

Tygodniowy Plan Pracy klasy 7r

30.03-03.04.2020r.

Poniedziałek, 30.03.2020r.

Przedmiot	Temat lekcji	Zadania dla ucznia	Sposób realizacji (samodzielna praca/lekcja on-line)	Termin wykonania zadań
plastyka	Asamblaż i instalacja	Przeczytaj uważnie tekst w podręczniku na stronie 44. Link do podręcznika: https://flipbook.nowaera.pl/dokumenty/Flipbook/Do-dziela-7/#p=6 Praca plastyczna: Wykonaj asamblaż. Rozejrzyj się po domu. Spójrz inaczej na rzeczy, które już znasz. Postaraj się dostrzec te, których do tej pory nie zauważałeś/łaś. Spójrz na rzeczy "niepotrzebne". Zbierz je w jednym miejscu (np.: na podłodze, na stole, na jakimś ciekawym tle). Ułóż z nich kompozycję, ułóż z nich obrazek, który będzie opowieścią o nich. Zrób kompozycji zdjęcie. Wykonane zdjęcie możesz przerobić w jakimś programie do obróbki zdjęć. http://gdziejestsztuka.pl/asamblaz/	Praca samodzielna	06.04.2020
fizyka	Moc	Wykonanie zadań z zeszytu ćwiczeń z działu Moc	Praca samodzielna	06.04.2020

WF dzw	Nauka kroku tanecznego belgijki.	Przypomnij sobie taniec belgijski, jeśli chcesz nauczyć resztę swojej rodziny :) https://www.youtube.com/watch?v=xFAfNnsFumY * dla chętnych – nagraj krótki film jak tańczycie i wyślij mi go na maila – pwlaszczuk@wp.pl Obejrzyj i poćwicz https://www.youtube.com/watch?v=xFAfNnsFumY	Praca samodzielna	06.04.2020
WF chł	Tańce nowoczesne-belgijka	Obejrzyj i poćwicz https://www.youtube.com/watch?v=xFAfNnsFumY	Praca samodzielna	03.04.2020
matematyka	Iloczyn i iloraz potęg o jednakowych podstawach.	Zapisz w zeszyte temat i dwa wzory ze strony 225 w temacie lekcji. Przeanalizuj “przykłady” ze strony 226. Jeśli uznasz że potrzebujesz obejrzyj dodatkowo filmik: https://www.youtube.com/watch?v=4Q_8vv1nLoM Rozwiąż zadania z tematu w zeszyte ćwicz str. 93 i 94 Zdjęcia wykonanej pracy wyślij na mail: izaobi@gmail.com zanim się zacznie kolejna lekcja	Do wyboru: Praca samodzielna Możliwe konsultacje online w czasie trwania lekcji 1 grupa nr 1-10 w dzienniku: konsultacja trwa pierwsze 20 minut 2 grupa nr 11-20 w dzienniku: od 25 minut lekcji przez kolejne 20 minut.	30.03.2020
j. polski	Portret psychologiczny Balladyny	Spróbuj stworzyć charakterystykę postaci głównej bohaterki. Skoncentruj się na jej cechach charakteru, motywach które nią kierowały - pracę odeślij mailem, albo poprzez wiadomość w dzienniku elektronicznym.	Praca samodzielna. Konsultacje online (dziennik elektroniczny, platforma Webex)	01.04. 2020 r.

chemia	Woda jako rozpuszczalnik	Przeczytaj rozdział 29 w podręczniku: Woda jako rozpuszczalnik, str. 165 oraz zapoznaj się z rozdziałem w e-podręczniku, akapit 1-5: https://epodreczniki.pl/a/woda-i-jej-wlasciwosci/DOh98gYK4 oraz zapoznaj się z rozdziałem w e-podręczniku, akapit 1-4: https://epodreczniki.pl/a/czynniki-wplywajace-na-szybkosc-rozpuszczania-sie-substancji-w-wodzie/DYNLy4Koc A następnie zapisz w zeszycie: 1. Na czym polega rozpuszczanie substancji w wodzie 2. Co to jest emulsja 3. Co to jest dipol i narysuj cząsteczkę wody z zaznaczonymi biegunami 4. Wzór chlorowodoru, siarkowodoru i amoniaku 5. Od czego zależy szybkość rozpuszczania się substancji W ramach powtórki tematu z poprzedniej lekcji przeczytaj rozdział :https://epodreczniki.pl/a/woda-i-jej-rola-w-przyrodzie/DAwb5tSIZ	Samodzielna Praca	Zdjęcie z notatek z obu lekcji w tym tygodniu podeślij w jednym mailu do 08.04.2020.
j. angielski	Survival games. Praca z tekstem.	Zapoznajcie się ze słownictwem: https://quizlet.com/pl/498413825/survival-verbs-flash-cards/ Wykonajcie ćwiczenia w kolejności: a. Fiszki b. Ucz się Przeczytajcie tekst z zad. 2/68 Zapiszcie odpowiedzi do quizu w zeszytach. Wysłuchajcie nagrania do zad. 2	Praca samodzielna z elementami pracy online (platforma Quizlet)	31.03.2020r.

		z płyty dołączonej do podręcznika lub ze strony www.oup.com/elt/materialy-dla-uczniow I sprawdźcie swoje odpowiedzi.		
j. hiszpański	Praca z tekstem - El día a día de los españoles – cd.	Przeczytaj tekst raz jeszcze. Odpowiedz na pytania ze strony 79 ćwiczenie 2 i 3, dotyczące tekstu. Zrób ćwiczenie 5 w którym odpowiesz na pytania opowiadając co robisz o każdej podanej porze i dnia.	Praca samodzielna	02.04.2020

Wtorek, 31.03.2020r.

Przedmiot	Temat lekcji	Zadania dla ucznia	Sposób realizacji (samodzielna praca/lekcja on-line)	Termin wykonania zadań
fizyka	Powtórzenie wiadomości z działu Praca i energia. Jak się uczyć fizyki	Wykonanie zadań powtórzeniowych z podręcznika i zeszytu ćwiczeń z wykorzystaniem platformy Office 365	Praca samodzielna	07.04.2020
matematyka	Iloczyn i iloraz potęg o jednakowych podstawach c.d.	Rozwiąż samodzielnie w zeszycie zadania z podręcznika: 1,2,5 str. 226 6,7 str. 227 Pozostałe zadania dla chętnych. Zdjęcia wykonanej pracy wyślij na mail: izaobi@gmail.com zanim się zacznie kolejna lekcja	Do wyboru: Praca samodzielna Możliwe konsultacje online w czasie trwania lekcji	02.04.2020

			1 grupa nr 1-10 w dzienniku: konsultacja trwa pierwsze 20 minut 2 grupa nr 11- 20 w dzienniku: od 25 minuty lekcji przez kolejne 20 minut.	
biologia	Oddychanie komórkowe	1. Przeczytać uważnie temat w podręczniku s. 142- 143. 2. Zapoznać się z materiałem umieszczonym na stronie: https://epodreczniki.pl/a/oddychanie/D1BvWZlaa 3. Koniecznie zapoznaj się z przebiegiem doświadczeń opisanych w e-podręczniku. 4. W zeszycie zapisać, co to jest oddychanie komórkowe oraz wyjaśnić jaka jest różnica pomiędzy oddychaniem tlenowym oraz beztlenowym. 5. Dla utrwalenia wiadomości warto rozwiązać quiz na stronie: https://epodreczniki.pl/a/oddychanie/D1BvWZlaa https://quizizz.com/admin/quiz/5e4adbdfa4e7ac001b76ddb4/biologia-vii-oddychanie-wewntrzkomorkowe	Praca samodzielna z elementami pracy online (platforma Quizizz)	03.04.2020
j. polski	Jakimi intencjami kierowały się siostry Alina i Balladyna?	Odpowiedz na pytanie odnosząc się do treści lektury. Odpowiedzi udziel drogą elektroniczną.	Praca samodzielna. Konsultacje online.	01.04. 2020 r.
geografia	Gospodarka morska	1. Przeczytać uważnie temat w podręczniku s. 142-144 oraz zapoznać się z prezentacją multimedialną nauczyciela link: https://tiny.pl/tz252	Praca samodzielna	Do 6.04.2020

		2. Odpowiedzieć na pytania z ankiety Googla link: https://tiny.pl/tz2ss 3. W zeszyte proszę zapisać: - 4 przykłady wpływu Morza Bałtyckiego na gospodarkę naszego kraju (z czego mamy pieniądze) - 3 porty morskie z Polski oraz to co przede wszystkim jest z nich transportowane Link do gry geograficznej gdzie przećwiczycie państwa i stolice Europy: https://learningapps.org/display?v=p9a7qahgn20		
j. angielski	Stay alive. Praca z tekstem.	Zapoznajcie się ze słownictwem: c. Fiszki d. Ucz się https://quizlet.com/pl/498416747/stay-alive-flash-cards/ Przeczytajcie teksty i wykonajcie zad. 2/70 Ułóżcie zdania ze słówkami zaznaczonymi w tekstach na niebiesko.	Praca samodzielna z elementami pracy online (platforma Quizlet)	02.04.2020
WF dzw	Kształtowanie siły mięśni nóg.	Obejrzyj i wykonaj 20min trening wraz z Leną: https://liblink.pl/tnafIFZznT	Praca samodzielna	31.03.2020
WF chł	Ćwiczenia w obwodzie stacyjnym	Wykonaj obwód stacyjny. Przerwa między ćwiczeniami - 30 sekund. Ćwiczenia po 10 powtórzeń: -przysiady -pajacyki -pompki -brzuski -wyrzut nóg w tył z przysiadu podpartego Przerwa 30 sekund, wykonaj w sumie 3 rundy.	Praca samodzielna	03.04.2020

Środa, 01.04.2020r.

Przedmiot	Temat lekcji	Zadania dla ucznia	Sposób realizacji (samodzielna praca/lekcja on-line)	Termin wykonania zadań
WDŻ	Dojrzałość to znaczy?	Obejrzyj prezentację multimedialną https://tiny.pl/tzkvz Po obejrzeniu prezentacji wykonaj zadanie https://tiny.pl/tzkb3	Praca samodzielna	8.04.2020
j. polski	Charakterystyka porównawcza Aliny i Balladyny	Napisz pracę, w której porównasz obie te postacie. Pracę wyślij drogą elektroniczną.	Praca samodzielna. Potrzebne materiały w podręczniku kl. 7	6.04. 2020 r.
biologia	Higiena i choroby układu oddechowego	1. Zapoznać się z materiałem umieszczonym na stronie: https://epodreczniki.pl/a/profilaktyka-chorob-ukladu-oddechowego/DNN5ltUvz 2. Przeczytać uważnie temat w podręczniku s. 144- 148. 3. Wykonaj ćwiczenie: 4. Porównanie wydajności oddychania płucnego i brzuszego. Co będzie potrzebne twoja osoba. Instrukcja 1. Weź głęboki wdech, rozciągając w miarę możliwości tylko górną część klatki piersiowej. Zaraz po tym krzyknij jak najgłośniej.	Praca samodzielna z elementami pracy online (platforma Quizizz)	07.04.2020

		2. Weź głęboki wdech „do brzucha”, posługując się w miarę możliwości tylko przeponą. Zaraz po tym krzyknij jak najgłośniej. 3. Powtórz czynności 2- 3 razy i porównaj głośność wydawanego dźwięku. Obserwacje i wniosek zanotuj w zeszycie 5. Zaplanuj i przeprowadź doświadczenie, za pomocą którego wykażesz, że wysiłek fizyczny zwiększa wentylację płuc. 6. Zastanów się i zapisz w zeszycie argumenty przeciwko paleniu tytoniu, które twoim zdaniem są najbardziej przekonujące dla młodzieży. 7. Dla utrwalenia wiadomości warto rozwiązać quiz na stronie: https://quizizz.com/admin/quiz/5e4d7b239817ea001fb4f73f/biologia-vii-higiena-i-choroby-ukadu-oddechowego		
chemia	Rodzaje roztworów.	Proszę o zapoznanie się z rozdziałem 30 w podręczniku chemii, str. 170 oraz z rozdziałem w e-podręczniku akapity 6-9. https://epodreczniki.pl/a/woda-i-jej-wlasciwosci/D0h98gYK4akapity1-3: https://epodreczniki.pl/a/rozpuszczalnosc-substancji/DYLjUQ1XO Proszę o zapisanie w zeszycie: 1.Co to jest roztwór 2.Co to jest krystalizacja 3.Czym różni się roztwór nienasycony od roztworu nasyconego 4.Czym różni się roztwór rozcieńczony od roztworu stężonego 5.Czym różni się roztwór właściwy od koloidu i od zawiesiny i podaj przykłady takich roztworów 6.Wymień rodzaje mieszanin w zależności od rodzaju substancji rozpuszczanej i rodzaju rozpuszczalnika i podaj przykłady takich roztworów	Samodzielna praca	Zdjęcie z notatek z obu lekcji w tym tygodniu podeślij w jednym mailu do 08.04.2020.

WF dzw	Rozciąganie mięśni nadmiernie przykurczonych i napiętych.	Na koniec dnia włącz film : https://liblink.pl/gESuuNYWr2 i rozciągaj się wraz z prowadzącą .	Praca samodzielna	01.04.2020
WF chł	Ćwiczenia wzmacniające mm nóg	Obejrzyj i poćwicz https://liblink.pl/tnaflFZznT	Praca samodzielna	03.04.2020
Zajęcia z wychowawcą	Jestem "EKO"	Wykonaj rysunek pojemników lub worków do segregacji śmieci. Opisz je i odpowiednio pokoloruj.	Praca samodzielna	07.04.2020

Czwartek, 02.04.2020r.

Przedmiot	Temat lekcji	Zadania dla ucznia	Sposób realizacji (samodzielna praca/lekcja on-line)	Termin wykonania zadań
historia	I wojna światowa na ziemiach polskich	1.Przeczytaj uważnie tekst w podręczniku na str. 170-174 2. Zastanów się i zanotuj w zeszycie: a. jak wyglądały walki na froncie wschodnim, na tej podstawie wyjaśnij w zeszycie znaczenie pojęcia wojna manewrowa. b. spróbuj wymienić najważniejsze jednostki (oddziały) polskie walczące po stronie Trójprzymierza i ententy.	Samodzielna praca	do 09.04.2020 lub następną lekcję

		c. do którego z tych oddziałów odnosi się zwrot "kryzys przysięgowy" i na czym on polegał. d. rozszyfruj skrót POW. 3 Wypełnij kartę pracy. https://tiny.pl/t3qgt Uzupełnioną kartę pracy proszę wrzucić do folderu 7r (zdjęcie lub inny plik): https://tiny.pl/t3qgd - pamiętajcie o podpisaniu się – chciałabym wiedzieć komu wstawiam dobrą ocenę. Praca będzie oceniona – kategoria praca domowa.		
j. polski	Dekalog – tekst biblijny i jego średniowieczna ilustracja.	1. Przeczytaj tekst ze strony 214 2. Wykonaj zadania 1-3 str. 217 Odpowiedzi odeślij drogą elektroniczną (Librus lub mail)	Praca samodzielna. Konsultacja online (Librus i Webex)	Następna lekcja
matematyka	Potęgowanie potęgi	Zapisz w zeszycie temat i wzór ze strony 229. Przeanalizuj "przykłady" ze strony 229. Jeśli uznasz że potrzebujesz obejrzyj dodatkowo filmik: https://www.youtube.com/watch?v=ehmD2pVfuk4 Rozwiąż zadania z tematu w zeszycie ćwiczeń str.: 95 i 96 – tylko z tematu lekcji Zdjęcia wykonanej pracy wyślij na mail: izaobi@gmail.com zanim się zacznie kolejna lekcja	Do wyboru: Praca samodzielna Możliwe konsultacje online w czasie trwania lekcji 1 grupa nr 1-10 w dzienniku: konsultacja trwa pierwsze 20 minut 2 grupa nr 11-20 w dzienniku: od 25 minuty lekcji	03.04.2020

			przez kolejne 20 minut.	
WF dziewczęta	Poprawa wydolności poprzez trening tabaty.	Jako rozgrzewkę zatańcz znaną Ci pewnie z przedszkola piosenkę : głowa, ramiona, kolana pięty - w ustawieniach na YouTube zwiększ prędkość odtwarzania do 1,5 https://www.youtube.com/watch?v=30BVfTvlsrE Po odtęczeniu głowa, ramiona... wykonaj trening Tabata dla początkujących: https://liblink.pl/RDHhg8y6ti	Praca samodzielna	02.04.2020
WF chłopcy	Ćwiczenia rozciągające	Obejrzyj i poćwicz https://liblink.pl/gESuuNYWr2	Praca samodzielna	03.04.2020
j. hiszpański	Zwyczaje młodych Polaków.	Na podstawie przeczytanego tekstu napisz w zeszycie krótki tekst o zwyczajach młodzieży w Twoim kraju – ćw. 4 str. 79	Praca samodzielna	06.0.4.2020
informatyka	Czy masz 1011 lat ?	Stworzenie prezentacji na temat historii komputerów	Praca na platformie MS Teams	09.04.2020
j. angielski	Zdania warunkowe typu „I”.	Zapoznajcie się z wiadomościami na temat zdań warunkowych: e. Fiszki f. Ucz się g. Test https://quizlet.com/pl/498420898/the-first-conditional-rules-flash-cards/ Wynik testu wyślijcie na maila: angielskisp380@gmail.com	Praca online (platforma Quizlet)	06.04.2020
religia	Niewola i nowy powrót.	1. Odtwórz pieśń Jezus siłą mą: https://www.youtube.com/watch?v=efRCRbY_EOI	Praca samodzielna	08.04.2020

	Przygotowanie do Świąt Zmartwychwstania Pańskiego.	2. Przeczytaj treść z książki str. 125 i str.127. 3. Zapisz w zeszycie odpowiedzi na pytania: a. Ile czasu trwała niewola babilońska? b. Na jakich dwóch filarach opierała się religijność izraelska po niewoli? 4. obejrzyj prezentację i zastanów się, w jaki sposób w tym czasie możesz przygotować się do Świąt Wielkanocnych? https://prezi.com/p/suu2-bggu8sw/wielki-post/ Pomódl się za bliskich i wszystkich ludzi cierpiących. Dla chętnych: Ułóż w kolejności stacje Drogi Krzyżowej. https://learningapps.org/view4529779		
--	--	---	--	--

Piątek, 03.04.2020r.

Przedmiot	Temat lekcji	Zadania dla ucznia	Sposób realizacji (samodzielna praca/lekcja on-line)	Termin wykonania zadań
historia	Rewolucja w Rosji	1. Przeczytaj uważnie tekst w podręczniku na str. 175-179 2. Następnie: a. zastanów się jakie mogły być przyczyny rewolucji Rosji i zanotuj je w zeszycie	Samodzielna praca z elementami pracy on-line	do 09.04.2020 lub następną lekcję

		b. pomyśl jak rewolucja lutowa oraz rewolucja październikowa wpłynęły na sytuację w Rosji następnie wymień skutki rewolucji lutowej dla Rosji oraz rewolucji październikowej dla Rosji, ale także dla Europy. c. wymień główne założenia tzw. tez kwietniowych d. wymień osoby, które odegrały największą rolę w rewolucjach i tuż po nich oraz krótko opisz te osoby 3. Obejrzyj krótki film o rewolucjach w Rosji https://www.youtube.com/watch?v=m-xZcSTS4Cg		
matematyka	Potęgowanie potęgi	Rozwiąż samodzielnie w zeszycie zadania z podręcznika: 1,2,3 str. 229 6,7 str. 230 Pozostałe zadania dla chętnych. Zdjęcia wykonanej pracy wyślij na mail: izaobi@gmail.com zanim się zacznie kolejna lekcja	Do wyboru: Praca samodzielna Możliwe konsultacje online w czasie trwania lekcji 1 grupa nr 1-10 w dzienniku: konsultacja trwa pierwsze 20 minut 2 grupa nr 11-20 w dzienniku: od 25 minuty lekcji przez kolejne 20 minut.	06.04.2020
geografia	Powtórzenie wiadomości i umiejętności z działu Rolnictwo i przemysł w Polsce.	1. Proszę zapoznać się z prezentacją link: https://tiny.pl/tz2k2 i odpowiedzieć na 9 zadań/pytań (każde zadanie jest na oddzielnym slajdzie). Efekty swojej pracy proszę zapisać najlepiej w Wordzie, pdf, można też zrobić zdjęcie kartki z zeszytu.	Praca samodzielna	Do 08.04.2020

		Odpowiedzi proszę wrzucić do folderu 7R (zdjęcie z zeszytu lub inny plik): https://tiny.pl/tzskx hasło: 1505, jeśli będzie problem można pracę też wysłać na mojego maila: mag.zmi1505@gmail.com – pamiętajcie o podpisaniu się – chciałabym wiedzieć komu wpisuję dobrą ocenę ☺ Praca będzie oceniana - kategoria aktywność-powtórzenie. Liczę na samodzielne prace :)		
j. polski	Jak rozpoznać alegorię sprawiedliwości?	Zapoznaj się z informacjami zamieszczonymi w ramkach na stronach 223-224 (zrób notatki) Wykonaj zadanie 4 str. 224 i wyślij je w formie elektronicznej	Praca samodzielna. Konsultacja online	06.04. 2020 r.
muzyka	Folc i country	Przeczytaj w podręczniku rozdział ze strony 133 https://flipbook.nowaera.pl/dokumenty/Flipbook/Lekcja-muzyki-7/#p=135 Naucz się śpiewać piosenkę zespołu Golec uorkiestra "Pędzą konie" https://www.youtube.com/watch?v=8VLHittFkSk https://www.youtube.com/watch?v=k1CHQAna970 Nagraj swój występ i wyślij na : sziza@onet.pl (podaj dane i klasę) Mile widziane elementy ruchowe:)	Praca samodzielna	17.04.2020