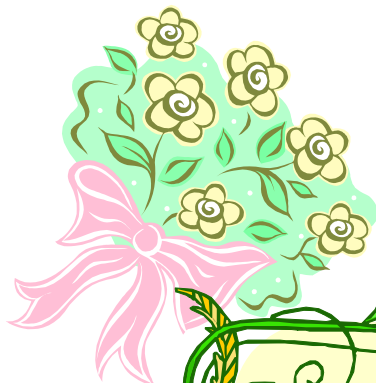


# WYNAŚTKA

CZASOPISMO UCZNIOWSKIE  
Szkoły Podstawowej nr 13 w Mielcu

PAŹDZIERNIK 2006

ZAPRASZAMY SERDECZNIE  
DROGICH CZYTELNIKÓW DO LEKTURY  
WYDANIE SPECJALNE  
„SZKOŁA”



*„Słowo miłość – za Ich troskę  
Słowo wdzięczność – za Ich trud  
Dar to skromny, dar uczniowski  
Wyśpiewają z serc jak z nut”*

*uczniowie SP 13*

Zespół redakcyjny:	
Nauczyciele:	Halina Mieszkowicz, Małgorzata Pazdro
Uczniowie klas VI i V:	Grzegorz Stachnik, Monika Kielb, Dorota Bator, Natalia Bujak, Kinga Budzińska, Angelika Jakubowicz, Katarzyna Folta, Monika Mieszkowska, Agata Pogoda, Weronika Grębosz, Dariusz Stachnik

# KWIATY DLA NAUCZYCIELI



Z okazji Święta Edukacji Narodowej dziękujemy Dyrekcji i Nauczycielom za opiekę, życzliwy uśmiech i wszelkie starania, aby w naszej szkole żyło się bez troski, komfortowo i ciekawie. Życzymy zdrowia, spełnienia wszystkich osobistych i zawodowych marzeń oraz dużo drobnych radości, które niech się ułożą w wielobarwny pejzaż szczęścia. Wraz z życzeniami dedykujemy wiersze:

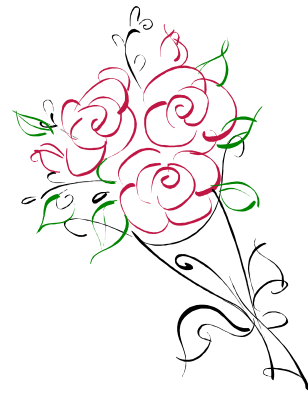
uczniowie Szkoły Podstawowej nr 13 w Mielcu

Samorząd Uczniowski



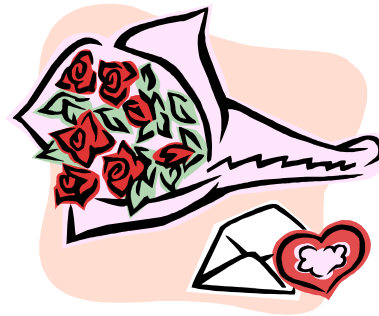
## DLA NASZYCH DYREKTORÓW

„Jakże nie pisać wiersza,  
jakże nie płonąć w podzięce  
za światło, co się rozszerza,  
za dar najpiękniejszy, za **wiedzę**”.

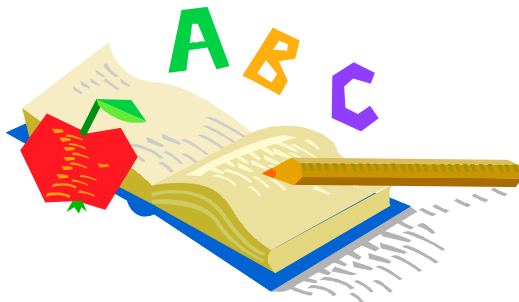


## DLA NAUCZYCIELI KLAS MŁODSZYCH

„Ona mnie nauczyła pierwszych liter.  
Ona księgę otworzyła i zobaczyłem,  
jak gorące, burzliwe były dzieje ojczyste.  
Ona mi pokazała piękno krajobrazów.  
Nazwy drzew odczytywałem  
z listów – liści.  
Poznałem głosy ptaków,  
ich radosną rozmowę.  
Ona mnie nauczyła wypowiadać słowa  
o miłości, dobroci, o krainie słońca”.

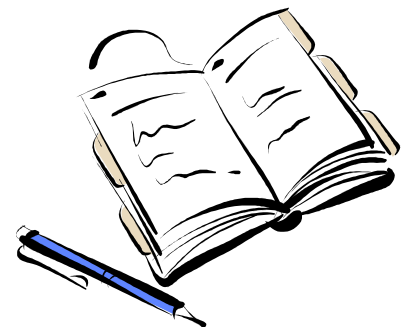


## DLA POLONISTÓW, ANGLISTÓW I KATECHETÓW



„Ile kwiatów jest na łące  
srebra rosy z rana.  
Tak życzenia są kwitnące  
dla Pani i Pana.

Ile barw zbierał motyl  
i róża dorodna  
- tyle życzeń szczeroflotych  
proszę przyjąć od nas”.



## DLA HISTORYKÓW

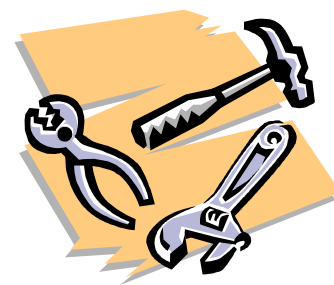
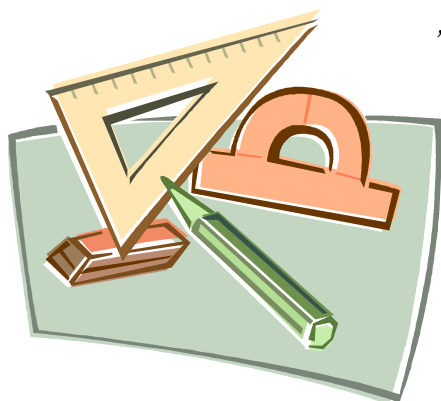
„Historia to piękna nauka,  
w której wciąż prawdy się szuka.  
A ja tam szukam na czasie  
Właściwej ściagi w atlasie.  
Lubię kojarzyć niektóre fakty,  
Pamiętać wojny, rozejmy i paktety.  
Ja tam jestem pacyfista  
No nie zawsze oczywista  
Każdy rok, miesiąc, dzień.  
Przywołują inny przeszłości cień.  
Cień to mnie się wtedy marzy,  
Kiedy słońce mocno praży”.



## DLA MATEMATYKÓW I TECHNIKÓW

„Och, matematyko, techniko nasza kochana.  
Nie bądź taką nieokiełznana.  
Nie męcz nas tymi iksami,  
Słupkami i logarytmami,  
Bo wpadniemy w ciąg nieskończony  
I rozdziobią nas kruką i wrony...”

Gdy egzaminów pojawi się widmo,  
Pożyczysz nam swe liczydło?  
A odniesiemy sukces niewymierny  
I zasięg twojej sławy będzie obszerny”.

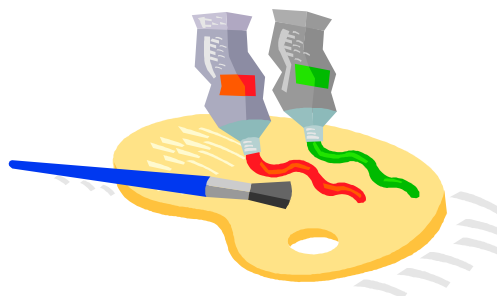
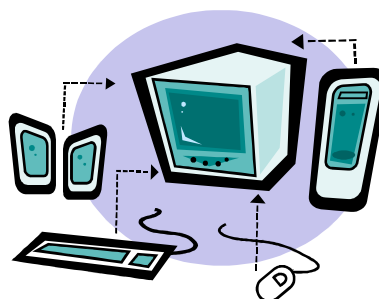
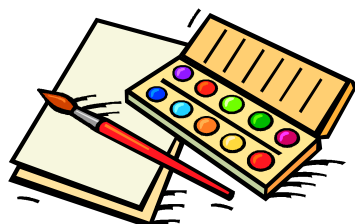


## DLA INFORMATYKÓW I PŁASTYKÓW

„Monitor, myszka i klawiatura  
to coś innego niż książek fura,  
bity, bajty i dysk twardy  
nie bądź dla nich taki hardy”.



„Plastyka pachnie maciejką,  
lecz nie każdy to Matejko,  
kartka, farba i pędzelek,  
mają zastosowań wiele”.



## DLA MUZYKÓW

„Muzyka, muzyka, jakąż to nauka,  
że Pan wciąż talentu kaze w sobie szukać.  
Rozpoznawać nuty, śpiewać różne pieśni  
Chóralne lub solo – w głowie się nie mieści.  
Wiedzieć, co jest bemol i kłucz wiolinowy  
Ja od tej muzyki mam już zawrót głowy”.



## DLA NAUCZYCIELI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO



„Ściągam ciuchy i w strój swój wskażuję,  
Bo wuefu nadszedł czas.  
Myślę, że chyba zaraz zwariuję,  
Nauczyciel zmęczy nas.

Kiedy wreszcie w nożną pogramy,  
poćwiczmy strzelać rzut?  
Po co piłkę lekarską turlamy,  
znowu zrobi się wrzód!

Skok przez skrzynkę mam opanowany,  
Jeszcze kozioł czeka mnie.  
Jestem błądy i zestresowany,  
Kozioł wygrał a ja nie!”.



## DLA PRZYRODNIKÓW

„Nasza Pani, gdy mówi o ptakach,  
To nam ptaki pokazuje pod słońcem.  
Nasza Pani, gdy mówi o kwiatach,  
To nam kwiaty pokazuje na łące.

Gdy jesień i o jesieni  
W klasie mówi się, opowiada,  
Nasza Pani tak pięknie umie  
Opowiadać o polskich sadach...



Gdy jest wiosna i kwitną kłączenie  
Nasza Pani też o tym pamięta.  
Opowiada o gniazdach ptasich,  
W których będą małe pisklęta.

Potem w maju, a potem w czerwcu  
Świat poznajemy na nowo  
Pani mówi o drzewach kwitnących  
na których rodzi się owoc”.

Pragniemy również podziękować **wychowawcom świetlicy, pani pedagog, pani bibliotekarce i higienistce szkolnej** za to, że wiernie wspierały nas w codziennej pracy, troszczyły się o stan naszego ducha i ciała. Życzymy im dużo radości, uśmiechu, miłości i samych słonecznych dni w życiu.



# GOŚCIE W NASZEJ SZKOLE

(wspomnienia)

W pamięci utkwiło nam spotkanie ekologiczne z leśniczym **Januszem Wroną**, który w sposób bardzo przystępny i interesujący nakreślił ogromną rolę lasów w środowisku i życiu człowieka. Uświadomił nam, że lasy:

- ❖ są naturalnymi zbiornikami retencyjnymi, filtrami i magazynami czystej wody;
- ❖ pochłaniają dwutlenek węgla;
- ❖ produkują znaczne ilości tlenu;
- ❖ chronią przed powodzią, erozją i silnymi wiatrami;
- ❖ stanowią bogate zasoby genetyczne świata, są ostoją wielu gatunków zwierząt i roślin.



Ponadto dowiedzieliśmy się, że lasy spełniają funkcje **estetyczne** i **krajoznawcze** oraz **zdrowotne**, chroniąc nas przed negatywnymi skutkami cywilizacji. Są również **inspiracją** twórczości artystycznej. Ze względu na istotne znaczenie drzew i krzewów w biosferze zrozumieliśmy potrzebę ich ochrony.



*Monika Kiełb i Dorota Bator*

W ramach edukacji profilaktycznej uczestniczyliśmy w lekcji wychowawczej z udziałem lekarza medycyny **Marzeny Polak – Żurek**. Dostarczyła nam podstawowej wiedzy na temat różnego rodzaju uzależnień i walki z nimi. Ukazała zdrowotne, społeczne, ekonomiczne i moralne następstwa picia alkoholu, zażywania narkotyków i palenia papierosów. Apelowwała do nas, aby każdy rozumiał, że od niego samego zależy to, czy będzie w przyszłości miał problemy ze środkami uzależniającymi, wyniszczającymi nasz organizm i psychikę. Warto więc zastanowić się, dlaczego młodzi ludzie często sami pozbawiają się wolności i niezbywalnego prawa do wyboru.



*Angelika Jakubowicz*



Z dużym zainteresowaniem wysłuchaliśmy prelekcji ppłk. inż. **Mikołaja Podlasczyka** - członka Wojskowego Koła Łowieckiego „Sęp”, który w sposób pasjonujący wprowadził nas w świat etyki myśliwskiej. Poznaliśmy szczegółowe zasady łowiectwa w Polsce i gatunki zwierząt łownych. Ciekawe były opowieści o przygodach, jakie przytrafiły się naszemu gościowi w czasie polowań. Mówił też o swoim hobby, jakim jest kolekcjonowanie minerałów, o których wie prawie wszystko.

*Mateusz Streb*

Na jednej z lekcji wychowawczych gościł Starszy Inspektor d/s kontroli rozpoznawczych Komendy Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Mielcu - **Włodzimierz Bąk**, który zapoznał nas z bezpieczeństwem przeciwpożarowym w domu i otoczeniu. Zwrócił naszą uwagę na bezpieczne użytkowanie urządzeń elektrycznych i sposób postępowania w przypadku porażenia prądem. Ponadto wspomniał o zakazie wchodzenia do lasu w okresie zagrożenia pożarowego spowodowanego suszą.



*Grzegorz Stachnik*



Z zaproszenia do udziału w lekcji skorzystał Specjalista d/s Prewencji Komendy Powiatowej Policji w Mielcu – **Wiesław Kluk**. Spotkanie to miało charakter edukacyjny. Dowiedzieliśmy się wielu szczegółów o przepisach ruchu drogowego w celu zachowania bezpieczeństwa w drodze do szkoły i ze szkoły. Propagował zdobywanie karty rowerowej, uczulając nas na dużą liczbę wypadków z winy dzieci.

*Karol Jeleń i Piotr Kołodziej*

Problematykę bezpieczeństwa w naszym środowisku lokalnym przybliżył nam Komendant Straży Miejskiej – **Arkadiusz Misiak**. Odpowiadając na nasze pytania, przedstawił zadania straży miejskiej mające na celu ochronę porządku publicznego na terenie miasta. Wspomniał również o odpowiedzialnej pracy urzędników, którzy załatwiają różne sprawy mieszkańcom Mielca. Po zakończeniu prelekcji każdy z nas otrzymał kolorowaną „Bądź bezpieczny”.

*Wiktoria Słomba*

# WSPOMNIENIA SZKOLNE

(wywiad z dyrektorem szkoły p. Andrzejem Bryłą)



- *Jaki przedmiot lubił Pan najbardziej w szkole podstawowej?*

Najbardziej lubiłem przedmioty ścisłe, głównie chemię i matematykę.

- *Jak ocenia Pan swoich nauczycieli z perspektywy upływu czasu?*

Gdy byłem w Waszym wieku uważałem, że nauczyciele są zbyt rygorystyczni i wymagający. Ale po latach stwierdzam, że większość z nich była wspaniałymi pedagogami. W sposób szczególny wspominam wychowawcę p. Janusza Kopeckiego, obecnego dyrektora II Liceum Ogólnokształcącego.

- *Czy utrzymuje Pan obecnie kontakty z kolegami z klasy? Czy niektórzy z nich osiągnęli wysokie pozycje zawodowe?*

Z wieloma kolegami z klasy utrzymuję bliższe kontakty, z niektórymi nawet przyjaźnię się. Wśród nich są tacy, którzy obecnie są na wysokich stanowiskach. Dla przykładu, jeden z nich jest cenionym lekarzem w Mielcu.

- *Jakie Pan miał zainteresowania w okresie szkolnym, a jakie dziś?*

W okresie szkolnym należałem do harcerstwa. Bardzo lubiłem jeździć na obozy pod namioty, co zaowocowało później moimi zainteresowaniami turystycznymi.



Zarówno w młodości, jak i teraz lubię sport. Dwa razy w tygodniu gram w siatkówkę i koszykówkę.



Ale największą moją pasją jest gra w scrabble. Założyłem w Mielcu Klub Scrabble, który zrzesza miłośników tej ciekawej gry. Od pewnego czasu jeżdżę na turnieje ogólnopolskie.

- *Kim Pan chciał zostać, będąc w naszym wieku?*

Tak jak Wy miałem swoje marzenia młodzieńcze. Pamiętam doskonale taki moment, że w liceum chciałem zostać zawodowym żołnierzem.

Dziękujemy za rozmowę

Natalia Bujak i Angelika Jakubowicz z kl. 6a



## NASZE HOBBY

(wypowiedzi niektórych uczniów)

Moje hobby to zbieranie znaczków. Posiadam dość bogate kolekcje filatelistyczne przedstawiające różne gatunki zwierząt...

*Justyna*



Lubię sport, zwłaszcza narciarstwo. W okresie zimowym często wyjeżdżam z rodziną w góry i szusuję po stokach. Tutaj czuję się prawdziwie wolny...

*Krzysiek*



Kocham małe zwierzątka. Od półtora roku posiadam świnkę morską, którą opiekuję się z przyjemnością...

*Dominika*



Interesuję się historią, głównie śledzę losy II wojny światowej. Czytam dużo książek poświęconych tej tematyce...

*„Cypis”*



Dużo wiem o kotach dzikich i domowych. W wolnych chwilach maluję je, stosując różne techniki...

*Angelika*



Od dawna kolekcjonuję kartki z różnymi zwierzątkami i postaciami bajkowymi. Ponadto zbieram widokówki z malowniczymi krajobrazami i miastami Polski...

*Kludia*



Uwielbiam tańczyć. Należę do zespołu tanecznego „Feniks” przy Domu Kultury w Mielcu. Zdarza mi się, że w domu trenuję taniec, nawet kilka godzin dziennie. Sprawia mi to przyjemność...

*Ania*



Z pasją czytam książki. Najbardziej lubię pozycje fantastyczne, między innymi „Harryego Pottera”...

*Mateusz*



W tym roku nauczyłem się wędkować. Najczęściej jeżdżę na stawy do Rzemienia. Największą moją zdobyczą był 2 – kilogramowy karp i półkilogramowy karaś. To dopiero pierwsze moje sukcesy...

*„Fip”*



# KIM CHCĘ BYĆ W PRZYSZŁOŚCI?

(nasze marzenia)

Chciałbym w przyszłości zostać policjantem i stać na straży porządku publicznego. Jest to zawód bardzo niebezpieczny, bo żyjemy w czasach pełnych rozbojów, kradzieży i zabójstw. Zdaję sobie sprawę z ryzyka tej pracy, ale ktoś musi przeciwstawić się tak dużej skali przestępczości w Polsce...

*Grzesiu*



Marzę o zawodzie masażystki. Obecnie dużo ludzi, zwłaszcza starszych ma schorzenia układu kostno – mięśniowego. Chciałabym choć w małej części ulżyć im w cierpieniu. Byłaby to dla mnie ogromna satysfakcja...

*Wiktoria*



Uważam, że zoolog to niezwykle interesujący zawód. Chciałbym studiować biologię, aby móc poznać tajniki z życia zwierząt. Przedemną długą drogą kształcenia...

*Lukasz*



Moją pasją są filmy. Może kiedyś uda mi się zrealizować swoje plany i zostać znaną aktorką. Poprzez występy publiczne chciałabym przełamać swoją nieśmiałość...

*Natalia*



Podoba mi się praca lekarza weterynarii. Ponieważ kocham zwierzęta, chciałbym założyć własną lecznicę, aby móc leczyć czworonogów. W domu mam małego pieska, którym czule się opiekuję. Jest to mój najlepszy przyjaciel...

*Karol*



Uwielbiam piłkę nożną. Regularnie uczestniczę w zajęciach Szkolnego Koła Sportowego, które przygotowują mnie do zawodów międzyszkolnych. Od lat marzę o światowej karierze piłkarskiej. Moim idolem jest Robinho z Realu Madryt...

*Mateusz*



Podziwiam pracę dziennikarzy, którzy mają możliwość podróżowania po całym świecie i dzielenia się wiedzą z innymi. Wierzę, że kiedyś będę pisała felietony z pobytu w różnych zakątkach globu ziemskiego. A zdobycie prestiżowej nagrody „Dziennikarz Roku” byłoby największym moim sukcesem zawodowym...

*Angelika*



Chciałbym iść w ślady mojego taty i pracować na obrabiarkach sterowanych numerycznie. Praca ta wymaga niezwyklej precyzji i dokładności, a przy tym jest dobrze płatna...

*Piotrek*

W dzisiejszej dobie mnóstwo ludzi żyje na skraju nędzy i ubóstwa. Moim marzeniem jest wyjechać na misję do biednych krajów azjatyckich i nieść pomoc tym, którzy jej potrzebują. Uważam, że każdy z nas powinien dawać część siebie drugiemu człowiekowi...

*Krysia*



Myślę, że w przyszłości będę lekarzem. Jest to w pewnym sensie powołanie. Aby zrealizować swoje plany muszę studiować medycynę, która trwa sześć lat. Lubię uczyć się, szczególnie interesuje mnie anatomia człowieka...

*Agata*



Projektowanie wnętrz to niezwykle pasjonujące zajęcie. Marzy mi się praca dekoratora. Mam różne pomysły na unowocześnienie mieszkań i domów, które można zamienić w miejsca przytulne i wygodne...

*Kinga*



Swoją przyszłość chciałabym związać z turystyką. Wyobrażam siebie w charakterze pilota wycieczek zagranicznych. Byłaby to świetna okazja do zwiedzenia ciekawych zakątków świata, poznania zwyczajów i obyczajów mieszkańców różnych krajów. Najbardziej pasjonuje mnie egzotyka Australii i Ameryki Południowej. Aby spełniły się moje marzenia życiowe, muszę przykładać się do nauki języków obcych...

*Monika K.*



Uczenie małych dzieci jest dużą przyjemnością. Potrafią okazywać wdzięczność i szacunek swojej pani, która dla nich jest prawdziwym autorytetem. Widzę siebie w roli nauczycielki...

*Weronika*



Od dziecka lubiłam czesać lalki. W sferze moich marzeń jest pomysł na założenie własnego salonu fryzjerskiego połączonego z gabinetem kosmetycznym...

*Karolina*



W wolnych chwilach pomagam wujkowi przy naprawie samochodów. Potrafię godzinami siedzieć w garażu i majsterkować. Mógłbym pracować jako mechanik samochodowy...

*Michał*



Z zainteresowaniem śledzę najnowsze trendy mody światowej. Marzę o projektowaniu oryginalnych strojów dla kobiet w różnym wieku. Ponadto sama chciałabym występować jako modelka...

*Monika M.*

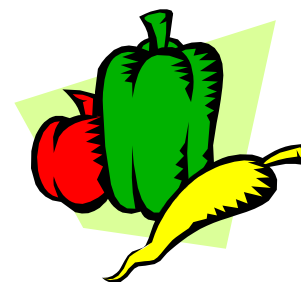


**ŻYCZYMY SPEŁNIENIA MARZEŃ!**

## W TROSCE O NASZE ZDROWIE

Pod kierunkiem **Wincenty Reichel** uczniowie klasy szóstej realizowali program edukacji prozdrowotnej „**Wszystko dla zdrowia**” poprzez następujące formy działań:

- prowadzenie dyskusji i pogadanek na temat zdrowego stylu życia;
- układanie haseł, wierszy i fraszek o zdrowiu;
- spotkania połączone z prelekcją i wywiadem z lekarzem medycyny, stomatologiem oraz higienistką szkolną;
- praktyczne zajęcia udzielania pierwszej pomocy;
- wieczorek połączony z poczęstunkiem herbatek ziołowych i sałatek owocowo – warzywnych;
- degustacja wód mineralnych;
- wycieczki do gospodarstwa agroturystycznego i pasiecznego oraz na łono natury;
- pokaz mody połączony z muzykoterapią;
- uprawianie aktywnych form wypoczynku w grupie – biwak, bieg po zdrowie, spacer ścieżką ekologiczną;
- quiz wiedzy „Ty i Twoje zdrowie”;
- ćwiczenia wzroku,
- zabawa w meteorologa;
- eksperyment laboratoryjny – zagrożenia mikrobiologiczne wody;
- pomiar natężenia hałasu;
- wystawa kosmetyków;
- inscenizacja „Jak jadasz, takie zdrowie posiadasz”, z udziałem uczniów innych klas i ich opiekunów oraz rodziców.



Wdrożenie programu przyniosło nam wiele pozytywnych efektów względem wychowania zdrowotnego, wpłynęło nie tylko na naszą postawę prozdrowotną, ale również naszych rodziców. Dostrzegliśmy znaczenie ruchu, higieny ciała i umysłu dla zdrowia, prawidłowego funkcjonowania i rozwoju organizmu. Uświadomiliśmy sobie wpływ stanu środowiska na zdrowie i życie człowieka. Nauczyliśmy się pozytywnych nawyków żywieniowych. Przekonaliśmy się o znaczeniu apiterapii i zdrowej żywności, pozbawionej konserwantów oraz roli wypoczynku dla zachowania sił witalnych. Zapoznaliśmy się z właściwą profilaktyką higieny narządów zmysłów.

# ZDROWIE NA TALERZU!

**Pamiętajmy, że:**

- ciemne pieczywo jest bogatsze w błonnik, witaminy i składniki mineralne niż pieczywo białe;
- mleko jest najważniejszym źródłem wapnia w diecie;
- ryby - zdrowszym źródłem białka niż mięso;
- dużo warzyw i owoców zapewnia organizmowi wystarczającą ilość witaminy C, beta - karotenu, minerałów i błonnika pokarmowego;
- ograniczenie spożycia tłuszczów zwierzęcych i produktów obfitujących w cholesterol jest nieodzownym warunkiem profilaktyki zawału serca;
- unikanie słodczy chroni przed próchnicą zębów i ułatwia utrzymanie wagi należnej;
- ograniczenie spożycia soli zmniejsza zagrożenie nadciśnieniem krwi;
- niepicie alkoholu jest warunkiem zdrowia.

## PIRAMIDA ZDROWEGO ŻYWIENIA czyli czego jeść więcej a czego mniej!

Tajemnice zdrowia nie zależą wcale od zdrowej żywności  
ale od zdrowego żywienia. Zdrowe (albo i nie) są tylko dawki!  
Co za dużo lub za mało, to nie zdrowo!

Dlatego podpowiadamy, czego jeść mniej, a czego więcej:

