

Warto palić?



Logo kampanii "Palenie jest słabe"

www.paleniejestslabe.pl

Wiele osób, w tym także nastolatków, pali papierosy. Nie zdają oni sobie jednak sprawy, ile wynika z tego niebezpieczeństw. Jak podają badania, na świecie co 6 sekund umiera człowiek z powodu choroby wywołanej paleniem papierosów. W Polsce jest to rocznie około 60 tysięcy osób, czyli o kilkanaście razy więcej niż ginie w wypadkach samochodowych.

Palenie papierosów może powodować choroby układu oddechowego (np. astmę, rozedmę płuc), choroby układu krążenia (choroba wieńcowa, zawał serca, miażdżyca naczyń krwionośnych, nadciśnienie, choroby zakrzepowo-zatorowe w tym udar mózgu), choroby nowotworowe (m.in. płuc, krtani, gardła, przełyku, jamy ustnej, nosa, wargi, żołądka) oraz choroby przewodu pokarmowego (wrzody żołądka, wrzody dwunastnicy).

Nie można również zapomnieć, że palenie ma także bardzo negatywny wpływ na wygląd. Z badań wynika, że skóra palaczy jest niemal trzy razy starsza niż osób niepalących w tym samym wieku.

Takim skutkiem nie ma się co dziwić, kiedy wiemy, że wypalenie jednego papierosa to dostarczenie do organizmu około 4 tys. szkodliwych substancji, w tym 40 rakotwórczych, takich jak np. aceton, cyjanowodór, kadm, arsen, amoniak.

Musimy również pamiętać, że osoby przebywające w towarzystwie palaczy są narażone w takim samym stopniu na skutki palenia. Tak więc nie trujmy siebie ani swoich bliskich! Dzięki temu zyskamy i zdrowie, i oszczędności w portfelu.

Julia Helfeuer

Ash chce się posłuchać!

Ash'n'becher to radzionkowski zespół, który tworzy pięciu chłopaków: Grzegorz Gierula (śpiew, gitara basowa), Jarosław Szulc (gitara, śpiew), Tomasz Łabaj (gitara, harmonijka ustna, śpiew), Kamil Jakubowski (perkusja), Błażej Skowron (śpiew). Grupa może się pochwalić między innymi takimi sukcesami jak zdobycie II miejsca na Ogólnopolskim Rybnik Blues Festival 2014, I miejsca na przeglądzie zespołów w ramach cieszyńskiej Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy, a także II miejsca na Przeglądzie Kapel Studenckich w Gliwicach.



Zespół Ash'n'becher

www.ashnbecher.pl

Rozmowa z Jarosławem Szulcem, członkiem zespołu Ash'n'becher

Jak powstał wasz zespół?

Zebrała się grupka kolegów z placu, którzy chcieli założyć zespół. Pomysł ten nasunął Grzesiu, który gra na gitarze basowej.

Skąd pomysł na taką nazwę zespołu i co ona oznacza?

Pomysły były różne, np. „Czerwony gelynder”, „Corne odkurzocze”. I pewnego wieczoru przy piwku padło hasło: „A może ashynbecher”. I tak zostało. Pierwsza część „Ash” wzięła się od ulubionego zespołu, druga od terminu „rock'n'roll”, a ostatnia część od śląskiego słowa „aszynbecher”.

Dokończenie na s.2.

Rozmowa z Jarosławem Szulcem, członkiem zespołu Ash'n'becher

dokończenie ze s.1



Jarosław Szulc

Autor: Tomasz Kawka

Jaką gracie muzykę?

Raczej muzykę bluesową i rock'n'rollową, ale nie tylko. Wyróżnia nas od większości tego typu zespołów m.in. to, że śpiewamy po śląsku.

Skąd czerpicie pomysły?

Przede wszystkim z tego, co sami słuchamy, a każdy z nas lubi różne style w muzyce. Stąd też ta różnorodność naszych utworów.

Kto jest głównym motorem w zespole?

Głównym motorem jest gitarzysta Tomek, a potem każdy coś od siebie doda i tak powstaje piosenka.

Kto tworzy teksty i muzykę?

Przeważnie tekst wymyśla wokalista, a muzykę Robert, Grześ i ja.

Gdzie najczęściej gracie?

W małych pubach muzycznych, rzadziej na koncertach, ale najczęściej w restauracji "Figaro" w Radzionkowie. Trzeba przyjść i posłuchać. Każdy znajdzie coś, co lubi; jest miła atmosfera i można się pobawić.

Wiem, że macie już dwie płyty.

Pierwsza to demo, druga już dłuższa, z wokalistą, a następna będzie w przyszłym roku. Trwają już przygotowania.

Dziękuję za rozmowę

Rozmawiała Maria Zając

Próba generalna

17 grudnia 2014 r. w naszej szkole odbył się próbny sprawdzian szóstoklasistów. Wszystko zostało zorganizowane według zasad, jakie będą obowiązywały 1 kwietnia 2015 r. już na właściwym sprawdzianie.

Na początku losowaliśmy kartki z numerami miejsc, przy których mieliśmy usiąść. Po czasie przeznaczonym na sprawy organizacyjne, przystąpiliśmy do pisania pierwszej części sprawdzianu, która dotyczyła zadań z matematyki i języka polskiego. Mieliśmy na jej napisanie 80 minut. Z języka polskiego musieliśmy się wykazać między innymi umiejętnością czytania ze zrozumieniem oraz znajomością części mowy, a z matematyki przeważały zadania z geometrii. Następnie po przerwie przystąpiliśmy do drugiej części sprawdzianu. Tym razem mieliśmy 45 minut na zmierzenie się z zadaniami z języka angielskiego.

Tak jak się można było spodziewać, część uczniów uważała, że sprawdzian był łatwy, a część, że trudny. Szczególnie ci drudzy powinni mieć na uwadze, że do prawdziwego sprawdzianu zostały niecałe trzy miesiące i najwyższy czas wziąć się ostro do pracy.

Marek Juraś

Zimowe wieczory = nuda?

Zimą szybko robi się ciemno, jest zimno i nieprzyjemnie. Ale to nie znaczy, że musimy marnować czas przed telewizorem, smartphonem czy komputerem. Wystarczy odrobina chęci i wyobraźni, żeby czas minął nam błyskawicznie i przyjemnie.

Świetny pomysł to pogranie z rodziną lub znajomymi w gry planszowe. Mogą nam one nie tylko zapewnić wiele emocji, ale także uczyć. Inne pomysły to np. odwiedzenie kogoś z rodziny, skonstruowanie czegoś z papieru i, oczywiście, poczytanie jakichś ciekawych książek. Można także pomóc na przykład mamie w sprzątanii lub zrobić dla kogoś jakiś prezent. Moim zdaniem ciekawe może też być poeksperymentowanie w kuchni. Jak widzicie, jest dużo sposobów na nienudzenie się w ponure wieczory.

Robert Jasiok

Mamy prawo do życia bez przemocy



Świetliczaki i ich "Drzewo życzeń"

Z okazji przypadającego na 19 listopada Międzynarodowego Dnia Zapobiegania Przemocy Wobec Dzieci w naszej świetlicy szkolnej została zorganizowana dwutygodniowa akcja mająca na celu refleksję nad zjawiskiem krzywdzenia niepełnoletnich.

W ramach tej akcji odbyły się rozmowy na temat dzieci krzywdzonych i wykorzystywanych przez dorosłych, uczniowie wykonali prace plastyczne na temat „Prawa dziecka w oczach dzieci”, a na końcu wychowawcy z dziećmi stworzyli „Drzewo życzeń” z listkami-serduszkami, na których uczniowie klas I-III wyrazili słowami to, jak chcą być traktowani przez dorosłych i co powinni usłyszeć dorośli łamiący prawa dzieci.

Międzynarodowy Dzień Zapobiegania Przemocy wobec Dzieci to inicjatywa szwajcarskiej Fundacji Światowy Szczyt Kobiet (Women's World Summit Foundation). Obchodzony jest od 2001 r. Obecnie ponad 700 organizacji pozarządowych ze 125 krajów świata tworzy międzynarodową koalicję, która inicjuje obchody tego dnia, organizuje krajowe i lokalne akcje, adresuje postulaty i rekomendacje do rządów swoich krajów. Polską organizacją w koalicji Międzynarodowego Dnia Przeciwdziałania Krzywdzeniu Dzieci jest Fundacja Dzieci Niczyje.

Matematyka rządzi światem!

- o pracy nauczyciela matematyki opowiada pani Urszula Jagieła

Kiedy Pani zdecydowała, że zostanie nauczycielką matematyki?

Już jako dziecko praca nauczyciela mnie interesowała. Chodząc do szkoły podstawowej już marzyłam, żeby zostać nauczycielką.

Lubi pani swoją pracę?

Bardzo! Daje dużo satysfakcji. W momencie gdy widać efekty naszej pracy, gdy uczniowie są zadowoleni, to jest największa radość w pracy nauczyciela.

Czy zgadza się pani z tym, że matematyka rządzi światem?

Oczywiście że matematyka rządzi światem. Bez liczb nie byłoby nic, wszystko opiera się na liczbach.

Czy dzieci lubią matematykę?

Dużo dzieci lubi matematykę, ale nie wszystkie.

Jakie ma pani rady dla tych uczniów, którzy nie mają najlepszych ocen z tego przedmiotu?

Trening czyni mistrza!! Więc ćwiczyc, ćwiczyc i jeszcze raz ćwiczyc, a to na pewno poskutkuje.

Czy zmieniał się sposób nauczania matematyki?

Kiedyś był tylko zeszyt, podręcznik, tablica i kreda, później były ćwiczenia, a teraz jest tablica interaktywna, podręcznik i ćwiczenia multimedialne, programy komputerowe, np. „Matlandia”, „Matematyczne ZOO”.

Rozmawiała Zuzanna Głuchowska



Co warto wiedzieć o autyzmie?



Chodzimy, mówimy, wykonujemy zwykłe czynności życiowe... Dla nas jest to oczywiste, jednak niektórzy ludzie nie mają tyle szczęścia. Na świecie są również ludzie chorzy, np. na autyzm. Czym jest autyzm?

Autyzm jest zaburzeniem rozwojowym, które najczęściej ujawnia się w ciągu pierwszych trzech lat życia jako rezultat zaburzenia neurologicznego, oddziałującego na funkcje pracy mózgu.

Autyzm i jego pochodne, jak podają statystyki, występuje raz na 500 osób i dotyka cztery razy częściej chłopców niż dziewczynki. Stopa życiowa czy wykształcenie rodziny nie mają żadnego wpływu na występowanie autyzmu. Autyzm jest trzecim najczęściej spotykanym upośledzeniem rozwojowym - częstszym niż zespół Down'a.

Autyzm ma wpływ na rozwój mózgu w sferach rozumowania, kontaktów socjalnych i porozumiewania się. Dzieci i dorośli z autyzmem najczęściej mają kłopoty z komunikacją i pracą w grupie. Zaburzenia utrudniają im porozumienie z innymi i wpływają na stosunek do świata zewnętrznego. Autyzm może objawiać się tym, że chorzy mogą wykonywać ciągle te same ruchy ciała (np. machanie ręką, kołysanie się), być przywiązani do konkretnych przedmiotów czy nerwowo reagować na sprzeciwianie się jakimkolwiek zmianom w rutynie.

Warto mieć wiedzę na temat tej choroby. Niestety jest to zaburzenie, które dotyka coraz więcej ludzi i jest duże prawdopodobieństwo, że w życiu spotkacie taką osobę. Z odpowiednią wiedzą łatwiej będzie wam ją zrozumieć.

Wiktorja Kronberg

Dla każdego coś miłego

W połowie grudnia 2014 roku premierę miała płyta Nicki Minaj „The Pinkprint”. Fani raperki musieli czekać prawie trzy lata na 16 piosenek (w wersji deluxe 22), które nagrała wspólnie z m.in. Arianą Grande, Beyonce, Drake'iem, Chrisem Brownem oraz Lilem Wayne'em.

Dla fanów spokojniejszych piosenek Nicki przygotowała takie piosenki jak „All Things Go”, „Bed of Lies”, „Pills n Potions” lub „The Crying Game” i „I Lied”.

Myślę, że większości osób spodoba się nowa płyta Minaj, ponieważ każda piosenka jest nagrana w innym stylu. Naprawdę opłacało się czekać na tak dobry i bardzo dopracowany album.

Julia Helfeuer



Humor

- Mamo, pani przyznała przed całą klasą, że jestem od niej mądrzejsza!
- Naprawdę?
- Tak. Najpierw pani powiedziała, że jak się czegoś nie wie, to trzeba pytać mądrzejszych od siebie, a potem zapytała mnie, ile jest pięć razy pięć!

Dwie muchy grają w piłkę na talerzu po zupie.
- Ale przykładaj się do gry! - mówi jedna.
- Dlaczego? - pyta drugi.
- Bo za tydzień gramy w pucharze.

Książki na zimowe wieczory

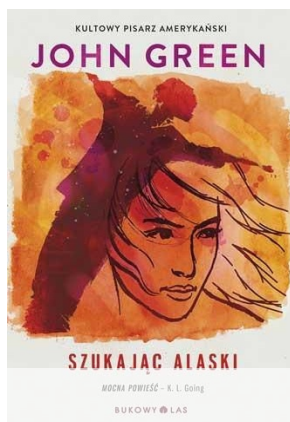
Jest wiele książek, które nadają się na najnudniejsze zimowe wieczory, kiedy nie chcemy spędzić całego dnia przed telewizorem lub innym sprzętem elektronicznym. Ja osobiście uwielbiam czytać książki, dlatego razem z kolegą przedstawimy wam parę naprawdę niesamowitych i ciekawych książek.

Pierwsza książka, którą chcę wam przedstawić, to **"Zostań, jeśli kochasz"**, autorstwa **Formana Gayle'a**. Opowiada ona o nastolatce, która zaraz po znalezieniu miłości swojego życia miała wypadek, w którym zginęli jej rodzice, a po krótkim czasie również jej brat. Lektura obowiązkowa.

John Green to autor wielu ciekawych książek dla młodzieży. Chciałabam polecić Wam dwie jego książki. Pierwsza to **„W śnieżną noc”**. Przenosimy się w niej do miasteczka Gracetown, które śnieżycą zamienia w prawdziwie romantyczne ustronie. A przynajmniej tak się wydaje... Bo przecież przedzieranie się z unieruchomionego pociągu przez mroźne pustkowia zazwyczaj nie kończy się upojnym pocałunkiem z czarującym nieznajomym. To na pewno jedna z najlepszych książek na zimę.

Druga książka Grenna, po którą warto sięgnąć, to **„Szukając Alaski”**. Książka opowiada o wrażliwych i zbuntowanych młodych ludziach szukających wrażeń i odpowiedzi na dręczące ich pytania dotyczące przyjaźni i miłości. Poznajemy w niej historię Milesa, który zakochał się bez pamięci w szalonej Alasce i dzięki której odnalazł Wielkie Być Może, czyli najbardziej prawdziwe i najbardziej intensywne doświadczenie rzeczywistości.

Wiktorija Kronberg



Poleca Marek Juraś:

Henning Mankell "Pies, który biegł ku gwiazdom". To cykl książek o jedenastoletnim Joelu, który został porzucony przez matkę i jest wychowywany przez ojca drwala, żyjącego wspomnieniami służby marynarskiej. Pewnej nocy chłopiec dostrzega w świetle latarni psa. Odtąd marzy tylko o tym, by go znaleźć. W czasie tych poszukiwań zaczyna odkrywać prawdę o otaczającym go świecie, o bliskich i obcych ludziach.

John Flanagan "Zwiadowcy". Seria powieści przedstawia przygody Willa, sieroty, który staje się czeladnikiem ponurego zwiadowcy o imieniu Halt. Cykl jest połączeniem przygód nastoletniego Willa i jego przyjaciół, m.in.. Horace'a, Cassandry, Alyss czy Gilana.

Rafał Kosik "Felix, Net i Nika". To książki dla czytelników starszych i młodszych. Opowiadają o przygodach trójki tytułowych przyjaciół – Felixa Polona, Neta Bieleckiego oraz Niki Mickiewicz – chodzących do warszawskiego gimnazjum im. profesora Stefana Kuszmińskiego.

Suzanne Collins "Igrzyska Śmierci". Akcja powieści rozgrywa się w nieokreślonej przyszłości w totalitarnym państwie. Na tytułowe igrzyska każdy dystrykt musi dostarczyć dziewczynę i chłopaka w wieku od 12 do 18 lat. Uczestnicy, nazywani trybutami, są zamykani na ogromnej arenie i zmuszani do walki na śmierć i życie. Nagrodą dla zwycięzcy jest luksusowy dom w Wiosce Zwycięzców i ogromna, jak na warunki Dystryktu, pensja od państwa.

Mikołajek zawsze śmieszny

Mikołajka z książek Goscinnego i Sempe zna chyba każdy. W 2014 r. mieliśmy okazję zobaczyć już drugi film o przygodach tego niesforneho chłopca.

W „Wakacjach Mikołajka” główny bohater wyjeżdża z rodzicami i babcią na wakacje. Poznaje tam nowych kolegów i dziewczynkę Isabelle. Wszystkim się wydaje, że dziewczynka cały czas chodzi za Mikołajkiem i dlatego chłopcy chcą jej dopiec, aby wyjechała. Swoje własne przygody przeżywają też rodzice głównego bohatera. Pewien znany producent filmowy zauroczył się mamą Mikołajka i zaprosił ją wraz z mężem na bankiet. Co z tego wyniknie, dowiecie się oglądając cały film. I zapewniam Was, że nie raz wybuchniecie śmiechem w czasie jego oglądania.

Warto również zwrócić uwagę na muzykę, która dodaje zabawnych, a niekiedy także lekko przerażających akcentów. Gorąco polecam ten film, zarówno młodszemu, jak i starszemu widzowi.

Zuzanna Głuchowska

Redakcja

Gazetka "Po Lekcjach"

Szkoła Podstawowa nr 1 w Radzionkowie
ul. Knosały 16, 41-922 Radzionków

Redaktorzy wydania:

Zuzanna Głuchowska
Julia Helfeuer
Robert Jasiok
Marek Juraś
Wiktorija Kronberg
Maria Zając

Opiekun:

Krzysztof Nocoń

Napisz do nas:

gazetkapolekcjach@gmail.com