DLA NAUCZYCIELA · ROZGRZEWKA NA POCZĄTEK LEKCJI

# Rozgrzewki z języka polskiego – klasy 7–8

klasy 7–8

> **Cel:** codzienne, krótkie przypominanie (5–7 minut) zasad ortografii, gramatyki, pojęć literackich i lektur – tak, aby wiedza z wcześniejszych lekcji nie „uciekała".

## Dlaczego to działa

Każda karta łączy temat bieżący z tematami sprzed 1, 3 i 6 kart (mapa tematów przy kluczu). Uczeń **przypomina sobie** z pamięci (efekt testowania), **w odstępach czasu** (powtórki rozłożone) i **na przemian** różne zagadnienia (przeplatanie). Zadanie ★ wymaga samodzielnego zastosowania wiedzy w krótkiej wypowiedzi. Rozgrzewka nie jest kartkówką na ocenę: niska stawka obniża stres i zachęca do prób.

## Jak prowadzić

1. Rozdaj kartę na początku lekcji. Uczniowie pracują samodzielnie, bez zeszytów i podręczników (4–5 minut).
2. Odczytaj odpowiedzi z klucza. Uczniowie sprawdzają sami i poprawiają innym kolorem. Zadanie ★ omów na przykładzie 2–3 odpowiedzi uczniów.
3. Zapytaj: „Kto ma 5 na 5? 4? 3?" – w 30 sekund wiesz, co powtórzyć. Zagadnienie z wieloma błędami wróć na tablicy jeszcze tego dnia.
4. Uczeń wpisuje wynik i numer zadania do powtórki na dole karty; karty wklejone do zeszytu tworzą dziennik postępów.
5. Rytm: 2–3 rozgrzewki w tygodniu. Komplet 16 kart wystarcza na około 6–8 tygodni. Poziom (klasa) jest podany na karcie.

## Różnicowanie

- ★ to zadanie twórcze – dla wszystkich chętnych, obowiązkowe dla szybszych.
- Uczniom z trudnościami pozwól odpowiadać ustnie lub rozwiązać tylko zadania 1–3.
- Gdzie w kluczu jest „np.", uznaj każdą poprawną odpowiedź.

**Źródła:** Roediger i Karpicke (2006), „Test-Enhanced Learning", Psychological Science 17(3); Cepeda i in. (2006), metaanaliza powtórek rozłożonych w czasie, Psychological Bulletin 132(3); Rohrer i Taylor (2007), „The shuffling of mathematics problems improves learning", Instructional Science 35; Rosenshine (2012), „Principles of Instruction", American Educator 36(1); Dunlosky i in. (2013), „Improving Students' Learning With Effective Learning Techniques", Psychological Science in the Public Interest 14(1). Opis metod: glowkowniadruk.pl/dla-nauczyciela/metody-potwierdzone-naukowo

## Rozgrzewka 1

**klasa 7 · 5 minut · bez zeszytu**

1. Kto napisał „Dziady” cz. II?

2. Kto napisał „Balladynę”?

3. Kto napisał „Małego Księcia”?

4. Kto napisał „Zemstę”?

★ Ułóż zdanie złożone podrzędnie okolicznikowe przyczyny (spójnik **bo** lub **ponieważ**).

Mam dobrze: ..... / 5 Do powtórki: zadanie nr .....

## Rozgrzewka 2

**klasa 7 · 5 minut · bez zeszytu**

1. Kto jest autorem fraszek „Na lipę” i „Do gór i lasów”?

2. Kto napisał „Kamienie na szaniec”?

3. Cechy których rodzajów łączy ballada?

4. Kto napisał „Opowieść wigilijną”?

★ Podaj przykład bohatera lektury, którego cechą jest odwaga, i uzasadnij w jednym zdaniu.

Mam dobrze: ..... / 5 Do powtórki: zadanie nr .....

## Rozgrzewka 3

**klasa 7 · 5 minut · bez zeszytu**

1. Czym jest fraszka?

2. Kto napisał „Pana Tadeusza”?

3. Rodzaj literacki i gatunek „Zemsty”?

4. Rodzaj literacki i gatunek „Balladyny”?

★ Zapisz zdanie w stronie biernej o dowolnej lekturze.

Mam dobrze: ..... / 5

Do powtórki: zadanie nr .....

## Rozgrzewka 4

**klasa 7 · 5 minut · bez zeszytu**

1. Nazwij środek: **czekam na ciebie całe wieki**

2. Rodzaj literacki i gatunek „Pana Tadeusza”?

3. Nazwij środek: **gorący lód**

4. Nazwij środek: **szum, plusk, trzask**

★ Podaj argument do tezy: **Warto czytać książki**.

Mam dobrze: ..... / 5

Do powtórki: zadanie nr .....

## Rozgrzewka 5

**klasa 7 · 5 minut · bez zeszytu**

1. Jaki to imiesłów: **czytając**

2. Nazwij środek: **Czy jest ktoś, kto nie kocha wakacji?**

3. Kto napisał „Dziady” cz. II?

4. Jaki to imiesłów: **czytający**

★ Ułóż zdanie z imiesłowem przysłówkowym uprzednim.

Mam dobrze: ..... / 5 Do powtórki: zadanie nr .....

## Rozgrzewka 6

**klasa 7 · 5 minut · bez zeszytu**

1. Napisz poprawnie: **(nie)wiedząc**

2. Nazwij środek: **Litwo! Ojczyzno moja!**

3. Kto napisał „Balladynę”?

4. Jaki to imiesłów: **przeczytawszy**

★ Zapisz anaforę: dwa wersy zaczynające się od tego samego wyrazu.

Mam dobrze: ..... / 5 Do powtórki: zadanie nr .....

## Rozgrzewka 7

**klasa 7 · 5 minut · bez zeszytu**

1. Jaka strona? **Drzwi są otwierane przez portiera.**

2. Napisz poprawnie: **(nie)zrobiony**

3. Kto jest autorem fraszek „Na lipę” i „Do gór i lasów”?

4. Zamień na stronę czynną: **Dom został zbudowany przez robotników.**

★ Ułóż zdanie złożone podrzędnie okolicznikowe przyczyny (spójnik **bo** lub **ponieważ**).

Mam dobrze: ..... / 5 Do powtórki: zadanie nr .....

## Rozgrzewka 8

**klasa 7 · 5 minut · bez zeszytu**

1. Jaka część zdania? Brat gra na gitarze.

2. Jaka strona? **Ola myje się.**

3. Jak nazywa się powtórzenie tego samego wyrazu na początku kolejnych wersów?

4. Jaka część zdania? Czytam książkę.

★ Podaj przykład bohatera lektury, którego cechą jest odwaga, i uzasadnij w jednym zdaniu.

Mam dobrze: ..... / 5 Do powtórki: zadanie nr .....

## Rozgrzewka 9

**klasa 7 · 5 minut · bez zeszytu**

1. Jaka część zdania? Spotkamy się jutro.

2. Jaka strona? **Tata naprawia rower.**

3. Nazwij środek: **czekam na ciebie całe wieki**

4. Nazwij środek: **gorący lód**

★ Zapisz zdanie w stronie biernej o dowolnej lekturze.

Mam dobrze: ..... / 5 Do powtórki: zadanie nr .....

## Rozgrzewka 10

**klasa 8 · 5 minut · bez zeszytu**

1. Jakie to zdanie złożone? **Padało, ale poszliśmy na spacer.**

2. Jaka część zdania? Mówił cicho.

3. Jaki to imiesłów: **przeczytany**

4. Kto napisał „Małego Księcia”?

★ Podaj argument do tezy: **Warto czytać książki**.

Mam dobrze: ..... / 5 Do powtórki: zadanie nr .....

## Rozgrzewka 11

**klasa 8 · 5 minut · bez zeszytu**

1. Podaj wyraz podstawowy i formant: **nieciekawy**

2. Jakie to zdanie złożone? **Wiem, że przyjdziesz.**

3. Zamień na stronę bierną: **Uczeń napisał list.**

4. Cechy których rodzajów łączy ballada?

★ Ułóż zdanie z imiesłowem przysłówkowym uprzednim.

Mam dobrze: ..... / 5 Do powtórki: zadanie nr .....

## Rozgrzewka 12

**klasa 8 · 5 minut · bez zeszytu**

1. Podaj wyraz podstawowy i formant: **przepisać**

2. Jakie to zdanie złożone? **Uczyłem się, więc zdałem.**

3. Zamień na stronę bierną: **Kot złapał mysz.**

4. Czym jest fraszka?

★ Zapisz anaforę: dwa wersy zaczynające się od tego samego wyrazu.

Mam dobrze: ..... / 5 Do powtórki: zadanie nr .....

## Rozgrzewka 13

**klasa 8 · 5 minut · bez zeszytu**

1. Co znaczy: **pięta achillesowa**?

2. Podaj wyraz podstawowy i formant: **lodowisko**

3. Jaka część zdania? Kupiłem nowy rower.

4. Nazwij środek: **szum, plusk, trzask**

★ Ułóż zdanie złożone podrzędnie okolicznikowe przyczyny (spójnik **bo** lub **ponieważ**).

Mam dobrze: ..... / 5

Do powtórki: zadanie nr .....

## Rozgrzewka 14

**klasa 8 · 5 minut · bez zeszytu**

1. Zamień na mowę zależną: **Pani zapytała: „Kto zna odpowiedź?”**

2. Co znaczy: **syzyfowa praca**?

3. Jakie to zdanie złożone? **Kto pyta, nie błądzi.**

4. Jaki to imiesłów: **czytając**

★ Podaj przykład bohatera lektury, którego cechą jest odwaga, i uzasadnij w jednym zdaniu.

Mam dobrze: ..... / 5

Do powtórki: zadanie nr .....

## Rozgrzewka 15

**klasa 8 · 5 minut · bez zeszytu**

1. Zamień na mowę zależną: **Ola powiedziała: „Jestem zmęczona”.**

2. Co znaczy: **nić Ariadny**?

3. Jakie to zdanie złożone? **Kupiłem książkę, która mi się spodobała.**

4. Jaki to imiesłów: **czytający**

★ Zapisz zdanie w stronie biernej o dowolnej lekturze.

Mam dobrze: ..... / 5 Do powtórki: zadanie nr .....

## Rozgrzewka 16

**klasa 8 · 5 minut · bez zeszytu**

1. Napisz poprawnie: **(nie)wiele**

2. Zamień na mowę zależną: **Babcia powiedziała: „Upiekłam ciasto”.**

3. Podaj wyraz podstawowy i formant: **domek**

4. Jaka strona? **Drzwi są otwierane przez portiera.**

★ Podaj argument do tezy: **Warto czytać książki**.

Mam dobrze: ..... / 5 Do powtórki: zadanie nr .....

DLA NAUCZYCIELA · KLUCZ ODPOWIEDZI

# Rozgrzewki z języka polskiego – klasy 7–8

klasy 7–8

**Rozgrzewka 1** (klasa 7): **1.** Adam Mickiewicz **2.** Juliusz Słowacki **3.** Antoine de Saint-Exupéry **4.** Aleksander Fredro **★.** np. Zostałem w domu, ponieważ padało.

**Rozgrzewka 2** (klasa 7): **1.** Jan Kochanowski **2.** Aleksander Kamiński **3.** epiki, liryki i dramatu **4.** Charles Dickens **★.** np. Rudy z „Kamieni na szaniec" – działał w konspiracji

**Rozgrzewka 3** (klasa 7): **1.** krótki utwór (liryczny), żartobliwy lub refleksyjny **2.** Adam Mickiewicz **3.** dramat; komedia **4.** dramat; tragedia **★.** np. „Pan Tadeusz" został napisany przez Mickiewicza.

**Rozgrzewka 4** (klasa 7): **1.** hiperbola **2.** epika; epopeja **3.** oksymoron **4.** onomatopeja (wyrazy dźwiękonaśladowcze) **★.** np. rozwijają słownictwo; przykład z lektury

**Rozgrzewka 5** (klasa 7): **1.** przysłówkowy współczesny **2.** pytanie retoryczne **3.** Adam Mickiewicz **4.** przymiotnikowy czynny **★.** np. Zjadłszy obiad, wyszedł na spacer.

**Rozgrzewka 6** (klasa 7): **1.** nie wiedząc **2.** apostrofa **3.** Juliusz Słowacki **4.** przysłówkowy uprzedni **★.** dwa wersy z tym samym pierwszym wyrazem

**Rozgrzewka 7** (klasa 7): **1.** bierna **2.** niezrobiony **3.** Jan Kochanowski **4.** Robotnicy zbudowali dom. **★.** np. Zostałem w domu, ponieważ padało.

**Rozgrzewka 8** (klasa 7): **1.** podmiot **2.** zwrotna **3.** anafora **4.** dopełnienie **★.** np. Rudy z „Kamieni na szaniec" – działał w konspiracji

**Rozgrzewka 9** (klasa 7): **1.** okolicznik czasu **2.** czynna **3.** hiperbola **4.** oksymoron **★.** np. „Pan Tadeusz" został napisany przez Mickiewicza.

**Rozgrzewka 10** (klasa 8): **1.** współrzędnie przeciwstawne **2.** okolicznik sposobu **3.** przymiotnikowy bierny **4.** Antoine de Saint-Exupéry **★.** np. rozwijają słownictwo; przykład z lektury

**Rozgrzewka 11** (klasa 8): **1.** ciekawy; nie- **2.** podrzędnie dopełnieniowe **3.** List został napisany przez ucznia. **4.** epiki, liryki i dramatu **★.** np. Zjadłszy obiad, wyszedł na spacer.

**Rozgrzewka 12** (klasa 8): **1.** pisać; prze- **2.** współrzędnie wynikowe **3.** Mysz została złapana przez kota. **4.** krótki utwór (liryczny), żartobliwy lub refleksyjny **★.** dwa wersy z tym samym pierwszym wyrazem

**Rozgrzewka 13** (klasa 8): **1.** słaby punkt **2.** lód; -owisko **3.** przydawka **4.** onomatopeja (wyrazy dźwiękonaśladowcze) **★.** np. Zostałem w domu, ponieważ padało.

**Rozgrzewka 14** (klasa 8): **1.** Pani zapytała, kto zna odpowiedź. **2.** ciężka praca bez efektu **3.** podrzędnie podmiotowe **4.** przysłówkowy współczesny **★.** np. Rudy z „Kamieni na szaniec" – działał w konspiracji

**Rozgrzewka 15** (klasa 8): **1.** Ola powiedziała, że jest zmęczona. **2.** sposób wyjścia z trudnej sytuacji **3.** podrzędnie przydawkowe **4.** przymiotnikowy czynny **★.** np. „Pan Tadeusz" został napisany przez Mickiewicza.

**Rozgrzewka 16** (klasa 8): **1.** niewiele **2.** Babcia powiedziała, że upiekła ciasto. **3.** dom; -ek **4.** bierna **★.** np. rozwijają słownictwo; przykład z lektury

DLA NAUCZYCIELA · MAPA POWTÓREK

# Rozgrzewki z języka polskiego – klasy 7–8

klasy 7–8

Każdy wiersz to jedna karta. Ten sam temat wraca po 1, 3 i 6 kartach – w coraz większych odstępach.

## Mapa tematów (powtórki w odstępach)

| Karta | Tematy na karcie |
|---|---|
| 1 | autorzy lektur; ★ zadanie twórcze |
| 2 | rodzaje i gatunki; autorzy lektur; ★ zadanie twórcze |
| 3 | rodzaje i gatunki; autorzy lektur; ★ zadanie twórcze |
| 4 | środki stylistyczne; rodzaje i gatunki; ★ zadanie twórcze |
| 5 | imiesłowy; środki stylistyczne; autorzy lektur; ★ zadanie twórcze |
| 6 | imiesłowy; środki stylistyczne; autorzy lektur; ★ zadanie twórcze |
| 7 | strona czynna i bierna; imiesłowy; rodzaje i gatunki; ★ zadanie twórcze |
| 8 | części zdania; strona czynna i bierna; środki stylistyczne; ★ zadanie twórcze |
| 9 | części zdania; strona czynna i bierna; środki stylistyczne; ★ zadanie twórcze |
| 10 | zdania złożone; części zdania; imiesłowy; autorzy lektur; ★ zadanie twórcze |
| 11 | słowotwórstwo; zdania złożone; strona czynna i bierna; rodzaje i gatunki; ★ zadanie twórcze |
| 12 | słowotwórstwo; zdania złożone; strona czynna i bierna; rodzaje i gatunki; ★ zadanie twórcze |
| 13 | frazeologizmy z kultury; słowotwórstwo; części zdania; środki stylistyczne; ★ zadanie twórcze |
| 14 | mowa zależna; frazeologizmy z kultury; zdania złożone; imiesłowy; ★ zadanie twórcze |
| 15 | mowa zależna; frazeologizmy z kultury; zdania złożone; imiesłowy; ★ zadanie twórcze |
| 16 | pisownia łączna i rozdzielna; mowa zależna; słowotwórstwo; strona czynna i bierna; ★ zadanie twórcze |