

Klasa 8a 12.04.2021

Lekcja 1 język angielski 2 grupa- TEAMS

Topic: Rozwiązywanie zadań egzaminacyjnych. KNO- dodatkowy plik

Lekcja 1 WF gr. 1 - TEAMS

Temat: Jak usprawnić kręgosłup w domu. KNO.

<https://www.youtube.com/watch?v=EoQvL9vVWW4>

Lekcja 2 chemia- TEAMS

Dzisiejszy temat zajęć to: **Podsumowanie wiadomości o pochodnych węglowodorów.**
Proponuję kartę pracy, którą omówimy na lekcji:

KARTA PRACY

1. Uzupełnij tabelkę

Nazwa	Wzór półstrukturalny
Maślan metylu	
Glicerol	
	$C_{15}H_{31}COOH$
	$CH_3-CH_2-CH_2-C \begin{matrix} \nearrow O \\ \searrow OH \end{matrix}$
Octan potasu	
	$CH_3CH_2CH_2OH$

2. Wskaż zdanie prawdziwe

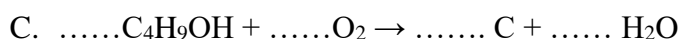
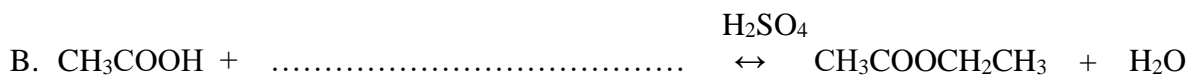
- A. Grupa karboksylowa nie jest charakterystyczna dla związków nazywanych kwasami karboksylowymi.
- B. We wzorze każdego kwasu karboksylowego musi występować przynajmniej jedna grupa metylowa.
- C. Kwas metanowy jest składnikiem jadu mrówek i pszczoł.
- D. Wszystkie odpowiedzi są prawdziwe.

3. Przyporządkuj podane równania (A–D) do odpowiednich typów reakcji chemicznych. Wpisz znak X we właściwe miejsca w tabeli.

- A. $\text{HCOOH} \xrightleftharpoons{\text{H}_2\text{O}} \text{HCOO}^- + \text{H}^+$
- B. $2 \text{HCOOH} + \text{Na}_2\text{O} \rightarrow 2 \text{HCOONa} + \text{H}_2\text{O}$
- C. $2 \text{CH}_3\text{COOH} + 2 \text{Na} \rightarrow 2 \text{CH}_3\text{COONa} + \text{H}_2\uparrow$
- D. $\text{C}_{15}\text{H}_{31}\text{COOH} + \text{KOH} \rightarrow \text{C}_{15}\text{H}_{31}\text{COOK} + \text{H}_2\text{O}$

Typ reakcji chemicznej	Równanie reakcji chemicznej			
	A	B	C	D
Reakcja dysocjacji				
Reakcja otrzymywania mydła				
Reakcja otrzymywania mrówczanu sodu				

4. Uzupełnij poniższe reakcje: (3 pkt)



5. Zdefiniuj podane pojęcia (2 pkt)

A. Estry -

.....
.....
.....

B. Alkohole -

.....
.....
.....

- ❖ Ala przygotowała 100 g 10-procentowego roztworu metanolu. Oblicz, ile gramów oraz ile centymetrów sześciennych metanolu zawiera roztwór o podanym stężeniu. Gęstość metanolu wynosi $d = 0,866 \frac{\text{g}}{\text{cm}^3}$.

Lekcja 3 język polski- TEAMS- osobny plik

Lekcja 4 WOS – zajęcia opiekuńcze zakładka "zajęcia opiekuńcze" na stronie internetowej szkoły

Lekcja 5 fizyka- TEAMS

Temat: Zwierciadła kuliste-konstrukcja obrazu -c.d. KNO.

Dzisiaj kontynuujemy temat z ostatniej lekcji- rysujemy kolejne konstrukcje obrazów w zwierciadle kulistym wklęsłym.

Lekcja 6 matematyka- TEAMS

Temat : Sprawdzian z działu : Graniastosłupy i ostrosłupy. KNO.

Lekcja 7 religia- ZK

Temat: Pokora i pycha w moim rozwoju. KNO.

Witam Was bardzo serdecznie. Niech będzie pochwalony Jezus Chrystus...

Celem naszej katechezy jest poszukiwanie piękna i wartości pokory.

Faryzeusz w czasach Jezusa był uznawany za uosobienie pobożności i prawości życia, celnik zaś był postrzegany jako grzesznik i oszust. Obydwaj przyszli do świątyni, by się modlić. Który z nich powinien bardziej spodobać się Bogu?

„Dwóch ludzi przyszło do świątyni, żeby się modlić, jeden faryzeusz, a drugi celnik. Faryzeusz stanął i tak w duszy się modlił: «Boże, dziękuję Ci, że nie jestem jak inni ludzie: zdybcy, niesprawiedliwi, cudzołóżnicy, albo jak i ten celnik. Zachowuję post dwa razy w tygodniu, daję dziesięcinę ze wszystkiego, co nabywam». A celnik stał z daleka i nie śmiał nawet oczu wznieść ku niebu, lecz bił się w piersi, mówiąc: «Boże, miej litość dla mnie, grzesznika!» Powiadam wam: Ten odszedł do domu usprawiedliwiony, nie tamten”. (Łk 18,10-14a).

Stwierdzenie, że faryzeusz „stanął” oznacza, że stał wyprostowany, tak że był widoczny dla innych. Jeżeli celnik stał z daleka, to znaczy, że faryzeusz był bliżej miejsca świętego w świątyni. Celnik nie śmiał podnieść oczu, co wskazuje, że pochylił się pełen pokory. Dalej mamy postawy typowe dla pokory i pychy: faryzeusz po trzykroć się chwali, a celnik trzykrotnie się unią. Celnik chwali Boga, a faryzeusz samego siebie.

Faryzeusz i celnik są przykładem postaw pychy i pokory. Współcześnie pokora zatraciła swoje pierwotne znaczenie. Przez błędne jej pojmowanie człowiek, który kieruje się w życiu pokorą, jest uważany za nieudacznika, który nie ma swojego zdania i łatwo się podporządkowuje innym. Jest to błędne rozumienie pokory. We wszelkich relacjach międzyludzkich zaczyna królować pycha.

Siedem grzechów głównych: pycha, chciwość, nieczystość, zazdrość, nieumiarkowanie w jedzeniu i picciu, gniew, lenistwo.

– Dlaczego pycha jest umieszczona na pierwszym miejscu?

Święty Jan Kasjan, układając listę grzechów głównych, na pierwszym miejscu umieścił pychę, od której biorą początek wszystkie inne grzechy. Czym jest pycha?

„Pycha to bezkrytyczne, wysokie mniemanie o sobie, dumne wynoszenie się ponad innych (...), człowiek pyszny, który chełpi się swoimi złudnymi czy nawet rzeczywistymi wartościami, niekiedy wręcz uniemożliwia budowanie więzi międzyludzkich, dezorganizuje życie społeczne. Wszystko bowiem, co przedsięwzię, czyni przede wszystkim ze względu na siebie, dla własnej chwały i dlatego do innych odnosi się zawsze z lekceważeniem i pogardą, zwłaszcza gdy ich racje przeważają nad jego osobistymi racjami. Nie zna on bezinteresownego poświęcenia się dla bliźnich, obca jest mu tolerancja i nie potrafi z niezbędnym krytycyzmem spojrzeć na siebie, choć nie ma miary w krytycznym ocenianiu intencji i poczynań współbraci”.

(T. Sikorski, Pycha, w: Słownik teologiczny, red. A. Zuberbier, Katowice 1989, s. 178-179)

Przeciwieństwem pychy jest pokora, o której pisze św. Paweł:

„Jeśli więc jest jakieś napomnienie w Chrystusie, jeśli jakaś moc przekonująca Miłości, jeśli jakiś udział w Duchu, jeśli jakieś serdeczne współczucie – dopełnijcie mojej radości przez to, że będziecie mieli te same dążenia: tę samą miłość i wspólnego ducha, pragnąc tylko jednego, a niczego nie pragnąc dla niewłaściwego współzawodnictwa ani dla próżnej chwały, lecz w pokorze oceniając jedni drugich za wyżej stojących od siebie. Niech każdy ma na oku nie tylko swoje własne sprawy, ale też i drugich” . (Flp 2,1-4)

„Prawdziwa pokora nie ma nic wspólnego z kompleksem niższości. Wręcz przeciwnie: pokora wymaga odwagi. Pokora bowiem łączy się ściśle ze służbą. Kto chce służyć innym, musi być odważny, bo w służbie będzie trzeba często płynąć pod prąd. Prościej jest oczywiście poddać się biegowi rzeczy i nic nie robić, ale znacznie trudniej jest zakasać rękawy i poświęcić się służbie dla drugich. Ten, kto służy, musi stanąć po stronie słabych i upokarzanych, a to wymaga od niego odwagi; musi zapomnieć o nagrodzie i liczyć się z upokorzeniami”.

(A. Kalbarczyk, Wzór pokory, , dostęp: 25.07.2014)

Takie same postawy jak faryzeusza i celnika spotkamy współcześnie. Również dzisiaj są tacy, którzy robią wszystko, by w oczach innych byli uznawani za lepszych, i tacy, którzy grzeszą, ale mają świadomość swojej grzeszności i pragną za nią Boga przeprosić.

Lekcja 8 WF gr. 2 - TEAMS

Temat: Trening cardio- co to jest? KNO.

Trening cardio to ćwiczenia wytrzymałościowe dotleniające organizm, poprawiające pracę układu krążenia oraz kondycję organizmu. Trening cardio nazywany jest też treningiem tlenowym. Zwiększa ilość oddechów na minutę oraz przyspiesza tętno, co sprawia, że komórki i tkanki mięśniowe są lepiej dotlenione.

Tutaj polecam trening w którym nie ma skoków i tupania czyli tzw. „ciche cardio” które nie przeszkadza domownikom oraz w mniejszym stopniu obciąża kolana. Polecam! ☺

<https://www.youtube.com/watch?v=4QtUcQamleM> – ciche cardio