

SERCA OD SERCA



Fot. Jakub Waśniewski

CO I JAK?

Walentynki – coroczne święto zakochanych przypadające 14 lutego. Nazwa pochodzi od św. Walentego, którego święto obchodzone jest również tego dnia. Pięknym zwyczajem jest wysyłanie wtedy listów zawierających wyznania miłosne. Dzień 14 lutego stał się więc okazją do obdarowywania się drobnymi upominkami.

Do Polski obchody walentynkowe trafiły wraz z kultem świętego Walentego. Popularność uzyskały jednak dopiero w latach 90. XX wieku. Jedyne i największe w Polsce odbywają się corocznie od 14 lutego 2002 roku w Chełmie.

Julia Smulewicz,
Kinga Zarębowska

14 lutego w naszej szkole odbyły się walentynki, czyli coroczne święto zakochanych. Tego dnia działała u nas szkolna poczta walentynkowa, którą zorganizowała klasa 8B z pomocą Samorządu Uczniowskiego.

Dzień wcześniej uczniowie mogli wrzucić walentynkę do skrzynki i pozdrowić wybraną przez siebie osobę. Następnie wyznaczeni uczniowie przekazywali walentynki adresatom.

Uważamy to wydarzenie za bardzo udane i pełne radości. Dzięki takim akcjom możemy się lepiej poznać.



Internet



Fot. Jakub Waśniewski

SŁOWO OD REDAKCJI

Ferie, ferie i po feriach. Wszystko co dobre trwa niestety krótko. Miejmy nadzieję, że chociaż troszkę, ale udało się wszystkim odpocząć i z nową energią wrócić do szkolnych obowiązków.

Redakcja gazetki życzy udanego startu w nowym semestrze: jak najmniej problemów, jak najwięcej sukcesów. Szkolny powrót zapewne ułatwia świadomość, że w połowie miesiąca obchodzimy Walentynki. Poczta Walentynkowa, dobra zabawa, z całą pewnością ubarwią szkolną egzystencję. Zapraszamy do lektury lutowego numeru, z nadzieją, że każdy znajdzie tu coś ciekawego dla siebie

Redaktor Naczelna:
Anna Bembenista



archiwum prywatne

AB

Redakcja
Szkoła
Podstawowa
nr 14 w Płocku
Redaktor
naczelne:
Anna
Bembenista
Amelia
Chełkowska
Wywiady:
A.Bembenista
A.Chełkowska
Kącik "naj":
Alicja
Kalwasińska
Julia
Smulewicz
Kinga
Zarębowska

Sonda:
A.Chełkowska
Mateusz
Hawryś
Kącik
geograficzny:
M.Hawryś
Kącik literacki:
M.Hawryś
Kącik filmowy:
Anna Siedlecka
Kącik gier:
A.Chełkowska

Opieka nad
zespołem
redakcyjnym:
pani
Magdalena
Michalska

KĄCIK "NAJ..."

- 1.Najpopularniejszy prezent na walentynki
Kwiaty i czekoladki.
- 2.Najczęściej odwiedzane miasto w ferie
Zakopane.
- 3.Najzimniejsze miejsce w Polsce
Hala Izraelska na Dolnym Śląsku.
- 4.Najlepszy skoczek narciarski w 2019
Joju Kobayashi.
- 5.Najważniejsze miejsce kultu świętego Walentego
Wieża Taipei w Tereni.
- 6.Najbardziej znany kolor w święto zakochanych
czerwony/różowy
- 7.Największy pączek świata
Ważył 393,72 kg ,mierzył 1,81 m.Powstał w 2004 r. w
Nowym Yorku.

SPIS TREŚCI

- 1 str.** - Walentynki
- 2 str.** - Słowo od redakcji, Kącik "Naj.."
- 3 str.** - Ferie w szkole, kącik literacki , kącik filmowy
- 4 str.** - Wywiad z Tomaszem Kamińskim
- 5 str.** - Kącik geograficzny
- 6 str.** - Kącik gier, Myśl miesiąca, Oczami młodzieży
- 7 str.** - Love story: " Pozwól mi być..."
- 8 str.** - Jak odpocząć od codziennego stresu?

ZIMOWA CZTERNASTKA

W czasie przerwy zimowej nasza szkoła zorganizowała wypoczynek pod hasłem "FERIE ARTYSTYCZNIE – ZDROWO NA SPORTOWO". Zajęcia doskonalące zdolności plastyczne odbywały się pod okiem pani Sylwii Fronczak, natomiast zajęcia sportowe doskonalące umiejętności w grach drużynowych prowadzili: p.Katarzyna Górecka i p.Tomasz Szymczak. O aspekt zdrowotny w postaci codziennej porcji świeżych owoców i wody zadbała Rada Rodziców. Nad całością realizowanego projektu czuwał p.Tomasz Marszałek. W projekcie wzięło udział ponad 60 uczniów naszej szkoły .
Amelia Chełkowska



KĄCIK LITERACKI

Luty najczęściej kojarzymy z walentynkami, których idea jest bardzo znanym motywem literackim. W tym numerze "Szaferówki" powiemy o "PS. Wciąż Cię Kocham", czyli o drugim tomie kultowego „Do wszystkich chłopców, których kochałam” autorstwa Jenny Han opowiadającego o przygodach Lary Jean, której związek z Peterem przeżywa kryzys. Gdy chłopak spędza czas ze swoją byłą, w życiu głównej bohaterki pojawia się ktoś inny. Książka ta odznacza się lekkością i z pewnością umili czas niejednego wielbiciela książek obyczajowych. Autorka w niezwykle sposób ukazuje uczucia i stara się utrzymać poziom pierwszej części.

Mateusz Hawryś

KĄCIK FILMOWY

"Narodziny gwiazdy" to amerykański melodramat muzyczny z 2018 r. w reżyserii Bradley'a Coopera. Fabuła skupia się na dwojgu muzyków - Jacksonie i Ally, którzy próbują utrzymać rozwijające się między nimi uczucie, jednocześnie mierząc się z własnymi problemami. Film, chociaż porusza ważne tematy, niejednokrotnie potrafi rozbawić i wzruszyć do łez. Na uwagę zasługuje niesamowita ścieżka dźwiękowa, a także chemia między głównymi bohaterami, która sprawia, że ciężko oderwać wzrok od ekranu. Uważam, że "Narodziny gwiazdy" to wspaniała, skłaniająca do refleksji produkcja warta obejrzenia.

Ania Siedlecka

TOMEK KAMIŃSKI I JEGO WIELKA PASJA

Redaktor naczelny: Tomku, opowiedz nam trochę o swojej pasji.

Tomasz Kamiński: Moja pasja zaczęła się w momencie, kiedy dostałem od taty swoją pierwszą gitarę. Z tym zakupem łączy się śmieszna historia. Podczas pobytu na targach kolega mojego taty zobaczył gitarę na sprzedaż. Mimo że nie była ona dobrej klasy, zakupili ją. Obydwaj stwierdzili, że w przyszłości może "wyrosnąć na słynnego gitarzystę i będę grał na jakichś stadionach".

R.N.: Od ilu lat grasz?

T.K.: Ok. 2-3 lata.

R.N.: Czy występowałeś już przed większą publicznością?

T.K.: Oczywiście, że tak i to nie raz.

Występ przed publicznością sprawia mi dużą przyjemność z tego co robię, a czym więcej ludzi tym lepiej.

R.N.: Czy masz już na koncie własne kompozycje?

T.K.: Tak, i to niejedną.

R.N.: Wymieniłbyś nam jakiś tytuł?

T.K.: Z takich, które mogłyby znaleźć się na płycie to:

"Just a kiss", "My world" i "Promise".

R.N.: Czy gitara jest Twoją jedyną pasją?

T.K.: Nie, gram na trzech instrumentach. Aktualnie na pianinie, gitarze oraz ukulele (podczas podróży).

R.N.: Jaki utwór chciałbyś zadedykować swoim koleżankom i kolegom, którzy w tym roku kończą naukę?

T.K.: Chciałbym zadedykować swój utwór, ponieważ czuję się w nim swobodnie, tytuł piosenki to: "My World". Opowiada ona o moim świecie i jak go postrzegam.



foto: archiwum prywatne

R.N.: Czy można dowiedzieć się o Tobie czegoś więcej? Czy prowadzisz kanał na YouTube? Jeśli tak to jaki?

T.K.: Mam kanał na YouTube, ale nie udzielam się na nim bardzo. Jest na nim zamieszczony na razie jeden cover, ale nie zaprzeczam, że zamierzam go rozwijać i z biegiem czasu dodawać coraz więcej piosenek.

R.N.: Dziękujemy Ci serdecznie za rozmowę i życzymy, wielu sukcesów nie tylko muzycznych.

T.K.: Dziękuję.

Amelia Chełkowska

BIENVENUE AMIS!



Francja - myślę, że każdy wie, o jakie państwo chodzi. Jej stolicą jest Paryż, powszechnie znany jako miasto miłości i zakochanych. W mieście tym każdy znajdzie coś dla siebie. Oczywiście romantyczny nastrój jest tam obecny, ale nie należy zapominać o francuskiej sztuce, modzie czy kuchni. Paryż stanowi także natchnienie dla twórców filmowych. Wiele dzieł filmowych i scenariuszy teatralnych powstało właśnie w stolicy Francji.

Kuchnia we Francji: Specjałami kuchni francuskiej są między innymi żabie udka, ślimaki, bagietki, sery oraz wino. W kraju tym znajduje się także wiele wspaniałych kawiarni, w których można odpocząć, napić się kawy i zjeść np. croissanta, czyli paryskiego rogała. Wielu osobom nie odpowiada ten rodzaj kuchni, jednak nie wszyscy wiedzą, to ona miała duży wpływ na inne kuchnie.



Moda we Francji: Moda francuska również od zawsze była inspiracją dla innych państw. To z Francji pochodzą takie osobistości jak: Coco Chanel, Christian Dior, Pierre Cardin czy Paloma Picasso.

Zabytki we Francji: Kraj ten cieszy się wielką popularnością wśród turystów, co jest spowodowane ogromną ilością zabytków. Najbardziej słynnymi zabytkami Francji są: Wieża Eiffla, Luwr, Łuk Triumfalny w Paryżu, Katedra Notre-Dame czy Pałac Wersalski. Francja słynie także z pięknych zamków. Najbardziej słynne z nich umieszczone są w tzw. Dolinie Loary.

Mateusz Hawryś



KĄCIK GIER

The Last of Us – przygodowa gra akcji z elementami survival horroru, wyprodukowana przez studio Naughty Dog i wydana na konsole PlayStation 3 i PlayStation 4 przez Sony Computer Entertainment.

Akcja produkcji toczy się w 2033 roku w postapokaliptycznych Stanach Zjednoczonych 20 lat po wybuchu epidemii grzyba. Głównym bohaterem gry jest Joel, który podejmuje się zadania eskorty nastoletniej dziewczynki o imieniu Ellie do grupy ludzi z organizacji Świetlików. Bohaterom w wyprawie przeszkadzają zarówno zainfekowani, jak i ocalali ludzie, którzy zatracili człowieczeństwo i za wszelką cenę próbują przetrwać.

Jest to przygoda, polegająca na ochronie dziewczynki, Ellie, w której ciele jest antidotum na wspomnianą wcześniej epidemię.

Gra powstała dla osób które lubią horrory, Jeżeli właśnie Ty je lubisz, Zagraj w nią!

Amelia Chełkowska



SONDA

Co najchętniej jemy w tłusty czwartek?

Pączki	80%
Faworki	17%
Inne	3%

Z jakim nadzieniem Polacy najczęściej jedzą pączki?

Z marmoladą	- 65%
Z budyniem	- 20%
Z czekoladą	- 10%
Z powidłami	- 3%
Inne	- 2%

MYŚLI MIESIĄCA

"Ci, którzy próbują coś zrobić i ponoszą porażkę, są o niebo lepsi od tych, którzy nie robią nic i odnoszą sukces."

- Lloyd Jones

"Jeśli kiedykolwiek zabłądzisz, niech serce będzie twoim kompasem"

- Emily

OCZAMI MŁODZIEŻY

W dzisiejszych czasach jednym z ważniejszych problemów u nastolatków jest brak zainteresowania ze strony dorosłych. Młodzież w czasie dojrzewania potrzebuje więcej uwagi niż każdy inny człowiek. Osoba wchodząca w dorosłe życie potrzebuje wsparcia, uwagi i zrozumienia. Rozmowa pomaga nam w obraniu odpowiedniej drogi życia i wybraniu tego, co dla nas dobre. J.Smulewicz, K.Zarębowska

POZWÓL MI BYĆ...

Stałam przed budynkiem mojej nowej szkoły. Był koniec lutego, a ja dopiero teraz miałam zacząć naukę w Concord College w Anglii. Budynek ten wcale nie przypominał liceum, wyglądał bardziej na siedzibę polityków.

W porównaniu z polskimi liceami był ogromny oraz całkiem ładny, jednak mnie nie zachęcał. Czy bałam się przekroczyć mury tej placówki? Pewnie, że tak, chyba tylko głupiec by się nie bał. Nie miałam jednak żadnego wyboru.

- Byłam miła dla wszystkich, naprawdę, lecz kiedy ktoś mnie obrażał potrafiłam odpowiedzieć i czasem nawet nad tym nie panowałam.

-Powodzenia w szukaniu przyjaciół, mała.

- Powiedział ironicznie.

Zdenerwował się, widziałam to bardzo dobrze, ale zignorował całkowicie moje słowa, co zdziwiło mnie.

Po długim szukaniu wreszcie znalazłam cel swoich poszukiwań - sekretariat razem z gabinetem dyrektora.

Pomyślałam sobie, że dzisiaj mam jakiegoś pecha.

-Zwariowałaś idio... a to znowu ty, mała - uśmiechnął się do mnie.

Był to ten sam chłopak, który wpadł na mnie rano. Zdziwiłam się, że nie był taki sam jak rano.

-Nie mów do mnie mała, palancie. - Chyba nie potrafisz być dla niego miła przez sytuację z rana.

-Ze mną się nie zadziera, kochanie. Za to, że tak brzydko mnie nazwałaś nie dam ci żyć w tej szkole, bo z tego co widzę to dopiero zaczynasz naukę tutaj.

Musiałam wejść, ponieważ zadzwonił dzwonek na lekcję. Nigdy nie lubiłam być w centrum uwagi, a tutaj miało się to najwidoczniej zmienić, ponieważ prawie każda osoba patrzyła w moją stronę. Nie chciałam patrzeć tym wszystkim ludziom w oczy, więc swój wzrok skierowałam na buty. Niestety przez własną nieuwagę wpadłam na kogoś, a dokładniej na chłopaka co wywnioskowałam po tym jak upadłam.



foto: Zuzanna Psiurska

Nie wiesz do czego jestem zdolny, więc lepiej uważaj. - Jego humor zmienił się w ledwie minutę.

On mi przecież grozi! Chyba nie zdaje sobie sprawy z tego, że tak łatwo mu się nie dam.

-Wiesz "kochanie", twoje słowa nie robią na mnie wrażenia, dlatego zamknij się już. Skłamałabym, gdybym powiedziała, że miło było Cię poznać, więc tego nie zrobię. Obyśmy więcej się nie spotkali.

-Jak chodzisz pokrako?! - krzyknął do mnie. W pierwszej chwili myślałam, że się przesłyszałam, bo raczej nic wielkiego się nie stało.

-Słucham? Może powinnam przeprosić Cię, Wielki Książę za to, że nie patrzysz jak chodzisz i taranujesz ludzi?

Otrzymałam czarny pokrowiec, w którym powinien znajdować się mundurek oraz plan lekcji wraz z rozkładem, gdzie znajdują się poszczególne klasy. Cieszyłam się, że pomyśleli o nowych uczniach, żeby nie musieli tracić całych przerw na znalezienie odpowiedniej sali.

Podziękowałam za wszystko i skierowałam się do wyjścia. Wychodząc znowu na kogoś wpadłam.

-Miałam już dosyć tej rozmowy, więc po prostu odeszłam.

Po wyrazie jego twarzy zauważyłam, że zdziwił się moimi słowami. Najwidoczniej nikt wcześniej mu się nie postawił. Wiedziałam jednak jedno: On tak szybko nie zostawi mnie w spokoju...

C.D.N

Zuzanna Psiurska
Anna Siedlecka

Jak odpocząć od codziennego stresu i napięcia?

Powrót do szkoły i trudnych obowiązków zwłaszcza po feriach, wielu osobom przysparza problemów.

Jak się nie dać szkolnej chandrze i stresowi?

Oto kilka rad, które warto zapamiętać i zastosować.

1. Dbaj o siebie!

W zdrowym ciele, zdrowy duch. Dbaj o zdrową dietę i uprawiaj sport.

Aktywność ruchowa dostarcza naszemu organizmowi endorfin, czyli hormonu szczęścia. To najlepszy i najzdrowszy antydepresant – wysiłek fizyczny po szkole pozwala odreagować nerwowe sytuacje i oczyścić umysł. – A to daje poczucie satysfakcji i spokoju

2. Zmień sposób myślenia

Uwierz w siebie! Często wyolbrzymiamy negatywny obraz swojej osoby, przez co jeszcze mocniej potęgujemy odczucie stresu. Sami dla siebie stajemy się dodatkowym źródłem zdenerwowania. Zastanów się, jak postrzegasz swoje sukcesy, a jak porażki? Czy potrafisz się cieszyć chociażby z małych rzeczy? Czy porażki potrafisz uznać za nowe doświadczenie, które jest nieuniknione w życiu? Nie wszystko musi udać się doskonale. Każdy ma prawo popełniać błędy.

3. Oddech to narzędzie walki ze stresem

Regularnie ćwicząc oddychanie możesz nauczyć swoje ciało właściwie reagować na stres. Jak to zrobić? Najprostsze ćwiczenia możesz wykonywać w szkole, w autobusie, wszędzie tam gdzie będziesz mieć na to ochotę.

Ważne, byś potrafił wprowadzić swoje ciało w stan odprężenia, wewnętrznego spokoju i harmonii.

Skoncentruj się na oddechu. Przeprowadź trening relaksacyjny – spróbuj na wdechu napinać, a na wydechu rozluźniać poszczególne części ciała. To działa!

4. Sprawiaj sobie małe przyjemności

Szczęście to małe przyjemności, które zdarzają się codziennie. Dlatego, kiedy czujesz, że stres przejmuje nad Tobą kontrolę wciśnij przycisk PAUZA.

Chodzi o to, by **dać organizmowi chwilę wytchnienia – zrobić przerwę w pracy** i porozmawiać z kimś kogo lubimy, wspólnie pośmiać się z błażych rzeczy, albo zjeść jabłko

5. Dobrze planuj swoją pracę!

Pozwoli ci to uniknąć chaosu i dobrze gospodarować czasem.

Anna Bembenista



słodkości na chandrę

Anna Bembenista