

# SZKOLNE WIEŚCI

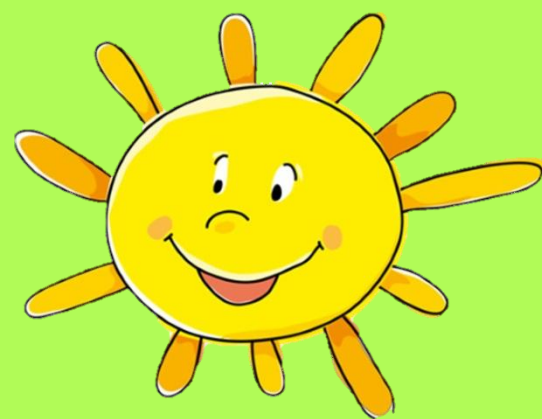
*GAZETKA UCZNIÓW SZKOŁY PODSTAWOWEJ*

*IM. WINCENTEGO WITOSA*

*W WOLI BATORSKIEJ*

**NR 4 2016/2017**

Serdecznie witamy w ostatnim,  
bo wakacyjnym wydaniu naszej gazetki.  
Wszystkim uczniom, nauczycielom  
i rodzicom życzymy miło i bezpiecznie  
spędzonych wakacji.



**Redakcja**

**Redaktor naczelny:**

Natalia Krzyżak

**Członkowie:**

Jakub Baran

Kornelia Mikołajewska

Magdalena Macieja

Oliwia Hyrc

Kinga Czeremuga

Klaudia Fijałkowska

Wiktoria Szewczyk

Gabriela Stachowiak



Opiekunowie: p. Marzena Solarz, p. Michał Golonka

## Kącik Muzyczny

**Wojciech Marian Młynarski** (ur. 26 marca 1941 w Warszawie, zm. 15 marca 2017) – polski poeta, reżyser i wykonawca piosenki autorskiej, satyryk, artysta kabaretowy, autor tekstów piosenek i librett, tłumacz, znany przede wszystkim z autorskich recitali; członek



Stowarzyszenia Pisarzy Polskich. Przez niektórych autorów uznawany za najwybitniejszego twórcę tekstów w powojennej historii kabaretu literackiego w Polsce. Jego najważniejsze utwory:

1. "Co by tu jeszcze?"
2. "Jeszcze w zielone gramy"
3. "Róbmy swoje"
4. "Żyj kolorowo"
5. "Ogrzej mnie"



**Gitara** - instrument muzyczny z grupy strunowych szarpanych z pudłem rezonansowym, gryfem i progami na podstrunnicy. Przeważnie ma sześć strun, lecz można spotkać również gitary z czterema, pięcioma, siedmioma, ośmioma, dziesięcioma lub dwunastoma strunami. Na gitarze gra się palcami lub kostką (nazywaną również piórkiem).

Kostka jest przeznaczona głównie do gry akordami na gitarze z metalowymi strunami. Gitary można podzielić na dwie duże kategorie: akustyczne i elektryczne.

# Kącik Zdrowych Porad

*Przedstawiamy 5 zasad, jakich powinno się przestrzegać chcąc zachować zdrowie latem.*



## **1. Korzystaj ze słońca!**

Latem kiedy słońca jest najwięcej, warto przebywać na zewnątrz. W promieniach słońca jest mnóstwo witaminy D, która pomaga przyswoić fosfor i wapń – podstawowych minerałów wspomagających prawidłowy rozwój kości.

## **2. Dużo ruchu!**

Skoro o kościach już mowa, to im większa aktywność, tym lepiej dla nich. Aby witamina D miała lepszą „moc”, nie leżakujmy. Nawet zażycie „kąpieli słonecznej” podczas spaceru czy biegania ma korzystniejszy wpływ niż leniuchowanie na kocu.

## **3. Pij dużo wody**

W czasie upałów często chce się pić. Żeby ugasić swoje pragnienie zastąpmy kolorowe napoje mające mnóstwo barwników wodą.

## **4. Chroń skórę**

Aby nie dostać udaru słonecznego powinniśmy zakrywać naszą głowę czapką, chustą itp. Nie zapomnijmy także o kremie z filtrem!

## **5. Owoce i Warzywa**

Latem jest ich mnóstwo. Korzystajmy więc z darów natury i jedzmy ich jak najwięcej, gdyż zawierają wiele witamin.

# Kącik Zainteresowań



## Jazda Konna

Moją największą pasją od dzieciństwa była **jazda konna**. Pamiętam, jak wyklejałam cały mój pokój zdjęciami tych zwierząt. Kiedy dowiedziałam się, że mama zapisała mnie na pierwszą lekcję, to nie mogłam spać po nocach i byłam bardzo szczęśliwa. I tak zaczęłam swoją przygodę z końmi. Byłam wtedy w trzeciej klasie.



Jazda konna to naprawdę niesamowite hobby. Uczucie, jakie towarzyszy

człowiekowi podczas gdy ogląda świat z końskiego grzbietu jest nie do opisanego! Poza tym konie pozwalają nam walczyć ze swoimi słabościami, pomagają pokonywać stres i pozbywać się różnych lęków.

Nie zapominajmy, że konie to zwierzęta o ogromnej sile, trzeba odpowiednio z nimi postępować, by nie miały powodu do wykorzystania tej siły przeciwko nam.

Kiedy jednak kilkuset kilogramowe stworzenie posłusznie wykonuje nasze polecenia, czujemy się władcami świata!



Każda wizyta w stajni jest jak psychoterapia, daje nam pewność siebie, pomaga uwierzyć we własne możliwości, dodaje energii i chęci do pracy czy nauki. Przy koniach możemy nauczyć się odpowiedzialności oraz opiekuńczości.

Jeździć konno możemy rekreacyjnie lub na poziomie bardziej zaawansowanym np. skacząc przez przeszkody, zdając egzaminy na odznaki: brązową, srebrną i złotą. To wszystko zależy tylko od nas jaką formę kontaktu z tymi cudownymi zwierzętami wybierzemy. Poza tym, w mojej klasie jest dużo osób, które interesują się końmi, w związku z czym kilka moich koleżanek również jeździ konno. Bardzo często wymieniamy się swoimi spostrzeżeniami oraz doświadczeniami na temat jeździectwa.

Wszystkim, którzy chcieliby spróbować jazdy konnej, ale uważają, że jest już za późno na tego typu zainteresowania, chciałabym powiedzieć, że to nie jest prawda. Na naukę nigdy nie jest przecież za późno! Trzeba znaleźć odpowiednie miejsce, przyjaznego instruktora, który



stopniowo wprowadzi nas w świat koni. Bo nie technika jazdy jest najważniejsza dla miłośników koni, ale nawiązanie odpowiedniego kontaktu z nimi, poprzez naukę, pielęgnację i umiejętność stosownego zachowania się w stajni.

Nieważne, czy naszą przygodę z końmi nazwiemy sportem, życiową pasją, czy hobby, najważniejsze jest to, by w wyniku naszej współpracy z tymi cudownymi stworzeniami radość czerpały obie strony. Nie wolno bowiem zapominać o tym, że mamy do czynienia z żywymi istotami, a nie sprzętem do rekreacji.

Oliwia Hyrc, kl. 6



# Kącik Kulinarny

Lato to czas upałów, więc na takie dni przyda się coś orzeźwiającego,  
np. koktajl

## Koktajl bananowy z mlekiem

### Składniki:

- średni banan
- 1/4 świeżego ananasa (może być 5 plastrów ananasa z puszki)
- szklanka chudego mleka
- kilka listków świeżej melisy

### Przygotowanie:

Owoce obierać i pokroić w kostkę. Zmiksować z mlekiem. Wstawić do lodówki na 10 min. Dodać kilka listków melisy.

## Koktajl truskawkowo-miodowy

### Składniki:

- 250 g truskawek
- 250 ml jogurtu naturalnego
- 1-2 łyżeczki miodu
- 125 ml skruszonego lodu.

### Przygotowanie:

Owoce wrzucić do blendera lub rozdrobnić mikserem. Dodać skruszony lód. Ponownie zmiksować. Jogurt zmiksować z lodem i miodem. Wlać jogurt, a na wierzch mus z truskawek, tworząc warstwę, można delikatnie zamieszać. Kubek z koktajlem udekorować przekrojonym kawałkiem truskawki.

Smacznego !

# HUMOR SZKOLNY

Koniec roku szkolnego.

Mały jaskiniowiec wraca do jaskini ze świadectwem i pokazuje je ojcu:  
- No synu, trójka z myślistwa to jeszcze rozumiem, boś młody, ale z historii? Przecież to tylko dwie strony.

Na zakończenie roku szkolnego dyrektor zwraca się do uczniów:

- Życzę wam przyjemnych wakacji, dużo radości i żebyście we wrześniu wrócili do szkoły mądrzejsi.  
- Nawzajem - odpowiada młodzież.

Do apteki wpada Jasiu cały blady i drżący:

- Czy ma pani jakieś środki przeciwbólowe?  
- A co Cię boli chłopcze?  
- Jeszcze nic, ale ojciec właśnie ogląda moje świadectwo.

Jasiu pod koniec roku przychodzi do domu. Tata się go pyta:

- Jasiu, gdzie masz świadectwo?  
- Pożyczyłem koledze, bo chciałem nastraszyć rodziców.

Zapłakany Jaś przychodzi do mamy i mówi:

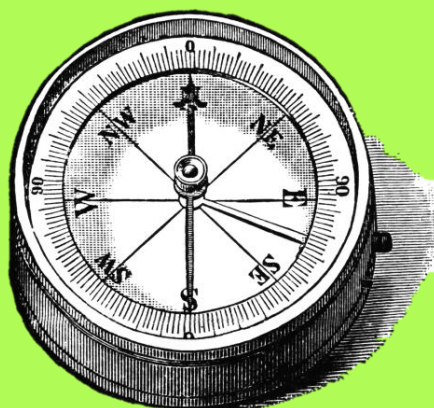
- Mamo, a tata zbił mnie dwa razy.  
- A dlaczego aż dwa?  
- Raz jak pokazałem mu świadectwo, a drugi, jak zobaczył, że to jego.

## Ciekawe Miejsce

*Ponieważ wakacje już blisko, prezentujemy Wam jedno z ciekawych miast, które warto odwiedzić podczas letnich wędrówek.*

### Limanowa

Limanowa to raj dla miłośników turystyki górskiej. Można stąd wyruszyć w okoliczne góry, które są stosunkowo łatwe dla przeciętnego turysty.



Niewątpliwą atrakcją są trasy doskonale nadające się do turystyki rowerowej. Niepowtarzalny kontakt z naturą zapewnią konne przejażdżki, a zimą kuligi, oferowane przez miejscowe stadniny. Stosunkowo czyste potoki, sezonowo zarybiane, są niemałą gratką dla ceniących ten sposób relaksu wędkarzy. W najbliższym Potoku Starowiejskim oraz rzece Łososince najczęściej można spotkać klenie oraz pstrągi, niekiedy okazałych rozmiarów. Także miejscowe tereny łowieckie cieszą się uznaniem zarówno krajowych jak i zagranicznych myśliwych, a limanowskie Koła Łowieckie „Jaworz” i „Ostra” są otwarte na gości i chętne do współpracy. Na amatorów sportu czekają korty tenisowe przy parku miejskim, przyszkolne boiska, hala sportowa, a latem odkryty basen kąpielowy z boiskiem do piłki plażowej. W zimie górzysty teren zapewnia idealne warunki do uprawiania sportów saneczkowych. Miłośników białego szaleństwa z pewnością zadowolą wyciągi narciarskie na Łysej Górze i w najbliższych okolicach: Laskowej, Kasinie Wielkiej i Szczawie. Ich różnorodność pod względem długości i stopnia trudności pozwoli na sprawdzenie swych narciarskich umiejętności. Dla Propozycje wędrówek oznakowanymi szlakami:

Jabłoniec (585 m) – szlak niebieski, ok. 45 min., na szczycie cmentarz żołnierski, panorama Limanowej;

Paproć (Koszarska Góra)(645 m) – szlak zielony, ok. 2 godz., na szczycie Kaplica pw. Królowej Beskidów i Milenijny Krzyż (20m);

Golców (756 m) – szlak niebieski, ok. 2 godz., na zboczu cmentarz wojskowy, ze szczytu panorama najwyższych szczytów Beskidu Wyspowego;

Sałasz (909 m) – szlak niebieski, czas przejścia ok. 2.30 godz., piękne widoki, latem możliwość zbierania runa leśnego i grzybów;

Modyń (1029 m) – szlak niebieski, ok. 3.30 godz., po drodze cmentarze wojenne z 1914 r. na Jabłońcu i Golcowie;

Mogielica (1170 m) – najwyższy szczyt Beskidu Wyspowego, szlak zielony z przełęczy Ostra-Cicha, ok. 4 godz., na zboczach w lesie i na polanach podobno ukryte są skarby po zbójniku beskidzkim z XVIII wieku - Józefie Baczyńskim;

Szlak papieski – propozycje tras na tablicy na Rynku przy kamieniu z płaskorzeźbą Ojca Świętego;

Propozycje wycieczek w najbliższą okolicę:



Pasierbiec – sanktuarium MB Pocieszenia z ciekawą Droga Krzyżową i Drózkami Maryjnymi;

Laskowa – dwór Michałowski z 1677 r.;

Poręba Wielka - Orkanówka – muzeum biograficzne Władysława Orkana – młodopolskiego piewcy Gorców;

Szczyrzyc – klasztor i muzeum klasztorne Cystersów;

Świdnik – alkierzowy dwór szlachecki z 1752 r., należy do Szlaku Architektury Drewnianej;

Łopień – Jaskinia Zbójnicka – jedna z największych jaskiń polskich Karpat fliszowych, ma 404 m długości i 19 m głębokości, z korytarzami i komorami dochodzącymi do 10 m wysokości. Wejście tylko z przewodnikiem!

Szlak Architektury Drewnianej – oznakowany szlak prowadzący śladem dawnych wieków - drewnianych kościółków, dworów

## Kącik Sportowy



### Kolarstwo szosowe

Kolarstwo szosowe to najstarsza i najbardziej znana odmiana kolarstwa polegająca na ściganiu się na rowerach szosowych spełniających normy UCI (Union Cycliste Internationale) po zwykłych drogach publicznych.

Amatorsko sport ten uprawia ok. 1 mln ludzi, a zawodowo w UCI jest zarejestrowanych prawie 2000 kolarzy. Na świecie rozgrywa się setki zawodów kolarskich, które są rozgrywane na wiele sposobów.

Najbardziej tradycyjnym rodzajem zawodów są wyścigi wieloetapowe, w których pokonuje się zwykle od 3 do ponad 20 etapów (jednodniowych tras) o długości od 80 do (maksymalnie) 270 km.



Większość etapów zaczyna się od jednoczesnego startu wszystkich zawodników, a kolarze pokonują wspólnie większą część trasy jadąc zwartą grupą, zwaną peletonem. Wygrywa ten zawodnik, który pierwszy dojedzie do mety. Część etapów w wielkich wyścigach (zwykle 2 lub 3) jest jednak pokonywana ze startu dzielonego (kolarze wyruszają na trasę jeden po drugim w 2-3 minutowych odstępach), w którym o wygranej decyduje indywidualny czas przejazdu, a nie kolejność dojeżdżania do mety. Kolarze jadący w takich zawodach tworzą zespoły, w ramach których zawodnicy wspierają się nawzajem i starają się wypracować jak najlepszą pozycję w peletonie swojemu liderowi.

Innym rodzajem zawodów są tzw. wyścigi klasyczne, czyli jednodniowe zawody, które odbywają się albo na trasach tworzących koło (tzw. rundy), które pokonuje się kilka-kilkanaście razy, albo na długich (do 500 km) trasach, położonych zwykle w szczególnie atrakcyjnych widokowo i turystycznie miejscach. Zawody te mają jednak zwykle mniejszą rangę od zawodów wieloetapowych.

## **Michał Kwiatkowski**



**Michał Kwiatkowski** (ur. 2 czerwca 1990 w Chełmży) – polski kolarz szosowy, zawodnik profesjonalnej drużyny Team Sky. Mistrz świata w wyścigu ze startu wspólnego z 2014 roku oraz drużynowy mistrz świata w jeździe na czas w barwach Etixx-Quick Step z roku 2013. Mistrz Europy i świata w kategorii juniorów. Medalista mistrzostw Polski seniorów na szosie i na torze.

Olimpijczyk z Londynu (2012) i Rio de Janeiro (2016).

impresa sukces

Mistrzostwa świata: 1. miejsce - jazda ze startu wspólnego (Ponferrada 2014)

1. miejsce - jazda drużynowa na czas (Florencja 2013)
2. miejsce - jazda drużynowa na czas (Richmond 2015)
3. miejsce - jazda drużynowa na czas (Ponferrada 2014)

## **WYWIAD Z PANIĄ JOANNĄ BRÓG – SEKRETARKĄ NASZEJ SZKOŁY**

### **Jak długo pracuje Pani w naszej szkole?**

12 lat, od stycznia 2005 roku. Wiedziałam, że będziecie zaskoczone! Tak Oliwko, miałaś 5 miesięcy, kiedy ja zaczęłam swoją pracę tutaj, a Kingi nie było jeszcze nawet na świecie ;).

### **Dlaczego wybrała Pani ten zawód?**

To nie jest mój zawód. Z wykształcenia jestem księgową i do 2005 roku właśnie w tym zawodzie pracowałam. Pewnego dnia poprzednia Pani Dyrektor Szkoły Halina Gorycka zaproponowała mi pracę w swojej szkole i długo nie chciała mi odpuścić i tak się tutaj znalazłam. Przez jakiś czas łączyłam pracę w szkole z pracą w księgowości w firmie, której też nie chciałam porzucić. Ale w pewnym momencie musiałam dokonać wyboru. Praca w cyferkach i papierkach w poważnym biurze czy praca w papierkach, ale w otoczeniu uśmiechniętych i radosnych buziek uroczych dzieciaków? Wybór nie był trudny - wybrałam pracę bliżej domu i radosny gwar dzieci czyli Was.

### **Jakie studia należy skończyć, żeby zostać sekretarką w szkole?**

Kiedy ja zaczynałam swoją pracę zawodową i to nieważne czy jako księgowa czy jako sekretarka, nikt nie pytał i nie wymagał ode mnie ukończonych studiów. Liczyło się to „co umiem”. Decyzję o podjęciu studiów podjęłam właśnie w czasie pracy w szkole. Dla swojej własnej satysfakcji. Wybór padł na kierunek Finanse i Rachunkowość na Wydziale Finansów na Uniwersytecie Ekonomicznym w Krakowie. Myślę, że można pracować również bez ukończenia studiów, ale dzisiaj są już wymagane niemal na każdym stanowisku pracy. Studia to też pewna przygoda, którą warto przeżyć w swoim życiu. Ja właśnie tak swoje studia wspominam. Z powodzeniem pogodziłam studia z pracą zawodową, a nawet w czasie nich zdążyłam zostać mamą 😊. Najważniejsze, żeby w życiu robić to co się lubi. Ja kocham swoją pracę.

### **Co należy do Pani najważniejszych obowiązków?**

Tych obowiązków jest całe mnóstwo. Na pewno wiecie, że właśnie w tym Waszym Sekretariacie Uczniowskim koncentruje się całe zarządzanie szkołą. Od spraw związanych z Wami -Uczniami, aż po sprawy dotyczące całego funkcjonowania szkoły. Jeśli chodzi o Was uczniów, spoczywa na mnie obowiązek prowadzenia księgi uczniów, księgi obowiązku szkolnego, wydawania Wam Waszych dokumentów uczniowskich takich jak Legitymacja Szkolna, Karta Rowerowa. Na co dzień przede wszystkim przyjmuję i wysyłam korespondencję dotyczącą szkoły.

Prowadzę obowiązującą dokumentację szkolną. Przygotowuję i opracowuję różnego rodzaju sprawozdania. Prowadzę księgi inwentarzowe.

Redaguję ważne ogłoszenia i informacje dla Was i Waszych Rodziców. Zamawiam wszystkie rzeczy i materiały, które są potrzebne i niezbędne do funkcjonowania szkoły. Najważniejsze to sprawnie i rzetelnie współpracować z Panią Dyrektorem i Wicedyrektorem Szkoły, które zarządzają całą placówką.

### **O jakim zawodzie marzyła Pani będąc dzieckiem?**

Jako mała dziewczynka (jak pewnie większość małych dziewczynek) chciałam być piosenkarką. Niestety mój talent wokalny mi na to nie pozwolił 😊. Później moje marzenia zmieniły się i chciałam bardzo być pielęgniarką i pomagać innym. Niestety na to nie pozwoliła mi moja starsza siostra, która właśnie taki zawód wykonuje. Do tej pory mam do niej cichy żal o to .

### **Jakie są Pani zainteresowania?**

Zawsze fascynowała mnie fotografia i kulinaria. Zimą lubię przeczytać dobrą książkę i oglądnąć jakiś fajny film. A latem bardzo dużo czasu spędzam aktywnie. Dużo wolnego czasu spędzam z moim synem jeżdżąc na rowerach, hulajnogach, rolnach. Dużo gram w badmintona oraz w gry planszowe. Ostatnio bardzo wciągnęły nas zagadki kryminalistyczne z serii „Czarne Historie”.

### **Zbliżają się wakacje, w związku z tym chciałobyśmy zapytać, jakie miejsce pragnie Pani odwiedzić w tym roku?**

Wakacje planuję zawsze tylko dla mojego syna. Moje wakacje to zawsze spontaniczne wyjazdy, które zazwyczaj z mapą Polski w rękach inicjuje moje dziecko. Od najmłodszych lat przyzwyczaiałam Go do częstych wyjazdów i pieszych wędrówek. Tych wyjazdów bliższych i dalszych jest zazwyczaj dużo. W tym roku gdzieś w marzeniach widzę też Paryż i zamki nad Loarą...

*Dziękujemy za udzielenie ciekawego wywiadu. Życzymy sukcesów w pracy zawodowej i udanych wakacji.*

*Wywiad przeprowadziły Oliwia Hyrc i Kinga Czeremuga.*