

Nr 2

czerwiec 2016

Só wka

GAZETKA SZKOŁY PODSTAWOWEJ W DOBRZYKOWICACH



Redakcja Sówki

*życzy wszystkim uczniom i nauczycielom
CUDOWNYCH WAKACJI!*

**W TYM NUMERZE: DZIEŃ OJCA
WYWIAD Z NAUCZYCIELEM
POŻEGNANIE KLASY SZÓSTEJ
SZÓSTOKLASIŚCI O SOBIE
CO DZIAŁO SIĘ POD ŁAWKĄ SZKOLNĄ?
TWÓRCZE INSPIRACJE
WAKACJI CZAS ZACZAĆ
PRZEPISY, PORADY, HUMOR, ROZRYWKA**



Przeczytaj od deski do deski !

Stopka redakcyjna

Opiekun: P. Anna Horosiewicz

P. Agnieszka Stefanek

REDAGUJE ZESPÓŁ W SKŁADZIE:

Kasia Graba - Kate

Magdalena Graba - Lala

Hanna Jaworska - Hanula

Jagoda Mulek - Jagusia

Zuzanna Popiołek - Lala

Wiktoria Rosiak - Wiki

Marta Rusiecka - Rusek

Martyna Włodarczyk - Tyna

Maria Czekiel

Kuba Sozański

**Z okazji Dnia Ojca wszystkim naszym tatusiom
życzymy pomyślności, spełnienia marzeń, inspiracji do
działania i bardzo dużo czasu, który spędzać będą
tylko z nami!**

Dorota Graj "Życzenia dla taty"

Kochany Tato, mnie chodzi o to,

byś złapał rybkę małą, lecz złotą,

Ta złota rybka już się postara,

aby życzenia Twe spełnić zaraz.

Złożę Ci Tato takie życzenia:

Niech Twój samochód zacznie się zmieniać.

Niech się wydłuża co noc niewiele.

Niech porastają futrem fotele.

Aż dnia pewnego garaż odmykasz,

A tam mercedes zamiast fiacika!



Co słyszeć w naszej szkole?

Nauczyciel to nie belfer, który tylko stawia złe stopnie i patrzy na ucznia z góry swojego biurka.

Chętnie o sobie mówi i zdradza swoją bogatą osobowość.



WYWIAD Z PANIĄ EWĄ MOSKAL

- Pracuje Pani w przedszkolu i uczy Pani historii w klasach 4-6. Gdzie woli Pani pracować? W starszych klasach czy młodszych?

- Całkiem inna jest praca nauczyciela w oddziale przedszkolnym i w klasach 4-6. Trudno ją porównać. Generalnie lubię pracować z dziećmi.

- Ile lat pracuje Pani w szkole?

- No cóż, chyba minęło już w tym roku 20 lat.

- Czy w swojej pracy spotkała Pani ucznia, którego zapamięta Pani do końca życia?

- Na początku swojej kariery zawodowej uczyłam historii w szkole średniej. Byłam wówczas po raz pierwszy wychowawcą. Miałam wtedy w klasie miłą i zdolną dziewczynę o imieniu Kasia, której mama umierała na chorobę nowotworową. Wspierałam ją, pomagałam w sprawach szkolnych, ale nie było łatwo. Często nie mogłam zrobić nic oprócz tego, aby ją wysłuchać, czasami tylko posiedzieć w milczeniu.

- Dlaczego studiowała Pani historię?

- Kiedy zaczęłam się uczyć historii w szkole podstawowej, nauczycielka poleciła nam cykl powieści historycznych Karola Bunscha z czasów piastowskich. W szkole średniej czytałam eseje historyczne Pawła Jasienicy i tak rozpoczęła się moja przygoda z historią.

- Jak lubi Pani spędzać czas wolny?

- Z rodziną, oprócz tego: dobra książka, film, spacer z psem.

- Czy ma Pani zwierzęta? Jeżeli tak, to jakie? Jeżeli nie, to jakie chciałaby Pani mieć?

- Mam psa. Jest to czarno-biała suczka o imieniu Mikra, która zawsze wita mnie wesoło, kiedy wracam do domu.

- Gdzie Pani zazwyczaj spędza wakacje?

- Zeszłoroczne wakacje spędziłam na Krecie, podziwiając piękną przyrodę, zwiedzając zabytki. Odwiedziłam Muzeum Archeologiczne w Heraklionie, Pałac w Knossos.

- Jaki jest Pani ulubiony film? Dlaczego?

- Nie mam jednego ulubionego filmu. Oglądam najczęściej współczesne polskie kino, zaangażowane społecznie.

- Jakie danie najczęściej gotuje Pani dla swojej rodziny? Co jedzą najchętniej?

- Najchętniej jedzą gołąbki z ryżem i mięsem w sosie pomidorowym oraz sernik domowy według przepisu mojej mamy.

- Czy lubi Pani uczestniczyć w imprezach, weselach, czy koncertach? Dlaczego?

- Owszem, ponieważ daje mi to możliwość spotkania się z rodziną i przyjaciółmi.

Dziękujemy Pani Ewie za udzielenie wywiadu.



POŻEGNANIE KLASY VI

„ Tak niedawno ześmy się poznali, a już pożegnania nadszedł czas ” - z sentymentem śpiewamy na zakończenie.

Czas tak szybko mija...wycieczki szkolne, imprezy, żywe dyskusje na lekcjach, konkursy, egzamin szóstoklasisty - to wszystko już za nami. Rozpoczynamy nowy etap w życiu. Przed nami jeszcze wiele dróg do zdobycia i wyzwań, którym musimy sprostać. Opuszczamy naszą szkołę, ale jesteśmy bogaci - we wspomnienia, wiedzę, mądrość oraz odwagę, aby tę mądrość wyrażać w czynach i słowach.



**W drogę dokąd oczy poniosą !
bo „Piękne są tylko te dni,
których jeszcze nie znamy”**

„Tacy byliśmy jeszcze wczoraj”

Szóstoklasiści o sobie

czyli

PORTRETY SZÓSTOKLASISTÓW

Tak dużo o sobie wiemy, przez sześć lat obserwowaliśmy siebie w różnych sytuacjach, teraz na pożegnanie chcemy powiedzieć o swoich kolegach z klasy kilka ciepłych słów.



Kamil - na głowie bujna czupryna, najczęściej zadawane pytania to „Która godzina?” oraz „Ile jeszcze do końca lekcji?”. Wszystkich wokół rozśmiesza, choć czasami kogoś delikatnie zdenerwuje - taka już jego uroda.

Martyna - leniuszek, choć całkiem mądra osobka, podważa mity o blondynkach. Na lekcjach grzeczniutka, po lekcjach - różnie z tą potulnością bywa...





Michał - wychowanie fizyczne bardzo lubi, na tym przedmiocie się nigdy nie gubi. Maksym to najlepszy przyjaciel jego, więc Michał po szkole chodzi do niego. Dobrym kolegą jest, choć zapomina, że ważny jest gest. Prawdą więc w oczy sypie jak śniegu płatkami i często na tym traci - rozumiecie sami.

Kuba R - to dobry kolega, każdego żartem wspiera. Gdy tylko potrzebujesz pomocy on już biegnie do ciebie jak wystrzelony z procy. Komiksy czytać lubi i nigdy się w nich nie gubi.



Kuba S - ciągle czymś rozbawiony, dobry kolega - bardzo pomocny. Czasami rozmawia na lekcjach, ale radzi sobie z zadaniami w szkole całkiem nieźle. Zawsze i wszędzie możesz na niego liczyć.

Maciek - prawdziwy indywidualista, miłośnik przyrody, potwierdza regułę, że śmiech jest zaraźliwy- kiedy on się śmieje, cieszy się cała klasa, aczkolwiek zdarzają się chwile, że jego humor nie udziela się nikomu.

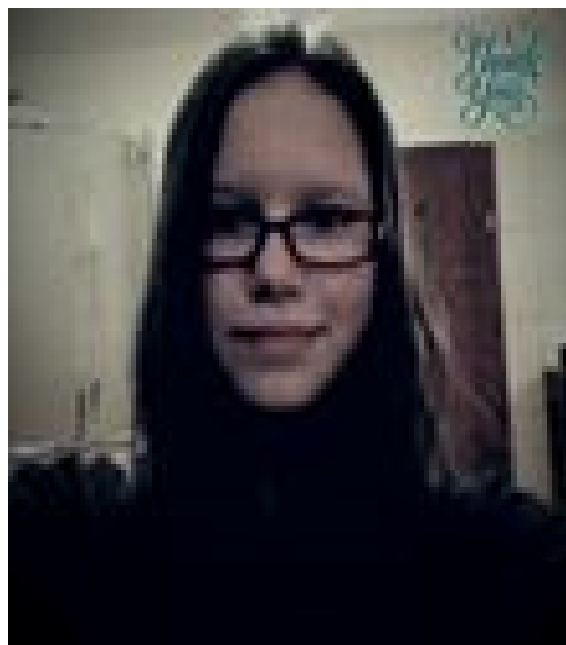


Szymon K - chłopak nieśmiały, miły, pomocny, choć mało dojrzały, bywa niegrzeczny, w grupie - pożądanym, a nawet koniecznym.

Maksym Sz - dobry kolega, po klasie się snuje oraz ciekawe twory rysuje. Jest bardzo kreatywny, z plastyki ma wynik więcej niż pozytywny. Normalnie - Da Vinci z niego, chodź i zobacz kolego!



Marta R - zwariowana i szalona - tak, to jest na pewno Ona. Nasza Marta jest utalentowana - jej uśmiech wszystkich rozbraja. Gdy ją poznasz, już nigdy o niej nie zapomnisz. Marta na zawsze w Twojej głowie zagości. Jej ulubionym zajęciem jest nauka - takiej uczennicy tylko ze świecą szukać. Marta jest wszystkim znana jako ta, która najwięcej gada. Wszyscy ją lubimy i bardzo cenimy.



Aleksandra P - Jest jedną z najlepszych recytatorek naszej gminy, jej gromki i zarazem sympatyczny śmiech usłyszysz w promieniu trzech kilometrów. Każdego dnia chętnie opowiada o Eugeniuszu, który cały zrobiony jest z pluszu. Jeśli latasz jednorożcem do Hogwartu, weź Ołę z sobą, spełnisz jej marzenia.

Zuzia P - fajna to dziewczyna i dla wszystkich bardzo miła.

Uśmiechnięta i wesola, po tym poznasz, że to ona. I choć nieraz z głową w chmurach, czasem komuś daje burę.

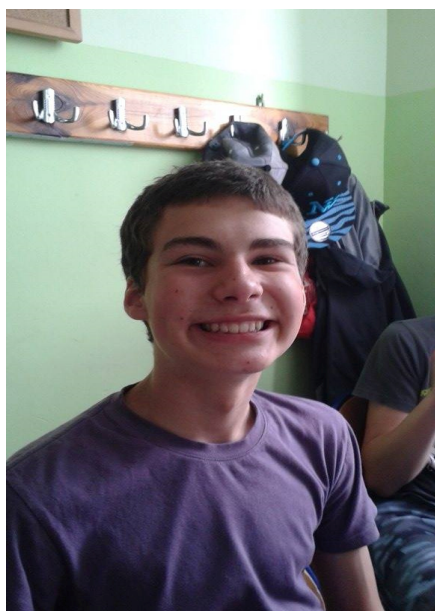


Janek Sz- Jest ciągle uśmiechniętym chłopcem, ma długie włosy i młodszego brata. Lubi pływać, chociaż się tym nie chwali. Jeszcze nie rozwinął wielkich mięśni, dzięki którym mógłby pokonywać oceany. W klasie szóstej pełni rolę klasowego zegarka.

Filip B - jedna z najmądrzejszych osób w klasie, dosłownie „chodząca encyklopedia”. Uwielbia grać w tenisa, piłkę nożną i zbijaka. Nie stroni również od gier komputerowych.



Franek - zawsze się śmieje, nawet wtedy gdy nic zabawnego w klasie się nie dzieje. Na każdy temat ma własne zdanie oraz uwielbia w obłokach bujanie.



Janek Cz - Oczytany, mądry chłopak, dojrzały i sumienny. Dzisiaj mógłby wykładać historię - taką ma wiedzę! Gdy recytuje lub śpiewa, każdy łezkę wzruszenia wylewa.

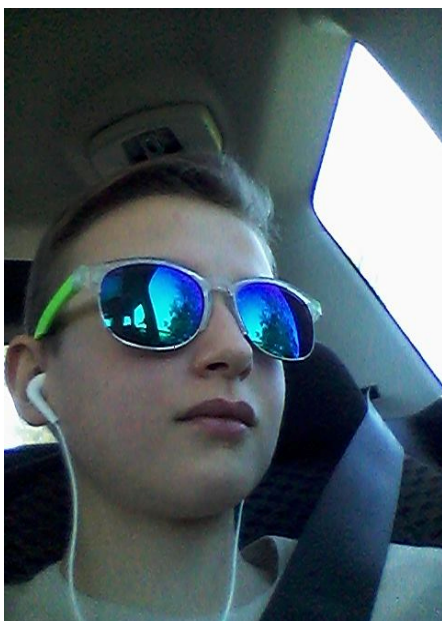
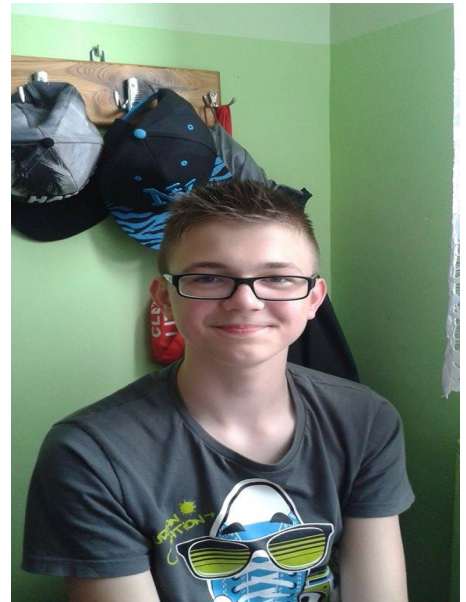
Kasia - lubią ją wszyscy - mali, dorośli, bo przecież nie ma w niej zbędnej złości. Zawsze uprzejma i kompetentna, do pracy w grupie i zabaw chętna. Jak na Zawiszy na niej polegasz i urokowi jej oczu ulegasz.





Wiktor - sympatyczna, rozsądna osoba, której świat dorosłych kobiet bardzo się podoba. Jej optymizm i pogoda ducha to naszej klasy prawdziwa otucha.

Konrad - szczególnie indywidualista, mól książkowy, do ciężkiej pracy przeważnie gotowy. Wie czego chce, ma swoje poglądy, jak na swój wiek - niezwykle rozsądny.



Maks L - Maksiu dobre ma oceny, o czym bardzo dobrze wiemy. Emocje całym sobą wyraża, czasem na nas się obraża. Dobry jednak kumpel z niego, przyznasz chyba rację, mój klasowy kolego.

Wspomnienia jak lato gorące, czyli co działo się pod ławką szkolną....

Wspomnienia szóstoklasistów

To była nasza pierwsza kolonia. Do Krynicy morskiej jechaliśmy około dziewięciu godzin. Szczerze? Nie mogłam się już doczekać! To był mój pierwszy, dłuższy wyjazd bez rodziców. Skład osób w pokoju ustaliśmy przed kolonią: ja i Kasia byliśmy razem, natomiast Zuzia, Ola, Julka i Nikola były tuż obok nas. Kilka dni później czułyśmy się w ośrodku jak u siebie. Nikola i dziewczyny często przychodziły do naszego pokoju. Tam zwykle przesiadywałyśmy swoje wszystkie wolne chwile. Pewnego wieczoru, gdy już wszystkie szykowałyśmy się do spania, Nikola wpadła do nas przerażona. Zaczęła opowiadać o tym, że słyszała, iż ostatnio w okolicy naszego ośrodka wypoczynkowego dwie starsze dziewczyny (miały około siedemnaście lat) popełniły samobójstwo. Oczywiście, plotki szybko się rozeszły. Niedługo po tym dzieci naszej kolonii biegały od pokoju do pokoju, po czym dzwoniły do rodziców i prosiły ich, aby zabrali ich z kolonii, ponieważ boją się o swoje życie. W końcu pani dyrektor zwołała wszystkich i ich uspokoiła. Okazało się, że to tylko wymyślona historia, jednak bez powodu policja w Krynicy Morskiej nie jeździła około dwudziestej drugiej, prawda? Na wszelki wypadek do końca wycieczki porządnie zamykałam okna, a telefon zawsze miałam przy sobie. Nie wiem jak wy, ale ja wierzę w zjawiska paranormalne.

Marta

Ta wycieczka na zawsze pozostanie w mojej pamięci. Nie była z tych najcudowniejszych, dlaczego? Zaraz przeczytacie. Tego dnia mieliśmy łapać płazy i gady. Przechodziliśmy obok stawów i jeziorzek. Niektórzy z nas dostali siatki do łapania wodnych zwierzątek. Ja byłam w grupie tych szczęściarzy. Razem z moją przyjaciółką i ówczesnymi szóstoklasistami zeszliliśmy po stromym zboczu. Było wtedy mokro i bardzo ślisko, bo jakiś czas temu spadł deszcz. Pani powiedziała, że mamy wracać. Pierwsi wyszli „starszawy”, a później moja przyjaciółka i ja. No właśnie, nie miałam szczęścia i wspinając się, źle stanęłam. Poślizgnęłam się i wpadłam do wody ☺. Zmoczyłam się do kolan. Już do końca wycieczki czułam, jak woda chlupocze w moich butach.

Kasia

Pewnego dnia na kolonii, gdy niestety dobiegała już końca, postanowiliśmy z kolegami, że na zieloną noc zrobimy coś wyjątkowego. Ustaliliśmy, że o drugiej w nocy obudzi nas Filip, który ustawi sobie budzik. Niestety, o drugiej Filip wstał, ale nie mógł nikogo obudzić, więc położył się z powrotem spać. Na szczęście o piątej rano, całkiem przypadkowo, obudziłem się i zobaczyłem, że Filip też nie śpi. Obudziliśmy pozostałych i wzięliśmy pastę do zębów. Było już całkiem jasno, ale na szczęście wszyscy jeszcze spali. Nasz pokój był na drugim piętrze, więc musieliśmy zejść po cichu po schodach. Schodząc, wysmarowaliśmy kawałek poręczu pastą do zębów. Kiedy znaleźliśmy się na dole, weszliśmy do pokoju dziewczyn i wysmarowaliśmy klamkę. Potem poszliśmy po cichu, w każdej chwili gotowi do ucieczki, przed drzwiami pokoju nauczycieli i wycisnęliśmy kropkę pasty na klamkę. Wtedy Kuba R zaczął uciekać, tupiąc jak najgłośniej, przez co wszyscy inni też wyrwali się do ucieczki. Dobiegliśmy do pokoju, schowaliśmy pastę i poszliśmy spać.

Kuba

WAKACJI CZAS ZACZAĆ !

Przed nami dwa miesiące laby - czas wyczekiwany, odliczany, najpiękniejszy w roku. Wakacje! Znow mamy wakacje! Na pewno nie będziemy się nudzić, zwiedzimy ciekawe miejsca, przeczytamy interesujące książki, odwiedzimy ciekawych ludzi.



W KRĘGU TWÓRCZYCH INSPIRACJI...

WAKACYJNA PRZYGODA

Bardzo dawno temu żyła sobie pewna osiemnastoosobowa rodzinka. Była tam mama-Halinka, tato-Heniek i szesnaścioro dzieci: osiem dziewczynek i ośmiu chłopców.

Każde dziecko miało swój numer i karteczkę oraz kolorek. Każde miało swoją ulubioną potrawę i każde chodziło do innej szkoły. Mama i tato mieli wielkie urwanie głowy. W jednej sekundzie wszystkie dzieci krzyczały coś innego i tak działo się codziennie.

Nadszedł koniec roku szkolnego. Rodzice jeździli z jednej szkoły do drugiej. Byli bardzo zmęczeni,



ale zadowoleni. Wakacje! Zaczęło się wielkie pakowanie. Potem wszyscy zasnęli. O piątej rano wyjechali. Podróż trwała bardzo długo. W busie było strasznie gorąco i bardzo głośno. Po ośmiu godzinach

dotarli do celu, a celem był las. Wszyscy rozbili namioty, zjedli kolację i poszli spać. Rano dzieci szukały rodziców, ale nikogo nie znalazły. Wybrały się na ogromne poszukiwania. Wędrówka poprawiła relacje między nimi. Dzieci były bardzo mądre, znały się też na roślinach. Zebrały je i zrobiły z nich kolację. Powiem wam, że kolacja była wyśmienita. Zostało ich trochę na śniadanie. Zaczęły szukać miejsca, gdzie rozbiły z rodzicami namioty. Okazało się, że były kilometr od miejsca początku wycieczki. W czasie drogi spotkały swoich rodziców. Okazało się, że mama będąca w ciąży, źle się poczuła i musiała pojechać do szpitala. Zaczęła się wielka kłótnia, bo dziewczynki chciały, aby mama urodziła dziewczynkę, a chłopcy - chłopczyka.

Po powrocie do domu, dowiedziały się, że mama urodziła piękne dziecko, które okazało się być dziewczynką. Rodzeństwo bardzo często opiekowało się swoją siostrą, a ona dzięki ich opiece wyrosła na piękną, miłą i przede wszystkim mądrą osobę.

Kiedy stali się dorośli, zawsze mogli na sobie polegać. Opiekowali się sobą wzajemnie. Mieli bardzo dobre relacje.

A to wszystko dzięki wakacyjnej przygodzie.

Marysia Czekieli





Czerwiec

Czerwiec to szósty miesiąc, który ma 30 dni. Jego nazwa wywodzi się od koloru czerwonego. Dawniej czerwony barwnik do tkanin wyrabiano z owada czerwca, który był zbierany właśnie w tym miesiącu.

21 czerwca następuje letnie przesilenie Słońca. Wtedy w Polsce dzień trwa najdłużej, natomiast noc jest najkrótsza. W czerwcu kończy się wiosna, a zaczyna się lato.



Święta czerwcowe

1 czerwca: Dzień Dziecka, Dzień bez Alkoholu

2 czerwca: Dzień bez Krawata

5 czerwca: Światowy Dzień Środowiska

21 czerwca: Święto Muzyki

21/22 czerwca: Noc Kupały

23 czerwca: Dzień Ojca

Przysłowia i powiedzenia

W czerwcu się okaże, co nam Bóg da w darze.

Czerwiec daje dni gorące, kosa brzęczy już na łące.

Czerwiec na maju zwykle się wzoruje, jego pluchy, pogody, często naśladowuje.

Gdy czerwiec chłodem i wodą szafuje, to zwykle rok ca

Kate



GDZIE WARTO WYBRAĆ SIĘ A WAKACJE?

OTO MIEJSCA WARTO ODWIEDZENIA

SAN SEBASTIAN



San Sebastian to jedno z
najpiękniejszych miast w Hiszpanii.

Ma czyste plaże i piękne zabytki .

Są to m.in.

XVI-wieczny kościół San Vincente przy Placu Konstytucji
oraz ruiny twierdzy Castillo de Santa Cruz de la Motajj.

RABKA ZDRÓJ



To miasto położone jest w górach. Słynie z uzdrowisk oraz innych atrakcji. Każde dziecko pokocha Rabkoland, czyli rabczańskie wesołe miasteczko. Osoby lubiące wyprawy i spacerować mogą wybrać się do parku lub wspiąć się na okoliczne szczyty: Stare Wierchy czy Luboń.

W Rabce można odpocząć, przede wszystkim rozkoszując się pięknymi widokami.

MALBORK



Został założony jako osada wokół zamku, którego budowę rozpoczęto w roku 1274, kiedy to na ziemie te przybył Zakon Krzyżacki. Jest miastem odwiedzanym przez pół miliona turystów rocznie.

Będąc w Malborku warto zwiedzić:

Zamek (na prawym brzegu Nogatu, jest otoczony fosą, wzniesiony w kilku etapach od 1280 do poł. XV w.),

Dinopark (**park rozrywki**),

Ratusz (gotycka budowla z lat 1365-80),

Pomnik Króla Kazimierza Jagiellończyka (rzeźba o wysokości 348 cm),

Makieta zamku krzyżackiego w skali 1 do 30 (ma 11 metrów długości oraz 7 metrów szerokości i ponad 2 metry wysokości).

Warto wybrać się w rejs po Nogacie (rejsy spacerowe statkiem i tramwajem wodnym. Można także podziwiać piękną panoramę miasta z kajaku lub gondoli).

Do tego pełnego zabytków miasta warto przyjechać pociągiem. Budynek dworca kolejowego PKP w Malborku wraz z pierwszym peronem wzniesiono w latach 1889-1890 w **stylu neogotyckim**.

**MOŻNA TEŻ GENIALNE BAWIĆ SIĘ W
DOMU.**

**WYSTARCZY HUMOR, SZCZYPTA
WYOBRAŹNI I ODROBINA SZALEŃSTWA**



Wakacje w domu

Wakacje w domu nie muszą być wcale nudne! Można je ciekawie przeżyć! Mam na to kilka sposobów:

ZABAWA W BASENIE



OKOLICZNE WYCIECZKI



DO LASU



Z PSEM



NA PIKINIK

ZABAWY



W CHOWANEGO



UKŁADANIE PUZZLI



W BERKA

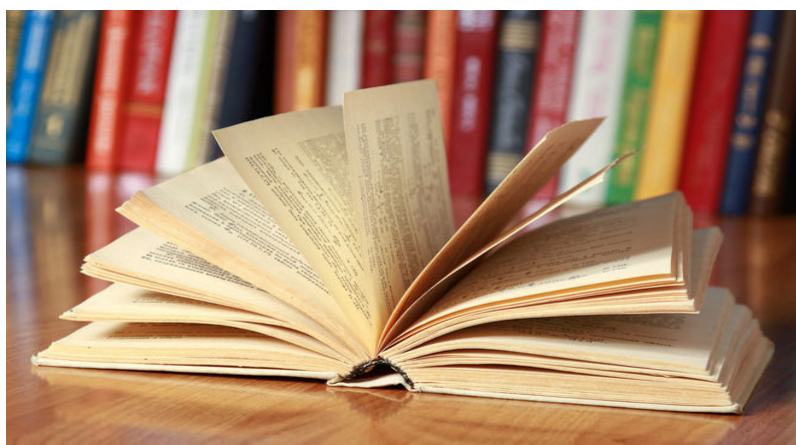
A gdy pada deszcz...



RYSOWANIE



ROBIENIE KOKTAJLU



CZYTANIE KSIĄŻEK

Lena

ZALETY CZYTANIA KSIĄŻEK

Książki rozwijają przede wszystkim wyobraźnię.

Można się z nich dowiedzieć wielu różnych rzeczy.
Są złodziejami czasu, na leniwe popołudnia .

Książka pomaga nam rozwijać język i słownictwo.

Książka rozszerza naszą świadomość i nasz świat.



Książka dostarcza nam wiedzy o innych krajach, itp.

Książka dodaje sił i zapału.

Dostarcza nam rozrywki i emocji.
Powoduje płacz i śmiech, a czasem złość.

Książka może skłaniać do stawiania pytań, które angażują i pobudzają do dalszych przemyśleń.

Książka jest naszym towarzyszem w samotności. Łatwo wziąć ją ze sobą i czytać gdziekolwiek.

Kate

WAKACJE W POEZJI

Wspomnienia z wakacji

Jedzie pociąg po torze, od stacji do stacji.
W pociągu podróżni i wspomnienia z wakacji.
Adam wiezie góry, pożegnał je wczoraj.
Ola garść muszelek znad leśnego jeziora.
Inka fale biegnące uparcie do brzegu.
Edek boje czerwone uwiązane w szeregu.
Ula wiezie babki z wilgotnego piasku.
Babki też narysuj na swoim obrazku.
Z każdego wagonu słońce pozdrawia nas ręką.
Za pociągiem pędzi wakacyjna piosenka.



J. Jałowiec

Jedziemy na wakacje

Jedziemy na wakacje
do lasu, nad wodę.
Prosimy ciebie, słonko
o piękną pogodę.

Jedziemy na wakacje
nad morze, na plażę.
Kolorowe muszelki
przynieś, falo, w darze.

Jedziemy na wakacje
w te góry wysokie.
Nie chowajcie się, szczyty,
za mgłą, za obłokiem.

Jedziemy na wakacje



Na Mazury? Może!
Wyjrzyj z krzaków, prawdziwku,
czekaj na nas w borze!

Cz. Janczarski

Letnia ulewa

Przed chwilą słońce.
Nagle ... ulewa!
Bije o ziemię,
bije o drzewa,
na szybach dzwoni
i w rynnach śpiewa,
w kałużach pluszcze
letnia ulewa.



I znowu cicho.
Znowu pogoda.
W całym ogrodzie
kałuże, woda...
Po ścieżkach płyną
srebrne strumyki...
Prędko! Zbierajmy l
leśne kamyki,
port budujemy,
gdzie płytkie morze.
Tamy stawiamy
w ciepłym jeziorze.
Puszczajmy łodzie
z listeczków gruszy,
nim ziemię znowu
słońce osuszy...



Irena Suchorzewska

Wiersze wybrała Kate

Nasza twórczość

Lato

Zaczynają się wakacje,
będziemy mieć wolny czas.
Powiewa ciepłym wiatrem,
łąkami pachnie nam.
Siedzimy przy ognisku.
Wesoło wszystkim jest,
że lato pełne przygód
do nas uśmiecha się.

Tyna



WAKACJE

Wszystkie dzieci lubią wakacje,
można bawić się radośnie.
Wtedy można jeść lody,
Pić zimną coca colę
jeździć nad morze,
stamtąd powietrze na pewno nam pomoże.
Ściągamy kurtki,



Ubieramy strój
Do jeziora wskakuj
I... stój!!!
Widzę szczupaka
Uciekaj, uciekaj!
A on wcale nie zwleka.



Tak skończyła się nasza wyprawa.

Co to? Słyszę budzik.

Mama woła:

Wstawaj! Do szkoły!

I tak skończył się mój sen wesoly.

Rusek



Przed nami wyjazdy, wycieczki, spacery po górskich szlakach. Aktywnie spędzany czas jest zbawienny dla naszego zdrowia i samopoczucia. Musimy jednak pamiętać o naszym bezpieczeństwie. Nie jesteśmy w stanie przewidzieć wypadków, które każdemu z nas mogą się przydarzyć, dlatego zawsze warto mieć przy sobie podręczną apteczkę.

Co powinno się znajdować w podręcznej apteczce?



Środki opatrunkowe:

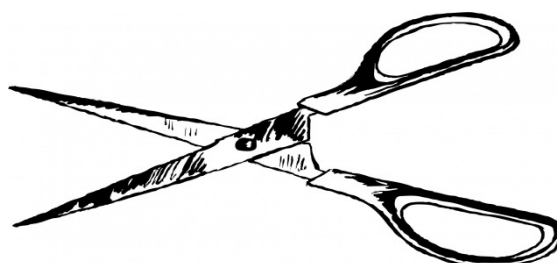
- wata opatrunkowa
- chusta trójkątna
- bandaż gazowy i co najmniej 1 bandaż elastyczny
- woda utleniona
- szeroki i wąski przyłepiec
- rękawiczki lateksowe
- chusta trójkątna
- bandaż gazowy i co najmniej 1 bandaż elastyczny
- woda utleniona
- szeroki i wąski przyłepiec
- rękawiczki lateksowe

Leki:

- altacet - do okładów na skręcenia i opuchnięcia
- Panthenol lub Termcool na lekkie oparzenia
- środek przeciw ukąszeniom owadów

Ponadto w podręcznej apteczce powinny się znajdować:

- nożyczki
- pęseta
- agrafki



JAKIE SĄ ZALETY UPRAWIANIA SPORTU ?

Systematyczna oraz mądrze wykonywana aktywność fizyczna ma dobroczynny wpływ na nasze:

- serce
- stawy
- mięśnie



Ponadto korzystnie wpływa na :

- redukcję poziomu stresu,
- przemianę materii,
- bezsenność,
- problemy ze skórą,
- redukcję otyłości,
- funkcjonowanie organów wewnętrznych,
- działanie układu odpornościowego,
- skład krwi - wydajność odżywiania oraz dotleniania naszego organizmu.

Wtórne zalety powyższych zmian na lepsze dają jeszcze więcej pozytywów. Do największych zaliczamy:

- lepsze samopoczucie,
- zgrabną sylwetkę,
- lepszą wytrzymałość, siłę i odporność organizmu,
- młodszy wygląd,
- dobrą kondycję ogólną i sprawność.

Tyna

Moda Na Lato

Z dnia na dzień dni stają się cieplejsze i z tego powodu opisuję modę na LATO!



W tym roku modne są krótkie spodenki, oczywiście jasnego koloru, długa bluzka na ramiączkach, kolorowe japonki. Dodatki mogą być różne, ale najlepszymi będą: naszyjnik wraz z kolczykami w kształcie sopli lodu. Strój najlepszy - w kolorze łososiowym, jasnoróżowym lub kremowym.



Modne również są bluzki firmy adidas w kolorze niebieskim. Warto założyć sandały sportowe, ale bez skarpet! Spodenki do kolan pod kolor brązu. Kapielówki mogą być w różnych barwach, ale ja wybrałam zielonoszare.



kulinarnie

Najpierw kilka rad

Co warto jeść?



Zastanawiacie się, jakie produkty warto jeść, aby poprawić sobie humor, żeby nie przytyć? Na pewno będą to produkty, które przyspieszają trawienie. Dlaczego nie warto rezygnować z deserów, nawet jeśli jesteśmy na diecie. Teraz pokażemy wam 10 ciekawostek na temat zdrowego jedzenia.

1. Nawet jeśli jesteście na diecie, nie rezygnujcie całkowicie z czekolady. Przeciwdziała depresji. **Jedzcie czekoladę!**



2. Wielomiesięczne badania, potwierdziły, że jedzenie dużego śniadania sprzyja gubieniu kilogramów. Posiłek musi jednak spełniać dwa warunki: powinien być bogaty w białko i węglowodany.



3. Pieczywo, które nazywamy „chrupkim” zawiera w 100 gramach więcej kalorii niż inne rodzaje chleba.



4. Lody są kaloryczne głównie ze względu na dodatki, z jakimi je się podaje, np. bita śmietana, sosy słodkie. Tymczasem lody są źródłem wapnia, białka, witamin z grupy B oraz żywych kultur bakterii, które wspomagają zachowanie prawidłowej mikroflory przewodu pokarmowego.



5. Spożywanie cebuli zmniejsza ryzyko występowania raka żołądka.

Uwaga! Działanie to zmniejsza się, gdy solimy warzywo - sól zwiększa ryzyko zachorowania.



6. Ostra papryka obniża poziom insuliny w organizmie. Insulina to hormon odpowiedzialny za magazynowanie tłuszczu w organizmie. Jej niski poziom sprzyja chudnięciu - zapobiega odkładaniu się tłuszczu.



7. **Skórka** naszych krajowych owoców, takich jak jabłka czy gruszki, stanowi cenne źródło błonnika, a tuż pod nią znajduje się najwięcej witamin. Nie pozbawiaj się więc wartościowych składników, wybierając te owoce, jeżeli nie musisz.



8. Cynamon poprawia apetyt, przyspiesza trawienie, zapobiega wzdęciom, a także obniża poziom cukru we krwi. Jest rozsądnym dodatkiem do wszelkich deserów.



9. Jedzenie surowego szpinaku poprawia humor. Jest on źródłem tryptofanu - aminokwasu, który obniża negatywne emocje.



10. Pistacje zmniejszają ryzyko chorób serca oraz cukrzycy.



Lala

Przepisy na szybkie domowe napoje i dania

ZIMNE NAPOJE

Lemoniada arbuzowo-truskawkowa:

1. W blenderze zmiksować na gładko arbuza z truskawkami, sokiem cytrynowym, cukrem i wodą.

Lemoniada klasyczna:

1. Z limonki wycisnąć sok, wymieszać go z wodą.

2. Dodać cukier i mieszać, aż się rozpuści.

3. Nałożyć lód do szklanek i wlewać lemoniadę. Szklanki można udekorować plasterkami limonki.

Wielce fioletowy smoothie owocowy:

1. Włożyć banany, jagody i sok pomarańczowy do blendera i zmiksować na gładką masę.

2. Dodać trochę miodu i/lub aromatu waniliowego do smaku. Należy dodać mniej lub więcej soku w zależności od konsystencji jaką chcemy uzyskać.

Mroźny, mleczny koktajl bananowy:

1. Do blendera włożyć banany, kostki lodu, wsypać cukier i dodać mleko. Przykryć i miksować przez 2 minuty, lub do momentu, gdy lód będzie drobno pokruszony.

Smoothie brzoskwiniowy:

1. W blenderze połączyć brzoskwinie, lody, mleko i sok pomarańczowy. Miksować do uzyskania gładkiej masy. Wlać do szklanek i podawać.

Smoothie z owoców leśnych:

1. W blenderze połączyć mleko, sok pomarańczowy, kiełki pszeniczne i owoce. Miksować do uzyskania gładkiej masy. Wlać do szklanek i podawać.



DANIA

SAŁATKA GYROS

Składniki:

- filety z kurczaka (2 sztuki)
- średnia cebula czerwona (1 sztuka)
- świeży ogórek (0,5 sztuki)
- korniszony (3 sztuki)
- kukurydza (1 puszka)
- papryka świeża (1 sztuka)
- średnia kapusta pekińska (0,5 sztuki)
- majonez (4 łyżki)
- keczup (do smaku)
- czosnek (2 ząbki)
- przyprawa GYROS (do smaku)
- olej do mięsa (2 łyżki)



Sposób wykonania:

Mięso pokroić w kostkę i dobrze posypać przyprawą Gyros oraz posiekany czosnek i 2 łyżkami oleju (można odstawić na godzinę, ale niekoniecznie).

Następnie usmażyć na złoto i pozostawić do ostygnięcia pod częściowym przykryciem, by mięso za bardzo nie wyschło.

Ogórki oraz paprykę pokroić w kostkę. Dobrze odsączyć.

Cebulę oraz kapustę pekińską pokroić w cienkie paseczki.

Układać warstwami:

1. Mięso z gyrosem

2. Cebula czerwona
3. Warstwa keczupu (cienka)
4. Ogórki
5. Kukurydza
6. Majonez
7. Papryka
8. Kapusta pekińska (przesypać ja przyprawą Gyros).
9. Całość posypać szczypiorkiem (może być suszony lub ulubionymi ziołami).

Smacznego!



Tyna

Nasze pupilki

Jakiego kupić psa dla dziecka?

Choć najlepsza rasa psa dla dziecka nie istnieje, bo każdy pies może zareagować agresywnie na „pieszczoty” malucha, można wskazać rasy psów, u których przeważają cechy pożądane w kontakcie z dzieckiem. W przypadku tych psów istnieje większe prawdopodobieństwo, że wykażą spokojne i przyjazne podejście do dziecka. Jeśli wahasz się, jaką rasę psa wybrać dla małego dziecka, skorzystaj z naszych podpowiedzi. Pies odpowiedni dla małych dzieci powinien cechować się łagodnym, zrównoważonym charakterem, dużą cierpliwością i serdecznym podejściem do maluchów.

Należy pamiętać, że wybór określonej rasy, nigdy nie zastąpi prawidłowego wychowania psa, dlatego nie jest powiedziane, że rottweiler czy amstaff nie są psami odpowiednimi dla małych dzieci. Niemniej jednak, nawet w przypadku właściwie ułożonego psa, nigdy nie można wykluczyć agresywnego zachowania, a już na pewno wtedy, gdy jest on poddawany dziecięcym „torturom”. Absolutnie nie wolno tolerować sytuacji, gdy małe dziecko bije psa, ciągnie za uszy czy wkłada palce do oczu lub pyska. Żeby relacje dziecko-pies były przyjazne i bezpieczne, należy obie strony nauczyć wzajemnego szacunku i współpracy. Choć nie ma rasy idealnej dla dzieci, można pokusić się o wskazanie ras psów, u których przeważają cechy charakteru pożądane w kontakcie z dzieckiem. W przypadku tych psów istnieje większe prawdopodobieństwo, że będą wykazywały przyjazny stosunek do dzieci.

Jednym z najłagodniejszych ras w Polsce jest Golden Retriever.

Golden Retriever - pies znany z reklam i kina rodzinnego. Dobrotliwe, "śmiejące" się spojrzenie sprawia, że już samym wyglądem wzbudza pozytywne odczucia. Jest to pies o bardzo łagodny, towarzyski, o wesołym usposobieniu.

Rzadko szczeka. Bardzo dobrze czuje się wśród



rodziny, wobec dzieci wykazuje spokój i łagodność. Znosi nawet siadanie maluchów na grzbiecie i targanie za uszy (co nie oznacza, że można dziecku na to pozwolić). Jeśli ma dość dziecięcych "pieszczot", przeważnie usuwa się w ustronne miejsce. Doskonale sprawdza się jako kompan zabaw na świeżym powietrzu - bieganiu, graniu w piłkę, aportowaniu czy pływaniu. Ze względu na swój bardzo łagodny charakter i przyjazne podejście do obcych nie będzie dobrym stróżem bawiących się dzieci. Zanim zdecydujemy się na goldena, powinniśmy wziąć pod uwagę wiek dziecka. Goldeny są dużymi psami i łatwo mogą przewrócić małe dziecko (szczenięta też są dość masywne). Z tego względu lepiej kupić goldena, gdy dziecko podrośnie i będzie miało już w pełni skoordynowane ruchy.

Psy rasy labrador Retriever wyróżniają się łagodnością i wyjątkowym wdziękiem. Z ich wychowaniem poradziłyby sobie początkujący posiadacz psa. Na czym polega urok rasy labrador Retriever? Oto najważniejsze cechy tej jednej z najpopularniejszych ras psów na świecie.



Psy rasy labrador Retriever występują najczęściej w umaszczeniu czarnym, żółtym określanym również jako złote lub biszkoptowe, lub w umaszczeniu czekoladowym. Psy tej rasy są bardzo przyjacielskie, posłuszne i łatwe do wyszkolenia. Ze względu na swe łagodne usposobienie i ponadprzeciętną inteligencję, psy tej rasy często są wykorzystywane w roli przewodników niepełnosprawnych i psów policyjnych.

Zanim przygarniecie psa, spytajcie rodziców o zgodę!

Rusek

CIEKAWOSTKI ZE ŚWIATA PRZYRODY

piesek

1) Ile kości jest w ciele psa?

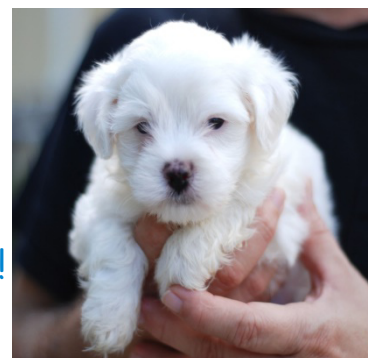
Jest ich 319. To o 112 kości więcej niż ma ich człowiek!

2) Czy pies może „spalić” się na słońcu?

Niestety tak - jego skóra może ulec poparzeniu słonecznemu. Psy o jasnej sierści są bardziej narażone na działanie promieni UV.

3) Jaką pies ma normalną temperaturę ciała?

Normalną temperaturą ciała psa jest ok. 38 stopni - nieco więcej od człowieczych 36,6.



jaskółka dymówka

„Jedna jaskółka wiosny nie czyni”. Być może. Ale wystarczy jedna, aby życie stało się lepsze. Ten mały ptak ma wyjątkową moc. Niesie



radość i nadzieję - i to na odległość wielu tysięcy kilometrów... Jeszcze niewiele ponad sto lat temu ludzie wierzyli, że jaskółki zimę spędzały w mule, na dnach

stawów i jezior, gdzie zapadały w głęboki sen. Nikt nie umiał wyobrazić sobie, aby małe, słabe ptaszki mogły odbywać dalekie podróże - i to na własnych skrzydłach. Może ktoś coś podejrzewał - ale nikt nie odważył się przeciwstawić obowiązującej większości.

Wiktoria Rosiak

Ciekawostki o polskich Youtube'rach

Najpopularniejszym zajęciem, któremu nastolatki poświęcają dużo czasu jest oglądanie filmów na YouTube.

Najpopularniejszymi youtuberami są:

- Stuu Games
- Rezi
- JDabrowsky
- Littlemoonster96
- Naruciak



A oto kilka podstawowych informacji o nich

Stuu Games - nazywa się Stuard Burton (wcześniej na yt - polski Pingwin). Mieszka w Katowicach. Ma 24 lata. Urodził się 7 stycznia 1992 r.

Rezi - Remigiusz Wierzgoń. Ma 20 lat.

Littlemoonster96 - to Angelika Mucha. Ma 18 lat. Mieszka w Katowicach.

JDabrowsky - ma 20 lat. Urodził się w roku 1996.

Naruciak - tak naprawdę nazywa się Adam Ziemmerman. Ma 19 lat. Jest wysokim brunetem.

Zuzanna Popiołek

HUMOR



Hanula

GDY DZIECKO ŚPI...

Z MAMĄ



Z TATĄ



<http://www.motywatory.pl>

entuko.pl

Kate

Pani pyta Jasia:

- Odrobiłeś pracę domową?
- Tak, nawet przeczytałem całą lekturę i nauczyłem się do sprawdzianu!

Pani osłupiała krzyczy:

- Jasiu, Ty chyba żartujesz!
- Tak, ale to pani zaczęła.

Nauczycielka na lekcji:

- Kowalski, dlaczego nie masz w zeszytcie wczorajszego tematu lekcji?
- Bo to nowy zeszyt.
- A gdzie stary?
- Stary w robocie.

Przed egzaminem uczeń pyta ucznia:

- Powtarzałeś coś?
- Tak.
- A co?
- Będzie dobrze, będzie dobrze!

Studenci wybrali się na egzamin. Czekają pod drzwiami sali. Nudzili się, więc zaczęli bawić się indeksami tak, jak kiedyś grało się monetami w podstawówce - czyj indeks zatrzyma się bliżej ściany. Jednemu to nie wyszło zbyt dobrze, bo zamiast w ścianę, trafił indeksem pod drzwi i do sali, w której siedział egzaminator. Przeraził się okrutnie, ale za chwile indeks wyleciał z powrotem. Otwiera, patrzy, a tu ocena z egzaminu: 4. Ucieszył się, no więc koledzy postanowili wrzucać dalej. Kolejny dostał 3+, następny 3. W tym momencie zaczęli się zastanawiać. Kolejna ocena wydawała się dosyć jednoznaczna (2+ nie wchodziło w grę). Wreszcie jeden postanowił zaryzykować. Wrzuca indeks. Czekają. Nagle otwierają się drzwi, staje w nich egzaminator:

- Piątka za odwagę!

Siedzą dwaj uczniowie:

- Wiesz, czasem ogarnia mnie wielka ochota, żeby się pouczyć.
- I co wtedy robisz?
- Czekam, aż mi przejdzie.

Koniec roku szkolnego. Synek przychodzi ze szkoły.

- Tato, Ty to masz szczęście do pieniędzy.
- Dlaczego?
- Nie musisz kupować książek na przyszły rok - zostaję w tej samej klasie.

Jaga

ZAGADKI

Zagadka o szkole:

Codziennie rano dzwonek
na lekcję do niej woła.
Uczymy się w niej pilnie,
bo to jest nasza ...



Zagadka o tablicy:

Zielona lub czarna,
białe znaki na niej.
Kiedy machniesz na nie gąbką,
nic z niej nie zostanie.

Zagadka o lekcji:

Każdy przyjść do szkoły
przed dzwonkiem się stara.
Bo co się po dzwonku
w klasie zacznie zaraz?

Zagadka o piórniku:

W tym malutkim domku
małe są pokoje.
W nich szkolne przybory
zawsze trzymam swoje.

Trwają dwa miesiące.

Lubią je uczniowie,

bo mogą odpocząć

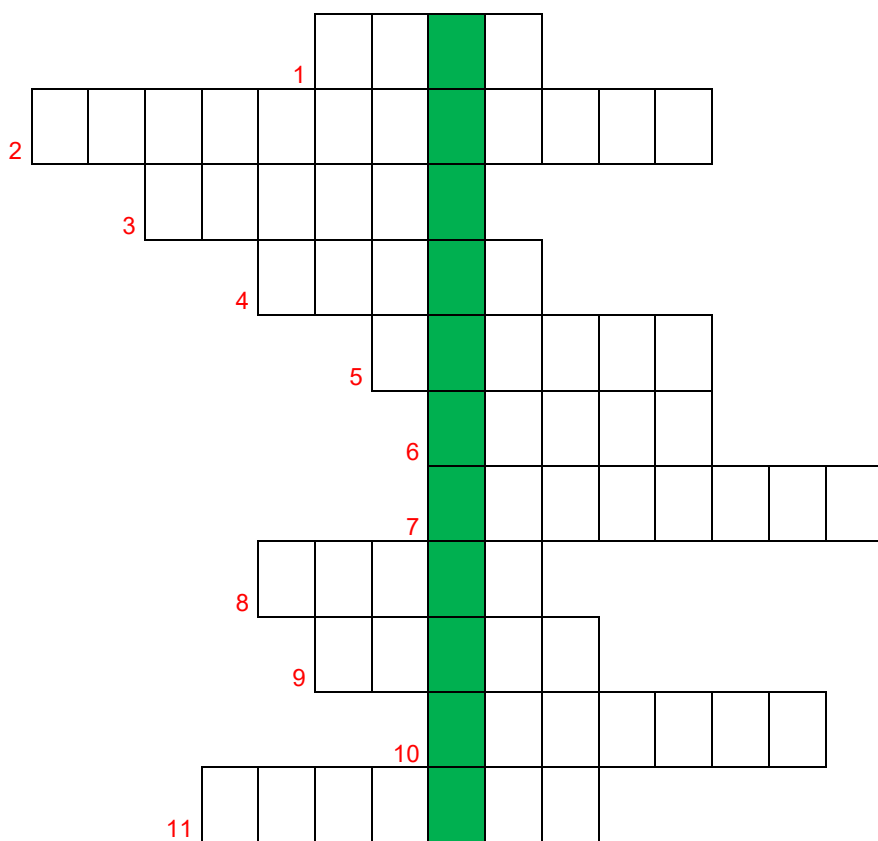
i stawać na głowie.

Kto z was owoc taki zna,
w którym w nazwie
na początku jestem „JA”.
Niedaleko od drzewa pada,
każdy je z ochotą zjada.
Okrągłutkie i rumiane.

Wiki



krzyżówka



1. **Mila** - nazwisko kapitana drużyny Śląska - Wrocław
2. **Podbeskidzie** - polski klub piłkarski z Bielska-Białej
3. **boisko** - duży prostokąt pokryty murawą, o wymiarach 45 m do 90 m szerokości i długości od 90 m do 120 m
4. **karny** - dyktowany jest przez sędziego w wyniku faulu lub zagraniu ręką przez gracza drużyny broniącej w obrębie swojego pola karnego
5. **Celtic** - szkocki klub piłkarski z Glasgow
6. **Legia** - polski klub piłkarski z Warszawy
7. **Maradona** - Argentyńczyk, jeden z najlepszych piłkarzy w historii piłki nożnej, karierę piłkarską zakończył w 1997r.
8. **Dudek** - polski bramkarz, grał m.in. w Feyenoord Rotterdam, Liverpool, Real Madryt
9. **Wisła** - polski klub piłkarski z Krakowa
10. **spalony** - sytuacja, gdy piłkarz drużyny atakującej w momencie kierowania do niego podania znajduje się na połowie drużyny przeciwnej i jest bliżej linii bramkowej przeciwnika niż piłka i przedostatni zawodnik drużyny przeciwnej
11. **Benfica** - portugalski klub piłkarski z Lizbony

Kate

