

# SMS ...

Szkolny **magazyn słów**  
uczniów Zespołu Szkół



## Sukcesy

### **Dzielnicowy Konkurs Recytatorski "Magia Słowa"**

Klasy 0-3

II miejsce - Mikołaj Pieńkosz 1c (opiekun: p. M. Lentowicz)

Klasy 4-6

wyróżnienie - Julia Pieńkosz 4c (opiekun: p. R. Sobiecka - Głaszczka)

wyróżnienie - Alex Korytkowski 5a (opiekun: p. J. Zarębska)

wyróżnienie - Maria Gościńska 6b (opiekun: p. K. Keczeń)

### **Konkurs Fotograficzny Festiwalu "Rozwiń Talent!" 2015**



I miejsce - Małgorzata Denkiewicz 6b  
(opiekun: p. Adam Gościński)

II miejsce - Maja Wójcik 6b (opiekun: p. Anna  
Domańska - Iwaniuk)

III miejsce - Alicja Piłat 5b (opiekun: p. Anna  
Domańska - Iwaniuk)

wyróżnienie - Maciej Pilarczyk 5d (opiekun:  
p. Anna Domańska - Iwaniuk)

### **Ogólnopolski Konkurs Historyczny**

„Losy żołnierza i dzieje oręża polskiego w latach 972 -1514.Od Cedyni do Orszy” – laureatami zostali

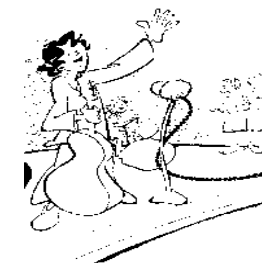
Mikołaj Ilnicki z klasy 6b

Krzysztof Pilarczyk z klasy 6a

Uczniów przygotowała p. Jolanta Gryspanowicz.

### **XIX Ogólnopolski Przegląd Piosenki Dziecięcej i Młodzieżowej „Rozśpiewany Wawer”**

Maria Łajca ucz. kl 5 a w konkursie wokalnym  
zajęła II miejsce w kategorii wiekowej: 11-13 lat



### **Mistrzostwa Warszawy w gimnastyce artystycznej**

Milena Górka 5b

zajęła II miejsce w swojej klasie w Mistrzostwach Warszawy w gimnastyce artystycznej, a tym samym będzie brała udział w eliminacjach do Mistrzostw Polski, które odbędą się na początku czerwca.

## Krajowe Mistrzostwa w Tańcach Par i Synchro Dance

Ida Bartoń 4c wraz z zespołem tanecznym w bieżącym sezonie ponownie odnosi sukcesy w kategorii wiekowej 12 -15 lat.

Na rozgrywanych w Jędrzejowie Krajowych Mistrzostwach w Tańcach Par i Synchro Dance zdobyli tytuł wice mistrza Polski i podobnie jak w roku ubiegłym, uzyskali kwalifikację na Mistrzostwa Europy i Świata. W tym roku będą rozgrywane w listopadzie w Turynie.

GRATULUJEMY!!!



## NASZA BIAŁO - CZERWONA

Najstarszą polską barwą narodową był karmazyn, symbol dostojństwa i bogactwa uważany za najbardziej dostojny kolor. Biały i czerwony jako kolory narodowe, nawiązujące do heraldyki Królestwa Polskiego -

białego orła na czerwonym tle - pojawiły się pod koniec XVIII w. 3 maja 1792 r. podczas obchodów rocznicy uchwalenia Konstytucji 3 maja damy ozdobiły białe suknie czerwonymi paskami, a panowie założyli biało-czerwone szarfy. Wcześniej barwy te wykorzystywali polscy powstańcy. Oficjalnie kolory biały i czerwony zostały zatwierdzone jako barwy narodowe

podczas obrad sejmiku 7 lutego 1831r. Zabroniona przez zaborców jako oficjalny symbol Polski biało - czerwona flaga pojawiła się ponownie po odzyskaniu niepodległości w listopadzie 1918r.

Dzisiaj flaga narodowa wywieszana jest obowiązkowo 1 maja 2 maja 3 maja i 11 listopada

smail sm@kosz

## Katastrofa polskiego samolotu

W katastrofie lotniczej, do której doszło w Smoleńsku (Rosja) w sobotę, 10 kwietnia 2010 roku o godz. 8:41:06 czasu środkowoeuropejskiego letniego moskiewskiego, zginęło 96 osób, wśród nich: prezydent RP Lech Kaczyński z Małżonką, ostatni prezydent RP na uchodźstwie Ryszard Kaczorowski, wicemarszałkowie Sejmu i Senatu, grupa parlamentarzystów, dowódcy wszystkich rodzajów Sił Zbrojnych RP,



pracownicy Kancelarii Prezydenta, szefowie instytucji państwowych, duchowni, przedstawiciele ministerstw, organizacji kombatanckich i społecznych oraz osoby towarzyszące, stanowiący delegację polską na uroczystości związane z obchodami 70. rocznicy zbrodni katyńskiej, a także załoga samolotu Tupolew. Przyczyną tej katastrofy były prawdopodobnie błędy ludzkie. Piloci samolotu zeszli za nisko i za wcześnie i z zbyt dużą prędkością. Lotnisko w Smoleńsku nie było odpowiednio przygotowane do przyjmowania tak dużych samolotów. Widoczność była słaba, lampy podejścia pasa nie działały, a rosyjscy kontrolerzy lotów nie byli uprawnieni do tego typu zawodu.

Jakub

## List do świętego Jana Pawła II

Drogi Janie Pawle II!  
Pisząc ten list, chcę powiedzieć, że tęsknię za Tobą, bo już długie lata jesteś w niebie. Choć w swym pokoju, co dnia klęczałeś cicho, my wiemy, że modliłeś się czule za świat do Boga. Dziękuję ci za to, że byłeś przy Nas od narodzin do końca swego ziemskiego życia. Choć czas nieubłagalnie wymazuje nam trochę z pamięci Twe pieśni i słowa - Ty zawsze podczas modlitwy mówisz nam do ucha, po cichu - Nawróć się i chodź do Kościoła. Tam przykazania są i Twój ukochany różaniec jest i portret Twój tu się schował, z którego Twój uśmiech spogląda na Nas. Dziękuję Ci za to wszystko Janie Pawle II, bo choć czasami zejdem z wyznaczonej przez Ciebie drogi, Ty zawsze będziesz u boku mego i ,jak w pieśni ,przyplyniesz barką, by wesprzeć utrapionego.



Julia

## Kochany Ojciec Święty Janie Pawle III!

Osiem lat temu, kiedy miałam niecałe 4 lata, straciłam przytomność i było ze mną bardzo źle. Leżałam w szpitalu przy ul. Niekłamskiej – pewnie dlatego, że jest najbliżej. Dopiero po czterech dniach odzyskałam przytomność. Lekarzom trudno było cokolwiek powiedzieć, co się ze mną dzieje, bo w badaniach nic złego nie wychodziło. Rodzice pewnie bardzo przeżywali tę sytuację i i się denerwowali. Mama opowiadała, że bardzo dużo się modlili, między innymi do Ciebie, Ojciec Święty. Mamy w domu różaniec, który podarowałeś mojemu tatusiowi. Bardzo pomógł w tych trudnych chwilach. Kiedy byłam chora, rodzice mieli go cały czas w ręku, mówili że nie wypuszczali go nawet na chwilę, wymieniali się między sobą, żeby różaniec był cały czas w dłoni.

Wiesz Ojciec, że rodzice i ja wierzymy mocno, że pomogłeś mi w wyzdrowieniu, za co bardzo, bardzo Ci dziękuję. Serdeczne Bóg zapłać.

Na świecie jest wielu ludzi, którzy Ci mają za co dziękować: za zdrowie, za potomstwo, za rodzeństwo, za dobre słowo i za to, że BYŁEŚ. Szkoda tylko, że nie dane mi było żyć w tym czasie, co Ty, ale jest wiele źródeł, które nie pozwolą o Tobie zapomnieć. Ostatnio oglądałam piękne filmy o Tobie i wiem, że szacunek do człowieka był dla Ciebie bardzo ważny. Nauczyłam się od Ciebie, żeby szanować drugiego jak siebie samego.

Wieczny odpoczynek racz Ci dać Panie, a światłość wiekuista niechaj Ci świeci na wieki, wieków. Amen

Weronika

Ps. Urodziny mamy tego samego dnia! 18 V



## 72. Rocznicą Powstania w Getcie Warszawskim.

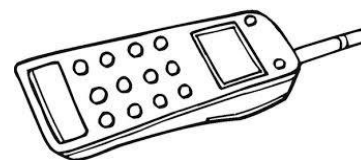
19 kwietnia na ulicach Warszawy pojawili się wolontariusze, którzy przyklejali żółte papierowe żonkile na ubrania i rozdawali ulotki na temat powstania. Żonkile symbolizują ostatniego przywódcę Żydowskiej Organizacji Bojowej Marka Edelmana, który przeżył powstanie i co roku składał żonkile pod pomnikiem bohaterów Getta.

Powstanie w Getcie Warszawskim wybuchło w 1943 roku. Było pierwszym powstaniem w okupowanej Europie. Powstanie nie miało szans powodzenia, ale pokazało opór stawiany wobec SS. Wzięły w nim udział zbuntowana Żydowska Organizacja Bojowa oraz Żydowski Związek Bojowy. Młodzi Żydzi nie chcieli uciekać z Getta, tylko chcieli walczyć,

wykazać się ambicją. Uczestnicy powstania byli słabo uzbrojeni, dlatego po trzech tygodniach walki ulegli niemieckiemu wojsku. Hitlerowcy zniszczyli całe getto i zabili wielu Żydów. Powstanie zakończyło się 16 maja 1943 roku, kiedy Niemcy wysadzili Wielką Synagogę na Tłomackiem.

Obecnie rocznica jest uroczystym świętem, w którym biorą udział przedstawiciele państw i znani Polacy. Prezydent Komorowski i premier Kopacz również mieli przypięte żonkile.

Alex



## Uzależnienie od telefonu

Dostępność telefonów komórkowych stała się przyczyną pojawienia się nowych zachowań w życiu codziennym oraz nowych sposobów komunikowania się. Nasilił się również kontakt z telefonem jako takim - rozmawiamy nie tylko w celu przekazania informacji, ale także dla przyjemności. Posiadanie komórki daje poczucie wolności, niezależności i bezpieczeństwa. Można mieć ją zawsze przy sobie, używać wszędzie i w każdej chwili, co sprawia, że jest się zawsze uchwytym.

W związku z używaniem telefonu komórkowego wystąpiła duża zmiana w sferze społecznej. Pojawiły się nowe wzorce oraz symbole statusu. Dysponowanie aparatem najnowszej generacji oznacza nadszanie za modą, nowoczesność. Częste odbieranie telefonu komórkowego i prowadzenie licznych rozmów może świadczyć, w oczach innych osób, że jego właściciel ma liczne grono przyjaciół, i że jest potrzebny wielu osobom. Kiedy obserwujemy sposób, w jaki większość użytkowników obchodzi się ze swoim telefonem, nasuwa się, że ich relacje do tego przedmiotu można by określić jako patologiczną. Bierze się to z dużego zaangażowania emocjonalnego i przyjemności z posługiwania się martwym przedmiotem. Jak bardzo ten produkt stał się nam niezbędny, uświadamiamy sobie dopiero w chwili, gdy korzystanie z niego staje się niemożliwe, przez co tracimy narzędzie komunikacji, czy też następuje czasowa utrata relacji emocjonalnej.

Więź łącząca użytkownika z aparatem komórkowym wykracza z pewnością poza zwykłe zainteresowanie urządzeniem technicznym i chęć doświadczania przyjemności z jego użytkowania. Stosunek do telefonu przekształca się w coś, co przypomina związek emocjonalny z osobą.

Należy przyznać, że w pewnym stopniu wszyscy jesteśmy zależni od telefonu. O uzależnieniu decyduje zatem tylko aspekt ilościowy, ponieważ od patologicznego sposobu korzystania z komórki, użytkownika dzieli

w tym przypadku tylko mały krok.

### Cechy charakterystyczne uzależnionych od telefonu komórkowego:



- przywiązują wielką wagę do posiadania telefonu komórkowego
- rzadko się z nim rozstają choćby na chwilę
- jest dla nich najważniejszym narzędziem codziennych kontaktów z innymi
- odczuwają głęboki dyskomfort, kiedy nie mają do dyspozycji naładowanego aparatu. Przejawia się on: złym nastrojem, niepokojem, czasem nawet atakami paniki
- telefon jest dla nich pośrednikiem w kontaktach z innymi
- telefon jest im potrzebny do sprawowania nieustającej kontroli nad obiektem uczuć
- odczuwają przymus nieustannego kontaktowania się z kimś
- jako usprawiedliwienie swojego zachowania podają wygodę i bezpieczeństwo
- mają silną potrzebę przynależności do grupy i zdobycia jej uznania
- często cierpią na fobię społeczną lub obawiają się samotności
- zazwyczaj maskują lęki z tym związane lub zaprzeczają ich istnieniu

### Rodzaje uzależnienia od telefonu:

- **Uzależnieni od SMS-ów:** odczuwają przymus nieustannego otrzymywania i wysyłania wiadomości tekstowych. Pojawia się u nich odcisk na kciuku, a klawiatura aparatu jest mocno zużyta. Często korzystają z systemu szybkiego pisania T9; ich nastrój w danym dniu zależy od ilości otrzymanych SMS-ów. Wysyłają wiadomości również do siebie samych (np. z komputera) lub do osób znajdujących się w pobliżu.
- **Uzależnieni od nowych modeli:** to osoby nabywające coraz to nowe modele aparatów komórkowych. Są skłonni wydać wielkie sumy, aby stać się posiadaczami najnowszego modelu wyposażonego w szczególne funkcje.
- **"Komórkowi ekshibycjoniści":** przy wyborze aparatu osoby te przywiązują szczególną wagę do jego koloru, stylistyki i ceny. Pokazują innym funkcje, w jakie jest wyposażony. Kiedy telefonują, rozmawiają bardzo głośno i zanim odbiorą, pozwalają mu długo dzwonić tak, by wszyscy obecni go usłyszeli.
- **Gracze:** ten rodzaj fanatyzmu przejawia się nadmiernym zainteresowaniem grami znajdującymi się w telefonach komórkowych. Aparat staje się konsolą do gry, uzależnieni oddają się tej rozrywce niezwykle często i nie przestają grać, dopóki nie pobiją nowego rekordu.

- **SWT:** osoby cierpiące na syndrom włączonego telefonu obawiają się wyłączyć swój aparat. Mają przy sobie zapasową naładowaną baterię, często nie wyłączają aparatu na noc.

### Skutki uzależnienia od telefonu:

Uzależnieni od telefonu stopniowo wycofują się z relacji ze światem, spędzając wiele czasu samotnie. By złagodzić samotność (choć sami do niej doprowadzili), przez długie godziny nie rozstają się z telefonem. Przez to mogą zapomnieć, jak wygląda prawdziwa rozrywka i wyrażanie emocji w komunikacji werbalnej. Poza tym nadmierna koncentracja na wysyłaniu SMS-ów, czy grach interaktywnych prowadzi do mentalnego oderwania od rzeczywistego świata.



Inne możliwe konsekwencje, wspólne dla wszystkich uzależnień behawioralnych, to: zanik zainteresowań (takich jak np. zamiłowanie do sportu czy innych dających satysfakcję rozrywek), gwałtowne wahania nastroju, zaburzenia snu i odżywiania, nadużywanie leków i narkotyków, popadnięcie w długi z tytułu wysokich rachunków telefonicznych, konflikty z bliskimi i kłopoty w życiu zawodowym.

### Zapobieganie i leczenie:

Nad uzależnieniem od telefonu możemy zapanować, ucząc się korzystać z niego w inny sposób.

- posługiwać się nim rzadziej, ograniczając skutki psychologiczne
- zostawiać go celowo w domu i próbować oprzeć się przyływowi niepokoju ogarniającego nas chwilę po zamknięciu drzwi
- celowo umieszczać go poza zasięgiem wzroku, zapominać go, czy chować i nie myśleć o nim przynajmniej przez kilka godzin
- starać się powstrzymać się od telefonowania do kogoś poza przypadkami rzeczywistej konieczności.

Osoba cierpiąca na uzależnienie od telefonu komórkowego i odczuwająca przemożną potrzebę nieustannej komunikacji za jego pomocą powinna zmniejszać zakres korzystania z niego: włączać go - na początek - na kilka godzin dziennie, aż osiągnie stan pewnej tolerancji niepokoju oczekiwania.

Podobnie jak przy leczeniu innych uzależnień behawioralnych, program terapii przewiduje pogłębioną pracę nad problemami, które stanowią rzeczywistą przyczynę uzależnienia.

## **Lenistwo, czyli nigdy nie odkładam na jutro tego, co mogę zrobić pojutrze**

Lenistwo jest bardzo brzydką wadą. To nawet jeden z siedmiu grzechów głównych. Do lenistwa się nie przyznajemy. A jak to jest z naszym leniuchowaniem naprawdę? Ile czasu marnujemy w zupełnie bezmyślny sposób. Przecież siedząc na kanapie przed telewizorem, skacząc z kanału na kanał, wcale nie odpoczywamy. Wstajemy zmęczeni, rozleniwieni i z poczuciem winy, bo przecież największym złodziejem czasu jest własne lenistwo.

### **"Słodkie lenistwo- kiedy nas dopada?"**

Wszyscy mamy czasami takie dni, kiedy nic nam się nie chce. Nie mamy ochoty iść do szkoły i wychodzić z domu, z łóżka. Szukamy wtedy wymówek, aby nic nie robić. To czas, kiedy dopada nas lenistwo. Pewnie też zauważyliście, że lenimy się wtedy, gdy mamy do zrobienia rzeczy, za którymi nie przepadamy albo które nie przynoszą nam takich korzyści, jakie byśmy chcieli. To oczywiste, bo przecież uczucie lenistwa to nic innego jak niechęć. Gdyby rodzice zaproponowali nam zakupy i wolny dzień zamiast pójścia do szkoły, gdzie czeka na nas sprawdzian z fizyki, to jestem prawie pewna, że pomimo wcześniejszej chęci na lenistwo większość z nas wybrałaby wolne i zapomniała o tym, że nic nam się nie chciało. Dlaczego? Dlatego, że czas wolny, zakupy lub jeszcze inne przyjemności to zajęcia, które wszyscy lubimy. Można więc wyciągnąć wniosek. Jeżeli dopada nas lenistwo, to w każdej rzeczy, którą mamy zrobić, postarajmy się znaleźć plusy, korzyści i zalety. Jeśli uświadomimy sobie dobre strony tego, co mamy zrobić, łatwiej będzie nam to zrealizować.



I.R

### **Zalety i Wady Lenistwa**

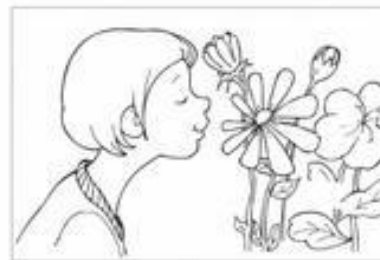
"Nie chce mi się", "Zaraz", "Poczekaj chwilę" - jeżeli tak najczęściej odpowiadacie na prośby rodziców, to znaczy, że jesteście stworzeni do leniuchowania! Każdy z was, nawet ten, któremu chce się uczyć matematyki wie, jak przyjemną rzeczą jest tak zwane "nic nierobienie". W tym momencie, musicie jednak przyznać, że tylko dwie rzeczy potrafią was odciągnąć od leserowania (trudne słowo): hobby (jeszcze trudniejsze) oraz możliwość zarobienia paru złotych. Jednak znajdują się takie osoby, które nie potrafią leniuchować bo: a) nie potrafią wysiedzieć w miejscu b) nie

mają czasu, bo muszą się uczyć fizyki c) znajdują ciekawsze zajęcia (Nie pytajcie mnie, nie znam takich). Chyba jedyną wadą lenistwa, jest to, że po prostu szybko się nudzi. Zapomniałbym! Chciałem wam pogratulować, że chciało wam się w czasie lekcji wyjmować złotówkę, płacić za tę gazetkę i jeszcze ją czytać. A to, że w lekturze zabrniecie tak daleko napawa mnie dumą, że chodzę do szkoły z tak pracowitymi ludźmi. A tak w ogóle, to pewnie chcielibyście zapytać, czy chciało mi się pisać ten artykuł. Pewnie, że mi się nie chciało, lecz moja chęć przekazania Wam moich spostrzeżeń, wygrała z lenistwem. Tak, lenistwo czasem przegrywa.



Kocisz

### **Wiosna wokół nas**



Wiosna już okryła Polskę swoim zielonym płaszczem. Pogoda robi się coraz ładniejsza i bardzo często kusi dzieci, by wyszły na dwór. Świeże powietrze na pewno dobrze nam zrobi. Krzaki rozwijają swoje

pączki, a forsycja pokazuje żółte kwiatuszki. Dopiero podczas spaceru zobaczymy prawdziwe piękno przyrody. Więc nie patrzcie w komputer, tylko załóżcie kurtkę i biegnijcie do parku. Warto zabrać ze sobą aparat fotograficzny, aby popstrykać zdjęcia. Może uda się wam zobaczyć wiewiórkę lub sikorkę. Ale nawet jeśli nie, to pogłębienie tajemnicy budowy brzozy lub dębu będzie ciekawe. Gorzej, gdy za oknem brzydka pogoda. Za to można wtedy poczytać książkę o parkach narodowych, dostępną w naszej szkolnej bibliotece lub obejrzeć ciekawy film przyrodniczy. Wiosna to piękna pora roku. Z tym chyba każdy się zgadza. Jednak trzeba pamiętać o tym, że czasami wieje zimny wiatr. Nie ubierajcie się jakby to było już lato, bo możecie się przeziębnić. Słońce niedługo wyjrzy zza chmur. Przynajmniej taką mam nadzieję.

Wisienka

## Bocian biały

Upierzenie bociana jest głównie białe z czarnymi skrzydłami. Dziób tego ptaka jest czerwony ,a jak nogi ,a także bardzo ostry. Bocian jest mięsożercą i żywi się owadami, płazami, rybami, gadami oraz małymi ssakami. Może też jeść małe ptaki. Ma 100-115 cm wzrostu ,a skrzydła mają rozpiętość 155-215cm. Jak na ptaka, jest bardzo duży. Bocian biały nie doбира się w pary na całe życie. Dwa osobniki budują gniazdo służące kilka lat. Raz na rok samica składa zazwyczaj cztery jaja. Pisklą wyklują się po 33-34 dniach. Jest to bardzo ciekawy ptak. Często kojarzy nam się z łąką i żabami .Nie jest agresywny bez powodu.



Wisienka

## CIEKAWOSTKI



### NAJMNIEJSZE MIASTO

Wyśmierzyce to najmniejsze miasto w Polsce . Liczy 670 lat i ma 945 mieszkańców . Posiada herb, ratusz własną drużynę piłkarską i 130 zabytków

### NAJMNIEJSZY SSAK

Ryjówka malutka mierzy zaledwie 4,6 cm. i waży 3,7 cm.

### NAJSTARSZY DZWON

Znajduje się w katedrze wawelskiej. Został odlany pod koniec XIII w. Nazywany jest Nowakiem. Waży 420kg.

### NAJWIĘKSZY SSAK

Jest nim żubr. Waży ok.700kg ,a wysokość w kłębie dochodzi do 2m .

### NAJWIĘKSZY PTAK

Jest to bielik. Rozpiętość jego skrzydeł dochodzi do 2,5 m .Ptaki te żyją w parach.

### NAJMNIEJSZY PTAK

Waży 5g,a jest to mysikrólik. Mieszka w lasach iglastych .

wybrał smail sm@kosz

## SPORT

### Mecz tenisowy Szwajcaria- Polska

18 kwietnia rozpoczął się mecz o Grupę Światową Kobiet pomiędzy Polską, a Szwajcarią. W pierwszym meczu Agnieszka Radwańska pokonała pięciokrotną zwyciężczynię Turniejów Wielkoszlemowych Martinę Hingis 2:0 (6-4, 6-0). W drugim meczu Urszula Radwańska przegrała ze Szwajcarką Timeą Bacinsky 0:2 (1-6,2-6). Następnego dnia swój mecz rozegrała liderka naszej drużyny z pogromczynią Urszuli Radwańskiej. Szwajcarka nie dała Agnieszce szans i pokonała ją 2:0 (6-1, 6-1). Kolejny mecz był bardzo ważny, ponieważ w przypadku przegranej Urszuli z Martiną Hingis, Szwajcaria wygrałaby cały mecz. Na szczęście, tak się nie stało. Nasza zawodniczka wygrała 2:1 (4-6,7-5,6-1). W trzecim secie spotkania Szwajcarka doznała kontuzji biodra, co ułatwiło zadanie Polce. Ostatnim meczem był debel, który miał decydować, kto znajdzie się w Grupie Światowej. Polki wyszły na kort w składzie: Agnieszka Radwańska i Alicja Rosolska. Szwajcarki osłabione kontuzją jednej z zawodniczek wyszły w rezerwowym składzie: Wiktoria Golubic i Timea Bacinsky. W pierwszym secie dominowały Polki i wygrały 6-1, w drugim secie Szwajcarki poprawiły swoją grę i zwyciężyły 6-4. Decydujący set był bardzo zacięty, przeciwniczki wygrały 9-7. Ostateczny wynik całego meczu to 3-2 dla Szwajcarii, która po raz pierwszy od 2004 roku zagra w Grupie Światowej.

Alex

### Moja pasja-judo

Moja przygoda z judo zaczęła się w przedszkolu. Trenowaliśmy na dywanie. Ćwiczyliśmy trzymanie i robiliśmy czołgania, zabawy itp. Pewnego dnia trener przyniósł nam ulotki z grafikami treningów. Tyle mógłbym powiedzieć o swoich początkach z tym sportem. Twórcą judo jest Japończyk - profesor Jigoro Kano (1860-1938).Ten sport wywodzi się od ju-jitsu. Pierwsza szkoła judo powstała w 1882 roku w Tokio. Nazywała się „Kodokan” i istnieje do dziś. Słowo judo znaczy po polsku łagodna (miękką) droga. Kano stworzył 3 zasady:

- 1.Ustąp, aby zwyciężyć.
- 2.Maksimum efektu przy minimum wysiłku.
- 3.Przez czynienie sobie dobra do dobra ogólnego.

W tym sporcie nie używa się tylko siły, ale szybkości i techniki. Nie ma



żadnych kopnięć ani uderzeń. Judo uczy sprawności i między innymi pokory. Przed i po walce zawsze robi się ukłon w stronę przeciwnika. Judo stało się narodowym sportem w Japonii, a Kawaishi (jeden z jego uczniów wprowadził judo do Europy). Judo jest na igrzyskach olimpijskich od 1964 roku (Tokio). Ten sport przydaje się również w życiu. Pady chronią przed złamaniami, a rzuty pomagają, kiedy ktoś się na ciebie rzuca, np. z nożem. Polecam każdemu!!!

LEPIA@N



## Opowiadanko

### „Tajemnica Manaus” Rozdział 4 - Dżungla

Następnego ranka, kiedy John otworzył powieki, stali nad nim rodzice budząc go: „Wstawaj, John ,zaraz śniadanie”. Chłopiec szybko wstał i ubrał się. Po chwili był już na śniadaniu i jadł swój poranny posiłek. Potem rodzina zapakowała trzy plecaki, po jednym dla każdego. Pięć minut później jechali już swoją terenówką do dżungli. Po krótkiej chwili byli już na miejscu. Zatrzymali się przed tunelem bananowców. Las równikowy wyglądał wspaniale, ale w środku, jak mówili mu rodzice, miało być jeszcze lepiej. Rodzina z Niemiec i przewodnik już tam byli. Przewodnik ogłosił regulamin zachowania w dżungli. Nie wolno było hałasować i oddalać się od grupy. Nie wolno było także dotykać zwierząt.

Po chwili cała wycieczka weszła już do Amazonii. Przyjaciele zachwycali się lianami i kakaowcami. Po około godzinie John zaczął kurczowo ścisnąć dłoń taty. Tata zapytał syna, co się stało?

- Patrz, tam na gałęzi – ze strachem powiedział John.

Chłopiec wskazał na gałąź w strefie podszytu. Tata teraz wiedział, że jego syn bał się węża. Szybko zgłosił to do przewodnika, który zatrzymał całą grupę. Powiedział też o tym rodzinie Gerda. Wtedy cała wycieczka skupiła wzrok na gadzie. Prowadzący szeptem opowiadał o zwierzęciu. Według jego wiedzy była to anakonda, najdłuższy wąż świata, który mógł osiągać ponad 4 metry długości. Ten wąż miał około 2 metrów, ale dla

wycieczkowców był wielkim przeżyciem.... Przewodnik później wyjaśniał, że anakondy nigdy nikogo nie uduszą, jeśli nie będzie się ich denerwować. Po zrobieniu paru zdjęć cała wycieczka ruszyła dalej. Później grupa podziwiała liany, kakaowce i bananowce. Następnie uczestnicy zmiierzali już do wyjścia z dżungli. John z Gerdem cały czas ekscytowali się węzłem i innymi atrakcjami lasu tropikalnego. Dwadzieścia minut później wycieczka dotarła do swoich samochodów. Obie rodziny pożegnały się z przewodnikiem i między sobą, po czym odjechały.

Alex

## Przepis na szyszki domowe

Przygotuj produkty:

- 0,5 kilograma masła
- 4 duże paczki ryżu preparowanego
- 0,5 kilogram krówek ciągutek
- 0,5 kilograma krówek kruchych
- około 8 - litrowy garnek

Wykonuj następujące czynności:

- wyjmij krówki z papierków
- wymieszaj krówki
- rozpuść krówki z masłem na małym ogniu
- gdy się krówki roztopią, skręć gaz i formuj szyszki z gorącej masy
- po uformowaniu można posypać szyszki startą gorzką czekoladą lub płatkami kokosa



Jakub

## Rebus



eca = ęci



owa = ą



w... odek = ód



L = N

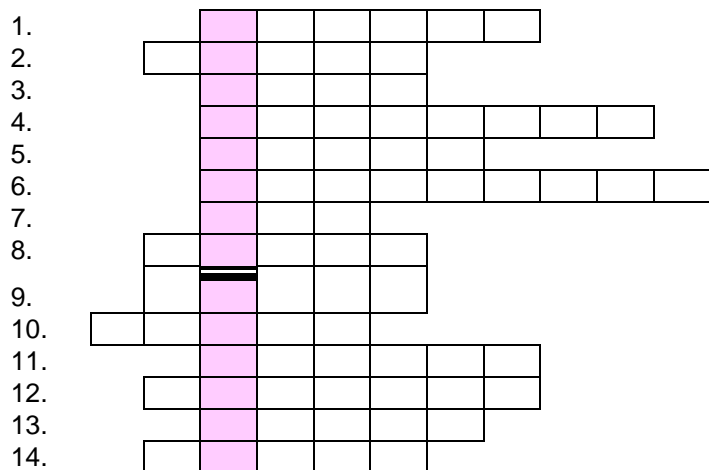
JULSON

## ZESPÓŁ REDAKCYJNY

Alex Korytkowski 5A, Jan Siedlecki 4C, Gabriel Stępnik 4C,  
Julia Pieńkosz 4C, Katarzyna Majek 4D, Jakub Grabik 5C,  
Weronika Badowska 5C, Bartek Lepianka 4C,  
Zofia Binkiewicz 4D

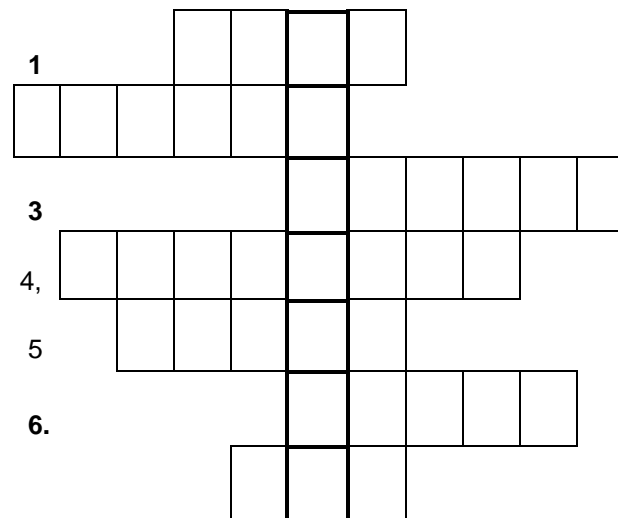
Opieka nad Zespołem Redakcyjnym  
p.Adam Gościński

## Krzyżówki



1. Kwitnie w lesie we wrześniu.
2. Chętnie grają w nią chłopcy.
3. Patrzysz nimi na świat.
4. Zabawka dziewczynki do skakania.
5. Telewizyjny lub komputerowy.
6. Kolor nieba.
7. Pora doby, która służy do spania.
8. Duży żółty owoc.
9. Trzyma się w niej ubrania.
10. Nad Bałtykiem.
11. Przylatuje do nas na wiosnę.
12. Ulubiony czas dzieci.
13. Siedzi na drzewie i kracze.
14. ...., Romek i Atomek

GOBLIN (ze zbiorów mojej mamy)



- 1.tata i .....
- 2.po zimie
- 3.rosną na jabłoni
- 4.gdy nisko lata to oznacza, że będzie padać
- 5.jest w łąty i daje mleko
6. róża ma je na łodydze
- 7.po kwietniu

opracowała  
LUKRECJA.

## HUMOR

Rudy założył firmę.  
Po 2 dniach zwolniono go .

Rudy jako jedyny brał udział  
w konkursie.  
Zajął 2 miejsce.

Dlaczego tyś myje głowę  
cifem ?  
Bo CIF nie rysuje  
powierzchni.

Jasio pyta taty:  
-Czy atrament jest drogi ?  
-Nie ,a czemu pytasz?  
-BO mama zrobiła awanturę , jak wylałem go na nową sofę.

Nauczyciel mówi do Jasia:  
- Z ciebie byłby dobry przestępca.  
- Dlaczego ?  
- Bo w zeszytcie nie zostawiasz śladów.



www.strszakikomiks.blogspot.com

wybrał - smail sm@kosz