

Kornel Makuszyński

SZKOŁA PODSTAWOWA NR 6
Z ODDZIAŁAMI
INTEGRACYJNYMI
IM. KORNELA
MAKUSZYŃSKIEGO
W MŁAWIE



W tym numerze:

Szlachetne zdrowie.	2
Makijaż w szkole.	3
Poradnik nastolatka - jak okiełznać dojrzewanie. Porady, z których warto skorzystać.	4-5
Bezpieczeństwo wakacyjnym drogowskazem. Wywiad z panią J. Molendą. Klub recenzenta.	6-7
Angielski w podróży. Jak dać drugie życie koszulce. Bubbles, bubbles...	8
Wakacyjne wyzwania.	9
Uśmiechnij się!	10



FIGIEL



Rok 2022/2023
Numer 3 (108)

MAJ - CZERWIEC

TO JUŻ 20 LAT FIGLA

FIGIEL W LICZBACH

Przez 20 lat ukazało się:

- * 108 numerów gazetki,
- * 6 wydań specjalnych,
- * 25 sond,
- * 81 opowiadań,
- * 105 wywiadów,
- * 84 wiersze,
- * 111 lamigłówek,
- * 51 recenzji.

W redakcji pracowało 145 uczniów.



STAŁE RUBRYKI



ŁOWCY SŁÓW

Na łamach wirny poświęconej twórczości dzieci prezentujemy

„Rymy to takie guziki,
Na które się zapinają wierszyki.”
Wanda Chotomska

NAUCZYCIEL

TEŻ CZŁO WIEK ...!



KLUB RECENZENTA

ZNANI I LUBIANI

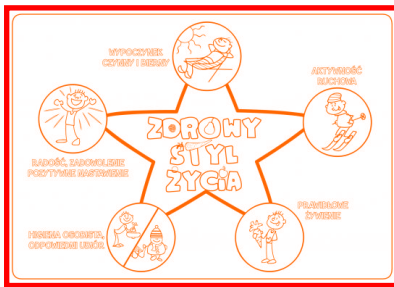
LAMIGŁÓWKI MĄDREJ GŁÓWKI

SCZYPTA SAVOIR-VIVRE'U

Uśmiechnij się!

Szlachetne zdrowie ...





Szlachetne zdrowie...

Jest wiele osób, które lekceważą zdrowie, a przecież jest to najważniejsza rzecz w naszym życiu. Jak powinien wyglądać dzień osoby, która taki zdrowy styl życia prowadzi? Z artykułu dowiedziecie się, jak w prosty sposób pozbyć się złych nawyków.

Bardzo dobrym nawykiem na początek dnia jest wypicie szklanki wody z cytryną. To tylko szklanka wody, a poprawia cerę i odświeża organizm, przez co cały dzień jesteśmy pobudzeni i lepiej funkcjonujemy.

Bardzo ważne dla zdrowia jest właściwe odżywianie. Popularnym pierwszym śniadaniem wśród dzieci i młodzieży są płatki z mlekiem, jest w nich jednak bardzo dużo cukru i takie czekoladowe płatki można zastąpić owsianką z jogurtem naturalnym i owocami np. truskawkami, bananami, borówkami, malinami lub jeżynami. Praktycznie w każdym domu na co dzień używa się nutelli, w której jest pełno oleju palmowego, cukru i różnych innych bardzo niezdrowych składników, przyspieszających tycie. Dlatego zachęcamy do zrobienia domowej nutelli, do której można dodać orzechy, mleko, kakao, miód.

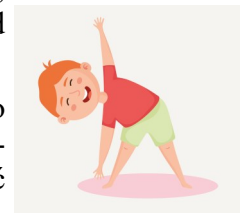


Smakołyki są nieodzownym elementem naszej diety. Ponieważ dni robią się coraz gorętsze, więc w okresie letnim najchętniej sięgamy po soki z lodówki lub lody. Niestety, nie w każdej lodziarni te lody są w pełni zdrowe, dlatego można samodzielnie zrobić pyszne, zdrowe lody lub pyszny, zdrowy i orzeźwiający sok. Praktycznie każdy ma w domu blender, więc wkładamy do niego np. mrożone truskawki (jeżeli ktoś chce, można dodać odrobinę cukru) i mleko, blendujemy, dopóki składniki nie zostaną zmiksowane na jednolitą masę, którą przekładamy do formy i umieszczamy w zamrażarce. Można nasze lody ozdobić dowolnymi owocami. Podobnie można zrobić sok z wyciskanych owoców, dodać do niego lód i mamy pyszny orzeźwiający napój.



Osobom, które mają rano czas, polecam poranną gimnastykę. To kwestia kilku ćwiczeń, które zrobimy w 10-15 minut. Przykłady kilku prostych ćwiczeń to skłon do palców stóp, skłon w rozkroku, wypad prawą i lewą nogą, skłony w rozkroku w siadzie, wypad bokiem na prawą i lewą nogę.

Zalecane jest również robienie od 3 do 5 tysięcy lub więcej kroków dziennie. Jest to korzystne dla organizmu, ponieważ nie przybiera się szybko na wadze, kości przyzwyczajają się do ruchu i z takich niedługich spacerów można powoli przechodzić w intensywny spacer lub krótki, delikatny bieg.



Antonina Karol

A	B	C	D	E	F
G	H	I	J	K	L
Ł	M	N	O	P	R
S	T	U	W	Y	Z
☀️	2	3	4	☂️	6
7	8	☕	10	11	👕
13	👟	15	16	17	18
👓	20	21	🍦	23	🥤

🍦	☀️	11	☀️	3	23	10	15	☂️	👕	☂️	15	☕	21	3	8	16	🍦	☀️	15	☕	☂️
---	----	----	----	---	----	----	----	----	---	----	----	---	----	---	---	----	---	----	----	---	----

Każda cyfra i każdy rysunek mają przyporządkowaną literę. Przenieś odpowiednie litery do diagramu, a otrzymasz rozwiązanie.

MAKIJĄZ W SZKOLE? – POROZMAWIAMY O TYM!



Makijaż i szkoła – czy te dwie rzeczy się wykluczają? W wielu szkołach obowiązuje zakaz malowania się, jednakże są również szkoły, w których nauczyciele nie zwracają szczególnej uwagi na makijaż noszony przez uczennice. A co tak dokładnie sądzą o makijażu nauczyciele, uczennice i rodzice? Czy ktoś z nich ma to samo zdanie?

Z perspektywy ucznia

Wiele z nas maluje się do szkoły pomimo zakazów. Pewna uczennica w naszej szkole wskazała nierówność, jaka występuje między nauczycielkami a uczennicami w niektórych szkołach. „To niesprawiedliwe! Dlaczego nauczycielki mogą się malować, a my nie?”. Pewna ósmoklasistka sądzi, iż makijaż sprawia, że czuje się komfortowo, a zakazywanie go nie polepsza jej samopoczucia.

Wyniki ankiety w naszej szkole wskazują jednoznacznie, iż uczniowie nie chcą, aby makijaż był zakazany. Aż 91% uczennic korzysta z makijażu i stosowanie go ma dla nich pozytywne skutki. 9% uważa natomiast, iż nie jest on dla nich dobry. Widać, że kwestia makijażu w szkołach jest problemem, a my mamy wrażenie, jakby nauczycielki miały więcej praw od nas i nie rozumiały, że korzystamy z makijażu z tych samych powodów, co one.

Z perspektywy nauczyciela

Często możemy spotkać się z przypadkami nauczycieli, którzy nie akceptują makijażu uczennic. Ale... dlaczego? Najczęstszą odpowiedzią, jaką od nich usłyszymy, jest: „Szkoła to nie wybieg dla modelek” bądź „Uczennice powinny zajmować się nauką, a nie wyglądem”, ale czy zajmowanie się swoim wyglądem jest złe? Można przecież pogodzić te dwie czynności, aby ukończyć dobrze szkołę i wyjść z niej z „twarzą”. Są również nauczyciele, którym nie przeszkadza to, że uczennice malują się do szkoły. Może wynikać to z ich obojętności na dany temat lub po prostu z tego, że chcą, aby dziewczynki czuły się akceptowane w swojej szkole.

Z perspektywy rodzica

Każdy rodzic ma inne zdanie na temat makijażu. Większość rodziców akceptuje malowanie się swoich dzieci i nie uważa tego za nic złego. Większość rodziców uważa, że ich dzieciom poprawia to nastrój i sprawia radość. Są rodzice, którzy nie akceptują makijażu u swoich dzieci nawet, gdyby sprawiało im to przyjemność, ponieważ twierdzą, że jest to niepotrzebne, niszczy samoocenę dzieci i wpędza je w kompleksy. Wiele nastolatków wyraża siebie poprzez makijaż, przez co rodzice uważają, iż ich dzieci dzięki makijażowi odnajdują siebie.

Co na to nasza szkoła?

W regulaminie szkoły nie ma żadnej wzmianki na temat kar dla uczennic, które się malują - i myślimy, że prawie każdy nauczyciel się tego trzyma! Nigdy nie zauważyliśmy, żeby zdarzyło się w naszej szkole, aby jakkolwiek nauczyciel lub jakkolwiek nauczycielka powiedziała coś niemilego na temat makijażu uczennicy. Jesteśmy wdzięczni nauczycielom naszej szkoły za to, że są dla nas wyrozumiali i nas wspierają w wyrażaniu i odnajdywaniu siebie! Każdy człowiek sam powinien móc podjąć decyzję odnośnie prezentowania swojego ja poprzez eksperymentowanie ze swoim wyglądem, stylem ubioru i stylem bycia, zarówno w szkole, jak i poza nią.

A co ty myślisz na temat makijażu uczennic z naszej szkoły?



Autorki:

*Wiktoria Jabłonowska, Maja Luciszewska,
Marcelina Merchel, Antonina Falencka*



PORADNIK NASTOLATKA - JAK OKIEŁZNAĆ DOJRZEWANIE...

Czy masz może problemy związane z dorastaniem? Nie wiesz na przykład, jak poradzić sobie z huśtawką nastrojów, ze zmianami, jakie zachodzą w Twoim ciele. Z tego artykułu dowiesz się, jak się z tym uporać.

Problem z mokrą pościelą - Może zdarzyło się, że twoja pościel była rano mokra? Spokojnie, nic się nie stało. To nie twoja mama, która cię oblała w lany poniedziałek. To jedna z oznak dojrzwania. Twoje ciało zaczyna wytwarzać hormony płciowe, które między 11. a 14. rokiem życia zaczynają się „uwalniać”.

Włosy są wszędzie - Zauważyłeś, że na twoim ciele rosną włosy w miejscach, gdzie byś się tego nie spodziewał. To również jedna z oznak dojrzwania. Nie można temu zapobiec, lecz można je usuwać, aby wyglądać estetyczniej.

Brzmisz czasami jak pociąg - Piszczenie podczas rozmowy to kolejna z denerwujących oznak dorastania, która utrudnia życie chłopakom. Twoje struny głosowe pogrubiają się, przez co masz grubszy głos, a twoja krtani powiększa się aż o 60%. Spokojnie, tak zwana mutacja zaczyna się w wieku od 12. do 16. lat i trwa około 2 lata, więc nie zawsze będziesz piszczał.



DZIEWCZYNY TEŻ MAJĄ ZMARTWIENIA

Bardzo często dochodzi do sytuacji, gdy myślimy, że dziewczyny mają o wiele łatwiej w dorastaniu, niż my, ponieważ nie posiadają niektórych problemów. Jednak to nieprawda, dziewczęta też doświadczają wielu trudności przy dorastaniu.

Wiktor Kuc

Do opracowania zagadnienia wykorzystano książki znajdujące się w bibliotece szkolnej: Wilkinson P. - *Niezbędnik każdego chłopaka: Jak ogarnąć dojrzwanie* oraz Thor A. M. - *100 % Mnie. 100% chłopaka*.



SONDA



Koleżanki z naszej szkoły zgodziły się wziąć udział w sondzie, odpowiedziały na pytanie: „**Co podoba mi się w chłopakach**”. Oto kilka odpowiedzi.

- ◆ W chłopcach podoba mi się ich poczucie humoru, uprzejmość oraz to, że nie używają wulgaryzmów.

Blanka

- ◆ Podoba mi się, gdy chłopcy są uprzejmi. Lubię też ich poczucie humoru.

Weronika

- ◆ Lubię, gdy chłopcy nie palą papierosów i mają poczucie humoru.

Hania

- ◆ Podoba mi się, że są zabawni, mili i wysportowani.

Gabrysia

- ◆ W chłopcach podoba mi się, gdy są uprzejmi, kulturalni oraz zabawni.

Zuzanna

- ◆ Lubię, gdy chłopcy są wrażliwi, pomocni oraz nie są maminsynkami.

Ała

- ◆ Lubię, gdy chłopak jest troskliwy i ma fajny charakter.

Magda

- ◆ Lubię, gdy chłopak rozumie moje poczucie humoru, ma do każdego szacunek i jest zabawny.

Tosia

- ◆ Lubię, gdy chłopcy są uczynni, mili i mają szacunek zarówno do starszych, jak i młodszych.

Weronika

- ◆ Lubię, gdy chłopcy są tolerancyjni

Gabriela

- ◆ Lubię, gdy chłopcy zachowują się w porządku do wszystkich i odnoszą się z szacunkiem.

Pola

PORADY, Z KTÓRYCH WARTO SKORZYSTAĆ



Okres dojrzewania to czas, w którym młodzi ludzie szczególnie powinni dbać o zdrowie. Żeby dowiedzieć się więcej o funkcjonowaniu i zmianach w organizmie młodego człowieka, zadaliśmy kilka pytań lekarce i kosmetyczce.

Na pytania redakcji odpowiedziała pani **Marta Dusza - lekarz neurolog**, absolwentka naszej szkoły, redaktorka gazetki szkolnej „Figiel” w latach 2004 - 2006.

Jak nastolatek powinien dbać o układ nerwowy?

Powinien prowadzić tzw. zdrowy tryb życia: dbać o odpowiednią ilość snu, zbilansowaną dietę, regularnie uprawiać aktywność fizyczną i ograniczyć czas spędzany przed ekranami (w tym, oczywiście, przed smartphonem).

Jak radzić sobie z migrenowymi bólami głowy?

Przede wszystkim, migrenowe bóle głowy to konkretny zespół objawów i choroba rozpoznawana przez neurologa – nie jest to każdy silny ból głowy. Niezależnie od tego w przypadku bólu głowy często pomagają odpoczynek w cichym pomieszczeniu, nawodnienie. Należy ograniczyć przyjmowanie leków przeciwbólowych, także tych dostępnych bez recepty, bez zaleceń lekarza.

Jakie objawy powinny nas zaniepokoić i skłonić do wizyty u neurologa?

Z każdym niepokojącym objawem najlepiej najpierw zgłosić się do swojego lekarza rodzinnego, który powinien wiedzieć, dokąd dalej skierować pacjenta.

Czy trudności z koncentracją podczas lekcji mogą mieć podłoże neurologiczne?

Problemy z koncentracją mogą mieć przyczynę w chorobie neurologicznej lub innej, jednak najczęściej są związane z deficytem snu i zbyt dużą ilością czasu spędzaną przed ekranami.

Czy chciałaby Pani jeszcze zwrócić uwagę na coś istotnego dla nastolatków?

Chyba tylko na to, co wszyscy lekarze powtarzają do znużenia – mniej siedzenia przed smartphonem, więcej ruchu.



Porad dotyczących skóry udzieliła pani **Renata Cieloszczyk**.

Czego używać do pielęgnacji twarzy?

Pielęgnacja cery powinna się odbywać w następujących krokach: oczyszczanie (żele lub pianki myjące), tonizacja (tonik lub hydrolat), serum, krem nawilżający, krem z filtrem SPF.

Jak zapobiegać trądzikowi?

Zapobieganie trądzikowi młodzieńczemu polega na oczyszczaniu i, w razie potrzeby, nawilżaniu preparatami na trądzik. Nie polecam stosowania tłustych kremów, mydeł czy toników na bazie alkoholu.

Czy polecilaby Pani jakieś kosmetyki na trądzik?

Na rynku jest wiele dostępnych firm promujących dobrej jakości kosmetyki, jednak dobór kosmetyku jest sprawą indywidualną, zachęcam do konsultacji z profesjonalistą.

Czy odżywianie ma wpływ na wygląd cery?

Tak, oczywiście, zbilansowana dieta dostarcza wielu składników, które wpływają zarówno na zdrowy wygląd cery, jak również włosów.

Czy można używać kosmetyków do makijażu? Jeśli tak, to jakich?

Można, jeśli są odpowiednio dobrane do wieku i rodzaju cery, ale tylko w przypadku, kiedy nie ma żadnych przeciwwskazań, np. trądziku czy alergii.

Jak dbać o paznokcie?

Dzięki bogatej diecie i naturalnym odżywkom paznokcie będą zdrowe, twarde i odporne na uszkodzenia.

Czy powyższe wskazówki dotyczą również chłopców?

Jak najbardziej, każdy niezależnie od płci i wieku powinien dbać o swoje zdrowie, w tym cerę, włosy i paznokcie.



BEZPIECZEŃSTWO WAKACYJNYM DROGOWSKAZEM



Wyjeżdżając na wakacje, pamiętaj o zasadach bezpieczeństwa obowiązujących w miejscach, w które się wybierasz. Oto wskazówki, które poprowadzą cię do bezpiecznych wakacji.

Morza i plaże. To jedno z często odwiedzanych miejsc podczas wakacji. Zawsze, gdy wyjeżdżasz nad morze, pamiętaj o dostosowaniu odpowiednich kremów przeciwsłonecznych, by uniknąć poparzeń. Pływaj tylko w miejscach strzeżonych. Nigdy nie skacz do wody w miejscach nieznanach dla ciebie, ponieważ może to zagrozić twojemu zdrowiu, a nawet życiu. Jeśli nie umiesz lub nie jesteś najlepszy w pływaniu, najlepiej trzymaj przy sobie koło ratunkowe.

Góry i lasy. Przed wyjściem w góry najpierw koniecznie sprawdź prognozę pogody. Zaopatrz się w apteczkę na wypadek zagrożeń lub zranień. Weź telefon komórkowy i ciepłe ubrania dostosowane do zmiennej pogody w górach. Trzymaj się jedynie szlaku i nie oddalaj się od grupy. W przypadku lasu uważaj na kleszcze i owady, chroń się przed nimi, stosując odpowiednie ubranie i preparaty odstrasżające. Nie zbieraj owoców, co do których nie masz pewności, że są bezpieczne lub jadalne.



Wycieczki rowerowe. Zawsze zakładaj kask, gdy jeździsz na rowerze, rolkach czy deskorolce. Przestrzegaj przepisów drogowych. Bądź widoczny na drodze poprzez noszenie odblasku lub kamizelki odblaskowej. Przed wycieczką przypomnij sobie znaczenia znaków drogowych. Bądź aktywny fizycznie, ale nie uprawiaj sportów w miejscach niedozwolonych.

Jazda samochodem, lot samolotem. Gdy jedziesz samochodem, nie zapominaj o zapięciu pasów. Jest to niezbędne do bezpiecznej jazdy, a unikanie tego może skończyć się karą lub urazem spowodowanym gwałtownym hamowaniem. Podczas jazdy nie wychylaj głowy i nie wystawiaj rąk poza okno. W samolocie obowiązują podobne zasady dotyczące zapięcia pasów. Zachowaj szczególną ostrożność podczas lądowania i nie panikuj, gdy w samolocie dojdzie do turbulencji.



Pamiętajmy o zasadach, które obowiązują, gdy uczestniczymy w wypoczynku grupowym. Słuchamy przewodnika lub opiekuna grupy.

Mam nadzieję, że te zasady pomogą Ci w przyszłych wyjazdach wakacyjnych.



ARKA + ni +



ÓZ +



zOA + k + AK



a=e

Rozwiązanie:

Maja Wiczorek

NAUCZYCIEL

TEŻ CZŁO WIEK...!

*Spróbujmy popatrzeć na nauczycieli z innej perspektywy. Oni też mają swoje marzenia, pasje i małe słabości. Na nasze pytania odpowiedziała pani **Jolanta Molenda** – **nauczyciel techniki**.*

Szcześnie to...

Radość, przyjemność, zadowolenie, euforia.

Najbardziej szalona rzecz w życiu to...

Założyłam się z grupą znajomych, że będę chodziła po tafli lodu nad Zalewem Ruda. Oczywiście był to głupi pomysł. Na pewno w obecnej chwili żadne nie zrobiłoby tego. Przecież była to szalona rzecz, ale bardzo niebezpieczna.

Ulubione zwierzę to...

Pies.

Najlepiej wspominam...

Lata dzieciństwa, gry, zabawy na podwórku z rówieśnikami.

Najweselsza chwila z mojego dzieciństwa to...

Bardzo lubiłam swoją wychowawczynię ze szkoły podstawowej. Któregoś dnia zauważyłam u niej oczko na rajstopach. Uznałam, że sprawię jej przyjemność, kupując nowe rajstopy. Fakt ten wspominałyśmy z panią jeszcze po latach, oczywiście bardzo pozytywnie.

Gdy byłam mała, marzyłam o tym, żeby

zostać...

Nauczycielem.

W wolnych chwilach...

Czytam, oglądam filmy. Latem lubię jeździć rowerem, spotykać się ze znajomymi i rodziną.



Ulubiona książka to...

„W pustyni i w puszczy” Henryka Sienkiewicza.

Ktoś, na kim zawsze mogę polegać...

Mąż i moje ukochane córki z rodzinami. Rodzina w moim życiu jest najważniejsza.

Moim autorytetem była...

Moja śp. Mama. Zawsze mogłam na nią liczyć.

Najlepiej odpoczywam, gdy...

Spędzam czas w ogrodzie z moimi ukochanymi wnuczkami.

Moja ulubiona pora roku to...

Lato

Mój ulubiony aktor/aktorka to...

Leonardo DiCaprio, Cezary Pazura, Małgorzata Kożuchowska.

Moje hobby...

W wolnym czasie lubię gotować i piec ciasta.



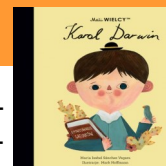
Wywiad przeprowadziły:

Pola Domeradzka, Maja Brzeska



KLUB RECENZENTA

Mali WIELCY jest to seria książek dla dzieci w każdym wieku, napisana przez Marię Isabel Sanchez Vegarę. Każda z książeczek zawiera historię, która opowiada o dziejach jakiegoś wielkiego człowieka. Książeczki Mali WIELCY inspirowały czytelników (zarówno tych młodszych, jak i starszych), pokazując im, że determinacja jest niezbędna, by w przyszłości osiągnąć sukces i wyznaczone sobie cele. Na końcu każdej książeczki znajduje się krótka biografia każdego bohatera/ki z różnymi ciekawostkami oraz faktami na ich temat.



„Mali WIELCY Karol Darwin” to książka, która opowiada o wielkim uczonym urodzonym w Shresbury w 1809 roku. Jest jedną z wielu książek z całej serii, dzięki której możemy poznać historię Karola Darwina, który przez bezgraniczną ciekawość i wytrwałość odkrył mechanizm ewolucji, który stał się podstawową wiedzą nauk przyrodniczych.



Angielski w podróży



Zbliżają się wakacje, więc wiele osób wybiera się za granicę. Najczęściej rozmawia się tam po angielsku. Tutaj znajdziesz kilka potrzebnych wyrażzeń.

Kiedy chcesz się zapytać, jak dojść do muzeum/parku/sklepu, powiedz: ***How to get to the museum/park/shop.***

Wtedy ktoś może ci odpowiedzieć: ***Go along Szkolna street, turn left on the right will be a museum/park/shop,*** co oznacza „Idź wzdłuż ulicy Szkolnej, skróć w lewo, po prawej stronie będzie muzeum/park/sklep”.

Jak chcesz się zapytać, ile kosztuje to ciastko, powiedz: ***How much is this cake.***

Jeśli na lotnisku w kasie ktoś do ciebie powie: ***May I see your ID or passport, please,*** wtedy prosi on o Twój dowód osobisty lub paszport.

Where can I buy a bus/subway/train ticket. To znaczy „Gdzie mogę kupić bilet na autobus/ metro/ pociąg?”

Aleksandra Krystkiewicz

Jak dać drugie życie koszulce?

Każdy posiada bluzkę, w której już nie chodzi. Często przez to, że jest poplamiona lub zniszczona. Idealnym pomysłem na to jest DIY tie-dye.

Potrzebne artykuły:

- barwniki do ubrań,
- zużyta koszulka/nowa biała koszulka,
- cztery gumki recepturki.

Sposób przygotowania:

- ♦ Delikatnie moczymy koszulkę.
- ♦ Zwijamy ją.
- ♦ Zakładamy gumki, aby się nie rozwinęła.
- ♦ Oblewamy barwnikami w dowolnych kolorach.
- ♦ Pozostawiamy bluzkę na 24 godziny.
- ♦ Pierzemy.
- ♦ Pozostawiamy do wyschnięcia.



Kreatywna i niepowtarzalna bluzka gotowa do noszenia.

Pola Domeradzka

BUBBLES, BUBBLES, BUBBLES

Jednym z pomysłów na wakacyjną nudę jest puszczanie baniek mydlanych. Oto sprawdzony przepis na sprężyste i mieniące się bańki.

Do 100 mililitrów ciepłej wody wsypać łyżeczkę cukru, następnie dodać 5 łyżek płynu do mycia naczyń. Wymieszać dokładnie przez min. 30 sekund tak, aby mieć pewność, że cukier zdążył się rozpuścić. Gotowe!



Ala Jędrusik

Wakacyjne wyzwania

50 Lato to długo wyczekiwana przez uczniów pora roku, ponieważ zaczynają się wakacje. Podejmij się wyzwania, aby całych wakacji nie spędzić w telefonie.

- Bitwa na balony wodne.
- Zrobić własne lody.
- Noc w namiocie.
- Jazda na rolkach lub na rowerze.
- Zrobić wianek z polnych kwiatów.
- Puszczanie latawców.
- Zjedz 5 lodów w ciągu jednego dnia.
- Turlanie się po trawie.
- Zagraj w siatkówkę.
- Poskacz na skakance lub zagraj w gumę.
- Wybierz się na piknik.
- Wybierz się z rodzicami do ZOO.
- Odwiedź park linowy.
- Pojedź do parku rozrywki z rodziną.
- Zorganizuj zabawę w podchody.
- Spędź dzień w piżamie.
- Ułóż trudne puzzle.
- Idź na spacer do lasu.
- Zrób rodzinne zawody.
- Biegaj o wschodzie lub zachodzie słońca.
- Wybierz się na koncert lub festiwal.
- Idź na spacer w deszczu.
- Namaluj obraz.
- Spędź noc na balkonie.
- Upiecz z przyjaciółmi ciasteczka.
- Zrób bukiet z kwiatów i komuś go podaruj.
- Pojedź na wycieczkę rowerową.
- Obserwuj gwiazdy.



- Poszukaj 4-listnej koniczyny.
- Zrób pudełko ze wspomnieniami z wakacji.
- Zrób swój własny deser lodowy.
- Biegaj w deszczu.
- Zagraj w badmintona.
- Spotkaj się z przyjaciółmi.
- Oglądaj wchód/zachód słońca.
- Zrób piknik.
- Idź na bardzo długi spacer po lesie.
- Zrób wielki obrazek kredą na chodniku.
- Zrób swój własny latawiec.
- Zrób naszyjnik z popcornu.
- Zagraj w podchody.
- Zaplanuj dzień bez urządzeń elektrycznych.
- Idź na basen.
- Zrób stos naleśników z owocami.
- Skacz po kałużach.
- Zagraj w siatkówkę na piasku.
- Zrób własnego shake'a.
- Zagraj w kółko i krzyżyk z kamieniami.
- Upiecz pianki na ognisku.
- Spróbuj wejść na drzewo (tylko bezpieczne).



Opracowały:
Weronika Kuczalska,
Julia Frankowska



Uśmiechnij się!

Pani pyta dzieci, jaki zawód chciałyby wybrać.
- Lekarz, aktorka, modelka, policjant...—odpowiadają dzieci



A ty Jasiu kim chcesz zostać? - pyta pani
- Emerytem.

Mama pyta się Jasia:

- Jasiu, jaki przedmiot w szkole najbardziej lubisz?
- Dzwonek, mamo.



Mama tłumaczy Jasiowi:

- Trzeba być grzecznym, żeby pójść do nieba!
- A co trzeba zrobić, żeby pójść do kina?

- Jasiu, kim jest twój ojciec?
- On jest chory.
- Ale co on robi?
- Kaszle.



- Mamo, po co ty się malujesz?
- Żeby ładnie wyglądać.
- A kiedy to zacznie działać?

Antonina Karol

SZKOŁA PODSTAWOWA NR 6
Z ODDZIAŁAMI
INTEGRACYJNYMI
IM. KORNELA
MAKUSZYŃSKIEGO
W MŁAWIE

UL. ŻOŁNIERZY 80 P.P. 5
06—500 MŁAWA
TEL. 023 654 37 37



REDAKCJA

Maja Brzeska
Pola Domeradzka
Julia Frankowska
Alicja Jędrusik
Tosia Karol
Lena Karwowska
Aleksandra Krystkiewicz
Wiktor Kuc
Weronika Kuczalska
Maja Wieczerek

oraz gościnnie:

Antonina Falencka, Wiktoria Jabłonowska,
Wiktoria Kuchcińska, Maja Luciszewska,
Marcelina Merchel.

Opracowanie graficzne:

Maja Brzeska, Wiktor Kuc oraz obrazy
ze strony: <https://pl.freepik.com>

Uczniowie pracują pod kierun-
kiem pań: Izabelli Szpakut, Beaty Ża-
bińskiej.

