

Warsztaty zdrowia , czyli- Piję sok przez cały rok



- Kochana babciu, zamiast ciasteczek daj mi owoców ze 100 miseczek! - to motto przewodnie tegorocznych obchodów Dnia Babci i Dziadka w SP-4. Trochę inaczej niż zwykle uczniowie przygotowali święto dziadków. Poprzez rymowanki opowiadali swoim najbliższym jakie witaminy znajdują się w owocach i warzywach. Patrz str.2

DBI 2012

Dzień Bezpiecznego Internetu (DBI) obchodzony jest z inicjatywy Komisji Europejskiej od 2004 roku i ma na celu inicjowanie i propagowanie działań na rzecz bezpiecznego dostępu dzieci i młodzieży do zasobów internetowych. W Polsce Dzień Bezpiecznego

Internetu od 2005 roku organizowany jest przez Fundację Dzieci Niczyje oraz Naukową i Akademicką Sieć Komputerową (NASK) realizatorów unijnego programu Safer Internet. Głównym partnerem DBI 2012 jest Fundacja Orange.
Str.3

Redakcja:

Wiktoria Bogdziewicz

Oliwia Janocha

Julia Poprawa

Michał Błaszczuk

opiekun: M. Mruk Otulak,

opiekun: Beata Książek

Walentynki str.4

**Humor szkolny
str.4**

Warsztaty zdrowia

Uczniowie przygotowali przedstawienie pt. "Na straganie " oraz zagadki owocowo warzywne, za które nagradzali Dziadków kompotami przygotowanymi własnoręcznie . Nie zabrakło muzyki, dzieci odśpiewały Sto lat oraz piosenkę o różnokolorowych warzywach i owocach. Na koniec wszyscy wspólnie przygotowali zdrowe soki warzywnoowocowe. Po degustacji wszyscy mieli pomarańczowe uśmiechy od ucha do ucha.

Dziadkowie razem z wnukami wykonywali soki owocowo warzywe.

W ramach projektu braliśmy udział w warsztaty kulinarnych (wykonywaliśmy soki, sałatki, kompoty), degustacjach soków, Z okazji Dnia Zdrowia przygotowaliśmy wyjścia na raciborski Rynek z ulotkami dot. zdrowia. Zorganizowaliśmy spotkania dla przedszkolaków oraz dla Rodziców.



Porady.....

80 g ziaren - Jeśli zjesz więcej, to też jest jedna porcja! Pamiętaj, że choć mają dużo błonnika, nie dostarczą ci witamin i minerałów w takiej ilości jak warzywa i owoce.

80 g warzyw świeżych, mrożonych lub z puszki - (wszystkie się liczą!). Jedna porcja to około trzy czubate łyżki stołowe warzyw.

Rola Witamin w życiu człowieka

Witaminy są substancjami organicznymi, biorącymi udział w podstawowych czynnościach organizmu, umożliwiających mu prawidłowe funkcjonowanie.



WITAMINY

Umożliwiają odpowiedni wzrost, aktywność życiową i dobre samopoczucie. Organizm czerpie je głównie z żywności lub suplementów.

Dzień Bezpiecznego Internetu 2012 r.

Uczniowie naszej szkoły po raz kolejny obchodzą DBI. Odwiedziliśmy Bibliotekę Miejską w której odbyły się prelekcje. Klasy młodsze oglądały kreskówkę "Owce w sieci" odwołując się do opowieści o walce dobra ze złem. Zakończenie każdej bajki zawiera morał, mówiący jak uniknąć zagrożeń w Internecie.

Zasady bezpiecznego korzystania z Internetu:

1. Nie udostępniaj swoich prywatnych danych nieznanym osobom.
2. Nigdy nie podawaj komuś swojego hasła.
3. Używaj programów antywirusowych i antyspamowych.
4. Nie wierz wszystkiemu co czytasz w sieci.
5. Nigdy nie umawiaj się na spotkanie z nieznaną osobą.
6. Nigdy nie używaj webkamery podczas rozmowy z osobą której nie znasz.
7. Nie odpowiadaj na zaczepki w sieci.



Uczniowie klas I przygotowali plakaty i gazetkę klasową promującą bezpieczne użytkowanie Internetu. Nie zapomnieli o podstawowych zasadach. Wszystkie wiadomości zdobyte na lekcji przekazali swoim Rodzicom.



Bezpieczne strony:

- www.sieciaki.pl
- <http://www.gralandia.pl>
- <http://dopasuj.pl>
- <http://www.mlekolaki.pl>
- <http://www.grydlaa-dzieci.com.pl>

Więcej informacji na temat Bezpieczeństwa oraz DBI można znaleźć na stronie Fundacji Dzieci Niczyje głównego organizatora tej akcji: <http://fdn.pl/>

Zabawy na śniegu

Choć wiosna tuż tuż to jeszcze nie dawno korzystaliśmy z zimowej aury. Lepiliśmy bałwana, rzucaliśmy się śnieżkami, a chłopcy robili orły na śniegu.



Bloguj z nami:

Klasy I i V posiadają już swoje blogi. Nie jest to trudne. Chcesz się nauczyć? Przyjdź i umów się na lekcję z blogowania - zapraszam Marzenna Mruk

Bal Karnawałowy klas młodszych

Niech żyje bal.....

W naszej szkole odbył się Bal Karnawałowy 2012 klas młodszych. Wszyscy przepięknie się przebrali, wśród nas byli piraci, księżniczki, wróżki, królowy. Zabawa była fantastyczna, nikt nie siedział z boku, wszyscy tańczyli. Były konkursy z nagrodami oraz słodki poczęstunek. Już czekamy na następny bal :)

Humor z zeszytów:

-Tej jesieni
widziałem klucz
odlatujących żyraf.

Mały Jaś zobaczył u
swego wujka
wieczny kalendarz i
zaraz zapytał:

- Wujku, a kiedy
wypadną moje
pięćdziesiąte
urodziny?
- W czwartek
- A to pech, właśnie
wtedy, kiedy mam
najtrudniejsze
lekcje.

- Kto panował w
starożytnym
Egipcie?

Twarz Jasia
rozpromienia
uśmiech:
- Mumie, proszę
pani.



- Nie zasłużyłem na jedynkę!
- Masz rację moje dziecko, ale
regulamin szkolny nie przewiduje
niższych ocen.



Humor szkolny:

- Umiesz pływać? - pyta
Jasia instruktor na obozie.
- Oczywiście!
- A gdzie się nauczyłeś?
- W wodzie...

HUMOR Z DZIENNICZKÓW SZKOLNYCH:

- Kowalska i Józwiak nie
chcą podać swego
nazwiska.
- Przyszedł w butach do
szkoły.

WALENTYNKI

14 lutego obchodziliśmy
Walentynki. Samorząd
Uczniowski przygotował
pocztę walentynkową. Nie
zabrakło ciepłych słów,
oznak sympatii.



Kontakt:

**Zainteresowanych
współpracą z naszą
Redakcją
zapraszamy sala
22.**