

Uczniu, zadбай o swoje plecy!

W drodze do szkoły usłyszałam w radiu ciekawą informację: „W szkołach przeprowadzono badania dotyczące wagi plecaków należących do uczniów szkół podstawowych i gimnazjów”. Niestety, wyniki badań nie są optymistyczne. Nasze plecaki ważą zbyt dużo!

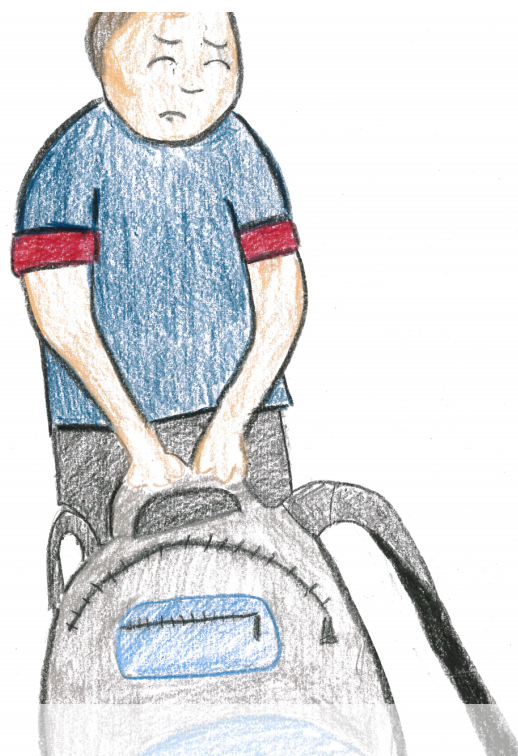
Według specjalistów waga plecaka nie powinna przekraczać 10% wagi ciała dziecka. Oto kilka rad, aby zmniejszyć wagę tornistra:

- kupować zeszyty w miękkich okładkach,
- nie kupować dodatkowych gadżetów, takich jak: kalendarze, notesy,
- nie przesadzać z ilością przyborów szkolnych.

Poza tym niewłaściwe noszenie plecaków to przyczyna skrzywień kręgosłupa. Tornister powinno nosić się na dwóch ramionach. Trzeba też zadbać o to, by szelki plecaka były odpowiedniej długości. Uczeń powinien ściągać plecak przy każdej okazji, a po skończonych zajęciach przechowywać podręczniki w szafkach. Ważne jest również, aby pakować tylko te książki i zeszyty, które są potrzebne danego dnia na lekcjach.

Nikt nie zadba o nasze plecy lepiej niż my sami. Więc trzymajmy się powyższych reguł i porad dorosłych, aby w przyszłości cieszyć się dobrym zdrowiem.

Paula Truszkowska



Młodzi pisarze

Pisanie, tworzenie, przenoszenie swoich myśli i pomysłów na papier — to coś wspaniałego. I, wbrew pozorom, nic łatwego. Szczególnie dla młodej osoby, która chce rozpocząć swoją przygodę z pisaniem.

Na początku zawsze jest kolorowo. Myślisz: „Ta historia jest wspaniała! Raz dwa ją napiszę i stanę się znanym autorem!”. Potem jednak się okazuje, że w połowie się zawieszasz, tracisz zapal i stwierdzasz, że właściwie, to pomysł jest bez sensu. Na dodatek się okazuje, że Twoje z trudem sklecone zdania są niczym bełkot w porównaniu do ulubionego pisarza, czy choćby koleżanki z ławki. I wtedy w głowie pojawia się myśl: „Chyba jednak się do tego nie nadaję... Lepiej dam sobie z tym spokój”. Moja prośba do Ciebie — **nigdy tak nie myśl! Nie wolno się poddawać!** Skoro to było Twoje pierwsze podejście do pisania, nic dziwnego, że od razu się nie udało. W końcu alpinista też od razu nie zdobywa najwyższego szczytu. Potrzebny jest trening, cierpliwość i, przede wszystkim, chęci. Pamiętaj, że **bez pracy nie ma kołaczy**. Im więcej ćwiczysz, tym lepszy się stajesz.

Młodzi pisarze, w wieku gimnazjalnym, to najczęściej amatorzy. Jeśli piszesz, bardzo prawdopodobne jest, że również jesteś amatorem. Piszesz dla samej przyjemności pisania, tworzysz, bo to lubisz. Jednak nie jest to banalne hobby, wymaga ono wiele poświęconego czasu i pielęgnowania. A gorzka prawda jest taka, że nigdy nie osiągniesz w nim perfekcji — doskonaląc tę umiejętność, będziesz coraz lepszy, ale nadal będziesz chciał umieć coraz więcej. I to jest właśnie wspaniałe, w pisaniu nie ma bariery, którą mógłbyś pokonać. Jest tylko góra, po której możesz się wspinać w poszukiwaniu szczytu. Lecz jest to góra bez końca, którą ciągle będziesz odkrywać i która ciągle będzie Cię czymś zaskakiwać...

Katarzyna Kulesz

Za naszymi plecami...

Chcę poruszyć dość drażliwy i popularny temat, jakim jest obgadywanie. Kto z nas nie obgaduje w dzisiejszym świecie? Przyznam się bez bicia, sama nie jestem święta, ale nie wygaduje takich bzdur jak niektórzy. Według mnie, obgadywanie to zabijanie czasu. Większość z nas robi to bez namysłu albo po prostu się nudzi i nie ma co zrobić ze swoim życiem. Obgadujemy najczęściej wtedy, gdy komuś zazdrościmy lub kogoś bardzo nie lubimy.

Opiszę moje doświadczenia z obgadywaniem. Nie będę wskazywała palcem, która to osoba, bo:

1. Nie wypada.
2. Ta osoba sama się domyśli ;)

W moim przypadku zaczęło się to jakoś pod koniec piątej klasy szkoły podstawowej. Było wiele sytuacji i wszystkie tak samo mnie zaboląły. Jedno takie zdarzenie miało miejsce, jak dobrze pamiętam, na orliku. Doszły do mnie takie plotki od „koleżanki”, że moich rodziców nie stać na ubrania, bo chodziłam cały tydzień w tych samych ciuchach. Dlatego zaczęłam zmieniać ubrania codziennie. Miałam też uwagi na temat niedoskonałości mojej figury. Po każdej takiej informacji moje poczucie wartości spadało. Był taki okres w moim życiu, że bałam się wychodzić do szkoły w obawie przed kolejnym wyśmianiem, poniżaniem. Stawałam przed lustrem i patrzyłam na swoje odbicie, pozwalając łzom ujrzeć światło dzienne. Wpadłam w lekką depresję. Dopiero po długim czasie i długich rozmowach z bliskimi mi ludźmi byłam w stanie dojść do siebie, musiałam także pracować nad swoją wartością.

I mam jedną radę dla wszystkich: „Nie czyni drugiemu, co tobie niemiłe”.

XseenaX

Recenzja gry

Wiedźmin 3:Dziki Gon

Rozgrywka **Ocena:9/10**

Rozgrywka w Wiedźminie to istne arcydzieło. Twórcy tej gry(CD Projekt Red) pokazali tutaj ,jak wspaniale są ich umiejętności. Wszystko w rozgrywce jest bardzo dopracowane. Nie ma mowy o nudzie, ponieważ jest tu wiele elementów ,które zapewniają wiele zabawy. Te elementy to np: warzenie mikstur, zbieranie przedmiotów, które ulepszają statystyki naszego bohatera ,zadania oraz wiele więcej. Jedyną wadą rozgrywki są tak zwane „zapychacze”, czyli nudne misje ,które mają przedłużyć czas rozgrywki. Gra posiada bardzo rozbudowany świat, który jest podzielony na kilka lokacji. Do Wiedźmina można zakupić dwa płatne dodatki, które wprowadzają nowe elementy do rozgrywki oraz nową opowieść.



Fabula**Ocena:10/10**

Fabula w grze Wiedźmin 3 opiera się na książkach Andrzeja Sapkowskiego. W tej części bohater, czyli Geralt z Rivii poszukuje swojej przybranej córki Ciri, którą ściga tytułowy Dzikie Gon. W tej grze jest wiele wyborów moralnych, które wpływają na dalszy ciąg gry oraz zakończenie, a tych zakończeń jest aż trzy i każde jest inne. Podczas rozmów możemy wybierać, co powie Geralt. Fabula to jedna z najlepszych rzeczy w tej grze.

**Grafika i Dźwięk Ocena:9,5/10**

Grafika w tej grze jest przepiękna. Każda tekstura jest bardzo ostra i nie można tam znaleźć żadnego piksela.

Światło i cienie są bardzo realistyczne, a kolory dobrze dobrane do klimatu tej gry. Wiele szczegółów, takich jak uginające się gałęzie, kiedy wieje wiatr lub poruszanie się włosów podczas jazdy konnej lub biegu, pozwalają lepiej wczuć się w tę grę. Jediną wadą tej grafiki jest to, że do grania w Wiedźmina potrzebny jest dość drogi komputer, ale mimo wszystko mogą pojawić się delikatne spadki płynności. Nawet na konsoli gra nie chodzi do końca płynnie.

Dźwięki w grze Wiedźmin 3 są na bardzo wysokim poziomie. Odgłosy zwierząt, stworów, szumu drzew czy wiatru są bardzo dopracowane i brzmią naprawdę realistycznie. Osoby dubbingujące tą grę włożyli naprawdę dużo wysiłku w głos postaci. Dialogi są naprawdę ciekawe i czuć w niej, że dubbingowcy wiedzą, co czytają. Najlepiej wypadł Jacek Rozenek, który podkładał głos pod Geralta.

Muzyka w tej grze jest wyśmienita i na długo pozostaje w pamięci.

Plusy:

- +Świetna fabuła.**
- +Wiele decyzji do podjęcia.**
- +Wspaniała grafika.**
- +Doskonale dialogi i dubbing.**
- +Gigantyczny świat.**
- +Wiele przedmiotów do zebrania.**
- +Rewelacyjna Muzyka.**
- +Kilka różnych zakończeń.**

Minusy:

- Niewielkie spadki płynności.**
- Pojawienie się „zapychaczy”.**

Ocena Główna: 9,5/10

Adrian Faliński , Krzysztof Miksa i Kamil Ambroziak IIa

Ciekawe miejsca naszej okolicy

Jeziro Reczynek



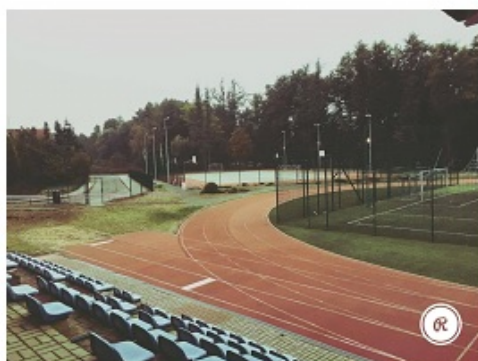
Jeziro znajduje się praktycznie w centrum naszego miasta przy ulicy Jeziornej. Ośnianie wyśmienicie bawią się nad jeziorem latem oraz w innych porach roku. Wokół jeziora biegnie ścieżka, która cieszy się ogromnym zainteresowaniem biegaczy, zwolenników nordic walking oraz spacerowiczów. Na terenie plaży znajduje się również boisko do siatkówki plażowej oraz siłownia.

Fontanna



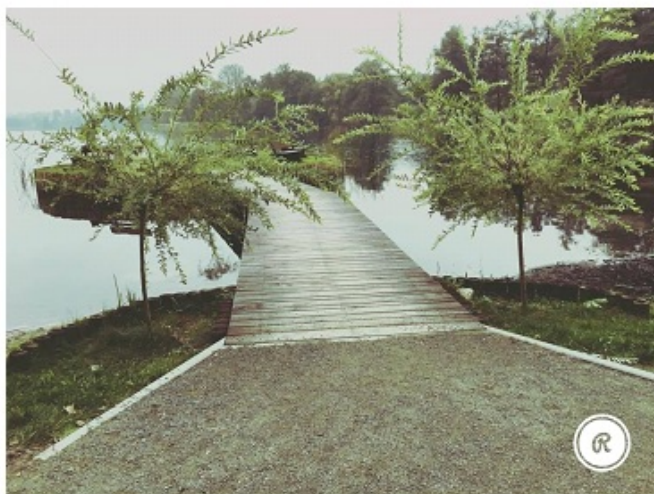
Fontanna jest wyjątkowym i czarującym w Ośnie miejscem spotkań. Znajduje się w centrum miasta, tuż obok kościoła. Wiosną oraz latem kwitną tam przepiękne kwiaty, takie jak róże, czosnek ozdobny oraz krzewy i drzewa.

Orlik



Orlik jest miejscem głównie gier zespołowych oraz lekcji wf-u. Jest usytuowany przy szkole. Na orliku znajduje się boisko do gry w piłkę nożną, siatkówkę i koszykówkę oraz bieżnia i trybuny.

Amfiteatr



Amfiteatr znajduje się przy jeziorze Reczynek. Jest to świetne miejsce spotkań oraz miejsce na rodzinne lub przyjacielskie grillowanie. Corocznie odbywają się tu „Dni Ośna”, które cieszą się ogromną popularnością mieszkańców naszego miasta i okolic.

Wykonanie:

Adrianna Widziewicz - fotografia

Angelika Sulejewska - fotografia

Aleksandra Pirko - opis

Jakub Szczęsny - opis

Ignacy Romanowski - opis

Quiz na spostrzegawczość

Czy uda ci się odgadnąć, z którego okna w szkole zostały zrobione poniższe zdjęcia?

Szymon Janczak i Dawid Zieńkowicz



Wywiad z Panią Iwoną Osińską, nauczycielką wychowania fizycznego, przeprowadzony w październiku przez Jakuba Olszewskiego, Adriana Zachara i Kacpra Malinowskiego, uczniów klasy II b gimnazjum.

Uczniowie: Dzień dobry, czy możemy zadać Pani kilka pytań związanych z zawodami Golicka Mila?

Pani Osińska: Tak, oczywiście.

Uczniowie: Ilu zawodników reprezentowało naszą szkołę?

Pani Osińska: Naszą szkołę reprezentowało 30 sportowców.

Uczniowie: Czy może Pani opisać, jaka panowała atmosfera na zawodach? Jakie emocje towarzyszyły uczestnikom?

Pani Osińska: Emocji było bardzo dużo. Popłynęły łzy radości, ale i smutki z powodu przegranej. Jednak to nie miejsce na podium było najważniejsze. Liczyło się to, że nasi sportowcy walczyli do końca.

Uczniowie: Czy któryś z zawodników Panią zaskoczył?

Pani Osińska: Tak, Beata Byszko, uczennica klasy IV. Pokazała, że stać ją na bardzo dużo.

Uczniowie: Dziękujemy za rozmowę.

Pani Osińska: Cieszę się, że mogłam z Wami porozmawiać.

