



Jedyneczka

Wiosna

Gazetka szkolna

Szkoła Podstawowa Nr 1 w Hrubieszowie

Wiosna

**Wiosna radosna
rozkwitła sasanką
i zaćwierała
ptaków gromadką.**

**Zielona trawa,
zielone liście,
zielono w głowach nam
oczywiście...**

**Daj się nacieszyć sobą wiosno,
daj nam podziwiać, jak wszystko urosło.
Pozwól, by razem z piękną biedronką,
zostało z nami wiosenne słońko.**

**Będzie nam łatwiej
uczyć się, pracować,
i ... już na LATO
plany szykować.**



M. K.



**Wszystkim naszym Czytelnikom
życzenia składamy:
Dni radosnych i słonecznych
oraz udanych Świąt Wielkiej Nocy.**

W bieżącym numerze:

Aktualności Jedyneczki	s. 2
Rozstrzygnięcie szkolnych konkursów...	s. 4
Kącik Językowy	s. 6
Kącik Sportowy	s. 9
Kącik Różności	s. 10
Dla Najmłodszych	s. 17

Czy wiesz, że:

Kichnięcie powoduje zatrzymanie wszystkich funkcji życiowych, wliczając w to bicie serca.

Mrugnięcie trwa ok. 0,3 sekundy.

Ludzie w Holandii są najwyżsi w Europie.

20% tlenu wdychanego przez człowieka wędruje do mózgu.

W wieku 30 lat człowiek zaczyna się "kurczyć".

Ziewnięcie trwa zazwyczaj 6 sekund.

Najszybsze zarejestrowane kichnięcie wynosiło 165 km/h.

Jeden na 20 ludzi posiada dodatkowe zębro.

Prawe płuco u człowieka jest większe od lewego.

Jest co najmniej 6 uniwersalnych wyrazów twarzy: szczęście, smutek, wstręt, strach, gniew i niespodzianka.



Aktualności Jedyneczki

- Uczniowie klasy piątej niecodzienną lekcję. Myślę, że długo pozostanie w ich pamięci. Wyjątkową lekcję z zakresu edukacji dla bezpieczeństwa przeprowadziły uczennice klasy 8b – Lidia Grab i Nikola Koszałka. W sposób bardzo uporządkowany, zrozumiały i atrakcyjny opowiedziały o zasadach udzielania pierwszej pomocy. Zaprezentowały sposób wykonania resuscytacji, sposób ułożenia poszkodowanego, zapoznały z zasadami ustalania kolejności udzielania pomocy oraz sposobem przeprowadzenia wywiadu. Gratulujemy uczennicom oraz pani Monice Czulak.
- W dniach 28.01-29.01 2025r. odbyły się zajęcia edukacyjne w formie warsztatowej dla uczniów z klas 5a, 6a, 6b, 6c, 7a, 7b i 7c, prowadzone przez trenera reprezentującego firmę Edukacja 3.0, pana Roberta Turskiego. Tematem zajęć było szeroko pojęte bezpieczeństwo w Internecie, ze szczególnym podkreśleniem zapobiegania zjawiskom cyberprzemocy, hejtu i mowy nienawiści. Uczniowie uświadomili sobie jak wielkie szkody osobiste i konsekwencje prawne przynosi stosowanie cyberprzemocy oraz przypomnieli sobie ważną rolę świadka przemocy jako osoby, która swoją postawą może przerwać przemoc, stając po stronie kogoś pokrzywdzonego choćby w ten sposób, że zgłosi problem dorosłym. Uczestnicy zajęć pracowali metodami aktywnymi z wykorzystaniem TIK. Zwieńczeniem zajęć z uczniami było spotkanie dedykowane rodzicom, podczas którego rodzice uświadomili sobie jak ważna jest ochrona wizerunku dziecka w wirtualnym świecie oraz poznali najważniejsze zasady wspierania bezpieczeństwa dzieci i młodzieży jako użytkowników Internetu.
- Choinka szkolna. Zabawa choinkowa – 2025 w SP Nr 1 dostarczyła naszym uczniom niesamowitych wrażeń. Dziękujemy Rodzicom za przygotowanie pysznych poczęstunków w klasach, p. Beacie Litwińczuk za piękną ściankę zdjęciową i nie tylko, Dyrekcji i Wychowawcom za opiekę nad uczniami., Aleksandrowi Kurantowiczowi i Mikołajowi Karpiukowi za oprawę muzyczną, Anice Swatowskiej i Amelce Szewluk za foto-relację.
- Walentynki w naszej szkole sprawiły nam dużo radości... Dziękujemy „Listonoszom” szkolnej Poczty Walentynkowej: Anice S. z kl. 7b, Milenie H. Weronice W. i Gabrysiowi M. z kl. 7a. Dziękujemy p. kierownikowi p. B. Majewskiemu i Mikołajowi K. z kl. 7b za muzykę na szkolnych korytarzach.
- 11 lutego obchodziliśmy „Dzień Bezpiecznego Internetu” pod hasłem „Działajmy razem”. Zorganizowaliśmy zajęcia edukacyjne i konkursy oraz przygotowaliśmy gazetki okolicznościowe.
- Z dumą ogłaszamy, że nasza szkoła przystąpiła do programu edukacyjnego Państwowego Gospodarstwa Wodnego Wody Polskie „Aktywni Błękitni – szkoła przyjazna wodzie”! W ramach tego programu nasi uczniowie aktywnie angażowali się w działania związane z ochroną i oszczędzaniem wody. W klasach 4 obejrzelśmy edukacyjne filmy: „Woda wokół nas”, „Niezwykła podróż kropelki” oraz „#Szanuj wodę”, które poszerzyły naszą wiedzę o tym, jak cennym zasobem jest woda. Dodatkowo, uczniowie wykonali gazetkę w gablocie, na której przedstawili, jak ważne jest oszczędzanie wody, a także stworzyli projekty akwenów wodnych na niebieskich balonach Ziemi. Na koniec świetnie bawiliśmy się jako konstruktorzy, wykorzystując kreatywne klocki „Laboratoria przyszłości”, by zrozumieć, kto i w jakiej ilości potrzebuje wody. Cieszymy się, że możemy uczyć się o wodzie w tak twórczy sposób!
- W naszej szkole etap szkolny VIII Ogólnopolskiego Konkursu Kaligraficznego im. Janusza Korzeniowskiego „Piórem i Pazurem”. Do konkursu przystąpiły 24 uczennice naszej szkoły z klas IV – VIII. Zadanie konkursowe polegało na pięknym przepisaniu zdania: „Życie bez książek jest jak stół bez nóg.” (Konstanty Ildefons Gałczyński).
- Z możliwością ozdobienia tekstu iluminacjami, inicjałem lub bordiurą. Do etapu wojewódzkiego zakwalifikowały się następujące dziewczynki: Zuzanna Korneluk kl. 4a, Hanna Zuzańska kl. 5a,

Hanna Kisielewska kl. 5b, Urszula Nowak kl. 5b, Łucja Wiśniewska kl. 6b, Anna Metyk kl. 7c, Nikola Pietryna kl. 8b. Zwycięzcom etapu szkolnego gratulujemy i życzymy kolejnych sukcesów.

- W dniu 10 marca 2025 wyłoniono zwycięzców Szkolnego Konkursu „Kartka Urodzinowa dla Mojej Szkoły” Oto laureaci: grupa I – klasy I-III: I miejsce – Amelia Sokołowska – kl. 3b, II miejsce – Blanka Nowak – kl. 1a, III miejsce – Diana Gołębiowska – kl. 1a wyróżnienia – Jowita Kania – kl. 1a, Zuzanna Nej – kl. 1b, Maciej Opała – kl. 1b, Hanna Jasińska – kl. 1b, Fabian Kimak – kl. 1c, Filip Frąc – kl. 1c, Maja Słoniec – kl. 1c, Ksawery Gruszka – kl. 1c, Oliwia Kawka – kl. 1c, Magdalena Socha kl. 2a, Nikola Głowacz – kl. 2b, Emilia Jaśniuk – kl. 2c, Franciszek Ciesielczuk kl. 2c, Hubert Prokop – kl. 3a, Emilia Kania – kl. 3a, Magdalena Chabros – kl. 3b, Maja Nocek – kl. 3b, grupa II – klasy IV-VI: I miejsce – Wiktoria Hałasa – kl. 6a, II miejsce – Zuzanna Kudelska – kl. 6a, III miejsce – Oliwia Sagadyn – kl. 4a, Hanna Sidorczyk kl. 6a wyróżnienia – Julia Momot – kl. 4a, Franciszek Socha – kl. 4a, Lena Cierech kl. 4a, Milena Tor – kl. 4a, Joel Miłosz – kl. 4a, Alan Tor – kl. 4a, Nina Lewandowska kl. 4b, Zuzanna Gruszka – kl. 4c, Jakub Kalbarczyk – kl. 5a. Gratulujemy!
- W miesiącu marcu obchodziliśmy „Dzień Mózgu”; w klasach odbyły się zajęcia wychowawczo-edukacyjne oraz projekty, dzięki którym zgłębiliśmy wiedzę na temat roli mózgu w życiu człowieka oraz na temat dbania o rozwijanie funkcji poznawczych poprzez sen, ruch, właściwą dietę itp.
- 20.03.2025r. odbył się Dzień Otwarty Szkoły. Do zapoznania się z naszą szkołą zaprosiliśmy przedszkolaki z okolicznych przedszkoli, którzy, mamy nadzieję, dołączą do grona społeczności szkolnej naszej Jedyńki.
- „Pierwszy dzień Wiosny” przywitaliśmy barwnie i wesoło. Tego dnia uczestniczyliśmy w „Konkursie Talentów” oraz licznych klasowych atrakcjach.
- W pierwszy dzień wiosny, 21.03.2025r. grupa uczniów z klasy 5a wraz z opiekunami odwiedziła seniorów w Dziennym Domu Pobytu dla Seniorów w Hrubieszowie. Spotkanie odbyło się w ramach innowacji pedagogicznej „Ja i senior – łączymy pokolenia”. W trakcie wizyty uczniowie zapoznali się z funkcjonowaniem tego miejsca, a także samodzielnie wypróbowali sprzęt rehabilitacyjno – sportowy i podłogę interaktywną. Nie zabrakło również wspólnych działań – dzieci wraz z paniami seniorkami i personelem odczytały cytaty, przysłowia, fragmenty wierszy i piosenek o wiosnie oraz wspólnie odśpiewały piosenkę „Wiosna” zespołu Skaldowie. Gratulujemy takiej inicjatywy naszym uczniom i nauczycielom.
- W dniu 26.03.2025r. nasza koleżanka z kl. 4a Pola Pachniewska, czytelniczka z zamiłowania, reprezentowała naszą szkołę w finale Wojewódzkiego Konkursu czytelniczego pt. „Czy znasz?”, który odbył się w Bibliotece Pedagogicznej w Zamościu. Pola już po raz trzeci dotarła w tym konkursie wprost do samego finału. Gratulujemy naszej finalistce i życzymy dalszych sukcesów!
- Mamy brązowy medal w Koszykówce! Ciężka praca podczas zajęć SKS, determinacja oraz walka do końca naszych młodych koszykarek doprowadziła nas do brązowego medalu Mistrzostw Województwa. Dziewczęta zagrały w składzie: Maja Klimkowska, Iga Nowosad, Zuzanna Peczak, Karolina Grzegorzczak, Martyna Balcer, Julia Kiszal, Kornelia Mrozowska, Maja Magdziak, Nikola Pietryna, Lena Hołówek. Wspierały nas także Hania Sidorczyk oraz Ania Kiełbasa. Opiekunem był p. Tomasz Magdziak. Serdeczne gratulacje!
- Zapraszamy wszystkich do udziału w naszym rocznym konkursie poetyckim pt. „Wierszyk do gazetki”. Jest to wyjątkowa edycja konkursu, gdyż poświęcamy ją jubileuszowi 60-lecia naszej szkoły. Napiszcie wierszyk na temat „Moja szkoła-Jubilatka” oraz złóżcie go do dnia 11 kwietnia 2025r. do naszych opiekunów p. Marty Kuczyńskiej i p. Joanny Bartnik. Zapraszamy do udziału w konkursie!

**Wszystkim uczniom, nauczycielom i pracownikom szkoły
życzymy miłego wiosennego odpoczynku z okazji przerwy Świątecznej.**

Przygotowała: p. Marta Kuczyńska



Rozstrzygnięcie szkolnych konkursów z okazji Dnia Bezpiecznego Internetu'2025

#DBI2025 #DziałamyRazem

Z okazji obchodów Dnia Bezpiecznego Internetu zorganizowaliśmy konkursy, popularyzujące wiedzę na temat bezpiecznego korzystania z Internetu oraz zapobiegania cyberprzemocy.

Oto laureaci konkursów:

Konkurs indywidualny dla uczniów klas I-III pt. „Wnuczek i Wnuczka uczą Dziadków, jak być bezpiecznym w Internecie”.

Konkurs plastyczny:

I miejsce: Eliza Daciuk 2a

II miejsce: Jakub Białosiewicz, kl. 1a

III miejsce: Lena Kula, kl. 3b

Konkurs literacki/ulotka:

I miejsce: Pola Tor, kl. 2a

II miejsce: Magdalena Socha, kl. 2a

III miejsce: Nikola Głowacz, kl. 2b

Wyróżnienia:

1. Eryk Król, kl. 2b

2. Mikołaj Wsolak, kl. 3b

3. Maja Słoniec, kl. 1c

4. Szymon Dziawolik, kl. 3a

5. Jan Jędrzejewski, kl. 1b

6. Blanka Nowak, kl. 1a

7. Aleksandra Banach, kl. 1a

8. Zofia Kisielewicz, kl. 3b

9. Dawid Rerak, kl. 3b

10. Hanna Teterycz, kl. 1a

Konkurs klasowy na plakat pt. „Razem pokonamy cyberprzemoc”:

I miejsca: Klasa 8c wych. Anna Lewandowska

Klasa 8a: wych. Anna Suwała

II miejsca: Klasa 7c: wych. Monika Jakoś-Wór

Klasa 6b: wych. Arleta Kowalska

III miejsca: Klasa 7b: wych. Marta Lackowska

Klasa 4c: wych. Sylwia Wojak

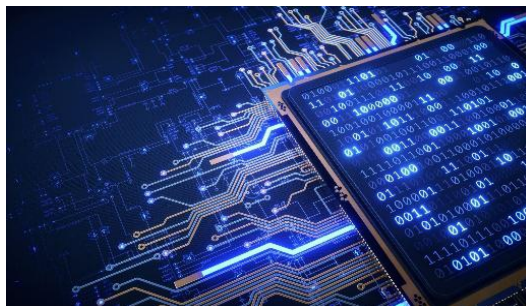
Wyróżnienia:

Klasa 5b: wych. Małgorzata Szumiata

Klasa 5a: wych. Monika Anigacz

Klasa 8b: wych. Ewa Filipowicz-Sidorczuk

Klasa 7a: wych. Edyta Miller-Wiatrowska





Konkursy zorganizowane zostały przez pedagoga szkolnego p. Martę Kuczyńską. Nagrody ufundowała Gmina Miejska Hrubieszów w ramach dofinansowania szkolnych programów profilaktycznych.



Przypominamy najważniejsze zasady bezpiecznego korzystania z Internetu

1. Nie rozmawiaj i nie pisz z nieznajomymi.
2. Nie ufaj osobom, które nawiązują z tobą kontakt, nie podawaj informacji na swój temat.
3. Nigdy nie umawiaj się z osobami poznanymi za pośrednictwem Internetu bez wiedzy rodziców.
4. Nie używaj webkamery podczas rozmowy z nieznaną osobą.
5. Gdy coś cię przestraszy lub zaniepokoi, wyłącz monitor i powiedz o tym rodzicom.
6. Nie wysyłaj wiadomości osobom, których nie znasz.
7. Nie wysyłaj przez Internet swoich zdjęć lub zdjęć rodziny bez zgody rodziców.
8. Nie podawaj danych osobowych.
9. Nie klikaj w linki, których nie znasz.
10. Nie otwieraj plików ani załączników do poczty e-mail, niewiadomego pochodzenia.
11. Nie zezwalaj komputerowi na zapamiętywanie twoich haseł.
12. Używaj programów antywirusowych i antyspamowych.
13. Używaj komunikatorów tylko do kontaktów ze znajomymi.
14. Jeśli staniesz się ofiarą cyberprzemocy, zwróć się do rodziców lub nauczycieli.
15. Stosuj zasady NETYKIETY i nie obrażaj nikogo w wirtualnym świecie.
16. Korzystaj z komputera i Internetu w sposób umiarkowany i przemyślany.



Easter – Święta Wielkanocne

Easter tongue twisters - Wielkanocne łamacze językowe:

Eggs are rolling when a hen plays bowling.

Each Easter Eddie eats eighty Easter eggs.

Happy Easter for the prime minister.

A grey hare has new hair for Easter.

Red Rabbit runs round ruins.

Easter vocabulary:

catkins – bazie

chick – kurczątko

lamb – baranek

hen – kura

Easter egg – pisanka

Easter bunny – króliczek wielkanocny

Easter basket – koszyk wielkanocny

daffodil – żonkil

Lent – Wielki Post

Palm Sunday – Niedziela Palmowa

Easter Sunday – Niedziela Wielkanocna

Easter Monday – Poniedziałek Wielkanocny



Let's talk about spring

– porozmawiajmy o wiosnie

rainbow – tęcza
sun – słońce
flowers – kwiaty
tulip – tulipan
daisy – stokrotka
ladybird – biedronka [BrE]
ladybug – biedronka [AmE]
tree – drzewo
grass – trawa
plant – roślina
gardening – ogrodnictwo

gardening tools – narzędzia ogrodnicze
butterfly – motyl
bloom – kwitnąć, rozkwitać
blooming – kwitnący
blossom – kwiat, kwiecie (na drzewie, krzaku);
kwitnąć, zakwitać
clover – koniczynka
nest – gniazdo
stork – bocian
swallow – jaskółka

Przygotowała: p. Ilona Winogrodzka

Zwyczaje i tradycje rosyjskie

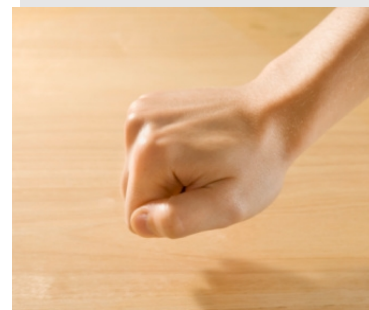
Każdy kraj ma swoje specyficzne zwyczaje, których nie można spotkać w innych kulturach. Jak powszechnie wiadomo Rosja również posiada swoje wyjątkowe zwyczaje, na przykład takie jak:

Siedzenie przed podróżą

Stary ludowy rosyjski ceremoniał mówi, że jeśli przed wyruszeniem w podróż cała hałaśliwa rodzina usiądzie na moment i posiedzi w milczeniu, to podróż odbędzie się szczęśliwie. W dzisiejszych czasach tradycja ta może mieć praktyczną zaletę, w tym czasie możemy przemyśleć sobie czy czegoś nie zapomnieliśmy spakować.

Stukanie w drewno

Zwyczaj stukania w niemalowane drewno znany jest i praktykowany także w Polsce. Kiedyś wierzono, że człowieka otaczają złośliwe duchy, które niweczą ludzkie plany. Stukanie w niemalowane drewno przy jednoczesnym wypowiadaniu na głos swoich planów/życzeń miało odstraszać złośliwe duchy i zapewniać realizację obranych celów bez większych przeszkód.



Podjadanie nasion słonecznika

Jedzenie nasion słonecznika jest zwyczajem sprzed 200 lat. Obecnie jest ważną częścią rosyjskich realiów. Największymi miłośnikami tych nasion w Rosji są gopniki, czyli rosyjscy dresiarze.

Gopniki

Rosyjscy dresiarze, czyli gopniki, to też część tamtejszej kultury. Co prawda w Polsce także jest to pewien rodzaj kultury. Gopniki od polskich dresiarzy różnią się tym, że nie noszą białych skarpetek. Charakterystyczny przedstawiciel tej subkultury rosyjskiej nosi kurtkę ze sztucznej skóry i kepi lub ośmiokątną czapkę, a za uchem obowiązkowo trzyma papierosa. Dni gopników wyglądają tak samo, na przesiadywaniu „w kuckach” z kumplami. Najpopularniejszymi miejscami do takiego przesiadywania są bramy, skwery i przystanki autobusowe.



Podstakannik

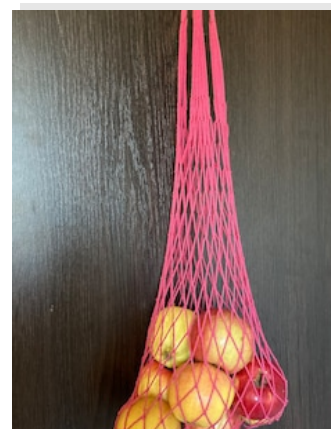
Jedną z atrakcji Rosji jest Kolej Transsyberyjska, która wiąże się z wieloma mitami i tradycjami. Przez wiele lat była i nadal jest jednym z wygodniejszych sposobów podróżowania po Rosji. Czasami w tym środku lokomocji trzeba spędzić parę godzin, a nawet dni. Podczas podróży ciężko jest pić gorącą herbatę, szczególnie gdy trzęsie. Z racji tego, że Rosjanie napar ten piją w szklankach, aby ułatwić sobie picie podczas podróży wymyślili metalowe uchwyty do szklanek zwane podstakannikami.

Dzień Mężczyzny

Dzień Mężczyzny znany jest na całym świecie, ale w Rosji dzień ten nazywany jest Dniem Obrońcy Ojczyzny. Panowie świętują ten dzień 23 lutego, a tradycyjnymi prezentami, którymi są obdarowywani są przede wszystkim pianka do golenia, krawat i skarpety.

Awoska

W dawnych czasach, gdy nie były powszechne plastikowe reklamówki dawane w każdym sklepie Rosjanie wymyślili awoskę. Awoska to coś, co można łatwo schować do kieszeni i wykorzystać przy okazji zakupów, np. po pracy. Torba ta znalazła również zastosowanie w Polsce.



Drzwi otwierane do środka

Podobno drzwi rosyjskich mieszkań otwierają się do środka. Reguła ta wzięła się z północnych terenów Rosji, gdzie po całonocnych opadach śniegu otwieranie drzwi na zewnątrz było utrudnione. Stąd też pomysł, by drzwi otwierały się do wewnątrz.

Pionierball

Jako, że Rosjanie to pomysłowy naród, postanowili wymyślić własną wersję siatkówki. W pionierball gra się w Rosji od lat 30-tych. Zasadniczą zasadą odróżniającą tę grę od siatkówki jest to, że piłkę można złapać w ręce. W pionierball mogą grać wszyscy bez wyjątku, grubi, niscy, okularnicy, chudzi, wysocy i co najważniejsze, podobno nie da się być w tym kiepskim.

Przygotowała: Aleksandra Pałys



Wiosenne festiwale w United Kingdom of Great Britain i Northern Ireland

...Czyli kilka przykładów świąt wiosennych obchodzonych w Zjednoczonym Królestwie Wysp Brytyjskich i Irlandii Północnej:

Dzień św. Patryka – święto narodowe na cześć patrona Irlandii obchodzone 17 marca. Najważniejszą tradycją tego dnia jest noszenie ubrań w kolorze zielonym.



April Fool's Day – czyli Prima Aprillis, obchodzony 1 kwietnia i powszechnie znany jako Dzień Głupca. W tym dniu żarty można robić tylko do południa, jeśli o tym zapomnisz i zrobisz komuś dowcip po godzinie 12, to sam jesteś głupcem. Radio, telewizja, gazety oraz Internet przygotowują na ten dzień specjalne atrakcje.

Shrove Tuesday (Pancake Day) – ostatni wtorek karnawału, czyli dzień przed Ash Wednesday (Środą Popielcową) znany też jako Dzień Naleśnikowy. Organizowane są wtedy tzw. pancake races – czyli wyścigi polegające na tym, że uczestnicy biegną jednocześnie podrzucając naleśnik na patelni. Zawodnik, który upuści naleśnik odpada.



Easter – ciekawostką dotyczącą Świąt Wielkanocnych jest rozdawanie przez Królową tzw. Maundy Money. Odbywa się to w Wielki Czwartek w Westminster Abbey bądź w innej katedrze, gdzie Królowa rozdaje pieniądze ubogim – ich liczba jest równa liczbie lat monarchy.



Queen's Birthday – Ciekawostką jest fakt, że Królowa Elżbieta II obchodzi urodziny dwa razy w roku - rocznicę przyjścia na świat, czyli 21 kwietnia i tzw. oficjalne urodziny - tzw. Queen's Official Birthday w pierwszą, drugą, lub rzadziej trzecią niedzielę czerwca. Oficjalnym urodzinom Królowej towarzyszy uroczysta parada wojskowa – „Trooping the colour”, czyli „rewia wojsk ze sztandarem”. Ta uroczystość stanowi wielką atrakcję turystyczną, ale podkreśla też osobisty związek monarchy z brytyjskimi siłami zbrojnymi.

May Day – symbolem tego święta, obchodzonego 1 maja jest Maypole – czyli pozbawiony gałęzi, wbity w ziemię pień drzewa (najczęściej jest to brzoza), przyozdobiony kwiatami i wstążkami, wokół którego dziewczęta wykonują tradycyjny taniec – May pole dancing.

Przygotowała: p. Ilona Winogrodzka



KĄCIK SPORTOWY

Bezpieczna jazda na rowerze – 8 najważniejszych zasad

1. Chroń swoją głowę – załóż kask

Wiele osób uważa, że w rowerowych wygląda się niezbyt twarzowo – i z tego powodu z nich rezygnuje. Jednak to bez kasku wykazujemy się brakiem rozsądku. Kask nie jest konieczny tylko poza miastem i podczas jazdy po bezdrożach – powinien być używany także w mieście.

2. Bądź widoczny na drodze

Używaj świateł podczas jazdy rowerem w nocy lub w warunkach słabego oświetlenia. Nie zapomnij też wyposażyć swojego roweru w odblaskowe opaski i gadzety.

3. Nie rozpraszaj się, nie słuchaj muzyki ani nie rozmawiaj przez telefon podczas jazdy

Wyjmij z uszu słuchawki i skup się na drodze. Gdy w grę wchodzi bezpieczeństwo, w obserwację drogi powinienes zaangażować wszystkie zmysły.

4. Pamiętaj o informowaniu kierowców i innych rowerzystów, dokąd zmierzasz

Zamiar skrętu sygnalizuj, wyciągając rękę w stronę, w którą masz zamiar skręcić. Jest to podstawowa zasada ruchu rowerowego, o której niestety zbyt wielu rowerzystów zapomina.

5. Zadbaj o to, by twój rower był odpowiednio wyregulowany

Zwróć uwagę na to, czy siodełko znajduje się w odpowiedniej pozycji, sprawdź hamulce i koła. Upewnij się, że odblaski na rower są widoczne z przodu i z tyłu roweru.

6. Zachowaj bezpieczną odległość od samochodów

Na drogach bardzo często zdarzają się wypadki polegające na wpadnięciu rowerzysty na niespodziewanie otwarte drzwi do samochodu. Niestety, jedynym sposobem, aby naprawdę temu zapobiec, jest utrzymywanie odpowiedniej odległości między rowerem a samochodami.

7. Traktuj ścieżkę rowerową jak każdą inną drogę

Bądź czujny! Często zdarza się, że samochody wjeżdżają na pas rowerowy, możesz też spotkać nieodpowiedzialnych rowerzystów, jadących pod prąd, niespodziewanie skręcających czy zatrzymujących się.

8. Zaplanuj swoją trasę z wyprzedzeniem

Czasem warto wybrać dłuższą, ale łatwiejszą i bezpieczniejszą trasę, która wiedzie z dala od ruchliwych ulic. Niestety infrastruktura rowerowa nie jest idealna i wiele ścieżek rowerowych niespodziewanie się kończy. Dlatego warto przemyśleć wcześniej trasę, którą będziesz jechał.

Przygotowała: Iga Nowosad

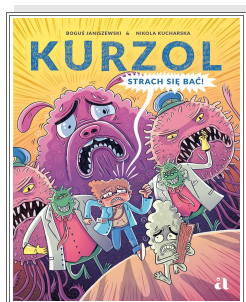
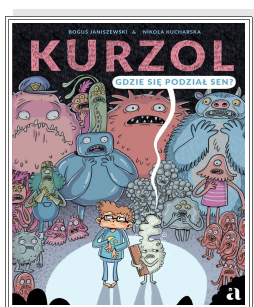


KĄCIK RÓŻNOSTCI

KSIĄŻKI, ZAGADKI, REBUSY, KRZYŻÓWKI ...

Czytanie książek to świetna przygoda, która kształtuje wyobraźnię, zwiększa wiedzę, pozytywnie wpływa na emocje i relacje z innymi:) Dlatego warto po nie sięgać jak najczęściej!

Polecam:



Wiek: 6+

Kurzol. Kto ukradł pamięć? - Boguś Janiszewski, Nikola Kucharska

Seria komiksów dla młodszych czytelników o sympatycznym Kurzolu. Jest to stworek (cały oczywiście z kurzu:) oraz o Antku, małym chłopcu. Dzięki nim lepiej zrozumiemy jak działa nasz organizm i jak o niego zadbać. Kiedy Antek ma problemy zdrowotne, obaj bohaterowie razem przenoszą się do wnętrza organizmu chłopca aby pokonać przeciwności. Po drodze mają mnóstwo przygód.

W pierwszych dwóch częściach poruszają się po wnętrzu Antka natomiast w trzeciej najnowszej części starają się pomóc Agacie, siostrze Antka, która przez to, że za dużo czasu spędzała „na telefonie”, zaczęła mieć problemy z pamięcią. Czy bohaterowie zdołają jej pomóc? Dowiedziecie się z książki. Dodam, że wystąpią tam także Glutaminiany, Acetylocholicy i tajemnicza Dopamina czyli Michalina, Antonina i Gośka, a także Inspektor, który czuwa nad równowagą organizmu. Polecam nie tylko najmłodszym! Zabawne komiksy z dużą dawką wiedzy o funkcjonowaniu organizmu człowieka.

Trollheim - Tajemnica opuszczonego domu tom 1 - Arne Lindmo

Wiek: 9+



Świetna książka dla młodszych jak i tych „starszych” czytelników. Opowieść wciąga w świat nordyckich podań i legend. Przyjaciele Adam, Tara i Tobiasz wędrują do opuszczonego starego domu, który stoi w miejskim lesie. Podobno jeśli ktoś wszedł do środka, już z niego nie wyszedł. Spotykają tam trolla o imieniu Kark, który okazuje się być tym dobrym bohaterem. Jednak jak w każdej opowieści o trollach, muszą występować tam też negatywni – źli bohaterowie. Jednym słowem to książka o walce dobra ze złem, a trójka nastoletnich przyjaciół postanawia stawić czoła złu i rozwikłać zagadkę – dlaczego w mieście znikają dzieci???

Jeśli jesteście ciekawi ich przygód, sięgnijcie po tę lekturę, pełną magii, przyjaźni, trolli i wilkołaków! (wcale nie jest strasznie!) Poczujecie klimat skandynawskiego świata legend!

Polecam! Duża czcionka!

Wzgórze snów - Joanna Jagiełło

Wiek: 8+

To historia o trójce rodzeństwa: Kostek, Aleks i Gucio, którzy w ostatniej chwili dowiadują się, że nie jadą z rodzicami na wakacje. Natomiast przejmują ich dziadkowie i udają się w podróż kamperem do miejscowości pośród lasów o dziwnej nazwie Nitąd.

Nie będą to jednak nudne wakacje, ponieważ rodzinka skrywa wiele tajemnic. Będą przygody, niespodziewane sytuacje i tajemnice. Pewnego dnia dziadkowie nie wracają z grzybobrania. Koniecznie przeczytajcie czy dzieci zdołają ich odnaleźć.

Autorka w tej opowieści zwraca uwagę na relacje wnuków z dziadkami. Osoby starsze okazują się być skarbnicą wiedzy i wartościowymi przyjaciółmi dla swoich wnuków. Polecam serdecznie!



Quiet Storm Cicha burza - Kimberly Whittam

Wiek: 10+



Bohaterką tej powieści jest nieśmiała, zakompleksiona dziewczyna, która nie wierzy w siebie.

Storm Williams, bo o niej mowa kończy szkołę podstawową. Storm ma przebojowego starszego brata, który zawsze jest w centrum uwagi (taka szkolna gwiazda). Kiedy Storm zaczyna chodzić do tego samego gimnazjum, wszyscy spodziewają się, że będzie tak samo przebojowa jak on. Jednak Storm jest przeciwieństwem brata, „szara myszka”, która wszystkim się przejmuję, ma niską samoocenę i chce zostać niezauważoną przez nikogo. Jakby tego było mało zostaje rozdzielona ze swoją przyjaciółką, która zostaje przydzielona do innej klasy.

Na początku Storm dostaje wsparcie od dorosłych bohaterów powieści np. Pani Osei, opiekunki domu, w którym mieszka. Doceniają ją także nauczyciele. Ważnym momentem jest wydarzenie na lekcji W-F, dziewczyna wygrywa bieg na 400 metrów, sama nie może w to uwierzyć. Odtąd zaczynają ją zauważać rówieśnicy a ona zaczyna bardziej wierzyć w siebie i dąży do spełniania swoich zamierzeń i rozwijania pasji. Poznajcie dalsze losy tytułowej Storm.

Będzie ciekawie! Mobbing w szkole, akceptacja, relacje między uczniami, przyjaźnie - to wątki, które autorka chce nam przybliżyć i zwrócić uwagę na problemy nastolatków. Polecam serdecznie wszystkim!



Przygotowała: Jagoda Szczepanik

Wiosenna dieta

Każdy wie, że dieta pomaga schudnąć, ale nie każdy wie, że zdrowe odżywianie też pomaga w zmniejszeniu ryzyka wystąpienia chorób takich jak nowotwory i choroby serca.

Też nie każdym smakują zdrowe dania, lecz zdrowe odżywianie nie ma na celu całkowitego porzucenia niezdrowego jedzenia tylko go ograniczyć.

Gdy ktoś chce postawić sobie solidną dietę ale najzwyczajniej mu to nie smakuje to do takiego dania może dodać:

- | | | |
|-------------|----------|---------|
| - borówki | - banany | - kiwi |
| - truskawki | - maliny | - mango |

Nawet mała ilość może zmienić smak na lepsze!

Przygotowała: Alicja Rudek

10 sposobów na aktywne spędzanie czasu wiosną

Wiosną wszystko budzi się do życia, robi się coraz cieplej a my coraz chętniej spędzamy czas na zewnątrz. Pobyt na świeżym powietrzu wywiera bardzo pozytywny wpływ na nasze zdrowie i samopoczucie. Oto kilka pomysłów na aktywne spędzanie czasu.

1. Wycieczki rowerowe
2. Jazda na hulajnodze
3. Rolki
4. Spacer
5. Piknik na świeżym powietrzu z rodziną lub znajomymi
6. Ćwiczenia na siłowniach zewnętrznych
7. Slacklining – Slacklining (ang. slackline – luźna linia) cieszy się w naszym kraju coraz większą popularnością. To dyscyplina sportowa, która polega na chodzeniu i wykonywaniu akrobacji lub trików na specjalnej sprężynującej taśmie, rozwieszonej i napiętej między dwoma punktami, np. drzewami, na wysokości od kilkunastu do kilkudziesięciu centymetrów.
8. Gra w piłkę (nożną, siatkową, koszykówkę)
9. Deskorolka
10. Jogging

Pamiętajmy, że rower po okresie zimowym wymaga przygotowania i sprawdzenia. Nie zapominajmy też o kasku i ochroniaczach podczas jazdy na hulajnodze, rolkach czy deskorolce.

Przygotował: Miłosz Księżyk

Wiosenna Moda

Wiosna 2025 to sezon pełen świeżych, radosnych i kolorowych trendów. Po zimowej szarości, projektanci mody postawili na wprowadzenie energii do naszych szaf, łącząc wygodę z elegancją. W tym roku moda na wiosnę ma być lekka, kolorowa i pełna optymizmu...

To czas pastelowych kolorów – takich jak miętowy, pudrowy róż, błękit czy lawenda. Oprócz tych delikatnych odcieni, modne będą także intensywne barwy, jak korał, turkus czy limonkowa zieleń. Kolory te mają dodawać energii i radości, typowych dla wiosennego klimatu. Co do materiałów w tym roku stawiane jest raczej na coś lekkiego czy naturalnego. W modzie będą wzory kwiatowe, geometryczne oraz inspiracje naturą. Klasyczne kratki i paski także nie wyjdą z mody. Postawiłabym na kroje oversize, czyli większe, bardziej swobodne ubrania, jak szerokie spodnie, sukienki czy płaszcze, lecz również świetnym pomysłem byłoby włożenie czegoś bardziej podkreślającego naszą sylwetkę. Co do obuwia to na pewno warto postawić na komfort. Sneakersy, lekkie sandały czy botki na płaskiej podeszwie będą idealnym wyborem na wiosnę. Coraz więcej marek modowych stawia na ekologię i zrównoważony rozwój. Tkaniny pochodzące z recyklingu, transparentność w procesach produkcji – to wszystko jest coraz bardziej popularne. Moda na wiosnę 2025 nie tylko ma wyglądać dobrze, ale także dbać o planetę.

Podsumowując moda na wiosnę 2025 to połączenie klasyki z nowoczesnością. Kolorowe ubrania, wygodne kroje i troska o środowisko to główne cechy tego sezonu. Wiosna to idealny czas na eksperymentowanie z modą i wyrażanie siebie przez styl.

Przygotowała: Dominika Ciemięga

Wielkanocne zwyczaje

- święcenie koszyczka
- wspólne śniadanie wielkanocne
- malowanie pisanek lub wycinanie z papieru
- dzielenie się jajkiem
- oblewanie się wodą w śmigus dyngus
- szukanie słodczy i pisanek przez dzieci

Przygotowała: Angelika

Wiosenne przysłowia

„GDY DZIKA GĘŚ W MARCU PRZUBYWA, CIEPŁA WIOSNA BYWA.”

Oznacza to jeżeli dzikie zwierzęta pokazują się wcześniej, mówi się, że może być wcześniej ciepło oraz słonecznie.

„JEŚLI W KWIETNIU PSZCZOŁY NIE LATAJĄ, TO DŁUGIE CHŁODY SIĘ ZAPOWIADAJĄ.”

Pszczoły budzą się gdy jest ciepło czasem zdarza się że pszczoły robią oblot w lutym. Niestety dużo pszczół umiera. Powodem są np. przymrozki. Te przysłowie oznacza, że może być przez dłuższy czas zimno.

„W MARCU JAK W GARCIE”

Mówi się tak ponieważ MARZEC to miesiąc, który kocha mieszać pogodę jak szalony, ponieważ pogoda cały czas się zmienia i nie można jej przewidzieć.

PRZYSŁOWIA są formą ludowej mądrości przekazywanej z pokolenia na pokolenie. Zazwyczaj są proste, zwięzłe i łatwe do zapamiętania, co ułatwia zastosowanie ich w różnych sytuacjach.

Przysłowia są też krótkie, często rymowane lub rytmiczne wyrażenia, które zwykle przyjmują postać stwierdzenia, wskazówki czy przestrogi.



Przygotowała: Adrianna Mazurek

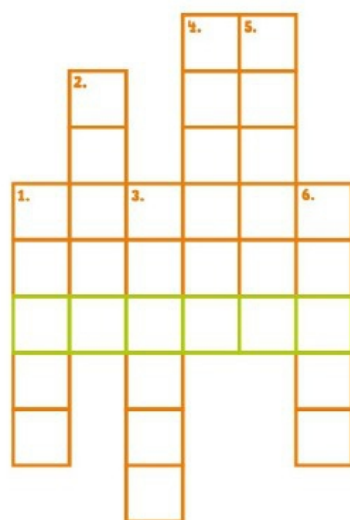
WYKREŚLANKA – WIOSENNE KWIATY

Odszukaj 8 nazw wiosennych kwiatów

P	R	Z	E	B	I	Ś	N	I	E	G
C	K	S	Z	A	F	I	R	E	K	T
E	S	R	Z	K	O	L	Ł	A	P	N
L	I	D	O	S	I	T	A	W	O	Y
I	S	T	O	K	R	O	T	K	A	C
W	W	A	N	W	U	G	O	R	T	A
A	A	O	T	O	W	S	I	E	K	I
Z	Ż	T	U	L	I	P	A	N	D	H

Przygotowała: Paula Wilczyńska

Wiosenne Łamigłówki



Rozwiąż krzyżówkę!



Rozwiąż zagadki :

1. Jak się nazywa ta pora roku
Co ściele dywan zielony wokół?

2. Kura je zniosła, mama przyniosła.
Ugotowała, dzieciom podała.

3. Siejemy ją w ogródku,
Gdy wiosna się zaczyna.
Co jakiś czas kosiarką
Należy ją przycinać.

4. Kiedy deszcz zaczyna padać
Wtedy szybko go rozkładam,
Lecz gdy deszcz jest i huragan,
On niewiele mi pomaga.



WIOSENNA WYKREŚLANKA

M	K	R	A	E	W	O	I	C	A	P	C	J	J	B	J
G	R	C	B	Y	M	P	T	Y	P	I	J	I	Y	L	H
U	O	O	N	U	P	T	G	D	M	R	E	C	Ś	T	L
N	K	L	K	E	M	G	C	K	H	H	T	L	N	K	G
T	U	L	I	P	A	N	B	H	A	B	A	Z	I	E	C
B	S	O	I	T	R	H	H	L	D	S	R	N	E	D	K
O	K	L	P	R	Z	E	B	I	Ś	N	I	E	G	A	B
B	L	L	A	Y	A	A	T	Ś	L	I	A	L	A	O	O
O	W	I	O	S	N	A	Y	C	Z	E	R	W	I	E	C
N	U	R	O	J	N	C	J	I	P	D	J	I	C	C	I
D	R	Z	E	W	A	R	G	E	U	Ż	S	Z	I	M	A
A	H	B	I	J	P	L	L	A	D	W	W	R	A	M	N
O	A	I	N	A	Z	H	L	B	A	I	H	N	A	F	N
C	A	B	F	H	R	M	A	R	Z	E	C	U	F	Z	I
O	K	M	W	N	W	A	H	O	A	D	O	Y	F	R	G
K	Y	L	E	L	J	B	S	N	P	Ż	G	B	A	W	L

WIOSNA
PRZEBIŚNIEG
MARZEC
ŚNIEG
KROKUS
ZIMA
CZERWIEC
DRZEWA
BAZIE
MARZANNA
BOCIAN
NIEDŹWIEDŹ
LIŚCIE
TULIPAN
KRA

Wiosenne zagadki

1. Wiosną zaczyna kwitnąć, w ogrodzie rośnie, ma długą łodygę i kwiaty w kształcie dzwonków. Co to za kwiat?

Odpowiedź:

2. Wiosną widać ją na drzewach, ma zielone liście i owocuje w postaci czerwonych kuleczek. Co to za drzewo?

Odpowiedź:

3. Jest malutka, skrzydła ma kolorowe, wiosną fruwa nad kwiatami. Kto to?

Odpowiedź:

4. Zimę już pożegnała, gdy tylko ciepło przychodzi, z ziemi wyłazi i na żółto kwitnie. Co to za kwiat?

Odpowiedź:

5. Kiedy wiosna nadchodzi, ona zaczyna śpiewać w lesie, ma małe piórka i buduje gniazdo w drzewach. Co to za zwierzę?

Odpowiedź:

6. Gdy wiosna się zbliża, rośnie na łąkach, ma małe, białe kwiatki i bardzo ładnie pachnie. Co to za roślina?

Odpowiedź:

7. Ma skrzydła i lata od kwiatu do kwiatu, zbiera pyłek i robi miód. Co to za owad?

Odpowiedź:

8. Jest zielona, rośnie w ogrodzie, czasem ją kosimy, a ona wciąż odrasta. Co to za roślina?

Odpowiedź:

Przygotowała: Aleksandra Pałys



Na wierzbowych gałązkach niczym kocie ogonki, na Wielkanoc w sam raz do dekoracji święconki.

Odpowiedź:

Gdy się schowa za chmury, świat staje się ponury. A weselej na świecie, kiedy „śmieje się” z góry.

Odpowiedź:

Po marcu przyjeżdża w kwiecistej karecie. Przed majem odjeżdża. Kto taki? Czy wiecie?

Odpowiedź:

Z ciepłych krajów wiosną leci, ponoć niesie z sobą dzieci.

Odpowiedź:

Wiosną na drzewie się zieleni, ale opada na jesieni.

Odpowiedź:

Znajdziesz je w cukierni lub na wiosennej łące, zanim się rozwiną w kwiaty kwitnące.

Odpowiedź:

Kolorowe i pachnące, czy w ogrodzie, czy na łące, zawsze chętnie je zbieramy na bukiet dla swej mamy.

Odpowiedź:

Co buduje każdy ptak, by chować pisklęta, a tylko kukułka, o tym nie pamięta?

Odpowiedź:

Przygotowała: Iga Nowosad

WIOSENNA WYKREŚLANKA

W	E	R	T	A	A	A	C	B	A	A	A	N	T	A
A	A	A	Ś	L	I	M	A	K	O	A	C	A	A	P
O	S	A	O	E	A	O	E	A	O	A	A	B	A	R
A	K	A	A	B	I	E	D	R	O	N	K	A	O	Z
A	O	E	I	A	A	A	Ż	A	A	A	A	Z	A	E
A	W	A	B	O	C	I	A	N	A	A	Ż	I	A	B
A	R	A	A	A	A	A	B	A	A	A	O	E	O	I
A	O	A	A	A	T	R	A	W	A	A	N	A	A	Ś
A	N	A	A	A	J	A	S	K	Ó	Ł	K	A	A	N
A	E	A	A	A	A	O	O	O	O	O	I	O	O	I
A	K	R	O	K	U	S	Y	A	A	A	L	A	A	E
A	A	T	U	L	I	P	A	N	Y	A	E	A	A	G
A	S	A	S	A	N	K	A	O	O	O	A	A	A	I



ŻABA



JASKÓŁKA



ŻONKILE



ŚLIMAK



TRAWA



BOCIAN



SASANKA



BIEDRONKA



PRZEBIŚNIEGI



SKOWRONEK



TULIPANY



BAZIE



KROKUSY



Pokoloruj







Pomóż zajączkowi znaleźć drogę do jego marchewki.

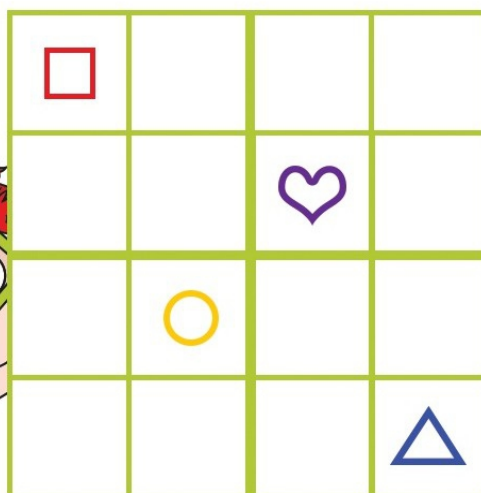
Materiał pochodzi z książki „Grymoły bazgroły. Zabawy z wyobraźnią. Zeszyt 2” Wydawnictwa Zielona Sowa



Uzupełnij sudoku!



Pamiętaj: W każdym wierszu i każdej kolumnie dany symbol może występować jedynie raz.



Rozwiąż rebus!



Znajdź 3 różnice:



I to już jest koniec

Redaktorzy tego numeru:

Angelika, Dominika Ciemięga, Miłosz Księżyk, Adrianna Mazurek, Iga Nowosad, Aleksandra Pałys, Alicja Rudek, Jagoda Szczepanik, Paula Wilczyńska.

Grafika wektorowa - freepik.com.

Opieka redakcyjna:

p. Joanna Bartnik
p. Marta Kuczyńska

Współpraca:

p. Monika Anigacz
p. Ilona Winogrodzka