia psychicznego człowieka. Ich zwiększone wydzielanie spowodowane zażyciem środka psychoaktywnego zakłóca sposób odczuwania i	Praca samodzielna. Konsultacje na czacie przez Teams.	27.04.2020r.

			odbierania wrażeń docierających ze świata zewnętrznego. Może to skutkować wystąpieniem niepokojących uczuć, urojeń, a także odczucia, że słyszy się głosy nieobecnych osób. Częste zażywanie substancji odurzających powoduje zakłócenie równowagi biologicznej w wydzielaniu neuroprzekaźników, co powoduje uzależnienie i może doprowadzić do powstania chorób psychicznych. Zdrowotnymi skutkami stosowania używek i substancji psychoaktywnych, odnoszącymi się do aktywności fizycznej, mogą być: - obniżenie poziomu sprawności i wydolności fizycznej, - zaburzenia koordynacji ruchowej, - mogą prowadzić do nieregularnej pracy serca – zaburzeń rytmu, - wzrost ciśnienia tętniczego, - brak motywacji do wszelkiej aktywności, w tym aktywności fizycznej, - trwałe uzależnienie organizmu. Pamiętaj o aktywności własnej i zapisaniu jej w dzienniczku.		
8	WYCHOWANIE FIZYCZNE CHŁ	Trening tabaty	Obejrzyj i poćwicz: https://liblink.pl/oaW9ObxZ56 Dla chętnych - przyslij filmik z dwoma ćwiczeniami jak je wykonujesz.	Praca samodzielna a. Nauczyciel na czacie do dyspozycji ucznia i rodzica.	3.05.2020
8	WYCHOWANIE FIZYCZNE CHŁ	M.P.S.- odbicia piłki	Obejrzyj: https://www.youtube.com/watch?v=kfkZYQCDO84 W miarę możliwości spróbuj wykonać odbicia piłki sposobem górnym w siadzie prostym lub skrzyżnym	Praca samodzielna a. Nauczyciel na czacie	3.05.2020

				do dyspozycji ucznia i rodzica.	
--	--	--	--	---------------------------------	--

WTOREK, 28.04

NUMER LEKCJI	PRZEDMIOT	TEMAT LEKCJI	ZADANIA DLA UCZNIA Zadania dla ucznia	SPOSÓB REALIZACJI (SAMODZIELNA PRACA/ LEKCJA ON LINE)	TERMIN WYKONANIA ZADAŃ
1	WDŹ	Savoir – vivre, czyli zasady dobrego wychowania	Obejrzyj prezentację multimedialną. Następnie rozwiąż quiz i test. https://tiny.pl/7qd4f	Praca samodzielna	5.05.2020
2	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: https://tiny.pl/7qzr9 (pierwsze wypełnienie się liczy) 3. W zeszycie proszę zapisać (na podstawie prezentacji i podręcznika) – nie trzeba mi tego wysłać: - Jak obliczyć saldo bilansu handlu zagranicznego?	Lekcja on-line MS Teams godz. 9:00 lub praca samodzielna	06.05.2020r.

			- 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?		
3	WYCHOWANIE FIZYCZNE CHŁ	Ćwiczenia wzmacniające mm brzucha i nóg	Obejrzyj i poćwicz: https://liblink.pl/JA8e1f3zmP	Praca samodzielna. Nauczyciel na czacie do dyspozycji ucznia i rodzica.	3.05.2020
3	WYCHOWANIE FIZYCZNE DZ.	Ćwiczenia rozciągające.	Wykonaj krótki trening rozciągający z linku poniżej: https://www.youtube.com/watch?v=tXWh-dowiLg&fbclid=IwAR1ke-X-ImRKEqwA5dIZtQH-oxWryBs01mlfqDVgrGwWvxCYVud9gwhRtKc Trening jest w języku angielskim, ale wszystko jest bardzo ładnie pokazane. W prawym, górnym rogu ekranu zegar odmierza czas wykonywania poszczególnych ćwiczeń. Tego dnia, oprócz rozciągania postaraj się zrobić co najmniej 10 przysiadów, 10 pajaców i 10 brzuchów. Staraj się wykonywać te	Praca samodzielna. Konsultacje na czacie poprzez Teams.	28.04.2020 r.

			ćwiczenia codziennie, zwiększając ilość powtórzeń :)		
4	JĘZYK ANGIELSKI	Tworzenie przymiotników od rzeczowników	Uczniowie poćwiczą umiejętność słowotwórstwa.	Lekcja online MS Teams o godz.11.00	28.04.2020r.
5	JĘZYK POLSKI	Co to jest homonim?	Zapoznaj się z informacjami ze str. 247 w podręczniku. Wykonaj zadania od 1-8 str. 246-247 (podręcznik) oraz ćwiczenia str. 87 (II cz.)	Lekcja online (Office 365), godz. 11.35-12.00 Konsultacja dla uczniów. Samodzielna praca.	29.04.2020 r.
6	JĘZYK HISPANISKI	Typowe dania hiszpańskie.	Zapoznaj się z notatką z lekcji udostępnioną na aplikacji MS Teams (zakładka "Notes zajęć", sekcja "Biblioteka zawartości"). Znajduje się tam krótki filmik przedstawiający tradycyjne dania hiszpańskie oraz słownictwo z tego filmiku. Następnie zapoznaj się z tekstem z ćwiczenia 1 na stronie 92 w podręczniku zatytułowanym "Platos típicos" (nie musisz wykonywać zadań do tego tekstu). W notatce z zajęć jest również słownictwo z tego tekstu. W zeszycie zapisz nowe słowa.	Praca samodzielna.	Do 30.04.2020r.

7	HISTORIA	Na frontach I wojny światowej cz. 1	Zapoznaj się z tematem w podręczniku str. 161 – 167. Obejrzyj lekcję nagraną na YouTube: https://youtu.be/r_fYxi4UOiQ	Lekcja online nagrana na YouTube, praca z podręcznikiem, kartami pracy, czat z uczniami na Teams	05.05.20.20 - proszę o odesłanie wykonanych kart pracy
8	RELIGIA	Wierność wśród ucisku.	1.Odmów Akt Wiary. 2. Posłuchaj, czym jest tradycja w Kościele? https://youtu.be/F0wL1N-JRsk i odpowiedz: kto stoi na straży wiernego przekazywania nauki Apostołów? 3.Przeczytaj treść w podręczniku na str.143-144 oraz fragment Biblii na str. 146-147 (2 Księga Machabejska 2 Mch 7,26-37. 40-41). 4. Zapisz temat w zeszycie i odpowiedź na pytanie: -Jaki los czeka braci machabejskich, a jaki Antiocha? Zastanów się: Czy życie ziemskie, doczesne jest największą wartością?	Praca samodzielna/film Konsultacja w MS Teams	28.04.2020r.

			Dla chętnych: Podaj przykłady wierności Bogu i własnej Ojczyźnie.		
--	--	--	---	--	--

ŚRODA, 29.04

NUMER LEKCJI	PRZEDMIOT	TEMAT LEKCJI	ZADANIA DLA UCZNIA Zadania dla ucznia	SPOSÓB REALIZACJI (SAMODZIELNA PRACA/ LEKCJA ONLINE)	TERMIN WYKONANIA ZADAŃ
1	JĘZYK POLSKI	Czy reklama może ograniczać wolność?	Zapoznaj się z informacjami ze str. 248 w podręczniku. Wykonaj zadania od 1-8 str. 249-250 (podręcznik).	Lekcja online (Office 365), godz. 8.00-8.25 Konsultacja dla uczniów. Samodzielna praca.	30.04.2020 r.
2	GODZINA WYCHOWAWCZA	Mapa myśli	Wykonanie przykładowej mapy myśli.	Lekcja Online MS Teams	Na lekcji
3	FIZYKA	Topnienie i krzepnięcie	1. Ile wynosi temperatura topnienia lodu i krzepnięcia wody? 2. W jakiej temperaturze topnieją kryształy?	Praca samodzielna	05.05.2020

			3. W jaki sposób topnieją ciała bezpostaciowe? 4. Ile energii potrzeba, aby stopić 2,5 kg lodu? 5. Dlaczego zimą posypujemy drogi solą? Wypisz ujemne skutki takiego postępowania. Zad. 1,2,3 str. 185 podręcznik		
4	WYCHOWANIE FIZYCZNE DZ.	MPN. Nauka zwodu pojedynczego.	Zwód pojedynczy to najprostszy element piłkarskiego rzemiosła jeżeli chodzi o drybling. Każdy z nas na podwórku doszedł do niego bez większych szkoleń i treningów. Jak wykonać go poprawnie? – Dzisiejsza piłka nożna polega na stworzeniu przewagi liczebnej i umiejętności jej wykorzystania później – mówi Marcin Dorna, podkreślając wagę nauczania zwodów wśród najmłodszych. Zwód pojedynczy, którym bardzo często operuje choćby Lionel Messi, to zwyczajny balans ciałem. Dopracowany do perfekcji potrafi wywieźć w pole najlepszych obrońców. O tym jak wykonać zwód z przełożeniem nogi nad piłką dowiesz się stad. https://www.youtube.com/watch?time_continue=55&v=JwubshhwkBM&feature=emb_title	Praca samodzielna . Konsultacje przez czat na platformie Teams.	29.04.2020 r.
4	WYCHOWANIE FIZYCZNE CHŁ	Hartowanie organizmu	Zastanów się i napisz, jak można hartować organizm?	Praca samodzielna . Nauczyciel na czacie do	3.05.2020

				dyspozycji ucznia i rodzica.	
5	MATEMATYKA	Objętość prostopadłościanu. Jednostki objętości.	Lekcja omówiona jest tutaj: https://drive.google.com/file/d/1_S13d6bSNHvtZ7yA2GuuJL5eVOsRcWDX/view?usp=sharing	Praca samodzielna	6.05.2020 r.
6	HISTORIA	Na frontach I wojny światowej cz.2	Wykonaj karty pracy: https://tiny.pl/7mgsq https://tiny.pl/7mgsm Skorzystaj z pomocy: https://tiny.pl/7mg2g https://tiny.pl/7mgs9 https://tiny.pl/tbn2t https://tiny.pl/7mgs3	Praca z nagraniem, podręcznikiem, kartami pracy, czat z uczniami na platformie Teams	05.05.2020 - proszę o przesłanie wypełnionych kart pracy:)
7	PLASTYKA	Analiza dzieła sztuki Cz. II.	Zapoznaj się z treścią dokumentu: https://tiny.pl/7xb5f Zadanie: Analiza plastyczna obrazu. Możesz wykonać pracę również w Word choć mile widziana praca na wspólnym dokumencie. Dodatkowy dokument przydatny: https://tiny.pl/7xb1k	Praca samodzielna.	06.05.2020 r.

CZWARTEK, 30.04

NUMER LEKCJI	PRZEDMIOT	TEMAT LEKCJI	ZADANIA DLA UCZNIA Zadania dla ucznia	SPOSÓB REALIZACJI (SAMODZIELNA PRACA/ LEKCJA ON LINE)	TERMIN WYKONANIA ZADAŃ
1	GEOGRAFIA	Zanieczyszczenie środowiska przyrodniczego.	1. Przeczytać uważnie temat w podręczniku str. 164-167 oraz zapoznać się z prezentacją multimedialną nauczyciela link: https://tiny.pl/7x316 2. W zeszycie proszę zapisać (nie trzeba wysyłać do nauczyciela): - 3 negatywne skutki oraz 3 przyczyny kwaśnych opadów - 3 przykłady zanieczyszczeń komunalnych - klasy czystości wód – Jak je wyróżniamy oraz jakie dominują w Polsce? Dodatkowy materiał do przejrzania- https://tiny.pl/7x317 Dla chętnych (na ocenę- nie jest to obowiązkowe) – proszę uzupełnić tabelkę z ostatniego slajdu prezentacji – minimum po 3 przykłady w każdym polu – ciekawe przykłady. Wykonaną pracę proszę przesłać na moje konto w Outlook Office 365.	Praca samodzielna	Do 8.04.2020

2	MATEMATYKA	Objętość prostopadłościanu. Jednostki objętości.	Kontynuacja poprzedniej lekcji.	Praca samodzielna	6.05.2020 r.
3	JĘZYK HISPANŃSKI	Jedzenie - słownictwo.	Na lekcję przygotuj zeszyt przedmiotowy i podręcznik. Wspólnie zrobimy ćw. 5 i 6 ze str. 89 oraz omówimy tekst "Las tapas" ze str. 93 i odpowiemy na pytania, które się pod nim znajdują.	Lekcja on-line na aplikacji MS Teams 9:45-10:10)	Na bieżąco, podczas lekcji.
4	BIOLOGIA	Zaburzenia układu hormonalnego.	1. Przeczytaj uważnie temat w podręczniku s. 170-172. 2. Zapoznaj się z prezentacją umieszczoną w plikach zespołu na platformie Microsoft Teams. 3. Po zakończeniu zadań do 6 maja rozwiąż test umieszczony w zadaniach grupy na MS Teams (przed wykonaniem zadania uważnie zapoznaj się z instrukcją). Test dotyczy wiadomości z zakresu budowy, funkcjonowania oraz zaburzeń w funkcjonowaniu układu	Praca samodzielna/ konsultacje na platformie Microsoft Teams.	Do 6.05.2020r.

			hormonalnego. Zadania będą oceniane.		
5	JĘZYK POLSKI	Reklama jako komunikat językowy.	Zapoznaj się z informacjami ze str. 250 w podręczniku. Wykonaj zadania od 1-5 str. 251-252 (podręcznik).	Lekcja online (Office 365), godz. 11.35-12.00 Konsultacja dla uczniów. Samodzielna praca.	8.05. 2020 r.
6	JĘZYK ANGIELSKI	Present perfect- utrwalenie wiadomości.	Wykonaj zadania 2,3,4 str.32 z zeszytu ćwiczeń. Następnie wysłuchaj nagrania i wykonaj polecenie: https://tiny.pl/7xzc5	Praca samodzielna	30.04.2020r.