



# Kit

**Komplet Interesujących Treści**

**GAZETKA ZSO W GUBINIE**





# Spis treści

Przemaglowani.....	4
Z mikrofonem.....	6
Zarejestrowane.....	7
Ciekawostki ze świata.....	8
Azjatycki Zakątek.....	9
Z notesu pierwszoklasisty.....	10
Українською мовою.....	10
Sport.....	11
Żyj zdrowo.....	12
Muzykalni.....	13
Mitologia.....	14
Okiem Belfra .....	15
Mole Biblioteczne.....	16
Ogłoszenia.....	17



Hajo!

Nadszedł listopad, czyli jedenasty miesiąc roku, jak i kolejny miesiąc nauki zdalnej. Osobiście uwielbiam go. Inspiruje mnie zjawisko zmiany pór roku. Niestety, tym razem zaobserwowałam tylko ekran komputera. Nauka zdalna przestała być przyjemna już rok temu, gdy okazało się, że mam podrażnione oczy, a moja wada wzroku drastycznie się pogłębiła. Tym razem jest jeszcze gorzej. Od kilku dni budzę się z pękniętymi naczynkami w oczach. Z jednej strony powinnam odłożyć na jakiś czas laptopa i dać oczom odpocząć, a z drugiej matura ot, tak nie zniknie.

Zbliżamy się pomału do okresu świątecznego. Nie przepadam za nim, ale czas świąt jednak jest magiczny. Można dostrzec, jak ludzie stają się dla siebie życzliwi i każdy w pewien sposób dostaje kolejną szansę. Jest to również ostatni dzwonek przed końcem pierwszego semestru.

A co czeka nas w tym numerze? Przed wszystkim muszę się pochwalić, że jest to już 1(30) numer! Z okrągłej 30-stki- 14 numerów złożyłam sama. Zaczynamy również szukać następców na nasze miejsca. Niedługo kończymy szkołę, a **Show must go on!**

Kitowcy postarali się, możecie w tym miesiącu przeczytać Przemaglowanych oraz wywiad ze mną. Martynka oraz Sylwia napisały razem Azjatycki zakątek. Nie można ominąć również Muzykalnych i Okiem Belfra.

Widzimy się w styczniu!

*Wercia*

kit~komplet interesujących treści

# KITOWICY



Stanisława Krygowska  
MOLE BIBLIOTECZNE



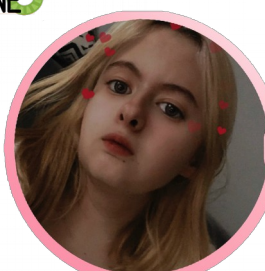
Weronika Domańska  
REDAKTOR  
NACZELNA



Alicja Tył  
Oknem Belfra



Maksymilian Jazewicz  
KOD  
ŹRÓDŁOWY



Martyna Kobierska



Sylwia Szubert

AZJATYCKI ZAKĄTEK



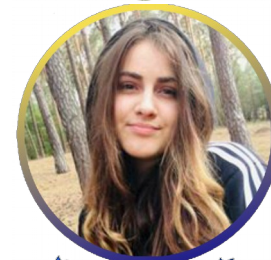
Oliwia Mieszkalo  
CIEKAWOSTKI  
ZE ŚWIATA



Magda Tomczak  
ŻYJ Z RÓWNO



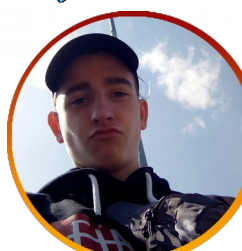
Julia Sikorska  
MURZYKALNO



Viktoriia Mechnyk  
Українською мовою



Arek Gwara  
SPORT



Michał Pietras



Eryk Przybylski

Przemałowani



Krystian Janecki  
Z notesu pierwszoklasisty

„Dobry kit to połowa sukcesu. Resztę zapewnia odpowiednio dobrany zespół...”

Izabela Sowa

# Przemaqlowani

## Nauczanie Zdalne

Nadal pracujemy w trybie zdalnym. Kilkoro z Was zgodziło się odpowiedzieć na pytania:

1. Co sądzisz o zdalnym nauczaniu?
2. Czy chciałbyś wrócić do szkoły?

**Aleksander W. - klasa II d LO**

1. Osobiście jestem osobą, która nie lubi działania zdalnego nauczania. Nie mamy możliwości z niego wyciągnąć tyle wiadomości co z nauczania stacjonarnego. Jako wzrokowiec też mam więcej trudności ze zrozumieniem poszczególnych wiadomości. Odczuwam już powoli braki, jeśli chodzi już nawet o sam ten rok szkolny.
2. Czy chciałbym wrócić do szkoły? Bardzo! Chociażby po to, żeby widzieć się codziennie z przyjaciółmi.



**Zuzia W. - klasa II a LO**

1. Uważam, że zdalne nauczanie nie jest najlepszą formą edukacji dla uczniów, jednak w tym momencie zdrowie jest najważniejsze.
2. Są zalety i plusy zdalnego nauczania, jednak na dzień dzisiejszy bardzo chciałabym wrócić. Bardzo ciężkie jest ciągle komunikowanie się z rówieśnikami przez Internet zamiast siedzenia z nimi w ławce. Brakuje mi także świetnej atmosfery zapewnionej przez niesamowity samorząd uczniowski na przerwach pomiędzy lekcjami.

**Karol L. - klasa I a LO**

1. Myślę, że zdalne nauczanie jest fajne, nie ma jakoś z tym problemu.
2. Wolę zostać na zdalnych.

**Victoria S. - klasa II d LO**

1. Na początku w sumie cieszyłam się z tego, że będzie zdalne. Po czasie zaczęło mnie męczyć to, że nie mogę się kompletnie skupić na nauce, bo zwracałam uwagę na wszystko, co jest dookoła w domu.
2. Z jednej strony cieszę się, że mogę czasami dłużej spać i nie muszę zrywać się z łóżka, ale zdalne nie przynosi mi właściwie żadnych efektów w nauce.

**Klaudia G. - klasa III a LO**

1. Moim zdaniem zdalne nauczanie nie jest tak efektywne jak nauczanie stacjonarne, ponieważ stacjonarnie łatwiej otrzymać dyscyplinę, nie rozprasza nas codzienność.
2. I chciałabym wrócić do szkoły jak najszybciej.

Maglowali:  
Michał P. & Eryk P.  
Grafika: Interent



# Przemaqlowani

## Nauczanie Zdalne

**Zdalne nauczanie to już znak naszych czasów. Nikt już nie wybiera między tradycyjną formą nauki a tą, ona po prostu nas obowiązuje. Zapytaliśmy kilkoro licealistów o to, w jaki sposób dbają o swoje ciało i umysł w czasie zdalnego nauczania?**



~Ćwiczę regularnie w domu, zdrowo się odżywiam, staram się pić dużo wody, a po lekcjach mniej używać sprzętu lecz nie zawsze wychodzi oraz odpuszczam umysł, np. dzięki dużej ilości snu czy słuchaniu muzyki.

~Staram się wychodzić często, w miarę możliwości na spacer. Korzystam z tego, że mogę większą uwagę poświęcić przedmiotom, które mnie interesują. Mam więcej czasu, żeby rozwijać wyobraźnię poprzez gry, informacje napływające ze świata, czytanie, słuchanie muzyki.

~Po skończonych lekcjach unikam używania telefonu, aby nie dobić mojego wzroku, który bardzo się pogorszył przez zdalne lekcje, z wiadomych względów. Wykonuję ćwiczenia na oczy i chodzę na spacer, aby odetchnąć po lekcjach. Gdy już odpocznę, a mój umysł i ciało zregeneruje się, przysiadam ponownie do laptopa, by uczyć się na prawo jazdy oraz w wybrane dni mam jazdy, które sprawiają mi dużo radości. Odrabiam jeszcze lekcje, wysyłam zadania na laptopie, a w wolnej chwili używam telefonu jak typowa nastolatka ;). ~Wieczorami lubię czytać książki i oglądać filmy z moją mamą. Czas umiła mi też słuchanie muzyki i nauka gry na pianinie.

~Tańczę, uczęszczam 2 razy w tygodniu na trening. Staram się spacerować z moim psem przynajmniej pół godziny dziennie. Oczywiście zdalne nauczanie bardzo wpływa na obniżenie mojej aktywności fizycznej, staram się jednak z tym walczyć. A jeśli chodzi o umysł, to bardzo ważny jest dla mnie rozwój. Uczęszczam do domu kultury, gdzie często znajduję osoby do porozmawiania na bardziej wyszukane niż codzienne tematy. Sprawia to, że mogę wysnuwać wiele nowych ważnych i ciekawych wniosków w moim życiu. Staram się oglądać filmy, które pozostawiają we mnie pewną refleksję. Oczywiście w moim rozwoju pomagają mi również język polski, na którym poruszamy wiele spraw życiowych, z którymi zmagają się bohaterowie literaccy jak i sami autorzy. Rozmowa z bliskimi pomaga mi w dbaniu o mój umysł, równie jak bycie samej ze sobą.

~Ograniczam używanie telefonu, chodzę na częste i długie spacer, dbam również siłowni oraz biegam. Jak chodzi o umysł, to podczas dłuższych spacerów.

~Jeśli chodzi o ciało to ćwiczę w domowej siłowni oraz biegam. Jak chodzi o umysł to ciałem poprzez ćwiczenia rozciągające. W czasie podczas dłuższych spacerów wychodzenia z domu, dłuższego snu oraz spotkań

~Po całym dniu moje oczy są bardzo zmęczone i wyczerpane. dbam o umysł.

[red.]

Grafika: Internet



14/30



**Weronika Domańska**  
**REDAKTOR**  
**NACZELNA**

Weroniko, to już 130 (!) numer K.I.T.- u. Jakie to uczucie, kiedy uświadamiasz sobie, że, 14 firmowałeś swoim nazwiskiem jako redaktor naczelna?

Ciężko jest opisać to uczucie, można powiedzieć, że jest ono wyjątkowe. Jestem przede wszystkim dumna z osób, z którymi pracuję oraz z samej siebie, ponieważ daliśmy radę razem stworzyć te 14 numerów. Było ciężko, nie mieliśmy ze sobą często kontaktu (strajki, pandemia), ale mimo to zrealizowaliśmy nasze zadanie. Czuje też, że jest to jakieś wyróżnienie dla mnie samej. Zawsze z dumą patrzę na każdy numer, nad którym spędziłam te kilkanaście godzin.

Dlaczego 3 lata temu zdecydowałaś się kierować pracą zespołu redakcyjnego, mimo że masz dużo obowiązków i nie jest to łatwe zadanie?

Moja chęć zostania redaktorem naczelnym zaczęła się tak naprawdę w 3 klasie gimnazjum. Chodziłam do szkoły w Chlebowie, a Pani Tyl przyjechała do naszej szkoły zareklamować Liceum. Kiedy zobaczyłam gazetkę, byłam zafascynowana, zawsze chciałam tworzyć coś dla innych uczniów. Po przyjeździe do Liceum nie zapisałam się od razu do gazetki, ale Pani Tyl złożyła mi z Pauliną propozycję kierowania pracą zespołu gazetki. Zgodziłam się, mimo że sama w to do końca nie wierzyłam. Pamiętam, że w domu płakałam ze szczęścia. Cieszyłam się, że jakieś moje małe marzenia się spełnia. Wydaje mi się, że gazetka szkolna była punktem decydującym w moim wyborze szkoły. A czas na to, co się kocha, zawsze się znajdzie. ♥

Jesteś w klasie maturalnej, wkrótce kończy się Twoja przygoda z K.I.T.- em; co chciałabyś powiedzieć Swojemu zespołowi i ewentualnym następcom?

Ciężko mi zaakceptować, mój koniec z K.I.T.-em pomału dobiega końca. Na pewno chcę podziękować mojemu zespołowi. Z początku bałam się, że nikt się nie zgłosi do redakcji, a jednak trafiłam na dobrych i pracowitych ludzi. Zmierzyliśmy się z dość dużą trudnością, pandemią, ale mimo to udało nam się zgrać. Mam dużo miłych i zabawnych wspomnień z uczniami z zespołu. Mam nadzieję, że jeszcze nie raz się spotkamy i będziemy wspominać naszą pracę, a naszym następcom chciałam powiedzieć, żeby się nie bali. Praca w gazecie to chyba najlepsze przeżycie w moim życiu. Najważniejsze jest pisanie o tym, co się kocha, dlatego myślę, że kolejny zespół włoży równie dużo serca w swoje numery co my. W końcu to nie jest koniec naszej gazetki. Sama chętnie będę śledziła losy nowych redaktorów.

*Grafika: Archiwum prywatne*

# ZAREJESTROWANE

## Konkurs Dary Jesieni

Z ogromną przyjemnością ogłaszamy wyniki szkolnego konkursu plastycznego Dary Jesieni. Organizatorkami były Pani Kinga Adamska oraz wychowawczynie klas I- III SP. Komisja po dokonaniu oceny zgłoszonych prac wyłoniła siedmiu laureatów konkursu oraz przyznała 3 wyróżnienia:

*I miejsce – Paweł Bachorski*  
*II miejsce – Nina Gandziarowska, Hanna Wojtalak, Kacper Wlazły,*  
*III miejsce - Amelia Nieściór, Kinga Hyla, Oliver Zieliński*

Wyróżnienia: Julia Smyk, Michał Rudzki, Sebastian Kazimierzczak.

Serdecznie dziękujemy dzieciom za piękne prace, które z pewnością rozwinęły ich wyobraźnię i zdolności manualne. Autorom nagrodzonych prac serdecznie gratulujemy. Wręczenie nagród i dyplomów odbędzie się po powrocie do szkoły.

Źródło: Strona szkoły

## Mała książka - wielki człowiek



Uczniowie klasy pierwszej szkoły podstawowej spotkali się w bibliotece szkolnej, by poznać zasady korzystania z usług biblioteki i sposób obchodzenia się z książkami. Dzieci miały okazję przejrzeć książki z działu literatury dziecięcej oraz albumy o zwierzętach. Podczas pogadanki maluchy dowiedziały się jakie są zalety czytania i częstego obcowania z książką.

W ramach kampanii "Mała książka - wielki człowiek" realizowanej ze środków Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego uczniowie otrzymali Wyprawki Czytelnicze. W skład wyprawki weszły: książka "Pierwsze abecadło" - antologia tekstów najlepszych polskich autorów, broszura informacyjna dla rodziców i opiekunów, która jest poradnikiem, w jaki sposób wspierać dziecko w nauce czytania - "Książką połączeni" oraz kreatywny alfabet - plakat z literami do wycinania. W prezencie otrzymały też kolorowe zakładki do książek.

Pierwszoklasiści zostali wprowadzeni w niezwykłą przygodę z książką, która wpłynie na ich wrażliwość, ciekawość i wyobraźnię. Mamy nadzieję, że dzięki zaangażowaniu i współpracy Rodziców, Dziadków czy Opiekunów miłość do książek oraz pasja czytania będą towarzyszyć uczniom na co dzień.

Źródło: Strona szkoły





Cześć! Jak zapewne wielu z Was wie, 30 listopada co roku obchodzimy andrzejki. Jednak nie wielu z nas wie, od czego święto pochodzi. Głównym patronem Polski nie jest święty Andrzej, a św. Wojciech Biskup i Męczennik, św. Stanisław Biskup i Męczennik, a także NMP Królowa Polski. Oprócz nich pieczę nad Polakami sprawują także św. Stanisław Kostka oraz św. Andrzej Bobola. Może jest to zaskoczenie, gdyż na pewno większość myślała, że św. Andrzej jest naszym patronem, jednak jest to mylne myślenie, ponieważ jest on patronem Szkocji, Rosji oraz Grecji. Andrzejki jednak mają u nas szczególne znaczenie, bowiem obchodzi się je u nas w wigilię św. Andrzeja w nocy z 29. na 30. listopada. Jest to noc wróżb i ostatnia okazja, żeby zorganizować huczną zabawę przed adwentem. Ale wszyscy wiemy, jak się obchodzi andrzejki w Polsce. Ale czy wiemy, jak i czy obchodzą je pozostali Europejczycy?

### Niemcy

W Niemczech andrzejki [Die Andreasnacht] obchodzone są w tym samym czasie co w Polsce. Panuje tam przekonanie, że samotne kobiety, które chcą wyjść za mąż, powinny poprosić o pomoc świętego Andrzeja. Uważa się, że jeśli noc z 29. na 30. listopada prześpią nago zobaczą we śnie swojego przyszłego męża. Młode kobiety powinny również uważać na to, gdzie i skąd tej nocy czekają na nie psy, ponieważ to właśnie z tego kierunku przybędzie do nich ich przyszły mąż.

### Ukraina

Na Ukrainie [Андріївський обряд] dzień świętego Andrzeja przypada 13. grudnia. A dzieje się tak dlatego, że Ukraińcy jakieś dwa tygodnie po nas zaczynają czas przygotowań do Bożego Narodzenia. Andrzejki przypadają więc u nich również przed czasem zadumy, tak jak i u nas, a tymczasem zadumy jest adwent. Na andrzejkowych zabawach królują wróżby oraz naleśniki i cukierki wykorzystywane do gier, które mają pomóc dziewczętom w znalezieniu męża. Jest to również czas na figle i psoty, takie jak ściąganie sąsiadom bramek czy wyniesienie pługu na dach. Wszystko oczywiście związane z zamążpójściem. Jeśli w dom, w którym mieszka panna został wyróżniony danym figlem, oznacza to powodzenie panny i szybkie zamążpójście.

### Bułgaria

Andrzejki znane są tam pod nazwą Edrei (Dzień Niedźwiedzia). Historia mówi, że święty Andrzej narzekał do Boga, że nie wyznaczył żadnego dnia, w którym ludzie mogliby go wspominać i czcić. Dlatego też Bóg powiedział mu, iż każdy, kto nie będzie świętował dnia świętego Andrzeja, będzie musiał nosić niedźwiedzia. A związane jest to z pewną legendą, według której zła macocha została ukarana przez tajemniczego starszego człowieka z siwą brodą. Za złe traktowanie pasierbicy ów człowiek zamienił jej córkę (którą faworyzowała i uwielbiała) w niedźwiedzia. Gospodynie wrzucają do ognia ugotowane kolby kukurydzy, aby odgonić od ich córek złe moce.

*Oliwia M.*

Grafika:Internet



# AZJATYCKI ZAKĄTEK

## Kultura jedzenia



**Witajcie drodzy czytelnicy! W tym numerze K.I.T-u ja wraz z Sylwią odpowiedzialną za Licealną Prozę, przygotowaliśmy dla Was całkowitą nowość. Postanowiłyśmy połączyć razem siły i przedstawić Wam nasz wspólny artykuł dotyczący kultury jedzenia w Korei Południowej i Japonii!**

Kto nie lubi dobrego jedzenia? Myślę, że jedzenie to czynnik łączący (a często i dzielący) ludzi niezależnie od miejsca zamieszkania. Każdy kraj posiada własne tradycje i zwyczaje oraz charakterystyczne potrawy. Jakie ciekawostki można znaleźć w Korei Południowej i Japonii? Sprawdźcie sami!

Początkowo należy zaznaczyć, że kuchnia koreańska dla Koreańczyków jest b a r d z o ważnym elementem ich kultury. Często turyści przyjeżdżają do Korei Południowej

tylko, by skosztować prawdziwy kimbap, wołowinę, topokki, bibimbap czy odwiedzić popularny bar barbecue. Jednymi z głównych elementów tamtejszej kuchni są warzywa: chili, imbir, czosnek, cebula itp. sprawiają one, że jedzenie jest pikantne, a dodatkowo doprawiane sosem sojowym dają niepowtarzalny posmak. Przychodząc do Koreańczyka do domu bądź spotykając się z kimś w restauracji, pubie, nigdy nie dostaniesz jednego dania na talerzu przeznaczonego jedynie na własny użytek. Stół zastawia się pojedynczymi miseczkami/talerzykami z ryżem, warzywami, mięsem i każdy może nałożyć sobie, co tylko mu się podoba. Jednak należy pamiętać, by nakładać jedynie tyle, ile jesteśmy w stanie zjeść. Posiłek zawsze rozpoczyna osoba najstarsza w towarzystwie - wynika to z kultury szacunku do osób starszych. Popularnym nawykiem jest również dzielenie się, a wręcz wzajemnie karmienie się posiłkiem. Często można usłyszeć słowa w stylu powinnaś/powinieneś tego spróbować!, a następnie ktoś podkłada ci swoje pałeczki z nałożoną porcją. Niczym nowym jest również fakt, że Koreańczycy nie lubią jeść sami w domach. Często spędzają czas posiłków w tłocznych barach bądź oglądają mukbang - transmisję na żywo, podczas której obca osoba spożywa (często w dużej ilości) swój posiłek.

Dla Japończyków jedzenie jest szczególnie ważne. A zwłaszcza wspólne posiłki są elementem zaciskania więzi w rodzinie, między przyjaciółmi czy współpracownikami. Jeśli kiedykolwiek chcielibyście zaprzyjaźnić się z Japończykiem, warto jest zaproponować mu wspólne wyjście do restauracji. Tradycyjna kuchnia japońska składa się w szczególności z warzyw, ryb, wodorostów, korzeni jadalnych i różnego rodzaju grzybów (W Japonii rośnie około 5000 gatunków grzybów) Dlatego kuchnia japońska jest jedną ze zdrowszych. Nie można jednak zapomnieć o tym, że Japończycy kochają mięso, szczególnie smażone (Yakiniku) Zapewne myśląc o japońskich daniach, do głowy przychodzi Wam sushi, ramen czy też tempura. Trzeba jednak pamiętać, że są to dania restauracyjna, mało kto robi ramen w domu. Tak więc codzienny posiłek Japończyka składają się z ryżu, ryby, miski zupy (np. miso-shiru, tonjiru) i innych dodatków. W Japonii panuje tradycja rozkładania dań na różne mniejsze talerzyki, stąd może się wydawać, że Japończycy dużo jedzą. Etykieta przy jedzeniu jest również bardzo ważna, nie należy zapominać o formułce itadakimasu przed rozpoczęciem posiłku, którą często tłumaczy się jako smacznego, jednak funkcjonuje ona bardziej jako podziękowanie roślinom czy zwierzętom za poświęcenie się dla tego posiłku, a także tym, którzy go przygotowali. Po spożyciu posiłku zaś używa się Go-chisō-sama deshita czyli podziękowania za posiłek.

# Z notesu pierwszoklasisty

## O apelu i zdalnym nauczaniu



16 października 2020 r. odbył się w szkole apel z okazji pasowania na pierwszoklasistów. Na uroczystości obecny był burmistrz naszego miasta oraz trzech żołnierzy (dwóch pułkowników i jeden generał). Po zaśpiewaniu hymnu narodowego i ślubowaniu wystąpili dla nas uczniowie klas drugich. Muszę przyznać, że świetnie im to wyszło. Nigdy nie zapomnę tego wydarzenia. Lecz w krótkim czasie doszło do wzrostu zakażeń i nasz powiat znalazł się najpierw w żółtej, a potem w czerwonej strefie. Wszystkie klasy LO i SP 5 w

odstępie czasowym musiały przejść na zdalne nauczanie. Chociaż to wygodniejsze rozwiązanie, ponieważ można od razu przygotować sprzęt do zdalnego nauczania i nie trzeba wychodzić z domu, to jednak większość uczniów tęskni za szkołą i chce do niej wrócić, żeby znowu powitać osobiście nauczycieli i swoich rówieśników. Nie wiadomo, kiedy wreszcie do tego dojdzie, ale mamy nadzieję, że szybko wrócimy oraz że odbędą się klasowe mikołajki. Już nie mogę się doczekać świąt, inni pewnie też. Miejmy nadzieję, że wszystko wróci do normalności.

*Krystian J.*

Grafika: Archiwum prywatne

## Українською мовою

### Український стрій лудовый (Українське національне вбрання).

Вишиванка - сорочка, прикрашена орнаментованою вишивкою. Важлива складова українського національного вбрання. Поділяється на жіночі й чоловічі сорочки.

**Haftowana koszula to koszula ozdobiona zdobionym haftem. Ważny element ukraińskiego stroju narodowego. Podzielony na koszule damskie i męskie.**

З ХХ століття носяться окремо, разом з костюмом, як святковий, патріотичний та культовий одяг. Традиційна вишивка сорочок має оберегове значення й różниться залежно від регіону. Старі назви — сорочка, вишита сорочка, вишивана сорочка .

Od XX wieku jest noszona osobno, razem ze strojem, jako strój świąteczny, patriotyczny i kultowy.

**Tradycyjne hafty na koszulach mają znaczenie zapobiegawcze i różnią się w zależności od regionu.**

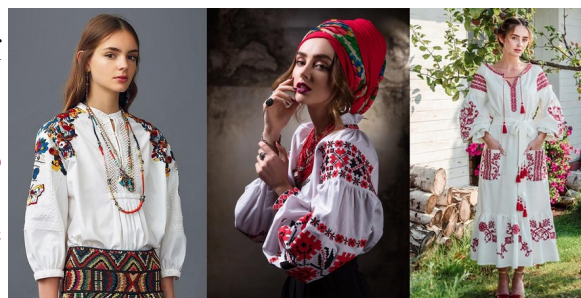
**Stare nazwy - koszula, haftowana koszula.**

Основними рисами традиційної української сорочки є білий колір, розріз пазухи по середині, крій, вишивка.

**Główne cechy tradycyjnej ukraińskiej koszuli to biały kolor, rozcięcie pośrodku, krój, haft.**

**Zachęcam do kupienia sobie jednej koszuli, być może i sukienki. Można zamówić na swój gust.**

*Viktoria M.*



Grafika: Internet



# SPORT

Sportowe życie toczy się, nawet gdy dotyka go śmierć

NBA DRAFT 2020 Round 1 Results		DRAFT 2020	
1.  ANTHONY EDWARDS	16.  ISAIAH STEWART	17.  ALEKSEJ POKUSEVSKI	
2.  JAMES WISEMAN	18.  JOSH GREEN	19.  SADDIQ BEY	
3.  LAMELO BALL	20.  PRECIOUS ACHIUWA	21.  TYRESE MAXEY	
4.  PATRICK WILLIAMS	22.  ZEKE NNAJI	23.  LEANDRO BOLMARO	
5.  ISAAC OKORO	24.  RJ HAMPTON	25.  IMMANUEL QUICKLEY	
6.  ONYEKA OKONGWU	26.  PAYTON PRITCHARD	27.  UDOKA AZUBUIKE	
7.  KILLIAN HAYES	28.  JADEN MCDANIELS	29.  MALACHI FLYNN	
8.  OBI TOPPIN	30.  DESMOND BANE		
9.  DENI AVDIJA			
10.  JALEN SMITH			
11.  DEVIN VASELL			
12.  TYRESE HALIBURTON			
13.  KIRA LEWIS JR			
14.  AARON NESMITH			
15.  COLE ANTHONY			

Jak się mają sprawy w najlepszej koszykarskiej lidze świata? Jak pisaliśmy we wcześniejszym artykule, sezon NBA zakończył się wygraną Los Angeles Lakers. To, że sezon się skończył, nie oznacza, że liga umiera na czas do następnych meczy. Dzieje się bowiem bardzo wiele pozaboiskowych spraw. Głównie chodzi

o transfery. Było ich bardzo wiele, ale jedno z najbardziej zaskakujących to: DEMARCUS COUSINS do Houston Rockets, MARC GASOL do Los Angeles Lakers, MONTREZL HARRELL do Los Angeles Lakers, SERGE IBAKA do Los Angeles Clippers, DENNIS SCHROEDER do Los Angeles Lakers, GORDON HAYWARD do Charlotte Hornets oraz DWIGHT HOWARD do Philadelphia 76ers. Wielką niespodziankę sprawił kibicom (jeszcze) swojego klubu James Harden. Odrzucił ofertę zarządu Houston Rockets na rekordową sumę 50 milionów dolarów za sezon. Nigdy w lidze nie było tak wysokiego kontraktu. Oznacza to tylko jedno. Harden już nie ma zamiaru grać dla rakiet.

18 listopada w środę odbył się draft do NBA. Był on szczególny ze względu na sytuację na świecie i odbywał się zdalnie. Był również bardzo ciekawy, ponieważ do końca nie było pewne, jak będzie wyglądała pierwsza trójka. Ostatecznie z numerem pierwszym do Minesoty Timberwolves trafił Anthony Edwards, z numerem 2 do Golden State Warriors trafił James Wissman a z 3 LaMelo Ball do Charlot Hornets. Poniżej prezentujemy całą pierwszą rundę draftu.

25 listopada świat obiegła smutna wiadomość a zwłaszcza dla fanów piłki nożnej. Zmarła legenda tego sportu Diego Armando Maradona. Przyczyną śmierci był prawdopodobnie atak serca. Jeżeli ktoś kiedykolwiek słyszał coś więcej o tym sporcie, na pewno słyszał o Maradonie. Spoczywaj w pokoju legendo.

*Arek G.*

*Grafika;Internet*

# ŻYJ ZOROWO

k.i.t~komplet interesujących treści

## Bieganie cz. 1

W tym i kolejnym artykule postaram się odpowiedzieć na kilka pytań w kwestii rozpoczęcia joggingu. Bo biegać może każdy i wcale nie musi być to męką oraz udręką :)

### Gdzie?

Nie ma reguły, krótko mówiąc można biegać wszędzie. Najzdrowiej po „miękkim”, czyli np. leśnych ścieżkach. Jednak w mieście stosunkowo trudno o takie tereny. Częściej ma się wtedy do dyspozycji utwardzone nawierzchnie. Najtwardszymi są betonowe płyty chodnikowe i kostka brukowa. Co ciekawe, najlepszą spośród twardych tras do biegania jest asfalt. Bieg po twardych nawierzchniach nie jest szkodliwy pod warunkiem, że wybrane przez nas trasy będą jak najbardziej zróżnicowane. Dlatego przy wyborze postaraj się ograniczyć do minimum twarde nawierzchnie. Gdy pogoda nie służy, możesz skorzystać z bieżni mechanicznej.



### Kiedy?

Biegając rano, na czczo, organizm zużywa zgromadzone zapasy tłuszczu, a nie energię dostarczoną dzięki ostatniemu posiłkowi. Wybór pory należy jednak do Ciebie. Spójrz na swoje potrzeby, cele i możliwości. Czas dobierz do rytmu dnia tak, aby trenować regularnie oraz ograniczyć wymówki do minimum :)

### W czym? (buty)

Buty powinny zapewniać komfort, a nie przeszkadzać. Warto przymierzyć je przed kupnem. Ważne, aby były o pół centymetra większe od stopy, ponieważ przemieszcza się ona do przodu podczas biegu. Przy wyborze uwzględnij swoją wagę, długość pokonywanych tras oraz rodzaj nawierzchni. Buty dzieli się na szosowe (mniejsza waga) – do asfaltu, kostki i chodników; oraz trailowe (większa waga) – do terenu naturalnego. Obuwie można podzielić też za względu na sposób stawiania stopy – supinacja (nadmierne obciążenie zewnętrznej części stopy), pronacja (stopa obraca się do wnętrza) i neutral (równomierne przetaczanie od pięty do palców).

*Źródło: na podstawie wypowiedzi Pawła Januszewskiego – lekkoatlety i pomysłodawcy akcji stadionowej "BiegamBoLubię"*

### Dynia

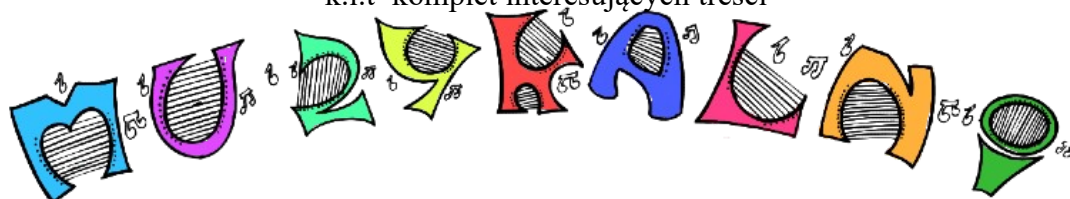
Zawiera wiele witamin – A, E, C, kwas foliowy, niacynę oraz składniki mineralne – potas, wapń, magnez, selen i cynk. U mężczyzn cynk zapobiega przerostowi oraz zapaleniu prostaty, natomiast u kobiet pomaga w problemach ze skórą, włosami i paznokciami. Najwięcej cynku jest w pestkach dyni. Dynia dostarcza też błonnik oraz białko. Można ją wykorzystać m. in. do zup, sałatek i sosów, natomiast pestki dyni przykładowo do owsianek i sałatek. Dynię zalicza się do tzw. superfoods. Nazywa się tak żywność naturalną oraz nieprzetworzoną, posiadającą niezwykle właściwości dla organizmu dzięki składnikom, które w sobie zawiera. Warto więc włączyć ją do swojej diety.

*Magda Tomczak*

*Źródło: publikacje Anny Lewandowskiej*

*Grafika: Internet*





## Muzyczny listopad

Listopad to miesiąc muzycznych skrajności. Z jednej strony jeszcze ledwo zdążyliśmy zapamiętać o zadumie i nostalgii, a z drugiej zostaliśmy zasypani świątecznymi klasykami, które znamy przecież od lat. Miesiąc ten ma jednak w sobie coś wyjątkowego, coś, co od lat łączy, a nie dzieli. Mowa oczywiście o Eurowizji Junior, która już drugi rok z rzędu odbędzie się w Polsce, dzięki utalentowanej Viki Gabor. I chociaż jej słynne „Superhero” zawładnęło sercami ludzi z całej Europy, Wiktoria nie zatrzymuje się i 6 listopada mogliśmy usłyszeć jej najnowszy singiel. Tegoroczna Eurowizja dla dzieci będzie inna ze względu na aktualną sytuację na świecie, jednak Polska jako gospodarz, dokonała wszelkich starań, by wydarzenie to pozwoliło, jak najbardziej jest to możliwe, zapomnieć o wszechobecnych problemach. I właśnie dlatego 12 państw pokaże najlepsze głosy z ich krajów i powalczy o zwycięstwo. Tegoroczną reprezentantką Polski została dziesięcioletnia Alicja Tracz, znana, chociażby z programu „The Voice Kids”. Dziewczynka zaśpiewa piosenkę „I’ll Be Standing”, która opowiada o nieprzerwanej sile marzeń i o tym, że dopóki mamy nadzieję i wierzymy, wszystko jest możliwe. Polska tuż obok Hiszpanii, Francji i Białorusi jest aktualnie jednym z największych faworytów tegorocznej edycji. Mam więc nadzieję, że słowa Ali trafią do was i każdego dnia będziecie budzić się z uśmiechem na twarzy, wiedząc, że mogło być nic, a jest wszystko...

Swoją drogą, jeżeli mowa o podnoszących na duchu piosenkach, w aktualnej sytuacji, ciężko nie wspomnieć o premierze najnowszej piosenki Kwiatu Jabłoni. Jest to singiel zapowiadający drugą płytę duetu, który jakiś czas temu podbił serca słuchaczy. Kwiat Jabłoni to duet rodzeństwa - Kasi Sienkiewicz i Jacka Sienkiewicza, który prezentuje swoją własną wizję popowo-folkowego arcyzmu. W wielu ich piosenkach możemy dla przykładu usłyszeć mandolinę, która nie jest zbyt często używanym instrumentem w popowych piosenkach. Alternatywne podejście do muzyki sprawiło, że Kwiat Jabłoni wyróżnił się na polskiej scenie muzycznej i zdecydowanie nie zamierza jej opuszczać, a piosenka „Mogło być nic” w ciągu dwóch tygodni osiągnęła ponad milion wyświetleń. Ciekawe jest także to, że rodzeństwo to jest wręcz skazane na muzykę, jakkolwiek niewygodnie to zabrzmie. W szczególności trochę starsze od nas osoby, takie jak dla przykładu nasi rodzice czy dziadkowie, mogą znać Jakuba Sienkiewicza, czyli lidera Elektrycznych Gitar, który jak się okazuje, jest tatą tej utalentowanej dwójki. Premiera płyty już na początku lutego i zapewniam, że o Kasi i Jacku jeszcze nie raz usłyszymy. Jako że listopad rozpieścił nas premierami, warto wspomnieć o kolejnej młodej, polskiej wokalistce, która wbrew pozorom nie jest już niewidzialną, szklaną damą, jak sama o sobie śpiewała. Mowa oczywiście o Sanah, która w jednym z wywiadów zapowiedziała, że w przyszłym roku ukaże się jej kolejny album. W ciągu ostatniego miesiąca Zuzanna zdążyła wydać kilka swoich piosenek i do jednej z nich należy „Pora roku zła”, która jest prawdopodobnie ostatnim kawałkiem, jaki Sanah nam w tym roku zaprezentowała. Utwór jest okraszony piękną warstwą muzyczną, do czego Zuzia nas przyzwyczaiła, jednak to skrzypce grają tutaj kluczową rolę. W szczególności polecam posłuchać wersję na żywo, ponieważ to ona oddaje największe i najszczerze emocje wokalistki. Gdybym miała podsumować muzycznie ten miesiąc, powiedziałabym, że dał on miłośnikom muzyki dużo świetnej zabawy i pokazał, że polska scena muzyczna ma nieoszlifowane diamenty, które starają się coraz mocniej błyszczeć. Niektóre z tych diamentów dopiero zaczynają się ukazywać, a mimo to już osiągają wielkie sukcesy na arenie międzynarodowej, a inne z nich przekazują swoje emocje na swój własny, troszeczkę odległy od aktualnych modeli sposób. Mimo to, każdy talent należy doceniać i trzymać za niego kciuki.

*Julia S.*

*Grafika: Internet*

# W CO WIERZONO?

## Kim był Prometeusz?

Prometeusz to przede wszystkim tytan, nie był on bogiem. Jest to dość częstym błędem wśród licealistów. Tytan ten zasłynął dzięki swoim czynom. Jest on mitologicznym odzwierciedleniem Chrystusa. Prometeusz ulepił człowieka z gliny i łez. Duszę mu nadał dzięki ukradzionym iskrom rydwanu słońca. Człowiek, którego stworzył tytan, był nagi i słaby. Wyróżniał się spośród innych żyjących stworzeń. Był on odzwierciedleniem bogów. Nie byli oni tak idealni jak bogowie. Tytan dał ludziom ogień, uczył sztuk i rzemiosła.

Zeus był przerażony czynami tytana. Bał się tego, co pochodzi z Ziemi. Było to skutkiem Gigantomachii. Poprosił innych bogów o pomoc. Hefajstos stworzył kobietę idealną, Atena nauczyła ją robót kobiecych, Afrodyta obdarzyła ją wdziękiem i urokiem uwodzenia, Hermes dał jej dar kuszącej wymowy. Ubrano ją w złoto i nazwano Pandorą. Miała ze sobą glinianą beczkę.

Kobietę wysłano do Prometeusza. Mądry tytan zrozumiał, jakie będą kolejne działania bogów, odesłał Pandorę, lecz jego brat postąpił inaczej. Wziął on ją za swoją żonę. Kobieta chciała otworzyć beczkę, a próby odsunięcia jej od tego pomysłu zainicjowane przez Prometeusza nic nie dały. Z beczki wydostały się smutki, troski i choroby.



Tytan chciał ukarać bogów. Zabił wołu i podzielił na dwie części. Na jednej z nich było najlepsze mięso przykryte skórą, a na drugiej kości okryte tłuszczem. Prometeusz poprosił Zeusa, aby wybrał część wołu oddawaną od tej pory jako ofiarę. Zeus wybrał kości, zmyliła go powłoka.

Bóg zemścił się na Prometeuszu. Przykuł go do skał Kaukazu, gdzie codziennie orzeł wyjadał mu wątrobę. Cierpiał od tej pory samotny.

\*We współczesnym języku, w literaturze funkcjonuje określenie: **postawa prometejska**, a przypominana historia z mitologii wskazuje jej źródło.

Weronika D.

Grafika: Internet



# Okiem Belfra



1 listopada

1 listopada tego roku był inny niż zawsze. Zamknięte cmentarze nie pozwoliły odwiedzać mogił zmarłych. Niby to tylko FORMA, ale nie pusta....

Może spodobałaby się naszym zmarłym bliskim (a każdy ich przecież ma) piosenka zespołu **REZERWAT...**

## *Kocha Ciebie niebo*

Kiedy słuchasz starych bajek, ciągle ufasz im.

I kiedy mówisz do zabawek, one wierzą Ci.

Kiedy się boisz burzy, trzymam Cię za rękę –

I wiem,

Że kiedyś będę miał dla Ciebie czas –

pójdziemy gdzieś.

Spacer po rajach i...

Taniec wesołych aniołków.

Spacer po rajach,

Nic nie znaczy.

Ołowiane żołnierzyki grają marsza nam!

Hej,

Podobno nie musisz się już bać,

Przecież

Ref.: Kocha Ciebie niebo

i kocham Cię ja,

Kocha Ciebie niebo

i kocha Ciebie cały świat.

Kocha Ciebie niebo i kocham Cię ja,

Kocha Ciebie niebo

i kocha Ciebie cały świat!

Kiedy prowadzam Cię na smyczy,

przykro mi.

Śpiewam te głupie kołysanki,

co nie znaczą nic.

Kilka prawdziwych łez daję

i trochę zakłamania,

Kilka prawdziwych łez –

nic nie znaczy.

Hej! Kocha Ciebie niebo

i kocham Cię ja,

Kocha Ciebie niebo

i kocha Ciebie cały świat.

Kocha Ciebie niebo i kocham Cię ja,

Kocha Ciebie niebo i kocha Ciebie cały świat!

(4x) Kocha Ciebie niebo, kocham Cię ja.

Kocha Ciebie niebo i kocha Ciebie cały świat!

# MOLE BIBLIOTECZNE

## Biblioteka w czasie epidemii



Wykorzystując sytuację, że uczniowie obecnie uczą się zdalnie, postanowiono w naszej szkolnej bibliotece przeprowadzić skontrum. Skontrum jest to kontrola wszystkich zarejestrowanych zbiorów biblioteki, zwana również inwentaryzacją lub rewizją zbiorów. Kontrola ta ma ustalić faktyczny stan zbiorów i ujawnić braki. Przeprowadzenie skontrum bardzo ułatwiają rozwiązania techniczne w postaci

bibliotecznych programów komputerowych. Dzięki temu, że posiadamy licencję programu MOL Net+ nasza praca przebiega sprawnie, ale wymaga wiele czasu.

Członkowie powołanej komisji zdejmują z regału każdą książkę po książce, odczytują numer inwentarzowy, nazwisko autora i tytuł książki, sprawdzają dane z zapisami w księdze inwentarzowej i dopiero po ich potwierdzeniu wpisują numer inwentarzowy książki do systemu, który powoduje automatyczne wykreślenie danej pozycji z listy. I tak z każdą książką ..., a jest ich u nas nie mało.

Po przewróceniu do góry nogami wszystkich regałów i wszystkich zakamarków w naszej bibliotece lista powinna zostać pusta. To oczywiście najbardziej optymistyczna wersja, kiedy cudem okaże się, że wszystko się zgadza i nie brakuje żadnej pozycji.

Przy wersji mniej optymistycznej (lub: normalnej) na liście pozostaną pewnie jakieś książki. Jeżeli żadne z nich nie zostaną już odnalezione – to wykaz tych pozycji staje się naszą listą braków względnych. Co ważne – tych braków nie wykreśla się z inwentarza, a traktuje jako „możliwe do odnalezienia” aż do następnego skontrum. Dopiero przy następnej inwentaryzacji te braki względne, które się powtórzą, stają się brakami bezwzględnymi i możemy je ubytkować.

W trakcie skontrum biblioteka nie powinna obsługiwać czytelników, bo system nie pozwala na wypożyczanie i zwrot zbiorów. My jednak zapraszamy do biblioteki czytelników, którym tymczasowo będziemy wypożyczać książki rejestrowane ręcznie.

*S.K.*

*Grafika: Internet*

# Wrzutka

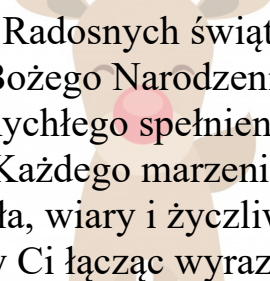
## Jak powstało godło Polski?

Z okazji nadchodzącego Święta Niepodległości uczniowie klas I i II szkoły podstawowej zostali zaproszeni do szkolnej biblioteki, by wysłuchać Legendy o Lechu, Czechu i Rusie, przedstawionej na kartach narracyjnych teatryku kamishibai. Dzieci dowiedziały się, jakie były początki państwa polskiego oraz jak powstało godło Polski. Spotkanie było okazją do przypomnienia dzieciom polskich symboli narodowych oraz rozmowy na temat współczesnego patriotyzmu.


*Źródło: Strona szkoły*



# Ogłoszenia



Radosnych świąt  
Bożego Narodzenia,  
Rychłego spełnienia  
Każdego marzenia.  
Ciepła, wiary i życzliwości  
Życzymy Ci łącząc wyrazy miłości.



Na wszystkie dni Nowego Roku  
Życzymy Ci wiary w sercu i światła w mroku.  
Obyś jednym krokiem mijał przeszkody.  
Byś czuł się silny i wiecznie młody!

W nos św. Andrzeja  
niech się spełnią  
Twoje marzenia

**Kolejny numer  
ukaze się:  
25 stycznia**

**A w nim:  
Święta  
Sylwester  
Ferie  
Aktualne informacje  
Stałe rubryki**