



Każdy dzień jest dobry by świętować. Redakcja "Niecodziennika" będzie redagować dla Was przegląd ciekawych, nietypowych świąt, po to byście zawsze mieli powód do radości.

W maju i czerwcu świętujemy:

- 11 maja - Dzień bez Śmiecenia
- 14 maja - Dzień Farmaceuty
- 19 maja - Dzień Dobrych Uczynków
- 24 maja - Dzień Ślimaka
- 25 maja - Dzień Królowy
- 9 czerwca - Dzień Przyjaciela
- 21 czerwca - Dzień Deskorolki
- 24 czerwca - Dzień Przytulania
- 26 czerwca - Dzień Królika

I najważniejszy dla nas uczniów dzień 24 czerwca - Zakończenie roku szkolnego 2015/2016

Drogi Czytelniku!

Trzymasz w rękach pierwszy numer gazetki Zespołu Szkolno-Przedszkolnego w Przyszowicach. Zatytułowaliśmy ją "Niecodziennik". Nazwa nie jest przypadkowa - numery naszego czasopisma nie będą ukazywały się codziennie, lecz raz w miesiącu. W "Niecodzienniku" chcemy opisywać życie szkoły, poruszać ważne dla nas - uczniów - tematy. Tworzymy go w ramach kółka dziennikarskiego, które odbywa się w każdy piątek o godzinie 7.15 w sali numer 9.

W tym numerze przygotowaliśmy dla Was artykuły o pysznym święcie - Dniu Czekolady, przydatne sposoby na radzenie sobie ze stresem oraz recenzję filmową.

Zapraszamy do lektury!
Redakcja

Czekolada to jeden z naszych ulubionych przysmaków. Redakcja "Niecodziennika" postanowiła przyjrzeć się bliżej jej produkcji i i sekretom.

Jak wiadomo, jej podstawowym składnikiem jest miazga kakaowa i od niej zaczyna się cały proces produkcji. Najpierw gotuje się ją w wysokiej temperaturze aż do powstania jednolitej masy o aksamitnej gładkości. Później jest rozcierana na sucho, jest to niezbędny krok, ponieważ pozbywa się wtedy resztek kwasowości. Następnie dodawane jest masło kakaowe i całość zostaje podgrzana do odpowiedniej temperatury. Na koniec czekolada jest lekko schłodzona i wlewana do form, a gdy całkowicie zakrzepnie wyjmuje się ją i pakuje.

Czekolada ma długą historię. Jej początki sięgają czasów Majów i Azteków. Ludy te przygotowywały z najważniejszego składnika czekolady – nasion kakaowca – napój o nazwie „gorzka woda”. Był to prawdziwy rarytas i mogli spożywać go tylko najbogatsi. W Europie czekoladę poznano dzięki Krzysztofowi Kolumbowi, a największą popularność zyskała w XIX wieku.

Naukowcy wiele uwagi poświęcili wpływowi czekolady na zdrowie człowieka. Oczywiście jedzona z umiarem, ma na nie drogocenne działanie. Zawiera wiele ważnych i potrzebnych organizmowi minerałów: magnez, żelazo czy potas. Jest odpowiedzialna za wytwarzanie hormonów szczęścia – endorfin. Jednak to co dobre dla ludzi, może szkodzić zwierzętom. Udowodniono, że dla kotów, psów czy papug może być śmiertelna.

Ten przysmak okazał się tak ważny dla człowieka, że powstało kilka muzeów czekolad! Największe znajduje się w Niemczech, w Kolonii. Jednak nie tylko nasi zachodni sąsiedzi stworzyli takie wyjątkowe miejsce. Muzea czekolady znajdziecie także w Holandii, Nowej Zelandii oraz na Węgrzech.

Czekolada jest również tematem wykorzystywanym przez różnych twórców. Piękną opowieść napisał o niej Dahl, mowa o książce „Charlie i fabryka czekolady”. Polecamy również ekranizację tej książki, w której główną rolę zagrał Johnny Deep.

Święto czekolady przypada 12 kwietnia – uczcijmy ten smaczny dzień kawałkiem pysznej, zdrowej i koniecznej – gorzkiej – czekolady!



profesorzdrowie.pl

profesorzdrowie.pl

Czekoladowe ciekawostki

- Czekolada jest niezbędnym elementem.. w każdej wyprawie kosmicznej! Mają ją na pokładzie wszyscy astronauty.
- Naukowcy udowodnili, że zapach czekolady korzystnie wpływa na ludzki mózg, powoduje jego odprężenie.
- Największa tabliczka czekolady powstała w Wielkiej Brytanii i ważyła 5 792 kg.
- Czekolada jest zdrowa! Jedzenie gorzkiej czekolady zmniejsza ryzyko zawału serca.
- Aby wytworzyć 450 gram czekolady potrzeba 400 ziaren kakaowca.
- Dla Azteków czekolada miała taką samą wartość jak złoto czy srebro. Była traktowana jak waluta.
- Istnieje dział nauki poświęcony czekoladzie, nazywa się on „czekologia”.

Czy lubisz oglądać filmy? To dobry sposób na spędzenie wolnego czasu i odpoczynek. W sieci znajdziesz ich wiele, ale nie każdy wart jest obejrzenia. Redaktorzy "Niecodziennika" przedstawiają subiektywną listę filmów, z którymi polecają się zapoznać.

W tym numerze recenzja filmu "Nietykalni" Anety Skrobel.

Ostatnio oglądałam film pod tytułem „Nietykalni” Olivera Nakache i Erica Toledano. Dwaj główni bohaterowie poznają się w dość nietypowych okolicznościach: jeden z nich przychodzi na rozmowę kwalifikacyjną do drugiego, wcale nie chcąc dostać pracy, lecz mając nadzieję na kolejne odrzucenie jego CV i uzyskanie zasiłku dla bezrobotnych. Zajęciem miała być opieka nad niepełnosprawnym. Akcja rozgrywa się w domu kaleki. Przypadkowe spotkanie jest początkiem prawdziwej przyjaźni między mężczyznami.

Najbardziej podobał mi się piękny, bogato wyposażony dom, w którym toczy się akcja. Cały budynek był zbudowany w nowoczesnym stylu, co niewątpliwie dodawało mu uroku. Moją uwagę zwrócił również piękny czarny samochód. Druga rzecz, która mnie urzekła, to przemiana czarnoskórego gangstera we wrażliwego i troskliwego przyjaciela, umiającego okazać zrozumienie. W filmie nie zabrakło również odrobiny humoru, co na pewno czyni go bardziej atrakcyjnym, szczególnie dla młodszej części widzów. Tak dopracowana produkcja pozwala na odczuwanie współczucia, radości i rozbawienia jednocześnie.

„Nietykalni” to godny polecenia film oparty na faktach. Nadal nie mogę uwierzyć, że taka przyjaźń może istnieć w dzisiejszym świecie.

Wakacje to świetny czas na poznanie nowych filmowych historii. Przygotowaliśmy listę ciekawych tytułów, które warto obejrzeć w domu oraz kinie.

- „Gdzie jest Dory?” – historia dla całej rodziny. Główną bohaterkę poznaliśmy już w filmie animowanym o podobnym tytule „Gdzie jest Nemo?”

- „Szajbus i pingwiny” – film o zaskakującej przyjaźni psa.. i mieszkańców zimnych zakątków Ziemi!

- „Epoka lodowcowa 5” – kolejna odsłona uwielbianego filmu dla młodszych i starszych.

- „Alicja po drugiej stronie lustra” – piękna opowieść o kolejnych przygodach Alicji w krainie czarów.

- „To ja Malala” – dokument o młodej laureatce Pokojowej Nagrody Nobla.

- „Klub Włóczykijów” – polska produkcja idealna na wakacje.

Czytelniku, czekamy na
Twoje propozycje i recenzje!

GAUMONT przedstawia produkcję QUAD

**KOMEDIA, KTÓRA ZACHWYCIŁA
25 MILIONÓW WIDZÓW**

PRAWDZIWA HISTORIA TOTALNA RADOŚĆ



François CLUZET Omar SY

NIETYKALNI
RAZEM MOGĄ WSZYSTKO

Scenariusz i reżyseria Eric TOLEDANO i Olivier NAKACHE

kino.ketrzyn.pl kino.ketrzyn.pl

Przed nami - uczniami - trudny czas. Kończy się rok szkolny i jak zawsze czeka nas podsumowanie naszych osiągnięć - wystawienie ocen końcoworocznych przez nauczycieli. Ostatnie sprawdziany, poprawy, kartkówki i ... stres! Przeczytaj jak go unikać.



zdrowie.fit.pl

zdrowie.fit.pl

SPOSOBY NA STRES- JAK POZBYĆ SIĘ STRESU? TEN ARTYKUŁ Z PEWNOŚCIĄ POMOŻE CI UNIKAĆ STRESU!

1. Spotykaj się z przyjaciółmi.

Rozmawiaj z nimi i spędzaj dużo czasu w ich towarzystwie.

Wyjdź z nimi na spacer- przebywanie na świeżym powietrzu jest świetne na pozbycie się stresu!

2. Uprawiaj sport.

Ćwiczenia sprawią, że będziesz czuł się o wiele lepiej!

Wyjdź na rower, pobiegaj, pojeźdź na rolkach lub hulajnodze...

3. Nie myśl o stresujących sytuacjach w swoim życiu.

Odpnij się. Pomyśl o czymś przyjemnym np. o wakacjach czy spotkaniu z przyjaciółmi.

4. Uśmiechaj się!

Śmiech rozluźnia cały organizm i uwalnia od napięć. Nawet sztuczny śmiech pozwala na uwolnienie się hormonów odpowiedzialnych za dobre samopoczucie.

Więc śmiej się jak najczęściej (nawet sztucznie)

5. Zastanów się co cię stresuje.

Poświęć chwilę, by zastanowić się nad tym. Najlepiej wypisz na kartce wszystko co przychodzi Ci do głowy.

Teraz, patrząc na każdy z nich zastanów się jak możesz je wyeliminować.

Pomyśl też, jak unikać stresujących sytuacji.

PAMIĘTAJ!!!

TO NIE TE RZECZY CIĘ STRESUJĄ. TYLKO TY STRESUJESZ SIĘ NIMI!