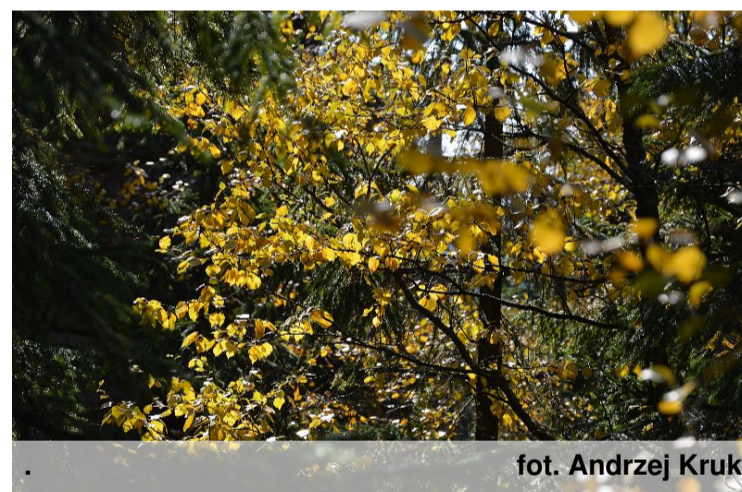
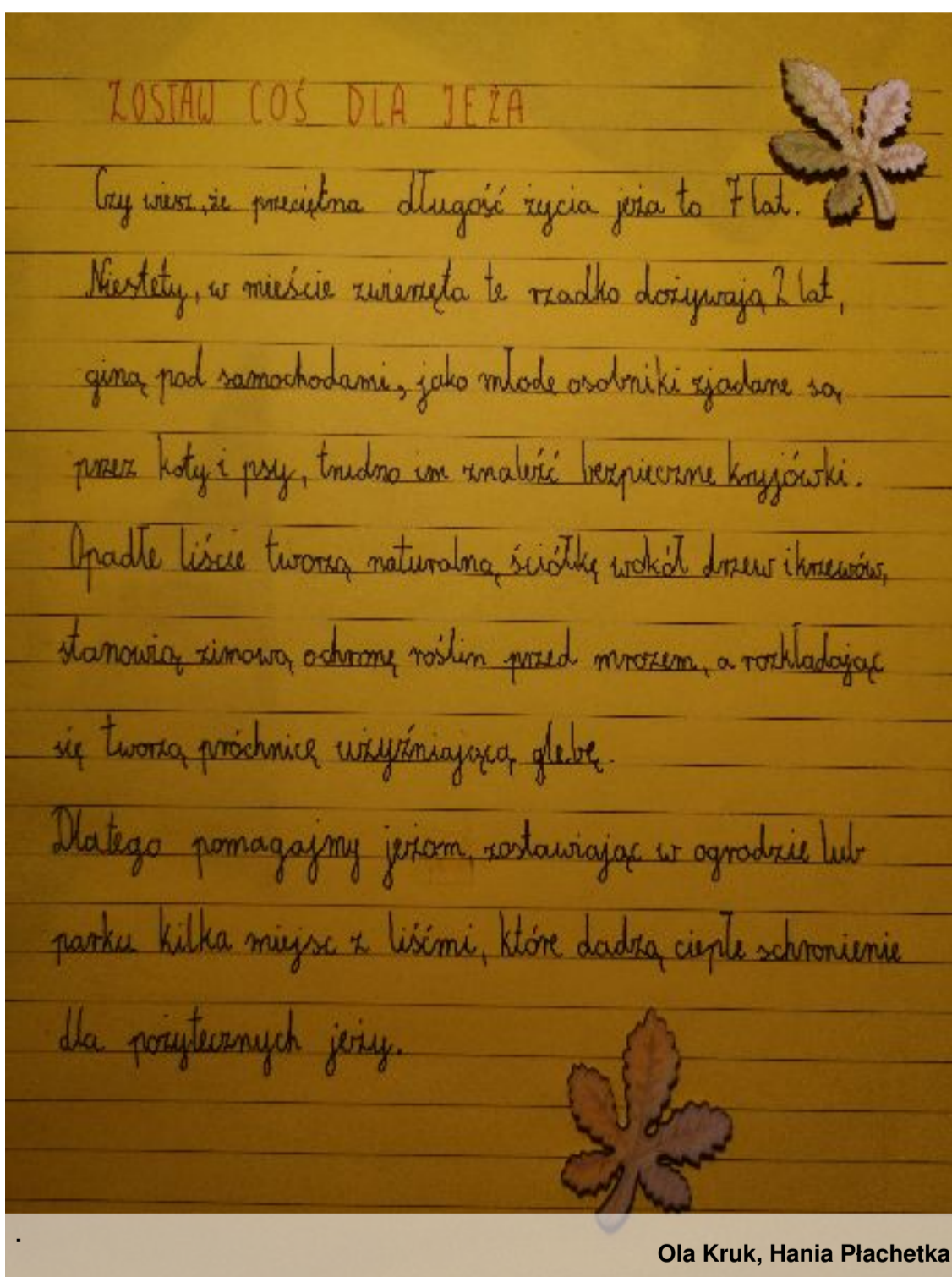


JESIEŃ...



Nasza redakcja ma nowy skład. W tym roku szkolnym będą przekazywać Wam informacje, prezentować ciekawe prace i pomysły uczniowie z klasy IV b.

Jesienne prace wykonały Ola Kruk i Hania Płachetka, nowe redaktorki naszej gazetki.

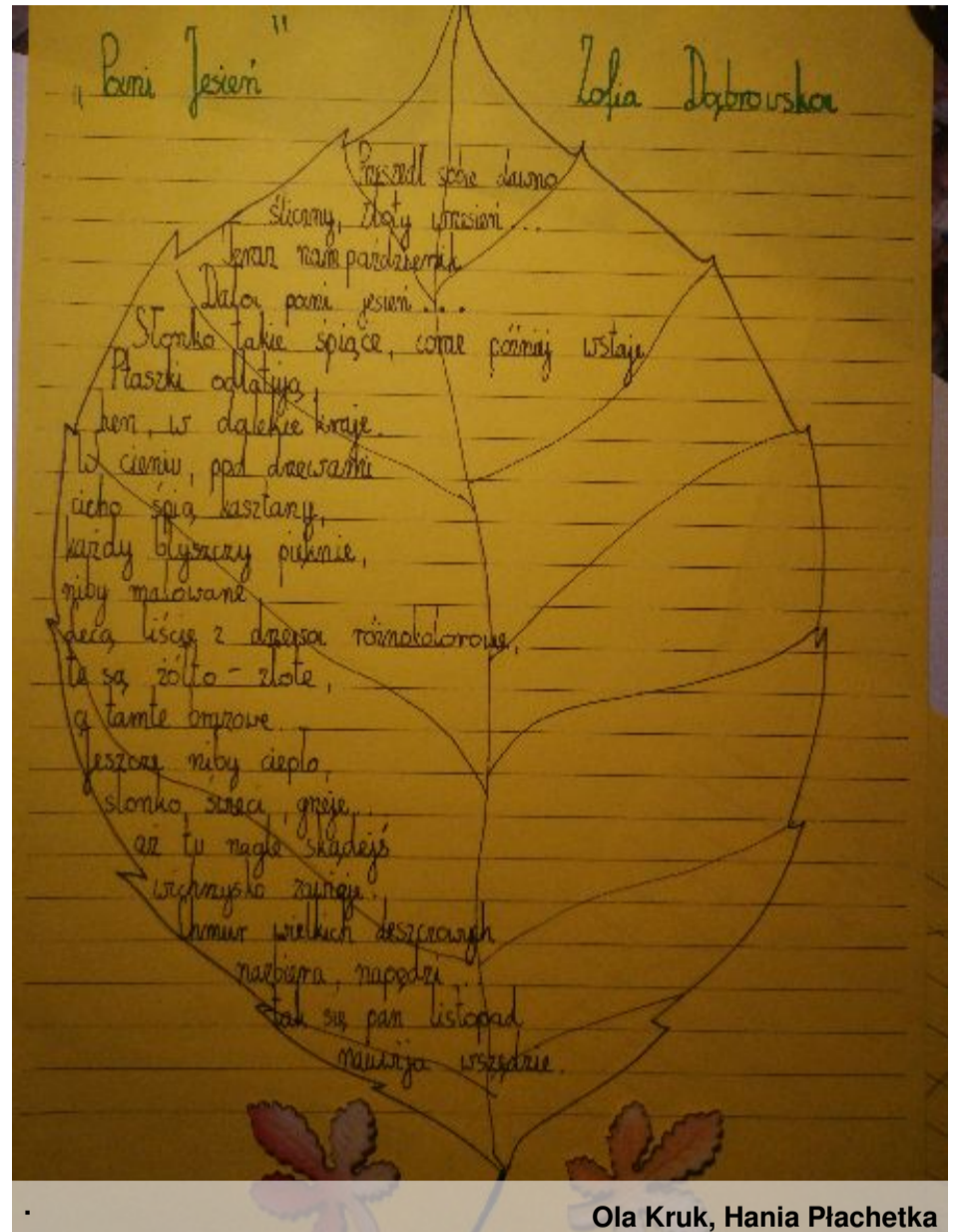
Śliczne zdjęcia okolic Szczelińca Wielkiego i Wzgórz Włodzickich są autorstwa pana Andrzeja Kruka. Serdecznie dziękujemy.

Sylwia Krenz

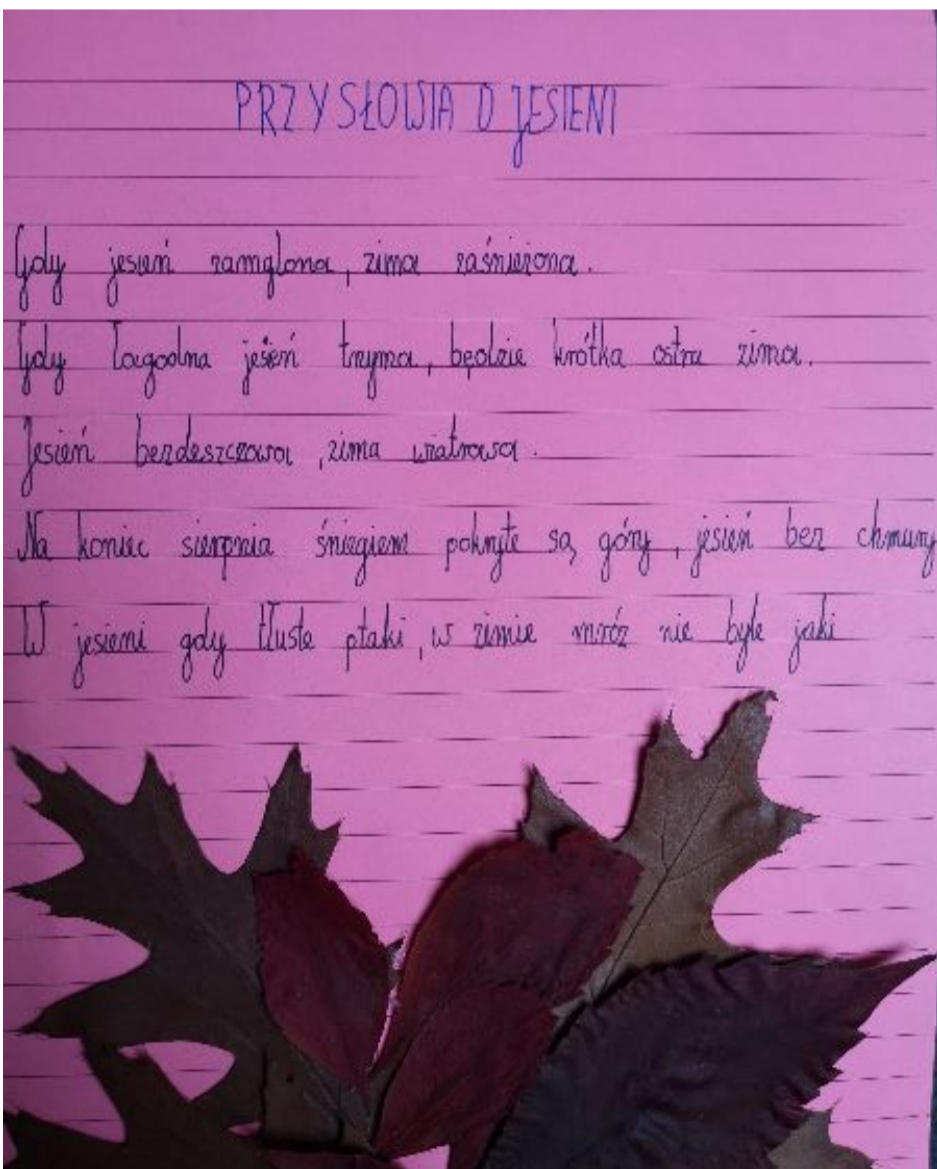
W OBIEKTYWIE I NIE TYLKO



fot. Andrzej Kruk



Ola Kruk, Hania Plachetka



fot. Andrzej Kruk

SPORT

Witam Was Czytelnicy Gazetki Szkolnej!

Długo zastanawiałem się, czy zechcecie czytać moje artykuły z rubryki SPORT. Ostatecznie stwierdziłem, że sport wymaga siły woli, poświęcenia, a to tak samo, jak czytanie, przy którym musi nam się chcieć, no i poświęcamy swój cenny czas. Skutkiem ubocznym w obu przypadkach jest podnoszenie swoich umiejętności.

Czas tak szybko ucieka, a my mamy już za sobą zawody w biegach przełajowych, które odbyły się w Bystrzycy Kłodzkiej 18.10. br. SP nr 7 była niepokonana prawie we wszystkich grupach wiekowych, tylko młodsze dziewczęta z kl. 4 - 6 ukończyły zawody tuż za podium (IV miejsce).

Reprezentantki Naszej Szkoły w piłce koszykowej rocznika 2006 w dniu 23.10. w Wałbrzychu wywalczyły złoto – gratulacje koleżanki, a chłopcy zajęli VII miejsce – myślę, że chłopaki mieli gorszy dzień. Prawda chłopcy? Natomiast 15 listopada dziewczyny zdobyły II miejsce w finale strefy wałbrzyskiej, a chłopcy z klas 5 zostali mistrzami powiatu. Świetnie!

Natomiast piłkarze naszej szkoły – zarówno U - 8, U - 10, jak i U - 12 - zakwalifikowali się do wojewódzkich rozgrywek „Z Podwórka na Stadion o Puchar Tymbarku”. Bacznie będziemy ich obserwować podczas rundy wiosennej.

Oj, dzieje się, dzieje!

Tylko tak dalej, a braknie nam pótek na statuetki – ciekawe, czy Pan Dyrektor to przewidział.

Ale o tym dowiecie się w kolejnym numerze!

Postanowiłem bowiem przeprowadzić wywiad z Panem Dyrektorem. I wierzcie mi, to nie będzie prosta sprawa, ponieważ dopiero niedawno przerabiałem „dialogi” na języku polskim.

Ze sportowymi pozdrowieniami
Antek Ch.



fot. Andrzej Kruk



fot. Andrzej Kruk

Zdrowe odżywianie zimą

Wkrótce przyjdzie zima. Jak powinniśmy się odżywiać?

Zimą przede wszystkim należy wzmocnić naturalną odporność organizmu, by mógł oprzeć się zmęczeniu i chorobą. Zimowa dieta powinna zawierać cebulę oraz czosnek które świetnie wspierają ciało i pomagają je uodpornić. Kiszona kapusta to źródło witamin A,C oraz K a także witamin z grupy B. Buraki także powinny zagościć w zimowym menu. Są bardzo zdrowe, działają uodparniająco. Zimą nie można zapomnieć o jabłkach i bananach. Jedno i drugie można smakowicie ulokować w deserach. Jeśli o owocach mowa to zimą dobrze zaprzyjaźnić się z gruszkami. Mają w sobie moc witamin A, B1, B2, C i PP oraz składników mineralnych np. (potas, fosfor, magnez, wapń, żelazo, miedź). Wykazują działania przeciwgorączkowe. A na podwieczorek- dzika róża, a dokładnie konfitury z dzikiej róży. Dzika róża ma zbawienny wpływ na ludzki organizm, działa uodparniająco, pobudzająco i pomaga w problemach żołądkowych. Do zimowej diety warto włączyć kasze, a w szczególności kasze jaglaną, która działa rozgrzewająco, a także orzechy. Nasz organizm będzie bardzo wdzięczny za małą garść migdałów, czy orzechów włoskich raz dziennie.

Maja Janczewska

ANDRZEJKI DAWNIEJ I DZIŚ

Zbliżają się andrzejki, wieczór wróżb i zabaw. Przypadają w nocy z 29 na 30 listopada.

Czy wiecie, że w dawnych czasach wierzono, iż tej nocy duchy zmarłych przodków wracają na ziemię i odsłaniają tajemnice matrymonialne?

W owych czasach tylko niezamężne dziewczyny mogły brać udział we wróżbach andrzejkowych. Dużą uwagę przykładano do tego, aby kobiety nie były podczas wróżb w ciąży, ponieważ obawiano się, żeby gusła nie zagroziły nienarodzonemu dziecku.

A co z chłopcami?

Czy oni też uczęszczali we wróżbach?

Dawniej chłopcy urządzali sobie podobne wróżby w nocy z 24 na 25 listopada w dzień świętej Katarzyny. Święto to nazywało się katarzynkami.

Z biegiem lat, zwyczaj ten poszedł w niepamięć i w obecnych czasach chłopcy razem z dziewczynami wróżą sobie w dzień świętego Andrzeja. Najbardziej popularną wróżbą jest lanie roztopionego gorącego wosku na zimną wodę przez dziurkę od klucza.

Ale my dziewczyny największą uwagę przykładamy oczywiście do wróżby dotyczącej imienia przyszłego chłopaka.

Mowa tutaj o karteczkach z imionami męskimi, które na noc wkładamy pod poduszkę i rano losujemy imię przyszłego męża.

A wy jakie znacie wróżby andrzejkowe?

I która jest waszą ulubioną?

Życzę wszystkim udanej zabawy andrzejkowej i pomyślnych wróżb!

Oliwia Waclawik

REDAKCJA

OLA KRUK
HANIA PŁACHETKA
OLIWIA WACŁAWIK
MAJA JANCZEWSKA
ANTEK CHALCARZ
SYLWIA KRENZ