

GAZETKA

SZKOŁA PODSTAWOWA
W GARDNIE

STYCZEŃ, LUTY
2024 NR 4

SZKOLNA

KROPECZKA

2024

WWW.AKADEMIANIEMANUDKA.PL

| PONIEDZIAŁEK | WTOREK | ŚRODA | CZWARTEK | PIĄTEK | SOBOTA | NIEDZIELA |
|--|-------------------------------------|--|------------------------------|----------------------|----------------|--------------------------------------|
| 1 NOWY ROK ŚWIĄTOWY DZIEŃ POKOJU | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 TRZECH KRÓLI | 7 DZIEŃ DZIWAKA |
| 8 | 9 DZIEŃ LIGI OCHRONY PRZYRODY | 10 | 11 DZIEŃ WEGETARIAN | 12 | 13 | 14 |
| 15 | 16 | 17 DZIEŃ PIZZY | 18 DZIEŃ KUBUSIA PUCHATKA | 19 DZIEŃ POPCORNU | 20 | 21 DZIEŃ WIEWIÓRKI DZIEŃ BABCI |
| 22 DZIEŃ DZIADKA | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 MIEDZYNARODOWY DZIEŃ LEGO |
| 29 MIEDZYNARODOWY DZIEŃ PUZZLI | 30 | 31 MIEDZYNARODOWY DZIEŃ ILUZJONISTY | | | | |

2024

WWW.AKADEMIANIEMANUDKA.PL

| PONIEDZIAŁEK | WTOREK | ŚRODA | CZWARTEK | PIĄTEK | SOBOTA | NIEDZIELA |
|--------------------------------------|--------------------------------------|---|----------------------|--|---------------------------------|---|
| | | | 1 | 2 DZIEŃ NIEDZWIEDZIA | 3 DZIEŃ CIASTA MARCHEWKOWEGO | 4 |
| 5 DZIEŃ METEOROLOGA | 6 DZIEŃ BEZPIECZNEGO INTERNETU | 7 | 8 TŁUSTY CZWARTEK | 9 | 10 | 11 EUROPEJSKI DZIEŃ NUMERU ALARMOWEGO |
| 12 MIEDZYNARODOWY DZIEŃ EPILEPSJI | 13 | 14 WALENTYNKI | 15 | 16 | 17 ŚWIĄTOWY DZIEŃ KOTA | 18 |
| 19 | 20 | 21 MIEDZYNARODOWY DZIEŃ JEZYKA OJCZYSTEGO | 22 | 23 OGÓLNOPOLSKI DZIEŃ WALKI Z DEPRESJĄ | 24 | 25 |
| 26 DZIEŃ DINOZAURA | 27 | 28 | 29 DZIEŃ TOSTA | | | |

- Gdy styczeń zamglony, marzec zaśnieżony.
- Gdy w styczniu deszcz leje, złe robi nadzieje.
- Jak styczeń zachlapany, to lipiec zaplakany.
- Kiedy styczeń mokry trzyma, zwykle bywa długa zima.
- Kiedy w styczniu lato, w lecie zima za to.
- Gdy styczeń jasny i biały, w lecie bywają upały.
- Styczeń bywa łagodny, gdy październik śnieżny i chłodny.

- Gdy mróz w lutym ostro trzyma, tedy jest niedługa zima.
- Gdy w lutym mróz mocno trzyma, będzie krótka zima.
- W lutym śnieg i mróz stały, w lecie będą upały.
- W lutym wody wiele - w lecie głodne nawet cielę.
- Kiedy luty puści, to marzec wypieczę.
- Kiedy luty schodzi, człek po wodzie brodzi.
- Kiedy luty, obuj buty.

W tym numerze naszej szkolnej gazetki zaprosiliśmy do rozmowy Panią Renatę Styczeń – wicedyrektor naszej szkoły, wspaniałego pedagoga i nauczyciela matematyki.



N.O.: Czy jako dziecko myślała Pani o tym, żeby pracować w szkole?

R.S.: Jako dziecko chciałam być aktorką, hihhi

N.O.: Jest Pani wicedyrektorem naszej szkoły. Od ilu lat Pani pełni tę funkcję? Jakie są Pani obowiązki?

R.S.: Wicedyrektorem jestem szósty rok. Obowiązków jest trochę, do najważniejszych zaliczam plan lekcji, taki rozkład jazdy szkoły, który prawie codziennie trzeba aktualizować. Do tego dochodzi SIO z aktualizacjami, comiesięczny raport z wypracowanych godzin, teczki na egzaminy. Powiedzmy, że te są najważniejsze.

N.O.: Oprócz funkcji wicedyrektora jest Pani również szkolnym pedagogiem. Jaki jest Pani sposób na dobre relacje z uczniami?

R.S.: A to trudne pytanie. Lepiej spytać uczniów o te relacje, hihhi... Nie wiem, czy one są dobre, ale wiem, że ważne w nich jest dobro uczniów.

N.O.: Jest Pani nie tylko wicedyrektorem i pedagogiem naszej szkoły, ale także nauczycielem matematyki. Skąd się wzięła pasja do tego przedmiotu? Dlaczego postanowiła

N.O.: Czy nauczanie dzieci matematyki to trudna sprawa?

R.S.: Trudna, ale częściej po stronie uczniów. Młodzi ludzie nie uczą się teorii, tej podstawowej. Bez podstawy nic się nie zbuduje.

N.O.: Proszę nam powiedzieć – Jaka jest dobra recepta na nauczenie się matematyki?

R.S.: Teoria, o której mówiłam wcześniej i utrwalanie tematu dnia. Wystarczy zrobić dwa, trzy zadania. Nawet te, które były na lekcji. Margines w zeszyte potraktować jak miejsce na cenne zapiski. I jeszcze jedno, mieć duży zeszyt. Dlaczego? Żeby zbyt często ich nie zmieniać.

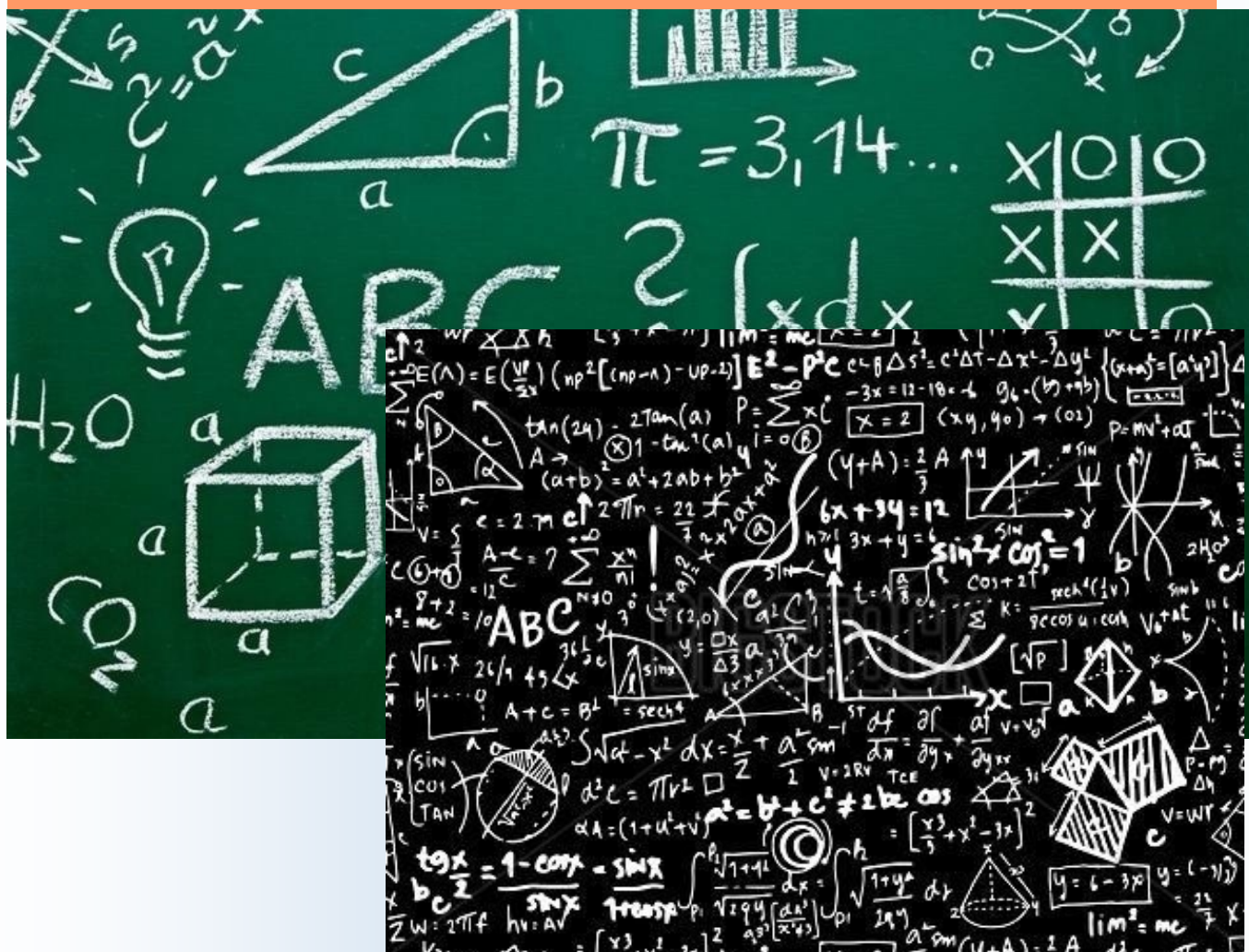
N.O.: Czy matematyka sprawiała Pani kiedyś trudności?

R.S.: Tak. I nawet teraz spotykam zadania, które muszę nieźle matematycznie przekombinować.

N.O.: Co chciałaby Pani przekazać czytelnikom naszej gazetki?

R.S.: Drodzy Czytelnicy, uwierzcie mi : Nauka jest fajna.

Wywiad przeprowadziła Natalia Okoń z klasy VIII a



ZASADY BEZPIECZEŃSTWA DOTYCZĄCE ZABAW NA ŚNIEGU, LODOWISKU I PODCZAS:

- Nie zjeżdżamy na sankach z pagórków znajdujących się w pobliżu dróg i zbiorników wodnych
 - Do zjeżdżania wybieramy teren pozbawiony drzew i nierówności, bo grozi to wywrotką
 - Zachowujemy bezpieczeństwo podczas saneczkowania, nie chodzimy po torze gdy inni zjeżdżają, nie zjeżdżamy z pagórków na butach
 - Nigdy nie doczepiamy sanek do samochodu
 - Przed jazdą na sankach zawsze sprawdzamy czy w naszych sankach nie ma wystających śrub, gwoździ bądź połamanych szczebli, ponieważ stwarzają one poważne ryzyko wyrządzenia sobie krzywdy
 - Rzucając śnieżkami nie łączmy miękkiego śniegu z kawałkami lodu, z kamieniami, ani innymi twardymi przedmiotami w środku, bo możemy komuś zrobić krzywdę
 - Nigdy nie celujemy śnieżkami w twarz
 - Nigdy nie wolno rzucać śnieżkami w jadące pojazdy, gdyż takie zachowanie może być przyczyną kolizji lub wypadku drogowego
 - Nie rzucamy również śnieżkami w piesznych ani w okna domów
 - Na łyżwach jeździmy tylko w wyznaczonych do tego miejscach, nie wolno jeździć po zamrożonych jeziorach, stawach, rzekach i wykopach, ponieważ pod wpływem ciężaru ciała lód może się na nich załamać
- Ślizgamy się na placach przeznaczonych na ślizgawki i lodowiska



Nigdy nie wbiegajmy na lód, pod którym się ktoś załamał; szczególnie niebezpieczne są miejsca w pobliżu ujść rzek, nurty rzek, ujścia kanałów, ujścia ścieków, ujęcia wody, mosty, śluzy, wszelkie pomosty, miejsca na lodzie z występującymi pęknięciami i rysami

Co robić sytuacji, gdy załamał się pod nami lód:

- zachować spokój
- unikać gwałtownych ruchów
- za wszelką cenę starać się nie wpłynąć pod lód
- należy rozłożyć szeroko ręce zwiększając w ten sposób kontakt z pokrywą lodową
- należy starać się wydostać z wody ostrożnie podciągając się na rękach
- pamiętajmy, że w lodowatej wodzie można przebywać tylko przez kilka minut – dłuższa kąpiel grozi nadmiernym wychłodzeniem organizmu
- gdy wydostaniemy się na powierzchnię lodu poruszajmy się w kierunku brzegu w pozycji leżącej tak, aby zmniejszyć nacisk na lód
- cały czas należy wzywać pomoc

Co robić, gdy zauważymy osobę, pod którą załamał się lód:

- sprawdzamy i oceniamy swoje bezpieczeństwo
- wzywamy pomoc
- próbujemy podać szalik, linę, sanki itp. (jeśli to bezpieczne) osobie poszkodowanej, pamiętając o tym, by nie zbliżać się zbyt blisko do tej osoby
- po wydobyciu osoby poszkodowanej z wody należy ją przykryć jeśli to możliwe czymś ciepłym
- następnie należy czekać na wezwaną pomoc

ZASADY BEZPIECZEŃSTWA PODCZAS FERII SPĘDZANYCH W GÓRACH:

Bezpieczeństwo na szlaku:

- Zanim wyjdziemy w góry sprawdzamy prognozę pogody – w przypadku wysokiego zagrożenia lawinowego lub innych niebezpieczeństw rezygnujemy z wycieczki
- Przygotujmy się – zapoznajmy się z najważniejszymi informacjami o masywie górskim, w który się wybieramy
- Wychodzimy w góry zawsze w towarzystwie osoby dorosłej (rodzica, opiekuna lub wychowawcy)
- Wychodząc w góry, w miejscu pobytu, zawsze pozostawmy wiadomość o trasie swojej wycieczki i planowanej godzinie powrotu
- Dopasujmy rodzaj szlaku do własnych możliwości – weźmy pod uwagę swoje zdrowie, kondycję, wiek, a także warunki atmosferyczne

ZASADY BEZPIECZEŃSTWA PODCZAS FERII W DOMU I POZA DOMEM:

Klucze od mieszkania zawsze nosimy pod ubraniem

Nie chwalamy się na podwórku o tym, że nikogo nie ma w domu

Nie opowiadamy o wyposażeniu domu i zasobach majątkowych rodziny

Nie podajemy nikomu swego adresu zamieszkania

Nie ufamy nigdy osobom obcym – nie podajemy żadnych informacji o sobie ani o członkach

swojej rodziny, nie bierzemy od nich proponowanych upominków, nie korzystamy z zaproszeń na spacer lub do domu, nie wsiadamy do ich samochodów

Idąc na górkę czy dłuższy spacer w zimowej aurze warto wziąć ze sobą ciepły napój w termosie

Należy też pamiętać o tym, by być dobrze widzianym na drodze (zwłaszcza po zmierzchu) co zapewnią nam wszelkiego rodzaju elementy odblaskowe doczepiane do ubrania, opaski, kamizelki oraz smycze

Przebywając w domu z pewnością wielu z was będzie korzystało ze wspaniałego wynalazku jakim jest Internet. Jest on kopalnią wiedzy, należy jednak nie zapominać, że Internet wykorzystywany nieostrożnie może wyrządzić nam i innym ludziom wiele krzywdy. Musimy więc wszyscy pamiętać o podstawowych zasadach bezpieczeństwa w sieci:

- nigdy nie podajemy swoich danych osobowych
- nigdy nie wolno ufać osobom poznanym w sieci
- zabezpiecz swój komputer
- zawsze stosuj zasady NETYKIETY

Oliwia Sienkiewicz klasa VI b



TALENTY NASZYCH UCZNIÓW

W szkole mamy wiele utalentowanych osób, również takich, którzy grają na instrumentach.

Jedną z takich osób jest Oliwia Szachniewicz, uczennica klasy 6b. Oliwia gra na gitarze. Gra już 5 lat oraz uczęszcza do szkoły muzycznej w Gryfinie. Gra na tym instrumencie wymaga wiele ćwiczeń by dojść do perfekcji. Oliwia grając na gitarze spełniła jedno ze swoich marzeń.

Kolejną osobą jest Maximilian Hrynyszak, uczeń klasy 8a. Max gra na pianinie i to już od ośmiu lat. Przez 6 lat uczęszczał na zajęcia do szkoły muzycznej pierwszego stopnia w Gryfinie i ukończył ją z wynikiem celującym. Max grał na wielu koncertach, a oprócz tego wygrał wiele konkursów. W tym momencie, kontynuuje swoją naukę w Niemczech.

Hania Czerkasiewicz klasa VIII a



HISZPANIA

Hiszpania składa się z 17 regionów autonomicznych i dwóch miast autonomicznych. Stolicą i największym miastem jest Madryt, duże znaczenie mają również Barcelona i Walencja. Państwo ma powierzchnię 505 944 km², będąc czwartym co do wielkości państwem w Europie, po Rosji, Ukrainie i Francji. Ludność oscyluje na poziomie 50 mln. Dominuje w nim klimat subtropikalny. Na zachodzie Hiszpania graniczy z Portugalią, na południu z należącym do Wielkiej Brytanii Gibraltarem, oraz przez plazas de soberanía z Marokiem. Na północnym wschodzie, przez Pireneje, państwo graniczy z Francją i Andorą. Północno-zachodnia i południowo-zachodnia część leży nad Oceanem Atlantyckim, pozostała część wybrzeża leży nad Morzem Śródziemnym.



Hiszpania potrafi zaskoczyć, nie tylko turystów, którzy udają się tam pierwszy raz. Niezwykła przyroda, dziwne obyczaje, tradycje odmienne od naszych. W Hiszpanii znajdziemy najwięcej rezerwatów biosfery UNESCO. Krajobraz stanowią wulkany, góry, mokradła, malownicze plaże, piękne doliny, majestatyczne pustynie, dzikie urwiska, tajemnicze jeziora – krajobraz tego kraju obfituje w zapierające dech w piersiach kontrasty. Dlatego Hiszpania jest tak chętnie odwiedzana przez turystów.



Hiszpania to kraj typowo turystyczny. Obecnie drugi na świecie pod względem przyjmowanych turystów zagranicznych (około 55 mln rocznie), wyprzedza ją tylko Francja. Ze względu na panujący tam jeden z najcieplejszych klimatów w Europie, Hiszpania corocznie gości całe rzesze zagranicznych turystów na swoich plażach i wyspach. Burzliwa historia Półwyspu Iberyjskiego pozostawiła w Hiszpanii ślady w postaci licznych zabytków. Na jej ziemiach widać przekrój przez liczne wieki, od czasów rzymskich (Tarragona i Sagunto), przez czasy arabskie (słynna Alhambra) po imponującą architekturę współczesną (Madryt, Barcelona). Te dwa ostatnie miasta obfitują w muzea bogato zaopatrzone w cenne eksponaty (Muzeum Prado)^[1]. Jedną z główniejszych atrakcji Hiszpanii jest także wyśmienita kuchnia, składająca się głównie z owoców morza.



„Zrób dziś, co masz zrobić jutro” – to powiedzenie z całą pewnością nie obowiązuje w Hiszpanii. Sjesta, czyli kilkugodzinna przerwa w pracy, jest tam traktowana jako narodowa tradycja. Wypada jednak wspomnieć, że niemal 59 proc. Hiszpanów deklaruje, że nie robi sobie sjesty. Trochę trudno w to uwierzyć, tym bardziej, że słowa *mañana* (jutro) i *tranquilo* (spokojny) należą do najczęściej wypowiedzianych. Dlatego społeczeństwo Hiszpanii jest wyluzowane i żyje bez pośpiechu.

Alicja Dudek klasa VI b



EGIPT

Egipt to państwo pustynne położone w północnej części Afryki przy Morzu Śródziemnym z niezwykle bogatą historią. Dziś jest jednym z najczęściej wybieranych kierunków turystycznych. Jego stolicą jest Kair, a innymi ważnymi miastami są: Aleksandria, Giza, Szubra al-Chaima, Port Said oraz Mehalla el-Kubra. Stolicą kraju oraz jego największym miastem jest Kair, który zamieszkuje około 9 milionów obywateli. Kair jest również największym miastem Afryki oraz Bliskiego Wschodu. Populacja całego kraju wynosi około 95 milionów mieszkańców. Egipt zajmuje 14. miejsce pod tym względem na świecie. Językiem urzędowym tego kraju jest arabski.



Klimat Egiptu jest to bardzo zróżnicowany pod względem pogodowym i choć można wyróżnić tutaj klimat półpustynny, śródziemnomorski, pustynny i umiarkowany, to jednak ten pierwszy króluje w znacznej części kraju. Oznacza to, że temperatura w Egipcie jest wysoka praktycznie przez cały rok. W miesiącach letnich termometry pokazują wartości najczęściej powyżej 27°C, z kolei zimą można spodziewać się średnich temperatur na poziomie ok. 22°C. Wiosna i jesień to niezwykle atrakcyjne pory roku, kiedy to pogoda w Egipcie jest przyjemna oraz łagodna, a woda w morzu niezwykle komfortowa do kąpieli. Między innymi gorący klimat jest czynnikiem, który wpływa na rozwój turystyki.



Aby wybrać się na wczasy w Egipcie, musicie posiadać paszport lub paszport tymczasowy. Dokument powinien być ważny przynajmniej 6 miesięcy od dnia, w którym planujecie opuścić Egipt. Muszą posiadać go również dzieci. Oprócz tego potrzebna będzie Wam wiza. Otrzymacie ją na lotnisku. Możecie też uzyskać ją za pośrednictwem Internetu. Niezbyt przyjemną „atrakcją” dla turystów jest tzw. kłątwa Faraona. Choroba ta wywołana jest głównie przez bakterie, wirusy lub pasożyty, a sprzyja jej niski poziom warunków sanitarnych w odwiedzanych krajach oraz odmienna flora bakteryjna przewodu pokarmowego turystów. Częstym źródłem choroby jest niedogotowane lub surowe mięso i ryby, jak również niewłaściwie umyte owoce i warzywa, które mogą szybko spowodować wybuch wakacyjnych zatruc pokarmowych wśród gości.

Jednym z najatrakcyjniejszych celów podróży turystów są piramidy, które były niegdyś najwyższymi konstrukcjami zbudowanymi przez człowieka. W Egipcie znajduje się ich ponad 100. Są one ustawione w jednej linii z gwiazdami. Podróżujący z całego świata chcą zobaczyć na własne oczy te liczące sobie tysiące lata wyjątkowe budowle.



Egipt to niezwykle ciekawe, piękne i bogate kulturowo państwo, warte poznania jego historii.

Alicja Dudek klasa VI b



Harry Potter i Kamień Filozoficzny

Po raz pierwszy wydana 26 czerwca 1997 na terenie Wielkiej Brytanii. Jest pierwszą częścią siedmiotomowej serii powieści Harry Potter (1997–2007) i stanowi debiut literacki Rowling. Jej publikacja rozpoczęła budowę franczyzy medialnej Wizarding World.

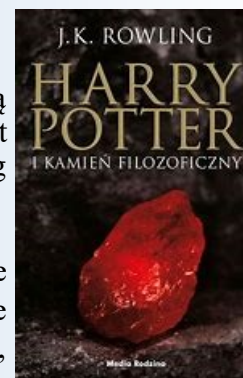
Kamień filozoficzny opowiada o jedenastoletni Harry Potter, który dowiadyuje się, że jest czarodziejem. Chłopiec rozpoczyna naukę w szkole magii Hogwart, gdzie zaprzyjaźnia się z Ronem Weasleyem i Hermioną Granger. Bohaterowie odkrywają, że w szkole ukryto kamień filozoficzny, mający moc zapewnienia długowieczności. Przyjaciele usiłują powstrzymać czarnoksiężnika Lorda Voldemorta, który przed laty zamordował rodziców Harry'ego, przed zdobyciem kamienia. J.K.Rowling jest pierwszą osobą która po przez pisanie książek została miliarderką.

Głównym bohaterem jest chłopiec o imieniu Harry. Jest to wychudzony, czarnowłosy, zielonooki, w okularach i z blizną w kształcie błyskawicy na czole chłopak. Osierocony przez rodziców w wieku niemowlęcym, w dniu jedenastych urodzin dowiadyuje się od Hagrida, że jest czarodziejem i ma rozpocząć naukę w Szkole Magii i Czarodziejstwa w Hogwarcie. Tam zaprzyjaźnia się z Ronem i Hermioną, z którymi odkrywa, że w szkole ukryty jest kamień filozoficzny.

Pierwsza książka została wydana w języku angielskim przez wydawnictwo Bloomsbury Publishing. Na jej powstanie wpłynęły inspiracje baśniami i literaturą angielską o szkole z internatem. Do kreacji postaci i przedstawionego w powieści świata magii autorka wykorzystała motywy z mitologii greckiej i rzymskiej, folkloru oraz kultury średniowiecznej. Po premierze w 1997 na terenie Wielkiej Brytanii w 1998 książkę wydało w Stanach Zjednoczonych wydawnictwo Scholastic Corporation.

J.K. Rowling brytyjska pisarka, scenarzystka, producentka filmowa i telewizyjna, filantropka, a wcześniej nauczycielka języka angielskiego. Sławę przyniosła jej seria powieści fantasy Harry Potter, której sprzedaż przekroczyła już 500 mln egzemplarzy.

Laura Ferens klasa VI b



Dzień Wiewiórki

W Polsce i na świecie obchodzimy 21 stycznia. Nie bez przyczyny została wybrana właśnie ta data, to zwłaszcza w zimie wiewiórki potrzebują naszej pomocy. Dlatego warto wiedzieć czym je karmić, aby pomóc im przetrwać trudne warunki. **Czy wiewiórka jest pod ochroną w Polsce?**

Wiewiórki pospolite występują powszechnie na terenie całego kraju. Od 2014 roku podlegają częściowej ochronie gatunkowej. Występują w lasach, spotyka się je w zadrzewieniach i parkach. Zasiedlają stare budki lęgowe, duże gniazda i dziuple. W jakich krajach żyją wiewiórki? Na terenie Polski jedynym dziko żyjącym gatunkiem wiewiórki są wiewiórki pospolite, potocznie zwane również rudymi. Wiewiórki szare (łac. *Sciurus carolinensis*) na terenie Europy obecne są w Wielkiej Brytanii, Irlandii i we Włoszech. Obecnie istnieje 28 podgatunków, z których najbardziej znanym jest wiewiórka pospolita (*Sciurus vulgaris*), występująca w Europie i części Azji. Na całym świecie powszechne są także wiewiórki szare (*Sciurus carolinensis*), będące tak zwanymi neozoonami, czyli gatunkami inwazyjnymi wypierającymi rodzime gatunki.

Agata Piela klasa VI b



Dzień Rogalika

Powszechnie croissant uważa się jednak za przysmak z Francji i od 1920 roku faktycznie jest on narodowym produktem tego kraju. W rzeczywistości pomysł na ten wypiek narodził się w Austrii, a oficjalny przepis powstał w 1839 roku. **Kto wymyślił rogaliki?** Według kart historii rogaliki jako świętomarcińskie narodziły się właśnie 11 listopada 1891 roku, kiedy proboszcz parafii św. Marcina w Poznaniu wzywał wiernych do naśladowania dobroci i ofiarności świętego. Jego apel trafił do serca cukiernika Józefa Melznera, który przekonał swojego szefa. **Ile lat mają rogaliki?** Pochodzenie rogalika sięga XIII-wiecznej Austrii, gdzie nazywano go kipferl, co po niemiecku oznacza półksiężyc. Jednak to austriacki oficer artylerii August Zang założył wiedeńską piekarnię pod adresem 92, rue de Richelieu w Paryżu. **Skąd pochodzą rogaliki?** Rogaliki to rodzaj wypieków typu viennoiserie, który oczywiście nawiązuje do austriackiego Wiednia, znanego również jako kolebka rogalików. Przodek współczesnego rogalika nazywał się kipferl, a jego początki sięgają XIII wieku i występowały w różnych kształtach i rozmiarach.



Agata Piela klasa VI b

WEGETARIANIZM

Wegetarianizm to styl życia, który zakłada wykluczenie mięsa i ryb z diety, skupiając się na spożywaniu roślin, warzyw, owoców, zbóż, orzechów i nasion. Jest to nie tylko decyzja żywieniowa, ale także wybór filozoficzny oparty na trosce o zdrowie, środowisko i dobrostan zwierząt.

Zdrowotne korzyści wegetarianizmu

Badania naukowe wielokrotnie potwierdzają korzyści zdrowotne płynące z wegetariańskiej diety. Osoby praktykujące wegetarianizm mają niższe ryzyko wystąpienia chorób serca, otyłości, cukrzycy typu 2 oraz niektórych rodzajów nowotworów. Dieta oparta na roślinach jest również bogatsza w składniki odżywcze, przeciwutleniacze i błonnik, co sprzyja zapobieganiu wielu chorobom.

Etyczne aspekty wegetarianizmu

Wegetarianizm to również silny gest solidarności z innymi istotami, zwierzętami. Wybierając dietę roślinną, unikamy współuczestnictwa w przemysłowej hodowli zwierząt, które często prowadzi do cierpienia i złej jakości życia dla milionów zwierząt rocznie. Decyzja o wegetarianizmie to więc również krok w kierunku poprawy warunków zwierząt hodowlanych.

Wyzwania wegetarianizmu

Przejęcie na wegetariańską dietę może wymagać zmiany nawyków żywieniowych i kreatywnego podejścia do przygotowywania posiłków, aby zapewnić odpowiednią ilość niezbędnych składników odżywczych, takich jak białko, żelazo czy witamina B12. Istnieją jednak liczne źródła roślinne tych składników, które mogą zastąpić produkty pochodzenia zwierzęcego.

Wegetarianizm to nie tylko dieta, ale również sposób myślenia i postępowania, który zdobywa coraz większą popularność na całym świecie. Korzyści zdrowotne, ekologiczne i etyczne sprawiają, że coraz więcej osób decyduje się na rezygnację z mięsa na rzecz roślin. Warto zastanowić się nad wprowadzeniem elementów wegetariańskiej diety nawet w nasze codzienne menu, będąc świadomym wpływu tego wyboru na nasze zdrowie oraz środowisko naturalne.

Oliwia Szachniewicz klasa VI b

| | OWOCE | WARZYWA | NABIAŁ | JAJKA | RYBY |
|---------------------|-------|---------|--------|-------|------|
| WEGANIZM | ✓ | ✓ | ✗ | ✗ | ✗ |
| LAKTOOWEGETARIANIZM | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✗ |
| FRUTARIANIZM | ✓ | ✗ | ✗ | ✗ | ✗ |
| WITARIANIZM | ✓ | ✓ | ✗ | ✗ | ✗ |
| FLEKSITARIANIZM | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| LAKTOWEGETARIANIZM | ✓ | ✓ | ✓ | ✗ | ✗ |
| OWOWEGETARIANIZM | ✓ | ✓ | ✗ | ✓ | ✗ |

Makaron z Pesto i Pomidorami

Składniki:

- Makaron pełnoziarnisty
- Pesto bazyliowe (gotowe lub własnej roboty)
- Pomidory koktajlowe
- Orzechy włoskie

Przygotowanie:

1. Ugotuj makaron według instrukcji na opakowaniu.
2. Przesmaż orzechy włoskie na suchej patelni.
3. Wymieszaj ugotowany makaron z pesto.
4. Dodaj pokrojone pomidory koktajlowe i prażone orzechy włoskie.

Burrito Wegetariańskie

Składniki:

- Tortille
- Czerwona fasola z puszki
- Rzodkiewka
- Waniliowy jogurt grecki
- Sałata
- Sos salsa

Przygotowanie:

1. Rozgrzej tortille na suchej patelni.
2. Nałóż na nie czerwoną fasolę, pokrojoną rzodkiewkę, jogurt grecki, sałatę i sos salsę.
3. Zawiń burrito i gotowe!

PODSUMOWANIE PÓŁROCZA 2023/2024

UCZNIOWIE WYRÓŻNIENI ZA BARDZO DOBRE WYNIKI W NAUCE

KLASA I a

Szymon Koper
Zofia Skłodowska
Miłosz Skrobek
Natalia Misztal
Hanna Klimowska

KLASA I b

Szymon Serafin
Aleksandra Piela
Gabriel Małysz
Tymoteusz Małachowicz

KLASA II a

Inga Kłos
Wiktor Kuźniar
Maksymilian Wronkowski
Jowita Domańska
Weronika Wypych
Lilianna Kardasz

KLASA III a

Elena Ostrowska
Maja Pinkowicz
Antoni Kaczerewski
Hubert Dyjak
Miłosz Ziętek
Jakub Chwalibóg
Antonina Kwietniewska

KLASA IV a

Gracjan Stępień
Wiktoria Wiśniewska
Alicja Czerkasiewicz
Martyna Cymerman

KLASA V a

Radosław Wypych

KLASA V b

Hanna Jastrzębska
Julia Małż
Lena Olszówka
Iga Erth

KLASA VI a

Gabriela Żygadło
Wojciech Wronkowski

KLASA VI b

Ewa Kowalska
Oliwia Szachniewicz
Nadia Dul
Martyna Olech
Robert Radziejewicz
Alicja Dudek
Laura Ferens
Oliwia Sienkiewicz

KLASA VII a

Kryspin Klimaszewski
Jakub Koper

KLASA VIII a

Natalia Okoń

100 % obecności
klasy I – III

Tymoteusz Małachowicz
Szymon Narożański
Alissa Pawliczek
Igor Wardęga

100 % obecności
klasy IV – VIII

Paweł Hacia
Julia Małż
Antoni Małolepszy
Oliwia Sienkiewicz
Oliwia Szachniewicz

STYPENDIUM NAUKOWE

Radosław Wypych - klasa V a
Hanna Jastrzębska - klasa Vb
Gabriela Żygadło - klasa VI a
Ewa Kowalska - klasa VI b
Oliwia Szachniewicz - klasa VI
Natalia Okoń - klasa VIII a



"ABC dobrego wychowania"

29 lutego 2024 roku w naszej szkole odbył się apel pt. "ABC dobrego wychowania".

Uczniowie naszej szkoły zaprezentowali poprzez odegranie scenek jak poprawnie powinni zachowywać się ludzie wobec siebie, żeby odnosić się do siebie z należyтым szacunkiem, a najmłodszy uczniowie zaśpiewali piosenki na ten temat. Scenki przedstawiały podstawowe zasady savoir-vivre'u. Uczniowie zostali również zapoznani z Kodeksem Dobrego Zachowania, który został stworzony przez wszystkie klasy. Na koniec poznaliśmy zwycięzców konkursu z wiedzy o Zasadach Dobrego Zachowania uczniowie zostali nagrodzeni dyplomami oraz nagrodami rzeczowymi, poniżej przedstawiamy listę zwycięzców:

1A SZYMON KOPER

1B TYMOTEUSZ MALACHOWICZ

2A WIKTOR KUŹNIAR

3A ANTONI KACZEREWSKI

4A WOJCIECH RADJASEK

5A RADOSŁAW WYPYCH

5B IGA EHRT

6A GABRIELA ŻYGADŁO

6B LAURA FERENS

7A MAJA CYMERMAN

8A HANNA CZERKASIEWICZ

Julia Małz klasa V b

SZKOLNE ZASADY DOBREGO WYCHOWANIA

1. WITAMY SIĘ.
2. MÓWIMY: PROSZĘ, DZIĘKUJE, PRZEPRASZAM.
3. NA LEKCJI NIE ROZMAWIAMY ZE SOBĄ.
4. PODCZAS PRZERW NIE BIEGAMY –
– BAWIMY SIĘ BEZPIECZNIE.
5. NIE UŻYWAMY WULGARYZMÓW.
6. POMAGAMY MŁODSZYM, SŁABSZYM.
7. PUKAMY W DRZWI ZANIM WEJDIEMY.
8. ZACHOWUJEMY SIĘ KULTURALNIE PRZY
SPOŻYWIANIU POSIŁKÓW.
9. JESTEŚMY MIŁI I UPRZEJMI.
10. NIE PRZERYSZAMY ROZMOWY INNYM.
11. NIE OBRAŻAMY INNYCH.
12. DBAMY O CZYSTOŚĆ.
13. W TRĄCIE DOWOZÓW ZACHOWUJEMY
SIĘ KULTURALNIE.
14. W RAZIE KONFLIKTU ZGŁASZAMY SIĘ
DO NAUCZYCIELA.



Jak zachować się w kinie?

Kino jest bez wątpienia najczęściej wybieranym miejscem do spędzania wolnego czasu ze znajomymi lub z rodziną. Jest to popularne głównie ze względu na jego niską cenę i szeroki wybór różnych filmów. Kino daje możliwość obejrzenia najnowszych premier filmowych. Wiele osób gdy idą do kina nie zachowują się odpowiednio zapominając, że nie idziemy na prywatny seans. Szacunek do innych osób przebywających na sali to podstawa udanego seansu dla każdego. Kiedy idziemy do kina ważne jest to aby zachowywać się w sposób pełen szacunku do innych osób. Oznacza to że należy być cicho podczas filmu (twoje opinie na temat danego aktora lub wszelkich uwag do reżysera pozostaw na czas po seansie), mów wyłącznie szeptem by nie przeszkadzać innym w oglądaniu danego filmu oraz najważniejszą zasadą jest to aby nie wnosić własnego jedzenia czy picia ponieważ w większości kin są dostępne bary z popcornem lub innymi przekąskami oraz napojami.

Ewa Kowalska klasa VI b



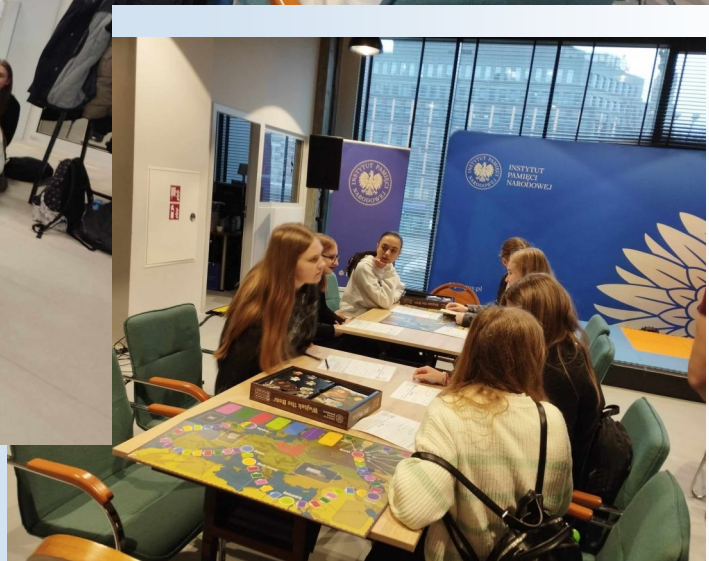
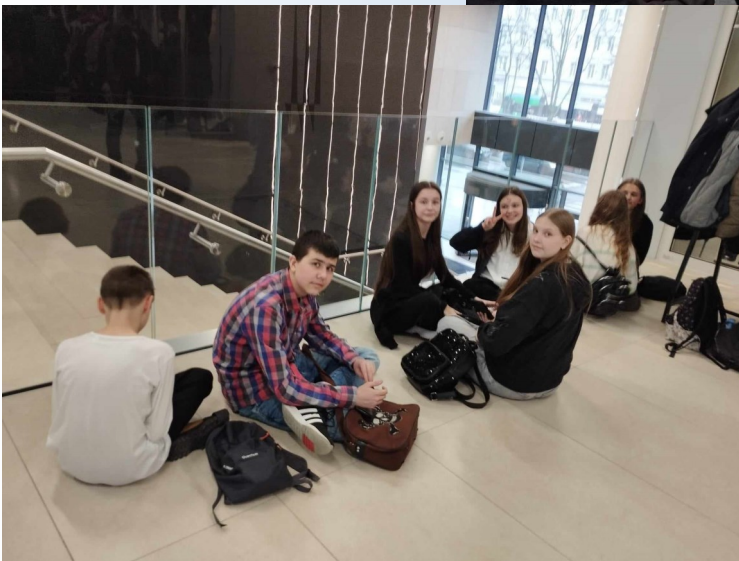
Olimpiada Gier Planszowych

5 lutego uczniowie klas 6 i 7 wzięli udział w II już edycji Olimpiady gier planszowych, która odbyła się w Przystanku Historia IPN przy Placu Brama Portowa 1 w Szczecinie.

Nasi reprezentanci rywalizowali z uczniami szkół podstawowych i średnich w dwóch grach planszowych pod nazwami „Miś Wojtek” i „Znaj Znak”. Gra jest na tle historycznym, więc uczniowie grając uczyli się też historii.

Laura Ferens klasa VI b





WALENTYNKI

Coroczne święto zakochanych przypadające 14 lutego. Nazwa pochodzi od św. Walentego, którego wspomnienie liturgiczne w Kościele katolickim obchodzone jest również tego dnia.

Zwyczajem w tym dniu jest wysyłanie listów zawierających wyznania miłosne (często pisane wierszem). Na Zachodzie, zwłaszcza w Wielkiej Brytanii i Stanach Zjednoczonych, czczono św. Walentego jako patrona zakochanych. Dzień 14 lutego stał się więc okazją do obdarowywania się drobnymi upominkami.

Walentynki są obchodzone w południowej i zachodniej Europie od średniowiecza. Europa północna i wschodnia dołączyła do walentynkowego grona znacznie później.

Możliwe, że zwyczaje związane z tym dniem nawiązują do starożytnego święta rzymskiego, zwanego Luperkaliaми, obchodzonego 14–15 lutego ku czci Junony, rzymskiej bogini kobiet i małżeństwa, oraz Pana, boga przyrody.



Do Polski obchody walentynkowe trafiły wraz z kultem świętego Walentego z Bawarii i Tyrolu. Pod wpływem wzorców z zachodu święto zaczęto nieformalnie obchodzić w latach 80. XX w i nazywać je „Walentynkami”.

Stałym niemalże elementem walentynek jest wzajemnie wręczanie sobie walentynkowych ozdobnych karteczek. Czerwone, najczęściej w kształcie serca, opatrzone walentynkowym wierszykiem, a często i miłosnym wyznaniem.

Najważniejszym miejscem kultu św. Walentego jest bazylika jego imienia w Terni, na srebrnym relikwiarzu ze szczątkami patrona umieszczono inskrypcję „Święty Walenty patron miłości”. Co roku w niedzielę poprzedzającą dzień 14 lutego przybywają do bazyliki pary narzeczonych z całych Włoch i świata, w celu złożenia przyrzeczenia miłości. Gromadzą się tu również małżonkowie świętujący 25 lub 50 rocznicę zawarcia sakramentu małżeństwa.

Agata Pielą klasa VI b



Wizytą z okazji Dnia Babci i Dziadka w Domu Pod Dębami

Niezmiernie miło było nam znów gościć w Dębcach. Przekazaliśmy laurki wykonane przez uczniów naszej szkoły oraz herbatki i słodkie upominki. Jak zawsze panowała przemiła atmosfera. Nadia i Oliwia zaśpiewały dla Babć i Dziadków oraz wspólnie z mieszkańcami DPS zaśpiewaliśmy jeszcze kilka piosenek. Wolontariuszki otrzymały bransoletki własnoręcznie wykonane przez Panią Bożenkę. Odwiedziliśmy również chorych, którzy nie mogli do nas zejść. Na koniec naszej wizyty Wolontariuszki podarowały laurkę dla wszystkich Pań pracujących "Pod Dębami".



Międzynarodowy Dzień Pomocy Potrzebującym

23 lutego obchodzone jest światowe święto, które ma przypomnieć o tym że trzeba pomagać potrzebującym, ale i nie bać się samemu poprosić o wsparcie, gdy jesteśmy w potrzebie. Pomaganie innym, to nie tylko pomaganie potrzebującym, dotkniętym przez los, ubogim czy nieradzącym sobie z przeciwnościami losu. **Pomaganie to także bardzo drobne gesty pomocy, a nawet zwykłej sympatii.** Z sytuacjami, które stwarzają nam możliwość pomocy komuś, stykamy się codziennie – w domu, w pracy, w szkole, wśród znajomych. Choć sposobów na pomaganie innym są dziesiątki, pod względem intencji pomoc podzielić można najogólniej na bezinteresowną i obliczoną na korzyści.

Rodzaje pomocy – jak możemy wspierać innych

Niezależnie od tego, z jakich pobudek decydujemy się pomagać innym, do wyboru mamy wiele form, w jakich nasza pomoc może dotrzeć do innych np.:

- **Pomoc finansowa.** Wspomaganie fundacji (np. zbiórek WOŚP), przeznaczenie 1 proc. podatku na pomoc potrzebującym czy wspomaganie "drobnymi" lub posiłkiem osób żebrzących na chodnikach.
- **Pomoc w codziennych sytuacjach.** To pomaganie innym, często starszym, słabszym. Rzeczy pozornie błahe jak dźwiganie zakupów, przepuszczanie w kolejkach, ustępowanie miejsca starszym itd.
- **Wsparcie psychiczne.** To wspomaganie swoją obecnością w chwilach, gdy potrzebuje jej druga osoba, często samotna, zagubiona czy izolowana przez innych.
- **Pomoc niematerialna.** To wszelkie formy pomocy, w których "walutą", jaką poświęcamy, jest nasz prywatny czas. Np. **pomaganie zwierzętom** przez organizowanie zbiórek karmy czy koców na zimę dla schroniska. To także wolontariat, pod wieloma postaciami, jak kwestowanie, pomoc w domach opieki, fundacjach itp.



Czy warto pomagać?

Odpowiedź jest prosta. Tak. Z pomagania korzystają najczęściej obie strony. Bezdyskusyjnie korzysta osoba potrzebująca pomocy. Osoba, która decyduje się pomóc, bardzo często też odnosi z tego powodu korzyści. **Warto pomagać innym ludziom**, by dawać im radość i rozwiązywać ich konkretne, niekiedy życiowe problemy. Warto też pomagać innym, bo kiedyś to my możemy potrzebować pomocy.



BAL KARNAWAŁOWY

W dniu 8 lutego w naszej szkole odbył się bal karnawałowy. Dzieci przebierały się w kostiumy bohaterów z różnych bajek, książek lub filmów. Podczas balu były organizowane różne konkursy oraz gry takie jak limbo, taniec z balonami oraz gorące krzesła. Później był pokaz mody i każda przebrana osoba mogła pokazać dokładnie za jakiego bohatera się przebrała by następnie ogłosić króla i królową balu którzy otrzymali wspaniałe nagrody. Wszystkie dzieci bardzo dobrze się bawiły podczas balu.





**Projekt pod hasłem „SEGREGUJĘ I NIGDY TEGO NIE POŻAŁUJĘ”
dla dzieci i młodzieży z naszej Gminy w naszej szkole.**

Nasza sala lekcyjna zamieniła się w laboratorium. Panie z PUK w Gryfinie i Pan Krzysztof Michnacki z Bricoman uczyli nas o odnawialnych źródłach energii i prawidłowej segregacji śmieci. Budowaliśmy własne biogazownie.



REDAKCJA GAZETKI SZKOLNEJ

„KROPECZKA”

rok szkolny 2023/2024

NATALIA OKOŃ - *redaktor naczelny*

Hanna Czerkasiewicz

Zuzanna Gryniewicz

Aurelia Kwaśnica

Alicja Dudek

Nadia Dul

Laura Ferens

Ewa Kowalska

Agata Piela

Oliwia Sieniewicz

Oliwia Szachniewicz

Julia Małz

Opieka: Agnieszka Drabik