

*Szkoła Podstawowa nr 1
im. ppłk. pil. Mariana Pisarka w Radzyminie*



Lustro Jedynki

9 stycznia 2018 r.

*Szanowni Państwo,
Drodzy Uczniowie!!*

Oddajemy w Wasze ręce pierwszy w Nowym Roku 2018 numer szkolnej gazetki. Przed nami ferie, czas odpoczynku i relaksu. Zadbajmy wspólnie o to, by spędzić je bezpiecznie. Wszystkim naszym Czytelnikom życzymy dużo dobra w całym 2018 r.

Redakcja

W numerze:

** porady dr Jolanty Rosińskiej-*

*Włodarczyk – szkolnego
psychologa,*

**wydarzenia szkolne,*

**co polecają uczniowie.*

*Ogromny sukces uczniów naszej
szkoły!*

W III edycji Konkursu

*Historycznego pt. „Wojna polsko-
bolszewicka 1919-1920 w obronie
granic i niepodległości” wzięła
udział młodzież z całego świata.*

*Uczniom z naszej szkoły przypadły
zaszczytne miejsca:*

Fryderyk Wardakowski zdobył

I miejsce w kategorii

Projekt serii znaczków pocztowych,

a w innych kategoriach

Nikoła Łukasiewicz,

Piotr Romaszko i Agata Kostrzewa

zdobyli wyróżnienia.

Gratulujemy!!!

Andrzej Maleszka

**„Bohaterowie Magicznego Drzewa.
Porwanie”**

1 grudnia to ważna data – wypadają wówczas urodziny jedyne go mówiącego psa na świecie – Budynia. Z tej okazji jego najlepsi przyjaciele – Kuki, Gabi i Blubek jadą na targi dla psów. Po długim przeglądaniu i szukaniu prezentu dochodzą do ogromnego namiotu, w którym odbywa się pokaz tresury. Kiedy Budyń próbuje uciec, niespodziewanie znajduje się na scenie. Zmuszony do robienia sztuczek kundelek zdradza ludziom swój głos. W końcu Kuki znajduje przyjaciela i razem wracają do domu. Od tego czasu biednego Budynia prześladowuje treser i wielki strach.

Pies boi się wychodzić na spacer i wciąż jest niespokojny, aż pewnego dnia dochodzi do jego porwania. Treser Gerard Kron zmusza go do występów, pokazów i prezentacji *SZKOŁY POSŁUSZNYCH PSÓW*. Budyń poznaje inne psy i zaprzyjaźnia się z jednym z nich – wilczurkiem Mukim. Kiedy nadchodzi piątek Muki zdradza kundelkowi hasło otwierające drzwi i razem uciekają. Wspólnie z mastiffem pokonują groźne dobermanów i uciekają ze szkoły do pobliskiego lasu. Niestety treser szybko ich znajduje i muszą wracać. Budynia znów zamknięto w kojcu, tym razem z dala od innych psów i przyjaciela. Gerard Kron przygotowuje go do występu, a kundelek z powodu groźby tresera posłusznie wykonuje zadania i rozkazy. Nadchodzi niedziela – dzień pokazu! Treser wspólnie ze swoim nierozłącznym przyjacielem kameleonem Prodo występuje jako pan i nauczyciel Budynia. W odpowiedniej chwili kundelek odnajduje magiczny pojazd – Dra-Kulę i ucieka ratować Mukiego. W ostatniej chwili wsiadają do pojazdu i wracają do domu. Niestety

zdradziecki kameleon Prodo uniemożliwia ich ucieczkę.

Przyjaciele rozbijają się i docierają do nieczynnego hotelu, w którym spotykają niedźwiedzia. Po jego pokonaniu odkrywają kameleona i naprawiają Dra-Kulę, lecz zamiast od razu wracać do domu szukają jedzenia i przez przypadek znajdują się w fabryce karmy dla psów – Jupi. Kameleon niestety szybko obmyśla okrutny plan i za pomocą fabrycznych maszyn zamyka psy w puszkach na karmę. Na szczęście rano pracownicy ratują Budynia i Mukiego z potrzasku. Niestety głos Budynia znowu narobił kłopotów, w dodatku zgubili Dra-Kulę. Kiedy byli krok od niebezpieczeństwa odnaleźli cenną zgubę.

Po długim locie docierają do domu Mukiego. Budyń oddał psa uradowanym właścicielom. Kiedy chciał wracać zorientował się, że kameleon Prodo zabrał Dra-Kulę. Chwilę później wraz z kameleonem zaczęli bitwę z ptakami - wronami. Budyń w końcu zdobył pojazd i wrócił do domu, lecz nikogo w nim nie spotkał. Po długim oczekiwaniu zjawił się treser. Hasło, które znał pies dało mu chwilę przewagi. Kiedy tylko zobaczył w oddali Kukiego z magicznym przedmiotem puścił się pędem w jego kierunku. W ostatniej chwili usiadł na czerwonym krześle, które miało magiczne moce i na zawsze oduczył tresera porywania psów.

Książka jest bogata w barwne ilustracje, a treść jest tak ciekawa, iż trudno się od niej oderwać. Polecam wszystkim czytelnikom, którzy szukają w powieściach emocji, akcji i niesamowitej przygody.

Michalina Zalewska, klasa IVA

„Czy ktoś znalazł pod choinką swoje mocne strony?”

dr Jolanta Rosińska-Włodarczyk,
psycholog szkolny

Ostatnio rozmawiałam z psychiatrą dziecięcym na temat tego, w jaki sposób pomóc dzieciom, które mają obniżony nastrój, jest im bardzo ciężko i nie radzą sobie z funkcjonowaniem w środowisku szkolnym. Mają poczucie, jakby ich plecaki wypełnione były ogromnymi głazami, których nie są już w stanie same dźwigać.

Usłyszałam, że najważniejsze w takiej sytuacji jest wspólne **poszukanie mocnych stron dziecka, zastanowienie się, co może mu sprawiać radość i wzmocnienie tych obszarów poprzez działanie**. Kiedy skupimy się na cierpieniu i nieszczęściu – może być jeszcze gorzej. Zatem jedynym wyjściem jest **przekierowanie tego małego parowozu na tory zainteresowań**.

Kluczowe pytania: Co lubisz robić? Czym się interesujesz? Co jest dla ciebie najfajniejsze? Co sprawia Ci radość, przyjemność? Na początku niektórym dzieciom czy dorosłym może wydawać się, że nie za wiele jest takich miłych dla nich aktywności. Nie zniechęcajmy się jednak drążmy, dopytujemy, pokazujemy im świat. Dorosli także mogą przypomnieć sobie –

co sprawiało im radość, jak odzyskać utraconą energię i zaangażowanie?

Zdarzy się, że w szkolnej grupie rówieśniczej dzieciom nie uda się zaprzyjaźnić. **Poszukajmy zatem alternatywnej grupy** – w harcerstwie, klubie sportowym czy wśród dzieci zainteresowanych klockami lego, stolarstwem, modelarstwem, gotowaniem czy innymi, odmiennymi do bardzo popularnej piłki nożnej – pasjami. Piłkę nożną i karate bardzo cenię, jednak są już dość popularne w tym obszarze geograficznym.

Trzeba pamiętać, że czasem trudno jest samemu odkryć swoją pasję, pójść za zainteresowaniami. Każdy z nas potrzebuje przewodnika, inspiratora, kogoś, kto lubi ludzi i zaraża ich czymś dobrym. W szkole moich dzieci taką rolę pełni pani od polskiego – zachęca dzieci i ich rodziców do zapisywania się na łucznictwo w klubie ROKiS w Radzyminie. Organizuje biwaki dla dzieci i rodziców, na których wspólnie śpiewamy, robimy ozdoby świąteczne, które są potem sprzedawane na kiermaszu szkolnym. Ostatnio zaproszeni zostali trenerzy łucznictwa i były zajęcia ze strzelania łukiem. Jeździmy – dzieci i rodzice na Noc Muzeów. W tym roku planowana jest wyprawa na Noc Muzeów do Krakowa. Jedna z uczennic genialnie gra w piłkę nożną i pani od polskiego już

zapytała trenera tej piłki, kiedy są treningi i zamierza rodziców dziewczynki namówić, by ją na te treningi przywozili.

Ktoś inny może zostać porwany przez nauczyciela historii pasjonującymi treściami historycznymi w Klubie AK. Kogoś innego do odkrywania swojej pasji zachęci ksiądz, który kocha pracować z młodzieżą. Można także zaangażować się w wolontariat czy rysowanie, teatr, muzykę. Ciekawą ofertę kulturalną posiada także Biblioteka Publiczna w Radzyminie – warto czasem udać się całą rodziną na koncert czy występ. Rozbudzanie zainteresowań u siebie i u swoich dzieci jest jednym z ważniejszych według mnie zadań dla rodziców. Czasem to rodzic zaangażowany w swoją pracę, mający własne zainteresowania staje się inspiratorem dziecięcych odkryć. Wydaje się jednak, że obecnie rodzice bywają przemęczeni, zaganiani i wyczerpani z energii. Dlatego porywaczami dzieci w kierunku zainteresowań bywają nauczyciele z pasją, lokalni społecznicy, księża, trenerzy, artyści. **Czasem jedyną rolą rodzica będzie pozwolenie dziecku na to, by rozpoczęło poszukiwanie swoich zainteresowań, by budowało swoje mocne strony, a potem zachęcanie do wytrwałości.** Przebywanie we wspólnocie ludzi robiących wartościowe rzeczy może być jednym z działań profilaktycznych,

które przeciwdziała współczesnym zagrożeniom – uzależnieniom, przemocy, wejściem w grupę rówieśniczą, której jedynym celem jest bezcelowe włóczęgostwo po mieście i powolna destrukcja. Zaangażowanie w pasjonującą aktywność może być także sposobem na poprawienie nastroju, spełnienie, sens. **Być może wszyscy uśmiechnięci i życzliwi ludzie to tacy, którzy znaleźli swoje mocne strony i zbudowali na nich swoje życie?**

Zajęcia karate

Uczęszczam na zajęcia karate kyokushin już od czterech lat. Mam niebieski pas. Wszyscy zaczynają od białego. Zajęcia prowadzone są w Rokis Radzymin. Odbywają się we wtorki, piątki i dla zawodników w soboty. Zajęcia prowadzi sensej Tomasz Lenkiewicz. W ciągu całego roku jeździmy na zawody, latem i zimą na obozy karate. Kolejne pasy zdobywa się na egzaminach. Podczas egzaminu wykonujemy ćwiczenia.

Tę sztukę walki mogą trenować zarówno dziewczynki jak i chłopcy. Treningi można rozpocząć w dowolnym wieku. Uczymy się obrony, uderzeń rękami i nogami. Do zajęć zachęciła mnie moja przyjaciółka. Polecam te zajęcia, ponieważ kształtują one ciało i charakter.

Zosia Rybicka klasa 4e

Zwierzątko domowe

Jeśli myślicie o tym, aby zaopiekować się niewielkim, futrzastym zwierzątkiem, odpowiedź jest jedna: chomik! Jest on nie tylko wspaniałym pupilem, ale i przyjacielem. Najważniejsze jest jednak, aby pamiętać, że chomik to nie zabawka. Aby móc dobrze dbać o swoje zwierzątko, przeczytajcie poniższe rady.

Samczyk czy samiczka?

Zachowują się tak samo, nie ma więc znaczenia jaką płć wybieriecie.

Jaka rasa?

Chomik złocisty (syryjski): ma naturę samotnika, w towarzystwie innych osobników jest agresywny.

Chomik rosyjski i syberyjski: są towarzyskie i szybko przyzwyczajają się do życia w domu.

Chomik Roborowskiego: jest dobry dla kogoś, komu wystarcza obserwowanie zwierzątka w klatce.

Chomik chiński: jest nieśmiały, bojaźliwy i nerwowy.

Klatka.

Należy kupić taką, z której chomik nie będzie mógł uciec. Nie może mieć zbyt dużych odległości między prętami.

Wyściółka.

Dno klatki powinno być grubo posypane wyściółką wchłaniającą, ale nie może być w niej nic drażniącego.

Domek.

Nie jest konieczny, bo chomik lubi robić jamę w rogu klatki.

Zabawki.

Chomik uwielbia bieganie, należy więc kupić mu specjalne kółko

Pożywienie.

W codziennym jedzeniu naszego pupila nie może zabraknąć świeżych jarzyn. Należy podawać też suche owoce, np. orzechy włoskie i laskowe. Protein dostarczą chomikowi: jajka na twardo, gotowane mięso, ser. Oczywiście niezbędna jest też sucha karma dostępna w sklepach zoologicznych. Chomik zawsze musi mieć świeżą wodę do picia.

Zęby.

Zęby naszego gryzonia rosną przez cały czas. Dlatego też konieczne jest, aby do klatki podrzucić mu np. suchy chleb, patyki, na których będzie ścierał sobie zęby.

Zdrowie.

Zwierzátko pozostanie w dobrym zdrowiu, jeśli będziemy regularnie czyścić mu klatkę oraz nie będziemy stawiać jej w miejscach zbyt zimnych lub gorących.

Mam nadzieję, że przydadzą się Wam te porady i wasze chomiki będą zdrowe i zadowolone. Będziecie się mogli wtedy przekonać, że chomik to bardzo przyjazne zwierzątko. Szybko przyzwyczaja się do nowego miejsca. Jest ciekawski i wesoły. Na pewno rozbawią Was jego popisy akrobatyczne. Z radością przybiegnie do Was po smakołyki. Moim zdaniem, to najfajniejszy z gryzoni!

Małgorzata Kostrzon, klasa 4c

Wyjazd na koncert

6 grudnia 2017 roku uczniowie mojej klasy IVc i klasy Vb pojechali na koncert pt.: "5 złotych minut". Wydarzenie to odbywało się na hali Torwar w Warszawie. Nad uczniami czuwały panie: Katarzyna Loba i Joanna Nowakowska.

Mimo deszczowej pogody wszyscy byliśmy bardzo weseli i podekscytowani. Wiedzieliśmy, że czeka nas świetna zabawa. Do hali Torwar dotarliśmy sprawnie i bez problemów. Jako pierwsza wystąpiła Agnieszka Adamczewska ze swoją autorską piosenką oraz z hitem Santa Claus is coming to town. Po jej

występie odbył się kurs pierwszej pomocy. Dowiedzieliśmy się m.in. jak wykonać masaż serca, zatamować krwotok, opatrywać rany. Było to dla nas przypomnienie kursu jaki odbyliśmy w III klasie.

Na koniec przeprowadzono quiz z wiedzy o pierwszej pomocy. Następną częścią programu był niesamowity występ magika Macieja Pola. Zaprezentował on zapierające dech w piersiach iluzje, np. znikanie i przecinanie ciała na pół. Kiedy wystąpiła grupa Pectus ze swoim przebojem Barcelona, cała publiczność śpiewała i tańczyła. Następnie obejrzelśmy występy takich wykonawców jak: Weronika Juszcak, Bartek Kaszuba, Adam Stachowiak. Koncert zakończyła Lanberry i jej przebój Ostatni most. To jednak nie były wszystkie atrakcje! Czekala na nas niespodzianka - pokaz laserów! Po wyjściu z sali mogliśmy zdobyć autografy artystów. Niestety trzeba było już wracać do szkoły.

Wszyscy byliśmy w świetnych humorach i pełni wrażeń. Wycieczka okazała się nie tylko świetną rozrywką, lecz także okazją do zdobycia tak potrzebnej umiejętności, jaką jest pierwsza pomoc.

Małgorzata Kostrzon, klasa 4c

Wpływ hałasu na funkcjonowanie dzieci

Z głośnej szkoły dziecko wychodzi na pełną szumów i gwaru ulicę. Na uszach ma słuchawki, a z nich leci głośna muzyka. Potem wraca do domu, ogląda filmy i gra w gry - często również z użyciem słuchawek, żeby nie przeszkadzać innym domownikom. To wszystko sprawia, że dzieci zaczynają tracić słuch w coraz młodszy wiek.

Zazwyczaj nie przywiązujemy wagi do tego, czego i w jaki sposób słucha nasze dziecko i jak długo przebywa w hałasie. Nie zwracamy uwagi, jaki poziom hałasu dociera do uszu naszych dzieci i przez jak długi czas.

Dzieci prawidłowo słyszące pod wpływem hałasu zachowują się tak jak te z zaburzeniami centralnymi słuchu – nie odbierają informacji przekazywanych przez nauczyciela. Wracając do domu, są zmęczone i często rozdrażnione. Szkodliwe działanie hałasu na organizm młodego człowieka objawia się zmęczeniem, gorszą wydajnością w nauce, trudnościami w skupieniu uwagi, zaburzeniami orientacji, drażliwością, bólem i zawrotami głowy, szumami usznymi, czasowym bądź **trwałym uszkodzeniem słuchu**. Hałas uniemożliwia odpoczynek emocjonalny.

W szkole trudno jest wyeliminować hałas, dlatego bardzo ważne jest, by zapewnić odpoczynek uszom naszych dzieci w domu. Warto się zastanowić czy wszystkie urządzenia włączone w domu są niezbędne. Stale włączony telewizor, który jest tłem codziennych czynności, dźwięki dochodzące z tabletu, szum komputera i to wszystko często podczas odrabiania lekcji, podobnie głośne i długie słuchanie muzyki przez słuchawki. W takich warunkach dziecko nie ma szans na wyciszenie się.

Cisza to nieodzowny element prawidłowego rozwoju już od najmłodszych lat. Pomaga w koncentracji i skupieniu uwagi na jednej myśli, jednym zadaniu, czy zagadnieniu. Ułatwia rozwój związany z integracją sensoryczną, czyli wiązania bodźców, odbieranych przez zmysły. Cisza w domu jest niezbędna, by odpoczywać i właściwie funkcjonować w szkole. Odrabianie lekcji w ciszy to mniej błędów i lepsze tempo pracy. Cisza daje odpoczynek uszom, ważna jest, by móc dobrze spać i rosnąć. Warto o ciszy porozmawiać z dzieckiem w domu.

Katarzyna Staniszevska, logopeda

Opieka nad redakcją:

Agnieszka Baraniok

Joanna Karłowicz-Budzik

Dorota Kołaczyńska

Jolanta Rosińska-Włodarczyk

Katarzyna Staniszevska

Konkurs krzyżówkowy

Rozwiąż krzyżówkę. Litery z oznaczonych pól utworzą hasło główne.

Wytnij krzyżówkę i podpisz. **Wrzuć do skrzynki w sali 37.** Wśród autorów prawidłowych rozwiązań rozlosujemy nagrody.

UWAGA: W losowaniu wezmą udział tylko te osoby, które odpowiedzą prawidłowo na wszystkie pytania i poprawnie wpiszą hasło główne. Na odpowiedzi czekamy do **28.02.2018 roku.**

Spośród osób, które prawidłowo rozwiązały krzyżówkę z poprzedniego numeru gazetki, rozlosowano nagrody. Trafia one w ręce: Rozalki Stokwiszewskiej z 4f, Macieja Tomaszewskiego z 4g, Mai Skibowskiej z 3e, Janusza Zalewskiego z 2c, Zuzi Jabłeckiej z 4c i Oli Żmudy z 4d.

1.										
2.										
3.										
4.										
5.										
6.										
7.										
8.										
9.										
10.										
11.										
12.										
13.										
14.										
15.										
16.										

1. Dzieci lepią go zimą.
2. Jeździsz na nich po lodzie.
3. Chronią ręce przed zimnem.
4. Miesiąc rozpoczynający zimę.
5. Pojawiają się na drzewach, zwiastują koniec zimy.
6. Pada zimą.
7. Dwie deski do zjeżdżania po śniegu.
8. Następuje po zimie.
9. Szczypie w uszy i nosy.
10. Miesiąc rozpoczynający wiosnę.
11. Zimowy odpoczynek od szkoły.
12. Zjeżdżasz na nich z górki.
13. Kawałek lodu.
14. Ta pora roku poprzedza zimę.
15. Sport zimowy.
16. Zaprzęg z przyczepionymi saniami.

Krzyżówkę przygotowały: Paulina Rosa i Marika Święcka z klasy 4 d

Hasło:.....

Imię i nazwisko:.....