

Mínutka Nowinek



Gazetka wydawana w Szkole Podstawowej

im. Fryderyka Chopina

w Budkach Piaseckich

NR 1/2022/2023

W numerze:

Jak walczyć ze smogiem?

Książki, czasopisma, poradniki

Dzień Edukacji Narodowej

Obchody Dnia Patrona

Zawody w badmintona

Zwyczaje i tradycje ...

Fotorelacja z ferii

Kącik rozrywki

Pismo redagowane pod opieką pani:

Agnieszki Mijakowskiej

Redaktor naczelny-

Współpraca:

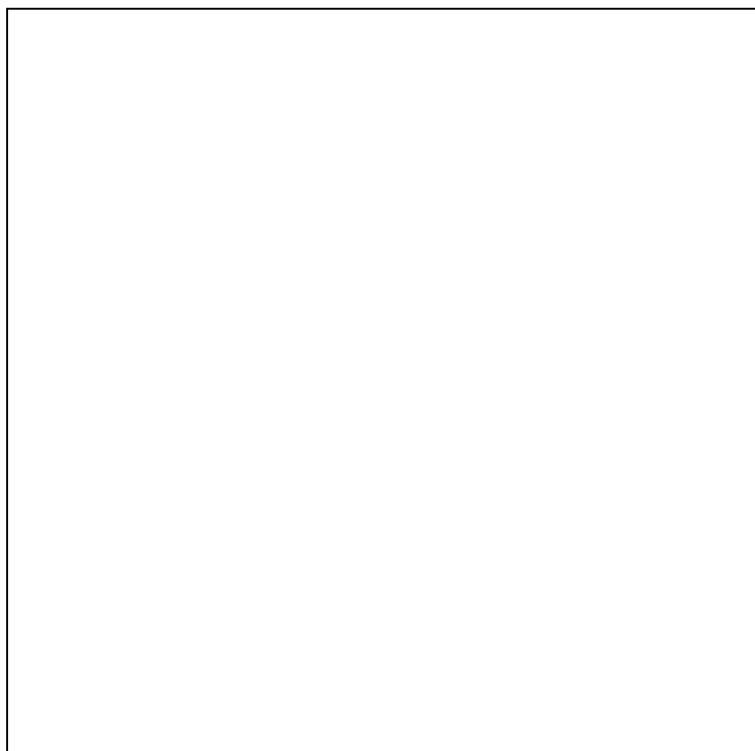
Maja Świniarska

Patryk Kutylowski

Krzysztof Szlaga

Miłosz Orzechowski

Anita Pająk



Jak walczyć ze smogiem?

Czym jest smog?

Smog to dym który unosi się w powietrzu zazwyczaj można go wytworzyć.

Smog zanieczyszcza naszą ziemię o którą musimy dbać.

Smog to mgła zmieszana z pyłem i sadzą.

Jest kwaśny z powodu dwutlenku siarki wytwarzanego przy spalaniu paliw w wielkich miastach przemysłowych.

Trujące związki ołowiu z samochodów używających paliwo zawierające czteroetylen czyli środek przeciwstukowy.

Skąd się bierze?

- 1. Ogrzewaniem domów za pomocą węgla.*
- 2. Paleniem śmieci.*
- 3. Transport drogowy.*

Co możemy zrobić żeby zmniejszyć wydajność smogu?

Możemy zacząć korzystać częściej z roweru lub komunikacji zbiorowej np. Tramwajów.

Starajmy się mniej korzystać z kominków na drewno i węgiel oraz samochodów.

Można zacząć używać toreb do ponownego użytku.

Teatr w Płocku pod tytułem „Balladyna”

To już jutro wykrzyknęłam pełna zachwytu po otrzymaniu informacji o jutrzejszej wycieczce szkolnej. Tak ale, o czym będzie te przedstawienie zadałam sobie pytanie na które nie odpowiedziałam ponieważ nie byłam pewna o czym ten spektakl będzie.

Nagle na te pytanie odpowiedziała mi pani na godzinie wychowawczej. A mianowicie dowiedziałam się że, ten spektakl będzie o „Balladynie”. Na początku wydawało mi się

że, ta opowieść będzie śmieszna i radosna ale, pani mi uświadomiła że, to będzie opowieść pouczająca, smutna i troszeczkę śmieszna co nie gdzie.

W sumie czemu nie pojechać na wycieczkę na początku roku i to jeszcze lektura nawet spoko.

Dzień wycieczki: O nie mam bo się spóźnię wołałam spocona po uszy ze stresu.

Nie wiedziałam czemu się stresuję ale, dobrze wiedziałam że, jak to tak długo potrwa to się spóźnię więc się uspokołam

I postanowiłam się przebrać i przygotować. Kiedy już byliśmy w drodze niecierpliwiłam się strasznie i czułam że, jestem smutna.

Kiedy dojechaliśmy na miejsce nadal czułam się dziwnie lecz już po wejściu na salę i przejściu po scenie organizatora poprawił mi się humor. Początek spektaklu był śmieszny i wesoły. A pod koniec smutny. Więc podsumowując humor był zmienny.

Na parterze były szatnie, sale spektaklowe i łazienki. Na pierwszym piętrze kawiarnia i sklep ,była też wielka sala z widokiem na miasto na które patrzyło się zza szklanej szyby.

Na tej Sali były stoliki i krzesła na których można było usiąść i zjeść.

Ogólnie super wyjazd spektakl był ekstra światła, dźwięki, fajne stroje, postacie i w ogóle a, co naj leprze nikomu nic się nie stało i myślę że, wszystkim uczestnikom i nauczycielom i zarówno uczniom podobało się przedstawienie.

W co powinien być wyposażony rower

1. przynajmniej jeden sprawny hamulec
2. światło odblaskowe barwy czerwonej o innym kształcie niż trójkąt
3. dzwonek o nieprzerazliwym dźwięku
4. światło pozycyjne barwy czerwonej
5. światło pozycyjne barwy białej lub żółtej

Dodatkowe wyposażenia

1. kamizelka odblaskowa
2. kask ochronny
3. boczne światło odblaskowe

Hanna Koźlicka

Życie nie po to jest by brać...

Pewnego dnia przyszła do nas sąsiadka i przy kawie zaczęła opowiadać o swojej córce, która była bardzo chuda i nie chciała jeść. Zainteresowało mnie to bardzo. Patrycja kiedyś przychodziła do nas często i razem z moją siostrą jechałyśmy na lody lub na pyszne ciastka do cukierni. Z czasem odwiedzała nas coraz rzadziej tłumacząc się, że ma dużo nauki lub jest chora. Słuchając zwierzeń sąsiadki, zrozumiałam dlaczego nas nie odwiedzała. Kobieta była przejęta i zaczęła opowiadać nam o niej ze łzami w oczach.

Patrycja była wesołą, bystrą i dobrze uczącą się dziewczyną. Z dnia na dzień przestała się dobrze odżywiać. Mama jej starała się gotować zawsze to co ona lubiła. Podczas obiadów oszukiwała, że już jadła lub starała się wyjść z domu. Przestała jeść śniadania rano i nie chciała brać kanapek do szkoły.

Patrycja bardzo schudła. Nie była już tą samą wesołą dziewczyną co kiedyś i bardzo opuściła się w nauce.

Pewnego dnia podczas pobytu córki w szkole, kobieta robiąc porządki w domu znalazła za szafkami kilka nieświeżych kanapek i niedojedzonych obiadów. Zszokowana tym widokiem myślała, że dziewczyna coś je, a ona się głodziła.

Po powrocie ze szkoły porozmawiała szczerze z córką i umówiła ją na wizytę do lekarza. Dziewczyna przyrzekła matce, że zacznie już jeść i by się tym nie martwiła.

Po jakimś czasie sąsiadka dostała telefon ze szkoły, że jej córka zasłabła i zabrała ją karetka do szpitala, gdzie tam stwierdzono u niej anoreksję.

Dziewczyna spędziła w klinice dłuższy czas lecząc się. Patrycja bardzo żałowała, że tak postąpiła. Mogła nabawić się poważnego uszczerbku na zdrowiu. Na szczęście wszystko dobrze się skończyło. Przeprosiła mamę za swoje postępowanie i żałowała, że ta tyle przez nią wycierpiała. Sąsiadka była szczęśliwa, że córka wróciła już do domu i powoli dochodzi do zdrowia.

Przykład mojej sąsiadki pokazuje jak nie należy postępować i dbać o siebie. W końcu życie mamy tylko jedno, więc pielęgnujmy je.

Hanna Koźlicka kl. VI

Uzależnienie

Nie wierze, że jeszcze rok temu nie mogłam przeżyć jednego dnia bez telefonu. Teraz telefonu prawie nie używam, dużo czasu spędzam na świeżym powietrzu. Cofnijmy się trochę w czasie, aby przypomnieć sobie jak to było .

Dziś był bal w szkole. Nie chcę na niego iść, wolę oglądać tik tok niż tańczyć. Od kilku dni nawet nie rozmawiam z rodzicami i przyjaciółmi. Dla mnie nawet lepiej jak nikt mi nie przeszkadza w oglądaniu.

Pewnego dnia rodzice mieli już tego dosyć powiedzieli, że jeżeli natychmiast nie oddam telefonu to zapiszą mnie do specjalnej szkoły. Ta szkoła miała na celu odzwyczaić mnie od ciągłego siedzenia na telefonie. Nie oddałam rodzicom telefonu więc mnie do niej zapisali. Na początku nie powiedzieli mi o tej szkole, dopiero później jak już zostałam zapisana.

Następnego dnia pojechaliśmy do Warszawy. Jak już dotarliśmy został mi zabrany telefon. Bardzo mi się to nie podobało. Zostałam sama. Czułam jak bym nie miała ręki. Weszłam do szkoły. Nagle jakaś dziewczyna do mnie podbiegła i zapytała:

- Hej, jestem Agata. A ty?

- Hej – powiedziałam niepewnie - Jestem Pola.

-Niech zgadnę, jesteś tu z tego samego powodu co ja?- zapytała.

-A jaki jest twój powód?

-Mówimy na trzy ?

-Ok.

-1,2,3!

- Ponieważ za dużo czasu spędzałam na telefonie – krzyknęłyśmy razem.

- Skąd wiedziałaś ?- zapytałam.

- Dużo osób jest tu odsyłane przez rodziców z tym problemem.

- A ty skąd wiesz? Byłaś tu już?

- Nie, rozmawiałam z inną osobą i miała ten sam problem więc pomyślałam, że ty też jesteś z tego powodu - powiedziała.

Później okazało się, że jesteśmy razem w pokoju i będziemy miały razem zajęcia. Bardzo się polubiłyśmy. Pierwszy dzień minął.

Następnego dnia wstałyśmy rano i zeszłyśmy na śniadanie. Dziwnie się czułam. Brakowało mi czegoś. Po śniadaniu wróciłyśmy do pokoi. Dzień mi się strasznie dłużył nie wiedziałam co robić . Gdybym była w domu to pewnie teraz oglądałabym tik tok. Razem z Agatą wyszłyśmy na zewnątrz. Zobaczyłyśmy boisko do piłki nożnej , boisko do koszykówki i do siatkówki. Był również wielki plac zabaw . Oczywiście były też siłownia i ścianki wspinaczkowe. Na początku poszłyśmy na plac zabaw. Później na siłownię . Następnie odbyły się zajęcia integracyjne. Najpierw przedstawiliśmy się, powiedzieliśmy kilka zdań o sobie – skąd przyjechaliśmy, w jakiej szkole się uczymy, czy mamy rodzeństwo. Potem Pani prowadząca dużo mówiła o uzależnieniu od telefonu i mediów społecznościowych. Przedstawiła plan zajęć i zachęcała do aktywnego uczestniczenia. Zajęcia polegały na tym, że mieliśmy różne zadania w grupach, konkurencje i gry słowne. Były naprawdę ciekawe i chętnie w nich uczestniczyłam.

I tak dni mijały, aż w końcu stało się coś czego się nie spodziewaliśmy. Dostaliśmy telefony! Nie wiedziałam co mam zrobić. Telefony dostaliśmy na pół godziny. Na początku zadzwoniłam

do rodziców następnie zaczęłam oglądać tik tok przez resztę czasu. Bardzo nie chciałam oddawać telefonu, ale musiałam.

Kilka dni później. Znowu dostaliśmy telefony . Pani powiedziała, że mamy zadzwonić do rodziców i powiedzieć, że jutro wracamy. Tym razem telefony dostaliśmy na godzinę. Zadzwoniłam do mamy powiedziałam, że jutro wracamy i ... oddałam telefon . Pani była zdziwiona, że tak wcześnie go oddaję. Agata też oddała i poszłyśmy zagrać w kosza.

Dziś odjeżdżamy do domu. Pani oddała nam telefony już na stałe i kazała spakować się. Z Agatą wymieniliśmy się numerami, okazało się że mieszkamy nie daleko od siebie. Umówiliśmy się na spotkanie u mnie w domu. Fajnie będzie się spotkać. Zaplanowałyśmy wspólne granie w piłkę i spacer po mojej okolicy. Pokażę Agacie plac zabaw i szkołę do której chodzę. Rodzice odebrali nas po obiedzie. Gdy wróciłam do domu rozpakowałam się, odłożyłam telefon i zaczęłam pomagać rodzicom w przygotowaniu kolacji. Wcale nie ciągnęło mnie do telefonu.

Jak sami widzicie fajnie jest czasem coś pooglądać w telefonie, ale bardzo ważne jest aby wyjść z przyjaciółmi, pomóc rodzicom, pójść na spacer z psem. Wniosek z tego, że nie zawsze telefon jest najważniejszy. Długie codzienne używanie telefonu może spowodować uzależnienie od niego. Wtedy zapominamy o funkcjonowaniu w realnym życiu, które polega na spotykaniu się z rówieśnikami i pomaganiu rodzicom w codziennych zajęciach. Pamiętajcie o tym.