



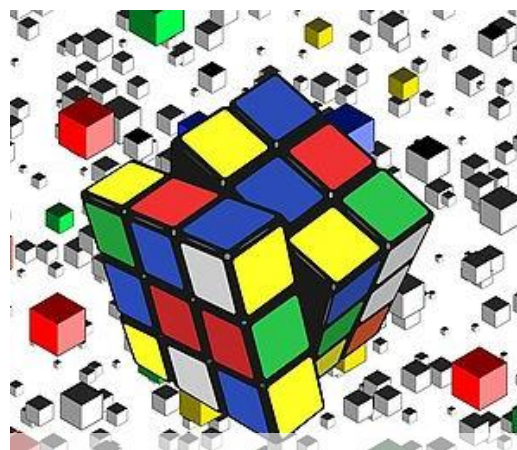
6a

2023/3/21 1 Fot.

*Z okazji wiosny życzymy naszym
czytelnikom nieustannego zachwytu nad
pięknem przyrody. Oby lody szybko
stopniały, a nasze serca cieszyły się
cieplem i miłością. Pszczołka*

**19.04 u nas w szkole
turniej kostki Rubika**

*Jeszcze brzydko jeszcze szaro,
stosy chrustu rozsypane,
bażant skacze po gałęziach za nim drugi, trzeci,
czwarty...
Krokus główkę w górę wznosi, pije słońce, chwytą
wiatr,
rankiem niebo ziemię rosi, wiosna idzie – chyba tak...*



Trzymaj formę ponad normę na szkolnych przerwach

Aktywny styl życia jest zdrowy, przyjemny, łatwo osiągalny i przystępny finansowo dla wszystkich niezależnie od wieku, płci i aktualnej sprawności fizycznej. Informacji o tym, jak zdrowo się odżywiać i dbać o kondycję fizyczną zasięgnęliśmy u pani Asi Barteckiej i pani Gosi Łuczak.

Aby zachować zdrowie i dobrą formę, wystarczy postępować zgodnie z poniższymi zasadami:

1. Staraj się, aby Twoja dieta była urozmaicona i odpowiednio zbilansowana;
2. [Jedz warzywa i owoce - powinny stanowić połowę tego, co jemy;](#)
3. [W posiłkach uwzględniaj produkty zbożowe, najlepiej te z pełnego przemiału;](#)
4. [Spożywaj codziennie przynajmniej 3 porcje mleka. Mleko możesz zastąpić naturalnym jogurtem, kefirem i częściowo - serem;](#)
5. [Jedz codziennie produkty, które są źródłem białka, takie jak chude mięso, ryby, jaja i nasiona roślin strączkowych, a także orzechy;](#)
6. [Ograniczaj spożycie tłuszczów zwierzęcych na rzecz tłuszczów roślinnych;](#)
7. [Dostarczaj organizmowi wystarczającą ilość płynów - minimum 1,5 litra dziennie.](#)

Przepis na fit śniadanie owsianka

Składniki (na 1 porcję):

- 1/2 szklanki (60 g) płatków owsianych,
- 1 szklanka (250 ml) płynu: wody, mleka lub napoju roślinnego, np. sojowego, migdałowego, ryżowego, jaglanego.

Przygotowanie owsianki:

- Wodę i/lub mleko wlej do małego garnka. Zagotuj.
- Zmniejsz ogień i wsyp płatki owsiane. Gotuj przez ok. 5 minut, mieszaj często, dodaj ulubione owoce.



Ruszać się! Codziennie!

Bycie aktywnym fizycznie nie oznacza od razu wyczynowego uprawiania sportu. Nie musisz biegać maratonów, startować w wyścigach kolarskich czy bić rekordów sportowych. Aktywnością jest każda forma ruchu – również spędzanie przerw szkolnych na boisku czy aktywny udział w lekcjach wOf. Najważniejsze, żeby dążyć do 60 minut aktywności każdego dnia.

Mamy dla Ciebie kilka pomysłów, dzięki którym dowiesz się, jak sprytnie, małymi kroczkami opanować ten temat.

Pierwszy krok – zacznij już teraz

Każdy rodzaj aktywności sprawi, że Twoja forma będzie powoli rosła. Z dnia na dzień zobaczysz, że życie jest coraz mniej męczące. Nawet po kilku godzinach z matematyką, zostanie Ci jeszcze wystarczająco dużo energii na spotkanie ze znajomymi!

Codzienną aktywność fizyczną rozkręcaj stopniowo, aby uniknąć zakwasów i zniechęcenia.

Proste sposoby na aktywny styl życia.

Na początek spróbuj tego:

- odkurzanie
- spacer z psem
- schody zamiast windy



Temat miesiące: Najlepsze opowiadanie zainspirowane wierszem W. Szymborskiej "Kot w pustym mieszkaniu"



Na naszym podwórku jest szaro i ponuro. Centralne miejsce zajmuje śmietnik, wokół którego drepczą wiecznie głodne gołębie.

Pewnego dnia na chodniku prowadzący do klatki numer 7 pojawiła się czarna kotka.

Nie przypominała żadnego ze znanych nam osiedlowych kotów, które często wylegują się na dachach i maskach parkujących aut.

W przeciwieństwie do nich była

chuda niczym żyletka.

Uciekała wystraszona gdy tylko ktoś zbliżał się w jej stronę. moja mama bardzo lubi zwierzęta, dlatego strasznie żał jej było

nastroszonej czarnej kulki. postanowiła ją oswoić. z początku było trudno, bo kot bardzo się bał i gdy tylko mama próbowała się do niego zbliżyć, chował się pod najbliższym autem. Z czasem jednak mamy cierpliwość się

opłaciła, bo kot zaczął się przyzwyczajać do głosu mamy i pojawiał się przed naszą klatką- niby przypadkiem- w godzinach kiedy wracała z pracy do domu. Po kilku tygodniach kot ośmielił się na tyle, że pozwolił się pogłaskać, a jego pyszczka wydobyło się donośnie mruczenie.

Wkrótce brzusek kota się zaokrąglił, a sierść nabrała blasku za sprawą smakołyków zostawianych mu w miseczce

za śmietnikiem. Drasia, bo takie imię otrzymał kot, który niespodziewanie okazał się być kotką, czekał na powrót mamy z pracy w wysokiej trawie u wylotu ścieżki prowadzącej na nasze podwórko. Był to dość zabawny widok: idąca ,obładowana siatkami mama, a przed nią biegnąca Drasia , z ogonem wygiętym w łaseczkę i wydająca z siebie radosne miauczenie.

Najedzona, wygłaskana, wybawiona, zwinęła się w kłębek na dywanie i szczęśliwa zasnęła. Spała długo, jakby chciała odespać wszystkie zimne i deszczowe noce spędzone w piwnicznych okienkach. miałyśmy nadzieje, że zostanie z nami na zawsze, ale wybrała własną kocią drogę. Obudziwszy się dojadła resztę karmy z miseczki, wyczyściła pyszczek i futerko, po czym podeszła do drzwi i zamiauczała. Dała w ten sposób znać, że w prawdzie dziękuje nam za gościnę, ale chętnie już sobie pójdzie. Ta sytuacja powtarzała się za każdym razem.

Pewnego razu Drasia zniknęła. Nie było jej ani na parkingu, ani w okienku

w piwnicy, skąd zawsze wychodziła wywołana. Martwiłyśmy się, bo nadeszła jesień i robiło się coraz chłodniej. Kot przepadł bez śladu. Minęła zima. Pewnego niedzielnego po południu wracałyśmy z mamą ze spaceru. Jakież było nasze zdziwienie, gdy pod nogami pojawił się nagle nasz czarny przyjaciel. I jak by nic się nie stało, łasił się i mruczał. Naszej Drasi czerwieniła się obroża. Jaką tajemnicę skrywała mała kotka dowiedziałyśmy się znacznie później, zupełnie przypadkiem. Ale to już temat na zupełnie inną opowieść

Lena Cieniawa
3b

Wieści szkolnej treści



Żywa lekcja przyrody

Po feriach zimowych w naszej szkole odbyła się **"Żywa lekcja przyrody"**! Prowadzący opowiadał nam o różnych ciekawych zwierzętach żyjących na naszym świecie. Mówił najistotniejsze rzeczy: jak zwierzęta się bronią w czasie zagrożenia? Co jadają? Co lubią? Jakie warunki klimatyczne trzeba im zapewnić? Które gatunki są zagrożone i które można hodować w domu, a których nie. I wiele, wiele innych niezwykle interesujących rzeczy.

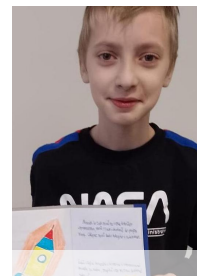
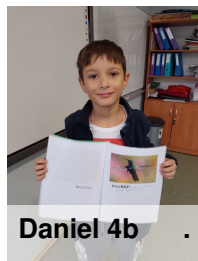
Wszystkim bardzo się podobało i na pewno każdy powtórzyłby to pełne emocji wydarzenie. Mogliśmy też zrobić sobie pamiątkową fotografię z wybranym zwierzęciem. Wielu uczniów zdecydowało się na ujęcie z wężem na szyi.



Jak zostaliśmy autorami książek

Pani Beata Bugaj poprosiła klasy 4 o dobranie się w grupy 3 lub 4 osobowe i zrobienie projektów we własnych domach. Pomysł wszystkim się spodobał, ponieważ mogliśmy się spotkać i używać swojej wyobraźni. Projekt polegał na zrobieniu wybranej książki, którą wymyślaliśmy razem. Projekty z panią Beatą Bugaj to sama przyjemność.

Wszystkie książki wyszły cudownie.



Uwaga ,wiosna nadchodzi!

Dzisiaj 21 marca kalendarzowo zaczęła się **wiosna** i wiadomo dzisiaj też, że jest to **Dzień wagarowicza**, dlatego **Pani Beata Bugaj** połączyła te dwa święta i wymyśliła, żebyśmy poszli na nasz plac szkolny poszukać wiosny, zagrać w piłkę i się przewietrzyć.

Dziewczyny z 4b znalazły pierwsze odznaki wiosny więc poprosiły aby **Pani Beata** zrobiła im zdjęcie przy kwiatkach. I właśnie tak wspólnie przywitaliśmy Wiosnę .

Natalia Guzińska



Szkolna uliczka sukcesów



IZK

Sukcesy sportowe

21 i 22 lutego odbyły się zawody siatkówki kategorii dziewczyn i chłopców, osoby z klas; 6,5 i 7 wzięły w tym udział. Dziewczyny zdobyły III miejsce, a chłopcy II!

Chłopcy utrzymali poziom i w Mistrzostwach Zabrze w siatkówce zajmują II miejsce! Wielkie gratulacje, oby tak dalej!

Karolina Bujoczek i Maja Węgrzyn zajęły II miejsce w Zawodach Rejonowych Badminton - Dziewcząt.

Julia Osińska



Nie bądźmy zieloni w sprawie autyzmu

2 kwietnia w całej Polsce obchodzony jest Światowy Dzień Wiedzy o Autyzmie. Autyzm nie jest obcy naszej szkolnej rzeczywistości. Wiemy o nim coraz więcej i coraz lepiej umiemy sobie z nim radzić. Uczniowie pani Basi Bartoszewskiej wzięli udział w corocznych zajęciach z kolegami z ZSS Nr 41. Było bardzo wesoło. A ci, którzy zostali w szkole, ozdobili ją niebieskimi dekoracjami, bo niebieski to kolor autyzmu.



Laboratorium Przyszłości

Nasze Laboratorium Przyszłości to chyba najbardziej oblegane miejsce, ciągle ktoś tam gotuje, piecze, przyrządza, sprząta i degustuje.



Junior krytyk serial pełen śmiechu i łez

"Przyjaciele" - to serial twórczości **David'a Crane'a, Marty Kauffmann** i **Kevina Bright'a**. Serial ten opowiada o losach sześciu przyjaciół, którzy są ze sobą bardzo związani. W rolach głównych zagrali:

Jennifer Aniston - zagrała Rachel Green, **David Schwimmer** - zagrał Ross'a Geller'a, **Courtney Cox** - zagrała Monice Geller, **Matthew Perry** - zagrał Chandler'a Bing'a, **Lisa Kudrow** - zagrała Phoebe Buffay, oraz **Matt Le Blanc** - zagrał Joey'a Tribbiani'ego. Przyjaciele byli nagrywani w latach 1994-2004. Rozstanie aktorów na planie było bardzo trudne. Serial ma 10 sezonów, każdy jeden sezon ma główny temat.

Muzyka tytułowa to **"I'll be there for you"** od **Therembrandts**. Podczas oglądania serialu można się bardzo pośmiać, jak zarazem uronić kilka łez. Według mnie jest to najlepszy serial, jaki kiedykolwiek został stworzony.

W serialu zagrali również gościnnie: **Brad Pitt, Winona Ryder**, oraz wielu innych znanych aktorów. Zachęcam do oglądania. :)

Julia Osińska

"Przyjaciele, kochankowie i ta Wielka Straszna Rzecz"

"Przyjaciele, kochankowie i ta Wielka Straszna Rzecz" - to książka autorstwa **Matthew Perry'ego** (aktor kultowego serialu **"Przyjaciele"**), opowiada o życiu aktora, które nie było zbyt wesołe. Gdy Matthew był mały, jego rodzice rozwiedli się, później zaczęły się problemy z depresją i przeróżnymi uzależnieniami.

Czytając o tym, co sobie robił, co się z nim działo jest przykre dla osób, które lubią jego twórczość. Aktor zwierza się z wszystkich rzeczy, jakie mu się przydarzyły, i jakie głupstwa sam zrobił. Książka zawiera także wstęp **Lisy Kudrow** (jednej z aktorek serialu **"Przyjaciele"**), w którym mówi, jak bardzo Matthew jest cudownym, opiekuńczym człowiekiem.

Julia Osińska

Światowy bestseller, ponad milion sprzedanych książek



"Zanim wystygnie kawa" - książka autorstwa **Kawaguchi'ego Toshikazu**. Opowiada o kawiarni w Tokio, która znajduje się pod ziemią, jest ona bez okien, nigdy nie wiadomo czy to dzień, czy to noc, ponieważ zegary są ustawione każdy na inną godzinę. Kawiarnia może cię przenieść w czasie, pod wieloma warunkami. m.in.: trzeba usiąść na jednym, jedynym krześle, lecz jest mała przeszkoda, siedzi na nim kobieta, kobieta duch, w białej sukience, czytając książkę. Kobieta każdego dnia tylko raz wychodzi do toalety, wtedy masz okazję na zajęcie krzesła. Przenosząc się w czasie musisz pamiętać o tym, aby pod żadnym pozorem nie schodzić z krzesła! Musisz wrócić, zanim wystygnie twoja kawa. W książce są losy różnych Japończyków. Są one trochę przykre.

Według mnie książka jest bardzo warta przeczytania. Pełna jest smutku, radości i ciepła. Książka doczekała się również ekranizacji.

Julia Osińska



Źródło Google

Wielkanoc czas zacząć!



Źródło Pinterest

Jak zrobić Idealną wielkanocną pisanekę?

Po pierwsze trzeba przygotować ugotowane jajka, najlepiej najpierw wsadzić je do zimnej wody.

Po drugie przygotować farby lub barwniki i zacząć na nich malować różne ciekawe wzorki, *najlepiej z kims bliskim.*

Po trzecie Zostawić je na śniadanie, a w czasie śniadania zjadać ze smakiem

P.S. Polecam z majonezem:)

Porady :

- **W czasie robienia uśmiechać się,**
- **Używać swojej wyobraźni,**
- **Umyć ręce po malowaniu.**

Natalia Guzińska



Przepis na wielkanocną babkę :)

Składniki na ciasto:

- 200 g mąki pszennej tortowej
- 80 g mąki ziemniaczanej
- 4 jajka o rozmiarze M lub L
- 200 g roztopionego i ostudzonego masła
- 200 g drobnego cukru
- 1 łyżeczka proszku do pieczenia
- 60 g rodzynek sułańskich
- sok z połówki cytryny

Przesiej obie mąki i proszek do pieczenia do miski. Dodaj cukier, jajka oraz sok z cytryny. Miksuj na średnich obrotach do momentu połączenia się składników. Zmniejsz obroty do minimum i powoli dolewaj masło. Kiedy ciasto i tłuszcz się połączą, wsyp rodzynek i delikatnie je rozprowadź. Piecz 40 min. w 180 stopniach.

Po wyjęciu z piekarnika ostudź babkę i posyp ją cukrem pudrem albo polej czekoladą.

I gotowe! Smacznego:)

Julia Osieńska

Tradycje wielkanocne

Poniedziałek Wielkanocny (zwany też Lanym Poniedziałkiem) – drugi dzień Świąt Wielkanocy, stanowi w Polsce **dzień wolny od pracy**. W polskiej tradycji tego dnia **polewa się dla żartów wodą inne osoby**.

Rano odbywa się śniadanie, którego istotnym punktem jest składanie sobie życzeń wielkanocnych i dzielenie się święconką. Tradycyjnie spożywa się wtedy **żurek (w niektórych regionach barszcz biały lub barszcz czerwony), jajka faszzerowane, babki wielkanocne oraz mazurki**.

Ze święconką do kościoła chodzi się w sobotę, **dzień przed Wielkanocą**. Następnie poświęcone pokarmy spożywamy podczas świątecznego, niedzielnego śniadania.

Natalia Guzińska

Kącik Sowy Mądrej Głowy



- 1.....Czwartek.
- 2.Maluje się je na Wielkanoc.
- 3.Jest zwierzęciem symbolizującym Wielkanoc.
4. Poniedziałek , inaczej Śmigus Dyngus.
- 5.Miesiąc, w którym jest Wielkanoc.
- 6.Pora roku , w której zaczyna rosnąć kwiaty.
7. Kwitnie od lutego do kwietnia, ma białe dzwoneczki.
- 8.Jest symbolem życia.
9. sos do jajek .

Martyna Natalia

$$\star + \star = 14$$

$$\heartsuit + \star = 13$$

$$\heartsuit \cdot \heartsuit = ?$$

Suchary na poprawę humoru

- Jaka jest różnica między studentem a bezrobotnym?
Z tego pierwszego rodzice są dumni.

- Nauczyciel polskiego pyta się dzieci na lekcji jaka jest liczba mnoga od słowa "niedziela"
Uczeń odpowiada: wakacje, proszę pani.

- Jasiu, dlaczego wnosisz wiadro z wodą na paluszkach do sypialni?

- Bo tata prosił, żeby go o szóstej po cichutku obudzić.

- Jak nazywa się koń z ośmiu?

-Okoń

Odpowiedź na zagadki ze str. 8.

Gwiazdka = 7

Serce = 6

Odp. na

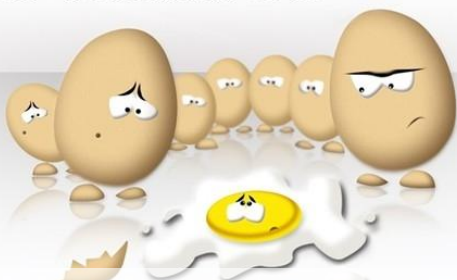
ostatnie

działanie = 54

Natalia
Niemczyk



**No to się poświęćit
na Wielkanoc!**



Ciekawostki

1. Francja jest najczęściej odwiedzanym krajem na świecie.
2. Hiszpania jest uważana za najbardziej górzysty kraj w Europie, a ma ponad 8000 kilometrów plaż.
3. Stany Zjednoczone nie posiadają języka urzędowego.
4. Arabia Saudyjska i Malta są jedynymi krajami na świecie, w którym nie ma stałych rzek
5. Karaluch może żyć kilka tygodni bez głowy, aż w końcu umrze z głodu.
6. Korea Północna i Kuba to jedyne miejsca, w których nie można kupić Coca-Coli.
7. iPhone, książki o Harrym Potterze i kostka Rubika to 3 najlepiej sprzedające się produkty w historii ludzkości.
8. Obraz Mona Lisy przez kilka lat wisiał w sypialni Napoleona Bonaparte.
9. W Niemczech sprzedaje się więcej gier planszowych niż gdziekolwiek indziej na Ziemi.
10. Niebieski ptak z logo Twittera ma nazwę: Larry. Twórcy sieci społecznościowej nazwali ptaka imieniem koszykarza Larry'ego Birda.
11. Niektóre japońskie światła drogowe mają niebieskie zamiast zielonych, ponieważ historycznie oba kolory były nazywane tym samym słowem.
12. Najdroższa moneta na świecie została sprzedana za ponad 7 milionów dolarów.
13. Czarne niedźwiedzie czasami hibernują się na szczytach drzew.
14. Na Ziemi jest około 4 „biliardy biliardów” bakterii.

zebrała: **Martyna Parkitny**

Junior news

27 - 29.04 - rekolekcje wielkopostne, dzień wolny od zajęć dydaktycznych

01.04. - Prima Aprillis

02.04. - Niedziela Palmowa

03.04. - Ogólnopolski Dzień Trzeźwosci

06.04. - Wielki Czwartek

07.04. - Wielki Piątek

08.04. - Wielka Sobota

9.04. - Wielkanoc

10.04. - Poniedziałek Wielkanocny

11.04. - Dzień Radia

13.04 - Zabrzeńskie Targi Edukacyjne dla klas ósmych

14.04. - Święto Chrztu Polski

19.04 - miejski turniej zawodów kostki Rubika na sali gimnastycznej

22.04. - Międzynarodowy Dzień Ziemi

23.04. - Światowy Dzień Książki i Praw Autorskich

29.04. - Międzynarodowy Dzień Tańca

6 - 11.04 wiosenna przerwa świąteczna

Egzamin ósmoklasisty

23 maja godz. 9.00 język polski

24 maja godz. 9.00 matematyka

25 maja godz. 9.00 język angielski

Bez przystąpienia do tego egzaminu nie jest możliwe ukończenia szkoły. Egzaminu nie można nie zdać, ponieważ minimalny wynik, jaki uczeń powinien uzyskać, nie został określony. Oczywiście, im lepszy wynik tym lepiej.

Z egzaminu nie można samodzielnie zrezygnować, ale można być z niego zwolnionym. Taka sytuacja dotyczy laureatów i finalistów olimpiad z przedmiotów, które zostały wymienione w wykazie olimpiad.



egzamin próbny 2023

Poznaj Polskę

Udało się zdobyć dofinansowanie z Ministerstwa Oświaty do wycieczek szkolnych w ramach programu Poznaj Polskę. Nasi nauczyciele - pani Iwona Gawęł i pani Krystyna Kęsy złożyli 3 wnioski i wszystkie zostały zaakceptowane. Będzie to 3-dniowy wyjazd w Góry Świętokrzyskie, 2-dniowy do Wrocławia i 1 dzień w Wieliczce.



Stopka redakcyjna
Krystyna Kęsy
 redaktor Junior Gazety
sp15pszczolka@gmail.com

zastępca: Julia Osińska

dziennikarze:

Natalia Guzińska
 Martyna Parkitny
 Oliwia Modrzik
 Karolina Bujoczek
 Maja Rzeszutek
 Oliwia Kornas
 Natalia Niemczyk
 Dawid Filipek