



# WIEŚCI LEOPOLDA



Gazetka Uczniów Szkoły Podstawowej im. Leopolda Staffa we Włynkówku

Nr 4 2020/2021



## W numerze:

Kim chcę być w przyszłości?

Co się komu śni?

Nasze pasje

Czy znasz swój kraj?

Domowe spa

Horoskop

Milusińscy nauczycieli

Modne lato

Nietypowe sporty

Pomorze i jego atrakcje

Repetytorium  
z języka polskiego

Wakacyjne słodkości

Nasze recenzje

Wywiady

Formy wypowiedzi



## KOCHANI CZYTELNICY !

Życzymy Wam wakacyjnych radości,  
słońca, pięknych podróży, bezpiecznych  
przygód, odpoczynku i dużo zabawy !

Wracajcie zdrowi i zrelaksowani  
1 września!



## Witajcie uczniowie!

Oddajemy w wasze ręce czwarty już (kiedy to zjedło 😊) numer gazетки szkolnej „Więści Leopolda”. Dziękujemy, że już dwa lata jesteście z nami!

W tym roku szkolnym wydarzyło się wiele rzeczy. Oprócz pandemii i zdalnego nauczania odbyło się wiele ważnych wydarzeń. Otwarto „Małykowe Przedszkole” przy naszej szkole, włączyliśmy się w akcję „godne uwagi”.

Przede wszystkim jednak sytuacja na świecie nauczyła nas wielu rzeczy.

Inaczej spoglądamy na niektóre sprawy, radzimy sobie w nietypowych sytuacjach i z nadzieją spoglądamy w przyszłość.

Dlatego też wraz z pierwszą stroną wakacyjnego wydania czasopisma chcielibyśmy zaopatrzyć Was w cytaty, które warto zapamiętać. Mamy nadzieję, że zasłużenie odpoczniecie w te wakacje i będziecie bezpieczni. Z całego serca ściskamy Was i życzymy niezwykłych przygód!

“KIEDYŚ” TO CHOROBA,  
KTÓRA KAŻE NAM ZABRAĆ  
WSZYSTKIE NASZE  
MARZENIA DO GROBU

*Timothy Ferriss*



NIE ODKŁADAJ  
MARZEŃ, ODKŁADAJ  
NA MARZENIA

*Krzysztof Marszota*



NAJWIĘKSZE BOGACTWO,  
TO ROBIENIE TEGO,  
CO KOCHASZ

*Colin P. Sisson*



GDY NIE MA GDZIE  
ZAWRÓCIĆ, TRZEBA  
IŚĆ NAPRZÓD

*Marco Polo*



„ Nie licz dni.  
Spraw, by każdy  
dzień się liczył. ”

~ Muhammad Ali

FB.COM/ROADTRIPBUSPL  
WWW.ROADTRIPBUS.PL



Jeszcze będzie pięknie,  
mimo wszystko. Tylko załóż  
wygodne buty, bo masz  
do przejścia całe życie.

temysli.pl

- Jan Paweł II

*Stare drzewo nie  
otwiera  
przejścia do  
nowych dróg.*

PicsArt

Zespół redakcyjny „Wieści Leopolda”

# KALENDARIUM

## styczeń

- 1.01. Nowy Rok
- 6.01. Trzech Króli
- 21.01. Dzień Babci
- 22.01 Dzień Dziadka



## luty

- 11.02. Tłusty czwartek
- 14.02. Dzień Zakochanych (walentynki)
- 21.02. Międzynarodowy Dzień Języka Ojczystego
- 22.02. 3. edycja konkursu " Ekspert Języka Polskiego "
- 23.02. 3. edycja Familijnego Dyktanda o Puchar Dyrektora Szkoły



## marzec

- 1.03. Narodowy Dzień Pamięci Żołnierzy Wyklętych
- 5.03. Dzień Dentysty
- 6.03. Dzień Olimpijczyka, Europejski Dzień Logopedy
- 8.03. Dzień Kobiet
- 10.03. Dzień Mężczyzn
- 20.03. Początek astronomicznej wiosny
- 21.03. Światowy Dzień Zespołu Downa, Dzień Św. Patryka
- 22.03. Dzień Wody
- 26.03. Otwarcie nowego przedszkola
- 27.03. Międzynarodowy Dzień Teatru
- 28.03. Niedziela Palmowa



## kwiecień

- 1.04. Prima Aprilis
- 2.04. Dzień Świadomości Autyzmu
- 4.04 Wielkanoc
- 5.04. Poniedziałek wielkanocny
- 7.04. Światowy Dzień Zdrowia



- 18.04. XIII Ogólnopolski Tydzień Biblijny
- 19.04. Akcja Żonkile 2021
- 19-23.04. Tydzień dla Ziemi
- 22.04. Międzynarodowy Dzień Ziemi
- 23.04. Światowy Dzień Książki



**maj**

- 1.05. Międzynarodowe Święto Pracy
- 2.05. Dzień Flagi Rzeczypospolitej Polskiej
- 3.05. Święto Konstytucji 3 Maja
- 4.05. Dzień Strażaka
- 5.05. Dzień Walki z Dyskryminacją Osób Niepełnosprawnych,  
Dzień Godności Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną
- 8-15.05. Tydzień bibliotek
- 9.05. Dzień Europy
- 12.05. Światowy Dzień Walki z Czerniakiem,  
Dzień Patrona szkoły
- 17-21.05. XXVII Pomorska Wiosna Literacka
- 20.05. Światowy Dzień Pszczół
- 25-27.05. Egzamininy ósmoklasistów
- 26.05. Dzień Matki
- 31.05. Powrót wszystkich uczniów do szkoły



**czerwiec**

- 1.06. Międzynarodowy Dzień Dziecka - piknik
- 03.06. Boże Ciało
- 21.06. Pierwszy dzień lata
- 23.06. Dzień Ojca
- 25.06. Zakończenie roku szkolnego



# Kim chcę być w przyszłości ?

W tym numerze zaprezentuję Wam kolejny zawód. Ostatnio był zoopsycholog, a teraz będzie trochę o dietetyku. Dietetyk – wykwalifikowany specjalista ochrony zdrowia, który posiada szeroką wiedzę w zakresie żywienia człowieka zdrowego i chorego. To definicja książkowa, ale co tak naprawdę oznacza ? Tego dowiecie się w tym artykule. Coraz trudniej młodzieży wybrać szkołę, a co dopiero zawód. Mam nadzieję, że takimi artykułami pomogę Wam w przyszłych wyborach. Miłego czytania ☺.

Dietetyk – wykwalifikowany specjalista ochrony zdrowia, który posiada szeroką wiedzę w zakresie żywienia człowieka zdrowego i chorego. Zajmuje się również upowszechnianiem wiedzy w zakresie prawidłowego żywienia. Dietetyk w ogólnym rozumieniu jest interdyscyplinarnym specjalistą medycznym zajmującym się wpływem żywności i żywienia na zdrowie człowieka.



## Czym się zajmuje ? Jaka szkoła ?

### Zadania dietetyka

- planowanie, nadzorowanie i wdrażanie, opartego na podstawach naukowych, żywienia indywidualnego, zbiorowego i leczniczego w różnych grupach ludności
- profilaktyka i leczenie dietetyczne chorób dietozależnych
- ocena stanu odżywienia, sposobu żywienia i zapotrzebowania na składniki odżywcze pacjentów oraz wydawanie stosownych opinii
- rozpoznawanie, zapobieganie i współuczestniczenie w leczeniu otyłości i niedożywienia, w tym niedożywienia szpitalnego
- prowadzenie dokumentacji dotyczącej żywienia i stanu odżywienia pacjentów;
- prowadzenie oświaty zdrowotnej w zakresie zasad prawidłowego żywienia m.in. wśród dzieci, młodzieży, kobiet ciężarnych i karmiących oraz osób w wieku podeszłym
- ocena wzajemnego wpływu farmakoterapii i żywienia
- planowanie żywienia indywidualnego i zbiorowego dla wszystkich grup ludności
- planowanie żywienia dla osób w różnym wieku
- planowanie jadłospisów - opracowywanie diet żywieniowych
- opracowywanie procesu przygotowywania potraw i obróbki termicznej produktów żywnościowych

- nadzorowanie żywienia w placówkach żywienia zbiorowego.



Obecnie w Polsce kształcenie w zawodzie dietetyka odbywa się na poziomie wyższych studiów zawodowych na kierunku dietetyka:

- licencjackich – pierwszego stopnia (trwają nie krócej niż 6 semestrów, z obowiązkową praktyką zawodową)
- magisterskich – drugiego stopnia (trwają nie krócej niż 4 semestry, z obowiązkową praktyką zawodową )

W latach wcześniejszych kształcenie w zawodzie dietetyka, zgodne z obecnymi wymaganiami odbywało się na kierunkach: technologia żywności i żywienie człowieka oraz zdrowie publiczne.

W toku studiów realizowane są m.in. takie przedmioty jak: anatomia człowieka, fizjologia człowieka, farmakologia, biochemia, mikrobiologia, chemia spożywcza, towaroznawstwo spożywcze, psychologia kliniczna, choroby wewnętrzne, żywienie w chorobach wewnętrznych, żywienie w chirurgii, pediatria, żywienie niemowląt, alergologia, żywienie w alergiach, podstawy onkologii, żywienie w chorobach onkologicznych, podstawy diabetologii, żywienie w cukrzycy, interakcje leków z żywnością, dietoterapia, toksykologia żywności, higiena i bezpieczeństwo żywności, analiza i ocena jakości żywności, diagnostyka laboratoryjna, prawo medyczne, parazytologia, genetyka, kwalifikowana pierwsza pomoc, edukacja żywieniowa, technologia żywności, epidemiologia żywieniowa, immunologia, zdrowie publiczne, metodologia badań, żywienie kobiet ciężarnych i karmiących, dietoprofilaktyka i leczenie dietetyczne chorób niezakaźnych i żywieniowo zależnych, zasady i organizacja żywienia zbiorowego i żywienia w szpitalach, przechowalność żywności.

### **Miejsca zatrudnienia i rola dietetyka**

W Polsce zawód dietetyka jest nadal mało rozpoznawalny i mało popularny. Z porad i usług dietetyków korzysta mało osób, co powoli zmienia się na korzyść wraz ze wzrostem świadomości społeczeństwa na temat zdrowego stylu życia i wzrostem standardu życia Polaków. Na świecie sytuacja wygląda inaczej. Na wielu kontynentach dietetycy stanowią ważny element ochrony zdrowia.

Jako dietetyk można zatrudnić się w:

- placówkach medycznych;
- szpitalach;
- przychodniach;
- prywatnych gabinetach;
- sanatoriach.

Najpopularniejsze stowarzyszenia dietetyków w Polsce to Polskie Stowarzyszenie Dietetyków czy Polskie Towarzystwo Dietetyki. Natomiast na świecie najpopularniejszym stowarzyszeniem jest The British Dietetic Association, nad którym patronat sprawuje Królowa Wielkiej Brytanii.

# Czy znasz swój kraj, Polskę?

1. Które miasto jest stolicą Polski?
  - a) Kraków
  - b) Gniezno
  - c) Poznań
  - d) Warszawa
2. Barwy flagi narodowej to:
  - a) żółto- biała
  - b) żółto- czarna
  - c) czerwono- biała
  - d) biało- czerwona
3. Kto jest autorem słów hymnu Polski?
  - a) Henryk Dąbrowski
  - b) Józef Piłsudski
  - c) Józef Wybicki
  - d) Fryderyk Chopin
4. Jakie miasto słynie z pierników?
  - a) Gdynia
  - b) Toruń
  - c) Białystok
  - d) Warszawa
5. Ile województw znajduje się w Polsce?
  - a) 32
  - b) 9
  - c) 18
  - d) 16
6. Symbole narodowe to:
  - a) konstytucja i legendy narodowe
  - b) uroczyste pieśni i własny język
  - c) stolicą państwa i własne wojsko
  - d) flaga państwowa, godło i hymn państwowy
7. Jaka obowiązuje waluta w Polsce?
  - a) euro
  - b) złoty
  - c) rubel
  - d) dolar
8. Jak nazywał się Polski papież?
  - a) Krzysztof Kolumb
  - b) Jerzy Popiełuszko
  - c) Tadeusz Rydzki





d) Karol Wojtyła

9. Najdłuższa rzeka w Polsce?

- a) Wisła
- b) Odra
- c) Słupia
- d) Buk

10. Kiedy odbył się chrzest Polski?

- a) 1999r.
- b) 966r.
- c) 996r.
- d) 1768r.

11. W którym roku odbyła się bitwa pod Grunwaldem?

- a) 1310r.
- b) 1510r.
- c) 1610r.
- d) 1410r.

12. Jak wygląda godło Polski?

- a) biały jastrząb na czerwonym tle
- b) złoty orzeł na białym tle
- c) biały orzeł na czerwonym tle
- d) czerwony orzeł na białym tle

13. Czy Polska należy do Unii Europejskiej?

- a) nie
- b) tak
- c) nie wiem

14. Które z polskich jezior jest najgłębsze?

- a) Morskie Oko
- b) Śniardwy
- c) Mamry
- d) Hańcza

15. Który król Polski według „Dziejów” Długosza „zastał Polskę drewnianą, a zostawił murowaną?”

- a) Władysław I Łokietek
- b) Władysław II Jagiełło
- c) Kazimierz III Wielki
- d) Bolesław I Chrobry

16. Jak nazywał się polski poeta, autor „Pan Tadeusz”

- a) Ignacy Krasicki
- b) Adam Mickiewicz
- c) Juliusz Słowacki
- d) Henryk Sienkiewicz



17. Na którym zdjęciu znajduje się stadion Narodowy w Warszawie?



18. Na którym zdjęciu znajduje się Pałac Kultury i Nauki?



19. Z jakim morzem graniczy Polska?

- a) z Czarnym
- b) z Bałtyckim
- c) z Czerwonym
- d) z Martwym

20. Jak nazywa się nasz obecny prezydent?

- a) Aleksander Kwaśniewski
- b) Lech Wałęsa
- c) Bronisław Komorowski
- d) Andrzej Duda
- e) Jarosław Kaczyński

21. Jaki jest najwyższy szczyt w Polsce?

- a) Śnieżka
- b) Łysica
- c) Rysy
- d) Giewont

# Rób to, co serce podpowiada ci jako właściwe - wywiad z Panią Wicedyrektor, Katarzyną Olborską



Od września mamy nową Panią Wicedyrektor. Zastanawiamy się, jakie zmiany zajdą w szkole. Dlatego przeprowadziliśmy wywiad z Panią Katarzyną Olborską, by lepiej ją poznać i dowiedzieć się, jaką ma wizję naszej szkoły.

## Jak to się stało, że jest Pani w naszej szkole?

Poza nauczaniem dzieci i młodzieży postanowiłam sprawdzić się w roli organizatora pracy dydaktyczno-wychowawczej i opiekuńczej na poziomie szkoły podstawowej i przedszkola.

## Kim jest Pani z wykształcenia?

Wykształceniem jestem nauczycielem języka niemieckiego oraz informatyki.

## Przemyślenia o naszej szkole.

Szkola, w której pracuję od września wymaga od kadry kierowniczej wprowadzenia wielu zmian w procesie nauczania, w zależności od rozwoju nękającej świat epidemii. Zmiany te mają negatywny wpływ na społecznienie naszych uczniów, a także na efekty nauczania on-line.

## Co by Pani zmieniła w naszej szkole?

Po powrocie wszystkich uczniów do szkoły należałoby zwrócić uwagę przede wszystkim na odbudowanie wzajemnej więzi między uczniami, a także między uczniami i kadrami dydaktyczną. Uspołecznienie dzieci jest podstawą efektywnej pracy dydaktyczno – wychowawczej szkoły.

## W której szkole pracowała Pani przed naszą?

Wcześniej łączyłam pracę na poziomie szkoły średniej, z pracą w szkole podstawowej jako nauczyciel języka niemieckiego.

## Czy Pani praca jest stresująca?

W bieżącym roku szkolnym praca dostarczała mi wiele stresu ze względu na epidemię, która stwarzała zagrożenie dla zdrowia uczniów oraz wszystkich pracowników szkoły.

## Dlaczego wybrała Pani zawód nauczyciela?

Zawód nauczyciela wybrałam ze względu na możliwość kształtowania pozytywnych cech charakteru uczniów oraz ich maksymalnego rozwoju umysłowego pozwalającego zdobywanie wiedzy

i umiejętności potrzebnych w dorosłym życiu człowieka.

### **Czy aktualna praca sprawia Pani przyjemność?**

Moja praca często sprawia mi wiele satysfakcji ale są także i chwile, że jest mi trudno rozwiązać skomplikowane sytuacje dotyczące problemów społeczności szkolnej, które także pojawiają się w codziennej pracy

### **Jak spędza Pani czas wolny?**

W wolnym czasie uwielbiam czytać książki oraz gotować

### **I na zakończenie prosimy dopowiedzieć...**

#### **Pani autorytet?**

Mój autorytet to moja ukochana mama.

#### **Ulubiona piosenka film, serial, aktor/aktorka?**

Moja ulubiona piosenka to *Dance Me to the End of Love* – Leonard Cohen.

Ulubione filmy – kryminały i horrory, seriale, np. *Rita*, *Żywioły Saszy – Ogień*, *Znaki*, *Dom z papieru*, *W głębi lasu...*, aktorki /aktorzy– Agata Kulesza, Danuta Stenka, Magdalena Boczarska, Paweł Deląg, Marcin Dorociński, Michał Żebrowski, Bogusław Linda ...

#### **Znak zodiaku**

Strzelec

#### **Największa zaleta i największa wada**

Największa zaleta: pracowitość, prawdomówność, dobroć dla potrzebujących . Myślę, że posiadam więcej zalet niż wad.

#### **Ulubiona potrawa**

Ulubiona potrawa : pierogi

#### **Ulubiony kolor**

Ulubiony kolor: niebieski.

#### **Cenię w ludziach...**

Cenię w ludziach uczciwość, prawdomówność, pracowitość, pomoc drugiemu człowiekowi, miłość i szacunek dla najbliższych.

#### **Nigdy nie zaakceptuję...**

Nigdy nie zaakceptuję zła, kłamstwa, lenistwa, braku empatii i szacunku do drugiego człowieka , niekulturalnych zachowań oraz krzywdzenia drugiego człowieka.

#### **Relaksuję się, kiedy słucham..**

Relaksuję się , kiedy słucham muzyki filmowej.

#### **Wolny czas spędzam...**

Wolny czas spędzam często wśród znajomych i przyjaciół, w ogrodzie, na plaży.

#### **Gdybym mogła spełnić jedno marzenie...**

Chciałabym wybrać się kiedyś w podróż dookoła świata.

**Serdecznie dziękujemy za rozmowę :)**

# Milusińscy Nauczycieli

Niezależnie od tego, czy jest to pies, chomik, kot, królik - ludzie lubią żyć w towarzystwie zwierząt. To nasi najlepsi przyjaciele. Zwierzęta sprawiają, że jesteśmy szczęśliwi oraz mniej samotni. W tym artykule poznacie zwierzaki naszych nauczycieli.

## PIES PANI DOROTY MIERZEJEWSKIEJ-

### CZYŻYK

Wabi się Rejtan, jest psem wielorasowym, został zaadoptowany ze słupskiego schroniska dla zwierząt, w którym spędził 2 lata. Uwielbia długie spacery po plaży lub w lesie. Jest wspaniałym psim przyjacielem.



## KOT PANI EDYTY KLIMASZEWSKIEJ- PRĘDKIEWICZ

Jego imię to Tygrys. Ma 7 lat. Jest całusny i kochany. Lubi być głaskany jak i przytulany. To taki koci introwertyk. Został zaadoptowany na prośbę córki p. Edyty.



### ZWIERZĘTA PANI ANNY JANUS

To 7-letnia kicia, która uwielbia towarzystwo oraz pies- roczny Karmel, który bardzo kocha zabawę na świeżym powietrzu.



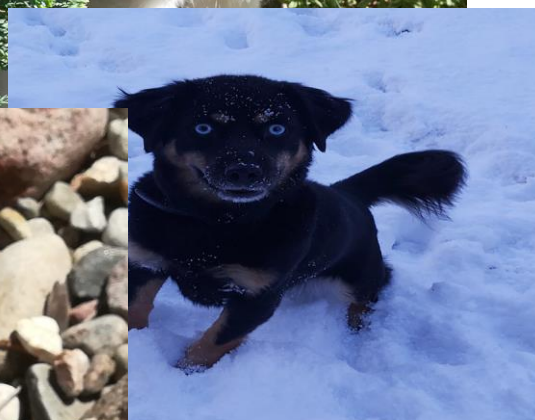
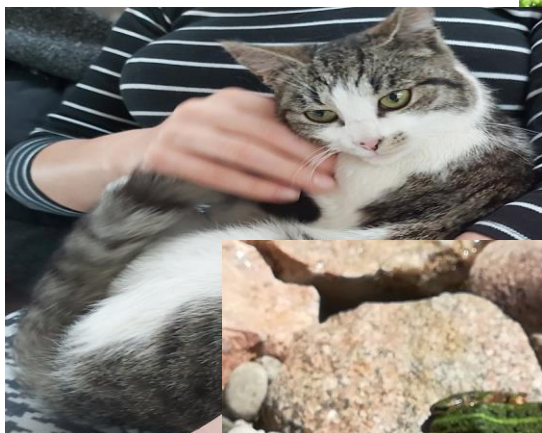
### PIES PANI JOLANTY KOŁTUNIAK

Wabi się Fido, co oznacza wierny w języku łacińskim. Piesek ma 10 lat. To cocker spaniel angielski. Fido ma piękne duże orzechowe oczy, charakterystyczne dla tej rasy długie uszy i złote umaszczenie. Jest wesoły, bardzo towarzyski, lubi ludzi, a zwłaszcza dzieci. Jest wierny, ufny, zwykle chętny do zabawy, wścibski, często uparty i wyjątkowo kochany. Uwielbia łakocie. Chętnie chodzi na spacer.



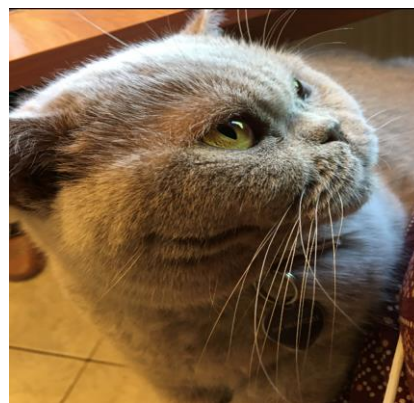
## ZWIERZĘTA PANI EDYTY KOWANDY

Koty nazywają się: Zuzia, Tosia i Miki, suczka- Luna ,a żaba Basia. Tosia kocha się przytulać, jest ufna oraz bardzo przyjacielska, za to Zuzia jest płochliwa. Miki to mama Zuzi i Tosi. Ona rządzi wśród kotów. Luna to radosna suczka. Jest energiczna i często ucieka z domu pobiegać po różnych domostwach. Kocha zabawę z piłką. Żaba Basia jest oswojona oraz lubi przebywać w towarzystwie swojej pani.



## KOT PANI DANUTY ROZENEK

Wabi się Lila. Początkowo kot córki pani Rozenek. Kiedy córka wyjechała za granicę do pracy, pani Danuta przejęła opiekę nad kotem. Kotka urodziła się w 2011 r. Jest kochana i lubi przebywać w towarzystwie domowników.



# SZKOŁA PISANIA – PRZEMÓWIENIE

**Przemówienie – bardzo trudna forma - mówią. A ja mówię Wam: nic bardziej mylnego! Wystarczy zapamiętać kilka zasad i oczywiście ćwiczyć. Jeżeli chcielibyście nauczyć się pisania przemówień, to dobrze trafiliście. Jeśli nie rozumiecie schematu przemówienia, to też dobrze trafiliście. A jeżeli musicie napisać przemówienie na lekcję, a nie wiecie jak, to także dobrze trafiliście. A więc, wszystkich chętnych zapraszam do lektury!**

## Kilka zasad na dobry początek

**Po pierwsze:** zastanów się, po co tak właściwie piszesz (nie uznaję odpowiedzi „pani kazała” 😊). Piszesz, aby do kogoś przemówić. Właśnie, PRZEMÓWIĆ. Do rozsądku? Może. W każdym razie musisz pisać tak, żeby przekonały Cię Twoje własne słowa. Oczywiście, żeby przekonały też innych.

**Po drugie:** rozważ temat swojego przemówienia. Piszesz na temat i stawiasz tezę „Warto czytać książki”? Pomyśl, dlaczego. Znajdź mniej więcej trzy argumenty, i poprzyj je, najlepiej wieloma, przykładami. Poszperaj w Internecie, może znajdziesz badanie naukowe idealne do poparcia twojej racji?

**Po trzecie:** używaj środków stylistycznych wzbogacających język, a unikaj „zapychaczy”. Mile widziane są: pytania retoryczne, apostrofy, porównania. Za to unikaj raczej takich wyrażen jak „po prostu”. Pisz uroczyście i możesz nawet trochę „owijać w bawełnę” w takim znaczeniu, że twoje słowa powinny mieć ładną otoczkę. Dobieraj odpowiednie słowa, staraj się, aby twoje dzieło przemawiało do serca. Nie tylko argumentami, ale i estetyką i schludnością języka.

## Teraz czas na przydatne kartki

Napisz przemówienie, w którym zachęcisz rówieśników do czytania książek. W przemówieniu przywołaj przykład bohatera z lektury obowiązkowej, którego życie zmieniło się pod wpływem książek, i napisz, na czym ten wpływ polegał. Twoja praca powinna liczyć co najmniej 200 słów.

### Przykład 1.

Uczniowie klasy VIII A!

Z pewnością wielu z Was myśli, że na temat zalet płynących z czytania książek powiedziano już wszystko. Otóż moje przemówienie skierowane jest do tych, którzy spędzają wolny czas, bez reszty oddając się wirtualnej rzeczywistości, a czytanie książek kojarzą jedynie z nudą i stratą czasu. Swoje słowa kieruję też do wszystkich Was – uczniów klasy 8 A, którzy chcą dobrze zdać egzamin i dostać się do wymarzonej szkoły. Wszystkim Wam mówię dzisiaj: WARTO CZYTAĆ KSIĄŻKI! Na uwagę zasługują losy bohatera noweli autorstwa Henryka Sienkiewicza pt. „Latarnik”. Skawiński to uczestnik powstania listopadowego. Z przyczyn politycznych musiał emigrować za granicę, tułał się po wielu krajach i wykonywał wiele prac, aby się utrzymać. Nigdzie nie mógł zagrześć miejsca. Czuł się stary i opuszczony, stracił sens życia. Po wielu latach udało mu się odnaleźć schronienie w Aspinwall, gdzie pracował jako latarnik. Jednak cały czas Skawiński czuł się wyobcowany, samotny. Dopiero przypadek sprawił, że w jego ręce dostała się książka i była to książka dla niego niezwykła – „Pan Tadeusz”. Jej lektura sprawiła, że serce bohatera zaczęło uderzać szybciej, a on sam odnalazł swoją tożsamość. I chociaż musiał opuścić latarnię i udać się znów na tułaczkę, to robił to z lepszym sercem niż kiedyś, bo odchodził z kawałkiem ojczyzny pod pachą (Skawiński zabrał ze sobą w drogę książkę – „Pana Tadeusza”).

Jeśli czytamy książki, jesteśmy bogatsi o wiedzę, którą można zastosować w wielu sytuacjach. Hermiona – bohaterka cyklu o Harrym Potterze – ze względu na swoje pochodzenie była źle traktowana przez uczniów



Hogwartu. Jednak dzięki swojej pracy i zdobytej wiedzy zyskała uznanie nauczycieli, a dla uczniów stała się autorytetem. Spędzała długie godziny w bibliotece, a dzięki wiadomościom, które tam zdobywała, pomagała Harry'emu i Ronowi rozwiązywać zagadki, a także wielokrotnie wybawiła swoich przyjaciół z opresji.

Do kogo nie przemawiają ani autorytety, ani przykłady literackie, ten może spojrzeć na wnioski płynące z doświadczenia. Jeśli porozmawiamy z naszymi starszymi kolegami i koleżankami, okaże się, że ci, którzy czytali książki, z łatwością potrafią znaleźć odpowiednie rozwiązania trudnych spraw, mają duży zasób słownictwa i potrafią uzasadniać swoje zdanie.

---

## Przykład 2.

Drodzy Koledzy i Koleżanki!

Dzisiaj chciałabym Was przekonać do czytania książek. To zajęcie może Wam się wydawać nudne, ale tak wcale nie musi być. Wystarczy spojrzeć na tych, którzy choćby od czasu do czasu sięgają po jakąś lekturę. Z takimi osobami rozmawia się ciekawiej. Można im zadawać różne pytania, a oni często znają na nie odpowiedzi, a ponadto umieją również powiedzieć, co sami myślą na dany temat.

Tak więc sądzę, że czytanie książek rozwija wyobraźnię i poszerza wiedzę.

Również lektury szkolne pokazują nam, że bohaterowie literaccy czytali książki. Jednym z nich był Skawiński – bohater Latarnika. Skawiński brał udział w powstaniu listopadowym i dlatego musiał opuścić kraj. Tułał się po całym świecie i szukał pracy. Wszędzie czuł się obco. Dopiero w Aspinwall odnalazł względny spokój. I tutaj stała się rzecz nieoczekiwana. W ręce starca wpadła książka – „Pan Tadeusz”. To zupełnie odmieniło życie Skawińskiego. Przede wszystkim zmieniło się jego uczucie do ojczyzny – Skawiński znów poczuł się Polakiem kochającym kraj, za wolność którego walczył. Niestety musiał opuścić latarnię, ponieważ w czasie, gdy on czytał i zapomniał zapalić latarnię, o pobliskie skały rozbił się statek. Bohater z tego powodu stracił pracę w latarni.

Wynika z tego, że książki mogą czasami bardzo zmienić życie człowieka. Zawsze jednak warto je czytać.

---

**Przemówienie, podobnie jak rozprawka, jest tekstem argumentacyjnym, czyli takim, w którym prezentujesz pewne stanowisko i za pomocą argumentów popartych przykładami próbujesz je uzasadnić. W przemówieniu, inaczej niż w rozprawce zwracamy się bezpośrednio do słuchacza. Stosujemy w nim środki retoryczne (retoryka= sztuka pięknego przemawiania).**

## TWOJE ZADANIE

Napisz przemówienie, którego adresatami będą Twoi rówieśnicy. Przedstaw swoje stanowisko w jednej z wybranych spraw:

- a) Hejt w sieci i poza nią
- b) Fonoholizm- choroba naszych czasów?
- c) Dziękuję- to tak trudno powiedzieć?

## NACOBZU:

1. Czas trwania wystąpienia 3-4 min.

2. Przemówienie dotyczy w całości wybranego tematu.

3. Określasz cel przemówienia.

4. Podajesz co najmniej 3 argumenty na poparcie swojego stanowiska, w tym argumenty odwołujące się do:

- rozumu
- emocji
- postaw.

5. Argumenty ilustrujesz przykładami.

6. Stosujesz wybrane środki retoryczne:

- zwroty do słuchaczy
- pytanie retoryczne
- wykrzyknienie
- elementy języka potocznego lub specjalistycznego (np. młodzieżowego)

7. Tekst ma trójdzielną kompozycję;

- wstęp: wprowadzasz do tematu i określasz cel przemówienia,
- rozwinięcie: prezentujesz argumenty i przykłady,
- zakończenie: podsumowujesz rozważania.

8. Przy wygłaszaniu przemówienia uwzględniasz następujące elementy: modulacja głosu, intonacja, akcent zdaniowy, język ciała, tempo i głośność mówienia, umiejętność przykucia uwagi.

## PISZEMY TEKST PRZEMÓWIENIA- ZWROTY I WYRAŻENIA

### Jak zwrócić się do słuchaczy?

Drodzy słuchacze! Mili zebrani! Szanowni Państwo! Koledzy! Koleżanki!

### Jak rozpocząć przemówienie?

Celem mojego wystąpienia będzie... Moim zamiarem jest zapoznanie was z problemem... Pragnę zaapelować do was o... Moim celem jest przedstawienie informacji na temat... i skłonienie do refleksji nad..... Chciałbym skłonić Was do przemyślenia ważnej kwestii.....

### Jak wprowadzać argumenty i ilustrować je przykładami?

O tym, że mam rację, niewątpliwie świadczy fakt.... Nikt chyba nie zaprzeczy, że... Dlaczego tak sadzę? Otóż..... Trudno nie zauważyć, że... Zapewne zgodzicie się ze mną, że... Jako dowód na potwierdzenie mych słów mogę przywołać przykład/sytuację/ zdarzenie... Wystarczy, że przypomnicie sobie sytuację... Czy mam rację? Otóż, wystarczy spojrzeć na...

### Jak apelować i przekonywać oraz podtrzymywać kontakt ze słuchaczami?

Zechciejcie wysłuchać mojej opinii.. Pragnę Was zachęcić do.... Nie czekajcie! Możecie to zmienić! To, co się stanie należy do Was... Każdy z Was ma możliwość, by... Właśnie Wy, drodzy słuchacze, możecie wiele zrobić... Czy zdajecie sobie sprawę, jak wiele zależy od Was? Jeśli zrobisz to ty, ty i ty, jest Was już troje! I ty, drogi słuchaczu, możesz wiele uczynić...

**Jak wprowadzać środki retoryczne?** Pytania: Czy można pozostać obojętnym wobec...? Wykrzyknienia: Ta sytuacja powinna się zmienić! Apostrofy: Wysłuchajcie mych słów i podejmijcie decyzję... Celowe powtórzenia: Myślicie, że to niewiele? Prawda, niewiele. Niewiele a jednak dużo... Metafory: Być może to, co uczynicie jest kroplą w morzu, ale... Porównania: Ten jeden mały gest może być jak promyk słońca po pochmurnych dniach.

### Jak jeszcze urozmaicić tekst przemówienia?

Wprowadzić krótki opis sytuacji ( kiedyś widziałem...). Wprowadzić cytaty. Wprowadzić osobiste wspomnienie (doskonale pamiętam moment...).

**A teraz czas na prace naszych uczniów! Możecie je przeanalizować, rozłożyć na części pierwsze, jeśli to Wam pomoże. Ważne, abyście ZROZUMIELI 😊**

## Koleżanki i Koledzy!

Chciałbym skłonić Was do przemyślenia ważnej kwestii, którą jest hejt w sieci. Słowo hejt pochodzi od angielskiego hate, czyli nienawiść, wrogość. Hejt oznacza nienawistne, agresywne i skrajnie krytyczne komentarze, pozbawione rzeczowej argumentacji i wygłaszane pod adresem konkretnej osoby lub grupy osób. Towarzyszy temu często wulgarny język. Nie ma w nim miejsca na odpowiedź czy poglądy innych osób, jest jedynie strumieniem złości i frustracji. Jak zapewne wiecie, hejtowanie w sieci jest często anonimowe, przez co wyzwala w autorze poczucie bezkarności. Strony i portale społecznościowe, na których młodzi ludzie stykają się ze zjawiskiem hejtu to m.in.: YouTube, Twitter, Facebook, Instagram.

Podłoże hejtu bywa różne. Może nim być pochodzenie oraz religia. Wśród młodzieży największe jest przyzwolenie na mowę nienawiści wobec mniejszości seksualnych, homoseksualistów, Romów, Żydów i muzułmanów oraz osób o innym kolorze skóry. Powodem może być też wygląd – otyłość lub kolor włosów. A nawet niższa pozycja ekonomiczna.

Przykładem hejtu są negatywne komentarze pod zdjęciami, głównie na Facebooku, przerabianie zdjęć i wrzucanie ich ,np. na strony pornograficzne oraz przesyłanie nieprzyjemnych zdjęć czy wulgarnych filmików.

Kolejnym przykładem jest wzajemne obrażanie się i przeklinanie w Internecie oraz ujawnianie prywatnych informacji przez, np. skłócone koleżanki lub rywalizujących kolegów.

Należy powiedzieć również o hate page'ach – stronach, na których gromadzą się i wypowiadają osoby przeciwko swoim rówieśnikom. Zapewne zgodzicie się ze mną, że

pobudką może być zazdrość, nuda albo głupi żart, a autorami osoby zakompleksione, o niskiej samoocenie, próbujące się dowartościować właśnie przez obrażanie innych. Dlatego też częściej występują anonimowo.

Musicie mieć jednak świadomość, że hejt nie jest niewinną zabawą! Ma groźne konsekwencje, bo prowadzi do wykluczenia, dyskryminacji, a nawet przemocy wobec adresata hejtu. Hejt wpływa negatywnie na stan psychiczny oraz fizyczny ofiary. Dowodami na to mogą być wywołane przez stres bezsenność, niska samoocena, strach wyrażania własnego zdania w Internecie, a nawet depresja. Lecz nie tylko sam stres może wywołać uszczerbek na zdrowiu. Poprzez mętlik w głowie osoby, która doznała nienawiści przez Internet, może też dojść do radykalnych pomysłów jak głodzenie się, bicie lub kaleczenie, a nawet samobójstwo albo zabójstwo innej osoby. Na szczęście hejt w sieci nie jest bezkarny. Może podpadać pod naruszenie dóbr osobistych, znieważenie, zniesławienie, obrazę uczuć religijnych, nawoływanie do nienawiści lub cyberprzemocy. Za te oskarżenia grozi kara grzywny, ograniczenia wolności lub pozbawienia wolności do dwóch lat. Ofiara hejtu może również z własnej inicjatywy wnieść pozew o naruszenie jej dóbr osobistych przez hejtera.

Jak radzić sobie z cyberprzemocą? Pewnie powiedzielibyście – nie reagować, nie przejmować się takimi wypowiedziami, po prostu nie dać się i nie pozwolić się sprowokować. Ale sami wiecie, że to trudne! Spróbujcie więc porozmawiać z bliską osobą dorosłą lub przyjacielem, którzy pomogą Wam zapanować nad emocjami i poczuć się lepiej. Możecie zgłosić incydent zaufanej osobie dorosłej, np. wychowawcy, pedagogowi, dyrektorowi lub skorzystać z telefonu zaufania 116 111. Pamiętajcie o zachowaniu dowodów nękania w postaci wydruków lub screenshota, zanim podejmiecie próby usunięcia obraźliwych wiadomości lub zablokowania osoby, która Was prześladowa. Jeśli czujecie się zagrożeni, powiadomcie policję.

Czy można pozostać obojętnym wobec hejtu w Internecie? Wielu młodych ludzi cierpi przez to codziennie, dlatego powinniśmy starać się zapobiec temu zjawisku na wszelkie sposoby. Zapewne zgodzicie się ze mną, że przede wszystkim sami musimy mieć świadomość jego konsekwencji i nie ranić drugiej osoby. Powinniśmy też stanowczo reagować na hejtowanie w sieci i podejmować działania zapobiegające cyberprzemocy, ponieważ w dzisiejszych czasach jest to jedna z najszybciej rozprzestrzeniających się zaraz, którą wspólnie możemy i musimy zwalczać. Nie bądźcie obojętni! Reagujcie! Dziękuję Wam za uwagę !

Drodzy Uczniowie!

Większość z Was posiada telefon komórkowy, ale powiedzmy sobie szczerze - czy kiedykolwiek pomyśleliście, że za dużo czasu spędzacie na przeglądaniu stron internetowych bądź graniu w gry? Czy myślicie, że fonoholizm to choroba naszych czasów? Z mojego punktu widzenia tak jest i postaram się przekonać Was, że to uzależnienie jest realnym zagrożeniem dla ludzkości.

Fonoholizm to choroba naszych czasów!

Zastanówmy się więc, dlaczego ludzie bardzo dużo czasu spędzają na internetowych rozrywkach. Nie mówię tutaj o urozmaiceniu sobie czasu takowymi rozrywkami, tylko o praktycznie całkowitym „zabawianiu się” Internetem, grami bądź nawet rozmowami telefonicznymi. Uważam, że dla ludzi jest to po prostu wygodne. Zapewniają sobie rozrywkę bez konieczności wysilania się, tak jak na przykład w pracach ręcznych. Łatwiej jest przecież zadzwonić do znajomego, niż go odwiedzić, prawda?

Jeżeli chodzi o skutki coraz częstszego korzystania z telefonu, są one zdrowotne i społeczne. Po pierwsze, długotrwałym patrzeniem w ekran psujemy sobie wzrok. Zwiększamy także ryzyko zachorowania na raka, gdyż jesteśmy wyeksponowani na promieniowanie i oddziałuje ono na nas częściej. Tracimy również umiejętności manualne, nie potrafimy nawet ulepić ludzika z plasteliny. A nie chcemy przecież mieć dwóch lewych rąk, czyż nie? Skutki społeczne to przede wszystkim ograniczenie realnego kontaktu z ludźmi. Zamykamy się w wirtualnej rzeczywistości, uciekamy się w życie internetowe. Nie mówimy o swoich problemach bliskim osobom, tylko obcym, albo w ogóle tego nie robimy, szukamy pocieszenia w „innym świecie”. Nie możemy żyć bez telefonu. Jesteśmy uzależnieni od używania tego urządzenia, które pierwotnie miało służyć do szybszej komunikacji. I to jest właśnie fonoholizm.

Jeżeli powiedzieliśmy już o uzależnieniu i jego przyczynach, a dalej nie jesteście przekonani co do szkodliwości nadużywania telefonu, mam dla Was fakty dotyczące fonoholizmu. Okazuje się, że aż 35% uczniów badanych przez Fundację Dbam o Mój Z@sięg wraz z Uniwersytetem Gdańskim przyznało się, iż sięga po telefon nawet kilkadziesiąt razy dziennie! Inny przykład to eksperyment tej samej fundacji, podczas którego sto trzy młode osoby odłączono od jakichkolwiek urządzeń cyfrowych przez siedemdziesiąt dwie godziny. W ciągu trzech dob znalazło się dwanaście wolnych godzin, których młodzież i ich rodzice nie potrafili odpowiednio zagospodarować.

Co więc robić, by zatrzymać rozwój fonoholizmu? Rozpowszechniać zdrowy styl życia, ograniczając użycie telefonu, szczególnie wśród najmłodszych. Warto zachęcać ich do sięgania po inne rozrywki, takie jak czytanie książek, gra w gry planszowe, zabawy plastyczne bądź po prostu obcowania z rówieśnikami. Należy tłumaczyć im, że telefon nie jest dobrym wyjściem z każdej sytuacji i uczyć, jak aktywnie i z głową zajmować czas. Starszym uczniom powinniśmy uświadczać, jakie zagrożenie wiąże się z nadużyciem elektroniki.

Jaki wniosek się nasuwa? Fonoholizm jest chorobą naszych czasów i powinniśmy z nią walczyć, a świat i ludzie staną się lepsi. Dziękuję za uwagę!

Opracowała Blanka B.

# WAKACYJNE SŁODKOŚCI

Wakacje zbliżają się wielkimi krokami, a jak wakacje to pyszne lody. W tym numerze mamy dla Was przepis na domowe, orzeźwiające i banalnie proste w wykonaniu lody truskawkowo-banane.

Składniki na ok. 1,5 litra lodów:

- 400 g truskawek, zamrożonych
- 400 g bananów, zamrożonych i pokrojonych na kawałki (waga bez skórki)
- 60 ml śmietanki kremówki 36% lub śmietanki kokosowej (gęstej części z mleka kokosowego), schłodzonej
- syrop klonowy lub syrop z agawy do smaku

Truskawki i banany umieścić w misie malaksera i zmiksować do powstania masy o konsystencji lodów. Lody na początku będą dość sypkie – dolać śmietanę kremówkę lub śmietankę kokosową, dosłodzić do smaku i ponownie zmiksować, aż do osiągnięcia lekko kremowej i jednolitej konsystencji (jak na zdjęciach). Podawać natychmiast lub odłożyć do zamrażarki na później.

Smacznego☺



Nie wiem, jak wy ale ja w lato uwielbiam pić pyszną lemoniadę. Przedstawię Wam tu sprawdzony przepis na lemoniadę według Ani Starmach. Receptura jest naprawdę prosta, bo potrzebujemy niewielu składników i blender:)

Co kupić?

- 4 cytryny
- 1 pomarańcza
- garść świeżej mięty
- 100 g cukru
- 1 l wody niegazowanej (jeśli lubisz wodę gazowaną, możesz ją wymieszać pół na pół z niegazowaną)

Jak przygotować?

1. Z owoców wyciśnij sok, przelej przez sitko, aby pozbyć się pestek.
2. Miętę utrzyj z cukrem w moździerzu lub w wysokim naczyniu (wtedy użyj łyżki).
3. Do dzbanka przelej sok z owoców. Dodaj miętę utartą z cukrem i wodę, wymieszaj.



4. Lemoniada smakuje najlepiej, gdy jest schłodzona (jeśli nie masz czasu na chłodzenie, dodaj po prostu kilka kostek lodu).

**Na koniec przepis dla zwolenników czekolady i orzechów. Te ciasteczka są idealnie kruche, a ich przygotowanie zajmie Wam niewiele czasu. Polecam każdemu, kto uwielbia słodkości.**

Składniki na około 60 sztuk:

- 250 g masła
- 3/4 szklanki jasnego i miałkiego brązowego cukru
- 2 duże jajka
- 2,5 szklanki mąki pszennej
- pół łyżeczki soli
- 1 łyżeczka sody oczyszczonej
- 150 g posiekanej gorzkiej czekolady
- 1 szklanka dość grubo posiekanych orzechów, np. włoskich, laskowych lub pekan

Dodatkowo do posypania:

- 50 g posiekanej gorzkiej czekolady

Wszystkie składniki na ciastka powinny być w temperaturze pokojowej.

W misie miksera umieścić masło i cukier, utrzeć do otrzymania jasnej i puszystej masy maślanej. Dodać jajka, utrzeć połączenia się składników, następnie dodać mąkę pszenną, proszek do pieczenia, sól i dokładnie zmiksować. Do masy dodać orzechy i czekoladę, krótko zmiksować.

Płaską dużą blachę do ciastek wyłożyć papierem do pieczenia. Z masy formować kuleczki wielkości orzecha włoskiego i układać na blaszce zachowując odstępy, następnie lekko je spłaszczyć. Posypać dodatkową posiekaną czekoladą. Ciastka piecuski piec około 12 – 13 minut w temperaturze 180°C. Wyjąć z piekarnika i wystudzić na kratce.

Ciastka można przechowywać do 7 dni w pojemniku spożywczym w temperaturze pokojowej. Smacznego;)



Zosia

# DOMOWE SPA – ZRÓB TO SAM! KOSMETYKI DIY

Czy lubicie dbać o siebie? Czy chcecie to robić, jednocześnie nie wydając fortuny na kosmetyki i środki pielęgnacyjne? Jeśli tak, to dobrze trafiliście! Poniżej znajdziecie ciekawe przepisy na własnoręczne kosmetyki z rzeczy, które na pewno macie w domu.

## MYDŁO ŻELKOWE

Składniki:

- mydło w płynie;
- żelatyna spożywcza;
- barwnik;
- olejek zapachowy;
- wrząca woda;
- foremka;
- stoik;
- łyżka.

---

DO WRZĄCEJ WODY DODAJEMY ŻELATYNĘ, MIESZAMY. DO MYDŁA DODAJEMY WCZEŚNIEJSZY ROZTWÓR, MIESZAMY. DODAJEMY DO TEGO BARWNIK I OLEJEK. PRZELEWAMY TO DO FOREMEK I ZOSTAWIAMY NA 24H.

## MYDŁO W KOSTCE

Składniki:

- mydło w płynie lub baza mydlana;
- naturalny aromat, np. sok z pomarańczy albo olejek zapachowy;
- ew. barwnik lub (i) suszone kwiaty;
- foremki;
- miska;
- łyżka.

---

MIESZAMY RAZEM: MYDŁO, AROMAT, BARWNIK/SUSZONKI. PRZELEWAMY DO FOREMEK, A NASTĘPNIE WKŁADAMY DO LODÓWKI NA 24H.



## PEELING KAWOWY I LAWENDOWY

Składniki:

- olej/oliwa;
- cukier;
- kawa/kakao / suszona lawenda;
- ...
- miska;
- łyżka.

---

DODAJEMY WSZYSTKIE SKŁADNIKI I MIESZAMY.

## KULA KĄPIELOWA

Składniki:

- olej;
- woda;
- soda oczyszczona;
- kwas cytrynowy;
- barwnik;
- olejek zapachowy;
- suszone kwiaty;
- foremki;
- miska;
- łyżka.

---

DO SODY DODAJEMY KWASEK W PROPORCJI 2:1. DO TEGO DODAJEMY OLEJ, WODĘ I BARWNIK. DO TEGO DODAJEMY SUSZONKI I OLEJ. MIKSTURĘ PRZELEWAMY DO FOREMEK I ODSZAWIAMY NA 24H.

## OLEJEK HERBACIANY

Składniki:

- fusy herbaciane;
- woda;
- olej;
- miska;
- łyżka

---

FUSY MUSIMY „WYMOCZYĆ” W WODZIE. DODAJEMY OLEJ, MIESZAMY.

Musicie pamiętać, że trzeba rozplanować sobie proporcje, także metodą prób i błędów. Jeżeli w przepisie mamy olej, to wiemy, że powinniśmy dodać go więcej, tak samo z wodą. Powodzenia!

# Nietypowe sporty

Sport to oczywiście nie tylko piłka nożna czy siatkówka. Są też takie dyscypliny, o których większość ludzi zupełnie nie ma pojęcia. Nic dziwnego. Na świecie jest ich tak wiele, że nawet nie jestem w stanie ich policzyć. Przeszukałam prawie cały Internet i znalazłam cztery dyscypliny, które bez wątpienia spowodują, że na Twojej twarzy pojawi się zaskoczenie. A może nawet i mały uśmieszek?

## NUMER 1

### Cheese rolling

Jest to wyścig za toczącym się serem. Odbywa on się co roku w Wielkiej Brytanii. To wydarzenie, które często kończy się poważnymi urazami, ma bardzo wielu fanów. Zabawa organizowana jest na stromym, 200-metrowym wzgórzu. Uczestnicy muszą się z niego jak najszybciej sturlać, tak aby dogonić toczący się 3-kilogramowy ser. Oczywiście nagrodą dla najszybszego zawodnika jest wspomniany wcześniej wielki, okrągły ser. Czy Ty byś się odważył sturlać się z takiej góry?



## NUMER 2

### Boks szachowy

Spokojne szachy i wręcz brutalny boks – czy takie połączenie ma szansę powodzenia? Wbrew pozorom tak! Koncepcja szachowego boksu została stworzona na przełomie wieku XX i XXI. W pojedynku szachowego boksu zawodnicy rozgrywają 11 rund: w rundach nieparzystych rozgrywane są pojedynki szachowe, a w parzystych – bokserskie. Czy byś tak potrafił?



## NUMER 3

### Ekstremalne prasowanie

Myślisz, że prasowanie ubrań to nudna robota? Nic bardziej mylnego! Ta nowa dyscyplina sportu, łączy w sobie ekstremalność i obowiązek domowy, jakim jest prasowanie. Sportowiec może dostać potężny zastrzyk adrenaliny, jednocześnie prasując sobie ubrania. Teraz jak rodzice poproszą się o wyprasowanie rzeczy, pomyśl... o tym sporcie.



## NUMER 4

### Siłowanie na palce u stóp

Może to nie będzie dziwny sport, ale warto o nim wspomnieć. Przypomina siłowanie na rękę, ale chodzi o siłowanie na palce u stóp. Przed pojedynkiem każdy z zawodników powinien ściągnąć ze swego przeciwnika buty i skarpety. Nawet ty możesz zorganizować małe zawody, a przeciwnikami może być twoja rodzina lub twoi znajomi. Zapewniam Cię, że to będzie świetna zabawa!



GABI I.

**Na Pomorzu jest pełno ciekawych miejsc. Dzisiaj przedstawię Wam kilka z nich, które moim zdaniem warto odwiedzić.**

# Pomorze i jego miejsca

1. Na początek zamek w Malborku - zamek ten został wpisany na listę UNESCO. W średniowieczu służył jako klasztor Zakonu Krzyżackiego. Jest jedną z największych twierdz średniowiecznej Europy.
2. Muzeum II Wojny Światowej w Gdańsku – państwowa instytucja kultury powołana w 2008. Muzeum zostało otwarte 23 marca 2017.
3. Łebsko – jezioro przybrzeżne w województwie pomorskim na Wybrzeżu Słowińskim, trzecie pod względem powierzchni jezioro w Polsce.



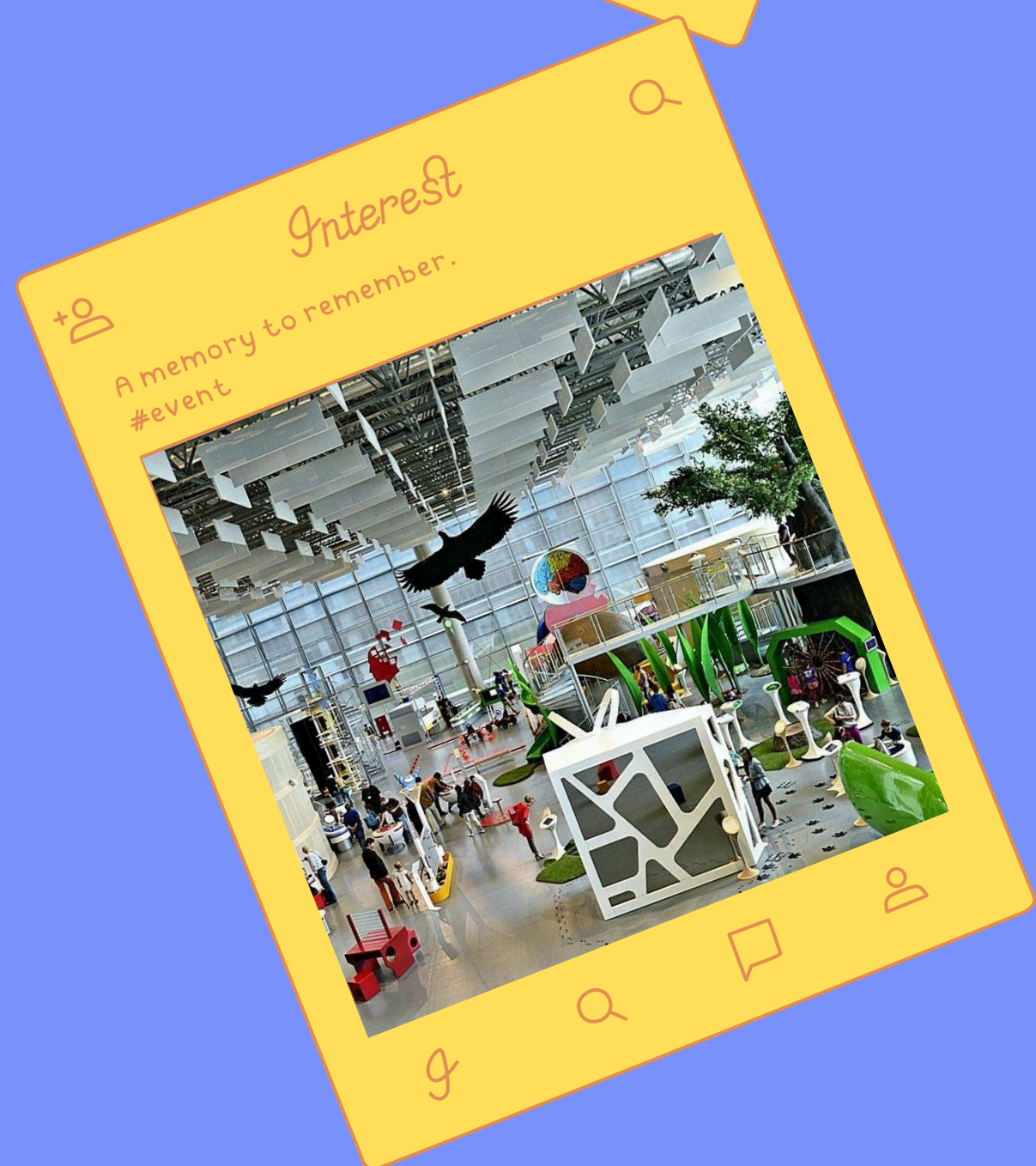
4. Leśny Ogród Botaniczny "Marszewo" – ogród botaniczny działający przy Ośrodku Edukacji Leśnej w Marszewie w Gdyni.



5. „Park Dinozaurów Nowiny Wielkie” - to idealny cel na rodzinną wycieczkę. Największą atrakcją tego parku jest największą leśną ścieżka edukacyjna z czterdziestoma naturalnej wielkości modelami prehistorycznych gadów.



6. Centrum Nauki Experyment - jest to instytucją kultury w Gdyni, której celem jest łączenie nauki i zabawy w atrakcyjną formę spędzania czasu na interaktywnych wystawach



## NIGDY NIE NALEŻY SIĘ PODDAWAĆ

Magdalena Pruss, uczennica klasy VIII ze Szkoły Podstawowej im. Leopolda Staffa we Włynkówku zajęła II miejsce w zawodach biegowych. To pilna uczennica, która w tym roku pisze egzamin ósmoklasisty. Znajduje czas na ciężkie treningi. Szóstego lutego bieżącego roku wystartowała w Halowych Mistrzostwach Województwa Pomorskiego. Stała na podium i zdobyła tytuł... wicemistrzyni.

**Jak się czujesz po zawodach ?**

Po zawodach czuję się szczęśliwa, jednak jestem lekko zawiedziona, ponieważ liczyłam na lepszy wynik. Co prawda, poprawiłam rekord życiowy, lecz nadal czuję niedosyt. Świadczy to dobrze o moim nastawieniu do kolejnych zawodów.



**Kiedy zaczęła się Twoja przygoda ze sportem ?**

Moja przygoda ze sportem miała swój początek już w najmłodszych latach. Od zawsze spędzałam aktywnie wolny czas. Zaczęło się od przygody z baletem, jeszcze w przedszkolu. Następnie sztuki walki od pierwszej do trzeciej klasy. Aktualną dyscyplinę, lekkoatletykę, trenuję już cztery lata.

**Ile przygotowywałaś się do zawodów ?**

Przygotowanie, centralnie pod sezon halowy, trwało od listopada, jednak przez cały rok ciężko trenuję.

**.Czy czułaś dużą konkurencję na mistrzostwach?**

Na listach wojewódzkich przed zawodami zajmowałam drugą pozycję, więc tak na prawdę miałam tylko jedną konkurentkę, którą jest moją przyjaciółką z klubu.

**Miałaś chwilę zwątpienia przed zawodami?**

Przed zawodami nie miałam ani chwili wątpliwości. Widziałam, że muszę dać z siebie wszystko.

**Czy kiedykolwiek miałaś dość i chciałaś skończyć ze sportem?**

Momentami, w szczególności podczas ciężkich treningów, miałam dość, ale nigdy nie była

**Co czułaś, gdy przyszedł czas na wyniki?**

Po biegu czułam ogromną adrenalinę. Gdy przekroczyłam metę, od razu zobaczyłam swój czas. Wtedy miałam pewność, że stanę na podium.

**Co poradziłabyś osobie zaczynającej przygodę ze sportem?**

Osobie zaczynającej treningi jakiejś dyscypliny poradziłabym przede wszystkim cierpliwość. Nigdy nie należy się poddawać, ponieważ początki najczęściej są trudne i wymagają samozaparcia, silnej woli i motywacji.

**Jakie masz marzenia, plany na przyszłość ?**

Moim największym marzeniem jest osiągnięcie sukcesu w lekkiej atletyce. Jeżeli chodzi o naukę, chciałabym dostać się do Liceum Ogólnokształcącego nr 2 w Słupsku do klasy o profilu biologiczno-chemicznym.

**W naszej opinii, już osiągnęłaś bardzo duży sukces. Z całego serca gratuluję, dziękuję za wywiad i, w imieniu swoim i całej szkoły, życzę dalszych sukcesów. Spełniaj swoje marzenia!**



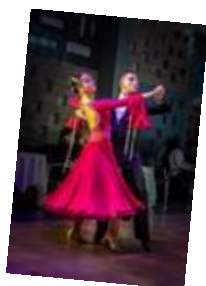
# Taniec towarzyski – piękne widowisko

## Trochę historii

Taniec towarzyski powstał na początku XX wieku. Najpierw była to forma zabaw ludowych i tańców salonowych. Tańczyć mogły tylko osoby z klas uprzywilejowanych.

## Style taneczne

Taniec towarzyski dzieli się na dwa style: *tańce standardowe* i *tańce latynoamerykańskie*. Tańce standardowe to: walc angielski, tango, walc wiedeński, foxtrot, quickstep. Tańce latynoamerykańskie to: samba, cha cha, rumba, paso doble i jive.



## Klasy taneczne

Klasy taneczne w tańcu towarzyskim ukazują poziom danej pary. Poprzez jeżdżenie na turnieje zdobywa się punkty które pomagają zdobywać wyższe klasy. Klasy taneczne to: „h”, „g”, „f”, „e”, „d”, „c”, „b”, „a”, „s”. Klasy są podzielone na dwie kategorie klasy rekreacyjne to klasy do „f”, a klasy sportowe są od klasy „e”. Od klasy „d” można osobno zdobywać klasy taneczne na przykład w tańcach latynoamerykańskich mieć „b”, a w tańcach standardowych „c”.

## Kategorie wiekowe



Kategorie wiekowe to:  
do 7 lat,  
8-9 lat,  
10-11 lat,  
12-13 lat,  
14-15 lat,  
powyżej 15 lat  
(w tej kategorii można tańczyć



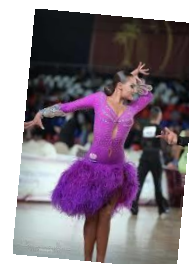
do 35 roku życia), senior (od 35 roku życia). Senior II 40-45, senior III 50-55, senior IV 60-65.



## Stroje



W kategoriach do 12-13 „g” tańczy się w sukienkach tak zwanych „pierwszy krok” (pokazana na zdjęciu obok). Od kategorii 12-13 „g” tańczy się w dwóch sukienkach. Jedna z nich jest do tańców standardowych – długa przed kostki, czasami posiada wycięte plecy, zazwyczaj posiada „fruwajki” (po prostu wstążki, czasami zakończone jakimiś pomponami). Są również „fruwajki” połączone z na przykład kokardką). Oczywiście wszystko zależy od kroju sukienki. Natomiast sukienka do tańców



latynoamerykańskich zazwyczaj jest krótka posiada różne połączenia materiałów. Na większości sukienek do tańców latynoamerykańskich znajdują się frędzle. Sukienka może zawierać wycięcia na bokach lub brzuchu. Zazwyczaj dołączane są bransoletki lub opaski na głowę. Od kategorii 12-13 „c” można mieć kamienie Swarovskiego. Strój tancerza do kategorii 12-13 „g” jest taki sam w obu stylach. Jest to białe body zapinane na zamek z kołnierzykiem. Tancerz ma na szyi krawat lub muszkę na gumce. Od kategorii 12-13 „g” partner ma czarną tunikę bądź body w tańcach latynoamerykańskich, a w standardowych białe

body zapinane na zamek muszkę i czarną kamizelkę. Spodnie czarne, garniturowe muszą sięgać do połowy buta. A od 12-13 „c” w tańcach latynoamerykańskich mogą na górnej części stroju kamienie. W tańcach standardowych mają mieć frak i muszkę.

## Buty do tańca

Buty do tańca też zależą od stylu. Do kategorii 12-13 „g” tańczy się w butach na tak zwanym „klocku”.

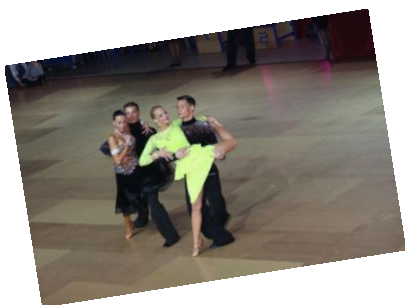
W kategoriach 12-13 „e” również można w takich tańczyć jednak nie jest to wskazane. Od kategorii 12-13 „g” można tańczyć w butach na szpilce. Odpowiedni z klasą taneczną zwiększa się wysokość szpilki. Do tańców latynoamerykańskich buty trochę przypominają sandaiki. A do tańców standardowych są podobne do klasycznej szpilki. Dla partnerów buty przypominają trochę typowe buty do garnituru.



Tancerz też zmienia buty. Do tańców standardowych buty mają niższy obcas, a do tańców latynoamerykańskich – wyższy.

## Turnieje

Na turniejach tańczy się w odpowiedniej kategorii wiekowej i klasie tanecznej jaką się posiada. W klasie „h” są tylko 2 miejsca i pary zajmują je ex aequo. Od klasy „g” są 3 miejsca natomiast od klasy „f” są 4 miejsca na podium. Do pół finału przechodzi 12 par a do finału 6 par.



6. Pary w kategoriach tańczą w tym samym czasie, a więc sędziom trudno wybrać te idealne pary. Turnieje są organizowane przez FTS lub PTT zależy od regionu.

## Jakie tańce w jakiej klasie?

Nie od razu tańczy się wszystkie tańce. W klasie „h” tańczy się tylko 4: walc angielski, samba, cha cha, polka. W klasie „g” : walc angielski, quickstep, samba, cha cha, jive. W klasie „f” : walc angielski, walc wiedeński, quickstep, samba, cha cha, jive. W klasie „e” : walc angielski, tango, walc wiedeński, quickstep, samba, cha cha, rumba, jive. A od klasy tanecznej „d” tańczy się wszystkie tańce.



## Charaktery tańców

Niektóre z tańców mają charakter. Pasodoble jest „odwzorowaniem” corrido. Partner wciela się w rolę torreadora, a partnerka w rolę płachty. Taniec składa się z trzech części: wejście na arenę, obrazuje samą walkę z bykiem i zabicie byka. Rumba to taniec miłości. Na foxtrot mówi się że jest „najtrudniejszym spacerem świata”.



## Kluby taneczne

Najbliższy klub tańca towarzyskiego znajduje się w Słupsku. Klub ma swoją lokalizację przy ulicy Grottgera w starym liceum. Treningi odbywają się tam w porze wieczornej.



## Oświadczyły na parkiecie

W 2017 roku na mistrzostwach świata tańców latynoamerykańskich po ogłoszeniu wyników Gabriele Goffredo i Anna Matus zatańczyli rumbę. Po tym pełnym miłości tańcu Gabriele wziął mikrofon i na środku parkietu oświadczył się swojej wybrance. Niedawno odbył się ich ślub.



# Galeria zdjęć



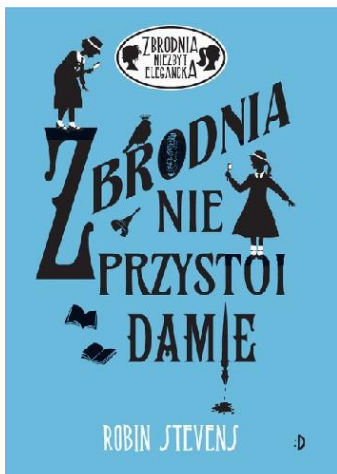


## Poradnik – jak uczyć się efektywnie

Pewnie często słyszeliście o czymś takim jak dobra organizacja i efektywna nauka. A czy kiedyś pomyśleliście, że tak nie potraficie? Że nie jesteście tak zmotywani? Ja Wam powiem, że możecie być! Postaram się przedstawić kilka przydatnych i praktycznych zasad dotyczących tego procesu. Zdaję sobie sprawę, że zbliżają się wakacje, a nauka pójdzie w odstawkę, ale może moje rady przydadzą się Wam po wakacjach? Bardzo bym sobie tego życzyła. Nie przedłużając, zaczynamy!

- Określ swoje cele. Co chciałbyś osiągnąć? Co pomoże Ci w realizowaniu planu? Pomyśl nad tym!
  - A propos planu, to czy masz jakiś? Jeśli tak, to bardzo dobrze, jeśli nie, to też dobrze. Wszystko przyjdzie w swoim czasie. Lecz aby robić coś efektywnie trzeba mieć cel. Chociaż może po prostu chcesz ułożyć swoje życie, tak aby mieć więcej czasu na przyjemności? To też jest dopuszczalne 😊 (tak naprawdę to też jest cel).
  - Okej, umówmy się, że masz cel. Czas na wykonanie. Pomyśl, co masz do zrobienia w najbliższym tygodniu. Sprawdzian z matematyki? Kartkówka z j .polskiego? Prezentacja z informatyki? Zapisz wszystko na kartce.
  - Kolokwialnie mówiąc, fajnie by było, gdybyś zaopatrzył się w planer czy kalendarz. Albo zrobić go samodzielnie! Są na przykład własne kalendarze „Bullet Journal”. Jest wiele tutoriali w Internecie, więc możesz „obczaić” 😊.
  - Zaplanuj swój przyszły tydzień. Tego dnia nauczysz się do sprawdzianu, tego do kartkówki, tego zrobisz prezentację.
  - Kiedy już zaplanujesz, wykonaj to. Przez pierwsze tygodnie będzie ci ciężko przestawić się do nowego trybu. Kiedy nie zrobisz czegoś wtedy, kiedy to zaplanujesz, nie wiń się. Powiedz: „następnym razem to zrobię!”. Cały proces osvajania się trwa około miesiąc.
  - Nie zostawiaj niczego „na później”. Wiążę się to z planowaniem. Pomyśl, że jak zrobisz coś teraz, to później nie będzie się to za tobą ciągnęło. Wiem, łatwiej powiedzieć, ciężiej zrobić, ale uwierz mi na to słowo, też przez to przechodziłam. Jeśli będziesz chciał, wszystko będzie możliwe. Podobno „dobrymi chęciami piekło jest wybrukowane” ale w tym temacie są one bardzo potrzebne!
  - Nie myśl, co będzie jeśli nie zaliczysz egzaminu, dostaniesz złą ocenę. Skup się na tym, co możesz zrobić tu i teraz, aby osiągnąć swój cel. Abyś po egzaminie mógł powiedzieć: zrobiłem wszystko, co mogłem, reszta nie zależy ode mnie! Pamiętaj też, że uczysz się dla siebie.
  - Kolejna rada: marzenia się nie spełniają, marzenia się spełnia. Zastanów się nad tymi słowami pod kątem samego siebie. Co to dla mnie znaczy?
  - Walcz o swoje marzenia i nie poddawaj się tak łatwo!
  - Twoje życie jest w twoich rękach.
  - Znajdź swój sposób na naukę. Lubisz oglądać filmy przy nauce, łatwiej ci się wtedy uczy (nie oszukujemy się, to może być motywacją, ale może być też rozpraszaczem)? Usiądź przy biurku i włącz film!
  - Jesteś zmęczony po realizacji planu? Odpocznij! Należy ci się to. Musisz się zregenerować, aby mieć siłę na kolejny dzień.
  - A teraz mam dla Was sposoby na umilenie, a jednocześnie uefektywnienie swojej nauki:
    - uprzątnij swoje biurko, łatwiej będzie Ci się uczyć;
    - rób takie notatki, jakie najbardziej do Ciebie przemawiają, ale jeśli w ogóle nie przemawiają, to ucz się tak, jak lubisz;
    - przygotuj swoją tablicę motywacyjną, możesz tam umieścić motywujące cytaty, zdjęcia, obrazki, co tylko chcesz, tak aby twoje miejsce pracy było dla ciebie przyjemne i zachęcające.
  - Nie rozmawiaj na tematy szkolne z osobami, które dokładają ci stresu. Nie myśl o tym, co ktoś powie. Rób to, co sobie zaplanujesz. Nie ulegaj złym pokusom. To jest trudne, ale satysfakcja później jest ogromna!
- Przekazałam wszystkie tajniki planowania, które opanowałam. Niech moc będzie z Wami! BLANKA

# To przeczytaj, to obejrzyj, tego posłuchaj - minirecenzje „Wieści Leopolda”



## Książka: Zbrodnia nie przystoi damie

Książka opowiada o Daisy Wells oraz Hazel Wong, które założyły tajne towarzystwo detektywistyczne. Akcja rozgrywa się w szkole dla dziewcząt Deepdean w latach 30. Hazel odkrywa w sali gimnastycznej ciało nauczycielki, panny Bell. W pierwszej chwili pomyślała, że zdarzył się okropny wypadek. Kiedy jednak pięć minut później wróciła do sali razem z Daisy, ciało zniknęło, a dziewczyny postanawiają wyjaśnić zagadkową zbrodnię... Książka napisana jest lekkim językiem, przez co szybko się ją czyta. Z każdą stroną, coraz bardziej chciałam dowiedzieć się, kto stoi za morderstwem. Jest to dobra książka dla osób, które chcą zacząć swoją przygodę z kryminałem.



## Film: Tarapaty

Film ten opowiada o Julce, która w czasie roku szkolnego uczęszcza do szkoły z internatem. Na wakacje ma wyjechać do rodziców do Kanady, jednak plan ten nie wypalił i spędza wakacje u ciotki w Warszawie. Poznaje tam Olka, który zaprowadza ją do rudery, która znajduje się niedaleko ich kamienicy. W ich ręce wpada mapa, mająca doprowadzić znalazców do skarbu. Na swojej drodze spotykają grupę złodziejek, które również są zamieszane w tę sprawę. Film jest bardzo wciągający, godny polecenia zarówno dla młodszej i starszej widowni.



## Muzyka: Daria Zawiałow

Daria Zawiałow to polska wokalistka, autorka tekstów. Jej najpopularniejsze utwory to: *Hej, Hej!*, *Helsinki* i *Punk fu*. Współpracowała z wieloma polskimi artystami, takimi jak: Dawid Podsiadło, Męskie Granie Orkiestra czy Quebonafide. Jej najnowszy album to „Za krótki sen”. Jej piosenki są idealne do odpoczynku i łatwo wpadają w ucho.

## O „Motylkowym Przedszkolu” i nie tylko – wywiad ze Starostą Powiatu Słupskiego

Na otwarciu naszego nowego budynku przedszkolnego pojawił się również Starosta Słupski – Pan Paweł Lisowski. Niestety musiał szybciej opuścić przedszkole, ale dziennikarze ze szkolnego koła wysłali pytania Panu Staroście mailem. Odpowiedź przyszła tuż po wydaniu specjalnego numeru o „Motylkowym Przedszkolu”, dlatego umieszczamy wywiad w tym numerze.



### Jakie ma Pan wrażenia/odczucia po zobaczeniu nowego obiektu?

Nowy kompleks Szkolno– Przedszkolny przy Szkole Podstawowej we Włynkówku zrobił na mnie ogromne wrażenie. Obiekt jest bardzo nowoczesny zarówno z zewnątrz jak i wewnątrz, sale edukacyjne są przestronne i bardzo przytulne, co jest szczególnie ważne dla dzieci rozpoczynających najważniejszą w życiu podróż zwaną „edukacją”. Cieszę się niezmiernie, że takie obiekty powstają na terenie Powiatu Słupskiego. Każdy nowy obiekt to sukces i efekt współpracy mieszkańców, pracowników szkoły oraz samorządu Gminy Słupsk. Ta współpraca bardzo cieszy i napawa optymizmem.

### Czy uważa Pan, że dzieci będą miały tutaj dobre warunki edukacyjne?

Tak, myślę, że dzieci będą miały tu doskonałe warunki edukacyjne. Wychowanie przedszkolne i wczesnoszkolne są najważniejszą bazą, fundamentem w rozwoju dziecka i jego osobowości. Dlatego obok doskonałej kadry pedagogicznej duże znaczenie ma również przyjazne, kolorowe i inspirujące środowisko, w którym dziecko przebywa. A takie przyjazne środowisko zapewni maluchom nowy kompleks we Włynkówku.

### Która sala najbardziej się Panu spodobała?

To bardzo trudne pytanie, jestem pod wrażeniem każdego pomieszczenia. Szczególnie zwróciłem uwagę na nowoczesną salę doświadczenia świata oraz multimedialne wyposażenie pozostałych sal, mam tu na myśli m.in. system nowoczesnych tablic multimedialnych smart board. Obiekt podoba mi się nie tylko pod względem wizualnym ale również godne uwagi jest zastosowanie w nim nowych technologii, co w przypadku edukacji dzieci ma ogromne znaczenie.

### Jakie ma Pan najlepsze wspomnienia z okresu przedszkola?

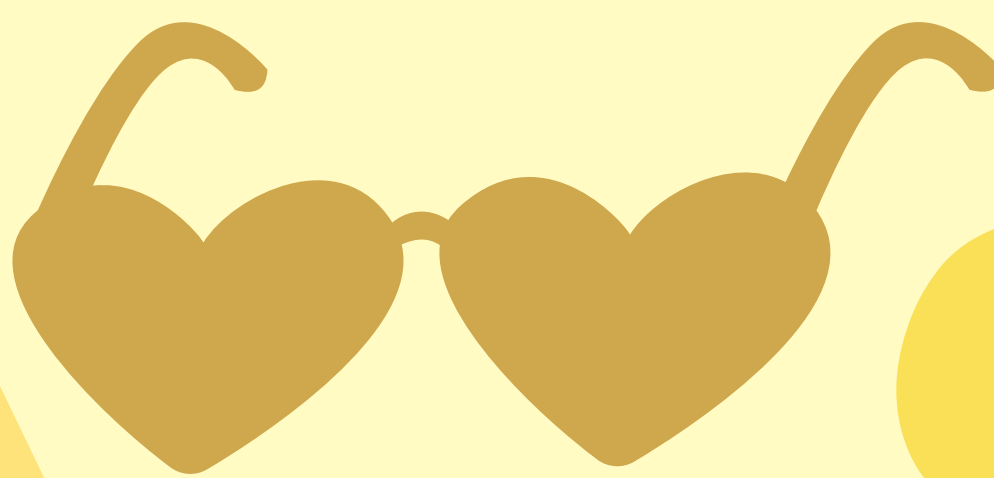
Z okresu przedszkola najlepiej wspominam chwile spędzane z rówieśnikami oraz możliwość poznawania nowych kolegów i koleżanek. Niektóre z tych przedszkolnych znajomości przetrwały do dziś.

*Życzę wszystkim Przedszkolakom i Uczniom dużo uśmiechu i radości z pobytu w nowym obiekcie a Dyrekcji, Nauczycielom i Rodzicom dużo wytrwałości.*



Rozmawiały Monika Peplińska  
i Blanka Białas

# MODNE LATO!



W tym roku latem styl ubierania się będzie dziewczęcy, ale i zarazem wygodny.

- W to lato bardzo modne będą sukienki w motywy roślinne. Mogą być one zarazem krótkie jak i długie.



- Kolejną propozycja jest pewna stylizacja, która w tym roku jest bardzo modna. Rozchodzi się tu to koszule oversize i szerokie spodnie.

## REPETYTORIUM Z JĘZYKA POLSKIEGO – EGZAMIN NA 6!

**Czy boisz się tego sławnego egzaminu z języka polskiego? Czy myślisz, że nie dasz rady? Nie wiesz, jak taki egzamin wygląda? Dobrze trafiłeś! Tutaj znajdziecie ułożony przeze mnie egzamin, na wzór tych oficjalnych. Pamiętaj, że nie ma się czym stresować – jak się chce, to się da, a język polski jest piękny. Miłego rozwiązywania!**

**Polecenie: Przeczytaj poniższy fragment lektury obowiązkowej, a następnie rozwiąż zadania związane z tym tekstem.**

### Tekst 1

„Był to jego własny pokój. To nie ulegało wątpliwości. Ale zaszła w nim dziwna zmiana! Ściany i sufit były przystrojone zielonymi gałęziami, a cały pokój wyglądał jak altana, ozdobiona mnóstwem purpurowych jagód. Liście bluszczu, jemioly i świerku odbijały światło i wyglądały jak mnóstwo małych zwierciadełek. Na kominie płonął tak silny ogień, jakiego ten komin od wielu lat nie znał. Na podłodze był urządzony wielki bufet z indyków, gęsi, kaczek, dziczyzny, dużych kawałów pieczeni, prosiąt, długich wianków kielbas, ciast i budyniów, beczulek z ostrzygami, pieczonych kasztanów, różnych jabłek, soczystych pomarańczy, apetycznych gruszek, olbrzymich placków i naczyń z wrzącym ponczem. Napelniało to pokój przedziwnym zapachem. Pośrodku bufetu rozparł się wygodnie olbrzym o wspaniałym wyglądzie i wesołym obliczu. W rękę trzymał płonąca pochodnię w kształcie rogu obfitości; unióś ją wysoko, aby oświetlić Scrooge’a w chwili, gdy ten ostrożnie zaglądał do pokoju. – Wejź! – zawołał ów duch. – Wejź, przyjacielu, musimy się poznać. Scrooge wszedł nie bez trwogi i pochylił głowę przed duchem. Nie był to już śmiały, niczego się nie obawiający, dawny Scrooge; chociaż oczy ducha miały wyraz pogodny, on unikał ich spojrzenia. – Jestem duchem tegorocznego Bożego Narodzenia – przemówiło widmo – przypatrz mi się dobrze. Scrooge lekko podniósł oczy i spojrzał na ducha z szacunkiem. Był on przybrany w rodzaj ciemnozielonej opończy, obramowanej białym futrem. Szerokie piersi były odsłonięte. Także nogi, wyglądające spod szerokich fald opończy, były białe, na głowie zaś miał wieniec z liści dębowych, wśród których tu i ówdzie przebłyskiwały sople lodu. Jego ciemne włosy spadały w luźnych lokach na barki. Pogodne oblicze, błyszczące oczy, rubaszny głos, swobodne zachowanie się – wszystko mówiło o otwartości i wesołym usposobieniu. Przy jego boku wisiała u pasa stara pochwa, na polu zjedzona przez rdzę, bez miecza.”

[opowieść wigilijna - tekst \(kochamjp.pl\)](http://kochamjp.pl)

Zadanie 1. Które zdanie jest prawdziwe, a które fałszywe? Zaznacz.

1. Marley zmarł siedem lat przed akcją „Opowieści wigilijnej”. P F
2. Scrooge tylko pozornie się zmienił, ponieważ bał się kary, a tak naprawdę pozostał zły. P F

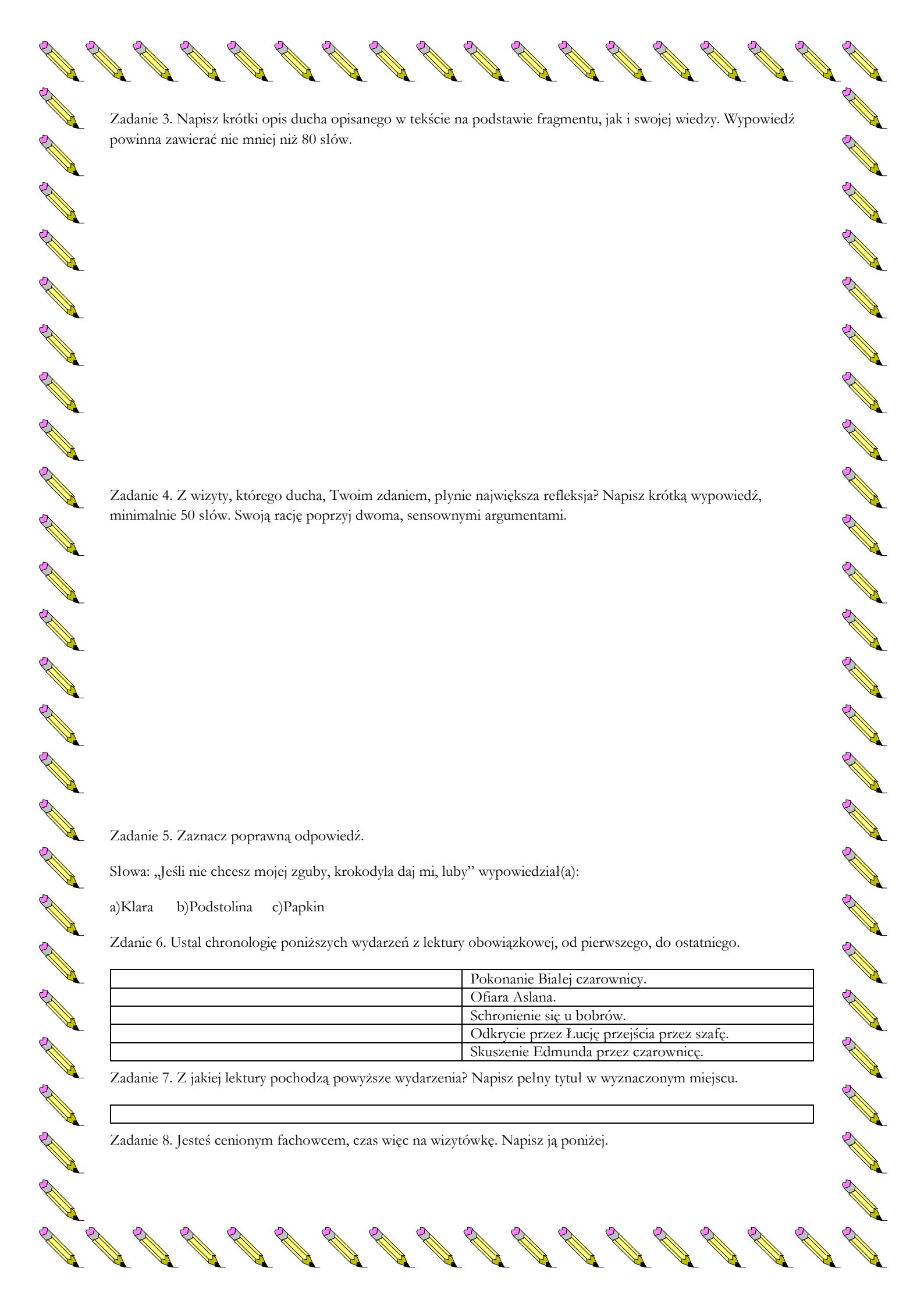
Zadanie 2. Która odpowiedź jest poprawna? Zaznacz odpowiedź a, b lub c.

1. Duch tegorocznych świąt był:

- a) olbrzymi    b) niski    c) karłowaty

2. Ten duch:

- a) pokazał Scrooge’owi jak mogłyby wyglądać jego święta.  
b) pokazał bohaterowi, jak wyglądają tegoroczne święta u innych.  
c) zabrał Scrooge’a na jego wymarzone święta do Ameryki.



Zadanie 3. Napisz krótki opis ducha opisanego w tekście na podstawie fragmentu, jak i swojej wiedzy. Wypowiedź powinna zawierać nie mniej niż 80 słów.

Zadanie 4. Z wizyty, którego ducha, Twoim zdaniem, płynie największa refleksja? Napisz krótką wypowiedź, minimalnie 50 słów. Swoją rację poprzyj dwoma, sensownymi argumentami.

Zadanie 5. Zaznacz poprawną odpowiedź.

Słowa: „Jeśli nie chcesz mojej zguby, krokodyla daj mi, luby” wypowiedział(a):

a) Klara   b) Podstolina   c) Papkin

Zadanie 6. Ustal chronologię poniższych wydarzeń z lektury obowiązkowej, od pierwszego, do ostatniego.

	Pokonanie Białej czarownicy.
	Ofiara Aslana.
	Schronienie się u bobrów.
	Odkrycie przez Łucję przejścia przez szafę.
	Skuszenie Edmunda przez czarownicę.

Zadanie 7. Z jakiej lektury pochodzą powyższe wydarzenia? Napisz pełny tytuł w wyznaczonym miejscu.

Zadanie 8. Jesteś cenionym fachowcem, czas więc na wizytówkę. Napisz ją poniżej.

Zadanie 9. Szukasz wykwalifikowanego pracownika do swojej firmy. Napisz ogłoszenie na ten temat, nie zapominając o zasadach pisania tej formy wypowiedzi.

Zadanie 10. Napisz imiesłowy od bezokoliczników. W rubryce, w której jest to niemożliwe, postaw kreskę.

Bezokolicznik	Im. przym. czynny	Im. przym. bierny	Im. przysl. wsp.	Im. przysl. uprzedni
myć				
spać				
wyczyścić				
ubrudzić				
czesać				
wyjeździć				
przejeść				

Zadanie 11. Która forma jest poprawna? Podkreśl ją.

1. Mnie/mi nie oplaca się tego robić.
2. Z żółtym kolorem/w żółtym kolorze nie jest mi po drodze.
3. Czy myślisz, że wolno tobie/ci wszystko?

Zadanie 12. Odmień podane czasowniki przez osoby, liczby, rodzaje, strony, tryby i czasy.

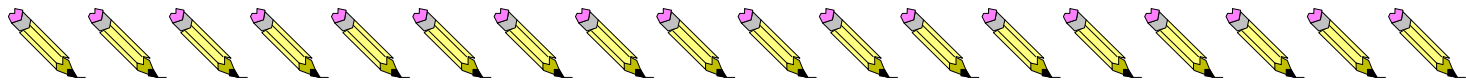
brać

karmić

jeździć

Zadanie 13. Ułóż ramowy plan wydarzeń lektury „Mały książę”, zawierający 10 punktów.

- 1.
- 2.



3.

4.

5.

6.

7.

8.

9.

10.

Zadanie 14. Wymień środki stylistyczne i podaj ich przykłady.



Zadanie 15. Czego uczyli się uczniowie w „Akademii Pana Kleksa”? Zapisz 4 punkty.

1.

2.

3.

4.

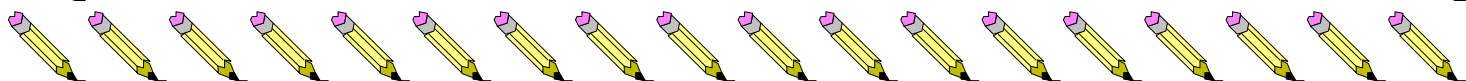
Zadanie 16. Czy chciałbyś uczyć się wymienionych przez siebie zajęć? Uzasadnij swoją wypowiedź.



Zadanie 17. Napisz długą wypowiedź pisemną: opowiadanie pt. „Najbardziej szalony dzień w moim życiu” lub przemówienie na dowolny temat.



Opracowała Blanka







# HOROSKOP WRÓŻKI GABI

Z układu gwiazd wynika, że te wakacje będą wyjątkowe dla każdego. Aby się dowiedzieć, co to oznacza dla Ciebie, sprawdź swój znak zodiaku i dowiedz się, co przyniosą Ci wakacje 2021. Horoskop nie zdradzi wszystkiego, ale ujawni ogólne tendencje, na które warto zwrócić uwagę.

Nazwa	Daty	Symbol
Baran	21.03 - 20.04	♈
Byk	21.04 - 21.05	♉
Bliźnięta	22.05 - 21.06	♊
Rak	22.06 - 22.07	♋
Lew	23.07 - 23.08	♌
Panna	24.08 - 22.09	♍
Waga	23.09 - 22.10	♎
Skorpion	23.10 - 21.11	♏
Strzelec	23.11 - 21.12	♐
Koziorożec	22.12 - 19.01	♑
Wodnik	20.01 - 18.02	♒
Ryby	20.02 - 20.03	♓

## Baran

Będą to doskonale miesiące na zrealizowanie dawno zaplanowanych zamierzeń, dokończenie ważnych projektów, które uległy zawieszeniu, czy nawet rozpoczęcie własnej działalności. Wiele osób tej kreatywności i błyskotliwości zacznie Ci zazdrościć. Oprócz oryginalnych pomysłów będziesz mieć pełną swobodę w ich realizacji.

**Ważne liczby:**

2, 4, 12

**Dni, które mogą Ci przynieść szczęście:**

6, 10, 14, 16, 23

**Horoskop - uwaga specjalna:**

Porzuć wszystko, co stare i w to miejsce zrób miejsce na nowe przedmioty i wydarzenia. Przestań oglądać się do tyłu i przywiązywać wagę do spraw, które miały miejsce w przeszłości. Zaczynaj żyć na nowo, skupiając się na teraźniejszości i przyszłości, a zobaczysz, że dobrze na tym wyjdiesz.

## Byk

Będzie to twoja szansa na naładowanie baterii. Na wspólną wyprawę zabierz ze sobą bliską Ci osobę – we dwójkę będzie raźniej, a dodatkowo uda Wam się zbliżyć do siebie i zacieśnić łączącą was więź. Od tej pory wspólną przyszłość będziecie widzieć w o wiele bardziej kolorowych barwach.

**Ważne liczby:**

2, 4, 5

**Dni, które mogą Ci przynieść szczęście :**

1, 4, 6, 9, 14

**Horoskop - uwaga specjalna:**

Są rzeczy, z którymi można się podzielić ze znajomymi, ale również takie, które lepiej zachować dla siebie. Nie warto wyjawiać wszystkich swoich sekretów. W przeciwnym razie nie będziesz tajemniczy, a to pociąga płec przeciwną.

## Bliźnięta

W tych miesiącach, dobrze będzie zwolnić tempo i zacząć myśleć o swoich oszczędnościach. Nareszcie będziesz mieć więcej wolnego czasu, który w całości poświęcisz na sprawy związane z rodziną i przyjaciółmi. W Twoim znaku zodiaku zagości Wenus, która sprawi, że zaczniesz rozwijać się w błyskawicznym tempie. A inni większą uwagę

skupią na Twoim uroku osobistym i dobroci serca.

**Ważne liczby:**

1, 5, 7

**Dni, które mogą Ci przynieść szczęście:**

4, 16, 18, 23, 29

**Horoskop - uwaga specjalna:**

Odbędziesz ciekawą podróż, która przyniesie Ci wiele miłych wspomnień i wrażeń. Jeśli wybierzesz się na nią samotnie, masz szansę poznać wiele atrakcyjnych osób.

### **Rak**

Będą to dla Ciebie miesiące, w których zabłyśniesz kreatywnością, odwagą i błyskawicznym działaniem. Jak magnes będziesz przyciągać uwagę innych osób, w szczególności tych o odmiennej płci. Wraz z końcem miesiąca pojawią się przed Tobą nowe możliwości na dodatkowy zarobek, dlatego przygotuj się na to.

**Ważne liczby:**

7, 11, 13

**Dni, które mogą Ci przynieść szczęście :**

7, 12, 22, 25, 28

**Horoskop - uwaga specjalna:**

Wszystkie sprawy, jakie do Ciebie należą wykonuj sumiennie i niczego nie zaniedbuj. W przyszłości mogą Ci one jedynie zaszkodzić. Zachowaj również rozsądek.

### **Lew**

Te wakacje wprowadzą do Twojego życia więcej uwagi związanej ze sprawami zawodowymi. Koniecznie przeanalizuj, co w Twoim życiu Cię zadawała, co jest powodem rozczarowania, co należałoby nowego wprowadzić lub zmienić.

Póki co swoje przemyślenia pozostaw w strefie marzeń i fantazji, a gdy przyjdzie na to odpowiednia pora wprowadź je w czyn.

**Ważne liczby:**

1, 2, 11

**Dni, które mogą Ci przynieść szczęście :**

1, 11, 16, 20, 26

**Horoskop - uwaga specjalna:**

W połowie miesiąca Twoje życie romantyczne, jak i towarzyskie nabierze rozmachu. Zostaniesz zasypywany licznymi zaproszeniami na wystawne przyjęcia, bankiety, ale będą ogarniać Cię wątpliwości, czy aby na pewno są to miejsca, w których będziesz czuć się dobrze. Zapewniam, że warto.

### **Panna**

Ten czas nieść będzie za sobą dużo odpoczynku. Uda Ci się całkowicie odłączyć od wielu praktycznych działań. Jednak, aby tak się stało, potrzeba z Twojej strony dużego zmobilizowania, bo nie godzić się na taki układ może Twoja wrodzona natura. Jeśli tego nie zrobisz w końcu oszalejesz.

**Ważne liczby:**

2, 7, 14

**Dni, które mogą Ci przynieść szczęście :**

6, 7, 12, 17, 21

**Horoskop - uwaga specjalna:**

Znajomi i przyjaciele będą co chwilę próbować odciągać Cię od Twoich ulubionych zajęć oraz rzeczy, które sprawiają Ci przyjemność. A przecież Ty w taki sposób rozładowujesz stres, dlatego korzystaj z tego bez ograniczeń.

### **Waga**

Choć początek wakacji nie rozpocznie się dla Ciebie zbyt przyjemnie, to jednak nie przejmuj się. Pamiętaj, że droga do sukcesu często ma wiele przeszkód, ale trzeba do nich podchodzić z dystansem i nie brać ich zbyt mocno do serca. Masz ogromny potencjał do zwyciężania, jedyne, co musisz zrobić, to wybrać odpowiedni moment do tego, aby wykorzystać i zaprezentować wszystkim swoje zalety. Będą Cię denerwować ludzie z twojego otoczenia, ale zanim wybuchniesz postaraj się zacisnąć zęby.

**Ważne liczby:**

3, 5, 13

**Dni, które mogą Ci przynieść szczęście:**

18, 22, 26, 27, 30

**Horoskop - uwaga specjalna:**

Kolega lub koleżanka z pracy zwróci się do Ciebie z prośbą o pomoc. Bądź jednak czujny, bo później ta pomoc może przerodzić się w wykorzystywanie. Nie pozwól, aby ktokolwiek nadmiernie czerpał korzyści z Twojej ciężkiej pracy.

### **Skorpion**

W sprawach związanych z inwestycjami, finansami, staraniem się o awans albo podwyżkę zaleca się zwolnienie tempa. W lipcu większą uwagę skup na rodzinie, bo to ona powinna być dla Ciebie najważniejsza, zwłaszcza wtedy,

gdy nie dzieje się w niej dobrze. Intuicja dobrze będzie Ci podpowiadać. Będziesz umiał znaleźć się w dobrym miejscu i o dobrym czasie. Dla każdego znajdziesz sposób, jak wybrnąć z opałów.

**Ważne liczby:**

7, 12, 15

**Dni, które mogą Ci przynieść szczęście:**

4, 11, 16, 18, 24

**Horoskop - uwaga specjalna:**

Wraz z pierwszymi dniami możesz zacząć poszukiwania pracy – pamiętaj jednak, że to w grupie jest siła. Dlatego jeśli do tej pory zawsze wolałeś pracować samodzielnie, rozglądaj się za podobną pracą, z tym że wykonywać ją będziesz wspólnie z innymi pracownikami.

### **Strzelec**

Pewne przedsięwzięcie, nad którym wiele pracowałeś, nareszcie zaczniesz przynosić długo oczekiwane zyski. Jednak zanim tak się stanie musisz jeszcze wiele rzeczy dokończyć. uda Ci się przyciągnąć do siebie osoby, które będą umiały udzielić wielu cennych wskazówek i porad. Niewykluczone również jest to, że dadzą Ci kontakty do wpływowych osób, którzy pomogą Ci w planowanych inwestycjach na najbliższy okres.

**Ważne liczby:**

4, 7, 8

**Dni, które mogą Ci przynieść szczęście:**

3, 7, 16, 17, 22

**Horoskop - uwaga specjalna:**

Większą uwagę skup teraz na wydarzeniach, które będą działały się w świecie zewnętrznym.

### **Koziorożec**

W ostatnich miesiącach udało Ci się odpocząć, nabrałeś sił i energii do pracy, dlatego wakacje upłynęły Ci w licznych obowiązkach. Kreatywność i błyskotliwość, a dodatkowo wrodzona intuicja pomoże Ci wybrnąć z wielu codziennych spraw, w szczególności z tych związanych ze sprawami finansowymi. Dlatego weź sprawy w swoje ręce i nie zmarnuj okazji, jaka Ci się nadarzyła, bo druga taka tak szybko się nie powtórzy. Wszystkim odkładanym na bok od dłuższego czasu sprawom wreszcie poświęć swoją uwagę.

**Ważne liczby:**

3, 6, 8

**Dni, które mogą Ci przynieść szczęście :**

8, 14, 15, 22, 29

**Horoskop - uwaga specjalna:**

Sprawy osobiste i rodzinne zaczną kolidować ze sprawami zawodowymi. Choć pracy nie będzie Ci brakowało i na nudę nie będziesz narzekać, to jednak nie zapomnij, że masz rodzinę, która Ciebie potrzebuje. Sprawy rodzinne są ważniejsze od tych związanych z pracą.

### **Wodnik**

Nareszcie nastąpi dla Ciebie okres spełnienia, w szczególności jeśli chodzi o sprawy sercowe. W Twoim życiu zapoczątkuje się całkiem nowa era, z dystansem spojrzysz na otaczającą Cię rzeczywistość, na problemy, które w niej się pojawiają i trudne dylematy bez rozwiązania. W końcu zrozumiesz, że tak, jak praca i rodzina, tak ważny jest również odpoczynek.

**Ważne liczby:**

2, 4, 8

**Dni, które mogą przynieść Ci szczęście:**

3, 4, 7, 21, 26

**Horoskop - uwaga specjalna:**

Wykażesz maksimum swoich umiejętności twórczych. Wzrośnie Twoje zainteresowanie całkiem nowymi i oryginalnymi problemami, dlatego bierz się do dzieła i do pracy!

### **Ryby**

Przed Tobą napięty plan. Będziesz mieć masę zajęć, w szczególności w domu. Mimo to nie możesz ograniczyć swojej aktywności zawodowej. W lutym przygotuj się na wiele nowych doświadczeń i zarazem wyzwania, z którymi będziesz musiał się zmierzyć.

**Ważne liczby:**

3, 6, 11

**Dni, które mogą przynieść Ci szczęście :**

1, 13, 15, 18, 25

**Horoskop - uwaga specjalna:**

Przytyło Ci się ostatnio? Przeszkadza Ci to? Jeśli tak, to masz świetną motywację do tego, aby wprowadzić do swojego życia nieco więcej ruchu. Dzięki temu spalisz niepotrzebne kilogramy i od razu poczujesz się lepiej.

# Co się komu śni ?

Nasz mózg to bardzo niezwykła i tajemnicza jednostka. sny są nocnym wytworem naszej wyobraźni i towarzyszą nam przez całe życie. Wiele osób po przebudzeniu nie pamięta swoich snów, inni mogą bardzo dokładnie opowiedzieć wszystko, co się śniło. sny mogą nas poruszać, dziwić, ale najczęściej nie zastanawiamy się nad znaczeniem snów zbyt długo. Postanowiłam jednak dokładnie zająć się tematem znaczenia snów.



## Teorie snów

Powstało wiele teorii na temat snów. Najpopularniejsze dwie to: teoria snów Freuda i teoria snów Junga. Dla Freuda marzenia senne to przede wszystkim obrazy niespełnionych pragnień, natomiast dla Junga są wskazówką dla pacjenta płynącą z jego nieświadomości i sugerującą, jaką drogą ma podążać.

### Teoria snów Freuda

Przedstawię jedną z teorii - teorię snów Freuda. Na początku XX wieku Zygmunt Freud przedstawił najbardziej złożoną i wyczerpującą teorię snów i ich znaczenia. Freud zmienił podejście wielu ludzi do znaczenia snu. Wcześniej znaczenie marzeń nocnych było traktowane z przymrużeniem oka i nie poświęcano zagadnieniu znaczenia snów odpowiedniej uwagi. Freud wypracował podstawy naukowego zrozumienia snów. Choć koncepcje snów Freuda są już odrobinę przestarzałe, to zwiększyły świadomość ludzi na temat roli snów. Według teorii, marzenia senne pełnią dwie główne funkcje – chronią sen (maskując destruktcyjne myśli za pomocą symboli) oraz stanowią źródło spełnienia pragnień. Freud wierzył, że sny pełnią swoją funkcję ochronną dzięki uwalnianiu od napięć psychicznych powstałych w ciągu dnia.



## Znaczenie snów

Sny są najczęściej odzwierciedleniem naszej obecnej sytuacji. Bardzo często związane są z wydarzeniami i emocjami, które towarzyszą nam w chwili bieżącej. Jeśli stresujemy się nadchodzącym egzaminem, może nam się przyśnić, że wypadają nam ściągki z kieszeni czy, że oblewamy egzamin. Na pewno każdy z nas pamięta jeszcze z dzieciństwa przesady związane ze snami i mnóstwo dostępnych w księgarniach senników. Jeśli śniły nam się zęby (zwłaszcza wypadające), to oznaczały one zbliżającą się chorobę, a nawet śmierć. Podobnie dzieci w naszych snach - one również symbolizują nieszczęście. Pożar we śnie miał ostrzegać przed złodziejem. Jeśli zaś śniła nam się woda, bądź topienie kogoś, to zapowiadały one poprawienie sytuacji finansowej. W praktyce jednak nie ma to aż takiej metafizycznej formy. Sny nie potrafią przepowiadać naszej przyszłości, choć faktycznie istnieją pewne zależności między tym, co nam się śni, a tym, co spotyka naszych bliskich. W tej sytuacji chodzi jednak o więź, jaka łączy ludzi - widać to na przykładzie bliźniaków lub osób, które są bardzo blisko ze sobą. Pamiętajmy, by rozsądnie podchodzić do sennych przesądów. W sennikach znajdziemy wyjaśnienie niemal każdej rzeczy, która się nam przyśniła. Senniki jednak nie są dobrym miejscem, aby szukać pomocy w rozwiązywaniu życiowych dylematów, czy przewidywać przyszłe wydarzenia.



## Rodzaje snów

Istnieje dziewięć podstawowych rodzajów snów:

- sny symboliczne – odnoszą się często do naszej sytuacji życiowej. Kładą szczególny nacisk na te sprawy, które nie układają się po naszej myśli. Symbole stają się wówczas wskazówkami i podpowiadają, co powinniśmy zrobić i którą drogę wybrać, żeby uniknąć kolejnych kłopotów i niepowodzeń. Zdarza się również tak, że marzenia senne o charakterze symbolicznym ukazują nam przyszłość i konsekwencje naszych decyzji. Świadomość w trakcie snu stara się nam przekazać ważne informacje właśnie poprzez symbole. Im więcej ich zapamiętamy, tym dokładniej będziemy mogli zinterpretować nasze marzenia senne;

- sny powtarzające się – należą do grupy snów symbolicznych. Charakteryzują się tym, że powtarzają się przynajmniej dwa razy. Niektóre z nich powracają w tej samej formie, inne zawierają tylko niektóre elementy z poprzedniego snu, np. miejsce lub fakt. Sny powtarzające się poruszają najczęściej istotne fakty dla śpiącego, dlatego warto zwrócić na nie szczególną uwagę.

- sny wstrząsowe (emocjonalne) – wywierają na nas zawsze duże wrażenie i po przebudzeniu często pamiętamy je ze szczegółami. Zdarza się również, że pozostają w naszej pamięci przez wiele lat. Podświadomość poprzez sen emocjonalny stara się nam przekazać bardzo ważną dla nas informację, dlatego powinniśmy poświęcić mu wiele uwagi i zająć się jego dokładną interpretacją;

- sny karzące – są one bardzo podobne do snów wstrząsowych. Podświadomość ukazuje nam w takich snach nasze błędy, o których chcieliśmy zapomnieć albo z których nie zdajemy sobie sprawy. Nie są one na ogół trudne do interpretacji;

- sny fizyczne – powstają wówczas, gdy na śpiącego działają czynniki zewnętrzne lub wewnętrzne. Mimo nieświadomości odbieramy te sygnały i choć ulegają one przekształceniu, w ostateczności dostają się do świata naszych marzeń sennych. Sny fizyczne powstają, gdy nasze potrzeby fizyczne nie są zaspokojone, czyli np. gdy odczuwamy głód lub pragnienie. Śni nam się wtedy najczęściej, że szukamy czegoś do picia i nie możemy znaleźć, a jeśli nawet napijemy się, nadal odczuwamy pragnienie. Na tego rodzaju sny wpływają również czynniki zewnętrzne, takie jak hałas czy dzwonek do drzwi. Powstają one pod wpływem wielu bodźców, dlatego nie należy zagłębiać się w ich sens;

-sny odreagowujące – jak sama nazwa wskazuje pozwalają nam odreagować nasze przeżycia. Odnoszą się do sytuacji, które miały miejsce w przeszłości – niekoniecznie bliskiej. Sny odreagowujące powstają pod wpływem zdarzeń o różnym charakterze. Mogą pojawić się po obejrzeniu programu w telewizji, który zrobił na nas duże wrażenie albo po wypadku samochodowym, który miał miejsce nawet kilka lat wcześniej. Jeśli sny odreagowujące związane są z jakimś traumatycznym przeżyciem, zaleca się wizytę u specjalisty;

- sny prorocze – przedstawiają naszą przyszłość i często zawierają elementy symboliczne. Zdarza się, że w śnie symbolicznym pojawiają się miejsca, które po pewnym czasie odwiedzamy na jawie. Podobnie dzieje się z sytuacjami, które ze snu przenoszą się do rzeczywistości. Mamy wówczas do czynienia ze zjawiskiem *deja vu*;

- sny odwrotne – konstrukcja snu odwrotnego jest taka jak snu proroczego, dlatego często te dwa rodzaje snu trudno od siebie odróżnić. Sen odwrotny ukazuje nam wydarzenia z przyszłości, które nigdy się nie zrealizują. Pojawia się często, gdy czegoś bardzo pragniemy. Otrzymujemy wówczas spełnienie naszych marzeń, ale tylko we śnie;

- sny świadome – różnią się one od pozostałych snów tym, że nie podlegają interpretacji. Dzieje się tak dlatego, że treść snu zależy od nas, a nie od naszej podświadomości. Świadomy sen określany jest również jako LD (*Lucid Dream*) lub jasny sen.

### **Strony na które warto wejść, aby poczytać o snach:**

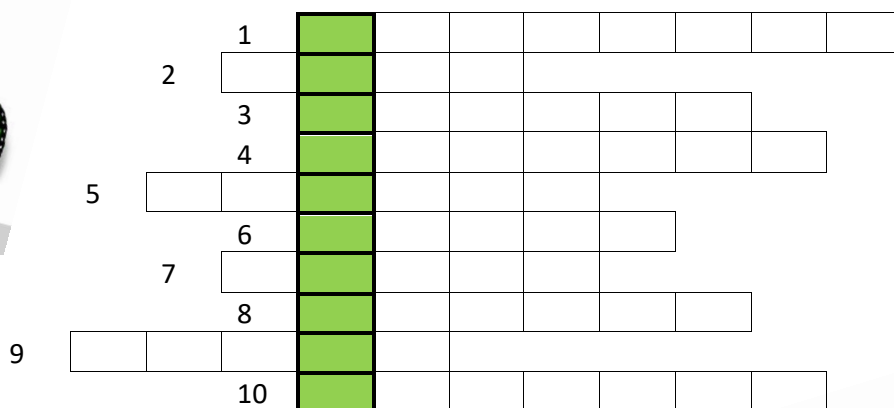
<https://stylzycia.radiozet.pl/Magia/Sennik/Sny-niosa-ze-soba-rozne-znaczenie-Sprawdz-znaczenie-snow-12055>,

<https://www.horoskop360.pl/sennik>

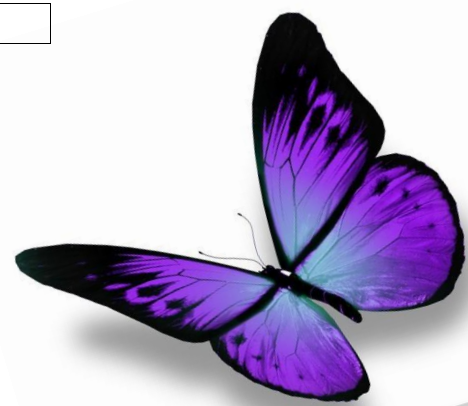


Opracowała Monika Peplińska

# Wakacyjna krzyżówka



1. Smok, którego spotkamy w Krakowie.
2. Najwyższy szczyt w Polsce.
3. Pakujemy go na wycieczki górskie.
4. Rozpalamy wieczorami na koloniach, pieczemy kiełbaski.
5. Jeździ po torach.
6. Jest często atrakcją turystyczną, np. w Malborku.
7. Bezludna...
8. Rozbijamy na polu.
9. Miejsce, gdzie śpimy, będąc w podróży.
10. Atrakcyjny turystycznie region w północnej Polsce, część Pomorza Gdańskiego.



Opracowała Julia Nejman

