

Klasa 8a

J. polski

Temat: Dzieje nieszczęśliwej miłości Jacka Soplicy i Ewy Horeszko.

Na podstawie treści Księgi X "Pana Tadeusza" streść losy Jacka Soplicy (min. strona A4)

Wychowanie fizyczne

Część wstępna

1. Rozgrzewka 10 minut- różne formy biegów łączonych (przeplatanka, krok odstawono-dostawny, krok skrzyżny, skip a, b, c, d, wyskoki z wymachem RR etc.)
2. Ćwiczenia rozciągające w miejscu 8 minut- w formie statycznej np. skłony w przód, wykroki do przodu, boki, siad rozkroczny i chwyt za LN i PN etc.)

Część główna

3. TEST ZUCHORY- wykonaj kilka prób (szybkość o raz skok w dal- robimy to systematycznie na wf) a najlepszy wynik zapisz !

Próba szybkości - szybki bieg w miejscu przez 10 sekund z wysokim unoszeniem kolan i klaśnięciem pod uniesioną nogą. Liczymy liczbę klaśnięć.

Próba skocznościowa - skok w dal z miejsca. Odległość mierzy skaczący własnymi stopami. (wynik zaokrągla się do "całej stopy").

Część końcowa

Ćwiczenia oddechowe

Matematyka

Temat: Powtórzenie wiadomości -potęgi.

Zad. 10, 11, 13/251

Chemia

Temat: Opisujemy właściwości fizyczne i chemiczne glicerolu

Na podstawie tekstu w podręczniku (str. 152 - 155) oraz filmu <https://www.youtube.com/watch?v=u7DngxbQ9XA>

zapisz w zeszyte notatkę według punktów:

1. Wzór sumaryczny i strukturalny glicerolu
2. Właściwości fizyczne glicerolu
3. Właściwości chemiczne glicerolu