**Matematyka**

25.05.2020.

Temat: **Geometria w kratki i w kratkę.**

1. Przeanalizujcie przykład 4.1 oraz 4.2 s. 304

2. Wykonajcie ćwiczenie 4 s. 305.

3. Wykonajcie zad. 1 i 2 s. 305 oraz zad. 3 i 5 s. 306.

26.05.2020.

Temat: **Punkty w układzie współrzędnych.**

1. Obejrzyjcie filmiki:

<https://www.youtube.com/watch?v=pIpmZC3cm50>

<https://www.youtube.com/watch?v=sRRwzconUXI>

<https://www.youtube.com/watch?v=FWQ9TqrT59Y>

2. Wykonajcie zad. 1, 2, 3 s. 312.

27.05.2020.

Temat: **Długości w układzie współrzędnych.**

1. Obejrzyj film, ale tylko do momentu, kiedy skończą się długości, a zaczną pola. Zakończcie na 9:45 minucie filmu.

<https://www.youtube.com/watch?v=IW8MjzGCK84>

2. W podręczniku zapoznajcie się z informacjami na s. 315.

3. Wykonajcie ćwicz. 1 s. 315 oraz zad. 1 s. 318, tylko poziom A przykłady a, b, c.

4. Teraz obejrzyjcie kolejny filmik:

<https://www.youtube.com/watch?v=hXtu8ui74Qo>

5. Zapoznajcie się z informacjami w podręczniku w przykładzie 2 i 3 s. 316.

6. Wykonajcie ćw. 2 s. 316 oraz ćw. 3 s. 317.

29.05.2020.

Temat: **Pola w układzie współrzędnych.**

1. Obejrzyjcie filmiki:

Pierwszy filmik to ten sam, który oglądaliście wczoraj częściowo. Dzisiaj zobaczcie cały.

<https://www.youtube.com/watch?v=IW8MjzGCK84>

<https://www.youtube.com/watch?v=AnoUFP1Y0Hw>

2. Zapoznajcie się z przykładem 4 s. 317.

3. Wykonajcie ćw. 4 s. 317.

4. Wykonajcie zad. 7 i 8 s. 319.

Uwaga! Przygotowujcie się do klasówki.

**Religia**

**Poniedziałek 25.05.2020r.**

Temat: Inkwizycja – prawda i mity.

Przeczytaj tekst w podręczniku.

Wykonaj zadania w ćwiczeniu.

Pomódl się w intencji osób prześladowanych za swoją wiarę, poglądy, kolor skóry.

**Czwartek 28.05.2020r.**

Temat: Zesłanie Ducha Świętego.

Odszukaj podane fragmenty z Dziejów Apostolskich: Dz 2,1-4, 14,43; 5, 40-42.

Odpowiedz na pytania: Kiedy miało miejsce zesłania Ducha Świętego? Gdzie dokonało się to wydarzenie? Na kogo zstąpił wówczas Duch Święty? Jakie znaki towarzyszyły temu wydarzeniu?(Odpowiedzi prześlij do sprawdzenia.)

Pomódl się do Ducha Świętego.

**Historia**

**Temat: Sprawdzian wiadomości po rozdziale VI „Świat w okresie międzywojennym”.**

**27.05.2020 r.**

Jako podsumowanie rozdziału VI „Świat w okresie międzywojennym” uczniowie rozwiążą test. **Obecność w tym dniu OBOWIĄZKOWA!**

Instrukcję do testu uczniowie otrzymają od nauczyciela na grupie Messenger.

**Temat: Odrodzenie Rzeczypospolitej.**

**29.05.2020r.**

1. Obejrzyj filmy:

- Sprawa polska podczas I wojny światowej <https://www.youtube.com/watch?v=xZ5ISE1pN9s>

- Sprawa polska po I wojnie <https://www.youtube.com/watch?v=3NHvVrZ3hB0>

- II Rzeczpospolita 1918-1939 <https://www.youtube.com/watch?v=MpOu9RIi6Gk>

- II Rzeczpospolita. Historia w 5 minut -<https://www.youtube.com/watch?v=lEkATLJYBoY>

1. Przeczytaj temat z podręcznika (str. 218-221) .
2. Przepisz notatkę:

1.Dnia 3 czerwca 1918 roku państwa ententy podjęły wspólną deklarację o powołaniu niepodległego państwa polskiego.

2. Jesienią 1918 roku w Polsce nastąpiło tworzenie lokalnych ośrodków władzy.

 cesarze Niemiec i Austro – Węgier powołali Radę Regencyjną (12.09.1917 rok, Warszawa)

 Rada Narodowa Księstwa Cieszyńskiego (19.10.1918 rok, Cieszyn)

 Polska Komisja Likwidacyjna (28.10.1918 rok, Kraków)

 Centralny Komitet Obywatelski (lipiec 1918 rok, Poznań) przyjął nazwę Naczelna Rada Ludowa (14.11.1918 rok, Poznań)

3. Powstanie Tymczasowego Rządu Ludowego Republiki Polskiej w Lublinie – 7. 11.1918 r. a. lewicowy skład rządu b. premierem Ignacy Daszyński (PPSD)

**PROGRAM REFORM**

* prawa wyborcze dla kobiet,
* bezpłatne szkolnictwo,
* nacjonalizacja kopalń oraz banków,
* parcelacja wielkiej własności ziemskiej,

**JÓZEF PIŁSUDSKI**

* Powrót z więzienia w Magdeburgu – 10 XI 1918 r.
* Przekazanie Józefowi Piłsudskiemu przez Radę Regencyjną władzy wojskowej 11.11.1918 r.
* Przekazanie Józefowi Piłsudskiemu przez Radę Regencyjną władzy cywilnej – 14.11. 1918 r.
* Objęcie przez Józefa Piłsudskiego funkcji Tymczasowego Naczelnika Państwa

4. Działalność Komitetu Narodowego Polskiego w Paryżu (m.in. Roman Dmowski , Ignacy Paderewski)

5. Utworzenie rządu Jędrzeja Moraczewskiego

6. Utworzenie rządu Ignacego Paderewskiego (16 stycznia 1919 r.) – z udziałem narodowej demokracji

**POSTANOWIENIA TRAKTATU WERSALSKIEGO (28 VI 1919 rok)**

1. Uznanie niepodległej Polski.

2. Przyznanie Polsce Pomorza Gdańskiego, Wielkopolski oraz części Kujaw z Bydgoszczą.

3. Utworzenie Wolnego Miasta Gdańska.

4. Plebiscyty na Śląsku, Warmii i Mazurach oraz Powiślu.

5. Zobowiązanie Polski do podpisania tzw. małego traktatu wersalskiego (gwarancje dla mniejszości narodowych w Polsce).

1. Wykonaj zadania 1-4 w zeszytach ćw. str.98-99.
2. Następnie możesz utrwalić swoją wiedzę wchodząc w link do gry:

<https://quizizz.com/join/quiz/5eb49c2cb25cd1001b0babcc/start?from=soloLinkShare&referrer=5e8454fa510936001b7977a2>

**Informatyka**

***Termin realizacji zadań na dzień 26 maja 2020r.***

***Temat : Programowanie z serwisem Code.org.***

Bardzo proszę o zalogowanie się do serwisu Informatycznego Code.org.

Wykonaj Lekcje numer 9, 10, 11, 12 – wszystkie etapy każdej Lekcji z Kursu 4

Powodzenia.

Ponieważ korzystamy z jednego portalu a ja jest administratorem sekcji będę widziała i kontrolowała Wasze postępy. W razie jakichkolwiek pytań proszę pisać do mnie poprzez aplikację Messenger.

***Tabela z tajnymi słowami do logowania.***

|  |  |
| --- | --- |
| Bejgrowicz Łukasz – under list | Fodrowska Dominika – drawing visit |
| Głowaczewska Wiktoria – tchem insects | Jankowski Michał – note music |
| Kropkowski Marek – evening whether | Leśniewska Anna – much lake |
| Lutowska Emilia – machine drawing | Pilśniak Paulina – faling again |
| Romanowski Oskar – order triangle | Sieczkowska Monika – means rock |
| Szczeblewska Patrycja – them outside | Tyburski Szymon – division seat |
| Wiśniewska Malwina – them built |  |

**Biologia**

26.05.2020r.

Temat: **Rozwój człowieka – od narodzin do starości.**

***Zwróć uwagę na:***

* *etapy rozwoju człowieka po urodzeniu,*
* *zmiany, które zachodzą w kolejnych etapach życia,*
* *pojęcia dojrzałości: biologicznej, psychicznej i społecznej.*

DRODZY UCZNIOWIE!

Zapoznajcie się z tematem - podręcznik str.230-234

Wykonajcie zadania w zeszycie ćwiczeń – 1-4/116

**Notatka:**

*Rozwój osobniczy człowieka rozpoczyna się w chwili jego poczęcia, a kończy, gdy osoba umiera.*

* *Ontogeneza obejmuje okres rozwoju prenatalnego i postnatalnego.*
* *W rozwoju postnatalnym wyróżniamy następujące etapy rozwojowe: noworodkowy, niemowlęcy, poniemowlęcy, dzieciństwa, dojrzewania, dorosłości, przekwitania i starości.*
* *Organizm ludzki najszybciej rośnie w okresie noworodkowym i niemowlęcym .*
* *Okres dojrzewania to czas intensywnych przemian fizycznych i psychicznych, będących wynikiem działalności hormonów, głównie płciowych.*
* *Na pełną dojrzałość składają się dojrzałość fizyczna, psychiczna i społeczna.*

Materiały z lekcji proszę przesłać do sprawdzenia.

*Miłej i owocnej pracy!*

28.05.2020r.

Temat: **Higiena i choroby układu rozrodczego.**

***Zwróć uwagę na:***

* *objawy chorób układu rozrodczego,*
* *metody zapobiegania chorobom układu rozrodczego,*
* *przyczyny i objawy wybranych chorób układu rozrodczego.*

DRODZY UCZNIOWIE!

Zapoznajcie się z tematem - podręcznik - str.235-240

Na podstawie uzyskanych informacji wykonajcie zadania w zeszycie ćwiczeń – 1-4/117,118 oraz napiszcie notatkę, w której wypiszecie przykładowe choroby układu rozrodczego.

**Fizyka (25 – 29 maja)**

Temat: **Energia potencjalna grawitacji (ciężkości) i kinetyczna.**

(Temat do realizacji na dwóch godzinach lekcyjnych.)

Zakres materiału na bieżący temat lekcji – to dwie jednostki tematyczne z podręcznika: 31 oraz 32 str. 209 i odpowiednio 214. Ale do nauki wybieracie tylko to, co określę w poniższych punktach (są to jednocześnie punkty do sporządzenia notatki):

1. Pojęcie energii, symbol, jednostka podstawowa.
2. Zmiany energii pod wpływem wykonywanej pracy (kiedy ciało zyskuje, a kiedy traci energię).
3. Rodzaje energii mechanicznej (str. 209, po lewej stronie obrazka).
4. Pojęcie energii potencjalnej grawitacji, wzór, symbole. **Ep = m g h**
5. Od czego zależy energia potencjalna?
6. Pojęcie energii kinetycznej, wzór, symbole. **Ek =**
7. Od czego zależy energia kinetyczna?
8. Część ćwiczeniowa: zad. 1, 3, 5 str. 213, 1 str. 217 oraz „moje”, które brzmi następująco: Oblicz energię kinetyczną psa o masie 1200 g biegnącego z prędkością 50 km/h. Wynik podaj z dokładnością do jednego miejsca znaczącego.

**Wskazówki do lekcji:**

1. Jeden dżul to wspólna jednostka dla pracy i energii. Każdy rodzaj energii jest wyrażany w dżulach!
2. Jeżeli prędkość ciała wzrośnie np. 3 razy, to energia kinetyczna wzroście 9 razy (bo we wzorze jest druga potęga prędkości).
3. Jak obliczyć wysokość ze wzoru na en. potencjalną? h = Ep/mg
4. W zadaniach rachunkowych wszystkie wielkości muszą być wyrażone w jednostkach podstawowych!
5. Przyspieszenie ziemskie (grawitacyjne) można podawać w dwóch równoważnych jednostkach: 10 N/kg lub 10 m/s2. Na dzisiejszej lekcji wygodniej jest stosować 10 N/kg.

**Uwaga! Czekam na notatki od następujących uczniów (adres mailowy rakset@wp.pl):**

**- Łukasz Bejgrowicz, Oskar Romanowski i Malwina Wiśniewska.**

Informuję, że kto nie przesłał poprawy testu z dynamiki otrzymuje ocenę niedostateczną (na poprawy czekałam dwa tygodnie, przypominałam w poprzednich materiałach).

**Język angielski**

**Poniedziałek**

**Topic: Review – powtórzenie.**

*Sposoby i źródła realizacji tematu lekcji:*

Witam, podczas dzisiejszych zajęć powtórzymy sobie materiał z kilu ostatnich zajęć. W tym celu poproszę o zrobienie ćwiczeń z podręcznika str. **56 - 57.** Pamiętajcie o odesłaniu zdjęć do mnie. Powodzenia.

**Wtorek**

## Topic: **Shopping – słownictwo.**

*Sposoby i źródła realizacji tematu lekcji:*

Podczas dzisiejszych zajęć wprowadzimy słownictwo związane z tematem zakupy i usługi **( str. 58 ).** Chciałabym, abyście samodzielnie zagrali w quizizz otwierając na ekranie komputera podaną niżej stronę internetową. Pamiętajcie, aby w telefonie wpisać kod gry. Zagrajcie minimum dwa razy dla utrwalenia słownictwa.

<https://quizizz.com/admin/quiz/5ec69d8ff984c5001ba4eed4/startV4>

**Piątek**

## Topic: **Shopping – ćwiczenia leksykalne.**

*Sposoby i źródła realizacji tematu lekcji:*

Kochani, po zapoznaniu się ze słownictwem proszę Was o wykonanie ćwiczeń: **1, 2 str. 58 oraz 6, 11 str. 59.** Pamiętajcie o przesłaniu zdjęć z odpowiedziami. Powodzenia.

**Język polski**

**25.05.2020.**

**Temat: Zasady cytowania cudzych tekstów.**

* Zapoznaj się z 2 tabelkami „Nowa Wiadomość” zamieszczonymi w podręczniku, s. 238-239.
* Wykonaj ćw. 3, s. 240
* Zapoznaj się z treścią kolejnej „Nowej Wiadomości”, s. 240.
* W kilku zdaniach odpowiedz na pytanie: Dlaczego warto chronić wartość intelektualną?

**26.05.2020**.

**Temat: Kiedy wybaczenie staje się przekleństwem.**

* Przypomnij sobie z lekcji historii, jak wyglądała sytuacja między zakonem krzyżackim a Polską i Litwą za panowania Władysława Jagiełły.
* Przeczytaj fragment powieści historycznej pt. „Krzyżacy”, s.262-265.
* Przepisz notatkę do zeszytu:

1. Czas i miejsce akcji:

Akcja rozgrywa się w czasach panowania Władysława Jagiełły. Obejmuje lata 1399-1410, kiedy Polska i Litwa zmagają się z wrogim zakonem krzyżackim. Wydarzenia rozgrywają się m. in. na terenie Królestwa Polskiego ( np. w Krakowie, Tyńcu, Bogdańcu), oraz państwa zakonnego (Malborku, Szczytnie).

1. Główne wątki i tematy:

-wątek historyczny: wojna między państwem polskim a Krzyżakami zakończona zwycięstwem pod Grunwaldem,

-wątek miłosny: miłość Zbyszka i Danusi, uczucie łączące Jagienkę i Zbyszka,

-historia Juranda ze Spychowa- walka bohatera o odzyskanie córki porwanej przez Krzyżaków.

* Wykonaj ćw.1, 6, s. 265.

**27.05.2020.**

**Temat: Świat, który zachwyca… Analizujemy wiersz ks. Jana Twardowskiego pt. „ Podziękowanie”.**

* Przeczytaj wiersz „Podziękowanie”, s. 266.
* Uzupełnij tabelkę na podstawie przeczytanego utworu:

|  |  |
| --- | --- |
| **Pytanie** | **Odpowiedź** |
| Za co jest wdzięczny podmiot liryczny i z jakiego powodu? |  |
| Jakimi określeniami można opisać świat przedstawiony w utworze? |  |
| Jakie wrażenie wywołuje zestawienie kolorów występujących w wierszu? |  |
| Na co wpływa różnorodność świata? |  |
| Jak wyglądałby świat, gdyby wszystkie przedmioty i elementy świata natury były takie same?  Jakie mogłyby być tego skutki? |  |

* Wypisz z wiersza wszystkie środki stylistyczne.

**28.05.2020**

**Temat: Człowiek zagrożeniem czy wsparciem dla natury?**

* Przeczytaj fragment tekstu R. Kapuścińskiego pt. „Imperium”, s. 275.
* Wykonaj ćw. 4,5, s. 277.
* Przepisz do zeszytu definicje reportażu, s. 277.
* Zredaguj **wstęp** do rozprawki na temat: Ekologia moda czy konieczność?

**29.05.2020.**

**Temat: „Ciemno wszędzie, głucho wszędzie… co to będzie, co to będzie?” Wprowadzenie do lekcji poświęconej lekturze „Dziady cz. II” – Adama Mickiewicza.**

Jako wprowadzenie do pracy z lekturą, uczniowie rozwiążą quiz sprawdzający znajomość treści dramatu pt. „Dziady” cz. II (na ocenę).

Instrukcje do testu uczniowie otrzymają od nauczyciela na grupie Messenger.

**Obecność uczniów na grupie podczas lekcji -obowiązkowa!**

**GEOGRAFIA**

**25.05.2020r. - poniedziałek**

**Temat: Wpływ zmian politycznych i gospodarczych po 1989 roku na strukturę zatrudnienia**

Drodzy uczniowie!

1. Proszę zapoznać się z treścią tematu „ **Wpływ zmian politycznych i gospodarczych po 1989 roku na strukturę zatrudnienia ”** z podręcznika ze str. 184-186 i zapisać temat lekcji w zeszycie.

Po przeczytaniu dowiecie się :

- jakie są różnice pomiędzy gospodarką centralnie sterowaną a gospodarka rynkową

- jaki wpływ na strukturę zatrudnienia miały przemiany polityczne i gospodarcze po 1989 roku

- jakie zmiany zaszły w strukturze produkcji przemysłowej w aglomeracji łódzkiej i konurbacji katowickiej

2. Przepiszcie do zeszytu notatkę – Cechy gospodarki centralnie sterowanej i gospodarki rynkowej ( tabelka – podręcznik str. 184)

W celu poszerzenia wiedzy:

<https://epodreczniki.pl/a/zmiany-w-przemysle-polski-po-1989-roku/DCxhPNPqN> <https://epodreczniki.pl/a/zmiany-w-przemysle-polski/DLz32IjBw>

1. Proszę wykonać zad. 1,2, 3 i 4 z zeszytu ćwiczeń str. 112- 113

zad. 5 str. 114 - dla chętnych

Drodzy uczniowie!

Prześlijcie zadania z zeszytu ćwiczeń

**28.05.2020r. - czwartek**

**Temat: Wpływ transportu na rozwój przemysłu i usług**

Drodzy uczniowie!

1. Proszę zapoznać się z treścią tematu „**Wpływ transportu na rozwój przemysłu i usług”** z podręcznika ze str. 187- 189 i zapisać temat lekcji w zeszycie.

Po przeczytaniu dowiecie się :

-co oznaczają terminy: centra logistyczne, spedycja

- jaki wpływ ma transport na rozwój działalności gospodarczej na obszarze metropolitalnym Wrocławia

- jaki wpływ ma transport morski na rozwój działalności gospodarczej i usługowej w Trójmieście

W celu poszerzenia wiedzy:

<https://epodreczniki.pl/a/rozwoj-transportu-ladowego-w-polsce/DiY1rUMiZ> <https://epodreczniki.pl/a/rozwoj-transportu-powietrznego-i-wodnego-w-polsce/DoALhIa6P>

2. Proszę wykonać zad. 1,2,3,4 z zeszytu ćwiczeń str. 115

zad. 5 z zeszytu ćwiczeń str. 116 – dla chętnych

Drodzy uczniowie!

Proszę przesłać na skrzynkę klasową zadania z zeszytu ćwiczeń

**Pozdrawiam:)**

**JĘZYK ROSYJSKI**

**WTOREK 26.05.2020**

**Сегодня вторник, двадцать шестое мая две тысячи двадцатого года**

**Урок**

**Tема: Кто они по профессии? – wprowadzenie słownictwa.**

1. Kochani, dzisiaj zaczynamy temat dotyczący zawodów, miejsca pracy, tego, kto będzie kim w przyszłości.

Przepiszcie, proszę słówka do zeszytu. Teraz tylko nazwy podstawowych zawodów. (Jeśli ktoś chce i ma taką możliwość, może wydrukować i wkleić do zeszytu )

* профессия - zawód
* учитель/учительница – nauczyciel/nauczycielka
* врач – lekarz
* парикмахер – fryzjer
* повар – kucharz
* экономист – ekonomista
* футболист – piłkarz
* охранник – ochroniarz
* строитель – budowlaniec
* продавец/продавщица – sprzedawca/sprzedawczyni
* актёр/актриса – aktor/aktorka
* официант – kelner
* фармацевт – farmaceuta
* юрист – prawnik
* полицейский – policjant
* медсестра – pielęgniarka
* няня – niania
* информатик – informatyk
* секретарша – sekretarka
* портниха – krawcowa
* ветеринар – weterynarz
* пожарный – strażak
* столярь – stolarz
* певица – piosenkarka
* спортсмен – sportowiec
* журналист/журналистка – dziennikarz/dziennikarka
* водитель - kierowca
* почтальон – listonosz
* учёный – naukowiec
* библиотекарша – bibliotekarka
* бухгалтер – księgowy
* инженер – inżynier

1. Na dzisiaj to wszystko.

**Pozdrawiam **

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

**CZWARTEK 28.05.2020**

**Сегодня четверг, двадцать восьмое мая мая две тысячи двадцатого года**

**Урок**

**Тема: На работе. W pracy.**

1. Kochani, przepiszcie, proszę wyrażenia do zeszytu. Dziś poznacie miejsca pracy.

**Miejsce pracy:                                   Место работы:**

* salon fryzjerski**парикмахерская**
* biuro **офис**
* redakcja gazety**редакция газеты**
* restauracja                                 **ресторан**
* kawiarnia                                     **кафе**
* bar**бар**
* hotel                                              **гостиница**
* stołówka**столовая**
* sklep**магазин**
* biblioteka                                     **библиотека**
* szkoła                                             **школа**
* przedszkole                                **детский сад**
* żłobek                                            **ясли**
* teatr**театр**
* filharmonia**филармония**
* giełda papierów wartościowych**биржа**
* przychodnia**поликлиника**
* szpital **больница, госпиталь**
* poczta**почта**
* kopalnia**шахта**
* fabryka**фабрика**
* zakład pracy**завод**

**Gdzie pracujesz?**                               **Где ты работаешь?**

Pracuję w szkole                                Я работаю в школе

* w sklepie**в магазине**
* w przedszkolu**в детском саду**
* w restauracji                      **в ресторане**
* w kawiarni**в кафе**
* w barze                                  **в баре**
* w hotelu                                **в гостинице**
* w bibliotece**в библиотеке**
* w teatrze                               **в театре**
* w szpitalu**в больнице**
* w przychodni**в поликлинике**
* w salonie fryzjerskim**в парикмахерской**
* w warsztacie samochodowym **в авторемонтной мастерской**
* w biurze**в офисе**
* w fabryce**на фабрике**
* w kopalni                               **на шахте**
* na poczcie                              **на почте**

1. Wykonajcie, proszę zadanie 1б/89. Ułóżcie zdania według wzoru i zapiszcie je w zeszycie. **Poproszę o zdjęcie!**

**Powodzenia **

**Wychowanie fizyczne**

**25.05.2020r.**

**Nauka i doskonalenie przekazania pałeczki w biegu sztafetowym.**

**Sztafeta** –jest to rodzaj zespołowej konkurencji [sportowej](https://pl.wikipedia.org/wiki/Sport), odbywająca się na trasie podzielonej na odcinki. Następny zawodnik może wystartować dopiero po ukończeniu odcinka przez poprzedniego, gdy otrzyma od poprzednika pałeczkę w wyznaczonej strefie zmian. O kolejności decyduje pozycja na mecie ostatniego zawodnika.

Kliknij w poniższy link, gdzie zobaczysz demonstrację i omówienie techniki przekazania pałeczki sztafetowej oraz metodyczne ćwiczenia doskonalące. Ćwicz z prowadzącą. Pamiętaj ! Ważna jest codzienna aktywność fizyczna- 60 minut dziennie dla Twojego zdrowia.

<https://ewf.h1.pl/student/?token=e6JUZkpYA7oWbYdFhZsacuyDqDmI1JoZMqmsQsN2zmVtwcQspd>

Obejrzyj bieg polskiej sztafety 4x400m po złoty medal. Kliknij.

<https://youtu.be/29oIktPG6e4>

**26.05.2020r**

**Doskonalenie kozłowania**

### Na filmie prowadzący prezentuje ćwiczenia doskonalące kozłowanie piłki do koszykówki dla bardziej zaawansowanych uczniów z wykorzystaniem jednej lub dwóch piłek. Wyjdź na świeże powietrze i ćwicz, pamiętaj o codziennej aktywności fizycznej! Kliknij i ćwicz, doskonal swoje umiejętności !

<https://ewf.h1.pl/student/?token=lg0jvxvd0tOyOEDQfKSl8L9hvMRN0uKK7Dbq8yEFllkLibEEoP>

<https://youtu.be/Qy1lb6FPAog>

**27.05.2020r.**

**Ćwiczenia kształtujące nawyk prawidłowej postawy ciała w postawie siedzącej.**

### Dzisiaj ćwiczenia korekcyjne dla uczniów ambitnych, gotowych poznać swoje ciało. Ostatnio dużo czasu spędzacie przed komputerem. Należy pamiętać o odpoczynkach i ćwiczeniach kształtujących nawyk prawidłowej postawy ciała w pozycji siedzacej. Na filmie macie omówienie i demonstrację prawidłowej pozycji podczas siedzenia, nauka właściwej techniki oddechu oraz pomocnicze ćwiczenia rozciągające. Kliknij i ćwicz z prowadzącym.

<https://ewf.h1.pl/student/?token=U81CXiGdRsLL4UxIKwUFQyLnujzh433zAI8dIB4rcvBPrMRf73>

**20.05.2020r**

**Piłka nożna. Zwody- z przełożeniem nogi nad piłką, pojedynczy i podwójny.**

Celem zwodu piłkarskiego jest zgubienie przeciwnika. Kiedy posiadasz piłkę przy nodze, masz przewagę nad swoim oponentem. Szybkie myślenie na boisku to podstawa, dlatego nie tylko planuj swoje zagrania, ale postaw się też w roli rywala i spróbuj przewidzieć jego reakcję w konkretnej akcji.

### Kliknij w link, ćwicz razem z prowadzącym,który przedstawi ćwiczenia piłkarskie do nauki i doskonalenia zwodów pojedynczego oraz podwójnego z przełożeniem nogi nad piłką.Wyjdź na świeże powietrze , wykonaj ćwiczenia doskonalące zwody pikarskie. Ćwicz bezpiecznie, pod opieką osoby dorosłej. Powodzenia !

<https://ewf.h1.pl/student/?token=v9jshT585ExtinxjJKGMqAZMQFlXxBd9j9OW4q7TWgP8Z2O1x6>

**Zadanie z plastyki– 27.05.2020 r.**

Tulipan origami z karteczek.

W związku ze zbliżającym się Dniem Matki wykonaj dla swojej mamy tulipana według załączonej instrukcji. Podaję link:

<https://www.youtube.com/watch?v=dY4Z6pos43M>

**Muzyka 27. 05. 2020r.**

Utrwalenie wiadomości z muzyki – Z muzyką dalej w świat.  
W ciągu ostatnich czterech lat zdobyliście wiadomości potrzebne do świadomego słuchania i wykonywania muzyki. Zapisz w zeszycie co już wiem z muzyki następnie wybierz 5 pytań dotyczących muzyki z podręcznika str. 163 zapisz te pytania i odpowiedz na nie pisemnie. Staraj się odpowiedzieć wyczerpująco na każde pytanie. Pamiętaj wszystko piszemy w zeszycie do nut i ołówkiem. Zapisaną notatkę prześlij Messengerem lub na pocztę.