

ŚRODA – 25.03.2020

Fizyka	Temat: Pierwsza zasada dynamiki Newtona. Obejrzyj film: https://www.youtube.com/watch?v=ItkC3FEpH_Q „Pierwsza zasada dynamiki Newtona i bezwładność ciał, czyli dlaczego zapinamy pasy!” <u>Napisz notatkę:</u> Pierwsza zasada dynamiki zwana jest także pierwszym prawem Newtona, albo zasadą bezwładności. Mówi ona, jak zachowuje się ciało, gdy nie działają na nie żadne siły, lub gdy działanie tych sił równoważy się, czyli kiedy wartość siły wypadkowej wynosi 0. Bezwładność jest to skłonność ciała do zachowania poprzedniego stanu ruchu, tzn. kierunku, zwrotu i szybkości ruchu. Jeśli wypadkowa sił działających na ciało jest równa zero, to ciało pozostaje w spoczynku lub porusza się ruchem jednostajnym prostoliniowym. Pierwsza zasada dynamiki: Jeśli na ciało nie działa żadna siła lub gdy działające siły równoważą się (siła wypadkowa jest równa zero), to ciało pozostaje w spoczynku lub porusza się ruchem jednostajnym prostoliniowym. <u>Przerysuj rysunek:</u> Przykład 5.4 str. 152 (dwie panie w autobusie) Praca domowa: Zadanie 1,2 str. 154 podręcznik. Pracę domową proszę odesłać do sprawdzenia na adres nauczyciela fizyki - I.Urbańska e-mail: 55iwona22@wp.pl
Matematyka	Na tej lekcji nauczysz się rozwiązywać zadania tekstowe za pomocą równań z jedną niewiadomą. Zapisz w zeszyte. Temat: Etapy rozwiązywania zadań tekstowych. 1. Zapoznaj się z materiałem ze strony e-podreczniki https://epodreczniki.pl/a/rozwiazywanie-zadan-tekstowych-za-pomoca-rownan/Dzkm8YGaD (przykład 1 i 2) - Zapisz w zeszyte etapy rozwiązywania zadań - Wykonaj interaktywne ćwiczenie 1 2. Obejrzyj widolekcje https://pistacja.tv/film/mat00379-rownan-zadania-tekstowe?playlist=549 3. Wykonaj ćw. 1,2a str.48 (zeszyt ćwiczeń) W razie problemów chętnie pomogę.
J. polski	Temat: <u>Czy słowa szesnastowiecznego poety są wciąż aktualne?</u> Wyobraźcie sobie, że jesteście rozbitkami, którzy od dłuższego czasu przebywają na bezludnej wyspie. Zamierzacie wspólnie wybrać przywódcę. Pomyślcie, jakie macie oczekiwania wobec tej osoby, jakie korzyści i niebezpieczeństwa wynikają z powierzenia komuś władzy? Napiszcie cechy dobrego przywódcy (to przymiotniki, w zeszyte).

	Przeczytajcie tekst „Pieśni XIV” Jana Kochanowskiego wraz z objaśnieniami z podręcznika ze strony 235. Zastanówcie się, kim jest adresat apostrofy.....na pewno zauważycie, że chodzi o osoby sprawujące władzę. Tezy z utworu: 1. Każdy rządzący ma nad sobą władcę-Boga. 2. Rządzący powinien dbać o wspólne dobro, a nie o dobro osobiste. 3. Wszyscy ludzie są równi wobec Boga. 4. Zła władza może zniszczyć nawet najpotężniejsze państwo. <u>Praca do wyboru</u> 1. Rozwiń tezy, myśli zawarte w „Pieśni XIV” J. Kochanowskiego w dowolnej formie rozprawki, listu otwartego lub przemówienia. 2. Przygotuj ulotkę lub folder wyborczy. (Wyobraź sobie, że zbliżają się wybory do Samorządu Szkolnego, w których zaprezentujesz siebie lub kolegę, koleżankę jako potencjalnego kandydata. Przedstaw zalety tej osoby, motto życiowe oraz program wyborczy) Pracę wykonajcie do 1 kwietnia;-) i pierwsze zadanie prześlijcie na moja pocztę elektroniczną, zaś w przypadku drugiej pracy zróbcie zdjęcie i prześlijcie na Messenger Miłej pracy!
Geografia	Rodzaje usług. Transport i łączność. Witajcie, Kochani na pierwszej wirtualnej lekcji geografii. Czytajcie, proszę uważnie polecenia i wykonujcie je. Poznacie dziś wybrane rodzaje transportu, ich znaczenie dla gospodarki Polski i wpływ na jakość naszego życia. 1. Zapiszcie temat z datą w zeszycie przedmiotowym : Rodzaje usług. Transport i łączność. 2. Zanotujcie w zeszycie - Usługi to działalność gospodarcza, która nie wiąże się z wytwarzaniem konkretnych produktów, lecz ma na celu zaspokojenie potrzeb ludzi, przedsiębiorstw oraz instytucji. Transport i łączność to usługi komunikacyjne. Transport dzielimy na samochodowy, kolejowy, wodny (morski i śródlądowy), lotniczy oraz przesyłowy. Łączność obejmuje przesyłanie informacji za pośrednictwem poczty, telefonii, radia, telewizji i Internetu. 3. Czas na korzystanie z informacji - Wykonajcie ćw. 2 str.92 zeszyt ćwiczeń a dowiecie się jaki rodzaj transportu ma największe znaczenie w przewozie ładunków i pasażerów w Polsce. 4. Przeczytajcie tekst w podręczniku od rozdziału "Transport samochodowy" str.149 po rozdział "Łączność" str.151. zwracając uwagę na towarzyszące tekstowi mapki. 5. Wykonajcie ćw. 3 w zeszycie ćw. str.92. 6. Zadanie do przesłania dziś na grupę Messengera - Oceń poziom usług internetowych w miejscu zamieszkania, zwłaszcza, że w najbliższym czasie będziesz zmuszony pracować intensywnie on - line. Jak sądzisz,co zrobić, aby poprawić tę sytuację? Czekam na Wasze odpowiedzi do godz.19. Sprawdzimy tym samym możliwości naszego łącza internetowego :) Powodzenia!

J. angielski	TOPIC: Udzielanie instrukcji i proszenie o radę w kontekście uprawiania sportu-ćwiczenia w mówieniu HELLO • Please tell me : What types of sports can you do at school?- (odpowieź zapiszcie w zeszycie) • Now please open your book at page 74 and read the dialogue. - otwórzcie swoje książki na 74 stronę i przeczytajcie dialog • Then complete the dialogue with the worlds in the box at ex. 1 p. 74(tekst znajduje się na płucie dołączonej do podręcznika 2.24) • Teraz odpowiedzcie w zeszycie na następujące pytanie dotyczące tekstu: Which two items of safety equipment does Mark need? • Now complete the phrases (ex. 2 p.74) • Practise the dialogue • Now, write a new dialogue for the one the situation (ex. 5p.74) -Napisze dialog w zeszycie W razie jakichkolwiek problemów służę pomocą WIERZĘ W WAS NA PEWNO DACIE SOBIE RADĘ
--------------	---

WYCHOWANIE FIZYCZNE

Drodzy Uczniowie, w związku z trudną sytuacją jaka jest obecnie proszę, abyście ucząc się samodzielnie pamiętali o aktywności ruchowej.

W ramach zajęć z wychowania fizycznego proponuję Wam ćwiczenia do wyboru.

Czas, który przeznaczycie na ćwiczenia regulujecie sobie według własnych potrzeb, ale proszę abyście ćwiczyli codziennie. Pamiętajcie o rozgrzewce i odpowiednim stroju. Pamiętajcie też o prawidłowej postawie podczas pracy przy komputerze. Proponuję również ruch na świeżym powietrzu np. gra w piłkę z rodzicami lub rodzeństwem na podwórku, ewentualnie spacer z rodzicami z dala od innych osób. Możecie również wykorzystać własne pomysły na aktywność ruchową.

Poniżej podaje linki, które może będą dla Was inspiracją. Wybierzcie coś dla siebie, wykonajcie, a potem podzielcie się swoją aktywnością ze mną wysyłając zdjęcia na mój adres e-mail. Czekam też na Wasze pomysły. „My „koronie” się nie damy bo aktywnie czas spędzamy”. Po powrocie do szkoły może stworzymy szkolną galerię aktywnych ruchowo? Powodzenia ☺

DLA CHŁOPCÓW I DZIEWCZYNEK

rozgrzewka:

11,5 min: <https://www.youtube.com/watch?v=IxA4sApBSuA>

10,5 min: https://www.youtube.com/watch?v=_xE6BL3m3nk

ćwiczenia w czasie przerw od nauki:

13 min: <https://www.youtube.com/watch?v=oxhgW7atWV4>

zdrowy kręgosłup:

33,5 min: <https://www.youtube.com/watch?v=SMkccyjsPDQ>

ćwiczenia z rodzeństwem:

8 min: <https://www.youtube.com/watch?v=7LFzesHxm8I>

10 ćwiczeń z krzesłem

www.youtube.com/watch?v=DP5Gib9SXo8

wf w domu na 5 dni

www.youtube.com/watch?v=Rh6_JNVmACw

10 ćwiczeń a pracuje całe ciało

www.youtube.com/watch?v=qREgqFYxl-Q

DLA DZIEWCZYNEK

stretching:

11,5 min: https://www.youtube.com/watch?v=vq_4SghsXUg

zumba - układy taneczne:

3,5 min: <https://www.youtube.com/watch?v=jaGlgUI8Yok>

DLA CHŁOPCÓW

Trening ogólnorozwojowy dla mężczyzn: wykorzystaj ciężar własnego ciała

www.youtube.com/watch?v=oKLMHA9yIYo

10 ćwiczeń a pracuje całe ciało

www.youtube.com/watch?v=qREgqFYxl-Q