



Wkrótce wakacje!

Wszyscy już marzymy o odpoczynku i łabie. I choć czekamy na wystawienie ostatecznych ocen, snujemy już plany na ten wolny czas. Część z nas wyjedzie na obozy, kolonie, część do rodziny, a pewnie sporo zostanie też w domu. Nie zapominajmy jednak o zasadach bezpieczeństwa, które chcemy wam przypomnieć:

- Rozważnie korzystajcie ze wszystkich przyjemności, jakich dostarczają wakacje!
- Zawsze informujcie swoich rodziców o tym - gdzie i z kim przebywacie!
- Jeżdżąc na rowerze, rolkach, hulajnodze czy desce – nie traktujcie jezdni jak placu zabaw!
- Kąpcie się jedynie w miejscach do tego wyznaczonych – strzeżonych kąpieliskach pod opieką ratowników lub osób dorosłych !
- Bądźcie ostrożni wobec zwierząt – nawet najbardziej łagodne bywają niebezpieczne!
- Nie korzystajcie z propozycji przejażdżki lub spaceru z nieznajomym!
- Nigdy nie bawcie się ogniem – ogniska rozpalajcie w miejscach wyznaczonych, zawsze w obecności osób dorosłych!
- Zawsze mówcie "NIE" gdy nie zgadzacie się z szalonymi pomysłami i propozycjami swoich kolegów!
- Zawsze pamiętajcie, że pewność siebie i lekkomyślność nie wróżą nic dobrego.

To już ostatni numer naszej gazetki przed wakacjami. Życzymy wszystkim wspaniałych wakacji i porządnego wypoczynku, szczególnie zaś tym ,którzy ciężko pracowali przez cały rok szkolny. Uczniom klas 6 b i 6 c, którzy przechodzą do SP nr 4, życzymy dobrego startu w nowej szkole, wielu sukcesów i nawiązania szczerych przyjaźni.

W dzisiejszym numerze przeczytacie:

- Organizacja pracy i nauki;
- Problem hejtu;
- Szkoły w innych krajach;
- Sposoby na sprzątanie;
- Quiz o Polsce;
- Nasze cykle: o dobrych manierach i mniej znanych Polakach.



<https://www.superkid.pl/uploads/clip/weather/summer1.jpg>

Nie mam czasu na naukę...
a może przyczyną jest zła
organizacja pracy?

Oto trzy złote zasady:

1. Zwróć uwagę na to, ile czasu marnujesz na niepotrzebne rzeczy (np. na oglądanie YouTube'a, czy po raz siódmy przeglądanie tablicy na Facebook'u).
2. Jeśli coś robisz, to od razu się do tego przyłóż (np. mówisz "pouczę się do historii", ale potem Ci się nie chce i stwierdzasz „później dokładniej powtórzę”, po co? Przerób dobrze cały materiał, bo tym sposobem nie będziesz zestresowany i bardziej skupisz się na innych czynnościach).
3. Oddziel odpoczynek od nauki. Wydaje Ci się, że nie masz czasu dla siebie. Zazwyczaj to bzdura. Tracisz czas na przeglądanie Internetu podczas nauki i to wszystko się wydłuża. Wyodrębnij odpoczynek od nauki (np. 2 godziny się uczę, a potem 1,5 godziny oglądam film). Najlepiej odpoczywaj i ucz się w różnych miejscach.



707649z b12AnePpce766H3K VhksjcjklSyektbCE.jpg



Jak zorganizować naukę?

1. **Rób fiszki- ułatwia to naukę i pozwala na szybkie powtórki nawet dużego zakresu materiału.**
Jak?
 - wyraźnie, estetycznie i ładnie (używaj kolorów, rysuj znaczki),
 - dorysowuj skojarzenia (pomagają zapamiętać informacje „po Twojemu”),
 - oddzielaj informacje (robiąc nagłówki, tytuły).
2. **Przygotuj wszystko co potrzebne- nie będziesz musiał wstawać od nauki.**
Co?
 - wodę i jakąś małą przekąskę (pewnie zachce Ci się pić lub jeść, ponieważ Twój mózg pracuje na najwyższych obrotach),
 - zeszyt brudnopis (będziesz mógł robić sobie dodatkowe notatki i obliczenia),
 - laptop lub inne urządzenie z dostępem do Internetu (gdy będziesz musiał coś poćwiczyć lub sprawdzić masz to wszystko pod ręką).
3. **Rób przerwy- najlepiej po 45 minutach nauki i 5- minutowe (wyjdź na spacer czy wypij herbatę)**

Lidia Matysiak

♥ HEJTY ♥



POPRAWNY NOKAUT

poprawnaarabska.pl

W tym numerze rozpracujemy tajne techniki rozbrajania hejtów godne samego Jackie Chana. Na początku może się Wam wydawać, że to jest trudne, jednak z upływem czasu nabierzecie wprawy i pewności siebie.

Pierwszym krokiem, niczym Armstrong (silne ramię) na ziemskiej satelicie, jest nabranie pewności siebie. Amerykańscy naukowcy odkryli, że osoby, które mają problemy ze śmiałością, odnoszą mniej sukcesów niż ich rówieśnicy. Aby zapobiec takim problemom, powinniśmy komplementować siebie przed lustrem (może wydawać się to dziwne, ale uwierzcie, że pomaga).

Drugim, a jakże „łatwym” krokiem – moonwalkiem jest walczenie z presją społeczną. Biorąc przykład z Don Kichota musimy podjąć się starcia z niemożliwym, czyli wojny z „wiatrakami”.

Oczywiście ubierając słowa w tak pozytywne elementy musimy nabrać wiary we własne możliwości. Jeśli jesteśmy bardzo wpływowi na względy rówieśników, najlepszym rozwiązaniem byłoby radzenie sobie z tym problemem. Mianowicie, po pierwsze najlepszym przykładem jest unikanie takich „szkodliwych, toksycznych” osób. Przecież nie musimy zadawać się z tymi, którzy nam dokuczają, lecz zawsze pamiętajmy o okazaniu szacunku do danej osoby.

Po drugie najlepszym rozwiązaniem byłoby uodpornienie się na takie „starcia” w dzisiejszym świecie.

Po trzecie musimy przyzwycząć się do myśli, że wszystkie osoby na świecie nie są takie same i niektóre mogą nam sprawiać ból. Lecz nie przejmujmy się nigdy takimi sytuacjami!

Po czwarte i oto chyba najlepszy z podanych kroków, a mianowicie jest nią „metoda zdartej płyty”. To tzw. powtarzanie w kółko tego samego komunikatu.

Warto je łączyć z mówieniem o swoich odczuciach, np. „Nie mów do mnie w ten sposób, ponieważ ranisz mnie”.

A tym, którzy dokuczają innym dedykujemy myśl greckiego filozofa Sokratesa: „Natura dała nam dwoje oczu, dwoje uszu, ale tylko jeden język po to, abyśmy więcej patrzyli i słuchali, niż mówili.”

♥Rarity i Pinky Pie♥

Szkoły w innych krajach

Do szkoły chodzą dzieci na całym świecie. Chciałabym Wam opowiedzieć, jak wygląda nauka w innych krajach.

Japonia

- Czas trwania roku szkolnego: 11 miesięcy, 6 dni w tygodniu
- Czas trwania nauki: 10/12 lat
- Wiek uczniów: 6-15/17 lat
- Zadanie domowe: brak (w szkole podstawowej)
- Mundurek szkolny: brak
- System ocen: 100-punktowy
- Sprawdzian wiedzy: egzaminy kilka razy w roku

Pierwszy dzwonek rozbrzmiewa tu na początku kwietnia, a ostatni – pod koniec marca. Zanim uczniowie usiądą do swoich zajęć szkolnych, mają tylko jeden tydzień na odpoczynek!

Dzieci od małego uczone są pracy, lekcje zaczynają się o 8:30 i trwają aż do wieczora. Tydzień szkolny trwa 6 dni.

Egzaminy zaliczeniowe zdają nie tylko na koniec każdego roku szkolnego, ale również w środku pierwszego i drugiego trymestru.

Australia

- Czas trwania roku szkolnego: 11 miesięcy/5 dni w tygodniu
- Czas trwania nauki: 12 lat
- Wiek uczniów: 5-17 lat
- Praca domowa: brak
- Mundurek szkolny: tak
- System ocen: 100-punktowy

Nowy rok szkolny rozpoczyna się niedługo po Sylwestrze – na początku stycznia, a kończy z nadejściem grudnia. Uczniowie mają też 10-dniowe przerwy między semestrami. Lekcje rozpoczynają się 8:30, a kończą o 15:00. Do 13. roku życia chłopcy noszą szorty, później spodnie. Ponadto do szkoły należy zakładać żakiety lub swetry. Do 7 klasy dzieci uczone są wszystkich przedmiotów przez jednego lub dwóch nauczycieli. Od 8 do 10 klasy nauczycieli przybywa. Dzieci uczą się obowiązkowo matematyki i angielskiego. W liceum, w klasach 11 i 12 następuje podział na grupy pod względem poziomu nauki

Francja

- Czas trwania roku szkolnego: 11 miesięcy i 4 dni w tygodniu!
 - Wiek uczniów: od 3/6 – do 15/17 roku życia
 - Praca domowa: pisemna zabroniona
 - Mundurki szkolne: brak
 - System ocen: 20-punktowy
 - Test wiedzy: praca weryfikacja, egzaminy
- Nauka rozpoczyna się we IX, a kończy w VII. Dzieci mają w ciągu dnia 2,5-godzinną przerwę na lunch. Rozpoczynają naukę w wieku 6 lat. Po podstawówce uczniowie przystępują do egzaminu.

Tajwan

- Czas trwania roku szkolnego: 10 miesięcy, 5 dni w tygodniu
 - Czas trwania nauki: 9-12 lat
 - Wiek uczniów: 6-15/18 lat
 - Zadanie domowe: tak
 - Mundurek szkolny: Tak
 - System ocen: 100-punktowy
 - Sprawdzian wiedzy: egzaminy testowe
- Każdego ranka uczeń rozpoczyna dzień od sprzątania szkoły. Lekcje zaczynają się o 8:30 i trwają do 16:30, a w ciągu całego dnia jest kilka 10-minutowych przerw i jedna, półgodzinna na obiad.

Finlandia

- Czas trwania roku szkolnego: 10 miesięcy, 5 dni w tygodniu
 - Praca domowa: rzadko
 - Mundurki szkolne: brak
 - System ocena: 10 punktów
 - Brak egzaminów
 - Darmowa edukacja
- Rok szkolny w Finlandii jest podobny do naszego. Rozpoczyna się w połowie sierpnia i trwa do końca maja. Wszyscy, bez względu na umiejętności uczą się w grupach 16-osobowych.

Artykuł przygotowała
Dominika Bartosik

Niezwykli Polacy

Józef Hofmann był wybitnym pianistą. Gdy w 1988 roku legendarny producent fortepianów firma Steinway & Sons obchodziła jubileusz, postanowiła wywiesić nad sceną nowojorskiej Carnegie Hall portrety najwybitniejszych pianistów grających na ich instrumentach. Obok wizerunków tak wybitnych artystów, jak Liszt, Paderewski czy Rubinstein, znalazła się również podobizna Hofmanna. Ale z jego talentów korzysta na co dzień niemal każdy z nas. Najśłynniejszym wynalazkiem były wycieraczki samochodowe. Stworzył ich projekt wzorując się na służącym do podawania tempa utworu metronomie. Pianista skonstruował automobil, którym przemierzył Europę. Do wynalazków Hofmanna zalicza się też piec na ropę naftową, zegar elektryczny, maszynkę elektryczną. W sumie to blisko sto innowacji. Przypisuje się mu również wynalezienie spinacza biurowego.

Źródło: A. Wróblewski; <http://nowahistoria.interia.pl>



<https://ocdn.eu/pulscms->

Alamy Stock



<http://www.newsweek.pl/g/crop/0/-1950/newsweek/635515651531097371.jpg>

Kazimierz Funk jest autorem terminu „witamina”, który wprowadził w 1912 roku. Zajmował się leczeniem chorych na awitaminozy. Przewidywał, że brak witamin może powodować inne choroby: krzywicę, szkorbut, pelaggrę. W czasie I wojny światowej przeniósł się do Stanów Zjednoczonych, gdzie prowadził badania nad wykorzystaniem witamin do celów leczniczych. W latach 1923–1928 kierował oddziałem Państwowego Zakładu Higieny w Warszawie, pracował tam m.in. nad wyizolowaniem insuliny. Badał wpływ witaminy B₁ na przemianę węglowodanową i zajmował się badaniem kwasu nikotynowego. W 1928 wyjechał do Paryża, gdzie prowadził badania nad hormonami. W 1939, po wybuchu II wojny światowej, wyemigrował do USA gdzie pozostał do końca życia. W ostatnim okresie życia Funk zajmował się badaniem przyczyn raka.

Źródło: www.wikipedia.pl

Mamo, dlaczego muszę sprzątać w pokoju?...

Ale jak sprzątać?

Temat niby banalny, ale jednak jest kilka kwestii, o których zapominamy.

1. Zaczynaj od ustalenia czasu, który możesz poświęcić na sprząkanie. Jeśli sprzątasz w wolny dzień, wydaje Ci się, że masz ogrom czasu, a tak naprawdę jego połowę się obijasz. Jeśli masz ustalony czas, to staraj się pospieszyć i nie chcesz zawieść siebie samego, nie wyrabiając się w czasie, który założyłeś.
2. Nie włączaj muzyki, filmów i innych rozpraszaczy. To kontrowersyjne, szczególnie z muzyką, ale uwierz, że wtedy skupisz swoją całą uwagę na sprząkaniu.
3. Jeśli chcesz zrobić generalne porządki, poczekaj na dzień bez sentymentu. Inaczej nie będziesz miał serca wyrzucić lub wynieść cokolwiek i zatrzymasz wiele zbędnych rzeczy. Kiedy nadejdzie taki dzień, to zaczniesz wszystko pakować, bo po prostu będą Cię te rzeczy denerwować.
4. Kiedy sprzątasz, zacznij od zrobienia rzeczy, które robisz codziennie. Jeżeli zabraknie Ci czasu, to wszystko będzie mniej więcej ogarnięte.
5. Staraj się mieć wszystko praktycznie pogrupowane. Dokumenty w teczkach, kosmetyki w organizerach lub pudełkach, przybory papiernicze w pojemnikach. Łatwiej będzie Ci znaleźć daną rzecz oraz odłożyć na miejsce.



No i ślicznie! <http://niebalaganka.pl/jak-miec-porzadek/>



<https://posterilla.pl/pl/p/Plakat-Skomplikowany-porzadek>

Tajny trick:

Jeżeli zostało mało czasu do przyjazdu gości, a wokół widać tylko bałagan, to sposób właśnie na szybki porządek. Oczywiście łatwiej będzie jak wcześniej miały zorganizowane rzeczy. Weź kilka pudełek lub toreb. Popakuj POGRUPOWANE (np. elektronika do jednego, ubrania do drugiego itp.) rzeczy w Twoje organizery i powkładaj do szafek i na półki. Zapewnij ładny zapach, bo gość wchodząc do domu zwraca uwagę właśnie na to. Gdy ładnie i „czysto” pachnie, od razu wydaje się, że jest pięknie posprzątane. Wiadome jest, że po wyjściu gości trzeba odłożyć rzeczy na miejsce i posprzątać naprawdę.

Dlaczego trzeba sprzątać?

Brudny dom/pokój to zaśmiecony mózg. W nieposprzętym pokoju jesteśmy bezproduktywni, nie możemy się do niczego zabrać. Jesteśmy poddenerwowani, bo nie mamy niczego w zasięgu ręki, wszystkiego musimy szukać. O nauce już nie wspominajmy. Dosłownie WSZYSTKO Nas rozprasza. A te ciasteczka sprzed tygodnia, a może jednak pooglądał YouTube, skoro jeszcze nie odłożyłem komputera? Gdy rzeczy są podkładane, z lenistwa nie chce już Nam się niczego wyciągać, czyli na przykład laptopa, jeśli wyciągniemy już książki do nauki.

Lidia Matysiak ;)

Życzę miłych wakacji <3

Quiz o Polsce

Sprawdź swoją wiedzę w quizie na temat przeszłości Polski!

1. W którym rozbiore Polski nie uczestniczyła Austria?
 - a) W I rozbiore
 - b) W II rozbiore
 - c) W III rozbiore
2. Po ilu latach zaborów Polska odzyskała niepodległość?
 - a) 126 latach
 - b) 123 latach
 - c) 120 latach
3. Legiony Polskie brały udział w walkach I wojny światowej po stronie:
 - a) Prus
 - b) Rosji
 - c) Austro-Węgier
4. Pierwszym komendantem Legionów został:
 - a) Józef Piłsudski
 - b) Felicjan Sławoj-Składowski
 - c) Karol Trzaska-Durski
5. Jak nazywał się pierwszy prezydent wolnej Polski po 1918r.?
 - a) Gabriel Narutowicz
 - b) Ignacy Paderewski
 - c) Lech Wałęsa
6. Uchwaloną w 1921r. konstytucję Rzeczypospolitej Polskiej nazywa się:
 - a) Marcową
 - b) Kwietniową
 - c) Majową
7. Przebieg granicy zachodniej II Rzeczypospolitej został ustalony traktatem:
 - a) Ryskim
 - b) Wersalskim
 - c) Poczdamskim
8. Edward Rydz-Śmigły stał na czele:
 - a) Narodowych Sił Zbrojnych
 - b) Służby Zwycięstwu Poldki
 - c) Polskiej Organizacji Wojskowej
9. W którym roku została uchwalona Konstytucja 3 Maja?
 - a) 1791r.
 - b) 1793r.
 - a) 1795r.
10. Jaki tytuł nosi najstarszy hymn Polski?
 - a) „Rota”
 - b) „Bogurodzica”
 - c) „Mazurek Dąbrowskiego”

Poprawne odpowiedzi: 1a, 2b, 3c, 4a, 5a, 6a, 7b, 8a, 9a, 10b.

Przygotowały: Oliwia i Weronika



AKADEMIA DOBRYCH MANIER

Dziś zajmiemy się ubiorem do szkoły. Nasz strój dużo o nas mówi, z jego pomocą możemy wyrażać swoją indywidualność, charakter, poglądy, przynależność do określonej grupy czy subkultury. Czy nam się to podoba, czy nie, odpowiedni ubiór jest także częścią dobrego wychowania. Ogólne zasady ubierania się do szkoły zawiera Statut i oto, co w nim czytamy:
 "Uczniowie mają obowiązek dbać o schludny i estetyczny wygląd. Strój ucznia na zajęciach lekcyjnych powinien być skromny i stonowany, uczennice nie mogą eksponować odkrytych ramion i głębokich dekoltów. Fryzura powinna być schludna, w naturalnym kolorze włosów, bez wygolonych wzorów."

Nasz strój powinien wyrażać nie tylko naszą osobowość, ale także wyrażać szacunek dla osób, z którymi przebywamy. Z pewnością nie jest to łatwe do pogodzenia, ale w Internecie można znaleźć mnóstwo podpowiedzi jak łączyć własny styl ze szkolnymi wymogami. Pamiętajcie złotą zasadę: jak nas widzą, tak nas piszą.



Strój galowy

| PN | WT | SR | CZW | PI | SB | ND |
|----------------------|----|----|-----|----|----|-------|
| | | | | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 26 | 27 |
| 28 | 29 | 30 | 31 | 1 | 2 | 3 |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | | |
| Odliczamy do wakacji | | | | | | Julia |