

Tygodniowy plan klasy 7m

Poniedziałek 15.06

Przedmiot	Temat lekcji	Zadania dla ucznia	Sposób realizacji (samodzielna praca/lekcja online)	Termin realizacji
matematyka	Powtórzenie: Obliczenia procentowe.	Wykonaj ćwiczenia zamieszczone tutaj: https://drive.google.com/file/d/1y2A_NvjP7KDDcDAf4OBI1oTq6mQTEa9u/view?usp=sharing Odpowiedzi będą zamieszczone na następnej lekcji, zakładka PLIKI.	Praca samodzielna	15.06.2020 r.
chemia	Prawo zachowania masy.	Proszę o zapoznanie się z rozdziałem 26 w podręczniku chemii, str. 148. Zapisz w zeszycie: 1. Jak brzmi prawo zachowania masy. 2. Zapisz przykład 36 i 37 z podręcznika, str. 149 w zeszycie. 3. Rozwiąż zadanie 1 z podręcznika, str. 150.	Lekcja online, MS Teams, godz: 09:00	22.06.2020 r. MS Teams, zakładka zadania.
historia	Polska w przededniu II wojny światowej.	1. Przeczytaj uważnie tekst w podręczniku na str. 264-267 lub z prezentacji zamieszczonej w Plikach zespołu. 2. Zanotuj w zeszycie: - wymień żądania Niemiec wobec Polski,	Samodzielna praca	Do 22.06.2020

		- datę zawarcia paktu Ribbentrop-Mołotow i jego skutki. 3. W celu utrwalenia wiadomości możesz również rozwiązać zadania w zeszyście ćwiczeń str. 118-119 umieszczonym w plikach zespołu na platformie Microsoft Teams.		
język polski	Waga danego słowa	Przeczytaj fragment opowiadania A. Sapkowskiego "Kwestia ceny" (podręcznik str. 275) i zrób ćwiczenia 1,2/280	Lekcja online na platformie Teams o godz. 10:45 – 11:15	15.06.20 20r.
język polski	<u>Warsztaty online:</u> Zdrowie i kryzysy psychiczne (2h) *przekazywanie informacji dotyczących występowania kryzysów psychicznych, pierwszych symptomów i sygnałów, *jak i gdzie szukać wsparcia i pomocy, jak sobie radzić z zaburzeniami psychicznymi.	Lekcja 5: https://us04web.zoom.us/j/78579082993?pwd=Y3ZhU2Jjc0dqVNUShh1b0lHTHlMQT09 Meeting ID: 785 7908 2993 Password: 4TxcWX	Warsztaty online o godz. 11:35	15.06.20 20r
geografia	<u>Warsztaty online:</u> Zdrowie i kryzysy psychiczne (2h)	Lekcja 6: https://us04web.zoom.us/j/72206318992?pwd=cEN1Z2RjY2llaXR4emVPSWtqYnJkdz09	Warsztaty online o godz. 12:40	23.06.20 20

	*przekazywanie informacji dotyczących występowania kryzysów psychicznych, pierwszych symptomów i sygnałów, *jak i gdzie szukać wsparcia i pomocy, jak sobie radzić z zaburzeniami psychicznymi.	Meeting ID: 722 0631 8992 Password: 0ru5Qf		
Wf. chł.	M.P.S.-doskonalenie odbić	Wyjdź na świeże powietrze i poodbijaj piłkę przez siatkę, trzepak, ogrodzenie z rodzicem lub rodzeństwem.	Praca samodzielna. Nauczyciel na czacie do dyspozycji ucznia i rodzica.	21.06.2020 (dzienniczek aktywności ruchowej)
Wf. Chł.	Igrzyska Olimpijskie	Zastanów się jaka jest różnica między Igrzyskami a Olimpiadą. Kiedy zostały rozegrane pierwsze letnie Igrzyska Olimpijskie. Które państwa zorganizowały najwięcej Igrzysk. Wymień najwybitniejszych polskich olimpijczyków.	Praca samodzielna. Nauczyciel na czacie do dyspozycji ucznia i rodzica.	21.06.2020 (dzienniczek aktywności ruchowej)
Wychowanie fizyczne dz.	Edukacja zdrowotna.	Zapoznaj się z podstawowymi informacjami na temat igrzysk olimpijskich: 1. Starożytne igrzyska olimpijskie zostały zapoczątkowane w Olimpii w Grecji w 776 r. p.n.e., trwały 5 dni. 2. W czasie igrzysk nie	Praca samodzielna. Konsultacje przez czat w Teams.	15.06.2020 r.

		prowadzono działań wojennych. 3. Za wygranie konkurencji zawodnik otrzymywał wieniec z gałązek wawrzynu (laur olimpijski), był sławny i nosił tytuł "olimpionika". 3. Rywalizacja sportowa odbywała się w duchu fair play. 4. Nowożytnie igrzyska olimpijskie zostały zapoczątkowane także w Grecji w Atenach w 1896 r. 5. Igrzyska olimpijskie są obecnie najbardziej prestiżową imprezą sportową na świecie. 6. Za ich organizację odpowiada Międzynarodowy Komitet Olimpijski. 7. Prawo do organizacji igrzysk otrzymuje miasto a nie państwo. 8. Dotychczas w Polsce nie odbyły się żadne igrzyska olimpijskie. 9. W trakcie igrzysk wszyscy sportowcy przebywają w wiosce olimpijskiej. 10. Igrzyska letnie i zimowe odbywają się co 4 lata. 11. Symbole olimpijskie to: flaga olimpijska, motto olimpijskie, ogień olimpijski. 12. Baron Pierre de Coubertin wznowił ideę nowożytnych igrzysk olimpijskich. Czy wiesz, jak wygląda flaga olimpijska? Co symbolizuje?		
--	--	---	--	--

Wychowanie fizyczne dz.	Pierwsza pomoc.	Pierwsza pomoc to zespół prostych czynności ratujących zdrowie lub życie. Wykonuje się je na miejscu zdarzenia u osób, które doznały obrażeń lub zachorowały. Zapamiętaj podstawowe zasady: 1. BEZPIECZEŃSTWO - pamiętaj, Twoje bezpieczeństwo jako ratownika jest najważniejsze. Jeśli miejsce wypadku stanowi zagrożenie dla Ciebie jako ratownika, zrób tyle ile możesz nie narażając własnego zdrowia. Przede wszystkim wezwij pomoc i zaczekaj na przyjazd wyspecjalizowanych służb. 2. SPRAWDZANIE PRZYTOMNOŚCI - jeśli sprawdziłeś, że jest bezpiecznie, oceń stan poszkodowanego. Zapytaj głośno: "Co się stało?", "Potrzebujesz pomocy?" Jeśli z poszkodowanym jest kontakt, pozostaw go w zastanej pozycji – o ile jest dla niego bezpieczna. Jeśli nie odpowiada, nie porusza się, potrząśnij delikatnie jego ramię. Jeśli nie reaguje oznacza, że jest nieprzytomny. Wówczas: 3. SPRAWDŹ, CZY ODDYCHA Sprawdź, czy w ustach poszkodowanego nie tkwi coś, co uniemożliwia mu oddychanie. Odchyl głowę poszkodowanego do tyłu	Praca samodzielna. Konsultacje przez czat w Teams.	15.06.2020 r.
-------------------------	-----------------	--	--	---------------

		unosząc brodę. Przyłóż policzek i ucho do ust i nosa poszkodowanego, jednocześnie przyglądaj się, czy jego klatka piersiowa unosi się. PATRZ, SŁUCHAJ, CZUJ! A) poszkodowany oddycha!!! - ułóż go w pozycji bocznej ustalonej, kontroluj oddech co minutę, b) nie oddycha lub oddycha nieprawidłowo - działaj! 4. WEZWIJ POMOC możesz głośno wołać o pomoc, zatrzymać jednego z przechodniów. Zadzwoń pod nr: - 112 – telefon ratunkowy, - 999 – Pogotowie Ratunkowe. Podczas rozmowy: - przedstaw się, - powiedz, gdzie się znajdujesz, - co się stało, - ilu jest poszkodowanych. Pamiętaj, nie rozłączaj się pierwszy! Otrzymasz ważne informacje dotyczące działań, które powinieneś podjąć. Jeśli masz przy sobie rękawiczki lateksowe załóż je. Odsłoń klatkę piersiową poszkodowanego. 5. WYKONUJ UCIŚNIĘCIA KLATKI PIERSIOWEJ Ułóż nasadę swojej dłoni w części środkowej klatki piersiowej poszkodowanego. Dołóż drugą dłoń, spleć palce. Pochyl się nad		
--	--	--	--	--

		poszkodowanym, wyprostuj ręce w łokciach. Uciskaj klatkę mocno i szybko 30 razy. Następnie udroźnij drogi oddechowe unosząc brodę poszkodowanego, zatkaj mu nos. Przyłóż swoje usta do jego i 6. WYKONAJ 2 ODDECHY RATOWNICZE jednocześnie patrząc na klatkę poszkodowanego - jeśli się podniosła wdech zrobiony został prawidłowo. 7. KONTYNUUJ DZIAŁANIA w stosunku: 30 uciśnień klatki:2 oddechy ratownicze do przyjazdu pogotowia. Pamiętajcie, że każdy z nas ma obowiązek udzielenia pierwszej pomocy na miarę swoich umiejętności i zgodnie z posiadaną wiedzą.		
--	--	---	--	--

Wtorek 16.06 - dzień wolny od zajęć dydaktycznych

Środa 17.06 - dzień wolny od zajęć dydaktycznych

Czwartek 17.06 - dzień wolny od zajęć dydaktycznych

Piątek 18.06

Przedmiot	Temat lekcji	Zadania dla ucznia	Sposób realizacji (samodzielna praca/lekcja online)	Termin realizacji
informatyka	Programowanie – zadania	Wykonaj samodzielnie dowolne	Praca samodzielna	Na lekcji

		zadanie z listy, zapoznaj się z rozwiązaniem zawartym na stronie https://www.practicepython.org/ (zadania i rozwiązania na stronie)		
język hiszpański	<u>Warsztaty online:</u> II. Stres i radzenie sobie z nim (2h) * czym jest i jak się objawia stres * sposoby radzenia sobie ze stresem.	Lekcja 4: https://us04web.zoom.us/j/79004639568?pwd=KzZuUHhyWk8yNlA5OVNkaXZuU08vUT09 Meeting ID: 790 0463 9568 Password: 6vkrdQ	Warsztaty online o godz. 10:45	19.06.2020r
język polski	<u>Warsztaty online:</u> II. Stres i radzenie sobie z nim (2h) * czym jest i jak się objawia stres * sposoby radzenia sobie ze stresem.	Lekcja 5: https://us04web.zoom.us/j/76424762821?pwd=bitUaUdNMXZpK0FFWFJCYjldVRmdz09 Meeting ID: 764 2476 2821 Password: 8Mk3x4	Warsztaty online o godz. 11:35	19.06.2020r.

Biologia	Rozwój człowieka od poczęcia do narodzin.	1. Przeczytaj uważnie temat w podręczniku s.224-229. 2. Zapoznaj się z prezentacją, którą znajdziesz pod linkiem https://tiny.pl/794tn 3. Obejrzyj się z filmem, który znajdziesz pod linkiem : https://tiny.pl/794mc	Praca samodzielna/konsultacje online na platformie Microsoft Teams.	19.06.2020r.
plastyka	To warto zobaczyć.	Wykonaj ilustrację w	Praca samodzielna.	25.06.2020 r.

	Dzieła sztuki współczesnej.	formie pocztówki ...dzieła sztuki współczesnej. Na pocztówce napisz- dopracowaną czcionką...jakie to miejsce, dzieło. Technika dowolna. Szczegóły w dokumencie: https://tiny.pl/79jfd	Konsultacje- Platforma Teams.	
--	------------------------------------	---	--	--