GAZETKA INTERNETOWA SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 5 W PABIANICACH

im. Grzegorza Piramowicza

> "PIĄTKA" na PIĄTKĘ <

Gazetka szkolna 4 2015-16

Witajcie w nowym roku 2016.

„Na nowy rok przybywa dnia na barani skok" – jedno z moich najbardziej ulubionych przysłów, ponieważ poza sympatycznym brzmieniem (lubię rymy), niesie ze sobą ogromną dawkę nadziei i optymizmu. Naukowo udowodniono, że brak światła słonecznego destrukcyjnie wpływa na nasze zdrowie i samopoczucie.

Ja pokusiłabym się nawet o stwierdzenie, że słońce zmienia ludzi. Kto z Was był na południu Europy dobrze wie o czym mówię. Południowcy są radośni, wyluzowani, mają ogromny dystans do siebie i rzeczywistości oraz ogromną dawkę sympatii dla bliźnich. Wg statystyk najmniejszy odsetek ludzi cierpiących z powodu depresji czy przewlekłego uczucia smutku znajduje się właśnie tam, gdzie lato trwa właściwie od marca do listopada.

Zauważono również, że ludzie którzy mieszkają w tzw. ciepłych krajach, mają o wiele mniejszą potrzebę gromadzenie dóbr materialnych niż ich północni sąsiedzi. Mają też inne poczucie szczęścia, potrafią się cieszyć z drobiazgów i mówiąc kolokwialnie – uśmiech nie schodzi im z ust. Pozazdrościć. A zapomniałam jeszcze dodać, że południowcy nie narzekają, nie marudzą i nie zrzędzą….. Cudowne życie.

Dziesięć kroków do szczęścia

Nie chcę Wam oczywiście wmawiać, że ludzie mieszkający w ciepłych krajach nie mają żadnych trosk ani zmartwień. To oczywista bzdura, ale jedno wiem na pewno – zupełnie inaczej te swoje kłopoty i zmartwienia postrzegają. Kiedyś zaprzyjaźniony Grek na moje pytanie - czy kiedykolwiek miał zły humor - odpowiedział: Po co mam pozbawiać się czegoś, co czyni mnie szczęśliwym? Jakie proste, prawda?

W tych kilku słowach uświadomił mi bardzo mądrą rzecz - szczęście nosi się w sobie. Może to jeszcze zbyt skomplikowane dla Was, ale warto o tym wiedzieć : szczęścia można się nauczyć. Serio! Nie jest to łatwe - szczególnie, że klimat nam zbytnio nie sprzyja, ale jeśli nauczymy się cieszyć drobiazgami, przestaniemy wiecznie za czymś gonić, docenimy to co mamy wokół siebie – świat stanie się lepszy, radośniejszy i mimo chmur na niebie – pełen słońca, czego Wam i sobie z całego serca życzę.

Redaktor opiekun

Z ŻYCIA SZKOŁY

WIGILIA W 4B

21 grudnia nasza klasa 4b zorganizowała wigilię klasową . Chłopcy pomagali w ustawieniu ławek, a dziewczynki zajęły się dekoracją stołu. Były stroiki, gwiazdy betlejemskie. Nie zabrakło na nim pysznych smakołyków.

Wychowawca p. Janusz Koźlenko rozpoczął uroczystość pięknymi życzeniami dla nas i połamaliśmy się opłatkiem.

Odwiedził nas dostojny gość. Był to Święty Mikołaj. Każdemu z nas zadawał śmieszne pytania, a nagradzał słodkimi upominkami. Za miłą uroczystość uczniowie dziękują wychowawcy i rodzicom a Mikołajowi za odwiedziny.

Weronika Łuczak IV b

DYSKOTEKA KARNAWAŁOWA

W naszej szkole w piątek 15 stycznia odbyła się dyskoteka karnawałowa. Organizatorami byli uczniowie z klasy 6b. Koledzy przygotowali pyszne przekąski. Wśród nich były ciasteczka owsiane, koreczki, kanapki a dla spragnionych smaczne napoje.

Przy dyskotekowych rytmach bawiliśmy się wyśmienicie. Przerywnikiem w tańcach były konkursy. Na przykład należało zrobić „taczkę" i jak najszybciej przebiec dystans. Z racji zabawy karnawałowej wybraliśmy najciekawsze stroje. Pierwsze miejsce zajął Murzynek (Zuzia z Va), kolejne chłopiec przebrany za dziewczynkę następnie piratka z Karaibów i kotek.
Świetna zabawa trwała do godziny 19.00. Gdy odbierali nas rodzice nie chciało się wracać do domu, tak było wesoło.

Dziękujemy organizatorom i nauczycielom opiekunom.

Weronika Łuczak 4b

DYSKOTEKA WALENTYNKOWA

Dnia 05,02,2016r odbyła się w naszej szkole Dyskoteka Walentynkowa. Organizatorem była klasa 5b. Uczniowie naszej klasy przygotowali fantastyczną muzykę i super konkursy. Jeden z nich polegał na rozpoznaniu po smaku owoców i warzyw. Najlepszym znawcą została kl.5c. która rozpoznała 5 z 7 smaków. Najtrudniejsze do rozpoznania okazało się awokado. Jedną z atrakcji dyskoteki był sklepik ze zdrową żywnością, który pomagały nam prowadzić nasze kochane mamy.

One też pomogły w przygotowaniu tych wszystkich pyszności. Największą popularnością cieszyły się szaszłyki owocowe, naturalne soki i oczywiście tosty, których robieniu nie było końca. Nasza klasa sprzedawała też romantyczne walentynki, które po wypełnieniu należało wrzucić do Poczty Walentynkowej. Dziękujemy wszystkim uczniom za wspaniałą zabawę, nauczycielom za opiekę i jeszcze raz naszym kochanym mamusią za pomoc

THE BEST

SPOTKANIE ZE STRAŻAKIEM

W ramach spotkań z ciekawymi ludźmi odbyło się w dniu 14.01.2016r. spotkanie ze strażakiem, ojcem Stasia Karcza, panem Jackiem Karczem. Porucznik straży pożarnej opowiadał o zasadach bezpieczeństwa w domu, w szkole i w czasie zbliżających się ferii. Przestrzegał przed zbyt samowolnym wchodzeniem na zamarznięte ślizgawki, mówił o zachowaniu ostrożności przy przechodzeniu przez ulice. Dzieci mogły poznać sprzęt strażacki, a nawet go założyć.

Pasował „jak ulał”. Po tym fantastycznym spotkaniu wielu z nich chce zostać strażakami. Otrzymaliśmy również materiały dydaktyczne dla świetlicy. Dzieci pracując w grupie wykonały również plakat przedstawiający strażaka i napisały o skojarzeniach z tym zawodem. Pani Paulina Hryniewicz zrobiła śliczną gazetką poświęconą straży pożarnej oraz fantastyczne zdjęcia. Myślę, że została w ten sposób zapoczątkowana świetna współpraca z Powiatową Strażą Pożarną w Pabianicach.

Konkurs: ,,Kto z filmu ***Gwiezdne wojny*** jest twoim bohaterem i dlaczego?" Uczniowie młodszych klas mają za zadanie wykonanie pracy plastycznej, starsi napiszą pracę literacką. Nagrodą główną jest plakat z filmu. Trwają przygotowania do realizacji konkursu. To działanie jest wynikiem świetnej współpracy między biblioteką, świetlicą i szkołą. Jest to działanie zespołowe. Bardzo dziękuję, za wspólną chęć realizacji tej inicjatywy.

E. Ratyńska.

Drodzy Rodzice

Nikogo chyba nie trzeba przekonywać, że systematyczne czytanie niesie ze sobą wiele korzyści. Do najważniejszych należą: **rozwój wyobraźni, bogate słownictwo, umiejętność pięknego i poprawnego wysławiania się, rozwój osobowości, przyjemny sposób nauki ortografii, interpunkcji i stylu, zdobywanie wiedzy na wiele różnych tematów, erudycja i obycie**.

Dla rozwoju dziecka równie ważne co nauka czytania jest czytanie na głos, słuchanie lub czytanie wspólne z rodzicami. Zalety płynące ze wspólnego czytania są nie do przecenienia. Podczas wspólnego czytania wytwarza się

bardzo silna więź emocjonalna, wzmacniają się więzi rodzinne oraz wzrasta u dziecka poczucie własnej wartości.

Ponadto czytający rodzic daje dziecku przykład twórczego spędzania wolnego czasu, oraz wytwarza w dziecku nawyk sięgania po książkę. Dodatkowym atutem są książki mające charakter biblioterapeutyczny, na podstawie których rodzic może poruszyć z dzieckiem trudne, drażliwe a czasami i kłopotliwe tematy. Omawiając przygody literackiego bohatera, rodzic może przekazać dziecku pewne uniwersalne prawdy życiowe, robiąc to w sposób atrakcyjny dla odbiorcy.

Dzięki udziałowi w projektach „Czytam sobie w bibliotece" oraz „Książki moich marzeń" biblioteka szkolna wzbogaciła się o ponad 150 egz. nowości wydawniczych dla dzieci. Są wśród nich bajki, opowiadania oraz książki terapeutyczne. Zainteresowanych rodziców serdecznie zapraszam do odwiedzenia biblioteki szkolnej.

nauczyciel – bibliotekarz
mgr Dorota Olejnik

MĄDRA SOWA

W dniu 04.02.2016r. odbyły się warsztaty plastyczne pt. "Mądra Sowa" realizowane w ramach projektu ekologicznego "Przyjaciele lasu", dofinansowanego przez Wojewódzki Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Łodzi. . Uczestniczyli w nich członkowie koła przyrodniczo – ekologicznego naszej szkoły z opiekunem Sylwią Łaguniak, a prowadziła je pani Agnieszka Lipiec - właścicielka pabianickiej "Piwnicy Kreatywności".

Uczniowie naszej szkoły mieli przy użyciu ziaren różnych zbóż wykonać "obrazy" o tematyce leśnej – czyli wizerunek nocnego drapieżnika – sowy. Powstały piękne prace, a przy okazji wszyscy dobrze się bawili. Mali przyjaciele lasu pokazali na co ich stać, a także zaimponowali swoją wiedzą na temat dbałości o przyrodę. Na zakończenie zajęć każdy uczestnik otrzymał upominek w postaci naszyjnika z przywieszką w kształcie sowy. Wszyscy zadowoleni wrócili do domu ze swoimi nowymi "dziełami sztuki".

Alicja Łowicka kl. VIB

SZKOLNY NORDIC WALKING W LESIE

Dnia 30.01.2016 dwudziestoosobowa grupa uczniów pod opieką p. Wojciecha Woźniaka i Doroty Stolińskiej spędziła wolny czas w lesie w Rydzynach.

Mogliśmy pozwolić sobie na taką przyjemność w ramach realizacji projektu ekologicznego pod nazwą „Przyjaciel lasu”. Sprzed szkoły wyjechaliśmy busem z firmy FLEXTRANS o godzinie 11.00., by w lesie w Rydzynach odbyć spacer z kijami pod okiem instruktora, czyli p. W. Woźniaka.

W lesie byliśmy już za pół godziny. Tam pan Woźniak rozdał nam kije i pomógł dobrać odpowiednie do marszu. Większość po raz pierwszy miała kontakt z nordic walking, więc musieliśmy nauczyć się prawidłowej techniki marszu.

Najpierw rozgrzewaliśmy się przy zabawach z kijkami. Było bardzo, bardzo wesoło. Potem p. Woźniak uczył nas spacerować z kijami w odpowiedni sposób, tak aby połączyć pracę naszych nóg z odpowiednią pracą naszych rąk. To wcale nie jest takie łatwe!

Bardzo szybko minęły dwie godziny i musieliśmy wracać do Pabianic.

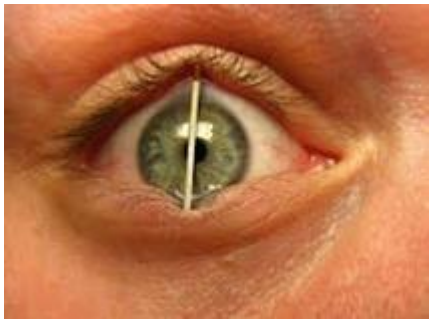
Leśne ścieżki i polany to świetne miejsca do uprawiania nordic walking. Warto, więc było odwiedzić takiego przyjaciela (las), by świetnie się bawić, nauczyć czegoś nowego, pożytecznie i zdrowo spędzić wolny czas w sobotę.

D. Stolińska

OCZY

Wzrok to najważniejszy ze zmysłów, którego pogorszenie lub utrata najdotkliwiej obniża komfort naszego życia. Należy więc bardzo troskliwie dbać o swoje oczy, chronić je i nie narażać na choroby czy urazy. Jednym z podstawowych warunków prawidłowego dbania o zdrowy wzrok jest zapewnienie odpowiedniego oświetlenia. Czytanie przy latarce i pod kołdrą może jest i urocze, ale bardzo dla oczu niezdrowe. Podobnie zbyt słabe lub zbyt silne oświetlenie przy odrabianiu lekcji. Długie wpatrywanie się w monitor komputera czy telewizora nie tylko męczy oczy , ale także przyczynia się do powstawania tzw. „suchego oka”, które jest nie tylko niebezpieczne dla zdrowia ale i bardzo nieprzyjemne. Objawy tej dolegliwości to: pieczenie, swędzenie i zaczerwienienie oczu, tzw. piasek pod powiekami, zmniejszenie ostrości widzenia oraz uczucie sklejenia powiek. Do powstawania „suchego oka” przyczynia się również długie przebywanie w klimatyzowanym lub zbyt ciepłym pomieszczeniu.

Kolejna sprawa to obowiązkowe noszenie okularów ochronnych przy intensywnym naświetleniu słonecznym. Patrzenie na słońce w czasie, gdy jego intensywność jest największa może skończyć się nawet utratą wzroku. Gdy tylko poczujecie, że oczy są zmęczone, zrelaksujcie je patrząc na kolor zielony, który jest dla oczu prawdziwym ukojeniem. Równie ważną sprawą jest odpowiednia dieta.



Nasze oczy potrzebują dużo witaminy A (beta- karotenu), C i E, które są obecne w warzywach i owocach, rybach, jajach i pieczywie gruboziarnistym, oliwie, owocach morza i kiełkach pszenicznych. Kolejna sprawa to picie dużej ilości wody (do około 2 litrów na dobę), która dostarczana do wewnątrz, ma niebagatelny wpływ na zewnętrzne nawilżenie oczu. Pamiętajcie, że każde zaburzenie ostrości wzroku, ból, czy dyskomfort obowiązkowo powinno skonsultować się z lekarzem, bo od dawna już wiadomo, że łatwiej jest zapobiegać niż leczyć. Na zakończenie dodam, iż częste przebywanie na świeżym powietrzu, właściwa ilość snu oraz pogodne usposobienie ma pierwszorzędny wpływ na zdrowie całego organizmu, a więc i oczu.

Do zobaczenia za miesiąc

Wasza Szkolna Pielęgniarka

Zwierzę, które posiadam to żółw lądowy. Ma około 10 lat. Tak jak żółwie lądowe chodzi normalnie po domu. Każdy się dziwi, że sobie tak chodzi. Ma na imię Józefina. Całą rodziną nazywamy ją Józka, ponieważ czasami jest nieznośna. Jej przysmakami są mlecze oraz sałaty lodowe, ale na co dzień je jabłka. Józefinę bardzo ławo nabrać.

Wystarczy założyć zielone lub białe skarpetki i od razu myśli, że to jedzenie. „Biegnie” i próbuje je ugryźć, ale nigdy jej się to nie udaje. Taki żółw przywiązuje się do otoczenia, tak jak ludzie, dlatego gdy trafi ze swojego domu do innego, przez pierwsze dni jest niepewny i nie wie co się dzieje. Wystawia głowę i rozgląda się. Kiedy jest lato dużo czasu spędza na balkonie, gdzie leży w słoneczku i się wygrzewa. Natomiast gdy jest zima lubi ciepło, więc wybiera ciepłe miejsca np. pod kaloryferem. Plusami posiadania takiego zwierzaka jest to, że o żółwia lądowego nie trzeba dbać tak jak o psa. O wiele łatwiej się go myje, nie trzeba z nim wychodzić na spacery. Jest mały, więc nie przeszkadza. Posiadanie żółwia to także minusy. Nie ma wyznaczonego miejsca do załatwiania się, więc może to zrobić gdziekolwiek. Jest mały, dlatego łatwo się o niego potknąć. Jednak fajnie mieć takiego żółwia. Może nie da się z nim bawić tak jak z psem, ale trzeba się nim opiekować, a ja lubię opiekować się zwierzętami.

Ola Goclik z klasy Va

Mój kiciuś - GRUBSON

Grubson mieszka ze mną już 5 lat. Jest to kot „dachowiec”. Ma szaro-czarną sierść. Jego oczy w dzień są niebieskie, a w nocy mocno świecą. Ulubiony smakołyk Grubsona to karma z wołowiną. Bardzo lubię się z nim bawić. Jego ukochana zabawka to kłębek włóczki i szara myszka, która grzechocze. Grubson lubi też biegać za światłem z latarki. Zachowuje się wtedy jak na polowaniu. Bardzo lubi wylegiwać się na moich kolanach i na ciepłym parapecie w pokoju. Kiedy go głaszczę i przytulam wtedy ładnie i głośno mruczy.

Jakub Gorządek z klasy Va

MARZENA ZULEJ

SNEHA SARKOTA
WERONIKA GONSELA

LENA LEOTION

ZUZIA PIETRZAK
LENA LEOTION

SNEHA SARKOTA

JULIA SIEPHERD

MARTYNA COBCZYK

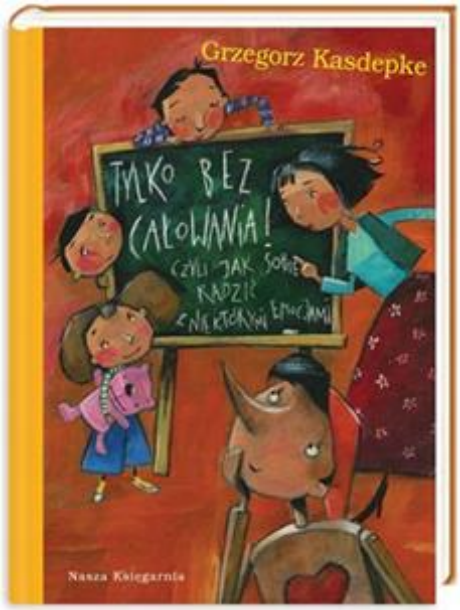
GALERIA PRAC
PAINT

AAAA?

Redakcja poleca

Przed nami wymarzone ferie. Nie wiem jak Wy, ale ja zamierzam spędzić je z książką, a właściwie z książkami. Uzbierało mi się już tyle tomów do szybkiego przeczytania, że przestały mi się mieścić na półce, którą na własny użytek nazwałam „speed read”

Jeśli Wy nie posiadacie jeszcze takiej półki, czyli żadna książka nie czeka w kolejce, zachęcam Was do sięgnięcia po jedną z nowości, które zagościły ostatnio na półkach naszej biblioteki. Jest to dzieło znanego pisarza dla dzieci, pana Grzegorza Kasdepke, zatytułowane „Tylko bez całowania ! Czyli jak sobie radzić z niektórymi emocjami”. Jak tytuł wskazuje jest to swoisty poradnik, z którego dowiecie się co to są emocje i jak żyć z nimi w zgodzie.



Ogromnym atutem są tutaj z jednej strony lekki i dowcipny styl autora, a z drugiej świetne ilustracje, które specjalnie dla Was wykonał pan Marcin Piwowarski. Książkę czyta się doskonale i bardzo szybko - jednak na długo zostaje ona w głowie. Po przeczytaniu kolejnego rozdziału czytelnik zaczyna się zastanawiać w jaki sposób radzi sobie na przykład ze złością, wstrętem czy zazdrością.

Myślę, że „Tylko bez całowania…” to doskonała propozycja do czytania wraz z rodzicami, tym bardziej, że i dla nich autor zamieścił kilka rad i wskazówek. Po tę i wiele innych książek, które w doskonały sposób pomogą Wam zrelaksować się i „zresetować” przed kolejnymi kilkoma miesiącami nauki zapraszam do szkolnej biblioteki.

Uwaga! Na okres ferii można wypożyczyć do trzech książek jednorazowo.

Szkolny bibliotekarz