



ROK I NR 1 (1) 2022/2023

Drodzy Czytelnicy!

Życie pełne jest nieustających zmian, czasem lepszych, czasem gorszych. Zmienia się kartka w kalendarzu, zmieniają się przedmioty w szkole i nauczyciele. To właśnie zmiany powodują, że życie staje się ciekawsze. Zmienił się także rok szkolny, a wraz z nim skład redagujący szkolną gazetkę.

Oddajemy w Wasze ręce nowy numer gazetki, niezmiennie pełny informacji o naszej szkole i jej uczniach. Dołożyliśmy wszelkich starań, aby był on ciekawy i wywołał uśmiech na waszych twarzach. Życzymy przyjemnej lektury.

Życzenia od redakcji:

*Zdrowia, szczęścia, jadła stos, ryby bez ości, węgla
w bród. Pełnej kiesy i kompotu i prezentów masy
w worku.*



Nadchodzi zima...

Nadchodzi zima a wraz z nią święta Bożego Narodzenia. Pamiętajmy, więc o świątecznych tradycjach i prezentach dla najbliższych. Nie zapomnijmy o 12 potrawach na Wigilii, dzieleniu się opłatkiem, czytaniu Ewangelii, pieczeniu pierniczków i ubieraniu choinki. Wraz z Świętami przychodzi czas radości i przebaczenia.



Tradycje świąteczne



W Polsce tradycjami świątecznymi jest np. ubieranie choinki, 12 potraw, karp na świątecznym stole, dzielenie się opłatkiem... Lecz w innych krajach tradycje świąteczne wyglądają trochę inaczej. Zaczniemy od **Francuzów**. Na ich świątecznym stole pojawiają się zupełnie inne potrawy. Spożywają oni pasztet z gęsiej lub kaczej wątróbki, ostrygi, wędzonego łososa, ślimaki, indyka lub koguta faszerowanego kasztanami albo truflami. W **Niemczech** i **Belgii** nie zachowuje się postu w dzień świąteczny. W **Holandii** na Wigilię nie dostaje się żadnych prezentów:(. Jest jednak dla nich bardzo ważne pisanie i wysyłanie kartek świątecznych. Przenieśmy się do Ameryki Północnej i Środkowej. W **Kolumbii** świętowanie rozpoczyna się już od 8 grudnia. Tutaj nie ma zwyczaju prezentów, opłatka i wieczerzy wigilijnej, ale za to po ostatnim nabożeństwie świętuje się do rana. W **USA** sprawa ma się inaczej. Święta trwają jedynie jeden dzień (25 grudnia), nie ma Wigilii, a drugi dzień Bożego Narodzenia jest normalnym dniem pracy. Jednak cały

okres przedświąteczny zaczyna się po Świącie Dziękczynienia (czwarty piątek listopada) i jest właściwym okresem świąt - to tak jakby święta przed świętami. Najbardziej odczuwa się to na ulicach miast i w sklepach, gdzie pełno jest świątecznych gadżetów: sztucznego śniegu, św. Mikołajów, sań zaprzężonych w renifery i rozbrzmiewających z głośników kolęd. Przenieśmy się teraz do **Australii**, gorącego państwa wolnego od śniegu. Tu Boże Narodzenie spędza się inaczej. W Wigilię Australijczycy gromadzą się na plażach, rozkładają śnieżnobiałe obrusy, na których nie brak niczego. Są tam pieczone indyki, małe ciasteczka z bakaliami o wymyślnych kształtach, owocowe puddingi i ciasta. W tym dniu plaże przypominają jeden wielki świąteczny stół. Są również prezenty, które można znaleźć pod choinką, w ogromnej wełnianej skarpecie. Australijczycy rozdają je sobie w domu, po uczcie na plaży.

Ciekawostki o świętach

1. Wizerunek Świętego Mikołaja lecącego saniami powstał w 1819 r. i został stworzony przez Waszyngtona Irvinga.
2. Boże Narodzenie ma różne znaczenia na całym świecie. Wigilia w Japonii to dobry dzień na smażonego kurczaka i kruche ciasto truskawkowe.
3. Mikołaj nie zawsze był ubrany na czerwono. Przed latami 30-stymi istniało wiele różnych odmian Mikołaja, w różnych kolorach. Niektórzy twierdzą, że współczesny wizerunek Mikołaja został stworzony przez Coca-Colę, ale nie jest to ścisła prawda.
4. Kalwiniści zakazali śpiewania kolęd.
5. W 1914 r. podczas I wojny światowej w okopach pomiędzy Brytyjczykami i Niemcami doszło do słynnego rozejmu

bożonarodzeniowego. Wymieniali się oni prezentami przez neutralną ziemię niczyją, czy razem grali w piłkę nożną.

6. W 2010 roku, w okresie świąt Bożego Narodzenia, rząd kolumbijski udekorował dżunglę światłami. Drzewa zapaliły się.

7. Uważa się, że Franklin Pierce (1853-1857) był pierwszym prezydentem, który umieścił choinkę w Białym Domu.

8. Jemioła pochodzi od anglosaskiego słowa misteltan, które oznacza „mała gałązka gnoju”, ponieważ roślina rozprzestrzenia się przez ptasie odchody.

9. Niektóre ogrody zoologiczne zbierają choinki i używają ich jako pożywienia dla zwierząt.

10. Amerykańscy naukowcy obliczyli, że Mikołaj musiałby odwiedzić 822 domy na sekundę, aby dostarczyć wszystkie prezenty w Wigilię





Uczniowie Szkoły Podstawowej im. Janusza Korczaka w Węgrzcach Wielkich odnoszą liczne sukcesy sportowe. O te sukcesy i plany na przyszłość zapytaliśmy jednego z nauczycieli wychowania Fizycznego – **pana Patryka Garzela**.

Filip Bąk – *Jaka jest Pana ulubiona dyscyplina sportu?*

Pan Patryk Garzel – Piłka Nożna.

F. B. – *Jak to się dzieje, z czego wynika, że nasza szkoła odnosi tyle sukcesów sportowych?*

P. G. – Wytrwała, sumienna i regularna praca nauczycieli wf ,a przede wszystkim bardzo zdolna i chętna do pracy młodzież.

F. B. – *Jaka dyscyplina sportu jest najmocniejszą stroną naszej szkoły?*

P. G. – W bardzie wielu dyscyplinach jesteśmy najmocniejsi, ale pierwsze miejsce zajmuje koszykówka i piłka ręczna.

F. B. – *Jakie są Pana zawodowe plany na przyszłość?*

P.G. – Kształcenie dobrych, empatycznych i pomocnych ludzi poprzez sport.

F. B. – *Jak Pan uważa, czy w szkole kształci się przyszły olimpijczyk albo kadrowicz?*

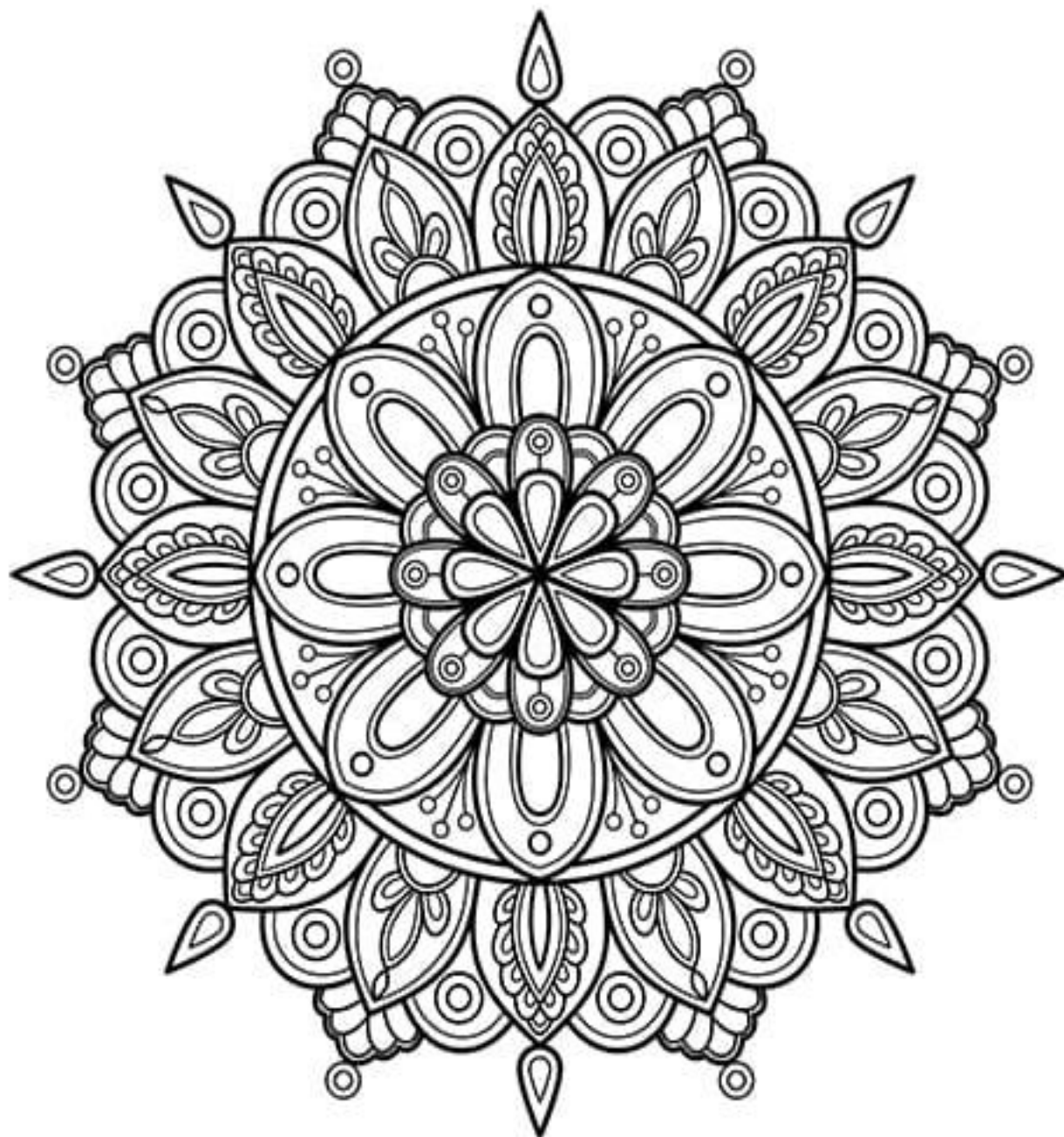
P. G. – Ciężko to określić na tak wczesnym etapie uprawiania sportu, ale mamy taką nadzieję, że kiedyś wychowamy takiego sportowca.

F. B. – *Bardzo dziękuję.*

Osiemnaście sposobów na stres

1. Powinieneś sobie **uświadomić swoje obawy i lęki**. Gdy je rozpoznasz, łatwiej ci będzie je zwalczać. Jak to zrobić dowiesz się w kolejnych punktach. 😊
2. Powinieneś starać się **być obiektywny w rozpoznawaniu swych problemów**. Nie obwiniaj innych.
3. **Nie powinieneś ignorować problemów**. Niedostrzeganie ich nie może być sposobem na stres. Spróbuj spokojnie przeanalizować przyczyny stresu (najlepiej zapisz je) choćby to nawet spowodowało przejściowy dyskomfort.
4. Możesz uniknąć efektów stresu, **robiąc coś dla innych**. Gdy będziesz zaabsorbowany tą działalnością, przestaniesz myśleć o sobie. Jednak na dłuższą metę ta taktyka nie jest rozwiązaniem, gdyż unikanie konfrontacji ze stresem może go nie tylko pogłębić, ale też wydłużyć.
5. Powinieneś tak zorganizować swój dzień, aby **wygospodarować trochę czasu tylko dla siebie**. Dla higieny psychicznej niezbędne są chwile, gdy nikt ci nie przeszkadza.
6. Jeśli stwierdzasz, że twoje próby rozwiązania problemu nie skutkują, to **zaniechaj ich**. W trakcie wykonywania innych działań „wylączysz” się z problemu stresowego i wzmocniony wrócisz do niego w odpowiednim czasie.
7. **Powinieneś być zdecydowany**. Podjęcie decyzji – dobrej czy złej – spowoduje, że napięcie i zdenerwowanie opadną. Jeśli decyzja była zła możesz podjąć odpowiednie kroki, aby ją naprawić. Wahanie powoduje, że napięcie trwa i narasta.
8. Powinieneś **umiarkowanie przywiązywać wagę do detali**. Dążąc za wszelką cenę do perfekcjonizmu łatwo możesz „przedobrzyć”, a prosta czynność urośnie do rangi skomplikowanego zadania.
9. Powinieneś **nauczyć się przegrywać**. Jeśli chcesz osiągnąć coś za wszelką cenę, to niestety, możesz przeżywać ciągły stres. Przegrana często stanowi dobrą naukę. Jeśli ją zaakceptujesz, to łatwiej poradzisz sobie ze stresem.
10. **Unikaj grania roli „wzorowego ucznia”**. Każda rola zmniejsza twoją elastyczność życiową i wymusza określone, mieszczące się w jej ramach zadania.
11. **Unikaj stawiania sobie poprzeczki zbyt wysoko**. Nie oczekuj od siebie więcej niż inni. Bezkompromisowe dążenie, by z każdego zadania wywiązać się jak najlepiej, prowadzi niechybnie do stresu.
12. **Powinieneś akceptować kompromis**. Elastyczność w stosunkach z ludźmi i w określonych sytuacjach jest bardzo efektywną techniką unikania stresu. Nieustępliwość jest podstawowym źródłem napięć.
13. W okresie narastania stresu powinieneś **zmienić formę działania lub środowisko**. Gdy np. czujesz, że między tobą a inną osobą narasta konflikt, należy unikać spotkań przez kilka dni.
14. Powinieneś **zmienić rutynowe zajęcia**, jeśli one są źródłem stresu np. idź do szkoły inną drogą niż dotychczas.
15. Gdy złość zaczyna narastać, możesz ją „spalić” przez **działanie czysto fizyczne**, np. idź na spacer, siłownię lub pobiegaj. Ćwiczenia są najlepszym sposobem na redukcję napięcia towarzyszącego złości.
16. Przyjaciół i znajomych szukaj wśród **ludzi konstruktywnych i wspierających**. Staraj się przebywać wśród optymistów.
17. **Zachowaj równowagę między nauką i rozrywką**. Gdy jedna z nich dominuje może wywołać stres. Tak dysponuj swoim czasem, aby znaleźć satysfakcję zarówno w nauce, jak i w rozrywkach.
18. Aby rozładować napięcie, weź **ciepłą kąpiel**, która rozluźnia mięśnie i działa relaksująco.

Doskonałym sposobem na zredukowanie stresu jest kolorowanka. Jedną, zwaną mandalą, mamy dla Was poniżej. Miłego kolorowania! 😊



Źródło: <https://www.everydayme.pl/rodzina/zajecia/mandale-do-kolorowania>

Jaką ozdobą na choinkę jesteś?

1. Lubisz śnieg?

- Tak- 1 punkt
- Nie- 2 punkty

2. Wolisz rzeczy z czy bez brokatu?

- Bez-1 punkt
- Z brokatem-2 punkty

3. Wolisz robić bałwany czy bitwy na śnieżki?

- Bałwany-1 punkt
- Bitwy na śnieżki-2 punkty

4. Herbata czy kakao?

- Herbata-1 punkt
- Kakao-2 punkty

5. Pierniki czy laski cukrowe?

- Pierniki-1 punkt
- Laski cukrowe-2 punkty

6. Ulubiony kolor świąteczny

- **Czerwony**-1 punkt
- Biały-2 punkty
- **Zielony**-3 punkty

Odpowiedzi:

1-6 punktów. Jesteś bombką!

7-10 punktów. Jesteś łańcuchem!

10-13 punktów. Jesteś gwiazdą!



Pieśni patriotyczne- czym są?

Najpierw powinniśmy się zastanowić czym jest sam patriotyzm. Internet mówi, że to “postawa szacunku, umiłowania i oddania własnej ojczyźnie oraz chęć ponoszenia za nią ofiar i gotowości do jej obrony.” Jednak czy aby być patriotą trzeba od razu chcieć umierać i walczyć? Nie wydaje mi się, oczywiście powinniśmy być dumni z naszej narodowości, ale żeby od razu wojna? Mówi się, że najwięcej pieśni powstało na wojnach i w czasie walk, to prawda, gdyż właśnie w tym czasie najbardziej brakowało motywacji i nadziei. Naród Polski nie miał łatwych początków, przez wiele stuleci walczyliśmy z mnóstwem narodów-Szwecją, Rosją, Niemcami, Austrią i innymi. Patriotą powinien być świadomy, że jego przodkowie wiele wycierpieli i nie mieli łatwo, poświęcali się abyśmy mieli lepiej niż oni. Podczas wojny Polska elita wyjechała, gdyż stanowiła ona zagrożenie dla zaborców (wzbudzali bowiem nadzieje i zachęcali do powstań) tworzyli oni wiersze, poematy i pieśni opiewający piękno Polski i mówiące, że będziemy wolni.

Najsłynniejsze polskie pieśni patriotyczne, (oczywiście pomijając nasz hymn-”Mazurek Dąbrowskiego”) to:

- ” Bogurodzica”;
- ” Rota”;
- “My Pierwsza Brygada”;
- “Rozkwitały Pąki Białych Róż”;
- “Piechota”;

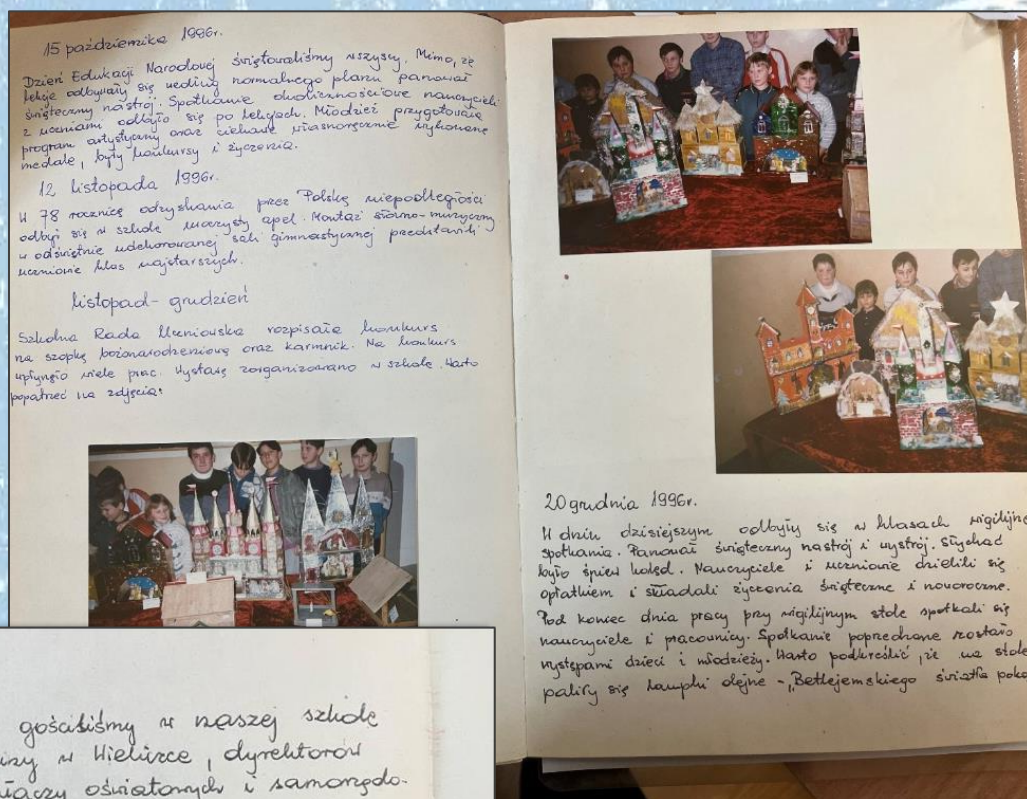
Jako Polacy powinniśmy być dumni ze swojego **kraju**, **języka** oraz **symboli**- **flagi**, **godła** oraz **hymnu**.

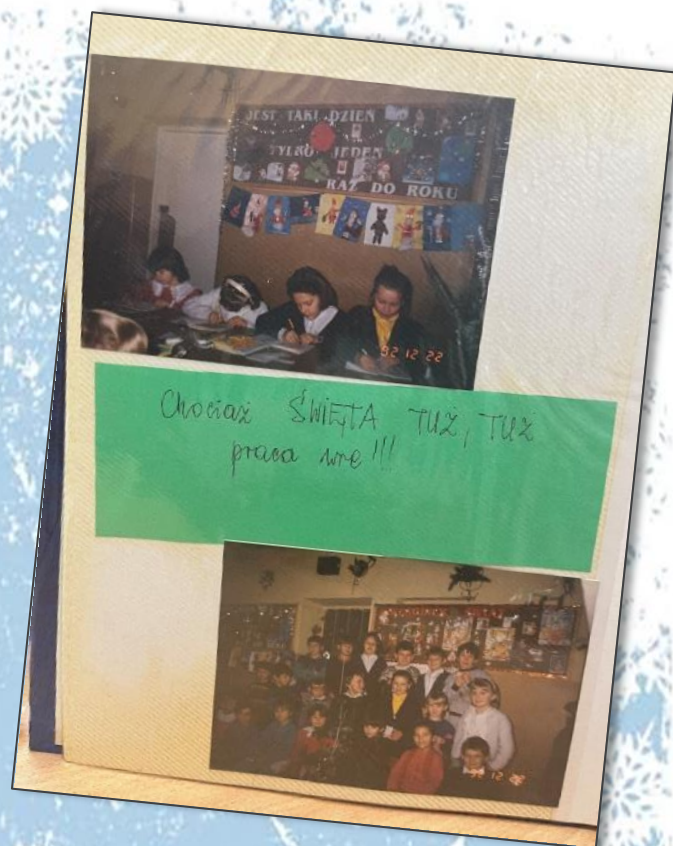
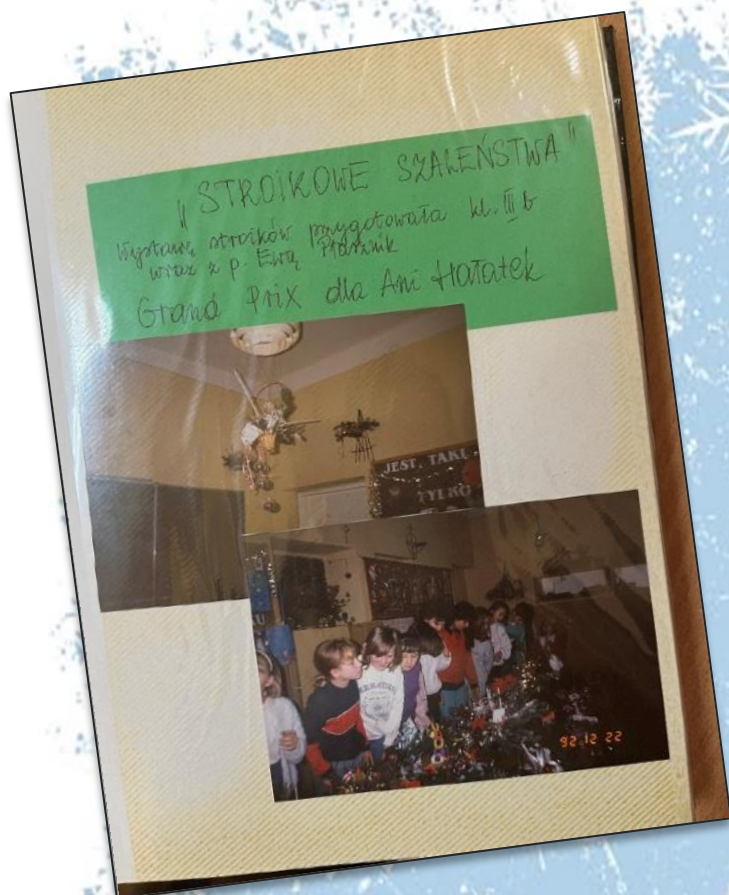
A śpiewanie pieśni patriotycznych klas 6a i 6b w Solnym Mieście w Wieliczce wyglądało tak:



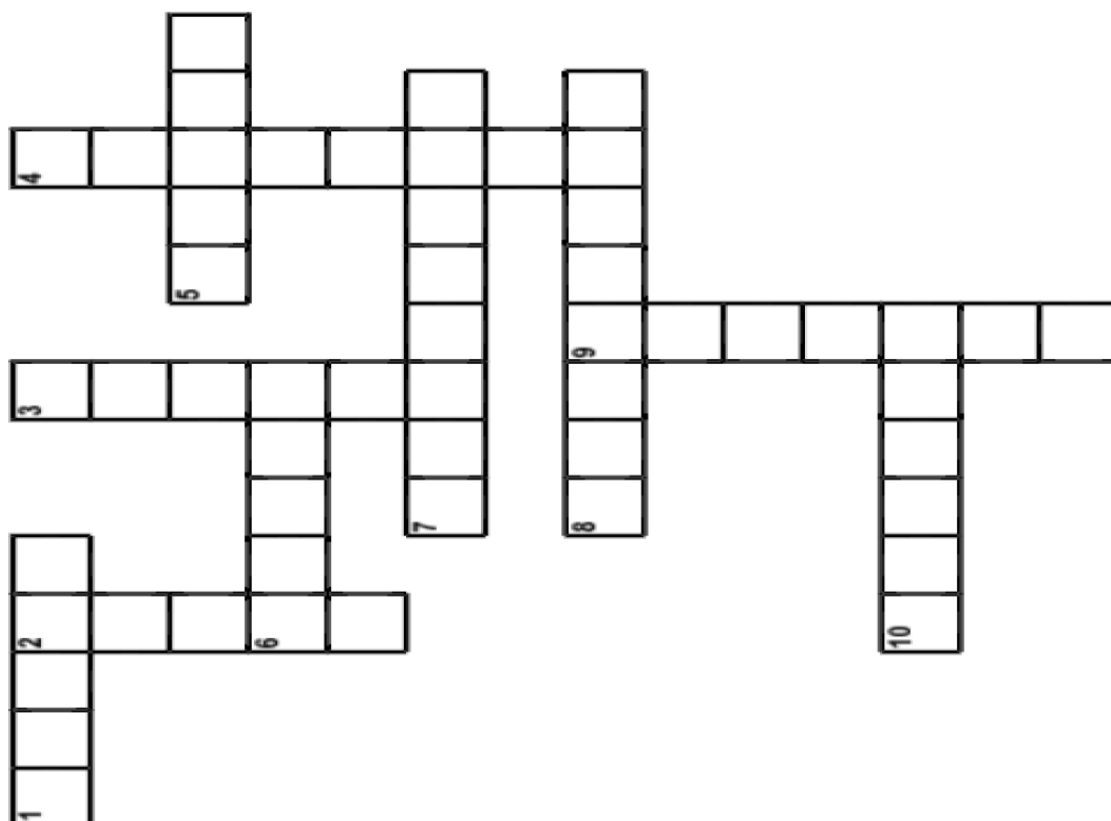
Z Kroniki Szkolnej

Święta to magiczny czas, który zawsze był specjalnie celebrowany. Zapraszamy do galerii zdjęć z Kroniki Szkolnej przedstawiających jak kiedyś wyglądały spotkania z Mikołajem i klasowe Wigilie. Zdjęcia pochodzą z czasów 1992-1997 r.





PRZYSŁOWIA



Poziomo:

1. CO DWIE GŁOWY, TO NIE
5. LEPSZY WRÓBEL W GARŚCI, NIŻ NA DACHU
6. JAK KUBA BOGU, TAK BÓG
7. W CZYM SIĘ POZNAJE PRAWDZIWYCH PRZYJACIÓŁ?
8. PTAK, KTÓRY WIOSNY NIE CZYNI
10. W TYM MIESIĄCU JEST JAK W GARNCU

Pionowo:

2. GDYBY KÓZKA NIE SKAKAŁA, TO BY NIE ZŁAMAŁA
3. GDZIE DWÓCH SIĘ BIJE, TAM KORZYSTA
4. JAK SIĘ ŚPIESZY TO SIĘ DIABEŁ CIESZY
9. BEZ PRACY NIE MA

MROŻONY SERNIK BANANOWY

ŁĄCZNIE PRZYGOTOWANIE 18 MINUT

10 PORCJI

150 g gorzkiej czekolady

300 g słodkich ciasteczek owsianych

8 przejrzałych bananów

500 g serka mascarpone

225 g masa karmelowa



Posmaruj olejem dno tortownicy o średnicy 20 cm, wyściel je papierem do pieczenia i też posmaruj go oliwą. Rozpuść 50 g czekolady w misce żaroodpornej umieszczonej na garnku z lekko bulgoczącą wodą, po czym zdejmij miskę. Połam ciasteczka, włóż je do malaksera, wlej 2 łyżki oliwy z pierwszego tłoczenia i miksuj, aż składniki dobrze się połączą. Wlej roztopioną czekoladę i znów zmiksuj pulsacyjnie. Przełóż ciasto do tortownicy i wyrównaj, tworząc warstwę grubości 1 cm.

Obierz banany, porwij je i włóż do malaksera. Dodaj serek i kajmak, zmiksuj wszystko na gładką masę i wylej ją na bazę z ciasta. Wstaw tortownicę do zamrażalnika na całą noc albo na dłużej. Przed podaniem przełóż sernik do lodówki i poczekaj ok. 2 godzin, aż nabierze konsystencji, jaka ci odpowiada i będzie się dało go kroić.

Odkrój brzegi sernika od ścianek tortownicy płaskim nożem i wyjmij ciasto z formy. Posyp sernik drobno startą lub ściętą w wióry czekoladą i podawaj.

Życzenia świąteczne z innych krajów:

Czechy:

Přeji ti krásné prožití Vánočních svátků!

Ukraina:

Бажаю вам жити так само мирно, як і раніше, щоб у вашому житті більше не було таких довгих перешкод, щоб усі українці залишалися такими незалежними якими вони і є, та найголовніше - швидкої перемоги!

Szwecja:

God Jul och Gott Nytt År!

Finlandia:

oivotan kaikille hyvää joulua!

Hiszpania:

¡Feliz Navidad!

Włochy:

Buon Natale!

redakcja: mgr Agnieszka Fronc

opracowanie tekstów: Filip Bąk, Jakub Jakubiec, Liliana Kowal, Natalia Kucab, Zuzanna Stochlińska