



**PROGRAM ZAJĘĆ
DYDAKTYCZNO-WYRÓWNAWCZYCH Z FIZYKI
W LICEUM**

1. Test wstępny diagnozujący poziom wiedzy i umiejętności.
2. Powtórzenie materiału z działów zrealizowanych na lekcjach:
 - Opis ruchu postępowego
 - Siła jako przyczyna zmian ruchu
 - Praca, moc, energia mechaniczna
 - Zjawiska hydrostatyczne
 - Pole grawitacyjne
 - Ruch postępowy i obrotowy bryły sztywnej
 - Drgania i fale mechaniczne
 - Zjawiska termodynamiczne
3. Wyjaśnienie zagadnień nie zrozumianych na lekcjach.
4. Rozwiązywanie zadań analogicznych do rozwiązywanych na lekcjach, utrwalanie umiejętności akcentowanych w zadaniach.
5. Powtarzanie materiału do bieżących sprawdzianów.
6. Rozwiązywanie zadań z arkuszy maturalnych obejmujących zrealizowany materiał.
7. Wyjaśnianie problemów i wątpliwości zgłaszanych przez młodzież.
8. Test końcowy pozwalający ocenić przyrost wiedzy i umiejętności.

Łomża, dnia 3 marca 2017 r.

Realizujący program Bożena Bałwicki



PROGRAM ZAJĘĆ DYDAKTYCZNO-WYRÓWNAWCZYCH Z FIZYKI W GIMNAZJUM

Program przeznaczony jest do realizacji w kl. I gimnazjum, dla uczniów z trudnościami w opanowaniu wiedzy i umiejętności określonych w Podstawie programowej z fizyki.

Cele szczegółowe programu zajęć:

- Wykrywanie przyczyn niepowodzeń, wskazanie mocnych i słabych stron ucznia.
- Utrwalenie umiejętności zdobytych na lekcjach fizyki.
- Uzupełnienie braków w wiadomościach z fizyki.
- Wskazywanie źródeł pomocy przy nauce fizyki.
- Rozwiązywanie zadań analogicznych do zadań rozwiązywanych na lekcjach.
- Rozwiązywanie zadań z arkuszy egzaminu gimnazjalnego.
- Powtarzanie wiadomości z działów zrealizowanych na lekcjach fizyki:
 - 1) Pomiary i jednostki,
 - 2) Siły,
 - 3) Ruch,
 - 4) Siły i ruch,
 - 5) Energia.
- Wyjaśnianie problemów zgłaszanych przez uczniów.
- Wskazywanie przydatności fizyki w życiu codziennym; odwoływanie się do praktycznych zastosowań praw fizycznych.
- Stosowanie ciekawych form pracy i sprawdzania wiedzy (krzyżówki, konkursy, doświadczenia).

Łomża, dnia 3 marca 2017 r.

Realizujący program Bożena Bolesiel

PROGRAM ZAJĘĆ KOŁA NAUKOWEGO Z JĘZYKA ROSYJSKIEGO W I LO W ŁOMŻY

1. Открытка с каникул. Korespondencja, e-mail. Rzeczowniki rodzaju męskiego zakończone na spółgłoskę ж,ш, щ, ч,ц. Określanie narodowości. Rosja – godło, flaga i hymn.
2. В квартире Юры. Miejsce zamieszkania – adres. Liczebniki porządkowe (mianownik i miejscownik). Połączenia rzeczowników z liczebnikami 2,3,4 i zakończonych na 2,3,4. Mieszkanie: pomieszczenia, wyposażenie. Czasowniki спускаться, подниматься. Przymiotniki o temacie zakończonym na к,г,х.
3. Который час? В котором часу? Określanie czasu zegarowego. Dopełniacz liczebników głównych do 30 i porządkowych do 12.
4. Sprawdzian wstępny.
5. День рождения Олега. Święta rodzinne i uroczystości. Składanie życzeń. Czasowniki поздравлять, желать. Wyrażenie друг друга i zaimek себя. Określanie daty. Liczebniki porządkowe od 1 do 31 w rodzaju nijakim. Liczebniki główne do 1000.
6. За покупками. Zakupy w sklepie spożywczym. Formy grzecznościowe. Nazwy artykułów spożywczych, warzyw i owoców. Czasowniki купить, покупать. Rzeczowniki typu: день, покупатель. Przyimki с...до....do określenia czasu trwania czynności.
7. В кино? А может на дискотеку? Spędzanie czasu wolnego: kino, dyskoteka. Tryb rozkazujący 1. i 2. osoby lp. i lm. Przyimek (не)далеко от..., близко от...do określenia bliskości położenia w przestrzeni. Rzeczowniki typu друг.
8. Покупаем технику. W sklepie przemysłowym. Nazwy urządzeń technicznych. Stopień wyższy przymiotników i przysłówków. Odmiana zaimków dzierżawczych.
9. И снова в Россию! Sankt Petersburg – obiekty i zabytki miasta. Formy gramatyczne rzeczowników rodzaju żeńskiego typu: жизнь, площадь, мышь oraz экскурсия. Czasownik ждать.
10. В Мариинском театре. Spędzanie czasu wolnego – teatr. Czasownik петь, спеть. Przyimki за, через w konstrukcjach oznaczających czas.



11. Приятного аппетита! Nazwy potraw i napojów. Typowe potrawy rosyjskie. Zamawianie posiłków. Stopień najwyższy przymiotników i przysłówków. Czasowniki есть, пить. Pisownia przedrostków zakończonych na –з,-с oraz przedrostków с-, от-.
12. Спорт – это здоровье. Kultura fizyczna i sport. Organy wewnętrzne człowieka. Czasowniki бегать, бежать. Zaimki wskazujące.
13. Познакомься со страной! Turystyka. Świat zwierząt i roślin. Środowisko: zagrożenia i ochrona. Czasowniki дать, давать. Formy gramatyczne Ір i Іm przymiotników o temacie zakończonym na ж,ш, ч, щ. Czasowniki z bezokolicznikiem zakończonym na – чь.
14. Новые друзья Юры. Charakterystyka człowieka: wygląd zewnętrzny, cechy charakteru. Krótka i długa forma przymiotnika w funkcji orzecznika.
15. В Москву на поезде. Środki transportu – podróż koleją. Pomieszczenia dworcowe, rozkład jazdy, zakup biletów. Przysłówki typu: по- моему, по-новому, по-польски, по-русски. Formy gramatyczne rzeczowników typu время.
16. В Третьяковке. Czas wolny – muzeum. Wybitni twórcy kultury rosyjskiej – malarze, pisarze. Formy gramatyczne i pisownia nazwisk rosyjskich zakończonych na –ин, –ын, –ов, –ой. Przyimki для, на określające cel i przeznaczenie.
17. На машине по Золотому кольцу. Podróż samochodem: zakup paliwa, awaria – naprawa. Obiekty kulturalne Rosji. Połączenie przyimkowe рядом с... określające bliskość położenia. Formy osobowe czasowników нести, вести, везти. Przyimki от, из-за, по, из określające przyczynę.
18. Душа России. Religia w Rosji. Święta religijne i związane z nimi tradycje. Obiekty sakralne prawosławia. Zaimek весь, вся, всё. Wyrażenia typu: каждый день, каждые две недели. Formy gramatyczne zaimków przeczących никто, ничто, некого, нечего z przyimkami i bez.
19. Отдых в гостинице. Podróże – korzystanie z usług hotelowych. Zaimki какой, который. Formy gramatyczne wyrazów określających ilość: много, немного, несколько.
20. Глобальная деревня. Środki masowej komunikacji: prasa, radio, telewizja, Internet. Formy gramatyczne rzeczowników typu: семья, статья. Formy gramatyczne zaimków nieokreślonych z partykułami –то, –нибудь.
21. Самолётом в Варшаву. Podróż samolotem – wyjazd za granicę. Pieniądze w Rosji, wymiana pieniędzy, karta kredytowa. Konstrukcje przyimkowe за....до....



через....после....określające czas. Formy gramatyczne rzeczowników typu:мать, дочь, путь.

22. Наше будущее.Plany na przyszłość – wybór uczelni, zawodu, miejsca pracy.
Egzaminy. Problemy życiowe współczesnej młodzieży – zagrożenia cywilizacyjne.
Formy trybu rozkazującego3. Osoby(z wyrazami пусть,пускай).

23. Sprawdzian końcowy

24. Podsumowanie pracy, omówienie wyników sprawdzianu, powtórzenie.

Każde zagadnienie przewidziane jest do realizacji na 2 godz. lekcyjnych. W sumie – 48 godzin pracy.

Opracowała

Renata Ciecierska, nauczyciel języka rosyjskiego w I LO w Łomży



Plan pracy koła fizycznego .

1. Działania na wektorach – 2 godz.
2. Własności ruchu, podstawowe wielkości i pojęcia opisujące ruch – 2 godz.
3. Ruch jednostajny prostoliniowy , matematyczny opis ruchu , składanie ruchów, wykresy $x(t)$, $v(t)$ – 2 godz.
4. Rozwiązywanie zadań z ruchu jednostajnego – 4 godz.
5. Ruch jednostajnie zmienny -2 godz.
6. Rozwiązywanie zadań z ruchu jednostajnie zmiennego – 4 godz.
7. Zasady dynamiki Newtona -2 godz.
8. Analiza własności sił występujących w mechanice -2 godz.
9. Rozwiązywanie zadań z dynamiki – 6 godz.
10. Zasada zachowania energii i pędu – 2 godz.
11. Zastosowanie zasady zachowania energii i pędu – 4 godz.
12. Prawo powszechnego ciążenia, opis pola grawitacyjnego, elementy astronautyki-4 godz.
14. Rozwiązywanie zadań z grawitacji – 2 godz.
15. Mechanika bryły sztywnej (moment siły, moment pędu, moment bezwładności, zasady dynamiki w ruchu obrotowym) - 4 godz.
15. Rozwiązywanie zadań z bryły sztywnej – 2 godz.
16. Ruch harmoniczny i falowy - 2 godz.
17. Rozwiązywanie zadań z ruchu harmonicznego i falowego – 2 godz.

*Marek
Ciecierski*



Plan pracy koła fizycznego z elementami informatyki.

1. Zapoznanie z programem Coach 5- 2godz.
2. Podłączenie CoachLaba II do komputera, podłączanie czujników, prowadzenie pomiarów.- 2 godz.
3. Doświadczenia kinematyczne – analiza parametrów ruchu za pomocą komputera i zestawu pomiarowego Coach- 2 godz.
4. Badanie zjawiska dudnienia wspomaganego komputerowo.- 2 godz.
5. Badanie promieniowania jonizującego z wykorzystaniem licznika GM i zestawu pomiarowego Coach - 2 godz.
6. Badanie rzutu ukośnego z wykorzystaniem analizy obrazu wideo i zestawu pomiarowego Coach- 2 godz.
7. Rozwiązywanie zadań o podwyższonym stopniu trudności z kinematyki – 2 godz.
8. Rozwiązywanie zadań o podwyższonym stopniu trudności z dynamiki - 4 godz.
9. Rozwiązywanie zadań o podwyższonym stopniu trudności z mechaniki bryły sztywnej - 4 godz.
10. Rozwiązywanie zadań o podwyższonym stopniu trudności z grawitacji - 4 godz.
11. Rozwiązywanie zadań o podwyższonym stopniu trudności z ruchu harmonicznego -2 godz.
12. Rozwiązywanie zadań o podwyższonym stopniu trudności z ruchu falowego i akustyki – 2 godz.
13. Rozwiązywanie zadań o podwyższonym stopniu trudności z elektrostatyki- 2 godz.
14. Rozwiązywanie zadań o podwyższonym stopniu trudności z prądu stałego- 2 godz.
15. Rozwiązywanie zadań o podwyższonym stopniu trudności ze zjawiska indukcji elektromagnetycznej i prądu przemiennego -4 godz.
16. Rozwiązywanie zadań o podwyższonym stopniu trudności z optyki geometrycznej i falowej – 4 godz.
17. Rozwiązywanie zadań o podwyższonym stopniu trudności z fizyki współczesnej - 4 godz.
18. Opis zadania doświadczalnego, analiza niepewności pomiarowych -2 godz.

Marek Grewienko



PLAN ZAJĘĆ Z JĘZYKA NIEMIECKIEGO DLA GIMNAZJUM

1. Test sprawdzający wiedzę ucznia.
2. Czasowniki regularne.
3. Czasowniki regularne zakończone na: t,d chn, ffn,tm.
4. Czasowniki regularne zakończone na: s, ss, ß, z, tz.
5. Czasowniki regularne zakończone na: eln, ern.
6. Czasowniki nieregularne ze zmianą samogłoski rdzennej a na ä.
7. Czasowniki nieregularne ze zmianą samogłoski rdzennej e na i oraz na ie.
8. Haben jako orzeczenie i czasownik posiłkowy.
9. Sein jako orzeczenie i czasownik posiłkowy.
10. Werden jako orzeczenie i czasownik posiłkowy.
11. Czasowniki zwrotne w celowniku.
12. Czasowniki zwrotne w bierniku.
13. Czasowniki rozdzielnie złożone.
14. Czasowniki rozdzielnie złożone - ćwiczenia.
15. Czasowniki nierozdzielnie złożone.
16. Czasowniki nierozdzielnie złożone - ćwiczenia.
17. Czasowniki rozdzielnie złożone i nierozdzielnie złożone- ćwiczenia.
18. Tryb rozkazujący dla czasowników słabych.
19. Tryb rozkazujący dla czasowników mocnych.
20. Tryb rozkazujący dla czasowników słabych i mocnych.
21. Czasowniki modalne: dürfen, können.
22. Czasowniki modalne: mögen, müssen.
23. Czasowniki modalne: sollen, wollen.
24. Czas przyszły Futur I.
25. Deklinacja słaba czasownika.



26. Deklinacja słaba czasownika - ćwiczenia.
27. Rzeczownik z rodzajnikiem określonym.
28. Rzeczownik z rodzajnikiem nieokreślonym.
29. Rzeczownik bez rodzajnika.
30. Deklinacja słaba rzeczownika.
31. Przyimki z celownikiem.
32. Przyimki z biernikiem.
33. Przyimki z dopełniaczem.
34. Zaimek osobowy w bierniku.
35. Zaimek osobowy w celowniku.
36. Zaimek osobowy w bierniku i w celowniku.
37. Zaimek dzierżawczy.
38. Zaimek dzierżawczy - ćwiczenia.
39. Zaimek zwrotny.
40. Liczebniki główne i porządkowe.
41. Negacja.
42. Czas przeszły dla czasowników słabych.
43. Czas przeszły dla czasowników słabych – ćwiczenia.
44. Czas przeszły dla czasowników mocnych.
45. Czas przeszły dla czasowników mocnych - ćwiczenia.
46. Czas przeszły dla czasowników mocnych i słabych - ćwiczenia.
47. Czas przeszły dla czasowników mocnych i słabych - ćwiczenia.
48. Test sprawdzający wiedzę ucznia.

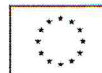
Sporządziła: Karina Długokencka





PLAN ZAJĘĆ Z JĘZYKA NIEMIECKIEGO DLA LICEUM

1. Test sprawdzający wiedzę ucznia.
2. Czas przeszły dla czasowników mocnych i słabych - ćwiczenia.
3. Czas przeszły dla czasowników mocnych i słabych - ćwiczenia.
4. Przymiotnik jako orzecznik.
5. Przymiotnik jako orzecznik - ćwiczenia.
6. Stopniowanie przymiotnika i przysłówka.
7. Odmiana przymiotnika po rodzajniku określonym.
8. Odmiana przymiotnika po rodzajniku określonym - ćwiczenia.
9. Odmiana przymiotnika po rodzajniku nieokreślonym.
10. Odmiana przymiotnika po rodzajniku nieokreślonym- ćwiczenia .
11. Odmiana przymiotnika po zaimku dzierżawczym.
12. Odmiana przymiotnika po zaimku dzierżawczym – ćwiczenia.
13. Odmiana przymiotnika po przeczeniu kein.
14. Odmiana przymiotnika po przeczeniu kein– ćwiczenia.
15. Odmiana przymiotnika bez rodzajnika.
16. Odmiana przymiotnika bez rodzajnika – ćwiczenia.
17. Futur I.
18. Futur II.
19. Szyk prosty zdania.
20. Szyk przestawny zdania.
21. Zdania współrzędnie złożone.
22. Zdania współrzędnie złożone – ćwiczenia..
23. Zdania pytające zależne.
24. Zdania ze spójnikiem ob.



25. Zdania ze spójnikiem wenn, falls.
26. Zdania okolicznikowe czasu: damit, um zu.
27. Zdania okolicznikowe czasu: als, wenn.
28. Zdania okolicznikowe czasu: während, bevor, seitdem.
29. Zdania okolicznikowe czasu: nachdem.
30. Zdania okolicznikowe czasu: bis, sooft, solange.
31. Zdania okolicznikowe przyczyny: weil, da.
32. Zdania przyzwalające: obwohl.
33. Zdania przyzwalające: trotzdem.
34. Zdania przydawkowe.
35. Zdania przydawkowe.
36. Konstrukcje bezokolicznikowe z „zu”.
37. Konstrukcje bezokolicznikowe bez „zu”.
38. Konstrukcje bezokolicznikowe z „zu” i bez „zu”.
39. Konstrukcje bezokolicznikowe z „zu” i bez „zu” w czasie Perfekt.
40. Spójniki z szykiem prostym i przestawnym.
41. Spójniki wieloczłonowe :je...desto ,je....umso.
42. Rozwiązywanie testów maturalnych.
43. Rozwiązywanie testów maturalnych.
44. Rozwiązywanie testów maturalnych.
45. Rozwiązywanie testów maturalnych.
46. Rozwiązywanie testów maturalnych.
47. Rozwiązywanie testów maturalnych.
48. Test sprawdzający wiedzę ucznia.

Sporządziła: Karina Długokencka

