

Nauka zdalna - materiały dla kl.: VII a

na dzień: 26.03.2020

JĘZYK POLSKI

Temat: Przeżycia Skawińskiego w czasie czytania polskiej epopei.

H. Sienkiewicz: „Latarnik”.

1. Spokojne życie Skawińskiego jako latarnika przed otrzymaniem polskich książek:

Znalazł spokojną przystań, nie doskwierała mu samotność, żył się z przyrodą wyspy, podziwiał jej piękno, odczuwał nostalgię (tęsknotę) za ojczyzną, ale stopniowo zapominał o kraju, był zrezygnowany, bo wiedział, że nie wróci do kraju, popadł w stan apatii (bierności) i letargu (uśpienia), odsunął się od ludzi.

2. Otrzymanie paczki z polskimi książkami z Polskiego Towarzystwa w Nowym Yorku.

3. Wstrząs psychiczny pod wpływem ojczystej mowy w „Panu Tadeuszu” A. Mickiewicza: głębokie wzruszenie przy czytaniu „Inwokacji”, rodzinna mowa najpiękniejszym dźwiękiem, przeniósł się w myślach do Polski i do lat młodości, doznał radości, smutku, rozmarzył się, rozrzewnił, zapadł w sen, zapomniał zapalić latarnię.

4. Tragedia latarnika – rankiem dowiedział się, że wskutek jego zaniedbania rozbiła się łódź. Skawiński został zwolniony z pracy i ruszył na dalszą tułaczkę.

Zadanie

Obejrzyj lekcję z internetu o Skawińskim:

https://www.youtube.com/watch?v=J-4C_ljCW_M

1. Uzupełnij notatkę o cechach charakteru Skawińskiego i napisz, co świadczy o tym, że bohatera prześladował pech – na piątek, do zeszytu.

2. Jesteś obrońcą Skawińskiego. Przygotuj mowę, którą wygłosisz w czasie rozprawy sądowej.

Zacznij przemówienie od słów: Wysoki sędzie! Następnie przedstaw argumenty w obronie Skawińskiego (np. fakt, że długo nie słyszał ojczystego języka, bo musiał emigrować z kraju, sumiennie wypełniał obowiązki latarnika, dawniej był odważnym żołnierzem, wymień pozytywne cechy bohatera).

Pracę napisz na kartce A4 do 02.04.br. na komputerze (jeśli nie możesz, to odręcznie i zrób zdjęcie) i prześlij na adres: ip.polski@gmail.com

GEOGRAFIA

Temat zajęć: **Rodzaje usług. Transport i łączność.**

Podręcznik : **str. 148 – 152**

Dyżur online nauczyciela: 26.03. w godz. 10.00 – 11.00

Proszę zapoznać się z tematem wykonując polecenia wg instrukcji:

Instrukcja :

I. Wpisujemy w zeszyte: Lekcja i jej numer kolejny oraz temat: „Rodzaje usług. Transport i łączność”

Proszę przed przystąpieniem do realizacji nowego tematu zapoznać się najpierw z prezentacją

Rodzaje usług w Polsce

http://static.scholaris.pl/resource_imp/105/105279/PLIKI_2/QWE09403.pps

i obejrzeć wykład „Transport i łączność w Polsce” .

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

II. Czytamy całość tekstu (najlepiej na głos), przeglądamy ilustracje, analizujemy mapy i wykresy do lekcji i czytamy podpisy pod nimi)

III. Proszę w zeszyte pod tematem na podstawie tekstu na str. 148-152 wykonać następujące zadania lub udzielić odpowiedzi pisemnej w zeszyte na zadane pytania.

1. Na podstawie prezentacji i przeczytanego tekstu napisz czym się zajmują usługi.
2. Wymień usługi, które związane są z potrzebami każdego człowieka.
3. Czym zajmuje się transport ?
4. Do jakiego rodzaju usług (ze względu na wynik działalności) zaliczysz wypisane poniżej (wpisz obok)

naprawa telewizora

porada lekarska

instalacja centralnego ogrzewania

działania straży miejskiej

seans w kinie -

usługi kurierskie -

wycieczka z biurem turystycznym do Paryża -

5. Który rodzaj transportu ma w Polsce największe znaczenie i dlaczego ?

6. W jakich województwach w Polsce sieć kolejowa jest najsłabiej rozwinięta ? (przeanalizuj mapę na str. 149)

7. Z jakimi państwami mają połączenie polskie promy ?

8. Wymień 3 największe polskie porty lotnicze zaczynając od największego. (przeanalizuj mapę na str. 150)
9. Która rzeka jest główną drogą wodną w Polsce i jakie ma znaczenie w gospodarce naszego kraju ?
10. Co obejmuje transport przesyłowy. ?
11. Co to jest łączność i do czego służy. ?
12. Przeanalizuj mapę na stronie 151 i oceń poziom rozwoju Internetu i telefonii komórkowej w Polsce porównując je z krajami Europy zachodniej. Wyciągnij i zapisz min. 2 wnioski.
13. Napisz, czy komunikacja ma wpływ na gospodarkę kraju. ? Uzasadnij swoje zdanie.

Notatki zostaną sprawdzone po powrocie do szkoły.

BIOLOGIA

Temat: **Ośrodkowy układ nerwowy**

1. Nadrzędna rola ośrodkowego układu nerwowego
2. Budowa i funkcje poszczególnych elementów mózgowia

W ramach naszej lekcji biologii, proszę uczniów o zapoznanie się z materiałami zamieszczonymi na stronie:

<https://epodreczniki.pl/a/czynnosci-osrodkowego-ukladu-nerwowego/DU2EodONh>

- wykonanie ćwiczeń interaktywnych zamieszczonych na końcu w podsumowaniu:

<https://epodreczniki.pl/a/czynnosci-osrodkowego-ukladu-nerwowego/DU2EodONh>

Zadania dla chętnych:

- oglądnięcie filmu:

<https://www.youtube.com/watch?v=Xd0-u00gxEc>

- rozwiązanie 4 dowolnie wybranych zadań z tego tematu w ćwiczeniach do biologii

- powtórzenie dotychczas zdobytych wiadomości w oparciu o materiały zamieszczone na stronie:

<https://epodreczniki.pl/a/uklad-nerwowy/D10MW9iVy>

CHEMIA

Powtórzenie – Wzory i nazwy soli /kliknij link/

<https://www.youtube.com/watch?v=LYuUDhX56jk>

Nie trzeba robić notatki tylko ćwiczyć sobie w brudnopisie

KÓŁKO BIOLOGICZNE

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

W ramach naszego kółka biologicznego, proszę o zapoznanie się z materiałami zamieszczonymi na stronie:

<https://epodreczniki.pl/a/profilaktyka-chorob-ukladu-oddechowego/DNN5ltUvz>

Zachęcam także do oglądnięcia ciekawego filmu:

<https://www.youtube.com/watch?v=cohrFem1jys>

RELIGIA

Temat: Triduum Paschalne

- Na podstawie plakatu : <http://katechezawizualna.pl/2019/04/triduum-sacrum/> oraz filmu <https://www.youtube.com/watch?v=eauW47Mztk> proszę przeanalizować co dzieje się w poszczególne dni Triduum Paschalnego
- Wykonaj ćwiczenie które odsłoni obrazek: <https://learningapps.org/2241231>
- Przeczytaj <https://gazetawroclawska.pl/triduum-paschalne-co-to-jest-triduum-paschalne-i-o-co-w-nim-chodzi-triduum-paschalne-przebieg/ar/11952192> oraz napisz w zeszycie co to jest Triduum oraz w kilku punktach napisz co dzieje się w poszczególne dni Triduum
- W ramach powtórki: <https://learningapps.org/9540741>

WYCHOWANIE FIZYCZNE

a) chłopcy

<https://wordwall.net/pl/resource/918287/wf/ćwiczenia-na-mięśnie-grzbietu-brzucha-rąk>

b) dziewczyny

Temat: Edukacja zdrowotna -Walory zdrowotne warzyw i owoców-kontynuacja

Wyróżniamy pięć głównych grup kolorystycznych owoców i warzyw:

*białe

*żółte i pomarańczowe

*czerwone

*zielona

* niebieskie i fioletowe

Ogólna zasada jest taka ,że im ciemniejsza barwa tym owoc lub warzywo jest zdrowsze (kapusta czerwona jest zdrowsza od białej).

Twoim zadaniem było (i jest nadal..) jeść codziennie co najmniej jedno warzywo i owoc, sprawdzić jakie walory odżywcze mają..

Ja troszkę podpowiem ...Wybierz ,które będą dla Ciebie dobre..

1.**białe** –posiadają **fitoncydy**-działają przeciwzapalnie ,antybakteryjnie, antywirusowo.

2.**żółte i pomarańczowe**-mają dobry wpływ na układ krążenia ,oraz dla osób które problem ze stawami i chorobami kości.Świetnie wpływają na stan włosów paznokci oraz skóry.Zawierają witaminę A dobrą na wzrok

3.**czerwone**- zawierają **likopen**-chroni przed nowotworami (np.rakiem piersi),wspomagają regenerację komórek i zapobiegają starzeniu się

4.**zielone**- zawierają **chlorofil**- super wpływają na układ trawienny wątrobę.Zapobiegają depresji,stymulują pracę mózgu.Zwalczają wirusy.

5.**niebieskie i fioletowe**- zawierają **antocyjany**-stymulują pracę układu krążenia ,trawienia oraz systemu nerwowego.Uspakają i dodają energii.

Mam nadzieję ,że mała lektura Ci się przyda i odrabiaj zadanie codziennie.

Zachęć swoją rodzinę.

Temat : Tabata –nowa forma ćwiczeń fizycznych

Mam nadzieję , że ruchowe zadanie jest realizowane 😊

Parę słów na temat tabaty. Jest to bardzo intensywny{w zależności od zaangażowania) trening interwałowy tzn.seria ćwiczeń przeplatana czasem na odpoczynek. Wykonywane w określonym czasie ćwiczenia przyspieszają metabolizm,świetnie wpływają na całą sylwetkę ponieważ zaangażowane są duże grupy mięśniowe. Powinna trwać 4 minuty ale powinna być wykonywana bardzo intensywnie. Każde ćwiczenie trwa 20sekund poczym następuje 10 sekund przerwy.Cała tabata to 8 ćwiczeń.{1 seria}

Poniżej proponuję Wam trening troszkę dłuższy...Dostosujcie tempo do swoich możliwości . Nie rezygnujcie jeśli „dopadnie” Was zmęczenie..Przygotujcie sobie wodę do picia ,popijajcie małymi łyчками.

Jeśli się Wam spodoba, w Internecie znajdziecie mnóstwo dodatkowych filmików .Jeśli wymyślicie swoje ćwiczenia w Internecie znajdziecie tabata timer który będzie odliczał czas wykonywanych ćwiczeń i przerw.

Zaproście siostrę ,mamę ,może babcię.....będziecie się razem wspomagać Otwórzcie okno...i do dzieła ;)

„Tabata bez maty „

<https://www.youtube.com/watch?v=EnXemPPA8yw>