



***"Każdy nowy rok to zupełnie nowa książka zawierająca 365 pustych stron. Wypełnijmy ją tym wszystkim, co najlepsze."***

# Poczuj się jak w niebie



Pewnie kiedyś się zastanawialiście, jak piloci "sterują" samolotem, pamiętają funkcje wszystkich małych przycisków i wszystkie hasła, za pomocą których rozmawiają z wieżą kontroli ruchu lotniczego. Niestety, nie mam pojęcia, jak oni to wszystko ogarniają, ale wiem, jak "prowadzą" samolot. Nie jest to jakaś wielka filozofia. Wystarczy się tylko skupić, zapamiętać parę rzeczy i być odważnym. Miałam okazję spróbować swoich sił w trakcie różnych lotów m.in. na Maderę, do Dubaju czy Nowego Jorku symulatorem 1:1 samolotu Airbus A320.

A320 to pasażerski samolot średniego zasięgu produkowany przez europejskie przedsiębiorstwo Airbus. Jest pierwszym samolotem pasażerskim wyposażonym w cyfrowy układ sterowania lotem fly-by-wire. Samolot ten został oblatany 22 lutego 1987, a rok później 28 marca 1988 odbył swój pierwszy lot komercyjny w barwach Air France. Airbus A320 jest bazowym modelem samolotów A318, A319 i A321. Według stanu na koniec 2012 wyprodukowano ponad 5400 sztuk samolotów z rodziny A320. W 2010 roku rozpoczęto prace nad następcą rodziny A320 – Airbus A320neo, którego dostawy rozpoczęto w 2016 roku. Samoloty pierwszej generacji były w tym czasie sprzedawane pod nazwą A320ceo, a ich produkcja została zakończona w 2019 roku.

Niestety nie miałam jeszcze możliwości wypróbowania symulatora boeinga, (dla tych,

którzy nie wiedzą - samolot stworzony przez inną, amerykańską firmę, konkurującą m.in. z airbusem), ale słyszałam, że nie ma wielkich różnic w kokpicie pomiędzy boeingiem 737 a airbusem A320. Jedną z nich jest inny joystick. W boeingu przypomina on połączenie kierownicy z konsolą np. do xboxa, za to w airbusie przypomina bardziej joystick do ps4 (chyba rzeczywiście twórcy dzisiejszych samolotów biorą inspirację z gier... ;)). Mimo że nie przetestowałam jeszcze boeinga, to sprawdziłam już, jak się sprawuje taki kontroler w owym samolocie. I w praktyce już tę różnicę się czuje. Boeing 737 ma lżejszy do poruszania kontroler, w przeciwieństwie do airbusa A320 - tutaj trzeba mieć duże wyczucie. Wymaga on ogromnego skupienia i cierpliwości. Gdy się nim poruszy, nie od razu zadziała, ale po chwili samolot może za bardzo się podnieść lub obniżyć.

Taka przyjemność skorzystania z symulatora pod okiem profesjonalnego, nadal latającego pilota, lub zapalonego pasjonata wysokich lotów, z możliwością stworzenia sobie "sytuacji" jak np. nagła zmiana pogody, problem techniczny samolotu czy wybór lotniska, na którym chce się wylądować wystartować niemało kosztuje, jednakże emocje i frajda z przebytych lotów gwarantowana! :)

*Do tekstu zawarto informacje ze źródła: [airpoint.eu](http://airpoint.eu)  
Patrycja Siastała*



## OZDOBY DO POKOJU

Do naszego pokoju najlepiej wybierać dodatki pod kolor ścian, łóżka, biurka itp. Pokój mogą przyozdobić kwiatki, poduszki oraz inne drobiazgi. Kolory zazwyczaj ładnie wyglądają, jeśli ze sobą kontrastują, ale nie zawsze.

Jeśli nasz pokój będzie w kolorze np. różowym i czerwonym (te kolory kontrastują za sobą), to po jakimś czasie zaczną nas boleć oczy.

Na biurko można położyć organizer na przybory szkolne, mini koszyk na zakupy (również na przybory szkolne) oraz powiesić lampki nad biurkiem. Łóżko bądź rozkładaną sofę warto wyposażyć w ozdobne poduszki, które są wręcz niezbędne dla osób lubiących uczyć się leżąc lub siedząc na łóżku (sama takie posiadam i jestem z nich zadowolona).

Na ścianę proponuję zegar albo obrazy, gdyż sprawdzą się idealnie jako urozmaicenie dużych powierzchni ścian. Jeśli powiesimy na ścianie tablicę korkową, to nie dość że będzie pięknie wyglądać, to będzie też przydatna. Ale teraz pytanie „Gdzie to powiesić?”- nad biurkiem, łóżkiem czy na pustej ścianie.

Na biurku, na półce albo na innej szafce, półce można położyć ozdobny kwiatek np. kaktus. Ale kwiatek nie musi na czymś stać, bo jeśli mamy miejsce, można powiesić kwiatek na haczyku.

Jeśli mamy dużo wolnego miejsca w pokoju (pod ścianą), można postawić mały hamak, w którym można położyć małe poduszki i kocyk.

*Jagoda Podobińska*

### SWIĘTA

Na biurko albo półkę można dać małą choinkę (żywą albo sztuczną), można też zrobić pluszowego elfa, renifera albo Świętego Mikołaja.

Drewniany renifer aż prosi się do pokoju. Lampki, bombki położone luzem na biurko co prawda nie będą najwygodniejsze, ale do zdjęcia idealne.

Samemu też można coś zrobić np. bałwana z szyszek i patyków.

A na łóżko położymy pluszową choinkę, Świętego Mikołaja, elfa, renifera itp.

Można również zrobić coś ciekawego z klocków lego

*Jagoda Podobińska*



## Sudety czy Tatry? Które piękniejsze...

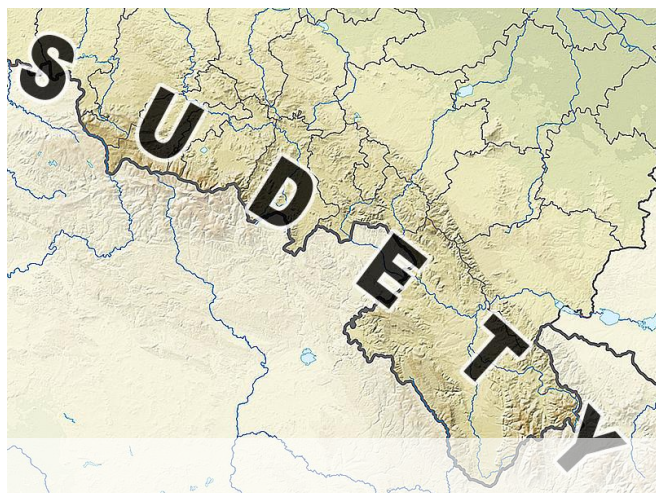
Sudety to góry, które leżą na granicy polsko-czeskiej. Ich najwyższym szczytem jest Śnieżka (1602 m n.p.m.) W Sudetach znajdują się mniejsze pasma górskie. Opiszę tzw. Góry Stołowe, które są bardzo ciekawymi górami. Jeśli jesteś zainteresowany jazdą w Góry Stołowe, musisz liczyć się z 4-5 godzinną jazdą samochodem do Kudowej-Zdroju. Jak już jesteście w tym mieście, to koniecznie musicie zwiedzić tzw. „Kaplicę Czaszek”. Została ona wybudowana z 2 tysięcy kości i czaszek. Dodatkowo w ukrytej krypcie znajduje się około 20 tysięcy kości. W Kudowej-Zdrój znajduje się tzw. pijalnia wód. Tam jest woda lecznicza, która, niestety jest okropna w smaku. Dla młodszych czytelników, polecam szlak „Błędne Skały”, który został utworzony w przeróżnych wąwozach i przesmykach, przez co dzieci (również ja) nie będą się nudzić. Na szlaku są widoczne formy krasowe o przedziwnych kształtach. Najbardziej zauważalne mają własne nazwy np. Kurza stópka, Okręt. Ale dla tych, którym ciągle mało, polecam wejść na najwyższy szczyt tego pasma, zaliczany do Korony Gór Polski, Szczeliniec Wielki. Mierzy 922 m n.p.m. Na samym szczycie jest taras widokowy i schronisko Got PTTK. Podobnie jak w Błędnych Skałach, na szlaku rozmieszczone są formy krasowe, które zapierają dech w piersiach. Na mnie największe wrażenie zrobiło „Piekiełko”.

Tatry to najwyższe góry w Polsce znajdujące się na granicy polsko-słowackiej. Ich najwyższym szczytem są Rysy 2499 m n.p.m. Tatry dzielimy na Tatry Zachodnie oraz Tatry Wysokie.

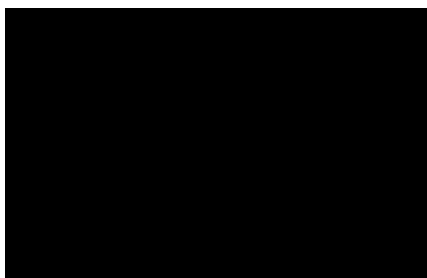
Opiszę Tatry Zachodnie, konkretnie Czerwone Wierchy. Jazda do Zakopanego trwa około 2,5 godziny. W Zakopanem jest wiele do zwiedzenia. Nie bez powodu warto wyjechać na Wielką Krokiew. Z góry można zobaczyć całe Zakopane. Aby wyjść na Czerwone Wierchy, najpierw trzeba wyjść na Halę Kondratową. Tam znajduje się najmniejsze schronisko w Polsce. Następnie trzeba wyjść na Przełęcz Kondracką. Tu masz wybór: albo idziesz na Giewont lub idziesz na pierwszy szczyt Czerwonych Wierchów, Kopę Kondracką 2005 m n.p.m.

Następnym przystankiem będzie Małolęczniak 2096 m n.p.m. Dużym zaskoczeniem były słupki z kamieni rozłożone po całej powierzchni szczytu. Trzecim szczytem, a zarazem najwyższym jest Krzesanica 2122 m n.p.m. Idzie się granią, dlatego gdzie się nie obejrzyś, zauważysz niesamowite widoki. Ostatnim szczytem jest Ciemniak, tak samo wysoki jak Małolęczniak. Następnie można zejść na malowniczą halę Ornak i wypić herbatę w schronisku. Na sam koniec przejście po jednej z najbardziej znanych dolin tatrzańskich, Dolinie Kościeliskiej. Samo przejście jest bardzo męczące, ale widoki i wspomnienia rekompensują ten trud.

Michał Krawczyk







The Contract to najnowszy dodatek do sieciowego trybu Grand Theft Auto V. Wprowadził on nowy typ prowadzenia biznesu polegający na pracy dla celebrytów. Prowadzona jest ona przez Franklina, znanego z trybu fabularnego. Kupując nowy biznes ze wszystkimi jego dodatkami, możesz wydać aż 5 milionów, co jest niemałą sumą. Cena to w sumie jedyny minus tego dodatku. Przedmioty potrafią kosztować bardzo dużo - od aut przez broń, aż do nieruchomości.



Uzbrojenie: Jedyłą użyteczną bronią jest nowy "Ciężki Karabin". Paralizator ładuje się około 12 sekund, a nowa wyrzutnia EMP działa bardzo słabo - jej efekt jest krótki. Czas od wyrzucenia granatu do jego eksplozji jest dość długi, co sprawia, że jest to broń niepraktyczna.

Dodatek wprowadza wiele, nie najlepiej płatnych, ale za to bardzo fajnych aktywności. Oprócz misji fabularnych, na biurowym komputerze, dostępne są ciekawe krótkie misje ochronne. Nie są one co prawda bardzo skomplikowane, zazwyczaj sprowadzają się do "znajdź i zabij", "uratuj lub ukradnij" lub "przewieź coś z punktu A do punktu B". Misje te są interesujące, a wszystkie sytuacje mają swoje uzasadnienie. Na przykład: pilot został zestrzelony, musisz go uratować przed gangsterami.



Dostępne są także misje zabójstw - tak jak np. "Zabójstwa na zlecenie Lestera" z trybu fabularnego. O ile można je wykonać w prosty sposób, to jest także możliwość ukończyć je na wiele ciekawych sposobów, które dają dość duże premie. Na przykład w jednej misji kradniesz taksówkę i wjeżdżając do morza, dusisz i likwidujesz cel. Fajny też jest nowy dodatek "Missle Jamerów", który pozwala unikać namierzanych rakiet w wybranych pojazdach.

Na koniec zostały nam misje fabularne dla Dr. Dre. Są bardzo dobrze napisane, dorównując humorem klasycznemu GTA. Dodatek jest naprawdę świetny, oferując dużo różnorodnej zabawy. Pomimo iż misje nie są bardzo dochodowe - dobry scenariusz i świetna zabawa rekompensują ewentualne minusy. Omawiane DLC oferuje ciekawe postacie i scenariusze misji. Dawno się tak nie ubawiłem, grając w nowy dodatek, a jest to dość rzadkie.

Uważam, że Rockstar świetnie uchwycił to, co tak naprawdę jest ważne w tej serii: humor i szybką akcją. Jestem w stanie wybaczyć słabsze broń oraz drogie auta. Świetna robota Rockstar!



## Dziwne zwyczaje świąteczne na świecie



Gruzińskie Alilo

Nasze zwyczaje i tradycje świąteczne znamy, jednak na świecie ten czas spędza się troszkę inaczej. Czasem nawet dziwacznie, zobaczcie sami:

**1. Caracas na rolnkach.** W każdą Wigilię Bożego Narodzenia mieszkańcy miasta wcześniej rano udają się do kościoła, ale robią to na rolnkach. Ten zwyczaj jest bardzo popularny, dlatego tego ranka ulice Caracas są zamknięte dla samochodów. Wszystko po to, by bezpiecznie dotrzeć do kościoła, a potem wrócić do domu.

**2. Gruzińskie Alilo,** to pochód ulicami miast, w którym biorą udział tysiące osób ubranych w regionalne stroje. W większości są to dzieci, które tego dnia dorośli obdarowują łakociami i słodyczami. Wszyscy śpiewają kolędy i świętują Boże Narodzenie.

**3. Japoński świąteczny obiad w KFC.** W Japonii Boże Narodzenie jest obchodzone nie ze względu na religię, ale tradycję – Japończykom podobają się świcidelka, ubrana choinka i sztuczny szron na szybach. Dlatego, też obchodzą święta, jednak zupełnie inaczej niż my. Świąteczny obiad to przede wszystkim...kubetek z KFC! Tak, to nie pomyłka. Restauracje przygotowują nawet na ten czas specjalną świąteczną ofertę.

**4. Indyjski choinka jest z drzewka bananowego lub mangowego,** bo zdobyć iglaste drzewko jest tam bardzo ciężko, dlatego tamtejsi chrześcijanie dekorują dostępne zamienniki. Nikt przecież nigdy nie powiedział, że świątecznym drzewkiem musi być iglasta jodła, zgadza się?

**5. Ogórki na choince w Niemczech.** Nasi zachodni sąsiedzi na choince wieszają nie tylko łańcuchy i okrągłe bombki, ale też takie w kształcie ogórka. W każdym domu tę szczególną ozdobę wieszają w łatwo widocznym miejscu, tak, aby bez trudu znalazły ją dzieci. Kiedy bombka zostanie odnaleziona, zawieszają ją na szczycie choinki, jako najważniejszą bombkę.

*To są dopiero bożonarodzeniowe tradycje!*

Oliwia Gajda



Indyjska choinka







## Juromania 2021.

Ktoś zapyta, co to takiego? Hm ...Jura, to wiadomo. To taka kraina geograficzna, w obrębie której mieszkamy. To malownicza kraina zamków, dolin i wapiennych ostańców, ciągnąca się od Krakowa po Częstochowę.

Chcąc pokazać piękno tego regionu, jego atrakcje i zabytki, lokalne instytucje i stowarzyszenia organizują coroczne święto Jury. Dwa województwa: małopolskie i śląskie, w ten sposób promują i odkrywają przed nami zabytkowe obiekty, podziemne jaskinie i warownie, szlaki i cuda natury.

Tak też było w tym roku. W trzeci weekend września, pomimo średniej pogody, atrakcji było co niemiara. Na początek: Zamek nocnych marków, była to nocna propozycja Zamku w Pieskowej Skale. To wyjątkowe zwiedzanie zazwyczaj niedostępnych części Zamku, m.in. strychu i piwnic, pełne opowieści, anegdot i niespodzianek na trasie zwiedzania. Na pewno nie było to nudne zwiedzanie, tylko interesująca propozycja dla odważnych i ciekawskich. Był też rajd terenowy trasą nowego Jurajskiego Questu, z specjalnymi zagadkami od Jurajskich żołnierzy. W Osadzie Boroniówka można było spróbować swoich sił na sześciu torach wspinaczkowych w asyście instruktorów czy też Grupy Jurajskiej GOPR w Dolinie Będkowskiej. Na Zamku w Korzkwi odbywały się warsztaty i rycerskie pokazy a także inscenizacja pt. Porwanie księżniczki. Można było zobaczyć Teatr Ognia i Fireshow oraz posłuchać muzyki na żywo.

Dla łasuchów też było co nieco, degustacje lokalnych smakołyków i live cooking - czyli gotowanie na żywo.

Z roku na rok popularność tej imprezy rośnie, pokazując zabytki i atrakcje zupełnie z innej strony, piękne krajobrazy na nieodkrytych szlakach i nowych trasach. Ja jestem na tak. A wy???

Oliwia Gajda



## Uczniowie z SP w Rzęsce na wycieczce w Zakopanem w ramach Małopolskiej Olimpiady Frekwencji



Zapewne nie wszyscy wiedzą, że 10 gmin z województwa małopolskiego, które uzyskały najwyższą frekwencję w drugiej turze wyborów na Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej, otrzymały z budżetu Województwa Małopolskiego bonus o wartości 50 tys. zł w ramach programu wsparcia turystyki szkolnej. Zostały one przekazane na kompleksowe sfinalizowanie wycieczek dla uczniów z małopolskich szkół podstawowych. Celem ich miało być odwiedzenie stolicy Małopolski- Krakowa oraz innych atrakcyjnych miejsc w naszym województwie.

Uzyskanie tego wyróżnienia w postaci bonu stało się możliwe dzięki zaangażowaniu społeczeństwa, a dokładniej społeczności lokalnej naszej Gminy Zabierzów, która uzyskała imponujący wynik i mogła poszczycić się frekwencją równą 77,05 %. I tak oto 50 uczniów Szkoły Podstawowej w Rzęsce miało możliwość wyjazdu na jednodniową wycieczkę na Podhale i zwiedzenie zimowej stolicy Tatr, czyli Zakopanego. Koszt wyjazdu wyniósł 4750 zł i w całości został sfinansowany z budżetu Województwa Małopolskiego.

Jednym z obowiązkowych punktów dla uczestników wycieczki były lekcje demokracji, które w naszej szkole przeprowadzili nauczyciele historii. Podczas zajęć uczniowie porównywali zasady demokracji ateńskiej w czasach starożytnych z demokracją współczesną. W trakcie dyskusji doszli do wniosku, że najlepsza forma rządów jest wtedy, gdy władza nie znajduje się w ręku jednej osoby, lecz decyzję podejmuje większość. Następnie zgłębiali zasady demokracji szlacheckiej i dowiedzieli się, że byliśmy jedynym państwem w Europie, gdzie decyzje podejmowało 5% społeczeństwa, czyli szlachta.

Natomiast staropolskie powiedzenie „Szlachcic na zagrodzie równy wojewodzie” dowodziło, że niezależnie od tego, czy ktoś był bogaty jak magnaci, czy biedny jak gołota, ich prawa nie różniły się niczym.

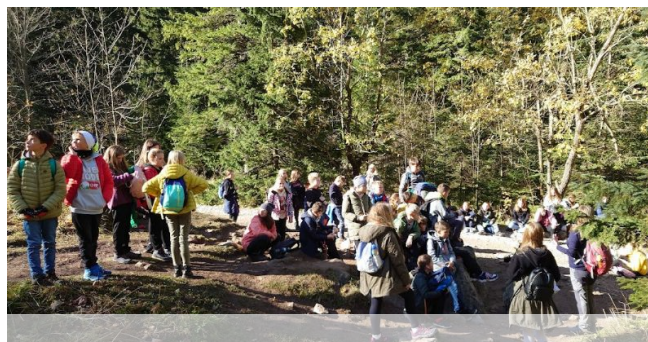
W końcu przyszedł czas na część wyjazdową. W programie wycieczki znalazły się miejsca godne uwagi, którymi może poszczycić się Zakopane. A były to: Sanktuarium Matki Boskiej Fatimskiej na Krzeptówkach, Muzeum Stylu Zakopiańskiego. Kolejnych wrażeń dostarczył spacer Doliną Strążyską, jedną z najładniejszych dolin reglowych w rejonie Tatrzańskiego Parku Narodowego, aż do wodospadu Siklawica znajdującego się w górnej części doliny. Dla zainteresowanych, nazwa doliny pochodzi od słowa „strąga”, które w gwarze podhalańskiej oznacza ogrodzenie do dojenia owiec. Po takiej trasie, lekko zmęczeni uczestnicy wycieczki zjedli obiad w regionalnej karczmie, by w sposób dosłowny poczuć smak tatrzańskich potraw.

Nie mogło też zabraknąć pobytu na Krupówkach i odwiedzenia Wielkiej Krokwi.

Również pogoda doceniła szlachetny cel wycieczki i towarzyszyła uczestnikom aż do powrotu do szkoły. Na koniec jeszcze, podczas przejazdu Zakopianką mogli podziwiać przepiękny zachód Słońca nad widoczną w oddali najwyższą górą Beskidów- Babią Górą.

Jednym słowem, wycieczka pozwoliła odkryć jeden z najpiękniejszych regionów Małopolski.


*Organizatorzy wycieczki-  
nauczyciele SP w Rzęsce*





# DZIWNY DONOS

Mój uczeń z czwartej B, Jan Kowalski, już od pierwszej klasy dobrze się uczył. Lekcje zawsze odrabiał samodzielnie, nigdy nie skarżył się na szkołę. Nie zdarzyło mu się przez 4 lata, żeby komuś odmówił, gdy ktoś potrzebował jego pomocy. Zawsze miał odrobione zadanie. Często przynosił zdobyte od wujka stopy książki, z których się uczył, wykorzystując ku temu nawet czas zwolnień lekarskich. Jedno jest pewne: On nie wyniósł ze szkoły wiedzy. Wierzę, że on wraz z kolegami odniesie wreszcie sukces na międzyszkolnej olimpiadzie i zdobędzie tam nagrodę: komputer z drukarką do naszej pracowni inżynierskiej, za nim pójdą inni. O tym olbrzymim sukcesie z wielką przyjemnością zawiadomię Pana, Panie Dyrektorze, i jego szanownych rodziców. P.S. Ten cwaniaczek stał nade mną cały czas, gdy pisałem to pismo. Proszę o powtórne przeczytanie tylko nieparzystych linijek.



# WIEŻA HANOI ZAGADKA TYBETAŃSKICH MNICHÓW

**ZRÓB TAK:**  
USTAW KRAŻKI WIEŻY HANOI TAK JAK NA RYSUNKU, NASTĘPNIE PRZEŁÓŻ DYSKI Z PALIKA NR 1 NA PALIK NR 3 PO JEDNEJ SZTUCE W TAKI SPOSÓB ABY NIGDY NIE POŁOŻYĆ DYSKU WIĘKSZEGO NA MNIJSZYM.



**O CO TU CHODZI ?**  
Wieża Hanoi uczy konstruktywnego myślenia. Uczy logiki postępowania by można było osiągnąć cel. Daje możliwość przewidywania swojego postępowania przez stopniowanie kolejnych czynności jako kroków do dalszego działania.

**DLA ZAAWANSOWANYCH:**  
Wieża Hanoi jest odmianą gry jednoosobowej, którą można doprowadzić do bardzo skomplikowanej postaci dokładając większą ilość krążków. Lub ułatwić jej rozwiązanie przez dołożenie ilości palików. Stosowana jest w symulacjach dla osób o powolnym trybie myślenia, gdy dolny dyrek zawiera nagrodę w postaci smakołyka. Jest to rodzaj badania synchronizacji ruchowo myślowej.

**KTO TO ODKRYŁ ?**  
Zagadka Wieży Hanoi stała się znana w XIX wieku dzięki matematykowi Edouard Lucasowi, który proponował zagadkę dla 8 krążków. Do sprzedawanego zestawu była dołączona (prawdopodobnie wymyślona przez Lucasa) tybetańska legenda, według której mnisi w świątyni Brahmy rozwiązują tę łamigłówkę dla 64 złotych krążków. Legenda mówi, że gdy mnisi zakończą zadanie, nastąpi koniec świata.

**CIEKAWOSTKA:**  
Kiedy mnisi rozwiążą zagadkę? Zakładając, że wykonują 1 ruch na sekundę, ułożenie wieży zajmie  $2^{64} = 18\ 446\ 744\ 073\ 709\ 551\ 615$  (blisko 18 i pół trylion) sekund, czyli około 584 542 miliardów lat. Dla porównania: wszechświat ma około 13,7 mld lat. Czyli "mały" drobiaź.



# MNOŻENIE KRATOWE BYŁO ZNANE JUŻ W XV wieku

Aby pomnożyć dwie liczby wykonujemy tabelkę jak poniżej. Pierwszą liczbę piszemy nad tabelką, drugą piszemy z prawej strony tabelki. Mnożymy cyfrę z danej kolumny przez cyfrę w danym wierszu. Cyfry jednostki wpisujemy pod czerwoną kreską a cyfry dziesiątek nad czerwoną kreską. Gdy uzupełnimy całą tabelkę to dodajemy liczby po skosie, wzdłuż czerwonych linii. Działania wykonujemy od prawej strony do lewej. Taki sposób mnożenia był już znany w XV wieku.

	5	3	9	7	
3	15	9	27	19	6
0	0	0	0	0	0
2	10	6	18	14	4
0	0	0	0	0	0
1	5	3	9	7	2
0	0	0	0	0	0
3	4	6	4	8	7
4	6	4	8	7	4

# DYLEMAT MATEMATYKA

$6:2(2+1)=1$

$6:2(2+1)=9$

KTÓRY WYNIK JEST PODRAWNY ?

**BUTY.** Ostatnio Ryoyu Kobayashi podczas zawodów w Klingenthal powiedział, że jak wygra, to kupi sobie buty. Tak się stało, w nagrodę kupił sobie-a co tam-dwie pary. Zgadnijcie, które z poniższych, lub sami wygooglujcie. A co ze spodniami?



### Nike Air Jordan 1 Retro High

To buty inspirowane oryginalnym modelem AJ1, które zadowolą wszystkich miłośników klasycznych fasonów Jordan. To wysoki, sznurowany model idealny do codziennych a także wyszukanych stylizacji.



### Cargo

popularna nazwa wojskowego stylu spodni, odznaczających się bardzo dużą trwałością i naciskiem na praktyczność. Bojówki mają charakterystyczny krój, z szerokimi nogawkami zwężającymi się przy kostce przewidzianymi do wkładania w cholewkę buta.



### Nike Air Jordan 1 Retro Low

To buty inspirowane oryginalnym modelem z 1985 r., wyróżniające się ponadczasowym fasonem, który za każdym razem pozwala odkryć coś nowego. To kultowy klasyk, który pasuje absolutnie do wszystkiego i nigdy nie wyjdzie z mody, a ilość kolorystycznych kombinacji zadowolą wszystkich.



### Wide leg

Są to zazwyczaj szerokie spodnie, nogawkami sięgającymi poniżej kostki lub najczęściej do ziemi. Na spodniach "Wide leg" najczęściej można spotkać dziury lub wycięcia. W roku 2021 były to jedne z najczęściej kupowanych spodni.



### E-Girl Boots

Są to czarne oficerki zazwyczaj na obcasie lub platformie. Buty charakteryzują się masywnymi zapięciami bądź klamrami. Są noszone razem z srebrnymi łańcuchami zaczepionymi o sznurówki oraz zamki. Najczęściej można spotkać te buty przy stylach: e-girl lub goth.



### Dzwony spodnie

"Dzwony" to model spodni, który zasłynął w latach 70' ubiegłego wieku, charakteryzujący się nogawką mocno rozszerzającą się od kolan ku dołowi. Długość dzwonów sięga do krańca stopy. Spodnie te z reguły zastępują buty.



### Trampki CONVERSE All Star

Converse były pierwszymi butami do koszykówki, które pojawiły się na boisku w 1917 roku.

To kultowe trampki, pasujące do spódniczki i do spodni. Aktualnie dostępne w wielu kolorach, a także wersjach.



### Straight Trousers

Są to spodnie strikte eleganckie, zakładane na przykład do pracy. "Straight trousers" nie są noszone tylko przez młodzież ale również przez dorosłych. Tak jak w przypadku spodni "Wide leg" są one szerokie i jak w przypadku "Dzwonów" sięgają poniżej kostki.



## Jak się uczyć słówek w każdym języku?

W tym artykule opowiem Ci, jak uczyć się słówek. Niezależnie czy chcesz uczyć się słówek z angielskiego, hiszpańskiego, francuskiego czy nawet chińskiego, zasada jest ta sama.

### Stres i odpoczynek

Zanim zaczniesz się uczyć, zrób sobie chwilę przerwy od codzienności. Zrelaksuj się. Możesz zrobić sobie herbatkę, czy poczytać książkę przez kilkanaście minut.

Czemu wyeliminowanie stresu jest tak ważne? Stres wpływa negatywnie na część w mózgu odpowiedzialną za pamięć, więc spokojnie, nie stresujcie się „na zapas”.

Odpoczynek też jest ważną częścią nauki. Każdy z nas czuje się pełen energii o innej porze. Jedni wolą wstawać o 5 rano a inni o 9:00. Nie ma problemu, jeżeli czujesz się na tyle „świeży” i wypoczęty.

### Ruch to zdrowie.

Zapewne nieraz słyszałeś to zdanie. Ruch oczywiście wpływa pozytywnie na nasze ciało, ale i również na nasz umysł. Jeżeli nie uprawiasz codziennie sportu, wyjdź z domu na kilkunastominutowy spacer przed nauką. Jeżeli np. pada, możesz wpisać w YouTube m.in. „ćwiczenia dla początkujących”.

### Czyli jak się uczyć tych słówek?

Jest wiele metod nauki języka. Ja przedstawię Ci kilka propozycji.

*Fiszki* – są to małe karteczki. Po jednej stronie są napisane słowa po polsku, a po drugiej stronie tłumaczenie tego słówka w innym języku. Możesz je samemu zrobić lub kupić w księgarni. Internetowe fiszki są również dobrą alternatywą do tych papierowych. Ja polecam [quizlet.com](http://quizlet.com).

*Tablice wzrokowe* – za przykład posłuży mi tablica z nauką owoców. Ważne by tablica była kolorowa! Kolory też stymulują nasz mózg. To tak: Na środku zapisz temat (w tym przypadku „owoce”). Wokół wypisz te słówka z danego tematu, które chcesz się nauczyć. Później dorysuj małe obrazki obok słów. Gdy rysujesz to słowo, możesz powtarzać sobie je w myślach. Do każdego słowa dorób strzałki, wychodzące z tematu.

*Mapa myśli* – podobna do tablicy wzrokowej, ale możemy na niej zapisać więcej słów i możemy je nawet pogrupować np. według koloru, smaku czy po prostu według naszego gustu. Czym bardziej spersonalizowana mapa myśli, tym szybciej nauczymy się tych słówek. Wykorzystaj wzrok do nauki.

*Nagrywaj się* – Kolejna metoda nauki słownictwa szczególnie dla słuchowców, czyli nagrywanie samych siebie na dyktafon! Zacznij od włączenia dyktafonu np. w telefonie. Powiedz słówko po polsku i drugie w innym języku. Zrób kilka sekund przerwy, byś mógł powtórzyć to słowo. Lub wypowiedz je po polsku, tu zrób chwilę przerwy i powiedz tłumaczenie tego słówka, byś mógł powiedzieć (na głos lub w myślach) to słowo w języku, którego się uczysz i od razu się sprawdzić. Takie nagranie możesz słuchać, gdy będziesz na spacerze z psem, czy gdy będziesz sprzątał.

*Technika pomodoro* – Ważna metoda w nauce, nie tylko słówek! Włącz stoper na 25 minut. W tym czasie wycisz telefon, powiedz rodzinie, by nikt w tym czasie Ci nie przeszkadzał. W tych 25 minutach uczysz się, bez rozpraszaczy! Nie spoglądaj na telefon. Skup się wyłącznie na nauce. Po 25 minutach nauki zrób sobie 5 minutową przerwę. W tym czasie odpocznij chwilę, zrób sobie herbatę, wyjdź na podwórko czy na balkon.

Później znowu 25 minut nauki i 5 minut przerwy. Po 3-4 takich seriach zrób sobie długą przerwę, 25 nawet do 30 minut! Przerwy w nauce są ważne, by mózg mógł „przerobić” dane informacje.



Pamiętaj również o planie nauki! Nie ucz się od zera na jutrzejszy sprawdzian, daj sobie kilka dni na przyswojenie materiału. Może wydaje ci się, że zajmie to o wiele więcej czasu, to jest racja, ale pamiętaj, że uczysz się dla samego siebie(!), nie dla rodziców, nauczycieli, czy dla ocen.

Nie ucz się metodą „wkuć, zdać, zapomnieć”, bo to jest po prostu strata czasu.

### Szybkie porady na lepsze zapamiętywanie:

1. Śpij minimum 8 godzin (to ważne w naszym wieku)
2. Staraj się jeść zdrowo.
3. Pamiętaj również o dobrym nawodnieniu
4. Nie spożywaj słodkich napojów czy słodczy. Cukier również źle wpływa na naszą pamięć.
5. Uprawiaj jakikolwiek sport.

Miłej i udanej nauki życzy Piotr Futoma

## Dolina Strążyska

Interesujesz się górami i jest to Twoje pierwsza zimowa wycieczka w góry? Jeśli Twoja odpowiedź brzmi „tak”, to ten artykuł jest dla Ciebie. Zapraszam Cię na niesamowitą przygodę związaną z przepięknymi miejscami w Polsce... Jest to szlak idealny na zimę i na lato ☺

Dolina Strążyska – blisko Zakopanego

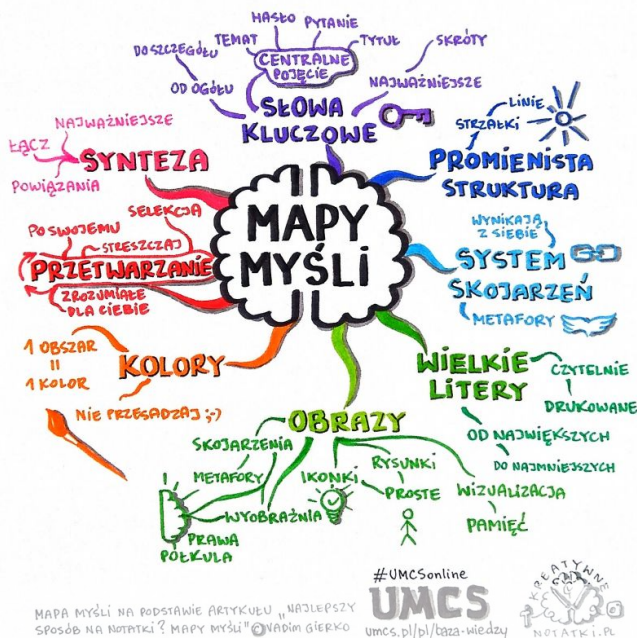
Parking pod Doliną Strążyską -> szlak czerwony -> skała „Sfinks” -> Herbaciarnia -> szlak żółty -> wodospad Siklawica (i z powrotem)

Dla kogo: dla początkujących  
Ilość kilometrów: 4,8 km. (w obie strony)

Czas przejścia: około 2h (zależne od szybkości chodu)

Ubrania i akcesoria: Ciepłe ubrania (na cebulkę), raczki (w zimie na szlakach często jest ślisko), termos z ciepłą herbatą ☺ (o ubiorze na zimowe wycieczki możecie poczytać w Internecie albo obejrzeć film na YouTube)

By rozpocząć naszą małą przygodę, (jeśli jesteśmy autem) musimy zaparkować na parkingu (jest ich kilka) koło wejścia do doliny. Zanim wejdziemy na szlak, musimy kupić bilet wstępu do doliny. Spokojnie, nie kosztuje on wiele (bilet zwykły 7 zł, a ulgowy 3,5 zł). Wchodzimy na czerwony szlak. Mijamy toalety. Szlak ciągnie się aż po Herbaciarnię, spokojnie, lekko pod górkę. Na drodze znajduje się kilka mostków nad strumieniem, które wpasowują się w sceneryjny szlak. Docieramy do skały „Sfinks”, której nazwę nadali jej turyści już w XIX wieku. Nieopodal skały znajduje się Herbaciarnia, w której możemy napić się ciepłej herbaty, chwilę odpocząć i gdy jest ładna pogoda (bez mgły), możemy pooglądać piękny widok na szczyt Giewont (gdy ja tam byłem, niestety była mgła ☹). Teraz już tylko 300 metrów trasy do Siklawicy – 23 metrowego wodospadu. Prowadzi tam lekko stromy szlak, ale naprawdę warto się tam wybrać. Wracamy tym samym szlakiem.



Mam nadzieję, że zachęciłem Cię do wycieczek w góry.  
Piotr Futoma