

PONIEDZIAŁEK 02.11.2020 r.

KLASA VIII

LEKCJA	GODZINA	PRZEDMIOT	LEKCJA	UWAGI
1	8:00-8:45	j. angielski	Lekcja ONLINE na ZOOMIE	Link do spotkania został przesłany na maila
2	8:55-9:40	chemia	<p>Temat : Dysocjacja jonowa soli.</p> <p>Zapoznaj się z tematem w podręczniku. Obejrzyj film o rozpuszczalności soli. https://www.youtube.com/watch?v=TOKcS3BwP2c Wykonaj w zeszytcie ćwiczeń zadanie 7, 8, 10, 12. str. 36/37</p>	<p>Adres do kontaktu z nauczycielem: biologia.rudnik@wp.pl Termin wykonania pracy: do 3.11.2020</p>
3	9:50-10:35	j. polski	Lekcja ONLINE na ZOOMIE	Link do spotkania został przesłany na maila
4	10:45-11:30	matematyka	Lekcja ONLINE na ZOOMIE	Link do spotkania został przesłany na maila
5	11:40-12:25	biologia	Lekcja ONLINE na ZOOMIE	Link do spotkania został przesłany na maila
6	12:45-13:30	wf	<p>Temat: Edukacja zdrowotna - Przyczyny i skutki otyłości.</p> <p>Proszę zapoznać się z poniższym tematem</p> <p>Jedną ze współczesnych chorób cywilizacyjnych jest otyłość.</p> <p>Wśród przyczyn wzrostu występowania nadwagi wśród dzieci i młodzieży wskazuje się głównie zmianę stylu życia i zmianę sposobu żywienia (złe nawyki żywieniowe, zwłaszcza zbyt duża podaż kalorii, cukrów prostych , tłuszczów). Obserwuje się spadek aktywności fizycznej. Proszę pamiętać że dzieci nie powinny się odchudzać. Można jednak zadbać o zmianę</p>	<p>Adres do kontaktu z nauczycielem: bozena.wf1@op.pl</p>

			<p>nawyków żywieniowych.</p> <p>Otyłość niesie ze sobą wiele negatywnych skutków zdrowotnych. Jej wystąpienie istotnie zwiększa ryzyko wielu chorób - cukrzyca, nadciśnienie, miażdżyca.</p> <p>Zwiększona masa ciała obciąża stawy i utrudnia prace układu oddechowego. Oprócz konsekwencji zdrowotnych osoby otyłe skarżą się na obniżenie komfortu życia. Stan ten sprzyja spadkowi koncentracji i wydolności organizmu, utrudnia wykonanie codziennych czynności. Otyłość negatywnie wpływa także na samopoczucie psychiczne i aktywność społeczną. Osoby otyłe często zmagają się z negatywnymi uwagami ze strony otoczenia, a także obniżoną samoocenę.</p> <p>Najprostszym i najskuteczniejszym sposobem zapobiegania otyłości jest zdrowy tryb życia w szczególności stosowanie zbilansowanej diety i regularne ćwiczenia fizyczne.</p> <p>Dlatego pamiętajcie o aktywności ruchowej. Bardzo się cieszę, że zawsze chętnie ćwiczyacie na lekcji wychowania fizycznego. Brawa dla osób, które same podejmują się dodatkowej aktywności ruchowej zarówno w domu jak i w klubach sportowych czy kółkach tanecznych.</p>	
7	13:40-14:25	historia	<p>Temat : Podsumowanie rozdziału I.</p> <p>1. Utrwal wiadomości z I rozdziału w formie różnych ćwiczeń. W tym celu rozwiąż test- podsumowanie I rozdziału ze stron 20-23 w zeszyte ćwiczeń. Obowiązkowo wykonaj zadania od 1 do 9 , zadania 10 i 11 są dla chętnych. Termin do 05.11-czwartek, sprawdzimy podczas lekcji zoom.</p>	<p>Adres do kontaktu z nauczycielem: nauczycielklio@onet.eu Termin wykonania pracy: do czwartku 05.11.2020r</p>
8	14:30-15:5	kółko dziennikarskie MYK-TYK	<p>Przesyłamy na podany adres wszystkie zaległe artykuły, wypracowania.</p> <p>Spotkanie on-line ZOOM link przesłany na e-maile uczniów</p>	<p>Adres do kontaktu z nauczycielem: biologia.rudnik@wp.pl Termin wykonania pracy:</p>