

3maj Klasę Dwumiesięcznik uczniów Szkoły Podstawowej nr 3



Kolorowe Pierwszaki

Natalia Skiba

Co w numerze?

- Chcemy być aktywni - wywiad i sonda na temat zdrowego stylu życia.
- W co się ubrać jesienią? Ciekawostki o szkolnej modzie.
- Na sportowo - mocny start "Trójki"
- Co się przydarzyło Marleńce? Przeczytajcie w jej pamiętniku...
- Co w trawie piszczy, czyli ciekawostki ze świata.
- Poglówkuj z nami, czyli krzyżówka z nagrodami :)
- Dobry humor na jesienną słotę.

Teraz Pełnoprawni "Trójkowicze"!

14 października był w naszej szkole bardzo ważnym dniem. Swoje święto obchodzili nauczyciele, zaś pierwszoklasiści przeżywali ogromne emocje podczas uroczystego pasowania na ucznia. Akademia rozpoczęła się o godz. 9.00 na sali gimnastycznej. Najpierw uczniowie klasy 2b przedstawili krótką scenkę o szkole i Kubusiu Puchatku. Po inscenizacji pierwszaki zaśpiewały piosenkę pt. „Pierwsza klasa”. Następnie odbyła się inscenizacja przygotowana przez wszystkich pierwszoklasistów pt. „Wróżki i pory roku”. Dodatkową atrakcją była recytacja wiersza oraz krakowiak, wykonany przez tancerzy z klasy 1e. Po występach rozpoczęła się część oficjalna. Po odśpiewaniu Hymnu Narodowego nastąpiło uroczyste ślubowanie oraz pasowanie najmłodszych uczniów. Każdy „pierwszak” otrzymał róg obfitości. Od tego momentu nasi najmłodszy koledzy i koleżanki stali się pełnoprawnymi uczniami szkoły.

Tego dnia wszystkim towarzyszyły ogromne emocje. Zapytaliśmy więc kilkoro pierwszoklasistów, jak się czuli...

„Jestem szczęśliwa. Podobało mi się, gdy pani dyrektor dotknęła mnie tym ołówkiem.” Oliwia Madzieja
„Jestem zadowolona, podobał mi się róg obfitości.” Paulina Felisia
„Podobał mi się taniec i wcale się nie bałem.” Szymon Cholewa
„Czułem się dobrze.” Ilija Ostrafijciuk

Tekst i zdjęcia: Natalia Skiba
Aleksandra Gembala

Dobry start "Trójki"!

Mija dopiero drugi miesiąc nauki, a już zajęliśmy wysokie miejsce w zawodach sportowych.

We wtorek 30 września odbyły się mistrzostwa miejskie w sztafetowych biegach przełajowych szkół podstawowych. Dziewczyny z naszej szkoły zajęły pierwsze miejsce, natomiast chłopcy trzecie.

16.10.2014 r. dziewczęta wzięły udział w kolejnym etapie zawodów, tym razem na szczeblu rejonowym, które miały miejsce w Łące. Nasze uczennice, przygotowywane przez panią Janinę Hajek: Samanta Górniak, Karolina Fornal, Hanna Wałga, Dżesika Bochenek, Sara Górniak, Sandra Prefeta oraz Dominika Czudek zajęły **II miejsce**. Gratulujemy!

W dniu **23 września 2014 roku** w siedzibie Starostwa Powiatu Cieszyńskiego odbyło się uroczyste podsumowanie dokonań sportowych za rok szkolny 2013/2014. We współzawodnictwie sportowym dzieci i młodzieży szkół podstawowych powiatu cieszyńskiego **nasza szkoła zajęła I miejsce**, drugie zajęła SP z Ustronia, zaś na trzecim uplasowała się SP z Górek Wielkich. Dla naszej szkoły to pierwszy taki sportowy sukces!!! Do tej pory żadna z cieszyńskich "podstawówek" nie odniosła tak znakomitego sportowego rezultatu!!!

Z rąk Pana Starosty nagrodę dla naszej "cieszyńskiej trójki" odebrali: Pani Dyrektor mgr Mariola Lapczyk wraz ze współtwórcami tego sukcesu - nauczycielami wychowania fizycznego: mgr Janiną Hajek i mgr Grzegorzem Wanatem.

Rajd PTTK

Dnia 27 września w sobotę odbył się rajd PTTK na Stożek. Brały w nim udział dzieci i nauczyciele z naszej szkoły. Na początku pogoda nie dopisała, ale później przestało padać i wiatr się uspokoił. Wszystkie dzieci i nauczyciele byli zziębnięci i bardzo zmęczeni. Gdy dotarliśmy już na górę, z uśmiechem na twarzach wszyscy weszli do schroniska. Na szczycie góry nasza szkoła była pierwsza. W środku wypiliśmy ciepłą herbatę i zjedliśmy kielbasę. Następnie odbył się konkurs wiedzy. Brali w nim udział szóstoklasiści z naszej szkoły, Justyna i Kuba. Po konkursie zeszliśmy na parking, z którego odebrał nas autobus i szczęśliwie wróciliśmy pod szkołę.

Natalia Skiba



...

Clip art

Czy wiesz, że ?

1. Grenlandia rozszerza się co roku o 5 cm.
2. 900 tysięcy lat świetlnych od Ziemi jest diament wielkości naszej planety.
3. Gdy wstrząśniemy coca-cola light, ciśnienie w środku wynosi 1,5 bara. Gdy zrobimy to samo, ale z wrzuceniem mentosów, ciśnienie wynosi 40 barów.
4. Co₂ (dwutlenek węgla) jest prawie niewidzialny, jest gazem i gasi ogień.
5. Tekst: Piotr Lorek, Jacek Nowak

W zdrowym ciele zdrowy duch!!!

Żyjemy w czasach, gdy ogromną pokusą dla wielu ludzi jest spędzanie czasu przez telewizorem i komputerem. Wielu z nas nie dba też o to, co zjada, a zwolnienia z zajęć w-f są coraz bardziej popularne. Postanowiliśmy zabrać głos w tej sprawie i sprawdzić, czy ruch jest ważny dla Was. Rozmawialiśmy również z panem Adamem Rakusem, nauczycielem prowadzącym w-f oraz zajęcia gimnastyki korekcyjnej.

- Czy dzieci w naszej szkole potrzebują więcej ruchu?

- I tak i nie. Często widzi się dzieci na boisku, placach zabaw, wiele dzieci trenuje różne sporty. Ale są i takie osoby, które spędzają dużo czasu przed komputerem i takim dzieciom na pewno potrzeba więcej ruchu.

-W jaki sposób możemy prowadzić zdrowy tryb życia?

-Przede wszystkim ruch to zdrowie. A druga ważna rzecz to odżywianie się i te dwie sprawy są ze sobą połączone. Jeśli się dużo ruszamy, wtedy możemy pozwolić sobie na większą ilość jedzenia, ale jeśli ruchu jest za mało, a jedzenia za dużo, wtedy tyjemy. Ma też ogromne znaczenie to, co jemy, ale to temat na dłuższą rozmowę.

-Dlaczego powinniśmy brać czynny udział w lekcjach w-f?

- Przede wszystkim chodzi o aspekt zdrowotny oraz o to, by wykształcić w was – uczniach - zamiłowanie do aktywności fizycznej. Ćwiczenie na w-f jest ważne, ponieważ uczymy się nowych umiejętności ruchowych, dzięki którym się rozwijamy i które są przydatne przez całe życie. Ćwiczymy też dla dobrych ocen, które będą na świadectwie.

-Dlaczego bycie w dobrej formie jest takie ważne?

-Bycie w dobrej formie jest ważne, ponieważ mamy tylko jedno ciało na całe życie i im wcześniej je zaniedbamy, tym dłużej będziemy musieli borykać się z różnymi chorobami (otyłością, miażdżycą, cukrzycą).

- Jakie ćwiczenia najlepiej wykonywać w domu?

- Wszelkie ćwiczenia wzmacniające siłę mięśni - dobrze znane z w-f (brzuszki, przysiady, itp.)

Bardzo dziękujemy za rozmowę i życzymy jak najwięcej uśmiechniętych i lubiących ruch uczniów :)

Rozmawiały: Michalina Łomozik
Wiktorja Kempny



ruch to zdrowie

clip art

Co myślicie na temat...?

„Sport to zdrowie” - to hasło zna każdy z nas. Postanowiliśmy jednak zapytać kilku uczniów „Trójki” o to, czy naprawdę warto uprawiać sport. Zobaczcie, co odpowiedzieli...

„Myślę że tak, ponieważ przynosi nam energię i jest potrzebny dla zdrowia.” Marysia, 4b

„Jest ważny, bo pracują mięśnie i jest się silnym.”
Rafał, 3a

„Ruch jest ważny, bo można stać się sprawnym.”
Oliwia, 5a

„Ruch jest ważny dla zdrowia.” Dominika, 2c

„Jest ważny, bo będziesz aktywny i jak się będziesz starał, to będziesz wysportowany.” Laura, 4c

„Jest ważny, bo jeśli będziemy aktywni, będziemy zdrowi.” Natalia, 1b

„Sport jest ważny, jak nie będziemy się ruszać, to nie będziemy szczupli.” Milena, 5a

„Tak jest ważny, ponieważ pomaga zużyć codzienną energię.” Wiktoria, 2c

„Ruch jest ważny, ponieważ można utrzymać organizm w zdrowym stylu życia.” Martyna, 5b

„Jest ważny, bo daje zdrowie.” Oskar, 4c

„Tak, jest ważny, ponieważ daje siłę.” Marta, 3c

„Jest bardzo ważny, bo pomaga dbać o kondycję.” Julia, 3c

„Ruch jest ważny, bo dzięki niemu jesteśmy zdrowi i silniejsi.” Olaf, 4c

„Ruch jest ważny, bo dzięki niemu możemy mieć szczupłą sylwetkę.” Gabrysia, 4c

„Tak, jest ważny, bo jest się zdrowym.” Martyna, 1a

Sondę przeprowadziły: Natalia Skiba i Aleksandra Gembala

Nasza sonda pokazała, że jesteście jednomyślni. Oby tak było naprawdę! Życzymy Wam zatem wiele radości płynącej z ruchu i zabawy oraz silnej woli, by móc oprzeć się szkodliwym pokusom :)

Kartka z pamiętnika

Nowy zwierzak

Nazywam się Marlenka i mam 11lat. Mam siostrę, która ma na imię Martynka i ma 9 lat, razem mamy kotkę Ritę.

12.08.14

Ja , Martynka i Rita miałyśmy wyjechać do babci w Nowym Sączu, ponieważ mama musiała jechać do pracy w Suwałkach, a tata chciał pojechać z mamą. Gdy przyjechałyśmy na miejsce, zastała nas niemiła niespodzianka, padało i wszędzie było błoto. Gdy już myślałyśmy, że to koniec, babcia wymyśliła niezłe sposoby zabijania nudy: grałyśmy w karty, gry planszowe, czytałyśmy, malowałyśmy, a nawet śpiewałyśmy. Oczywiście babcia dała Ricie kłębek wełny, żeby i ona się nie nudziła. Kiedy była pora obiadowa, zjadłyśmy rosół z ryżem i kotlet, ziemniaki oraz mizerię. Po obiedzie, gdy już wszystko było umyte, zadzwonił dzwonek do drzwi. Zza drzwi było słychać szczekanie. Sąsiad przyniósł kundelka. Na początku bałyśmy się, że Rita nie będzie zadowolona z nowego pupila, jednak teraz można powiedzieć, że są to najlepsi przyjaciele. Razem wybrałyśmy imię dla kundelka - Luna. Całe popołudnie zeszło nam na oprowadzaniu Luny po domu . Pod wieczór przestało padać, więc wtedy oprowadziłyśmy Lunę po ogródku. Na kolację zjadłyśmy tosty i oglądałyśmy film.

HUMOR

Leżą sobie dwa pomidory. Nagle ktoś nadepnął na jednego. Pierwszy pomidor zerwał się na równe nogi i woła:

-Ej, keczup, wstawaj, uciekamy stąd!

Idą trzy kaczki .pierwsza skręciła w prawo, druga w lewo, a trzecia poszła za nimi.

Dlaczego słonie nie chodzą do podstawówki? Bo nie mieszczą się w drzwiach do szkoły. A dlaczego słonie nie chodzą do gimnazjum? Bo nie skończyły podstawówki.

- Co to jest : żółte, brązowe i kudłate?

-Nie wiem ...

- Grzanka z serem na dywanie.

Mały kornik pyta tatę kornika :

- Tatko, co dziś jemy na obiad?

- Szwedzki stół - odpowiada tata.

Opracowała: Julia Łuczak

Stopka redakcyjna:

Aleksandra Gembala, Kasia Lankocz, Julia Lorek, Julia Łuczak, Anna Marino, Nadia Rozińska, Natalia Skiba, Wiktoria Kempny, Michalina Łomozik, Piotr Lorek, Jacek Nowak

Opiekun redakcji: Julia Lipińska