

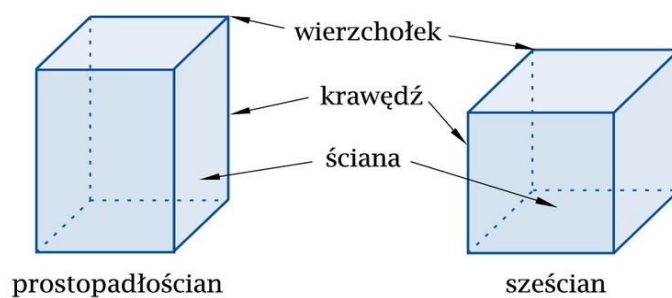
## Matematyka

Temat: Przykłady graniastosłupów. KNO.

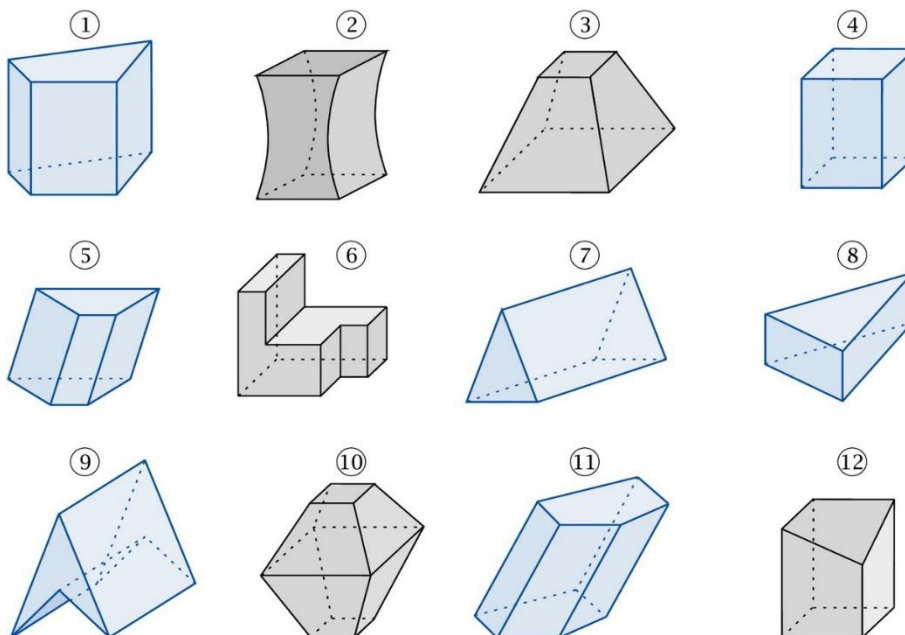
Dzisiaj zaczynamy lekcje z geometrii przestrzennej. Zaczniemy od teorii.

Zapewne pamiętasz, jak wyglądają prostopadłościany i sześciany. Ściany prostopadłościanu są prostokątami. Ściany sześcianu są przystającymi kwadratami.

Przypomnijmy sobie ich budowę.



A co to były graniastosłupy? Na rysunku przedstawiono różne modele figur przestrzennych. Figury zaznaczone na niebiesko to **graniastosłupy**.



W każdym graniastosłupie można wskazać:

- dwie podstawy, które są równoległymi i przystającymi wielokątami
- ściany boczne, które są równoległobokami

**Uwaga !**

Krawędzie boczne graniastosłupa mają jednakową długość i są równoległe.

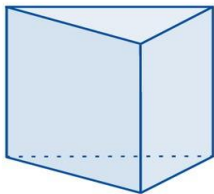
Wśród graniastosłupów wyróżniamy graniastosłupy proste, pochyłe, prawidłowe.

Pamiętasz jak wyglądają ?

**Graniastosłup prosty** to taki, w którym krawędzie boczne są prostopadłe do podstaw. Ściany boczne są prostokątami.

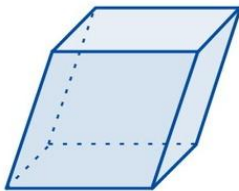
**Uwaga !**

Prostopadłościan jest graniastosłupem prostym czworokątnym. Podstawą prostopadłościanu może być dowolna ściana.



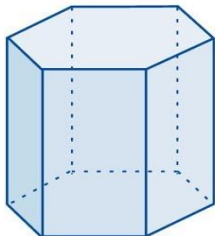
graniastosłup prosty  
trójkątny

Graniastosłup , który nie jest prosty , nazywamy **pochyłym**. W graniastosłupie pochyłym krawędzie boczne nie są prostopadłe do podstaw.



graniastosłup pochyły  
czworokątny

I trzeci ważny graniastosłup to graniastosłup **prawidłowy**. W tym graniastosłupie podstawą jest wielokąt foremny( np. trójkąt równoboczny, kwadrat, sześciokąt foremny). Ściany boczne są przystającymi prostokątami.



graniastosłup prawidłowy  
sześciokątny

Sporządź w zeszycie notatkę z dzisiejszej lekcji.

Z podręcznika wykonaj zad 1/ str 266.

**Chemia – w załączniku**

**Język polski**

Temat: Potęga nadziei – KNO

**Lekcja on-line Teams, godz. 12.00 – zapraszam ☺**

Kilka wcześniejszych lekcji poświęciliśmy tematyce związanej z nadzieją, dzisiaj idziemy dalej. Poznacie na tej lekcji, a może już mieliście okazję poznać tę osobę, wyjątkowego naukowca – Stephena Hawkinga.

Pewnie poniższa fotografia uświadomi Ci, o kim mowa:



1. Zapoznaj się z informacjami poniżej, fotografiami i fragmentem biografii zamieszczonej w Twoim podręczniku str. 303-304 Stephen Hawking, Moja krótka historia (fragmenty).

Pacjenci ze stwardnieniem zanikowym bocznym przeżywają maksymalnie 10 lat. Stephen Hawking dożył 76. roku życia. Miał 21 lat, kiedy została zdiagnozowana u niego ALS, chorobę neurodegeneracyjną prowadzącą do całkowitego paraliżu. Dawano mu dwa, trzy lata życia. Do swojej śmierci zajmował się nim jako lekarz jego ojciec. Opiekę nad chorym mężem sprawowała również jego pierwsza żona Jane Wilde.

Hawking był całkowicie sparaliżowany. Wybitny astrofizyk z powodu choroby przez większość życia był przykuty do wózka inwalidzkiego. Każda inna choroba w połączeniu z ALS, np. zapalenie płuc, była dla niego bardzo groźna. W wyniku jednej z nich całkowicie

stracił mowę. Ze światem porozumiewał się za pomocą syntezatora mowy, do którego wprowadzał wypowiedzi poprzez wirtualną klawiaturę. Pacjenci z ALS przeżywają maksymalnie 10 lat. Mimo bardzo zaawansowanej choroby Hawking stale występował publicznie i prowadził badania naukowe. Założył rodzinę. Stephen Hawking zmarł 14 marca 2018 r., w wieku 76. lat.

Pomimo choroby, która sparaliżowała jego ciało, pozostawiając sprawny umysł - Stephen Hawking był jednym z najbardziej rozpoznawalnych naukowców na świecie. W czasie blisko 50-letniej kariery naukowej, mimo ciężkiej choroby, Hawking zajmował się dogłębnym badaniem i analizą głównie czarnych dziur i grawitacją kwantową. Przygotował i opracował z Rogerem Penrose'em (angielski fizyk i matematyk), twierdzenia dotyczące istnienia osobliwości w ogólnej teorii względności Alberta Einsteina i teoretyczny dowód na to, że czarne dziury (obszar czasoprzestrzeni) powinny emitować promieniowanie, znane i określane dziś, jako promieniowanie Hawkinga lub Bekensteina–Hawkinga.

Jego ulubioną piosenką było "Have I Told You Lately" Roda Stewarta, uważał że najbardziej intrygującą tajemnicą świata są... kobiety.

**Zredaguj do zeszytu notatkę o bohaterze naszej dzisiejszej lekcji(10-15 zdań), starannie kolorem(innym niż niebieski) i wpisz do zeszytu poniższe cytaty S. Hawkinga:**

„Irytowanie się na moją niesprawność byłoby stratą czasu. Ludzie nie mają czasu dla kogoś, kto się zawsze złości lub narzeka. Trzeba iść ze swym życiem do przodu i myślę, że udawało mi się to nieźle”.

„Zacząłem myśleć o czarnych dziurach, kiedy kładłem się do łóżka. Moje inwalidztwo sprawia, że jest to bardzo powolny proces, więc miałem wiele czasu”.

## **Zajęcia z wychowawcą**

Temat: Spostrzeżenia w kierunku dorosłości. KNO. Widzimy się o g. 11.30 na platformie teams.

## **WF- dziewczynki**

Temat: LA – Biegi krótkie, doskonalenie startu niskiego.

**Lekkoatletyka** (także **lekka atletyka**) – jedna z najstarszych dyscyplin sportu, oparta na naturalnym ruchu.

Podstawowe konkurencje lekkoatletyczne to: biegi, skoki, rzuty.

Dzisiaj zajmiemy się biegami.

**Biegi** w konkurencjach lekkoatletycznych dzielą się na:

- sprinty (biegi krótkie),
- biegi średnie,
- biegi długie,
- biegi przez płotki.

**Sprint** to bieg na krótkich dystansach:

- 60 metrów (hala),
- 100 metrów,
- 200 metrów,
- 400 metrów,
- sztafety 4 × 100 metrów
- sztafeta 4 × 400 metrów.

Zawodnicy startują na sygnał (strzał) startera z bloków startowych. Każdy zawodnik biegnie po swoim torze (przed zawodami odbywa się losowanie torów albo też numer toru przydzielonego zawodnikowi wynika z miejsca, które zajął on w biegu eliminacyjnym). O kolejności na mecie decyduje pierś zawodnika.

W biegach sztafetowych biorą udział zespoły czteroosobowe, konkurencja polega na biegu z pałeczką sztafetową trzymaną w dłoni. Zawodnicy podczas zmian przekazują sobie pałeczkę w wyznaczonej strefie zmian. Zgubienie pałeczki lub przekroczenie strefy zmian równoznaczne jest z dyskwalifikacją sztafety.

Start niski

Start niski wykonuje się przed biegami krótkimi za wyjątkiem sztafety w której jedynie zawodnik biegnący jako pierwszy startuje z bloków startowych.

#### Ustawienie bloków

Przyjmuje się, że przednia podpórka bloku startowego powinna być ustawiona w odległości około 2 stóp od linii startowej, a podpórka tylna o jedną stopę za nią.

#### Komendy

Komendy są następujące: „na miejsca”, „gotów” i *strzał z pistoletu*.

„na miejsca”:

- Biegacz przyjmuje pozycję klęku podpartego jedno nogą na nodze zakroczonej, opierając stopy o ścianki bloków, a dłonie (kciuk i wyraźnie rozwarty palec wskazujący, do którego przylegają wyprostowane pozostałe palce) ustawione są przed linią startową na szerokości barków.
- Kończyny górne wyprostowane w stawach łokciowych ustawione niemalże pionowo.
- Głowa swobodnie opuszczona w dół
- Równomierne rozmieszczenie masy ciała na wszystkie punkty podparcia – umożliwia to rozluźnienie mięśni.

„gotów”:

- Biegacz wolnym ruchem unosi biodra nieco powyżej poziomu barków
- Przenosi masę ciała na kończyny górne

„strzał”:

- Biegacz energicznie odbija się rękoma od bieżni
- Wykonuje zdecydowany ruch barkami w przód ku górze
- Rozpoczyna odbicie z bloków startowych równocześnie obiema nogami
- Noga zakroczna zostaje energicznie przeniesiona w przód
- Pracę nóg wspomaga naprzemianstronny obszerny wymach ramionami

W czasie pierwszych kroków, tułów jest mocno pochylony do przodu. Stopy przenoszone nisko nad podłożem.





ZADANIE: [https://www.youtube.com/watch?v=S5T\\_JCx2b3s-](https://www.youtube.com/watch?v=S5T_JCx2b3s-) Obejrzyj jak nasza polska sprinterka Ewa Swoboda wygrywa bieg na 100m.

Spróbuj wykonać start niski. W domu ustaw sobie linię i spróbuj wykonać start niski bez biegu oczywiście 😊Możesz zrobić sobie zdjęcie i mi wysłać 😊 M. Araszkiwicz Hanka1936@op.pl

## **WF- chłopcy**

Temat :Ocena budowy ciała, obliczanie BMI.KNO.

<https://www.youtube.com/watch?v=02Y8Hygrzmo>

## **Religia**

Temat: Raz lubię, raz nie. Ambiwalencja uczuć – KNO.

Witam serdecznie :) Szczęść Boże :)

Na dzisiejszej katechezie spróbujemy odpowiedzieć na pytania:

- Dlaczego jednego dnia kogoś bardzo lubię i dla tej osoby mogę zrobić wszystko, a następnego już nie?
- Dlaczego tak jest?
- Co wpływa na nasze postawy?

Zakres uczuć jest szeroki. Każdy z nas mógłby dopisać chociażby stan, w którym znajduje się w tej chwili. Na co dzień w potocznych wypowiedziach wiele rodzajów uczuć mieści się pomiędzy „fajnie” a „kiepsko”, między „miłością” a nienawiścią” czy też pomiędzy „szczęściem” i „nieszczęściem”.

- Co to są uczucia?

Człowiek uczy się okazywać uczucia przez całe swoje życie. Małe dzieci okazują je bardzo spontanicznie i krótkotrwale, np. płaczem lub śmiechem. W trakcie dorastania nasze zachowanie jest kształtowane przez nagrody i kary. Możemy zatem stwierdzić, że uczucia to

pewien psychiczny stan człowieka, nastawienie wewnętrzne, które towarzyszy każdemu naszemu doświadczeniu. Stan ten ujawnia na zewnątrz to, co jest wewnątrz człowieka.

Wszystkie uczucia w człowieku możemy podzielić na dwie kategorie:

- Uczucia pozytywne – to te, które są przyjemne w doświadczeniu: radość, zadowolenie, przyjemność, miłość, entuzjazm. Są one odruchowo i chętnie przez nas akceptowane, przyjmowane i mówią o przeżywaniu stanu szczęścia.

- Uczucia negatywne – nieprzyjemne w przeżywaniu to: gniew, zazdrość, złość, wstręt, niechęć, odraza, niezadowolenie. Uczucia te są przykre. Często to, co robimy pod ich wpływem, przeszkadza nam w drodze do Boga i w relacjach międzyludzkich. Są one przez nas odruchowo odrzucane i stają się źródłem naszego stanu nieszczęścia.

- Uczucia są moralnie obojętne, czyli nie są one ani dobre ani złe. Dopiero to, co robimy pod wpływem naszych uczuć, może prowadzić do cierpienia innych, a tym samym do grzechu lub do szczęścia naszego oraz innych osób i prowadzić do świętości.

W życiu większości towarzyszą nam uczucia od radości i szczęścia do smutku czy przygnębienia. Mówimy „strach paraliżuje”, „szczęście uskrzydla”.

– Kiedy uczucia „odbierają ludziom rozum i możliwość racjonalnego zachowania się”?

Lęk, zazdrość, gniew, wrogość, zadowolenie i każde inne uczucie jest we mnie, ale ja sam nie jestem lękiem, wrogością, zadowoleniem. Wydaje się to być stwierdzeniem oczywistym, a jednak w codziennych zachowaniach reagujemy tak, jakbyśmy byli skazani na uleganie naszym odruchom uczuciowym.

W wybranych fragmentach Pisma Świętego spróbujmy odczytać zachowanie i stany emocjonalne występujących w nich postaci.

- „Jezus zapłakał. Żydzi więc mówili: «Oto jak go miłował!» Niektórzy zaś z nich powiedzieli: «Czy Ten, który stworzył oczy niewidomemu, nie mógł sprawić, by on nie umarł?». A Jezus, ponownie okazując głębokie wzruszenie, przyszedł do grobu. Była to pieczara, a na niej spoczywał kamień”. (J 11,35-38)

- „I przyszli do Jerozolimy. [Jezus] wszedłszy do świątyni, zaczął wyrzucać tych, którzy sprzedawali i kupowali w świątyni, powywracał stoły tych, co zmieniali pieniądze, i ławki sprzedawców gołębi; nie pozwolił też, żeby kto przeniósł sprzęt jakiś przez świątynię”. (Mk 11,15-16)

- „Gdy [uczniowie] tak rozmawiali i rozprawiali ze sobą, sam Jezus przybliżył się i siedł z nimi. Lecz oczy ich były jakby przesłonięte, tak że Go nie poznali. On zaś ich zapytał: «Cóż to za rozmowy prowadzicie ze sobą w drodze?» Zatrzymali się smutni”. (Łk 24,15-17)

- „A Pan obrócił się i spojrzał na Piotra. Wspomniał Piotr na słowo Pana, jak mu powiedział: «Dziś, nim kogut zapieje, trzy razy się Mnie wyprzesz». I wyszedłszy na zewnątrz, gorzko zapłakał”. (Łk 22,61-62)



Postacie ukazane w Piśmie Świętym tak jak my przeżywały różne uczucia. Ludzie, z którymi się spotykamy na kartach Pisma Świętego, swoje uczucia traktowali w sposób instynktowny jako normalną część życia. Jeśli spojrzymy na samego Jezusa, zobaczymy, że w sytuacji, w której się znalazł, wyrażał swoje uczucia jak wszyscy ludzie: wzruszał się, płakał, a także okazywał gniew.

Uczucia są cennym źródłem informacji o nas samych, o naszych najgłębszych postawach, które kierują naszym życiem. Przeżywane emocje mogą wpływać na nasze relacje i podejmowane przez nas decyzje. Ktoś powiedział, że radość dzielona z drugim człowiekiem jest podwójną radością, a w smutku nie powinniśmy zostać samotni. Ujawnianie uczuć jest bardzo trudne – dlatego ważne jest to, by je wypowiadać przed kimś zaufanym.

Pan Bóg chce, abyś podczas przeżywania różnych emocji miał swoją grupę wsparcia: ludzi, którym możesz zaufać i na których możesz polegać. Nie zapominaj, że sam Bóg chce zostać twoim Przyjacielem, chce być ci potrzebny. Bo mimo różnych twoich zachowań Bóg traktuje cię poważnie i jesteś dla Niego kimś bardzo ważnym.

Uczucia stworzył Bóg dla naszego dobra. Są potrzebne i pożyteczne. Każdy człowiek jest w nie „wyposażony”. Uczucia mówią nam o naszych potrzebach, dają energię do działania i pomagają wycofać się, kiedy jest to słuszne.

## **Historia**

Temat : Utrwalenie wiadomości z rozdziału III ( 2 godziny lekcyjne). KNO.

1. Odpowiedź na pytania ze pytania ze str. 186 – Sprawdź się – 1, 4, 6, 7, 8, ,9
2. Przy wykonywaniu ćwiczeń możesz skorzystać z podsumowania wiadomości ze str. 184 – 185.
3. Nie wysyłaj dzisiaj prac – wyślij odpowiedzi 13.05