

Publiczna Szkoła Podstawowa nr 24 w Opolu



Gazetka Szalonego Małolata

Wydanie nr 7 — marzec 2013

Rok szkolny 2012/2013

Strona 1



W numerze:

Kalendarium	2
Dzień Otwarty	3
Zdrowe przekąski	4
Zdrowe kanapki	7
Zdrowie jest najważniejsze	6
Śmieci mniej ziemi lżej	9

Zdrowym być to być szczęśliwym.

Pierwszy dzień wiosny

Dnia 21 marca zaczyna się kalendarzowa wiosna. W ten dzień odbywa się topienie Marzanny i jest to też Dzień Wagarowicza.

Topienie Marzanny to pogański zwyczaj przepędzania zimy. Polega to na zrobieniu słomianej kukły, następnie trzeba ją spalić, a potem utopić w pobliskiej rzece. Marzanna jest symbolem zimy, dlatego spala się ją, później topi.

Dzień Wagarowicza jest to dzień kiedy nauczyciele i rodzice przymykają oko na wagarujących uczniów. Większość szkół w ten dzień nie robi zwykłych zajęć lekcyjnych, tylko różne zajęcia gdzie są konkursy i zabawy organizowane przez uczniów. W naszej szkole będzie Dzień Zdrowia.

Kuba Panic kl.5a

Wiersz o zdrowiu

Chcesz być zdrowy tak, jak ryb-
Jedz owoce i warzywa .

Będziesz szybko biegać, skakać

Gdy zjesz jabłko i buraka.

Marchew wzrok ci poprawi, a
orzech rozum usprawni.

Pij mleko ,by mieć mocne zęby
i kości, a ryby dodadzą ci odpor-
ności.

Szpinak żelaza ci dostarczy,
a kapusta kiszona i ogórki z cho-
robą pomogą walczyć.

Banan żółty jak cytryna,
Jabłko błyszczące jak malina,
truskaweczka pęka,
zdrowiem, a cukierki są nie-
zdrowe.

WAŻNE TEMATY:)

Podpatrzone reporterskim
okiem str. 3

Zdrowe kanapki str. 7

Zdrowo na wesoło str. 8

Zdrowie jest najważniejsze
str.6

MARZEC 2013

„Kalendarz marcowy”

6.03 Dzień Otwarty

20103. Dzień Zdrowia

28.03—2.04 przerwa świąteczna

3.04. nie zapomnij przyjść do szkoły

4.04. Sprawdzian Kompetencji kl. 6

Pn	Wt	Śr	Cz	Pt	So	N
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Wiersz o zdrowiu

Wiersz o zdrowiu

Wiersz o zdrowiu.

Zdrowym być to frajda.

Jeść owoce i warzywa
każdy może trochę
mniej lub więcej.Jem owoce , bo są zdrowe
Jem warzywa ,bo mają wi-
tamina.To one są potrzebne do
rozwoju.Chipsy i słodycze w ni-
czym ci nie pomagają.
Może w tyciu.!!!Po tych wszystkich nie-
zdrowych rzeczach ,
gdy wchodzimy
na wagę ,to widzimy nu-
mer telefonu.JEDZ OWOCE
I WARZYWA!

Kuba Kosiorek 5a

„Zdrowym być”

Jak zdrowym być?

Może warzyw jeść po tro-
chu?

Marchewki? Grochu?

Owoce?

Jeść, bo czemu nie!

Więc niech każdy spróbuje!

Daniel Michalski kl 5a

„Zdrowy wierszyk”

Zdrowie jest fajne,

Możesz się o tym przekonać

Jedząc owoce i warzywa,

Uprawiać sport i jeść mniej
słodyczy i chipsów.Chcesz być zdrowy tak, jak
rybaJedz owoce i warzywa .
Będiesz szybko biegać, ska-
kać

Gdy zjesz jabłko i buraka.

Marchew wzrok ci poprawi, a
orzech rozum usprawni.Pij mleko, by mieć mocne zęby
i kości, a ryby dodadzą Ci od-
porności.Szpinak żelaza ci dostarczy,
a kapusta kiszona i ogórki z
chorobą pomogą walczyć.

autor: T. Walerus



”



Przyszli Nobliści....

Jeśli masz w domu opowiadanie, wiersz lub tekst piosenki i chciałabyś/chciałbyś się nim podzielić, prześlij je do Nas— ewaopole@poczta.fm.pl, a My opublikujemy Twoje dzieła.

Podpatrzone reporterskim okiem

„Dzień otwarty”

6. marca 2013 r. w PSP 24 odbył się Dzień Otwarty.

Pracowaliśmy pod hasłem „Przedszkolaku Nasz wesoły zapraszamy Cię do szkoły”. Przedszkolaki z czterech różnych przedszkoli przyszły zwiedzać szkołę. Zajęcia zaczęły się o godz. 12:00, a zakończyły o 15:30. Atrakcjami dla nich było malowanie twarzy, mini zoo, jedzenie zdrowych przekąsek, zajęcia z panią logopedą, zabawy na sali gimnastycznej, zabawy przy muzyce i zajęcia na tablicy interaktywnej. Kanapki i szaszłyk robiła klasa 5a, 6c, 6a i 6b pod nadzorem pani Grażyny Staś. Twarze malowali uczniowie klasy 5a. Robili oni różne rysunki na polikach przedszkolaków. Najlepszą atrakcją było mini zoo, które przygotowali uczniowie różnych klas. W tym zoo były takie zwierzęta jak: koty, chomiki, kraby i wiele innych ciekawych zwierząt. Wszystkim przedszkolakom się podobało, bo mogły zobaczyć różne zwierzątka i zwiedzić obiekt szkolny oraz sportowy. Smakowały im też przekąski, które uczniowie przygotowali specjalnie dla nich.

Wszystko odbyło się szybko, sprawnie i bez problemów. Te zajęcia były bardzo interesujące.

Resztę można obejrzeć na zdjęciach.....

Opracowało koło redakcyjne:
Wiktorja Wolny,
Olimpia Siemiątkowska,
Jakub Kosiorek,
Jakub Panic,
Jarek Krajewski





Wieści szkolne

Powiększamy naszą gazetkę o nową rubrykę. Tutaj opisywać będziemy ważne i mniej ważne wydarzenia szkolne. Coś zaobserwowałeś niekłego przyjdź do nas aby to opiszemy.

Zdrowym być to być
szczęśliwym

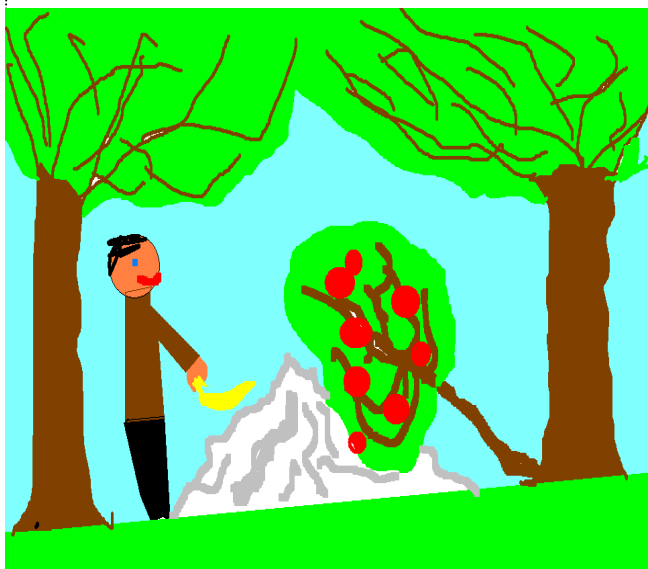
Wiersz o zdrowiu.

Zdrowym być to frajda.
Jeść owoce i warzywa
każdy może trochę
mniej lub więcej.
Jem owoce , bo są zdrowe
Jem warzywa ,bo mają witaminy.
To one są potrzebne do rozwoju.
Chipsy i słodczyce w niczym ci nie pomagają.

Może w tyciu!!!
Po tych wszystkich niezdrowych rzeczach , gdy wchodzimy na wagę,to widzimy numer telefonu.

**JEDZ OWOCE
I WARZYWA!**

Kuba Kosiorek 5a



Salatka pekińska

Składniki;

- 1 kapusta pekińska
- 2 jabłka
- 1 do 2 marchewek
- 1 por (średni)
- majonez, sól, pieprz do smaku

Wykonanie:

Warzywa dokładnie umyć i pokroić w kostkę. Dodać dla smaku sól i pieprz, a na końcu połączyć majonez.

SMACZNEGO !!!

Daniel Michalski kl. 5a

Salatka warzywna

Składniki:

- kapusta pekińska
- ogórek zielony
- pomidor
- rzodkiewki
- jajko gotowane
- papryka kolorowa
- cebula
- oliwa z oliwek
- przyprawa np. knorr

Wykonanie:

Wszystkie warzywa pokroić, oliwę wymieszać z przyprawą. Potem składniki razem połączyć. I gotowe. życzę smacznego.

Opracowali: T.Walerus D.Staś

Zdrowa przekąska**Przepis na szaszłyki owocowe****Produkty:**

- 2 banany,
- 1 grono winogron
- 10 truskawek,
- 5 patyków szaszłykowych.

Jak przygotować?

Najpierw wziąć patyczek i na niego nabić pół truskawki. Potem dodać na ten patyczek kawałek banana i winogrono. Powtarzać to przez pięć razy, bo tyle jest patyków. I gotowe można już jeść.

Smacznego!!!

Opracował: J.Kosiorek

Przepis na Zdrową Przekąskę**Składniki:**

- 1 kukurydza
- 2 ogórki kiszane
- 3 ugotowane ziemniaki (ostudzone)
- 3 jajka na twardo
- pół marchewki
- śmietana (18%)
- 3 łyżki majonezu

Przygotowanie:

Kukurydzę wsypać do miski, ogórki, jajka i ziemniaki pokroić w kostkę. Marchewkę pokroić w drobną kostkę. Następnie dodać śmietanę i majonez. Wymieszać.

Smacznego!**Przepis na sałatkę owocową****Składniki:**

- 1.Owoce - (jakie lubisz) np. maliny, śliwki, truskawki, jabłko, gruszka, kiwi.
- 2.Sok z cytryny.

Wykonanie:

- 1.Dokładnie umyj wszystkie owoce.
- 2.Obierz je ze skórki – jeśli trzeba.
- 3.Pokrój owoce w kostkę.
- 4.Włóż smakołyki do miseczki i pokrop je sokiem z cytryny.

SMACZNEGO !!!

Opracowała: O. Krawczuk

Smaczna sałatka**Składniki:**

- 2 jabłka,
- 1 pomarańcza,
- 5 truskawek,
- jogurt owocowy,
- 1 banan.

Wykonanie:

weź jabłuszko pokrój ładnie, pomarańcze obierz zgrabnie, 5 truskawek pokrój szybko, powolutku wlej jogurcik i wymieszaj.

Spróbuj! Smacznego!

*Wesoły wierszyk**„RUCH”*

Bardzo lubię jeść owoce.
 Być wesoła jak pomidor.
 Chodzić zawsze z warzywami
 raz do lasu raz do park.
 Robię zupki z kolegami
 i tęsknię za wędrownkami.



Każdy dobrze wie,
 Że sport uprawia się.
 Czy jest słońce, czy jest deszcz,
 Na spacer się możesz przejść.
 Gdy jest lato możesz pływać,
 Zimą możesz ślizgać się.
 Jedz owoce i warzywa,
 Gdy już sportem zmęczysz się.
 Później zrobisz łyka wody,
 I wnet sił przybędzie Ci.
 A te dalsze ćwiczenia,
 Odporność wzmocnią Ci.

Olimpia Siemiątkowska
 Wiktoria Wolny

ZDROWIE JEST NAJWAŻNIEJSZE

Każdy wie, że podstawą zdrowego żywienia są : owoce, warzywa, oraz produkty zbożowe i mleczne

Każdy wie, że sport najchętniej uprawia się!



Zdrowe Kanapki

Składniki:

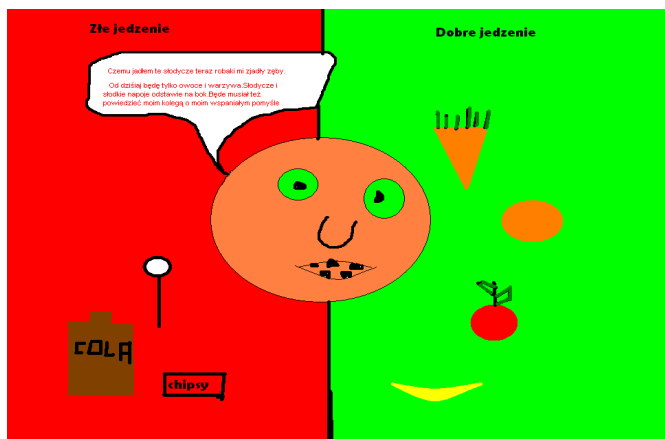
- 2 Pomidory
- 1 Główka Sałaty
- Chleb zbożowy
- 3 Jajka
- Masło
- Ser
- Szczypiorek
- 3 Rzodkiewki

Przygotowanie:

Umyj warzywa i obierz jajka. Pokrój chleb zbożowy, pomidory, jajka, szczypiorek i rzodkiewki. Sałatę podziel na listki. Chleb zbożowy posmaruj masłem. Nałóż na niego ser, sałatę, pomidory, jajka i rzodkiewki. Na koniec wszystko posyp szczyporkiem.

Smacznego!!!

Wiktoria Wolny,
Olimpia Siemiątkowska



Zadanie 1.1

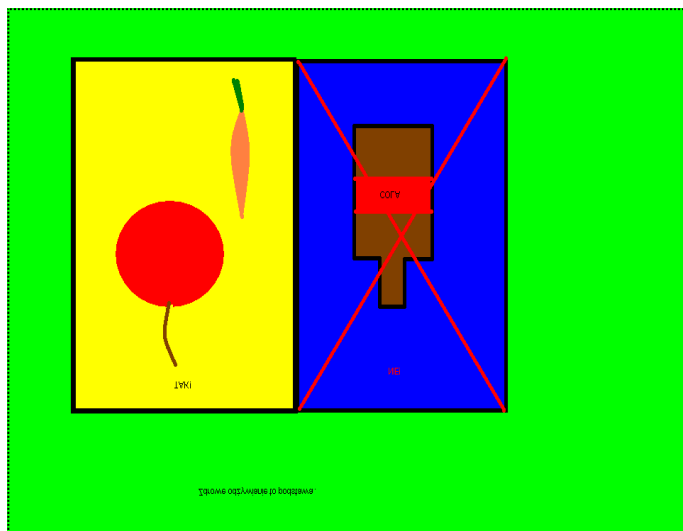
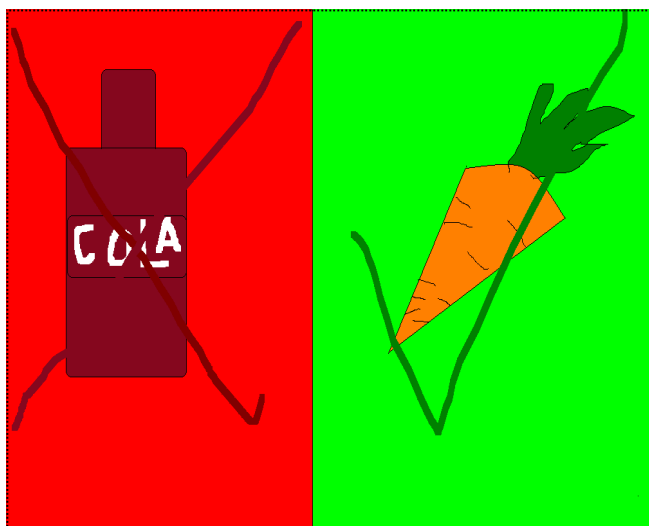
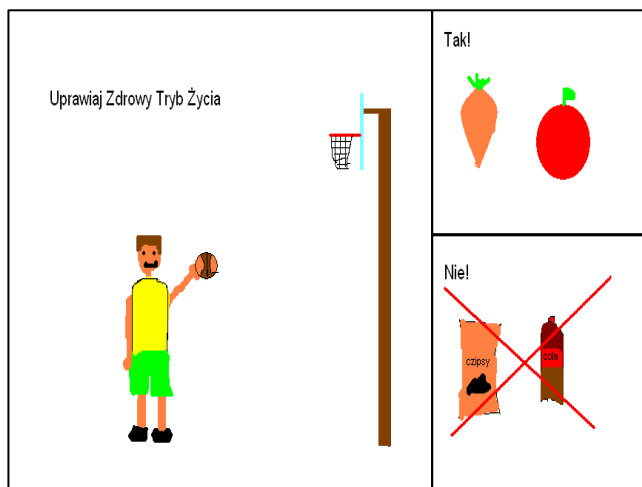
W czwartek 14 lutego zebraliśmy zespół 10 uczniów, który będzie koordynował przygotowania do Festynu Zdrowia, który będzie imprezą ogólnoszkolną. Znaleźliśmy opiekuna zespołu, którym została pani Małgorzata Zaraś. Nazywamy się „Zdrowe Ludki”. W składzie zespołu znajduje się nauczyciel wf- p. Andrzej - świadomy zasad funkcjonowania organizmu oraz pomocny przy zabawach ruchowych oraz p. pedagog. Dyrekcja szkoły poparła zorganizowanie akcji prozdrowotnej na terenie placówki.

Liderem naszej grupy jest Jakub Kosiorek. Każdy z naszej drużyny specjalizuje się w innej dziedzinie. Daniel jest na przykład komputerowcem, Olga plastykiem, Olimpia i Basia sportowcem, Wiktoria, Ola i Kaja niezłymi polonistkami. Jakub i Mateusz historykiem. Przygotowaliśmy plan działania i przypisaliśmy poszczególnym osobom obszary ich odpowiedzialności. Klasa 5a i 5b przygotowały plakaty dla uczniów naszej szkoły. Wszystko wytłumaczyła nam pani pedagog Zdzisława Kloska. ..Na tym plakacie były zadania, które nasi uczniowie muszą wykonać, było ich pięć. Wszystkie zadania były o zdrowiu i o zdrowej żywności oraz aktywności fizycznej.

Opracowała: klasa 5a



Zdrowo na wesoło



Pierwszy Etap Konkursu: „Czas na zdrowie”

Klasa: 1-3

Miejsce: Plakat: Wiersz: Sport:

Przepis:

I	1b	2a	1a	3a
II	3b	-	-	-

Klasa: 4-6

Miejsce: Plakat: Wiersz: Sport:

Przepis:

I	6c	5b	4a	4b
II	5a	6b	6a	-

„Zdrowie”

Jedz owoce i warzywa ,
 Dobra będzie także ryba.
 Ćwicz rano i wieczorem ,
 Aby być zdrowym.
 Gdy jesz niezdrowe chipsy i pijesz colę ,
 Nie dziw się , że jesteś chory.
 Spędzaj czas na dworze ,
 Zagraj w piłkę , może ?
 W lecie używaj skakanki ,
 W zimie chodź na sanki.



Pragniemy poszerzyć naszą gazetkę o nową rubrykę „Podziękowania”, która będzie znajdować się w tym miejscu, będziecie mogli w kolejnym numerze umieścić podziękowania dla kogoś za coś... Np.. Dziękuję Zosi, że pomogła mi w matmie... lub umieścić życzenia urodzinowe.

Liczymy na Wasze wsparcie i pomysły.

PODZIĘKOWANIA

URODZINKI

A Ty komu podziękujesz?

W tym miejscu możesz za naszym pośrednictwem umieścić życzenia urodzinowe, które samodzielnie ułożysz dla przyjaciela/przyjaciółki/wujka/cioci/mamy/taty...

Śmieci mniej, ziemi lżej...

1.02.2013 rozpoczęła się VIII edycja konkursu „Śmieci mniej, ziemi lżej”. Zbieraliśmy makulaturę, puszki i baterie.

Surowce można przynieść do p. Ani.



KOCHANI CZYTELNICY !!!!

*Jeśli gdzieś na stronach gazetki nie dość składnie nam się złoży,
to wybaczcie, bośmy przecież młodzi redaktorzy. :)*

Redakcja Gazetki: Redaktor naczelny: Ola Sachoń, Zastępca redaktora: Wiktoria Wolny.

Co w trawie piszczy- czyli najważniejsze wydarzenia z życia szkoły- Maja Matysek Nasza twórczość- czyli wiersze, opowiadania, baśnie i inne pisane przez uczniów utwory – Eliza Jonczyk, Wiktoria Wolny

Z kart kalendarza... czyli Dzień Nauczyciela, Boże Narodzenie itp.- Ola Sachoń, Eliza Jonczyk, Wiktoria Polan

Oko w oko z rozmowa z ludźmi, którzy swoją osobowością mogą zainteresować społeczność uczniowską-Jakub Panic, Jakub Kosiorek, Tomasz Walerus To warto wiedzieć czyli historie z życia wzięte- Ola Sachoń

Małe co nieco- czyli humor i rozrywka- Wiktoria Wolny, Olimpia Siemiątkowska, Ola Sachoń, Wiktoria Polan, Ola Ćwirko

Z ambony- zapowiedzi wydarzeń- Jarek Krajewski Sprawdź się- testy z różnych dziedzin- Olimpia Siemiątkowska

Ciekawe miejsca i ludzie naszych okolic- Wiktoria Wolny

Opiekun koła redakcyjnego: Małgorzata Zaraś

szatę graficzną, skład, materiały w gazetce –p. Anna Matukin – Pakuszyńska