GAZETA pomorska JUNIOR

Co w szkole piszczy

Szkoła Podstawowa nr 34
ul. Opławiec 157
85-469 , Bydgoszcz

Numer 2 05/20

www.juniormedia.pl

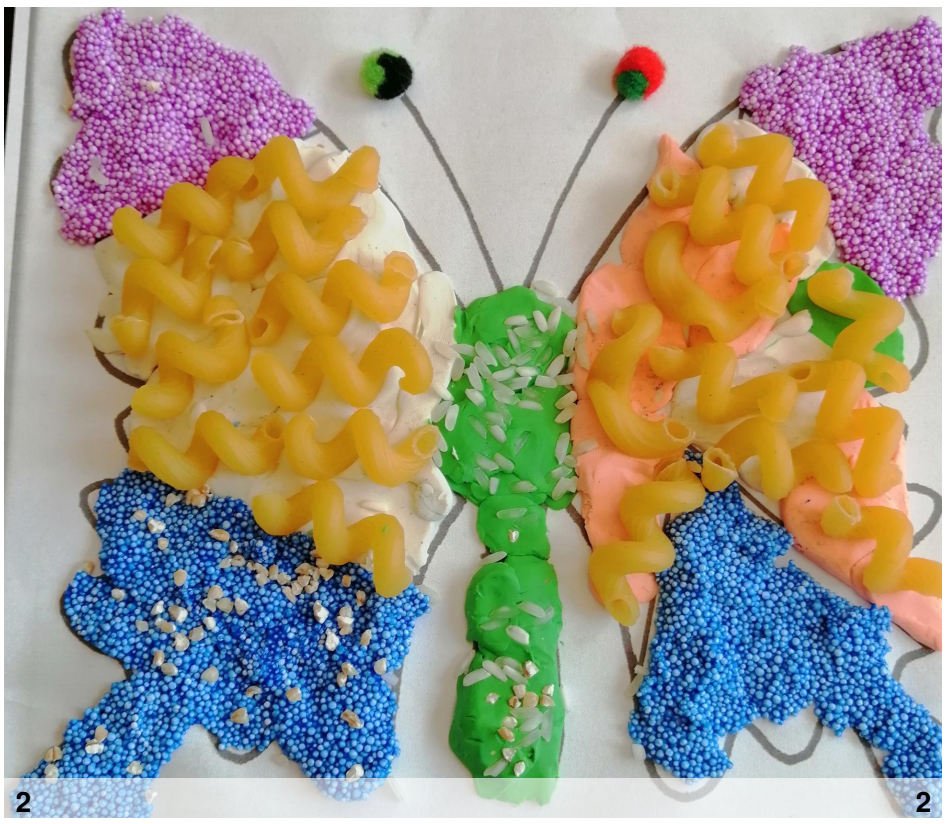
ORGANIZATOR PROJEKTU POLSKA PRESS GRUPA

1 CZERWCA DZIEŃ DZIECKA

Spełnienia marzeń, zdrówka i dużo radości!

Motylki na Dzień Matki od sześciolatków.

2 2



1 1

6 6

7 7

Jan Paweł II prace konkursowe Julki Kostańskiej nagrodzone

w konkursie wojewódzkim: wyróżnienie w kategorii wiersz oraz I miejsce w kategorii praca plastyczna. Gratulujemy!

W związku z obchodami 100. rocznicy urodzin Jana Pawła II w naszym kraju podjęto wiele ciekawych inicjatyw. Z tego tytułu przygotowano programy telewizyjne i radiowe, akcje w mediach społecznościowych oraz liczne konkursy. W jednym z nich za namową polonistki wzięła udział nasza uczennica - Julka Kostańska z kl.6b. Organizatorem konkursu była Pedagogiczna Biblioteka Wojewódzka, zaś partnerem - SP nr 19 w Bydgoszczy. Patronat nad konkursem literacko-plastycznym pod hasłem ,,Jan Paweł II - największy z rodu Słowian" objęli marszałek województwa kujawsko-pomorskiego, prezydent Bydgoszczy oraz kuj.-pom. kurator oświaty. Julka, pod czujnym okiem swojej polonistki, napisała wiersz oraz wykonała pracę plastyczną. Mimo że nie było jeszcze ogłoszenia wyników, Julce i tak należą się gratulacje. Praca zdalna nie zniechęciła i nie uniemożliwiła jej wzięcia udziału w konkursie. Brawo! Z osobą JP II ostatecznie się nie żegnamy. W perspektywie mamy uczczenie naszego wybitnego Rodaka poprzez przygotowanie szkolnej uroczystości, jednakże w późniejszym terminie ze względu na zaistniałą sytuację.

Angelika Tyckun-Groblica

„Dziękuje Ci Ojcze Święty”

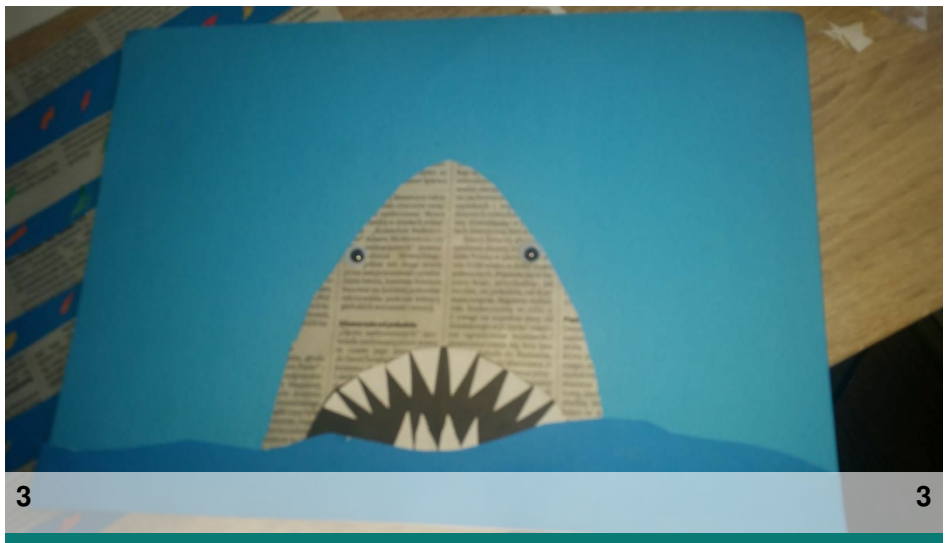
Gdy na tronie zasiadłeś piotrowym
Twoje życie wcale nie stało się kolorowym.

W Watykanie pracowałeś w pocie czoła
a Twe dzieła zmieniły nie tylko oblicze kościoła.
Dałeś nadzieję, pokój, nauczyłeś wierzyć,
Pokazałeś, jak życie w miłości z Bogiem przeżyć.
Prowadziłeś nas jak ojciec swoje dzieci,
świetnie też umiałeś rozplątywać wojenne sieci.
Chciałeś, by dobro ogarnęło świat cały,
szanował się człowiek czarny i biały.

Światowe Dni Młodzieży dzięki Tobie mamy,
przyjaciół ze wszystkich kontynentów tam spotkamy.
Nam młodym, tyle mądrości przekazałeś,
tak pięknie z nami rozmawiać umiałeś.
Nauczyłeś nas, jak kroczy Boga ścieżkami,
Tak, aby Jego miłość była zawsze z nami.
Za Twe życie, Ojcze, szczerze dziękujemy,
drogowskaz następnym pokoleniom przekażemy.

Julia Kostańska

Nasze prace.

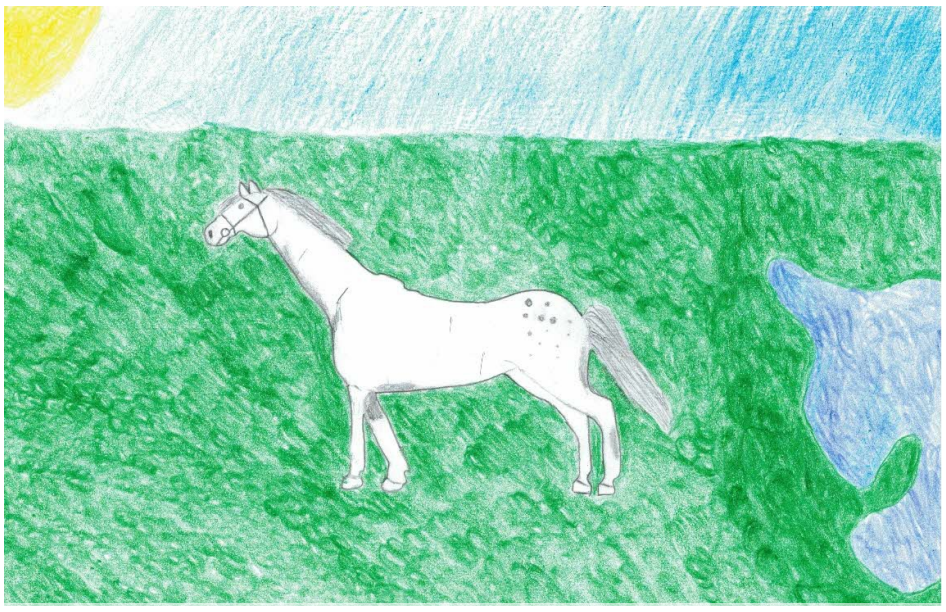


3 3

4 4

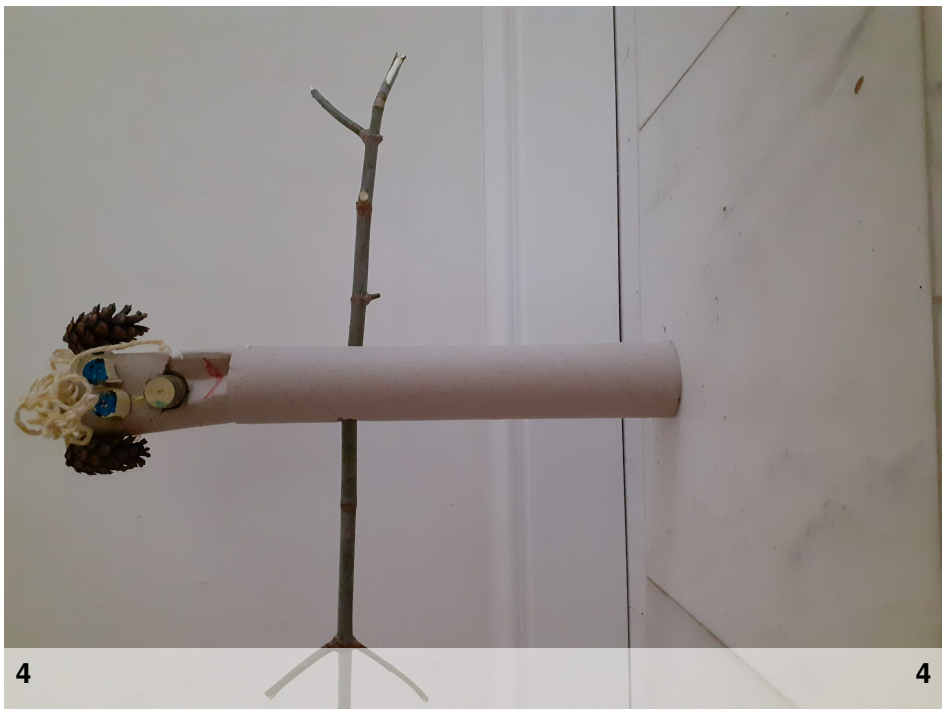
Nasze prace.

1 1



3 REDMI NOTE 7 3

4 4



4 4

Zgaduj –zgadule z poprzedniego numeru:

sprawdź czy poprawnie dopasowałeś zdjęcia z dzieciństwa do nauczycieli:

str. nr 7 lewy górny róg: pan dyrektor G. Kozak, p. Anna Kryniecka
lewy dolny róg: p. Katarzyna Furmaniak, p. Olga Baranowska-Porysiak

str. nr 8. lewy górny róg: p. Hanna Ruszkiewicz, p. Agnieszka Kordylewicz
lewy dolny róg: p. Małgorzata Zawistowska, p. Renata Kraska

Zwierzątka:

p. dyrektor Grzgorz Kozak pies Aiko
p. Dorota Zapolna 2 psy: Zoha i Zora.
p. Danuta Kasprzak: dwie kotki: Jula i Tia.
p. Agnieszka Kordylewicz pies Fifi rasa: border terier
p. Angelika Tyckun -Groblica kot Milka i pies szpic miniaturowy – Czako
p. Olga Baranwoska- Porysiak pies rasy maltańczyk FIGA.
p. Lidia Januszewska: pies Aaron (wilczarz irlandzki), Ida (wilczarz irlandzki)koty maine coon: Afra, Paris, Salvador
p. Katarzyna Furmaniak pies wielorasowy : Inti.
p. Alicja Nowakowska: jamnik szorstkowłosy Nora.
p. Barbara Boniek Kot Józef i kundelek Tosia
p. Hanna Ruszkiewicz pies rasy beagle Bady

Wiosna za oknami…

Wiosna za oknami

A my się z wirusem zmagamy

Unikamy ludzi

bo tłum lek budzi

czas trudny

Na zewnątrz paskudny

A w środku ogniska domowego sielanka

Rodzice i dzieci poznają się od ranka

Uczą się wspólnie gotują

Spędzają czas RAZEM nie próżnują

Prowadzą rozmowy i w planszówki grają

Bo dużo czasu wspólnego mają

Tata mamie kwiaty z ogrodu przynosi

Dzieci przytula, do góry podnosi

I chociaż czasem zdarzy się przykre coś

To szybko mija i nie daje w kość

Dbajmy o siebie z bliska i daleka

A wtedy przyjaźń, wewnętrzny spokój

I wieczna wiosna nas czeka

Justyna Mirkiewicz

1. Świat do życia wiosną się budzi... Przyroda szepcze do wszystkich ludzi, by szybciej, niż zwykle wstawali i jej pięknem się zachwycali.

2. W moim ogrodzie widzę forsycje, kwitnące złotem, zachwycam się nimi teraz, nie - potem. Podziwiam i inne kwitnące kwiaty, myślę sobie, jaki ten świat piękny i bogaty...

3. Już zielenią się drzewa, coraz częściej skowronek śpiewa, przecież jego głos radosny, to, niewątpliwie, cenny zwiastun wiosny.

4. Lubię bardzo każdego dzionka wsłuchiwać się w piękny śpiew skowronka.

5. Chmury leniwie płyną po błękicie nieba, nimi również zachwycać się trzeba.

6. Bociany wysoko szybują i ten cudowny świat z góry obserwują.

7. A ja i na nie spoglądam w ukryciu i rozmyślam o swoim życiu...Myślę sobie: Wiosna, wiosna, to taka pora radosna!

8 Przyszła do nas o świcie, żeby zaczarować nasz świat i umilić nam życie.

9. Ale dobrze, gdy i w sercu - wszystko jest na swoim miejscu. Dobrze przy sobie mieć człowieka, który zawsze na nas czeka...

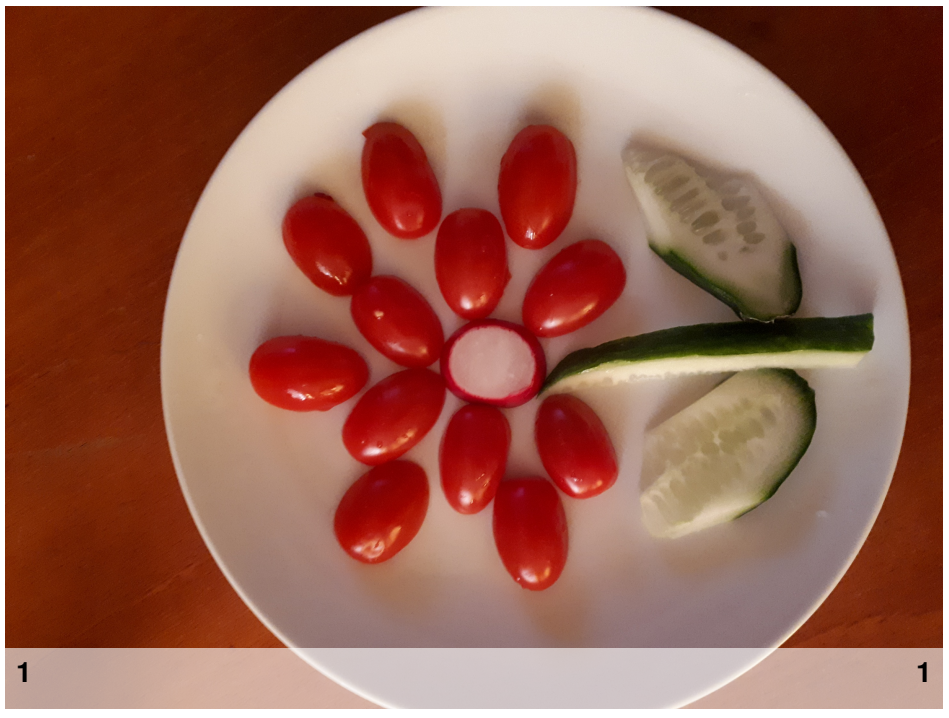
10. Wiosna przecież kochaniu sprzyja, lecz dobrze jest, gdy uczucie to nie przemija.

11. Zatem dobrze ,,mieć" człowieka, z którym wieczorem można wypić ... szklankę mleka.

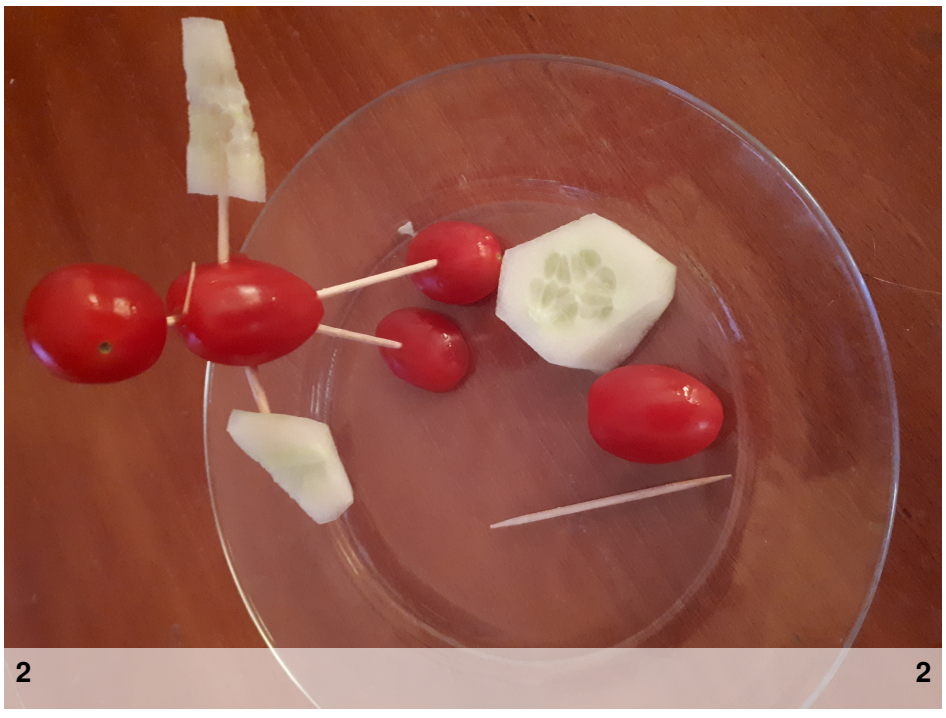
12. Bo pamiętaj, człowieku, że wszystko w życiu zależy od ...wieku

Angelika Tyckun-Groblica

Kącik zdrowia.



1 1



2 2

Zacznij dzień od porcji witamin!

Masz pomysł na zdrowe i kolorowe śniadanko? przyślij zdjęcie, podziel sie swoim pomysłem.

Krótkie przypomnienie zasad zdrowego odżywiania się:

Jedz codziennie różne produkty z każdej z grup uwzględnionych w Talerzu Zdrowia. https://www.trzymajforme.pl/files/?id_plik=46
Jedz codziennie dwie porcje produktów, które są źródłem białka- mięso, ryby, jaja, nasiona roślin strączkowych.
Spożywaj codziennie przynajmniej 3-4 porcje mleka lub produktów mlecznych takich jak: jogurty, kefiry, maślanka, sery.
Pamiętaj o picie wody-przynajmniej 1,5 litra dziennie.
Spożywaj posiłki regularnie: 4-5 posiłków co 3-4 godziny.
Spożywaj produkty zbożowe, zwłaszcza pełnoziarniste.
Bądź codziennie aktywny fizycznie- ruch korzystne wpływa na sprawność i prawidłową sylwetkę.
Ograniczaj spożycie tłuszczów zwierzęcych na rzecz tłuszczów roślinnych (w ograniczonych ilościach)
Owoce i warzywa powinno się spożywać przy każdym posiłku, minimum 5 porcji dziennie.
Ogranicz spożycie soli i cukru.

Owoce

K	W	A	T	W	S	Y	H	I	J	A	B	Ł	K	O
H	L	S	N	A	T	F	B	E	M	W	R	Y	S	R
E	D	Y	P	J	K	A	O	L	Y	C	Z	P	C	G
R	I	O	A	W	I	O	N	O	G	R	O	N	O	C
L	H	H	G	G	W	K	H	F	G	I	S	U	W	T
Z	B	B	Z	T	I	L	Ś	L	I	W	K	A	D	L
Y	D	P	I	Z	Z	G	W	C	Y	U	W	D	Z	P
E	H	T	C	I	J	S	U	G	T	L	I	N	S	Z
I	W	R	L	I	C	Z	E	R	E	Ś	N	I	A	T
U	K	U	M	C	Y	R	W	U	J	Z	I	L	K	A
K	I	P	O	W	T	U	R	S	U	Z	A	H	E	P
R	O	L	F	A	R	B	U	Z	W	S	K	H	Z	O
P	F	L	L	B	Y	Y	P	K	K	B	L	Y	O	D
O	K	P	E	E	N	T	B	A	N	A	N	Y	Y	Z
W	I	Ś	N	I	A	K	Z	G	U	Z	W	E	W	U

WIONOGRONO
JABŁKO
CYTRYNA
ARBUZ
GRUSZKA
CZEREŚNIA
ŚLIWKA
BANAN
KIWI
BRZOSKWINIA
WIŚNIA

Mini test wiedzy o zdrowym odżywianiu.

1) Który posiłek jest najważniejszy dla ucznia?
a) podwieczorek
b) śniadanie
c) kolacja
2) II śniadanie powinno dostarczać nam:
a) 5-10% dziennego zapotrzebowania na energię
b) 30% dziennego zapotrzebowania na energię
c) 40% dziennego zapotrzebowania na energię

3) Nadmiar soli w diecie sprzyja:
a) lepszemu samopoczuciu
b) rozwojowi mięśni
c) nadciśnieniu tętniczemu, bólom głowy i obrzękom nóg
4) Produkty bogate w tłuszcz to:
a) makaron, wiśnie, pieczywo
b) sałata, kasza, marchewka
c) wieprzowina, czekolada, orzechy

5) W warzywach i owocach występują:
a) witamina A,E,C
b) witaminy A,C oraz błonnik
c) błonnik pokarmowy oraz witaminy A, E, C i beta- karoten

odpowiedzi prawidłowe do testu:
1.b, 2.a, 3.c, 4.c, 5.c,