Gazeta Krakowska Junior MEDIA

Szkolny Mix

Szkoła Podstawowa im. gen. Wł. Sikorskiego w Nowej Wsi
Konarskiego4
32-651, Nowa Wieś

Numer 5 02/22

www.juniormedia.pl

ORGANIZATOR PROJEKTU POLSKA PRESS GRUPA

Początek jest najważniejszą częścią pracy.

- Platon

W tym wydaniu:

- Losujemy dzień miesiąca...
- Kącik z humorem
- Tłusty czwartek
- Walentynki...
- Mieszam w garnku
- Międzynarodowy Dzień Języka Ojczystego
- Aktywność ruchowa a spalanie kalorii.

LUTY 2022

LiveCity.PL

STYCZEŃ 2022							MARZEC 2022						
Pn	Wt	Śr	Cz	Pt	So	N	Pn	Wt	Śr	Cz	Pt	So	N
					1	2		1	2	3	4	5	6
3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13
10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20
17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27
24	25	26	27	28	29	30	28	29	30	31			
31													

T	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
5		1 Brygida, Dobrochna, Dobrogniew, Iga	2 Matki Boskiej Gromnicznej Berwin, Ermentruda, Jagoda, Joanna	3 Błażej, Hipolit, Ignacy, Joanna	4 Anda, Andrzej, Częstogoj, Gilbert	5 Ada, Adelajda, Agata, Albwin	6 Amand, Amanda, Angela, Bogdana
6	7 Będzieciech, Koleta, Partenia, Parteniusz	8 Ampeliusz, Elfryda, Gabriela, Gniewomir	9 Apolonia, Bernard, Cyryl, Eryk	10 Agaton, Bożysław, Eliza, Elwira	11 Adolf, Bernadetta, Bertrada, Cedmon	12 Aleksy, Alojzy, Ampeliusz, Benedykt	13 Arleta, Arletta, Gilbert, Grzegorz
7	14 Walentynki Adolf, Adolfina, Auksencja, Auksencjusz	15 Arnold, Faustyn, Faustyna, Georgina	16 Dan, Daniel, Daniela, Danuta	17 Aleksy, Donat, Genadiusz, Gizela	18 Abertyna, Agapit, Agapita, Gertruda	19 Arnold, Arnolda, Balladyna, Barbacy	20 Aneta, Aulus, Eustachy, Lech
8	21 Długomił, Eleonora, Feliks, Fortunat	22 Chociebąd, Konkordia, Makary, Małgorzata	23 Będzimir, Ciecierad, Damian, Dobielut	24 Tłusty czwartek Bogurad, Bogurada, Bogusz, Boguta	25 Adam, Alma, Antonina, Bolebor	26 Aleksander, Bogumił, Dionizy, Ewelina	27 Anastazja, Anna, Auksencja, Auksencjusz
	28 August, Beatrycze						

Nauczyciel historii wpada zdenerwowany do pokoju nauczycielskiego i mówi do dyrektora:
- Ech, ta 2A! Nie wytrzymam z tymi baranami! Pytam ich, kto wziął Bastylię, a oni krzyczą, że to żaden z nich!
- Niech się Pan nie denerwuje - uspokaja dyrektor - może to rzeczywiście ktoś z innej klasy?
****
- Jasiu, powiedz jakieś zdanie w trybie oznajmiającym.
- Koń ciągnie furę.
- A teraz w trybie rozkazującym.
- Wio!
****

Piękno przyrody i humor - są sprawcami dobrego nastroju! *

*

21 LUTY

Osoby urodzone 21 lutego są gościnne i chętnie przyjmuje u siebie znajomych i przyjaciół. Najchętniej spędzałby czas właśnie w taki beztroski sposób, zamiast marnować go na pracę i wysiłki, które przynoszą mało pozytywnych rezultatów.
Nie można raczej jednoznacznie sklasyfikować go jako człowieka o braku wyraźnie zarysowanego charakteru. Wyróżnia się wielkim spokojem i mało jest rzeczy, które mogą go wyprowadzić z równowagi.
Szczęśliwa liczba urodzonych 21 lutego: 8,10
Znane osoby urodzone 21 lutego: Samuel.L.Jackson (aktor amerykański)
Osoby z naszej szkoły urodzone 21 lutego: Marta Glondys

Tłusty czwartek

Tłusty czwartek obchodzimy najczęściej w lutym jednak jest to święto ruchome i zależy od daty Wielkanocy. Ten dzień to ostatni czwartek przed Wielkim Postem, czyli 52 dni przed Wielkanocą. W tym roku Tłusty czwartek wypada 24 lutego. Najpopularniejszymi potrawami są pączki i faworki, znane również jako chrust.

Staropolskie przysłowie mówi: *Powiedział Bartek, że dziś tłusty czwartek, a Bartkowa uwierzyła, dobrych pączków nasmażyła.*

Historia Tłustego czwartku sięga bardzo dawnych czasów. Był to dzień, w którym świętowano odejście zimy i nadejście wiosny. Świętowanie opierało się na jedzeniu tłustych potraw, szczególnie mięs i pączków z ciasta chlebowego nadziewanych słoniną i boczkiem.
Około XVI wieku w Polsce pojawił się zwyczaj jedzenia pączków w wersji słodkiej. Dalej wyglądały nieco inaczej niż teraz – w środku miały ukryty mały orzeszek lub migdał. Ten, kto trafił na taki szczęśliwy pączek, miał cieszyć się dostatkiem i szczęściem.
W specyficzny sposób obchodzono tłusty czwartek w Małopolsce. Nazywany był combrowym czwartkiem. Według legendy ta nazwa pochodzi od nazwiska żyjącego w XVII wieku krakowskiego burmistrza o nazwisku Comber. Był złym człowiekiem i bardzo surowo traktował kobiety handlujące na krakowskim rynku. Zmarł w tłusty czwarteki w każdą rocznicę jego śmierci przekupki na targu urządzały huczną zabawę i tańce.

Joanna N.

Walentynkowy zawrót głowy.

Jak wszyscy wiemy ,dokładnie 14 lutego ,każdego roku obchodzimy święto zakochanych zwane Walentynkami. W tym dniu szczególnie dzielimy się naszą miłością ,wszelkimi uczuciami do innych. Jest to piękny dzień ,o którego genezie i szczegółach zdecydowanie warto się dowiedzieć więcej.

POWSTANIE ŚWIĘTA

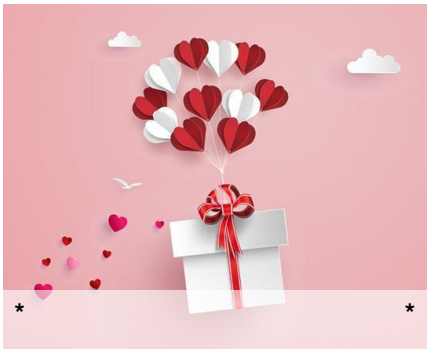
Możemy się spodziewać ,iż wymyślono bardzo wiele legend i historii na temat tak powszechnie znanego święta. Jednak ,która faktycznie jest prawdziwa? Tą najbardziej znaną i rozpowszechnianą jest legenda dotycząca Lupercaliów. Dawniej ,Lupercalia były świętem płodności ,obchodzonym 15 lutego. Były trochę jak nasze słynne Walentynki. Aczkolwiek zastanawiać nas może -jak to się stało ,że nazwa i data się zmieniły? Odpowiedź jest prosta ,a mianowicie -chrześcijanie ,przenosząc się do Europy zdecydowali ,że zmienią to święto w dzień św. biskupa Walentego ,aby oddać mu cześć ,pokazać szacunek. Biskup Walenty ,według chrześcijańskiej tradycji ,tajemnie udzielał ślubów żołnierzom ,wbrew decyzji ,wtedy panującego ,cesarza Klaudiusza. Co jednak z datą? -możemy się zastanawiać. Niestety ,przez to ,że śluby udzielane przez biskupa Walentego były na tamte czasy nielegalne ,a cesarz się o tym dowiedział -święty został stracony 14 lutego 270r.

PREZENTY WALENTYNKOWE

W tych czasach walentynki obchodzą głównie osoby ,które są w związku ,bądź chcą właśnie w niego wejść ,wyznając wtedy swe odczucia do obiektu westchnień. Zazwyczaj powinniśmy zadbać o odpowiedni prezent itp. Lecz czy jest to faktycznie najważniejsze? Oczywiście ,że nie! Nie każdego z nas stać na wymyślne prezenty ,warte masę pieniędzy ,więc musimy pamiętać ,że nie to jest najważniejsze i nie przejmować się brakiem zorganizowania odpowiedniego i kosztownego prezentu. Czym w takim razie możemy obdarować nasze drugie połówki tego dnia ? Tradycyjnie ,liczy się gest. Jestem zdania ,że zorganizowanie samemu kolacji w domu ,stworzenie dobrej atmosfery ,czy nawet wspólne oglądnięcie filmu są wspaniałe! Rzeczy od serca dla serca są o wiele bardziej wyjątkowe ,znaczące i zostające na dłużej w naszej pamięci niż najdroższe rozkosze.

Podsumowując ,Walentynki są wspaniałe i każdy z nas tego dnia wprost buja w obłokach ,wszyscy jesteśmy serdeczni . Jest to istotne święto ,podczas którego szczególnie wyrażamy uczucia ,ale nie zapomnijmy -powinniśmy to robić na co dzień! W ten sposób pokazujemy naszą miłość zawsze;)).

Julia Wadoń



Przepis na sakiewki z ciasta francuskiego na słono

Cześć i czołem kluski z rosołem!
Dziś przedstawię Wam przepis na pyszne sakiewki z ciasta francuskiego, które zrobicie błyskawicznie. Uwierzcie mi. Będzie Wam smakować.

Składniki:

1 ciasto francuskie 1 sztuka
1 pierś z kurczaka podwójna
200 g pieczarek
2 cebule czerwone
9 sztuk pomidorków koktajlowych
1 jajko
100 g sera żółtego
Odrobina soli, pieprzu, papryki słodkiej, bazylii oraz oleju

Krok 1.
Pierś z kurczaka kroimy w dość dużą kostkę, pieczarki w ćwiartki, a cebule w ćwierćplastry.
Krok 2.
Pierś solimy, pieprzymy, posypujemy papryką słodką i przesmażamy na oleju. Po usmażeniu dzielimy na sześć (lub jeśli ktoś woli 8) równych porcji.
Krok 3.
Wykładamy mięso i na ten sam tłuszcz wrzucamy cebule i smażymy kilka minut.
Krok 4.
Ciasto francuskie dzielimy na sześć równych części, na każdą z nich nakładamy porcję kurczaka. Następnie dosypujemy pokrojone pieczarki i pokrojone na połówki pomidorki koktajlowe. Na koniec dokładamy usmażoną cebulę i posypujemy startym serem i otartą bazylią.
Krok 5.
Ściągamy cztery końce ciasta w jedno miejsce, sklejamy je razem, smarujemy rozmąconym jajem i kładziemy na blachę wyłożoną papierem do pieczenia.
Krok 6.
Ściągamy cztery końce ciasta w jedno miejsce, sklejamy je razem, smarujemy rozmąconym jajem i kładziemy na blachę wyłożoną papierem do pieczenia.
Krok 7.
Pieczemy w temperaturze 190 stopni przez 30 minut. Opcja gór-dół.

Smacznego!

Martyna G.

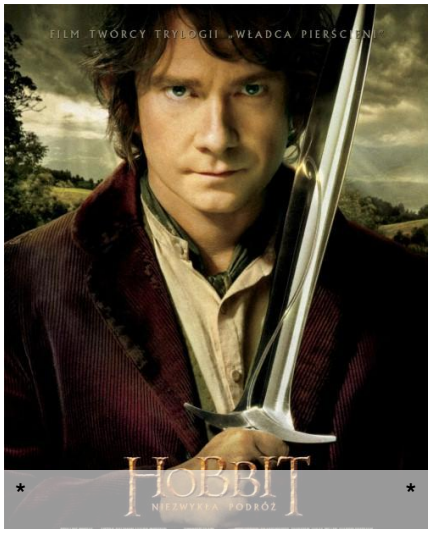
Międzynarodowy Dzień Języka Ojczystego

Co roku 21 lutego obchodzimy MIĘDZYNARODOWY DZIEŃ JĘZYKA OJCZYSTEGO, który został ustanowiony przez UNESCO 23 lat temu - 17 listopada 1999 roku jako upamiętnienie tragicznego wydarzenia, do którego doszło w 1952 r. w Dhace. Tamtego dnia pięciu studentów domagających się nadania językowi bengalskiemu statusu języka urzędowego straciło życie. Święto to zostało ustanowione, aby wszyscy na całym świecie uświadomili sobie wielką wartość i różnorodność języków ojczystych. Z tej okazji nasza redakcja prezentuje prace kilkorga uczniów klas IV, którzy przedstawili swoje ulubione pozycje książkowe, swoich ukochanych autorów, lub bohaterów literackich.

* *

****

Moją ulubioną książką jest HOBBIT. Jest to książka fantastyczna, przygodowa, dzieje się tam bardzo dużo.
Opowiada ona o wyprawie Hobbita Bilba Bagginsa, w której towarzyszy mu trzynastu krasnoludów Dwalin, Balin, Fili, Kili, Oin, Gloin, Dori, Nori, Ori, Bifur, Bofur, Bombur, Thorin i czarodziej Gandalf Szary. Thorin Dębowa Tarcza syn Traina syna Throra króla pod Górą był przywódcą kompanii. Chcą oni zdobyć Górę, w której jest królestwo Ereboru, gdzie kiedyś mieszkali. W Górze śpi wielki smok Smaug na niekończącym się złocie Ereboru. Po drodze atakują ich orkowie, gobliny, trolle, wargowie, wielkie pająki i elfy, które nie lubią krasnoludów. Pomagają im wielkie orły, Beorn, który nocą zamienia się w wielkiego niedźwiedzia, a w dzień w potężnego człowieka, ludzie, elfy oraz czarodziej Radagast Bury. Kompania musiała przejść przez lasy, łąki, pola, góry, tunele i Mroczną Puszczę, przez którą musieli iść ścieżką elfów, ponieważ gdyby zeszli ze ścieżki, już nigdy by jej nie odnaleźli i nie wydostali z Mrocznej Puszczy. Ta książka podoba mi się, ponieważ jest pełna przygód i dzieją się tam niezwykłe rzeczy. ***(Kamil Dąbrowski)***



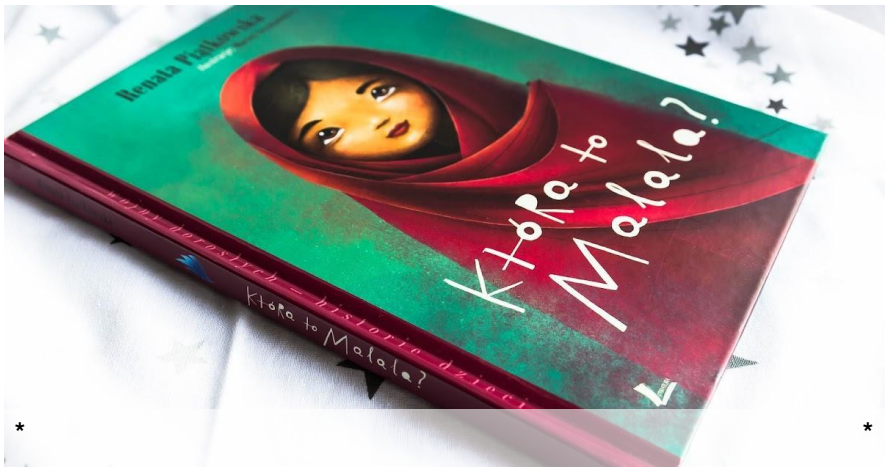
* *

****

Książką, która mnie bardzo wzruszyła, jest powieść Renaty Piątkowskiej pt. ,,Która to Malala". Opowiada ona historię 15-letniej dziewczyny o imieniu Malala, która żyje i uczy się w szkole w Pakistanie.
Malala to bardzo odważna dziewczynka , która już od 11 roku życia stawała przed kamerami i udzielała wywiadów. Buntowała się przeciwko talibom, którzy zabraniali dziewczynkom chodzić do szkoły i były one przez nich poniżane i bite. Ona jako jedyna nie bała się o tym mówić. Jej jedynym marzeniem było to, aby bez strachu chodzić do szkoły.
Jednak pewnego dnia ta wesoła dziewczynka, jadąc do szkoły autobusem, została postrzelona w głowę. Od tego momentu zaczęła się walka o jej życie. Dziewczynka w tajemnicy została przetransportowana do Wielkiej Brytanii. Tam przeszła wiele operacji ratujących jej życie. Gazety na całym świecie pisały o tym, co się stało, a *talibowie grozili, że jeśli przeżyje, to dokonają kolejnego zamachu. Lekarzom udało się ją uratować, jednak początkowo miała zniekształconą buzię, blizny na głowie, słabo słyszała oraz nie mogła mrugać lewym okiem. Malala nie poddawała się ani nie zniechęcała , a kolejne operacje poprawiały jej wygląd i słuch. Dziewczynka stała się sławna na całym świecie i była bardzo zaskoczona , że tyle ludzi pisze do niej listy i kartki ze słowami wsparcia. Razem z rodziną pozostała w Wielkiej Brytanii i tam uczęszczała dalej do szkoły. Jednak cały czas myśli i tęskni za swoim krajem. W 2013 roku przemawiała na zgromadzeniu ONZ w Nowym Jorku do wielu światowych przywódców. Opowiadała, że nie jest już ani słaba, ani strachliwa, a dzięki zamachowi silna i odważna. Chciała, aby każdemu dziecku bez względu na płeć przysługiwały pewne prawa, a szczególnie prawo do nauki.*
Malala za swe zasługi otrzymała wiele nagród, a w 2014 roku przyznano jej Pokojową Nagrodę Nobla, co bardzo ją zaskoczyło.
Czytając tę książkę tak bardzo się wzruszyłam, że nawet popłynęły mi łzy. Jestem pełna podziwu dla Malali, ponieważ mimo takiej tragedii nie poddała się, lecz dzielnie walczyła. Bardzo bym chciała być tak odważna i silna jak ona. Polecam każdemu przeczytanie tej książki.
(Aleksandra Porębska)

****

Zachęcamy do kształtowania i doskonalenia naszego języka ojczystego poprzez czytanie książek.
Wiele z nich oferuje niezapomniane, czytelnicze wrażenia. Nie tylko rozbudzają naszą wyobraźnię ale czasem podpowiadają nam jak radzić sobie z codziennymi problemami.
Młodzież, która wie, że czytanie to prozdrowotna forma spędzania wolnego czasu, już zawsze będzie to robić.
A więc świętujmy dzień 21 lutego ze swoją ulubioną książką !



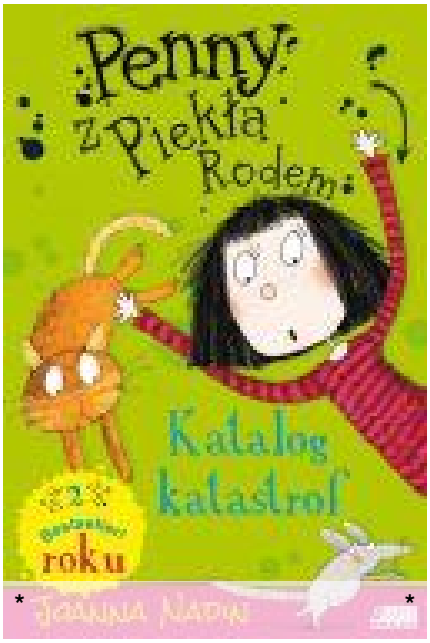
* *

****

Autorka, którą chciałabym spotkać, to Astrid Lindgren. Przeczytałam już kilka jej książek np. „Przygody dzieci z ulicy Awanturników", „Przygody Emila ze Smalandii", „Dzieci z Bullerbyn", a inne czytała mi mama. Pani Lindgren była pisarką dla dzieci takich jak ja: ciekawych świata, czasem przebojowych, niekoniecznie grzecznych, w rozumieniu dorosłych, ale zawsze wyjątkowych! Pytanie, które chciałabym jej zadać to, skąd ona bierze te niezwykłe pomysły na tworzenie postaci swoich książek i ich czasami zwariowane przygody? Najbardziej ciekawi mnie, czy niektóre historie opowiadane w książkach napisała z własnego doświadczenia. Zastanawiam się, jak rozwijała swoją wyobraźnię. Na pewno poprosiłabym o radę, jak dorosnąć, ale nie stracić dziecięcej fantazji. ***(Roksana Wanat)***

****

Moim ulubionym bohaterem jest Calineczka, z którą chciałabym zobaczyć Antarktydę, której opis widziałam w książce.
Wyruszyłam więc na północ Polski do Gdańska, w którym spotkałam Calineczkę i zaprosiłam ją na moją wyprawę. Najpierw oprowadziłam ją po Gdańsku, było to dla niej inne niż reszta, dzięki zabytkom mogła odczuć historię miasta, piękne kamienice i ceglane budynki obudowane rzeźbami i innymi pozłacanymi zdobieniami. W mieście był duży port z różnymi statkami. Wielkość statków i ich przeznaczenie i wygląd były zróżnicowane.
Następnie wyruszyłyśmy do Maroka. Podróż była długa i męcząca. Dotarłyśmy do stolicy Rabat, gdzie miałyśmy tymczasowy postój, miasto było piękne, ale nie było czasu na zwiedzanie. Popłynęłyśmy przez Atlantyk, ze statku widziałyśmy stado wielorybów płynących obok nas. Statek dopłynął do wybrzeży Brazylii, wzdłuż wybrzeży płynęłyśmy do Rio de Janerio, w którym miałyśmy okazję obejrzeć paradę. Podróż dobiegła końca i miałyśmy ostatnie



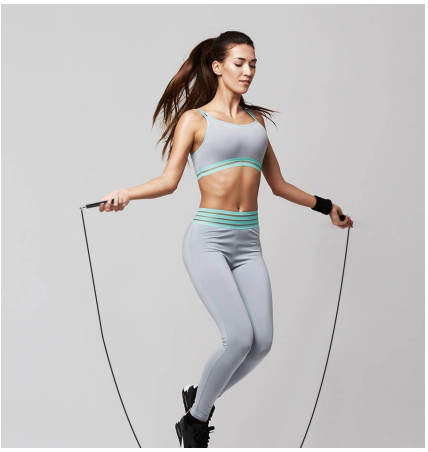
****

Moim ulubionym bohaterem literackim jest Penny z książki pt. „Penny z piekła rodem", którą napisała Joanna Nadin. Wybrałam ją dlatego, że ma bardzo ciekawe przygody, które przeżywa ze swoim najlepszym przyjacielem Kosmo.
W jej szkole zawsze się dużo dzieje, dlatego chciałabym chodzić z nią do klasy i pojechać na wycieczkę do muzeum, gdzie zwiedzalibyśmy pozostałości po starożytnym Egipcie. Oglądalibyśmy tam piramidy egipskie, mumie oraz zmumifikowane koty. Chłopcy z klasy oraz Penny oglądaliby to z zaciekawieniem, natomiast dziewczyny i ja byłybyśmy przerażone, a na dodatek chłopcy by nas straszyli. Przewodnik opowiedziałby nam śmieszną historię o tych eksponatach, dzięki temu przestałybyśmy się już bać. Na koniec wycieczki obok sklepiku z pamiątkami zobaczylibyśmy czekoladową fontannę, na widok której wszystkim by ciekła ślinka. Następnie przyjechałby po nas autobus w którym byłby automat z piciem, toaleta, prysznic i wrócilibyśmy nim do szkoły.
Wycieczka byłaby śmieszna i ciekawa. Każdy wróciłby do domu z pamiątka z muzeum. Ah, gdyby się to mogło stać tak naprawdę…!
(Hanna Zaręba)

Aktywności fizyczne dzięki którym spalisz najwięcej kalorii.

Osoby dbające zdrowie doskonale zdają sobie sprawę z tego, jak ważną rolę odgrywa aktywność fizyczna w procesie redukcji tkanki tłuszczowej i kształtowania masy mięśniowej.

Aktywność fizyczna umożliwia także uzyskanie ujemnego lub zerowego bilansu energetycznego. Przy wyborze rodzaju aktywności fizycznej dbający o sylwetkę zwracają uwagę głównie na dwie kwestie - ilość kalorii spalanych w ciągu godziny oraz możliwości swojego organizmu. Słaba kondycja fizyczna w przypadku poniżej przedstawionych typów aktywności może być sporą przeszkodą. Jeżeli chcesz spalać więcej kalorii trenuj i pracuj nad sobą. Jeżeli wybierzesz zbyt wymagającą dyscyplinę możesz zbytnio obciążyć organizm, co negatywnie rzutuje na ogólny stan zdrowia i zniechęca do kontynuowania aktywnego trybu życia.

1. Szybki bieg - ok. 1200 kcal,
2. Wchodzenie po schodach - ok. 900 kcal
3. Tenis - ok. 800 kcal
4. Karate, judo i inne sztuki walki - ok. 800 kcal
5. Jazda na rowerze - ok. 600 kcal
6. Jazda na rolkach - ok. 600 kcal
7. Piłka nożna - ok. 600 kcal
8. Aqua aerobik - ok. 550 kcal
9. Skakanka - 800 kcal
10. Piłka ręczna - 760 kcal
11. Koszykówka - 730 kcal
12. Pływanie kraulem -700
13. Taniec- 530 kcal
14. Narty biegowe - 510 kcal
15. Badminton - 500 kcal
16. Jazda na rolkach - 400 kcal
17. Wchodzenie po schodach - 350 kcal
18. Spacer - 200 kcal

PAMIĘTAJ!
Liczba spalonych kalorii zależy od tego, ile czasu poświęcimy na daną czynność oraz ile ważymy. Najważniejsze aby kierować się przede wszystkim "zdrowym rozsądkiem" ! (M.W.)