GAZETKA INTERNETOWA SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 5 W PABIANICACH
im. Grzegorza Piramowicza
> "PIĄTKA" na PIĄTKĘ <

GAZETKA 5 2007 - 2008

Witajcie w piątym numerze „Piątki na Piątkę w roku szkolnym 2007/2008

Wkroczyliśmy szczęśliwie w Nowy Rok. Przed nami długie miesiące niosące wiele nowych wyzwań i możliwości i tylko od nas samych zależy, jakie one będą. Ciekawa jestem czy pamiętaliście o postanowieniach noworocznych. Czy przemyśleliście, co należy w swoim życiu zmienić i poprawić, co warto kontynuować, a z czym zerwać na zawsze…

Wszystkim Wam życzę wytrwałości, właściwej oceny swojego postępowania oraz wielu wspaniałych dni.

Tymczasem zapraszam serdecznie do lektury nowego numeru naszego periodyku. Znajdziecie tu garść informacji, szczyptę rozrywki, sprawozdania z imprez szkolnych oraz ciekawy wywiad, którego udzielił nam ks. Prałat Ryszard Olszewski, proboszcz parafii pod wezwaniem św. Maksymiliana Kolbe, patrona naszego miasta.

Za dwa tygodnie rozpoczynamy ferie zimowe. Wszystkim nam należy się solidny odpoczynek i chwila wytchnienia. Myślę, że dobrze zaplanowany może przynieść olbrzymie korzyści dla ciała i ducha. Każdy powinien wypoczywać tak jak lubi, przestrzegam jednak przed lenistwem i bezmyślnym marnowaniem czasu. Polecam wypoczynek czynny w postaci spacerów i zabaw na świeżym powietrzu. Wskazane są spotkania z przyjaciółmi, czy wspólne wypady do kina. Przypominam jednocześnie o przestrzeganiu zasad bezpieczeństwa. Czas wolny od nauki i chodzenia do szkoły spędzajcie zawsze pod opieką osoby dorosłej. Jeśli wychodzicie z domu, pamiętajcie zawsze o tym, aby rodzice lub opiekunowie wiedzieli, dokąd idziecie, z kim i kiedy zamierzacie wrócić. Pod żadnym pozorem nie próbujcie eksperymentów z używkami. Jeśli zastosujecie się do tych kilku zasad, będziecie się często uśmiechać i mieć pozytywne nastawienie do życia, ferie będą udane, bez względu na to czy wyjedziecie z Pabianic, czy zostaniecie w mieście. Ze swej strony polecam Wam wypoczynek, jaki ja lubię najbardziej, a mianowicie dobrą książkę. Przypominam, ze Wasi nauczyciele każdego dnia organizują zajęcia w szkole i serdecznie Was na nie zapraszają.

Na zakończenie życzę Wam udanego wypoczynku i do zobaczenia za miesiąc.

Redaktor opiekun.

NOTATKA OKOLICZNOŚCIOWA

Św. Maksymilian M. Kolbe urodził się 8 stycznia 1894 roku w Zduńskiej Woli koło Łodzi. Na chrzcie świętym otrzymał imię Rajmund. Imię Maksymilian - Kolbe otrzymał, kiedy wstąpił do zakonu. Pierwsze nauki pobierał w domu rodzinnym. Gdy miał 12 lat, objawiła mu się Najświętsza Maryja Panna, trzymająca w rękach dwie korony: białą i czerwoną. Zapytała chłopca, czy je chce otrzymać, a jednocześnie dała mu do zrozumienia, że korona biała oznacza czystość, a czerwona męczeństwo. "Odpowiedziałem, że chcę. Wówczas Matka Boża mile na mnie spojrzała i znikła". Było to w kościele parafialnym od wezwaniem św. Mateusza w Pabianicach.

Wszyscy znamy historię życia i męczeństwa św. Maksymiliana, który w imię miłości oddał swoje życie za drugiego człowieka. Święty Maksymilian Kolbe jest od października 2004 r. patronem Pabianic. Zanim jednak to się stało, powstało w naszym mieście sanktuarium zbudowane ku czci tego niezwykłego człowieka. Kontynuując nasz cykl poświecony ludziom, którzy z racji wykonywanej funkcji, piastowanego stanowiska lub wyjątkowych dla miasta zasług są dla nas – pabianiczan ważni i wyjątkowi, nie sposób nie napisać o ks. Prałacie Ryszardzie Olszewskim, który jest budowniczym i pierwszym proboszczem sanktuarium. Ks. Prałat Ryszard Olszewski, udzielił wywiadu naszej reporterskiej drużynie. Spotkanie miało miejsce w domu parafialnym, znajdującym się przy ul. Jana Pawła II.

Serdecznie zapraszamy do lektury.

REPORTAŻ

Wywiad z Księdzem Prałatem Ryszardem Olszewskim

W dniu 16 stycznia 2008 roku nasi redaktorzy Iza Beze i Arek Stankiewicz pod opieką p. Pauliny Dziubczyk gościli na plebani parafii św. Maksymiliana Kolbe u Księdza Prałata Ryszarda Olszewskiego. Ksiądz Prałat zgodził się na wywiad i mile ich ugościł. Po powitaniu Iza i Arek rozpoczęli zadawanie pytań.

Iza: Czy jest Ksiądz rodowitym pabianiczaninem?

Ks. Prałat: Nie jestem rodowitym pabianiczanienem. Jestem w Pabianicach już od 27 lat. Pochodzę z Szydłowca koła Radomia. Ale studia teologiczne kończyłem w Łodzi.

Iza: Czy lubi Ksiądz nasze miasto?

Ks. Prałat: Kocham to miasto, ponieważ w tym mieście pracuję. Tu przypadło mi tworzenie nowej parafii, budowy kościoła i wszystkich obiektów towarzyszących. Mówi się, że taka budowa kościoła jest jak dziecko, które się rodzi. A więc ten kościół jest dzieckiem Księdza Prałata, a swoje dziecko trzeba kochać. Ludzi trzeba kochać i mieszkańców tego miasta.

Iza: Czy są w Pabianicach miejsca szczególnie bliskie Księdza sercu?

Ks. Prałat: Moim ulubionym miejscem jest ten plac kościelny i kościół, który zbudowałem, bo to jest

owoc mojej pracy, mojego trudu przez tyle lat. Drugim takim miejscem jest kościół Matki Boskiej Różańcowej.

Arek: Czy ma Ksiądz jakieś wyjątkowe wspomnienie związane z naszym miastem?

Ks. Prałat: Przede wszystkim tworzenie nowej parafii, pod wezwaniem św. Maksymiliana, w której zostałem pierwszym proboszczem. Po drugie, to uroczystość konsekracji nowego kościoła, czyli uroczystego poświęcenia, którego dokonał ks. Prymas Polski Kardynał Józef Glemp i z nim ponad 30 biskupów. Kolejne miłe wspomnienie to fakt, że św. Maksymilian Kolbe został patronem naszego miasta. Również budowa pomnika na placu kościelnym, którego poświęcenia dokonał Nuncjusz Apostolski czyli Ambasador Ojca Świętego w Polsce abp Józef Kowalczyk.

Arek: Jest Ksiądz pierwszym proboszczem parafii p.w. św. Maksymiliana Kolbe, czyli też budowniczym tego kościoła. Czy trudno było wybudować taki piękny kościół, teraz już sanktuarium?

Ks. Prałat: Wielkie rzeczy, wielkie sprawy kosztują dużo poświęcenia, trudu i ofiary. Kościół jest wielki, ładny, nowoczesny. Trudną rzeczą jest budować kościół, zwłaszcza, że było to jeszcze w czasach kiedy nie mieliśmy niepodległości, w czasach kiedy rządziła „komuna". Były wielkie trudności, aby uzyskać pozwolenie od władz wojewódzkich na budowę kościoła. Zebraliśmy ponad 10 tysięcy podpisów pod petycją. Potem rozpoczęły się prace nad tworzeniem projektu, plany, i ważne ustalenia. Następnie zaczęły się wykopy pod fundamenty kościoła, domu parafialnego, domu katechetycznego, a potem budowa. Trzeba było gromadzić dużo środków finansowych, a to nie jest takie łatwe, trzeba prosić ludzi, aby zechcieli wesprzeć to dzieło swoimi ofiarami. Prosić ludzi, żeby przychodzili do pracy społecznej. Pracowało, przez pierwsze lata przy budowie kościoła, bardzo dużo ludzi, ponad 100 osób dziennie. Natknęliśmy się na trudności w nabyciu materiałów budowlanych, a więc stal, deski, cegła, cement. Były ograniczenia tych materiałów.
Strop jest betonowy. Na placu kościelnym stało 5 tysięcy drzew, jako stemple, żeby położyć strop. Są to sprawy niełatwe, wszystko tworzyło się w wielkim trudzie.

Arek: Święty Maksymilian jest jednocześnie patronem naszego miasta. Czy Ksiądz szczególnie lubi tego świętego?

Ks. Prałat: Tak, lubię tego świętego. Mieszkał w Pabianicach. Urodził się i był ochrzczony w Zduńskiej Woli, a tutaj mieszkał od 3 do 13 roku życia. Miał wspaniałą rodzinę, tu był uczniem, ministrantem, stąd poszedł dalej i wstąpił do zakonu. Budowniczy Niepokalanowa w Polsce i w Japonii. Złożył swoje życie w ręce Maryi. Uczy nas jak się poświęcić Bogu, jak pracować dla ludzi, trudzić się.

Iza: Czy poznał Ksiądz Franciszka Gajowniczka lub inne osoby, które znały św. Maksymiliana?

Ks. Prałat: Poznałem, gościłem Franciszka Gajowniczka w Pabianicach podczas uroczystości

poświęcenia kościoła. Wśród wielu zaproszonych gości był również obecny pan Franciszek Gajowniczek. Złożył wpis do księgi pamiątkowej. Obecnie już nie żyje.

Iza: Czy do sanktuarium św. Maksymiliana przyjeżdża wielu pielgrzymów?
Ks. Prałat: Przede wszystkim w październiku jest Pielgrzymka Rodzin. Przyjeżdżają wierni z całej Archidiecezji Łódzkiej i z całej Polski. Sanktuarium leży na szlaku św. Maksymiliana: Zduńska Wola – Pabianice – Niepokalanów – Oświęcim i przybywają tu pielgrzymi: dorośli, młodzież, dzieci. Są również pielgrzymki zagraniczne z Japonii, z Francji, z Włoch, z Austrii, z Niemiec, ostatnio był Prymas z Japonii.

Iza: Na placu parafialnym stoi pomnik Papieża Jana Pawła II. Czy miał Ksiądz możliwość osobistego spotkania z Papieżem?
Ks. Prałat: Jest to jeden z najładniejszych pomników w całej Polsce.

Z Papieżem Janem Pawłem II miałem kontakt wiele razy, prawie podczas każdej pielgrzymki do Ojczyzny. Byłem w koncelebrze we Mszy świętej podczas kanonizacji królowej Jadwigi w Krakowie. W Łowiczu przekazywałem Papieżowi tytuł Honorowego Obywatela Miasta Pabianic. Pielgrzymowałem do Rzymu z pabianiczanami i indywidualnie. Jan Paweł II zawsze mile pytał o Pabianice.
Kościół św. Maksymiliana jest wotum dziękczynnym za ocalenie życia Ojca Świętego po zamachu 13 maja 1981 roku. Wtedy w Rzymie był poświęcony kamień węgielny pod budowę tej świątyni, poświęcony jego męczeńską krwią.
Celebrowałem również Mszę świętą w jego prywatnej kaplicy.

Arek: Przy parafii działa Oratorium, czy przychodzi tu dużo dzieci i młodzieży? Czy dla nas też by się znalazło coś ciekawego?
Ks. Prałat: Oratorium działa już od kilku lat, to jest taka wspólnota, która gromadzi młodzież i dzieci. Tam dokonuje się pogłębienie wiary i wychowanie. Znajdują się tam sale sportowe, są stoły do gry w ping – ponga, stół bilardowy, piłkarzyki. Jest kawiarenka internetowa, czytelnia, można poczytać prasę katolicką. Odbywają się kursy szycia i gotowania dla dziewcząt, zajęcia sportowe. Jest kółko fotograficzne, zespół muzyczny, teatrzyk, który wystawia różne przedstawienia: jasełka, mękę Pana Jezusa, historię życia św. Maksymiliana oraz Jana Pawła II.

Jest tutaj miejsce dla was i innych młodych ludzi, można przyjść i się zapisać. Gorąco was zapraszam. Jesteśmy otwarci na całe miasto.

Parafia ma również ośrodek kolonijny, mieści się on w Woli Pszczółeckiej, jest to około 40 km od Pabianic. Ośrodek położony jest w lesie. Każdego roku organizowane są 4 turnusy po 2 tygodnie, a więc w ciągu całych wakacji, cały lipiec i sierpień. Zachęcam was do wzięcia w nich udziału, również cena jest bardzo atrakcyjna, są to najtańsze kolonie, koszt wynosi 400 zł.

Arek: A czy pamięta Ksiądz pierwszy dzień w Pabianicach?
Ks. Prałat: Tak, dostałem wiadomość, że będę proboszczem nowej parafii w Pabianicach i przyjechałem obejrzeć plac przy ul. Jana Pawła II, wtedy to była ulica Karolewska. Była tutaj tylko

ziemia, żadnego miejsca nawet na kaplicę, żeby odprawić Mszę świętą. Musiałem zorganizować kaplicę przy ulicy Toruńskiej. Pierwsze spotkanie było bardzo przygnębiające. Nie było ulicy, Korolewska, to był tylko żwir. W pobliżu była kotłownia, ogrzewająca miasto, z kominów kłębił się dym. Niekorzystne było to pierwsze wrażenie, ale potem trzeba było polubić, pokochać to miasto i tak się stało.

Arek: Kiedy powstała w Księdza głowie myśl, aby poświęcić się służbie kapłańskiej?
Ks. Prałat: Od pierwszej Komunii świętej już myślałem, aby zostać kapłanem. Byłem ministrantem, gorliwym ministrantem, przychodziłem służyć do Mszy świętej prawie codziennie. Myślałem tylko o tym, aby poświęcić się Bogu.

Iza: Czy jest ktoś kto wpłynął na Księdza decyzję w sprawie wyboru drogi życiowej?
Ks. Prałat: Bezpośrednio nie, ani rodzice ani nikt inny. Pamiętam jak moja mama powtarzała mi, że decyzja należy do mnie, co sobie wybiorę, tak będzie.
Tylko Pan Jezus pomógł mi dokonać tego wyboru. Miałem również dobre przykłady. W mojej parafii byli wspaniali kapłani, katecheci.

Iza: Czy jako młody chłopak chodził Ksiądz na normalne randki, umawiał się do kina albo na spacer?
Ks. Prałat: Chodziłem do kina i na spacery też, ale randki nie były mi w głowie. Pilnowałem szkoły, nauki, myślałem o tym, żeby zostać księdzem. Randki są dla innych.

Iza: Czy czyta Ksiądz książki? Czy jako dziecko lubił Ksiądz czytać?
Ks. Prałat: Czytałem i czytam. W dzieciństwie przeróżne opowieści, lektury. Później w szkole trzeba było czytać i się czytało Mickiewicza, Słowackiego, Krasińskiego.

Arek: Czy mógłby Ksiądz zdradzić tytuł ulubionej książki z dzieciństwa?
Ks. Prałat: Nie pamiętam.

Arek: Czy jako dziecko uprawiał Ksiądz sport?
Ks. Prałat: Jeździłem na rowerze, chętnie też grałem w piłkę nożną i w siatkówkę.

Arek: Czy kocha Ksiądz zwierzęta?
Ks. Prałat: Kochał i kocha. Najbardziej lubię kotki i psy. Tu na plebani jest piesek, mały, domowy.

Iza: A jak się wabi?
Ks. Prałat: Figa. Nie lubię gołębi, które wszędzie latają i wszystko zanieczyszczają .

P. Dziubczyk: Dziękując za rozmowę, czego możemy Księdzu Prałatowi życzyć?
Ks. Prałat: Czego możecie mi życzyć? Przede wszystkim dobrego zdrowia, żebym nie chorował, bo mam jeszcze wiele zamierzeń. Pragnę, aby nasz kościół został mianowany bazyliką, aby tu w Pabianicach była bazylika św. Maksymiliana Kolbe. W planach mam jeszcze wymianę ławek w kościele oraz żyrandoli. Czeka nas jeszcze zrobienie elewacji kościoła czyli malowanie z zewnątrz. A w sprawach duchowych życzcie mi młodzieży, dzieci i dorosłych, którzy będą kochali Pana Boga.

P. Dziubczyk: I tego serdecznie Księdzu Prałatowi życzymy. Serdecznie dziękujemy za rozmowę i czas nam poświęcony.

##########################

Po zakończeniu rozmowy mieliśmy okazję obejrzeć zdjęcia wiszące na ścianach na plebani. Były to pamiątkowe zdjęcia z Ojcem Świętym Janem Pawłem II, niektóre zrobione w Polsce podczas pielgrzymek Papieża, a inne w Rzymie podczas audiencji.

My również zrobiliśmy sobie pamiątkowe zdjęcie z Księdzem Prałatem, które obok zamieszczamy.

Dawanie

Drogą wędrowała mamusia z dzieckiem. Dziecko miało w ręce ciastko. Przechodzili obok biednej kobiety, która wyciągnęła rękę do przechodniów. Obok niej siedział skulony, brudny chłopczyk, w nędznej odzieży, zbyt dużej dla niego. Dziecko, trzymając rękę mamusi, zatrzymało się przy chłopcu i przyglądało mu się przerażone. Potem spojrzało na trzymane w ręce ciastko i na matkę, jakby prosząc ją o pozwolenie. Matka wyraziła zgodę lekkim ruchem głowy. Dziecko wyciągnęło rączkę do cyganiątka i dało mu ciastko, a potem szybko oddaliło się z mamusią.

Jakiś przechodzień, który widział tę scenę, powiedział do matki:
«Teraz pewnie kupi pani synowi inne ciastko, może większe?».
«Nie, dlaczego?«
«Ten, kto daje, musi przecież odmówić sobie»

B. Ferrero, *Dawanie*, w: Ale my mamy skrzydło, Krótki opowiadania dla ducha, Warszawa 2006, s. 54.

Ofiarowując komuś jakąś rzecz, musimy z niej bezpowrotnie zrezygnować. Ale rezygnując z tej rzeczy zyskujemy radość tej osoby i radość własną, a więc łatwo wyliczyć, że to nam się opłaca.

Tuż przed świętami Bożego Narodzenia zakończyliśmy jedną z akcji charytatywnych organizowanych w naszej szkole – kiermasz świąteczny. Zakończył się on sukcesem, gdyż zebrane pieniądze wywołają uśmiech nie jednego ucznia w naszej szkole, gdy będzie mógł razem z całą klasą pójść do kina, teatru lub na basen. Serdecznie dziękujemy za Wasz udział w tym kiermaszu ☺

A przed nami kolejna akcja – prosimy Was o przynoszenie fantów na **Wielkopostną Loterię Fantową**. Wszelkie niezniszczone zabawki prosimy o przynoszenie do szkoły i przekazywanie paniom: Małgorzacie Rutkowskiej i Paulinie Dziubczyk. Zebrane rzeczy wezmą udział w loterii, za symboliczną kwotę będziecie mogli kupić los i wygrać jednego fanta – niespodziankę. Uzyskane w ten sposób pieniądze pomogą w przygotowaniu świątecznych paczek.

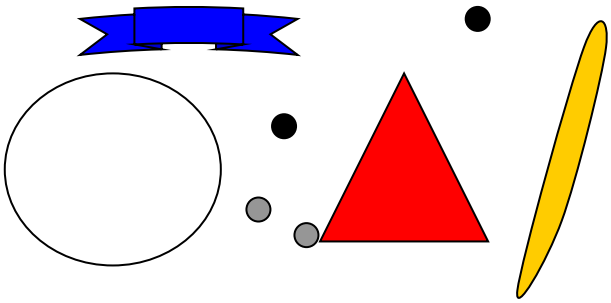
Wiemy, że wielu z Was z ochotą włączy się w tę zbiórkę i pamiętajcie każda przekazana rzecz wywołuje dwa uśmiechy: Twój i osoby obdarowanej.

ŚWIETLICOWY KĄCIK NUDZIARZA

Siedzicie w domu i nudzicie się? Skorzystajcie z tej oferty. W tym miesiącu proponuję Wam zabawę, do której zaprosić możecie rodzeństwo, rodziców lub koleżanki i kolegów. Zabawa nosi tytuł BAŁWANEK. Wcześniej jednak należy przygotować odpowiednie rekwizyty, taki sam zestaw dla każdego uczestnika zabawy.

Przygotuj:

- dużą i małą kulkę z białej plasteliny,
- kolorową wstążeczkę,
- dwa ziarenka pieprzu,
- dwa małe guziczki,
- czapeczkę z papieru,
- zapałkę
- dwie kostki (wystarczą dla wszystkich graczy).



Wszyscy chętni do zabawy siadają w kole. Każdy rzuca kolejno, dwiema kostkami jednocześnie. Następnie dodaje wyrzucone punkty i bierze odpowiednią część bałwanka:

3- czapeczka (z papieru)
5- miotła (zapałka)
7- szalik(wstążeczka)
8- tułów(duża kulka z plasteliny)
9- głowa(mała kulka z plasteliny)
dwie dwójki- jedno oko(ziarenko pieprzu)
dwie piątki- guziczek
dwie jedynki- trzeba niestety odjąć jedną cześć bałwankowi
dwie szóstki- można dołożyć wybraną cześć

Wygrywa oczywiście ten , kto pierwszy ulepi całego bałwana.

ŻYCZĘ WAM MIŁEJ ZABAWY !

Pomysł zabawy zaczerpnięty ze ŚWIERSZCZYKA (nr 2 , 15.01.2001)

Joanna Pacześ- Andrzejewska

„Tydzień jedności i współdziałania”

Już po raz kolejny, wszystkie dzieci z naszej szkoły uczestniczyły w projekcie edukacyjno-wychowawczym, zatytułowanym „ Tydzień jedności i współdziałania", który został zorganizowany w ramach programu społecznego „ Szkoła bez przemocy”.

Aby zapoznać wszystkich uczniów z prawami dziecka, organizatorzy przygotowali wiele atrakcji, zadań i konkursów. Na dobry początek pedagog szkolny przeprowadził w klasach nauczania zintegrowanego zajęcia na temat praw. Następnie uczniowie z klas I-III w oparciu o zdobytą wiedzę przygotowali prace plastyczne na konkurs „Ja i moje prawa” zorganizowany przez ZHP. Warto nadmienić, że uczniowie z klasy IIc i IIIb otrzymali nagrody za własną twórczość.

W tym czasie uczniowie klas starszych przeprowadzili promocję programu, poprzez rozwieszenie plakatów i rozdanie naklejek z logo akcji. Na podstawie ankiet mających ułatwić ocenę bezpieczeństwa dzieci na terenie szkoły, specjalny zespół przygotował mapę miejsc, w których występuje najwięcej zagrożeń i ustalił w tych miejscach dodatkowe dyżury uczniowskie. Podczas zebrań z rodzicami, zapoznano z planowanymi działaniami podjętymi na rzecz podniesienia bezpieczeństwa ich dzieci.

Kolejnym punktem podjętych działań, był udział w przedstawieniach nawiązujących tematycznie do przygotowanego projektu. Klasy młodsze udały się do MOK-u, gdzie „Teatr Króla” zaprezentował sztukę „ Skarb dobroci”.

Uczniowie klas starszych obejrzeli przedstawienie zatytułowane: „ W środku miasta”, wykonane przez aktorów teatru KRYS- MON.

We wszystkich klasach odbyły się lekcje wychowawcze na temat praw dziecka, Statutu Szkoły oraz współdziałania i jedności eliminujące zachowania agresywne. Następnie, na podstawie opinii kolegów i koleżanek, każda klasa miała wyłonić dwie osoby, które są przyjazne, a ich zachowanie jest pozbawione agresji. Podczas dużych przerw nauczyciele wychowania fizycznego i kształcenia zintegrowanego prowadzili w czasie tego tygodnia zajęcia ruchowe, aby zaproponować ciekawą formę spędzania wolnego czasu w gronie rówieśników.

Na zakończenie odbył się apel podsumowujący działania podjęte w ramach projektu. Uczniowie z klas IV – VI zaprezentowali scenki oraz wierszyki na temat praw dziecka, a wytypowani przez społeczności klasowe uczniowie zostali nagrodzeni za unikanie zachowań agresywnych i dawanie przykładu dobrego zachowania, niesienia pomocy oraz współdziałania.

Przygotowanie oraz czuwanie nad przebiegiem projektu wziął na siebie zespół wychowawczy pod kierunkiem wice-dyrektor szkoły p. Beaty Florczak przy współpracy z wszystkim nauczycielami pracującymi w naszej szkole.

Redaktor opiekun

„ Prawa dziecka”

„5” fajną szkołą jest.
Tu na wejście każdy wie,
że dzieciaki prawa mają,
więc je wszyscy przestrzegają.

A dla głębszej znajomości co rok rusza
Tydzień współdziałania i jedności”.
Bawiąc, uczyć się będziemy
co w konwencji napisano,

jakie prawa dzieciom dano.
A na koniec tej nauki,
każda klasa się popisze
i zwrotkę tego oto wiersza dopisze.

Każdy dzieciak z VIa,
różne zainteresowania ma:
pływa, skacze czy gra w kości,
wszystko to dla rozwoju swej osobowości.

Dzieci nie wolno wyzyskiwać,
ale kochać i podziwiać.
Dorośli powinni pamiętać,
że dzieci nie mogą się przemęczać.

Duża szkoła, wiele dzieci,
kto agresje w nich budzi?
Jeśli kogoś wciąż poniżasz,
jak wyrośniesz sam na ludzi?

Gdy dopadną nas wirusy
lub ból zęba nam doskwiera,
mamy prawo do leczenia,
świątek, piątek czy niedziela.

Gdy łobuzy nas napadną,
wtedy sami już przepadną.
Do ochrony prawo mamy
I je wtedy właśnie wykorzystamy.

Rodzina ma, rodzina twa
Do rozmowy prawo ma.
Rodzina kochana przy stole zebrana,
nie tylko obiad zjada, ale również wspólnie gada.

Co by było bez prawa do korespondencji?
Pomyśl, co by się zdarzyło,

Gdyby wszystkim wolno było
Czytać Twoje listy?

Gdy umysły się przegrzeją
to nauka idzie w las.
Wtedy każdy z naszych mózgów
myśli, że ma wolny czas

„Piątka" taką szkołą jest,
której nikt nie boi się.
każdy swoje prawa zna,
i je chętnie przestrzega.

Z wiersza tego więc wynika,
że świadomość praw jest duża.
Obok praw są obowiązki,
lecz nikogo to nie wzburza.

Każdy niechaj zawsze robi
to, co leży w jego mocy,
aby w naszej drogiej szkole,
nie było praw łamania i przemocy.

Rajd gwiazdkowy

Dnia 8 grudnia odbył się XI Rajd gwiazdkowy organizowany przez Klub Turystyki Pieszej Aaron przy PTTK Pabianice. Tego dnia o godzinie 8.50 uczestnicy rajdu spotkali się przed szkołą z opiekunami, którymi byli dyrektor szkoły, p. Jerzy Kaczmarek oraz nauczycielki języka polskiego: p. Sylwia Plucińska i p. Lidia Kukieła. Wszyscy razem wyruszyliśmy do Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji, gdzie dotarliśmy około godziny 10.00. Tam każdy z nas otrzymał znaczek rajdowy, a opiekunowie dodatkowo mapkę trasy, którą mieliśmy pokonać. Trasa obejmowała okolice Pabianic, a kończyła się w Ochotniczej Straży Pożarnej w Rydzynach. Na mecie Mikołaj wręczył każdemu uczestnikowi rajdu paczkę, co uwieczniliśmy na zdjęciach. Ciepły poczęstunek składał się z herbaty z cytryną oraz miseczki bigosu. Autokary odwoziły uczestników rajdu do pętli autobusowej, skąd po krótkim oczekiwaniu pojechaliśmy autobusem do centrum i dalej pieszo do szkoły. Rajd przebiegł bardzo miło i przyjemnie tym bardziej, że pogoda nam również sprzyjała.

Paulina Strachanowska, kl. VI a

Kilka dni przed Bożym Narodzeniem w świetlicy szkolnej odbyła się uroczysta wigilia , na której mieliśmy przyjemność gościć Panią dyrektor Beatę Florczak i Panią bibliotekarkę Dorotę Olejnik. Na początku Pani Dorota przeczytała krótki fragment z Pisma Świętego , a następnie wszyscy tradycyjnie połamaliśmy się opłatkiem i złożyliśmy sobie szczere i serdeczne życzenia. Oby wszystkie się spełniły! W blasku świec i przy dźwiękach kolęd zrobiło się naprawdę miło i uroczyście. Dobrze było także naszym brzuszkom, gdy podjadaliśmy przygotowane wcześniej smakołyki. Nie zapomniał o nas również Mikołaj. Wprawdzie nie spotkał się z nami osobiście, ale zostawił przed świetlicą spory wór z prezentami. Sprawił nam tym ogromną niespodziankę, ponieważ worek pełen był różnych ciekawych gier.

MIKOŁAJU BARDZO CI DZIĘKUJEMY!

Joanna Pacześ-Andrzejewska

KĄCIK SPORTOWY

Dobra strona aktywności fizycznej – znaczenie systematycznego treningu.

Chciałby dzisiaj zapoznać Was z pewnym artykułem, jaki napotkałem w Internecie, który ściśle wiąże się z tematem zaproponowanym na wstępie. Miłej lektury.

„Człowiek to perfekcyjnie zbudowana maszyna, przystosowana do wykonywania ciężkiej, wyczerpującej pracy fizycznej. Już od zarania dziejów

człowiek (no prawie człowiek) skakał po drzewach. W końcu spadł z nich i zabrał się za polowanie na mamuty i tygrysy. Gdyby ustrój nie był tak przystosowany, człowiek dawno umarłby z głodu lub został zagryziony przez inne drapieżniki. Biorąc pod uwagę obecną kondycję fizyczną społeczeństwa, należy się zastanowić czy to faktycznie nie przypadek, że dalej żyjemy.

Jak to się ma do treningów?

Możliwości ruchowe człowieka świadczą o jego zdrowiu. Jak wszyscy wiedzą, aby zachować podstawowe czynności organizmu, należy spożywać odpowiednią ilość pokarmu, białek, wody, witamin i tym podobnie. Niestety - pomijając fakt, że społeczeństwo nie dość, że posiadając te wiedze nie wykorzystuje jej w praktyce, to zapomina o najważniejszym czynniku wpływającym na utrzymanie ciała i ducha w dobrej kondycji - o RUCHU. Ruch jako uniwersalny element aktywności fizycznej wpływa na styl i jakość życia. Osoby, które uprawiają systematycznie aktywność fizyczną, zazwyczaj lepiej się odżywiają, lepiej śpią, są bardziej odporne na stres, są mało podatne na używki.

Po drugiej stronie znajdują się swoiste lenie - nie dawkując sobie ruchu są narażeni na wiele negatywnych następstw zdrowotnych, cierpią na obniżoną sprawność fizyczną. Są zmęczeni, mają złe samopoczucie - a co gorsza - są najbardziej narażeni na plagę społeczeństwa - na choroby cywilizacyjne.

Już jednorazowe wykonanie ćwiczenia wywiera określony wpływ na organizm, jednak, aby ciało zaczęło poprawnie i bez zarzutu funkcjonować, trening musi być powtarzany systematycznie. W ćwiczeniach nie chodzi tylko o poprawę sprawności i jej podtrzymanie, jak wielu może sądzić - trening polega na tym, aby ruch stanowił odpowiednio silny bodziec uruchamiający reakcje tego organizmu. Dla przykładu - jazda na rowerku treningowym przy tętnie 100 raczej mija się z celem...

Organizm, reagując na bodźce ruchowe rozwija się i doskonali. Najbardziej widoczne efekty są w obrębie aparatu ruchu, czyli chodzi o nic innego jak o mięśnie. Dzięki treningowi, zmienia się siła i masa mięśni, co niesie za sobą całą masę pozytywów.

Dzięki treningowi siłowemu zyskujemy:
-zwiększoną masę mięśni,
-lepszą przemianę materii,
-polepszony transport substancji odżywczych do mięśni i kości,
-lepszą ochronę narządów wewnętrznych,
-zniesienie przewlekłych bólów stawów

Drugim szczególnie ważnym układem, który ulega znacznym przemianom podczas wysiłku jest układ kostno-stawowy. Ćwiczenia kształtują powierzchnie stawowe kości, co wpływa na zniesienie bólów i nieruchomości stawów. Ponadto zwiększa się wytrzymałość kości. Odpowiednie obciążenie kośćca powoduje przyspieszone odbudowanie tkanki kostnej - zarówno jej naprawę w przypadku osteoporozy, jak i wzmocnienie w przypadku ludzi zdrowych. Badania potwierdziły, że najbardziej optymalne ćwiczenia wpływające na wzrost masy tkanki kostnej to ćwiczenia siłowe, z obciążeniem oraz jogging, chodzenie po schodach, zaś u ludzi chorych znacznie lepsze rezultaty przynoszą ćwiczenia w staniu niż w leżeniu. W obu przypadkach treningów, należy często zwracać uwagę na modyfikację, aby różnicować obciążenia szkieletu. Drugim, równie ważnym - jeśli nie ważniejszym czynnikiem jest stałe zwiększanie obciążeń. W przeciwnym razie kości przyzwyczają się i przestaną reagować.

Bardzo wrażliwym na wysiłek układem jest układ krążenia. Pod wpływem ćwiczeń dochodzi do zmiany zarówno w obrębie samego serca, jak i krążenia obwodowego. Dochodzi do hipertrofii (przerostu) mięśnia sercowego, co skutkuje większą siłą skurczu, jak i większą objętością wyrzutową

serca. Co ważniejsze - zwiększa się przepływ krwi w naczyniach wieńcowych, co jest bardzo istotne zarówno dla profilaktyki, jak i dla osób cierpiących na chorobę wieńcową.

W układzie oddechowym zmiany są nie mniejsze - ćwiczenia wpływają, kształtująco na klatkę piersiową oraz poprawiają czynność mięśni oddechowych. Ćwiczenia aerobowe wpływają na tkankę płuc - powodują między innymi otwarcie się nieczynnych pęcherzyków płucnych. Poprawia się wentylacja, a co za tym idzie poprawa krążenia oraz zaopatrzenie tkanek w tlen.

Lecz chyba najważniejszym czynnikiem dla naszych pań i panów borykających się z większą lub z mniejszą nadwagą jest zwiększenie przemiany materii. Następuje zmniejszenie odkładania tłuszczu w tkance tłuszczowej, polepsza się zdolność organizmu do spalania kalorii. Ponadto ćwiczenia podnoszą ilość tzw. 'dobrego cholesterolu' (HDL) a obniżają poziom tego 'złego' (LDL).
Najlepsze ćwiczenia dla tego celu to ćwiczenia aerobowe.

Dlatego, bardzo ważne jest połączenie ćwiczeń siłowych z ćwiczeniami, aerobowymi, takimi jak jogging, pływanie, rowerek, orbitrek itp. Takie połączenie wraz z prawidłową dietą sprawią, że nasz organizm stanie się idealną maszyną, zdrową, silną maszyną, która będzie w stanie podołać wszystkim obciążeniom, zarówno natury fizycznej, jak i psychicznej.

Aktywność fizyczna to lepsze zdrowie, sprawność psychofizyczna i umysłowa, to kształcenie cech, które zawsze każdemu przydadzą się w jego dorosłym życiu. Spróbuj i Ty zastosować złotą zasadę „3x30x130". Te magiczne cyferki podają „przepustkę" do dobrego samopoczucia przy MINIMALNEJ Twojej aktywności ruchowej.
Ten skrót czytaj w taki sposób:
- 3 razy w tygodniu,
- przez 30 minut ćwicz(biegaj, pływaj, skacz, bezpiecznie korzystaj z roweru, itp.),
- utrzymując tętno na minimalnym poziomie 130 uderzeń/minutę.
Wiosna coraz bliżej – może warto już zacząć?

Życzę powodzenia. Wojciech Woźniak

Materiał pochodzi ze strony: SPORTOWE FORUM DYSKUSYJNE

Mistrzostwa Pabianic Dziewcząt Szkół Podstawowych w Piłce Siatkowej

W dniach 8, 10 i 11 stycznia 2008 roku na sali gimnastycznej przy szkole podstawowej nr 8 rozegrane zostały Mistrzostwa Pabianic Dziewcząt Szkół Podstawowych w Piłce Siatkowej. Nasza szkoła była jedną spośród pięciu drużyn, które wzięły udział w tych zawodach. Podczas wszystkich dni zawodów na boisku jak i w szatni panowała wspaniała atmosfera. Młode siatkarki wkładały w grę całą swoją energię i serce, co powodowało, iż często zdarzały się łzy wzruszenia jak i okrzyki triumfu.

Szkoła nasza była godnie reprezentowana przez dziesięć wspaniałych siatkarek z piątych i szóstych klas (na zdjęciu od góry) Klaudia Bilariusz kl. VIc, Anna Lach kl. VIc, Justyna Świercz kl. VIc, Sylwia Kleśta kl. VIb, Aleksandra Oracz kl. Va, Paulina Strachanowska kl. VIa, Magdalena Fuks kl. Va, Monika Wołosz kl. Vc, Magdalena Brzozowska kl. Vc, Zuzanna Holwek kl. VIb (kapitan naszej drużyny). Trenerem i opiekunem naszej drużyny była Anna Małolepsza.

Drużyna nasza rozegrała cztery mecze, dwa we wtorek (8 stycznia) ze szkołą podstawową nr 3 oraz ze szkołą podstawową nr 14. Po jednym meczu siatkarki zagrały w czwartkowe (10 stycznia) i piątkowe (11 stycznia) przedpołudnie. W czwartek ze szkołą podstawową nr 8 a w piątek ze szkołą podstawową nr 17. Tabela wyników układała się następująco:

	SP 3	SP 5	SP 8	SP 14	SP 17
SP 3	X	2 : 0	2 : 0	2 : 0	0: 2
SP 5	0 : 2	X	1: 2	2 : 1	0 : 2
SP 8	0 : 2	2 : 1	X	2 : 1	0 : 2
SP 14	0 : 2	1 : 2	1 : 2	X	0 : 2
SP 17	2 : 0	2 : 0	2 : 0	2 : 0	X

W piątek po rozegraniu wszystkich meczy nastąpiło uroczyste ogłoszenie wyników, wręczenie pucharów, dyplomów oraz nagród w postaci piłek do siatkówki. Drużyna reprezentująca barwy naszej szkoły po wspaniałej postawie, wyśmienitej grze oraz ciężkich i w pocie czoła rozgrywanych meczach zajęła IV miejsce.

!!! SERDECZNE GRATULACJE DLA SIATKAREK !!!

Anna Małolepsza

ZABAWY LITERACKIE

Żył kiedyś król, który był mądry i dobry. Był wspaniałym gospodarzem, więc zapewnił swoim poddanym dobrobyt, a oni kochali go i szanowali jak własnego ojca.

Przez wiele długich lat dobrze wiodło się w królestwie. Poddani byli szczęśliwi, miasta pięknniały z każdym rokiem, a całe karawany kupców nieprzerwanym strumieniem „płynęły”

przez kraj. Ościenni władcy również bardzo szanowali naszego króla, ponieważ był dobrym i skorym do pomocy sąsiadem.

Płynęły lata, a król coraz częściej sięgał myślą do czasów swojej młodości, kiedy to przejmował koronę po swoim zmarłym ojcu. Kraj był wówczas zniszczony pożogą wojenną, poddani przymierali głodem, skarbiec królewski był pusty, a nieorana ziemia przestała rodzić. Młody władca postanowił wtedy, że podźwignie królestwo z biedy, a poddanych uczyni szczęśliwymi ludźmi. Nie myślał wówczas o swoich zasługach tylko o ciężkiej pracy. Z upływem czasu jednak zrobił się zarozumiały i pyszny. Zaczął uważać się za wszechmocnego, który stoi na równi z Bogiem. Swoich sąsiadów postrzegał jako nieudaczników i słabeuszy. Jedyne czego lubił słuchać to pochwały i komplementy. Myślał, że tak dobrze będzie już zawsze.

Pewnego dnia jednak wszystkie uprawy zniszczyła szarańcza. Nad królestwem zawisło widmo klęski głodu. Przerażeni ludzie zaczęli błagać króla, by pomógł im przetrwać i by podzielił się z nimi własnymi zapasami żywności. Władca bardzo przerażony widokiem tłumów u bram pałacu zagrażających królewskim spichlerzom, postanowił dłużej nie zwlekać i natychmiast wysłał posłańców do władców państw ościennych, którymi do niedawna pogardzał. Przepraszał za wszystkie niegodziwości i błagał o pomoc. Miał szczęście, że przebaczyli mu dawne urazy. Posłali wozy ze zbożem i ludność nie musiała już pustoszyć królewskich spichlerzy.

Król przekonał się wtedy, że nie można być zbyt pewnym siebie, lekceważyć i obrażać innych, bo nigdy nie wiadomo, czy nie będzie się od nich kiedyś potrzebować pomocy. Zrozumiał, że trzeba mieć wiele pokory wobec losu, bo nigdy nie wiemy, co może spotkać nas następnego dnia.

Bajkę napisali uczniowie klasy IVc na zajęciach w czytelni szkolnej, pod opieką bibliotekarza.

---

z ekologią na ty

W poprzednich artykułach „Kącika młodego ekologa" pisałam wam o szkodliwości gromadzonych odpadów i ich ogromnych ilościach, które składujemy, niekoniecznie zgodnie z zasadami ekologii. Pisałam również o „konkursie odpadowym", w którym uczennice naszej szkoły zmagały się z regulaminem gospodarki odpadami w naszej gminie Pabianice. Dzisiaj kilka słów na temat, tego, co robić, aby ilość odpadów na składowiskach zmniejszyć. W poprzednim numerze „Piątki na piątkę" czytaliście z pewnością wywiad z panem **Sylwestrem**

Legiędziem, wiceprezesem firmy „EKO – REGION”, która zajmuje się gospodarką odpadami.
Ja przybliżę wam tylko sposoby segregacji odpadów i napiszę, co się z nimi dalej po tej segregacji dzieje.

Recykling (w języku polskim znany jako recyrkulacja) to „technologia” rozumiana jako odzyskiwanie surowców z materiałów odpadowych i wykorzystywanie ich do produkcji.

Do recyklingu nadają się:

- puszki aluminiowe,
- szkło (butelki i słoiki),
- papier i tektura (makulatura),
- niektóre opakowania plastikowe,
- stal,
- inne (akumulatory samochodowe, zużyte opony, tekstylia, baterie).

Z recyrkulacją wiąże się bezpośrednio **selektywna zbiórka odpadów,** czyli segregowanie odpadów w miejscu ich powstawania , polegające na gromadzeniu w oddzielnych pojemnikach poszczególnych odpadów nadających się do wykorzystania wtórnego. Czy wiecie do jakiego pojemnika należy składować wyżej wymienione odpady. Pewnie wiecie doskonale, ale nie zaszkodzi przypomnieć.

Segregacja odpadów - kolory pojemników

Pojemniki niebieskie PAPIER	Pojemniki żółte lub siatkowane PLASTIK METAL	Pojemniki białe SZKŁO BEZBARWNE	Pojemniki zielone SZKŁO KOLOROWE
Tu wrzucam: • gazety i czasopisma • katalogi i prospekty • papier szkolny i biurowy • książki w miękkich okładkach lub z usuniętymi twardymi okładkami • torebki papierowe	**Tu wrzucam:** • butelki po napojach (najlepiej zgniecione) • butelki po płynach do mycia • plastikowe zakrętki • plastikowe torebki, worki, reklamówki • plastikowe koszyczki po owocach • puszki po napojach • puszki po konserwach • drobny złom żelazny i metale kolorowe • kapsle	**Tu wrzucam bezbarwne:** • butelki i szklane po napojach i żywności • butelki po napojach alkoholowych • szklane opakowania po kosmetykach	**Tu wrzucam kolorowe:** • butelki i słoiki szklane po napojach i żywności • butelki po napojach alkoholowych • szklane opakowania po kosmetykach

• papier pakowy • pudełka kartonowe i tekturowe • tekturę			
Tu nie wrzucam: • zabrudzonego i tłustego papieru • papieru z folią • papieru termicznego i faxowego • kartonów po mleku i napojach • papieru przebitkowego (rachunki, faktury) • pieluch jednorazowych • podpasek, artykułów i pa-pierów higienicznych • worków po cemencie • tapet	**Tu nie wrzucam:** • butelek i pojemników z zawartością • butelek i pojemników po olejach (spożywczych, chłodniczych, silnikowych) • opakowań po lekach • butelek po płynach chłodniczych • pojemników po wyrobach garmażeryj-nych • zabawek • sprzętu AGD • styropianu • opakowań po aerozolach • puszek po farbach • baterii	**Tu nie wrzucam:** • szkła stołowego • fajansu • porcelany i ceramiki • luster • szkła okiennego • żarówek • lamp neonowych, fluorescencyj-nych i rtęciowych • reflektorów • izolatorów • szkła żaroodpornego • doniczek • szkła okularowego • ekranów i lamp telewizyjnych • szyb samochodowych	**Tu nie wrzucam:** • szkła stołowego • fajansu • porcelany i ceramiki • luster • szkła okiennego • żarówek • witraży • reflektorów • izolatorów • szkła żaroodpornego • doniczek • szkła okularowego • ekranów i lamp telewizyjnych • szyb samochodowych
PAMIĘTAJ: **- usuń zszywki, metalowe części i plastikowe opakowania**	**PAMIĘTAJ:** **- wrzucaj czyste opakowania i zgnieć butelki przed wrzuceniem** **- przed wrzuceniem zgnieć aluminiowe puszki**	**PAMIĘTAJ:** **- nie tłucz szkła przed wrzuceniem do pojemnika, wrzucaj czyste opakowania**	**PAMIĘTAJ:** **- nie tłucz szkła przed wrzuceniem do pojemnika, wrzucaj czyste opakowania**

Sylwia Łaguniak

Promocja zdrowia

Zdrowie człowieka zależy w dużej mierze od niego samego. Nie znaczy to wcale, że sami powinniśmy się leczyć, gdy „dopadnie” nas choroba. Leczenie pozostawmy tym, którzy są do tego przygotowani, czyli lekarzom. Jednak każdy z nas sam może zrobić bardzo wiele, żeby nie zachorować. Choroby nie „spadają z nieba”, a każda z nich ma jakąś określoną przyczynę: zakażenie chorobotwórczymi bakteriami lub wirusami, nieprawidłowe odżywianie, ubiór niedostosowany do warunków pogodowych, przegrzanie, przeziębienie czy brak rozwagi i wyobraźni oraz niedostateczne

dbanie o higienę osobistą. Unikanie tych wszystkich czynników sprzyjających chorobom może ustrzec nas przed przykrymi konsekwencjami. Jedną z najważniejszych zasad zachowania zdrowia jest czystość ciała, a mówiąc o czystości ciała, najczęściej mamy na myśli skórę. Brud i kurz zatykają pory, co utrudnia wydalanie z organizmu szkodliwych substancji, a to w konsekwencji sprzyja powstawaniu brzydkich, ropnych zmian. Również bardzo istotne jest utrzymanie rąk w czystości – szczególnie podczas posiłku. Dotykając klamek, poręczy i wielu innych przedmiotów, na których gromadzą się zarazki, jesteśmy narażeni na atak ustrojów chorobotwórczych mogących zainfekować nawet cały organizm. Podobnie ma się sprawa włosów. Nie należy dopuszczać do ich przetłuszczenia i silnego zakurzenia, ponieważ nie jest to ani zdrowe ani estetyczne.

Mycie powinno stać się wewnętrzną potrzebą, nawykiem, po prostu koniecznością taką jak jedzenie. Należy zawsze starać myć się w wodzie bieżącej i nawet po kąpieli w wannie wskazane jest dokładnie się spłukać.

Do mycia najlepiej używać specjalnej rękawicy z szorstkiej tkaniny lub gąbki oraz dobrego mydła. Samo polewanie wodą nie wystarczy!!! Energiczne nacieranie gąbką całego ciała poprawi krążenie krwi oraz pozytywnie wpłynie na wygląd skóry.

W następnym numerze naszej gazetki zastanowimy się nad zagadnieniem odpowiedniego ubierania się.

Redaktor opiekun

Tekst napisano w oparciu o „Zdrowie w domu” Państwowy Zakład Wydawnictw Lekarskich, Warszawa 1956 r.

Nauczyciel do ucznia : - Czemu się tak denerwujesz? boisz się moich pytań?" _ "Nie, proszę pana. Raczej swoich odpowiedzi...."

Umęczony pacjent żali się psychologowi: "od kilku miesięcy męczy mnie koszmar, że ktoś za mną chodzi". "Kim pan jest z zawodu?" - pyta lekarz. "Przewodnikiem, oprowadzam wycieczki"

Mąż odwozi do szpitala rodzącą żonę, nauczycielkę polskiego. Nazajutrz szczęśliwa mama dzwoni do męża : " Wyobraź sobie kochany, rodzaj męski, a do tego liczba mnoga".