

klasa 1A			
Przedmiot*	Planowany materiał do realizacji/ treści nauczania (od 25 marca do 10 kwietnia)	Sposób komunikowania się z uczniami/ kształcenie na odległość	Sposób weryfikacji wiedzy uczniów/ ustalenia ocen
język polski	Późne średniowiecze. Twórczość Kochanowskiego: wybrane fraszki, pieśni i całość Trenów. Dramaty Szekspira.	poczta elektroniczna e-dziennik	Wypracowania domowe i ćwiczenia przesyłane drogą mailową. Oceny wg szkolnego systemu dotyczącego prac domowych.
język angielski	<u>grupa G1 (AW)</u> Insight Upper - Interm. module 5 <i>Words</i> - wybrane zagadnienia <u>grupa G2 (KS)</u> Customs and culture p34 Express yourself Gestures and expressions Emotions Human sounds Speaking: When do you use different gestures and expressions? People talking about different cultural habits Internet research: Gestures and expressions in other countries p36 Modals: present and future Advice, obligation and necessity Possibility, probability and certainty use of english Speaking: Discussing how a visitor to your country should behave !	1) e-dziennik, 2) mail prywatny/ grupowy 3) discordapp.com E-dziennik; Messenger, aplikacja zoom	1) Odpowiedź ustna nagrywana i przesyłana nauczycielowi do odsłuchania - waga 2 2) pisemne odpowiedzi przesłane drogą mailową - waga 1 3) testy przeprowadzone na platformie exam.ne – waga 1 3) aktywność-systematyczność w opracowywaniu zadawanego materiału - waga 2 Przesłanie zadań przez platformy goformative.org; readworks.org, quizlet.com Rozmowy i lekcje online przez aplikację zoom.us Blog englishinreytan.blogspot.com

	<p>Mówienie Rozmowa wstępna • Znajomość środków językowych Parafraza p37 How do you do? Tip: Identifying types of interaction Vocabulary: Types of interaction Speaking: Role-playing formal and informal situations Matching speakers to situations ! Mówienie Opis ilustracji • Rozmowa z odgrywaniem roli • Rozumienie ze słuchu Dobieranie • Wielokrotny wybór p38 Modals in the past Modals in the past may have / might have / could have for speculation use of english Speaking: Speculating and giving advice about past events ! Znajomość środków językowych Parafraza p40 The Kite Runner Tip: Looking for clues in gapped-sentence tasks Vocabulary: Compound adjectives Speaking: Friendships with people from different nationalities or cultural backgrounds Internet research: The author of The Kite Runner ! Rozumienie tekstów pisanych Dobieranie</p>		<p>Odwrócone lekcje: filmy gramatyczne online, ćwiczenia i weryfikacja poprzez konsultacje na zajęciach online.</p> <p>Konwersacje online</p>
język niemiecki	<p><u>grupa J8 (P.M.S.)</u> - Freizeit (słownictwo związane z czasem wolnym) - Ostern in Deutschland</p>	<p>e-dziennik Zoom</p>	<p>Platforma goformative, dostarczanie prac na maila</p>
historia	<p>Świat po II wojnie światowej 1945 – 1956 *Kształtowanie się powojennego ładu - sytuacja polityczna w Europie i na świecie po II wojnie. Zmiana układu sił na świecie. *Problem dwóch państw niemieckich. *Rywalizacja ZSRR i USA. *Dominacja ZSRR w Europie Środkowej i Wschodniej. *Walka o władzę w Polsce 1945-49. Referendum ludowe. *Przekształcenia gospodarcze po 1945 r. – reforma rolna, nacjonalizacja.</p>	<p>Prace pisemne przesyłane na e-dziennik i na pocztę elektroniczną</p>	<p>Ustalane na podstawie prac nadsyłanych pocztą elektroniczną lub przez e-dziennik – wg kryteriów ustalonych na początku roku szk. – zgodność odpowiedzi z pytaniem, samodzielne wykonanie pracy, rzeczowość</p>
wos	<p>-struktura i charakterystyka sądów i trybunałów -postępowanie sądowe - karne, cywilne i administracyjne</p>	<p>e-dziennik , maile klasowe</p>	<p>oceniające przesyłanych prac domowych</p>

wiedza o kulturze	Analiza dzieła malarskiego, omówienie filmu - forma i treść, Współcześni twórcy teatralni i formy teatralne. Język fotografii, omówienie dzieła fotograficznego - treść i forma.	dziennik internetowy	zadane prace, wypracowania
matematyka	Praca klasowa -geometria trójkąta Trygonometria: określenie def. f. tryg., wartości dla wybranych kątów, kąt skierowany, tożsamości, wzory redukcyjne	Kontakt telefoniczny, e-mail, przekazywanie materiałów własnych, linki do filmów i wykładów edukacyjnych	Przesyłanie pracy domowej w załącznikach na e-maila, prace klasowe
fizyka	1.Zjawisko fotoelektryczne, zadania 2. Widma liniowe i ciągłe 3. Widmo promieniowania elektromagnetycznego 4. Zarys modelu Bohra atomu wodoru 5. Zjawisko promieniotwórczości naturalnej	maile dziennik elektroniczny ew. telefon	scany prac mailowo teksty - dziennik elektroniczny oceniane po zapowiedzi
chemia	Dział 3 Żywność T: Wpływ składników żywności na organizm (1 jednostka lekcyjna) T: Fermentacja i jej skutki. Inne przemiany chemiczne żywności (2 jednostki lekcyjne) W klasach tych w w/w czasie przewidziane zostały 3 jednostki lekcyjne.	e –dziennik kontakt mailowy poprzez pocztę gmail platforma zoom - konsultacje	Karty pracy, pytania w formie kartkówki, klasówki - odpowiedzi w formie załączników skanów bądź zdjęć mailowo Przygotowanie prezentacji na zadany temat.
biologia	Biotechnologia kontynuacja	poczta elektroniczna	Przesyłanie prac/skany prac, oceny za pracę domową, projekt wykonywany w domu Uzupełnione karty pracy ucznia

informatyka	<p>1)Praca klasowa „Ms Excel”</p> <p>2)Tworzenie prezentacji w Power Point</p> <p>3) Zastosowanie animacji</p>	<p>-e-dziennik</p> <p>-e-mail</p> <p>-Skype</p> <p>-MS Teams</p>	<p>Ocenianie prac domowych z Excela zgodnie z zasadami ustalonymi na początku roku</p> <p>Ocenianie prac klasowych</p> <p>Ocenianie prezentacji nadesłanej przez uczniów</p>
geografia	<p>Rozwój i znaczenie przemysłu.</p> <p>Przemysł wysokiej technologii.</p>	<p>Poczta elektroniczna</p> <p>Korzystanie z zasobów Internetu</p> <p>Epodrczniki.pl</p>	<p>Praca grupowa – projekt/prezentacja,</p> <p>Prace domowe</p>
podstawy przedsiębiorczości	<p>1. Marketing.</p> <p>2. Reklama – pojęcie i rodzaje.</p> <p>3. Bilans przedsiębiorstwa.</p> <p>4. Próg rentowności.</p>	<p>e-dziennik, e-mail</p>	<p>Opracowanie części projektu biznesowego i przesłanie do sprawdzenia nauczycielowi.</p>
e.d.b.	<p>Podstawowe wiadomości z zakresu pierwszej pomocy:</p> <p>Tamowanie krwotoków. Urazy kości i stawów</p>	<p>Poczta elektroniczna i e-dziennik</p>	<p>Ocenianie przesłanych prac i ćwiczeń</p>
religia	<p>1. Ideał ucznia Chrystusowego – droga błogosławieństw – poznanie treści błogosławieństw (tekst biblijny), właściwe ich rozumienie, dlaczego błogosławieni oznacza szczęśliwi.</p> <p>2. Misja wspólnoty Chrystusowych uczniów – czym jest wspólnota?, początki wspólnoty Kościoła (pierwsi chrześcijanie), zadania i cel uczniów Chrystusowych.</p> <p>3. Powołanie świeckich do apostołstwa – powołanie: znaczenie, zadania i obowiązki, rodzaje powołań, apostołstwo: jego wymiar doczesny i wieczny.</p> <p>4. Niebezpieczeństwo zagubienia w wierze – błędy w poszukiwaniach prawd wiary (herezje), czym jest laicyzacja, poszukiwania a prawdy wiary.</p> <p>5. Czy chcesz się nauczyć modlić? - rodzaje modlitwy, świadomość w modlitwie, przywilej modlitwy, najdoskonalsza modlitwa – Eucharystia.</p>	<p>Temat, zagadnienia, ewentualne refleksje lub zadania przez e-dziennik.</p> <p>Kontakt z uczniem i jego odpowiedzi (prace) przez pocztę elektroniczną.</p>	<p>Prace będące refleksją ucznia – komentarz i polemika;</p> <p>zadania – ocena według szkolnego systemu oceniania</p>

	6. Tajemnica Zmartwychwstania – Triduum Paschalne czym jest i po co jest?, najważniejsze wydarzenie w dziejach ziemi i kosmosu.		
etyka	Przykłady współczesnych przejawów kryzysu moralnego i dylematów w zakresie wyborów moralnych.	Dziennik elektroniczny vulcan; wiadomości mailowe z linkami do materiałów edukacyjnych	Esej, odpowiedzi na pytania otwarte i zamknięte
w.f.	Oceniamy możliwości organizmu w marszobiegu na wybranym dystansie, podstawowe ćwiczenia rozgrzewające i wyciszające. Poznajemy zasób ćwiczeń wzmacniających – mm.: brzucha, klatki piersiowej, grzbietu Poznajemy zasób ćwiczeń wzmacniających – mm.: obręczy barkowej, kończyn górnych, kończyn dolnych. Kształtowanie wytrzymałości – rozruch w terenie – proponowane plany treningowe dla początkujących Ćwiczenia metodą obwodu stacyjnego. Czym jest obwód stacyjny, czy crossfit to rodzaj obwodu stacyjnego? Proponowany obwód do wykonania w domu. Ćwiczenia rytmizujące, rozwijamy pamięć ruchową, kształtujemy estetykę i elegancję ruchu. Przykładowe ćwiczenia przy muzyce do wykonania w domu. Poznajemy zasób ćwiczeń korekcyjno-kompensacyjnych i gibkościowych. Wybór i wykonanie własnego zestawu ćwiczeń . Wdrażamy się do samodoskonalenia sprawności fizycznej. Na podstawie przykładowych tygodniowych planów treningowych tworzymy zindywidualizowany zestaw ćwiczeń	Treści przesyłane przez e-dzienn	Ustalenie oceny na zajęciach w szkole / test
godz. wych.			

**w językach obcych, informatyce i zajęciach wychowania fizycznego pomocą dla uczniów przy identyfikacji grupy są podane inicjały nauczyciela*

klasa 1B			
Przedmiot*	Planowany materiał do realizacji/ treści nauczania (od 25 marca do 10 kwietnia)	Sposób komunikowania się z uczniemi/ kształcenie na odległość	Sposób weryfikacji wiedzy uczniów/ ustalenia ocen
język polski	<ul style="list-style-type: none"> - Podsumowanie wiedzy na temat renesansu (test sprawdzający 25.03.br.) - Kryzys renesansu i jego zapowiedź w literaturze. - Sztuka baroku i literatura epoki. - Kultura sarmacka. - „Świętoszek” Moliere. - Podsumowanie wiedzy o epoce. 	e-dziennik oraz e-mail	Testy sprawdzające, tematy zadane do samodzielnego opracowania w formie kart pracy.
język angielski	<p><u>grupa 1.4 (SK)</u> First conditional – revision, The body’s limits – listening, Future continuous and future perfect, Word families’ Body clock – reading and vocabulary</p> <p><u>grupa 2.4 (MK)</u> 1. Czasowniki modalne – Present & Future (2h) 2. Czasowniki modalne – Past (2h) 3. The Kite Runner – reading + vocabulary (1h) 4. American English</p> <p><u>grupa 3.4 (MP)</u> Słownictwo dotyczące wyrażania emocji, opisywania gestów; gramatyka - czasowniki modalne (wyrażanie konieczności, udzielanie rady, spekulowanie o terażniejszości i przeszłości)</p>	<p>Messenger, zoom/discord, e-dziennik, edmodo</p> <p>Komunikator Messenger Platforma Edmodo w. E-dziennik Zoom / Discord – na lekcje online Quizlet</p> <p>poczta Vulcana, prywatne maile, Discord (w razie potrzeby)</p>	<p>Test online, aktywność uczniów na Quizlet, vlogi na ocenę, prace domowe</p> <p>odsyłanie kart pracy na platformie Edmodo quiz ze słówek na platformie Edmodo</p> <p>Wykonywanie zadanych ćwiczeń, czytanie artykułów, wypracowania, nagranie filmiku, test online</p>

	<p><u>grupa 4.4 (AR)</u> Rozdział 4 podręcznika „Insight”(tematyka: nasze ciało, operacje plastyczne, modyfikacje genetyczne, gramatyka – future in the past, habitual behaviour) oraz aktualności (wirus, nasze życie w czasie pandemii)</p>	E-dziennik, maile, messenger	<p>(może)</p> <p>Prace pisemne przesyłane na mail, wypowiedzi ustne -nagrania messenger</p>
język niemiecki	<p><u>grupa J4 (AW)</u> Dativ-Falle; Prapositionen mit Dativ, Akkusativ;Wechselprapositionen; Wo, wohin; Mein Lieblingsplatz.</p> <p><u>grupa J8 (PMS)</u> -Freizeit (słownictwo związane z czasem wolnym) - Ostern in Deutschland</p>	<p>E-dziennik, poczta mailowa</p> <p>e-dziennik Zoom</p>	<p>Sprawdzanie wykonanych zadań. Test do wypełnienia on-line.</p> <p>Platforma goformative, dostarczanie prac na maila</p>
język hiszpański	<p><u>grupa J1 (ABK)</u> Tryb rozkazujący, transport, czas przyszły</p> <p><u>grupa J2 (KU)</u> opisywanie mieszkania / domu - pytania; użycie czasowników ser / estar / haber ćwiczenia c.d.; pisanie krótkiego listu na temat warunków mieszkaniowych; odmiana czasowników nieregularnych w czasie terażniejszym c.d.;</p>	<p>Dziennik elektroniczny, email, instaling</p> <p>e-dziennik</p>	<p>Wypracowanie. Sprawdzanie ćwiczeń. Rozumienie ze słuchu. Program instaling (nauka słówek przez internet, mam wgląd w postępy uczniów i wprowadzam nowe słownictwo)</p> <p>po 26.03 sprawdzenie pisemnej odpowiedzi na pytania; po 31.03 sprawdzenie wykonania ćwiczenia typu "uzupełnij"; po 02.04 sprawdzenie</p>

			pracy pisemnej – krótkiego listu – napisanej według wzoru;
język rosyjski	Określanie czasu. Konstrukcje służące wyrażaniu obawy. Zwroty i konstrukcje dotyczące zainteresowań. Odmiana i zastosowanie czasownika ‘chcieć’ Relacjonowanie sposobów spędzania czasu wolnego	Dziennik elektroniczny, mail, messenger	Zadawane prace, odsyłane przez uczniów na maila
język francuski	C’est Parti I, unite 7	Vulcan, MSTeams	odpowiedź, wypracowanie.
historia	Świat po II wojnie światowej 1945 – 1956 *Kształtowanie się powojennego ładu - sytuacja polityczna w Europie i na świecie po II wojnie. Zmiana układu sił na świecie. *Problem dwóch państw niemieckich. *Rywalizacja ZSRR i USA. *Dominacja ZSRR w Europie Środkowej i Wschodniej. *Walka o władzę w Polsce 1945-49. Referendum ludowe. *Przekształcenia gospodarcze po 1945 r. – reforma rolna, nacjonalizacja.	Prace pisemne przesyłane na e-dziennik i na pocztę elektroniczną	Ustalane na podstawie prac nadsyłanych pocztą elektroniczną lub przez e-dziennik – wg kryteriów ustalonych na początku roku szk. – zgodność odpowiedzi z pytaniem, samodzielne wykonanie pracy, rzeczowość
wos	-struktura i charakterystyka sądów i trybunałów -postępowanie sądowe - karne, cywilne i administracyjne	e-dziennik , maile klasowe	ocenie przesyłanych prac domowych
wiedza o kulturze	Analiza dzieła malarskiego, omówienie filmu - forma i treść, Współcześni twórcy teatralni i formy teatralne. Język fotografii, omówienie dzieła fotograficznego - treść i forma.	dziennik internetowy	zadane prace, wypracowania
matematyka	Dział: Geometria płaska-trójkąty 1. Środkowe trójkąta. 2. Symetralne boków trójkąta, okrąg opisany na trójkącie. 3. Dwusieczne kątów trójkąta. Okrąg wpisany w trójkąt. 4. Przystawanie trójkątów. 5. Podobieństwo trójkątów.	Prowadzenie lekcji na platformie Microsoft Teams, wysyłanie materiałów za pomocą poczty elektronicznej, przekazywanie informacji za	Sprawdzanie zadań rozwiązanych przez uczniów i nadesłanych na platformie; odpowiedzi ustne uczniów; oceny za aktywność i prace

	6. Twierdzenie o stycznej i siecznej. 7. Zadania powtórzeniowe z działu „Geometria płaska – trójkąty”	pomocą e-dziennika	domowe
fizyka	1. Zjawisko fotoelektryczne, zadania 2. Widma liniowe i ciągłe 3. Widmo promieniowania elektromagnetycznego 4. Zarys modelu Bohra atomu wodoru 5. Zjawisko promieniotwórczości naturalnej	maile dziennik elektroniczny ew. telefon	scany prac mailowo teksty - dziennik elektroniczny oceniane po zapowiedzi
chemia	Dział 3 Żywność T: Wpływ składników żywności na organizm (1 jednostka lekcyjna) T: Fermentacja i jej skutki. Inne przemiany chemiczne żywności (2 jednostki lekcyjne) W klasach tych w w/w czasie przewidziane zostały 3 jednostki lekcyjne.	e –dziennik kontakt mailowy poprzez pocztę gmail platforma zoom - konsultacje	Karty pracy, pytania w formie kartkówki, klasówki - odpowiedzi w formie załączników skanów bądź zdjęć mailowo Przygotowanie prezentacji na zadany temat.
biologia	Biotechnologia kontynuacja	poczta elektroniczna	Przesyłanie prac/skany prac, oceny za pracę domową, projekt wykonywany w domu Uzupełnione karty pracy ucznia
informatyka	<u>grupa I (J.K.)</u> 1) Praca klasowa „Ms Excel” 2) Tworzenie prezentacji w Power Point 3) Zastosowanie animacji	-e-dziennik -e-mail -Skype -MS Teams	Ocenianie prac domowych z Excela zgodnie z zasadami ustalonymi na początku roku Ocenianie prac klasowych Ocenianie prezentacji

	<p><u>grupa II (K.D.)</u></p> <p>1. Zbieranie materiałów do własnej prezentacji w Power Point</p> <p>2. Obróbka materiałów do własnej prezentacji w Power Point</p> <p>3. Tworzenie własnej prezentacji w Power Point</p>	e-mail dziennik elektroniczny	nadesłanej przez uczniów Nadesłane materiały na e-mail
geografia	<p>1. Rozwój i znaczenie przemysłu.</p> <p>2. Przemysł wysokiej technologii.</p>	Poczta elektroniczna, Korzystanie z zasobów Internetu, Epodreczniki.pl	Praca grupowa – projekt/ prezentacja, Prace domowe
podstawy przedsiębiorczości	<p>1. Marketing.</p> <p>2. Reklama – pojęcie i rodzaje.</p> <p>3. Bilans przedsiębiorstwa.</p> <p>4. Próg rentowności.</p>	e-dziennik, e-mail	Opracowanie części projektu biznesowego i przesłanie do sprawdzenia nauczycielowi.
e.d.b.	Podstawowe wiadomości z zakresu pierwszej pomocy: Tamowanie krwotoków. Urazy kości i stawów	Poczta elektroniczna i e-dziennik	Ocenianie przesłanych prac i ćwiczeń
religia	<ul style="list-style-type: none"> - Przypowieść o robotnikach w winnicy(praca z tekstem). - Syn człowieczy. - Syn Boży – prawdziwy Bóg. - Jezus Głową Kościoła. - Niedziela Palmowa. - Triduum Paschalne. 	-Dziennik elektroniczny. -Utworzenie grupy na Messenger i korzystanie z Discord.	- Zadane prace pisemne. - Aktywność w czasie zajęć.
etyka	Przykłady współczesnych przejawów kryzysu moralnego i dylematów w zakresie wyborów moralnych.	Dziennik elektroniczny vulcan; wiadomości mailowe z linkami do materiałów edukacyjnych	Esej, odpowiedzi na pytania otwarte i zamknięte
w.f.	Oceniamy możliwości organizmu w marszobiegu na wybranym dystansie, podstawowe ćwiczenia rozgrzewające i wyciszające. Poznajemy zasób ćwiczeń wzmacniających – mm.: brzucha, klatki piersiowej, grzbietu Poznajemy zasób ćwiczeń wzmacniających – mm.: obręczy barkowej, kończyn górnych, kończyn dolnych.	Treści przesyłane przez e-dziennik oraz dodatkowo umieszczane na facebooku Reytan Sport	Ustalenie oceny na zajęciach w szkole / test

	<p>Kształtowanie wytrzymałości – rozruch w terenie – proponowane plany treningowe dla początkujących</p> <p>Ćwiczenia metodą obwodu stacijnego. Czym jest obwód stacynny, czy crossfit to rodzaj obwodu stacijnego?</p> <p>Proponowany obwód do wykonania w domu.</p> <p>Ćwiczenia rytmizujące, rozwijamy pamięć ruchową, kształtujemy estetykę i elegancję ruchu. Przykładowe ćwiczenia przy muzyce do wykonania w domu.</p> <p>Poznajemy zasób ćwiczeń korekcyjno-kompensacyjnych i gibkościowych. Wybór i wykonanie własnego zestawu ćwiczeń .</p> <p>Wdrażamy się do samodoskonalenia sprawności fizycznej. Na podstawie przykładowych tygodniowych planów treningowych tworzymy zindywidualizowany zestaw ćwiczeń</p>		
godz. wych.			

**w językach obcych, informatyce i zajęciach wychowania fizycznego pomocą dla uczniów przy identyfikacji grupy są podane inicjały nauczyciela*

klasa 1C			
Przedmiot*	Planowany materiał do realizacji/ treści nauczania (od 25 marca do 10 kwietnia)	Sposób komunikowania się z uczniami/ kształcenie na odległość	Sposób weryfikacji wiedzy uczniów/ ustalenia ocen

język polski	Późne średniowiecze. Twórczość Kochanowskiego: wybrane fraszki, pieśni i całość Trenów. Dramaty Szekspira.	poczta elektroniczna e-dziennik	Wypracowania domowe i ćwiczenia przesyłane drogą mailową. Oceny wg szkolnego systemu dotyczącego prac domowych.
język angielski	<u>grupa 1 (KK)</u> Solutions gold Unit 3 past modals, Unit 3a , 3 b i 3c <u>grupa 2 (DP)</u> Solutions Gold Upper- Intermediate unit 3 a, b, c (słownictwo + gramatyka -czasowniki modalne)	Dziennik elektroniczny, discord, skype, gmail, google drive, readworks, edmodo Messenger, Edmodo, Microsoft Teams	Prace pisemne i wypowiedzi ustne na discord skype, wysyłane na gmail lub dziennik elektroniczny Konwersacje online, prace pisemne
język niemiecki	<u>grupa J4 (AW)</u> Dativ-Falle; Prapositionen mit Dativ, Akkusativ; Wechselprapositionen; Wo, wohin; Mein Lieblingsplatz. <u>grupa J8 (PMS)</u> -Freizeit (słownictwo związane z czasem wolnym) - Ostern in Deutschland	E-dziennik, poczta mailowa e-dziennik Zoom	Sprawdzanie wykonanych zadań. Test do wypełnienia on-line. Platforma goformative, dostarczanie prac na maila
język hiszpański	<u>grupa J1 (ABK)</u> Tryb rozkazujący, transport, czas przyszły	Dziennik elektroniczny, email, instaling	Wypracowanie. Sprawdzanie ćwiczeń. Rozumienie ze słuchu. Program instaling (nauka słów przez internet, mam wgląd w postępy

	<p><u>grupa J2 (KU)</u> opisywanie mieszkania / domu - pytania; użycie czasowników ser / estar / haber ćwiczenia c.d.; pisanie krótkiego listu na temat warunków mieszkaniowych; odmiana czasowników nieregularnych w czasie teraźniejszym c.d.;</p>	e-dziennik	<p>uczniów i wprowadzam nowe słownictwo)</p> <p>po 26.03 sprawdzenie pisemnej odpowiedzi na pytania; po 31.03 sprawdzenie wykonania ćwiczenia typu "uzupełnij"; po 02.04 sprawdzenie pracy pisemnej – krótkiego listu – napisanej według wzoru;</p>
język rosyjski	<p>Określanie czasu. Konstrukcje służące wyrażaniu obawy. Zwroty i konstrukcje dotyczące zainteresowań. Odmiana i zastosowanie czasownika ‘chcieć’ Relacjonowanie sposobów spędzania czasu wolnego</p>	Dziennik elektroniczny, mail, messenger	Zadawane prace, odsyłane przez uczniów na maila
język francuski	C'est Parti I, unite 7	Vulcan, MSTeams	odpowiedź, wypracowanie.
historia	Dzieje powszechne II wojny światowej	poczta elektroniczna	ocena prac pisemnych, prezentacji przysyłanych przez uczniów
wos	-struktura i charakterystyka sądów i trybunałów -postępowanie sądowe - karne, cywilne i administracyjne	e-dziennik , maile klasowe	ocenie przesyłanych prac domowych
wiedza o kulturze	Analiza dzieła malarskiego, omówienie filmu - forma i treść, Współcześni twórcy teatralni i formy teatralne. Język fotografii, omówienie dzieła fotograficznego - treść i forma.	dziennik internetowy	zadane prace, wypracowania

matematyka	Własności trójkątów. Trygonometria kąta ostrego.	Messenger – tam wysyłam informację co uczniowie w dany dzień powinni zrobić, rozwiązania itp. Aplikacja Zoom – od czwartku planuję za pomocą tej aplikacji prowadzić lekcje online.	Planuję wysyłanie uczniom zadań. Po określonym czasie np. 60 minut uczniowie wyślą mi rozwiązania.
fizyka	1 Elementy fizyki atomu – opis teoretyczny 2 Rozpady promieniotwórcze – alfa beta i gamma 3 Zadania ze zbioru dotyczące powyższych zagadnień	poczta elektroniczna – adres juliuszbenias@poczta.onet.pl	Uczniowie wykonują notatki, skanują, a nauczyciel sprawdza poprawność rozwiązań
chemia	Dział 3 Żywność T: Wpływ składników żywności na organizm (1 jednostka lekcyjna) T: Fermentacja i jej skutki. Inne przemiany chemiczne żywności (2 jednostki lekcyjne) W klasach tych w w/w czasie przewidziane zostały 3 jednostki lekcyjne.	e –dziennik kontakt mailowy poprzez pocztę gmail platforma zoom - konsultacje	Karty pracy, pytania w formie kartkówki, klasówki - odpowiedzi w formie załączników skanów bądź zdjęć mailowo Przygotowanie prezentacji na zadany temat.
biologia	Biotechnologia kontynuacja	poczta elektroniczna	Przesyłanie prac/skany prac, oceny za pracę domową, projekt wykonywany w domu Uzupełnione karty pracy ucznia

informatyka	<p><u>grupa I (J.K.)</u></p> <p>1)Praca klasowa „Ms Excel” 2)Tworzenie prezentacji w Power Point 3) Zastosowanie animacji</p> <p><u>grupa II (K.D.)</u></p> <p>1. Zbieranie materiałów do własnej prezentacji w Power Point 2. Obróbka materiałów do własnej prezentacji w Power Point 3. Tworzenie własnej prezentacji w Power Point</p>	<p>-e-dziennik -e-mail -Skype -MS Teams</p> <p>e-mail dziennik elektroniczny</p>	<p>Ocenianie prac domowych z Excela zgodnie z zasadami ustalonymi na początku roku Ocenianie prac klasowych Ocenianie prezentacji nadesłanej przez uczniów</p> <p>Nadesłane materiały na e-mail</p>
geografia	<p>Główne obszary upraw Chów zwierząt na świecie Leśnictwo i gospodarka morską</p>	<p>Kontakt przez dziennik elektroniczny i kontakt mailowy</p>	<p>Uczniowie otrzymują mailowo testy (w wersji word) i odsyłają je po wypełnieniu.</p>
podstawy przedsiębiorczości	<p>1. Marketing. 2. Reklama – pojęcie i rodzaje. 3. Bilans przedsiębiorstwa. 4. Próg rentowności.</p>	<p>e-dziennik, e-mail</p>	<p>Opracowanie części projektu biznesowego i przesłanie do sprawdzenia nauczycielowi.</p>
e.d.b.	<p>Podstawowe wiadomości z zakresu pierwszej pomocy: Tamowanie krwotoków. Urazy kości i stawów</p>	<p>Poczta elektroniczna i e-dziennik</p>	<p>Ocenianie przesłanych prac i ćwiczeń</p>
religia	<p>1. Ideał ucznia Chrystusowego – droga błogosławieństw – poznanie treści błogosławieństw (tekst biblijny), właściwe ich rozumienie, dlaczego błogosławieni oznaczają szczęśliwi. 2. Misja wspólnoty Chrystusowych uczniów – czym jest wspólnota?, początki wspólnoty Kościoła (pierwsi chrześcijanie), zadania i cel uczniów Chrystusowych. 3. Powołanie świeckich do apostołstwa – powołanie: znaczenie,</p>	<p>Temat, zagadnienia, ewentualne refleksje lub zadania przez e-dziennik. Kontakt z uczniem i jego odpowiedzi (prace) przez pocztę elektroniczną.</p>	<p>Prace będące refleksją ucznia – komentarz i polemika; zadania – ocena według szkolnego systemu oceniania</p>

	<p>zadania i obowiązki, rodzaje powołań, apostołstwo: jego wymiar doczesny i wieczny.</p> <p>4. Niebezpieczeństwo zagubienia w wierze – błędy w poszukiwaniach prawd wiary (herezje), czym jest laicyzacja, poszukiwania a prawdy wiary.</p> <p>5. Czy chcesz się nauczyć modlić? - rodzaje modlitwy, świadomość w modlitwie, przywilej modlitwy, najdoskonalsza modlitwa – Eucharystia.</p> <p>6. Tajemnica Zmartwychwstania – Triduum Paschalne czym jest i po co jest?, najważniejsze wydarzenie w dziejach ziemi i kosmosu.</p>		
etyka	Przykłady współczesnych przejawów kryzysu moralnego i dylematów w zakresie wyborów moralnych.	Dziennik elektroniczny vulcan; wiadomości mailowe z linkami do materiałów edukacyjnych	Esej, odpowiedzi na pytania otwarte i zamknięte
w.f.	<p>Oceniamy możliwości organizmu w marszobiegu na wybranym dystansie, podstawowe ćwiczenia rozgrzewające i wyciszające.</p> <p>Poznajemy zasób ćwiczeń wzmacniających – mm.: brzucha, klatki piersiowej, grzbietu</p> <p>Poznajemy zasób ćwiczeń wzmacniających – mm.: obręczy barkowej, kończyn górnych, kończyn dolnych.</p> <p>Kształtowanie wytrzymałości – rozruch w terenie – proponowane plany treningowe dla początkujących</p> <p>Ćwiczenia metodą obwodu stacyjnego. Czym jest obwód stacyjny, czy crossfit to rodzaj obwodu stacyjnego?</p> <p>Proponowany obwód do wykonania w domu.</p> <p>Ćwiczenia rytmizujące, rozwijamy pamięć ruchową, kształtujemy estetykę i elegancję ruchu. Przykładowe ćwiczenia przy muzyce do wykonania w domu.</p> <p>Poznajemy zasób ćwiczeń korekcyjno-kompensacyjnych i gibkościowych. Wybór i wykonanie własnego zestawu ćwiczeń .</p> <p>Wdrażamy się do samodoskonalenia sprawności fizycznej. Na</p>	Treści przesyłane przez e-dziennik oraz dodatkowo umieszczane na facebooku Reytan Sport	Ustalenie oceny na zajęciach w szkole / test

	podstawie przykładowych tygodniowych planów treningowych tworzymy zindywidualizowany zestaw ćwiczeń		
godz. wych.			

**w językach obcych, informatyce i zajęciach wychowania fizycznego pomocą dla uczniów przy identyfikacji grupy są podane inicjały nauczyciela*

klasa 1D			
Przedmiot*	Planowany materiał do realizacji/ treści nauczania (od 25 marca do 10 kwietnia)	Sposób komunikowania się z uczniami/ kształcenie na odległość	Sposób weryfikacji wiedzy uczniów/ ustalenia ocen
język polski	1. Orwell, '1984' 2. J. Kochanowski – fraszki 3. Jan Kochanowski – wybrane pieśni	Dziennik elektroniczny, mail prywatny, telefon, ewentualnie Skype lub Microsoft Teams	Analiza materiału dostarczonego przez nauczyciela, Ocena przesłanych wypracowań i prac domowych, (w klasach trzecich ocena konspektów maturalnych) odpowiedź na pytania nauczyciela
język angielski	<u>grupa I (KB)</u> Unit 3 Solutions Gold Upper <u>grupa II (JU)</u> Materiał zgodnie z programem nauczania dla OnScreen B2+ i materiały dodatkowe: podsumowanie Module: 3 i rozpoczęcie Module 4	Discord, edmodo, Messenger stały kontakt z uczniami przez komunikator messenger - istniejące zamknięte grupy na facebook - zajęcia online z	Rozmowy online, wypracowania, test na edmodo

		wykorzystaniem platform: zoom i whereby	Uczniowie zaakceptowali ustalenia i dodatkowe sposoby oceniania: a) quizy ze słownictwa online, waga 1 b) krótka prezentacja video na zadany temat: waga 3 c) odpowiedź ustna na zadany temat: waga 2
język niemiecki	<u>grupa J4 (AW)</u> Dativ-Falle; Prapositionen mit Dativ, Akkusativ; Wechselpapositionen; Wo, wohin; Mein Lieblingsplatz. <u>grupa J8 (PMS)</u> - Freizeit (słownictwo związane z czasem wolnym) - Ostern in Deutschland	E-dziennik, poczta mailowa e-dziennik Zoom	Sprawdzanie wykonanych zadań. Test do wypełnienia on-line. Platforma goformative, dostarczanie prac na maila
język hiszpański	<u>grupa J1 (ABK)</u> Tryb rozkazujący, transport, czas przyszły <u>grupa J2 (KU)</u> opisywanie mieszkania / domu - pytania; użycie czasowników ser / estar / haber ćwiczenia c.d.; pisanie krótkiego listu na temat warunków mieszkaniowych; odmiana czasowników nieregularnych w czasie teraźniejszym	Dziennik elektroniczny, email, instaling e-dziennik	Wypracowanie. Sprawdzanie ćwiczeń. Rozumienie ze słuchu. Program instaling (nauka słówek przez internet, mam wgląd w postępy uczniów i wprowadzam nowe słownictwo) po 26.03 sprawdzenie pisemnej odpowiedzi na

	c.d.;		pytania; po 31.03 sprawdzenie wykonania ćwiczenia typu "uzupełnij"; po 02.04 sprawdzenie pracy pisemnej – krótkiego listu – napisanej według wzoru;
język rosyjski	Określanie czasu. Konstrukcje służące wyrażaniu obawy. Zwroty i konstrukcje dotyczące zainteresowań. Odmiana i zastosowanie czasownika 'chcieć' Relacjonowanie sposobów spędzania czasu wolnego	Dziennik elektroniczny, mail, messenger	Zadawane prace, odsyłane przez uczniów na maila
język francuski	C'est Parti I, unite 7	Vulcan, MSTeams	odpowieź, wypracowanie.
historia	Polska w latach 1943–1945. Świat po II wojnie światowej 1945 – 1949. *Operacja „Burza”. Powstanie Warszawskie. *Sytuacja polityczna Polski w 1945 roku. *Sprawa polska na konferencji Poczdamskiej. *Kształtowanie się powojennego ładu - sytuacja polityczna w Europie i na świecie po II wojnie. Zmiana układu sił na świecie. *Problem dwóch państw niemieckich. *Rywalizacja ZSRR i USA.	Prace pisemne przesyłane na e-dziennik i na pocztę elektroniczną	Ustalane na podstawie prac nadsyłanych pocztą elektroniczną lub przez e-dziennik – wg kryteriów ustalonych na początku roku szk. – zgodność odpowiedzi z pytaniem, samodzielne wykonanie pracy, rzeczowość.
wos	-struktura i charakterystyka sądów i trybunałów -postępowanie sądowe - karne, cywilne i administracyjne	e-dziennik , maile klasowe	ocenie przesyłanych prac domowych
wiedza o kulturze	Analiza dzieła malarskiego, omówienie filmu - forma i treść, Współcześni twórcy teatralni i formy teatralne. Język fotografii, omówienie dzieła fotograficznego - treść i forma.	dziennik internetowy	zadane prace, wypracowania
matematyka	Ostatni temat dział 5 (geometria trójkątów)	Classroom google+ TEAMS	Prace domowe, aktywność na zajęciach

	Wprowadzenie do trygonometrii (5 tematów z działu 6)		
fizyka	1 Elementy fizyki atomu – opis teoretyczny 2 Rozpady promieniotwórcze – alfa beta i gamma 3 Zadania ze zbioru dotyczące powyższych zagadnień	Przez pocztę – adres juliuszbenias@poczta.onet.pl	Uczniowie wykonują notatki, skanują, a nauczyciel sprawdza poprawność rozwiązań
chemia	1. Fermentacja i inne przemiany żywności 2. Dodatki do żywności 3. Substancje lecznicze	e-mail dziennik elektroniczny	Nadesłane materiały na e-mail
biologia	Biotechnologia kontynuacja	poczta elektroniczna	Przesyłanie prac/skany prac, oceny za pracę domową, projekt wykonywany w domu Uzupełnione karty pracy ucznia
informatyka	<u>grupa I (J.K.)</u> 1)Praca klasowa „Ms Excel” 2)Tworzenie prezentacji w Power Point 3) Zastosowanie animacji <u>grupa II (K.D.)</u> 1. Zbieranie materiałów do własnej prezentacji w Power Point 2. Obróbka materiałów do własnej prezentacji w Power Point 3. Tworzenie własnej prezentacji w Power Point	-e-dziennik -e-mail -Skype -MS Teams e-mail dziennik elektroniczny	Ocenianie prac domowych z Excela zgodnie z zasadami ustalonymi na początku roku Ocenianie prac klasowych Ocenianie prezentacji nadesłanej przez uczniów Nadesłane materiały na e-mail
geografia	Główne obszary upraw Chów zwierząt na świecie Leśnictwo i gospodarka morską	Kontakt przez dziennik elektroniczny i kontakt mailowy	Uczniowie otrzymują mailowo testy (w wersji word) i odsyłają je po wypełnieniu.
podstawy	1. Marketing.	e-dziennik, e-mail	Opracowanie części

przedsiębiorczości	<p>2. Reklama – pojęcie i rodzaje.</p> <p>3. Bilans przedsiębiorstwa.</p> <p>4. Próg rentowności.</p>		projektu biznesowego i przesłanie do sprawdzenia nauczycielowi.
e.d.b.	Podstawowe wiadomości z zakresu pierwszej pomocy: Tamowanie krwotoków. Urazy kości i stawów	Poczta elektroniczna i e-dziennik	Ocenianie przesłanych prac i ćwiczeń
religia	<p>1. Ideał ucznia Chrystusowego – droga błogosławieństw – poznanie treści błogosławieństw (tekst biblijny), właściwe ich rozumienie, dlaczego błogosławieni oznaczają szczęśliwi.</p> <p>2. Misja wspólnoty Chrystusowych uczniów – czym jest wspólnota?, początki wspólnoty Kościoła (pierwsi chrześcijanie), zadania i cel uczniów Chrystusowych.</p> <p>3. Powołanie świeckich do apostołstwa – powołanie: znaczenie, zadania i obowiązki, rodzaje powołań, apostołstwo: jego wymiar doczesny i wieczny.</p> <p>4. Niebezpieczeństwo zagubienia w wierze – błędy w poszukiwaniach prawd wiary (herezje), czym jest laicyzacja, poszukiwania a prawdy wiary.</p> <p>5. Czy chcesz się nauczyć modlić? - rodzaje modlitwy, świadomość w modlitwie, przywilej modlitwy, najdoskonalsza modlitwa – Eucharystia.</p> <p>6. Tajemnica Zmartwychwstania – Triduum Paschalne czym jest i po co jest?, najważniejsze wydarzenie w dziejach ziemi i kosmosu.</p>	Temat, zagadnienia, ewentualne refleksje lub zadania przez e-dziennik. Kontakt z uczniem i jego odpowiedzi (prace) przez pocztę elektroniczną.	Prace będące refleksją ucznia – komentarz i polemika; zadania – ocena według szkolnego systemu oceniania
etyka	Przykłady współczesnych przejawów kryzysu moralnego i dylematów w zakresie wyborów moralnych.	Dziennik elektroniczny vulcan; wiadomości mailowe z linkami do materiałów edukacyjnych	Esej, odpowiedzi na pytania otwarte i zamknięte
w.f.	<p>Oceniamy możliwości organizmu w marszobiegu na wybranym dystansie, podstawowe ćwiczenia rozgrzewające i wyciszające.</p> <p>Poznajemy zasób ćwiczeń wzmacniających – mm.: brzucha, klatki piersiowej, grzbietu</p> <p>Poznajemy zasób ćwiczeń wzmacniających – mm.: obręczy barkowej, kończyn górnych, kończyn dolnych.</p>	Treści przesyłane przez e-dziennik oraz dodatkowo umieszczane na facebooku Reytan Sport	Ustalenie oceny na zajęciach w szkole / test

	<p>Kształtowanie wytrzymałości – rozruch w terenie – proponowane plany treningowe dla początkujących</p> <p>Ćwiczenia metodą obwodu stacijnego. Czym jest obwód stacynny, czy crossfit to rodzaj obwodu stacijnego?</p> <p>Proponowany obwód do wykonania w domu.</p> <p>Ćwiczenia rytmizujące, rozwijamy pamięć ruchową, kształtujemy estetykę i elegancję ruchu. Przykładowe ćwiczenia przy muzyce do wykonania w domu.</p> <p>Poznajemy zasób ćwiczeń korekcyjno-kompensacyjnych i gibkościowych. Wybór i wykonanie własnego zestawu ćwiczeń .</p> <p>Wdrażamy się do samodoskonalenia sprawności fizycznej. Na podstawie przykładowych tygodniowych planów treningowych tworzymy zindywidualizowany zestaw ćwiczeń</p>		
godz. wych.			

**w językach obcych, informatyce i zajęciach wychowania fizycznego pomocą dla uczniów przy identyfikacji grupy są podane inicjały nauczyciela*

klasa 1E			
Przedmiot*	Planowany materiał do realizacji/ treści nauczania (od 25 marca do 10 kwietnia)	Sposób komunikowania się z uczniami/ kształcenie na odległość	Sposób weryfikacji wiedzy uczniów/ ustalenia ocen
język polski	<ul style="list-style-type: none"> - Podsumowanie wiedzy na temat renesansu (test sprawdzający 25.03.br. tylko dla klasy 1.B; w 1.G test już zrealizowany, w 1.E test odbędzie się w najbliższym terminie). - Kryzys renesansu i jego zapowiedź w literaturze. - Sztuka baroku i literatura epoki. - Kultura sarmacka. - „Świętoszek” Moliere. - Podsumowanie wiedzy o epoce. 	e-dziennik oraz e-mail	Testy sprawdzające, tematy zadane do samodzielnego opracowania w formie kart pracy.

<p>język angielski</p>	<p><u>grupa 1.4 (SK)</u> First conditional – revision, The body’s limits – listening, Future continuous and future perfect, Word families’ Body clock – reading and vocabulary</p> <p><u>grupa 2.4 (MK)</u> 1. Czasowniki modalne – Present & Future (2h) 2. Czasowniki modalne – Past (2h) 3. The Kite Runner – reading + vocabulary (1h) 4. American English</p> <p><u>grupa 3.4 (MP)</u> Słownictwo dotyczące wyrażania emocji, opisywania gestów; gramatyka - czasowniki modalne (wyrażanie konieczności, udzielanie rady, spekulowanie o terażniejszości i przeszłości)</p> <p><u>grupa 4.4 (A.R.)</u> Rozdział 4 podręcznika „Insight”(tematyka: nasze ciało, operacje plastyczne, modyfikacje genetyczne, gramatyka – future in the past, habitual behaviour) oraz aktualności (wirus, nasze życie w czasie pandemii)</p>	<p>Messenger, zoom/discord, e-dziennik, edmodo</p> <p>Komunikator Messenger Platforma Edmodo Ew. E-dziennik Zoom / Discord – na lekcje online Quizlet</p> <p>poczta Vulcana, prywatne maile, Discord (w razie potrzeby)</p> <p>E-dziennik, maile, messenger</p>	<p>Test online, aktywność uczniów na Quizlet, vlogi na ocenę, prace domowe</p> <p>odsyłanie kart pracy na platformie Edmodo quiz ze słówek na platformie Edmodo</p> <p>Wykonywanie zadanych ćwiczeń, czytanie artykułów, wypracowania, nagranie filmiku, test online (może)</p> <p>Prace pisemne przesyłane na mail, wypowiedzi ustne -nagrania messenger</p>
<p>język niemiecki</p>	<p><u>grupa J4 (A.W.)</u> Unregelmässige Verben Hobbys; Freizeit; Sport Personalpronomen in Akk.</p> <p><u>grupa J8 (P.M.S.)</u> -Freizeit (słownictwo związane z czasem wolnym)</p>	<p>E-dziennik, poczta mailowa</p> <p>e-dziennik Zoom</p>	<p>Sprawdzanie wykonanych zadań. Test do wypełnienia on-line.</p> <p>Platforma goformative,</p>

	- Ostern in Deutschland		dostarczanie prac na maila
język hiszpański	<p><u>grupa J1 (A.B.K)</u> Tryb rozkazujący, transport, czas przyszły</p> <p><u>grupa J2 (K.U.)</u> opisywanie mieszkania / domu - pytania; użycie czasowników ser / estar / haber ćwiczenia c.d.; pisanie krótkiego listu na temat warunków mieszkaniowych; odmiana czasowników nieregularnych w czasie teraźniejszym c.d.;</p>	<p>Dziennik elektroniczny, email, instalng</p> <p>e-dziennik</p>	<p>Wypracowanie. Sprawdzanie ćwiczeń. Rozumienie ze słuchu. Program instalng (nauka słówek przez internet, mam wgląd w postępy uczniów i wprowadzam nowe słownictwo)</p> <p>po 26.03 sprawdzenie pisemnej odpowiedzi na pytania; po 31.03 sprawdzenie wykonania ćwiczenia typu "uzupełnij"; po 02.04 sprawdzenie pracy pisemnej – krótkiego listu – napisanej według wzoru;</p>
język rosyjski	<p>Określanie czasu. Konstrukcje służące wyrażaniu obawy. Zwroty i konstrukcje dotyczące zainteresowań. Odmiana i zastosowanie czasownika 'chcieć' Relacjonowanie sposobów spędzania czasu wolnego</p>	Dziennik elektroniczny, mail, messenger	Zadawane prace, odsyłane przez uczniów na maila
język francuski	<p>Podręcznik C'est Parti 1+ zeszyt ćwiczeń Etape6 Miasto i wieś - leksyka, Za i przeciw mieszkaniu, Zalety i wady Tryb rozkazujący Wskazanie i pytanie o drogę, 4 kierunki świata Etape7</p>	e- dziennik e-mail	<p>Zaległe wypracowanie pt. "Mój dom/Moje mieszkanie" (dla tych, którzy nie oddali w terminie). Odpowiedzi na pytania na</p>

	<p>Mój dzień opis, Określenie godzin w j. francuskim Czynności dnia codziennego Czasowniki zwrotne, Odmiana i użycie Opis mojego dnia codziennego i weekendu Etape8 Pogoda, Wyrażenia opisujące pogodę w 4 porach roku Nazwy 12 miesięcy</p>		<p>zrozumienie tekstów Opis mojego dowolnego dnia (dokładnie z godzinami) lub weekendu na ocenę jako prace domowe pisemne. - opis pogody w 4 porach roku na ocenę jako praca domowa</p>
historia	<p>Polska w latach 1943–1945. Świat po II wojnie światowej 1945 – 1949. *Operacja „Burza”. Powstanie Warszawskie. *Sytuacja polityczna Polski w 1945 roku. *Sprawa polska na konferencji Poczdamskiej. *Kształtowanie się powojennego ładu - sytuacja polityczna w Europie i na świecie po II wojnie. Zmiana układu sił na świecie. *Problem dwóch państw niemieckich. *Rywalizacja ZSRR i USA.</p>	Prace pisemne przesyłane na e-dziennik i na pocztę elektroniczną	Ustalane na podstawie prac nadsyłanych pocztą elektroniczną lub przez e-dziennik – wg kryteriów ustalonych na początku roku szk. – zgodność odpowiedzi z pytaniem, samodzielne wykonanie pracy, rzeczowość.
wos	<p>-struktura i charakterystyka sądów i trybunałów -postępowanie sądowe - karne, cywilne i administracyjne</p>	e-dziennik , maile klasowe	ocenie przesyłanych prac domowych
wiedza o kulturze	<p>Analiza dzieła malarskiego, omówienie filmu - forma i treść, Współcześni twórcy teatralni i formy teatralne. Język fotografii, omówienie dzieła fotograficznego - treść i forma.</p>	dziennik internetowy	zadane prace, wypracowania
matematyka	<p>Twierdzenie sinusów, cosinusów, pole trójkąta.</p>	e-dziennik oraz poczta elektroniczna	Sprawdziany
fizyka	<p>1 Elementy fizyki atomu – opis teoretyczny 2 Rozpady promieniotwórcze – alfa beta i gamma</p>	Przez pocztę – adres juliuszbenias@poczta.onet.pl	Uczniowie wykonują notatki, skanują, a

	3 Zadania ze zbioru dotyczące powyższych zagadnień		nauczyciel sprawdza poprawność rozwiązań
chemia	1. Fermentacja i inne przemiany żywności 2. Dodatki do żywności 3. Substancje lecznicze	e-mail dziennik elektroniczny	Nadesłane materiały na e-mail
biologia	Biotechnologia kontynuacja	poczta elektroniczna	Przesyłanie prac/skany prac, oceny za pracę domową, projekt wykonywany w domu Uzupełnione karty pracy ucznia
informatyka	<u>grupa I (J.K.)</u> 1)Praca klasowa „Ms Excel” 2)Tworzenie prezentacji w Power Point 3) Zastosowanie animacji <u>grupa II (K.D.)</u> 1. Zbieranie materiałów do własnej prezentacji w Power Point 2. Obróbka materiałów do własnej prezentacji w Power Point 3. Tworzenie własnej prezentacji w Power Point	-e-dziennik -e-mail -Skype -MS Teams e-mail dziennik elektroniczny	Ocenianie prac domowych z Excela zgodnie z zasadami ustalonymi na początku roku Ocenianie prac klasowych Ocenianie prezentacji nadesłanej przez uczniów Nadesłane materiały na e-mail
geografia	Główne obszary upraw Chów zwierząt na świecie Leśnictwo i gospodarka morską	Kontakt przez dziennik elektroniczny i kontakt mailowy	Uczniowie otrzymują mailowo testy (w wersji word) i odsyłają je po wypełnieniu.
podstawy przedsiębiorczości	Projekt biznesplanu przedsiębiorstwa	e-dziennik, e-mail	Ocena przesłanego projektu
e.d.b.	Podstawowe wiadomości z zakresu pierwszej pomocy: Tamowanie krwotoków. Urazy kości i stawów	Poczta elektroniczna i e-dziennik	Ocenianie przesłanych prac i ćwiczeń

religia	<p>1. Ideał ucznia Chrystusowego – droga błogosławieństw – poznanie treści błogosławieństw (tekst biblijny), właściwe ich rozumienie, dlaczego błogosławieni oznacza szczęśliwi.</p> <p>2. Misja wspólnoty Chrystusowych uczniów – czym jest wspólnota?, początki wspólnoty Kościoła (pierwsi chrześcijanie), zadania i cel uczniów Chrystusowych.</p> <p>3. Powołanie świeckich do apostołstwa – powołanie: znaczenie, zadania i obowiązki, rodzaje powołań, apostołstwo: jego wymiar doczesny i wieczny.</p> <p>4. Niebezpieczeństwo zagubienia w wierze – błędy w poszukiwaniach prawd wiary (herezje), czym jest laicyzacja, poszukiwania a prawdy wiary.</p> <p>5. Czy chcesz się nauczyć modlić? - rodzaje modlitwy, świadomość w modlitwie, przywilej modlitwy, najdoskonalsza modlitwa – Eucharystia.</p> <p>6. Tajemnica Zmartwychwstania – Triduum Paschalne czym jest i po co jest?, najważniejsze wydarzenie w dziejach ziemi i kosmosu.</p>	Temat, zagadnienia, ewentualne refleksje lub zadania przez e-dziennik. Kontakt z uczniem i jego odpowiedzi (prace) przez pocztę elektroniczną.	Prace będące refleksją ucznia – komentarz i polemika; zadania – ocena według szkolnego systemu oceniania
etyka	Przykłady współczesnych przejawów kryzysu moralnego i dylematów w zakresie wyborów moralnych.	Dziennik elektroniczny vulcan; wiadomości mailowe z linkami do materiałów edukacyjnych	Esej, odpowiedzi na pytania otwarte i zamknięte
w.f.	<p>Oceniamy możliwości organizmu w marszobiegu na wybranym dystansie, podstawowe ćwiczenia rozgrzewające i wyciszające.</p> <p>Poznajemy zasób ćwiczeń wzmacniających – mm.: brzucha, klatki piersiowej, grzbietu</p> <p>Poznajemy zasób ćwiczeń wzmacniających – mm.: obręczy barkowej, kończyn górnych, kończyn dolnych.</p> <p>Kształtowanie wytrzymałości – rozruch w terenie – proponowane plany treningowe dla początkujących</p> <p>Ćwiczenia metodą obwodu stacyjnego. Czym jest obwód stacyjny, czy crossfit to rodzaj obwodu stacyjnego?</p>	Treści przesyłane przez e-dziennik oraz dodatkowo umieszczane na facebooku Reytan Sport	Ustalenie oceny na zajęciach w szkole / test

	<p>Proponowany obwód do wykonania w domu. Ćwiczenia rytmizujące, rozwijamy pamięć ruchową, kształtujemy estetykę i elegancję ruchu. Przykładowe ćwiczenia przy muzyce do wykonania w domu. Poznajemy zasób ćwiczeń korekcyjno-kompensacyjnych i gibkościowych. Wybór i wykonanie własnego zestawu ćwiczeń . Wdrażamy się do samodoskonalenia sprawności fizycznej. Na podstawie przykładowych tygodniowych planów treningowych stworzymy zindywidualizowany zestaw ćwiczeń</p>		
godz. wych.			

**w językach obcych, informatyce i zajęciach wychowania fizycznego pomocą dla uczniów przy identyfikacji grupy są podane inicjały nauczyciela*

klasa 1F			
Przedmiot*	Planowany materiał do realizacji/ treści nauczania (od 25 marca do 10 kwietnia)	Sposób komunikowania się z uczniami/ kształcenie na odległość	Sposób weryfikacji wiedzy uczniów/ ustalenia ocen
język polski	<p>Późne średniowiecze. Twórczość Kochanowskiego: wybrane fraszki, pieśni i całość Trenów. Dramaty Szekspira.</p>	<p>poczta elektroniczna, e-dziennik</p>	<p>Wypracowania domowe i ćwiczenia przesyłane drogą mailową. Oceny wg szkolnego systemu dotyczącego prac domowych.</p>
język angielski	<p><u>grupa 1 (MH)</u> Frankenstein story – reading/vocabulary, idiomatic expressions, review 4 grammar & vocabulary, „Cloning a mammoth” reading and vocabulary tasks, “The word is born” reading and vocabulary exercises</p>	<p>Dziennik internetowy, e-mail</p>	<p>Praca domowa konsultowana przez Internet</p>

	<p><u>grupa 2 (AR)</u> Rozdział 5 podręcznika „insight”(tematyka: , uczenie się języków, powstawanie nowych słów, Szekspir i jego dzieło, gramatyka -czasowniki modalne dla przeszłości i teraźniejszości) oraz aktualności (wirus, nasze życie w czasie pandemii)</p>	E-dziennik, maile, messenger	Prace pisemne przesyłane na mail, wypowiedzi ustne -nagrania messenger
język niemiecki	<p><u>grupa J4 (AW)</u> Dativ-Falle; Präpositionen mit Dativ, Akkusativ; Wechselpräpositionen; Wo, wohin; Mein Lieblingsplatz.</p> <p><u>grupa J8 (PMS)</u> - Freizeit (słownictwo związane z czasem wolnym) - Ostern in Deutschland</p>	E-dziennik, poczta mailowa	Sprawdzanie wykonanych zadań. Test do wypełnienia on-line
język hiszpański	<p><u>grupa J1 (A.B.K)</u> Tryb rozkazujący, transport, czas przyszły</p> <p><u>grupa J2 (K.U.)</u> opisywanie mieszkania / domu - pytania; użycie czasowników ser / estar / haber ćwiczenia c.d.; pisanie krótkiego listu na temat warunków mieszkaniowych; odmiana czasowników nieregularnych w czasie teraźniejszym</p>	Dziennik elektroniczny, e-mail, instalng	Wypracowanie. Sprawdzanie ćwiczeń. Rozumienie ze słuchu. Program instalng (nauka słówek przez internet, mam wgląd w postępy uczniów i wprowadzam nowe słownictwo)
		e-dziennik Zoom	Platforma goformative, dostarczanie prac na maila
		e-dziennik	po 26.03 sprawdzenie pisemnej odpowiedzi na pytania; po 31.03 sprawdzenie

	c.d.;		wykonania ćwiczenia typu "uzupełnij"; po 02.04 sprawdzenie pracy pisemnej – krótkiego listu – napisanej według wzoru;
język rosyjski	Określanie czasu. Konstrukcje służące wyrażaniu obawy. Zwroty i konstrukcje dotyczące zainteresowań. Odmiana i zastosowanie czasownika 'chcieć' Relacjonowanie sposobów spędzania czasu wolnego	Dziennik elektroniczny, mail, messenger	Zadawane prace, odsyłane przez uczniów na maila
język francuski	Podręcznik C'est Parti 1+ zeszyt ćwiczeń Etape6 Miasto i wieś - leksyka, Za i przeciw mieszkaniu, Zalety i wady Tryb rozkazujący Wskazanie i pytanie o drogę, 4 kierunki świata Etape7 Mój dzień opis, Określenie godzin w j. francuskim Czynności dnia codziennego Czasowniki zwrotne, Odmiana i użycie Opis mojego dnia codziennego i weekendu Etape8 Pogoda, Wyrażenia opisujące pogodę w 4 porach roku Nazwy 12 miesięcy	e-dziennik, poczta elektroniczna	Zaległe wypracowanie pt."Mój dom/Moje mieszkanie" (dla tych, którzy nie oddali w terminie) Odpowiedzi na pytania na zrozumienie tekstów Opis mojego dowolnego dnia (dokładnie z godzinami) Lub weekendu na ocenę - jako prace domowe pisemne Opis pogody w 4 porach roku na ocenę jako praca domowa
historia	-Europa pod okupacją. -Praca z tekstem źródłowym -Wielka koalicja. -Przełom na frontach.	-Dziennik elektroniczny. -Utworzenie grupy na Messenger. - Microsoft teams.	- Tekst źródłowy. - Odpowiedzi i aktywność w czasie zajęć.

	- Sprawa polska w latach 1939-1943. -W okupowanej Polsce. -Powtórzenie wiadomości.		
wos	-Organy ścigania. -Nioletni wobec prawa. -Czym są prawa człowieka?	-Dziennik elektroniczny. -Utworzenie grupy na Messenger. - Microsoft teams	- Referat - Odpowiedzi i aktywność w czasie zajęć.
wiedza o kulturze	Analiza dzieła malarskiego, omówienie filmu - forma i treść, Współcześni twórcy teatralni i formy teatralne. Język fotografii, omówienie dzieła fotograficznego - treść i forma.	dziennik internetowy	zadane prace, wypracowania
matematyka	Geometria – trójkąty - 7 h Łącznie z powtórzeniem Trygonometria kąta wypukłego - 9 h	Classroom Poczta elektroniczna Dziennik internetowy	Systematyczne prace domowe Prace sprawdzające
fizyka	1 Elementy fizyki atomu – opis teoretyczny 2 Rozpady promieniotwórcze – alfa beta i gamma 3 Zadania ze zbioru dotyczące powyższych zagadnień	Przez pocztę – adres juliuszbenias@poczta.onet.pl	Uczniowie wykonują notatki, skanują, a nauczyciel sprawdza poprawność rozwiązań
chemia	Żywność	Microsoft Teams i Google Classroom	Punkty przyznawane za prace na platformie Google Classroom
biologia	Biotechnologia kontynuacja	poczta elektroniczna	Przesyłanie prac/skany prac, oceny za pracę domową, projekt wykonywany w domu. Uzupełnione karty pracy ucznia

informatyka	<u>grupa I (J.K.)</u> 1)Praca klasowa „Ms Excel” 2)Tworzenie prezentacji w Power Point 3) Zastosowanie animacji	-e-dziennik -e-mail -Skype -MS Teams	Ocenianie prac domowych z Excela zgodnie z zasadami ustalonymi na początku roku Ocenianie prac klasowych Ocenianie prezentacji nadesłanej przez uczniów
	<u>grupa II (K.D.)</u> 1. Zbieranie materiałów do własnej prezentacji w Power Point 2. Obróbka materiałów do własnej prezentacji w Power Point 3. Tworzenie własnej prezentacji w Power Point	e-mail dziennik elektroniczny	Nadesłane materiały na e-mail
geografia	Główne obszary upraw Chów zwierząt na świecie Leśnictwo i gospodarka morska	Kontakt przez dziennik elektroniczny i kontakt mailowy	Uczniowie otrzymują mailowo testy (w wersji word) i odsyłają je po wypełnieniu.
podstawy przedsiębiorczości	- Prawa i obowiązki pracodawcy i pracownika – czyli o prawie i regulaminach. - Dział 4 (6 tematów).	-Dziennik elektroniczny -Utworzenie grupy na Messenger. - Microsoft teams.	-Projekt w grupach. - Praca pisemna. - Odpowiedzi i aktywność w czasie zajęć.
e.d.b.	Podstawowe wiadomości z zakresu pierwszej pomocy: Tamowanie krwotoków. Urazy kości i stawów	Poczta elektroniczna i e-dziennik	Ocenianie przesłanych prac i ćwiczeń
religia	- Przypowieść o robotnikach w winnicy(praca z tekstem). - Syn człowieczy. - Syn Boży – prawdziwy Bóg. - Jezus Głową Kościoła. - Niedziela Palmowa. - Triduum Paschalne.	Temat, zagadnienia, ewentualne refleksje lub zadania przez e-dziennik. Kontakt z uczniem i jego odpowiedzi (prace) przez pocztę elektroniczną.	- Zadane prace pisemne. - Aktywność w czasie zajęć.
etyka	Przykłady współczesnych przejawów kryzysu moralnego i dylematów w zakresie wyborów moralnych.	Dziennik elektroniczny vulcan; wiadomości mailowe z linkami do materiałów edukacyjnych	Esej, odpowiedzi na pytania otwarte i zamknięte

w.f.	<p>Oceniamy możliwości organizmu w marszobiegu na wybranym dystansie, podstawowe ćwiczenia rozgrzewające i wyciszające.</p> <p>Poznajemy zasób ćwiczeń wzmacniających – mm.: brzucha, klatki piersiowej, grzbietu</p> <p>Poznajemy zasób ćwiczeń wzmacniających – mm.: obręczy barkowej, kończyn górnych, kończyn dolnych.</p> <p>Kształtowanie wytrzymałości – rozruch w terenie – proponowane plany treningowe dla początkujących</p> <p>Ćwiczenia metodą obwodu stacijnego. Czym jest obwód stacyjny, czy crossfit to rodzaj obwodu stacijnego?</p> <p>Proponowany obwód do wykonania w domu.</p> <p>Ćwiczenia rytmizujące, rozwijamy pamięć ruchową, kształtujemy estetykę i elegancję ruchu. Przykładowe ćwiczenia przy muzyce do wykonania w domu.</p> <p>Poznajemy zasób ćwiczeń korekcyjno-kompensacyjnych i gibkościowych. Wybór i wykonanie własnego zestawu ćwiczeń .</p> <p>Wdrażamy się do samodoskonalenia sprawności fizycznej. Na podstawie przykładowych tygodniowych planów treningowych tworzymy zindywidualizowany zestaw ćwiczeń.</p>	Treści przesyłane przez e-dziennik oraz dodatkowo umieszczane na facebooku Reytan Sport	Ustalenie oceny na zajęciach w szkole / test
godz. wych.			

**w językach obcych, informatyce i zajęciach wychowania fizycznego pomocą dla uczniów przy identyfikacji grupy są podane inicjały nauczyciela*

klasa 1G			
Przedmiot*	Planowany materiał do realizacji/ treści nauczania (od 25 marca do 10 kwietnia)	Sposób komunikowania się z uczniami/ kształcenie na odległość	Sposób weryfikacji wiedzy uczniów/ ustalenia ocen
język polski	<ul style="list-style-type: none"> - Podsumowanie wiedzy na temat renesansu (test sprawdzający 25.03.br. tylko dla klasy 1.B; w 1.G test już zrealizowany, w 1.E test odbędzie się w najbliższym terminie). - Kryzys renesansu i jego zapowiedź w literaturze. 	e-dziennik oraz e-mail	Testy sprawdzające, tematy zadane do samodzielnego opracowania w formie kart

	<ul style="list-style-type: none"> - Sztuka baroku i literatura epoki. - Kultura sarmacka. - „Świętoszek” Moliera. - Podsumowanie wiedzy o epoce. 		pracy.
język angielski	<p><u>grupa I (DK)</u> Unit 3 Solutions Gold Upper</p> <p><u>grupa II (JU)</u> Materiał zgodnie z programem nauczania dla OnScreen B2+ i materiały dodatkowe: podsumowanie Module: 3 i rozpoczęcie Module 4</p>	<p>Discord, edmodo, messenger</p> <p>- stały kontakt z uczniami przez komunikator messenger</p> <p>- istniejące zamknięte grupy na facebook</p> <p>- zajęcia online z wykorzystaniem platform: zoom i whereby</p>	<p>Rozmowy online, wypracowania, test na edmodo</p> <p>Uczniowie zaakceptowali ustalenia i dodatkowe sposoby oceniania:</p> <p>a) quizy ze słownictwa online, waga 1</p> <p>b) krótka prezentacja video na zadany temat: waga 3</p> <p>c) odpowiedź ustna na zadany temat: waga 2</p>
język niemiecki	<p><u>grupa J4 (A.W.)</u> Dativ-Falle; Prapositionen mit Dativ, Akkusativ; Wechselprapositionen; Wo, wohin; Mein Lieblingsplatz.</p> <p><u>grupa J8 (P.M.S.)</u> -Freizeit (słownictwo związane z czasem wolnym) - Ostern in Deutschland</p>	<p>E-dziennik, poczta mailowa</p> <p>E-dziennik Zoom</p>	<p>Sprawdzanie wykonanych zadań. Test do wypełnienia on-line.</p> <p>Platforma goformative, dostarczanie prac na maila</p>
język hiszpański	<p><u>grupa J1 (A.B.K)</u> Tryb rozkazujący, transport, czas przyszły</p>	<p>Dziennik elektroniczny, email, instaling</p>	<p>Wypracowanie. Sprawdzanie ćwiczeń. Rozumienie ze słuchu. Program instaling (nauka</p>

	<p><u>grupa J2 (K.U.)</u> opisywanie mieszkania / domu - pytania; użycie czasowników ser / estar / haber ćwiczenia c.d.; pisanie krótkiego listu na temat warunków mieszkaniowych; odmiana czasowników nieregularnych w czasie teraźniejszym c.d.;</p>	e-dziennik	<p>słówek przez internet, mam wgląd w postępy uczniów i wprowadzam nowe słownictwo)</p> <p>po 26.03 sprawdzenie pisemnej odpowiedzi na pytania; po 31.03 sprawdzenie wykonania ćwiczenia typu "uzupełnij"; po 02.04 sprawdzenie pracy pisemnej – krótkiego listu – napisanej według wzoru;</p>
język rosyjski	<p>Określanie czasu. Konstrukcje służące wyrażaniu obawy. Zwroty i konstrukcje dotyczące zainteresowań. Odmiana i zastosowanie czasownika ‘chcieć’ Relacjonowanie sposobów spędzania czasu wolnego</p>	Dziennik elektroniczny, mail, messenger	Zadawane prace, odsyłane przez uczniów na maila
język francuski	<p>Podręcznik C'est Parti 1+ zeszyt ćwiczeń Etape6 Miasto i wieś - leksyka, Za i przeciw mieszkaniu, Zalety i wady Tryb rozkazujący Wskazanie i pytanie o drogę, 4 kierunki świata Etape7 Mój dzień opis, Określenie godzin w j. francuskim Czynności dnia codziennego Czasowniki zwrotne, Odmiana i użycie Opis mojego dnia codziennego i weekendu Etape8</p>	e-dziennik, poczta elektroniczna	<p>Zaległe wypracowanie pt. "Mój dom/Moje mieszkanie" (dla tych, którzy nie oddali w terminie) Odpowiedzi na pytania na zrozumienie tekstów Opis mojego dowolnego dnia (dokładnie z godzinami) Lub weekendu na ocenę -</p>

	Pogoda, Wyrażenia opisujące pogodę w 4 porach roku Nazwy 12 miesięcy		jako prace domowe pisemne Opis pogody w 4 porach roku na ocenę jako praca domowa
historia	Polska w latach 1943–1945. Świat po II wojnie światowej 1945 – 1949. *Operacja „Burza”. Powstanie Warszawskie. *Sytuacja polityczna Polski w 1945 roku. *Sprawa polska na konferencji Poczdamskiej. *Kształtowanie się powojennego ładu - sytuacja polityczna w Europie i na świecie po II wojnie. Zmiana układu sił na świecie. *Problem dwóch państw niemieckich. *Rywalizacja ZSRR i USA.	Prace pisemne przesyłane na e-dziennik i na pocztę elektroniczną	Ustalane na podstawie prac nadsyłanych pocztą elektroniczną lub przez e-dziennik – wg kryteriów ustalonych na początku roku szk. – zgodność odpowiedzi z pytaniem, samodzielne wykonanie pracy, rzeczowość.
wos	-struktura i charakterystyka sądów i trybunałów -postępowanie sądowe-karne, cywilne i administracyjne	e-dziennik , maile klasowe	Oceniane przesłane prace domowe
wiedza o kulturze	Analiza dzieła malarskiego, omówienie filmu - forma i treść, Współcześni twórcy teatralni i formy teatralne. Język fotografii, omówienie dzieła fotograficznego - treść i forma.	dziennik internetowy	zadane prace, wypracowania
matematyka	Trygonometria – definicje, tożsamości, wzory redukcyjne	e-dziennik oraz poczta elektroniczna	Sprawdziany
fizyka	1 Elementy fizyki atomu – opis teoretyczny 2 Rozpady promieniotwórcze – alfa beta i gamma 3 Zadania ze zbioru dotyczące powyższych zagadnień	Przez pocztę – adres juliuszbienias@poczta.onet.pl	Uczniowie wykonują notatki, skanują, a nauczyciel sprawdza poprawność rozwiązań
chemia	Żywność	Microsoft Teams i Google Classroom	Punkty przyznawane za prace na platformie Google

			Classroom
biologia	Biotechnologia kontynuacja	poczta elektroniczna	Przesyłanie prac/skany prac, oceny za pracę domową, projekt wykonywany w domu Uzupełnione karty pracy ucznia
informatyka	1)Praca klasowa „Ms Excel” 2)Tworzenie prezentacji w Power Point 3) Zastosowanie animacji	-e-dziennik -e-mail -Skype -MS Teams	Ocenianie prac domowych z Excela zgodnie z zasadami ustalonymi na początku roku Ocenianie prac klasowych Ocenianie prezentacji nadesłanej przez uczniów
geografia	Główne obszary upraw Chów zwierząt na świecie Leśnictwo i gospodarka morską	Kontakt przez dziennik elektroniczny i kontakt mailowy	Uczniowie otrzymują mailowo testy (w wersji word) i odsyłają je po wypełnieniu.
podstawy przedsiębiorczości	Projekt biznesplanu przedsiębiorstwa	Poczta elektroniczna i dziennik	Ocenianie przesłanych prac i ćwiczeń
e.d.b.	Podstawowe wiadomości z zakresu pierwszej pomocy: Tamowanie krwotoków. Urazy kości i stawów	Poczta elektroniczna i e-dziennik	Ocenianie przesłanych prac i ćwiczeń
religia	Zgodny z programem nauczania nr AZ-4-03/12	Przez dziennik elektroniczny oraz pocztę email	Ocena wykonania zadań przesłanych pocztą email
etyka	Przykłady współczesnych przejawów kryzysu moralnego i dylematów w zakresie wyborów moralnych.	Dziennik elektroniczny vulcan; wiadomości mailowe z linkami do materiałów edukacyjnych	Esej, odpowiedzi na pytania otwarte i zamknięte
w.f.	Oceniamy możliwości organizmu w marszobiegu na wybranym dystansie, podstawowe ćwiczenia rozgrzewające i wyciszające.	Treści przesyłane przez e-dziennik oraz dodatkowo umieszczane na facebooku	Ustalenie oceny na zajęciach w szkole / test

	<p>Poznajemy zasób ćwiczeń wzmacniających – mm.: brzucha, klatki piersiowej, grzbietu</p> <p>Poznajemy zasób ćwiczeń wzmacniających – mm.: obręczy barkowej, kończyn górnych, kończyn dolnych.</p> <p>Kształtowanie wytrzymałości – rozruch w terenie – proponowane plany treningowe dla początkujących</p> <p>Ćwiczenia metodą obwodu stacyjnego. Czym jest obwód stacyjny, czy crossfit to rodzaj obwodu stacyjnego?</p> <p>Proponowany obwód do wykonania w domu.</p> <p>Ćwiczenia rytmizujące, rozwijamy pamięć ruchową, kształtujemy estetykę i elegancję ruchu. Przykładowe ćwiczenia przy muzyce do wykonania w domu.</p> <p>Poznajemy zasób ćwiczeń korekcyjno-kompensacyjnych i gibkościowych. Wybór i wykonanie własnego zestawu ćwiczeń .</p> <p>Wdrażamy się do samodoskonalenia sprawności fizycznej. Na podstawie przykładowych tygodniowych planów treningowych tworzymy zindywidualizowany zestaw ćwiczeń.</p>	Reytan Sport	
godz. wych.			

**w językach obcych, informatyce i zajęciach wychowania fizycznego pomocą dla uczniów przy identyfikacji grupy są podane inicjały nauczyciela*