

INFORMACJA * EDUKACJA * ZABAWA * WYCHOWANIE

CZWÓRECZKA

GAZETKA SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 4 W OŁKUSZU

<http://www.sp4.ilkus.pl/> *** Styczeń- Kwiecień*** ROK SZKOLNY 2014/15 NR 1 (56)

Warto przeczytać:

- * **nasza
szkolna
gwiazda
telewizji**
- * **dziwne
sporty**
- * **kącik
filmowy**
- * **Internet**
- **czy można
się od niego
uzależnić?**
- * **UE- co to
takiego?**
- * **kolorowe
pyszości**

Redaktor naczelny: N.Czapla
Nasza redakcja:
N.Sobolewska, N.Czapla,
K.Tomsia, M.Molenda
Przygotowanie do druku i
opieka nad Szkolnym
Klubem Dziennikarskim:
Joanna Ziarko
Korekta: Joanna Ziarko
Wydawca: Szkoła
Podstawowa nr 4

SŁOWO WSTĘPU ...



"Kochani czytelnicy „Czwóreczki”, nadeszła wiosna, nareszcie dni stają się coraz dłuższe i cieplejsze, a my mamy więcej energii. A skoro tak, to zapraszamy do lektury naszej gazetki. W tym numerze przeczytacie wywiad z naszą koleżanką z klasy 5b, która wystąpiła w telewizyjnym programie „Mali Giganci”. Dla wszystkich ludzi kochających sport kilka nowych, zaskakujących dyscyplin. Może zamiast biegania po szkolnych korytarzach zapragniecie wypróbować „toe wrestling”? Tradycyjnie zaprosimy Was do kina- tym razem na 3 filmy, których premiery już w maju. W tym numerze chcielibyśmy też, abyście szczerze odpowiedzieli sobie na pytanie: „Czy jesteście w stanie przeżyć bez internetu? i czy można się od niego uzależnić? Miesiąc maj jest miesiącem Unii Europejskiej. W tym numerze dowiecie się co to Unia Europejska. I na koniec coś dla wszystkich łakomczuchów. Mały kącik kulinarny „Jedz zdrowo i kolorowo”

Zapraszamy do lektury!!!

Redaktor naczelna tego wydania,

Natalia Czapla

Z NASZEGO PODWÓRKA ...



Niedawno w programie telewizyjnym „Mali Giganci” wystąpiła bardzo utalentowana uczennica klasy 5b - Kamila Pałkka.

Z tej okazji przeprowadziliśmy z nią wywiad.

– **Czy w przyszłości chciałabyś się zajmować tańcem „na poważnie”?**

– To zależy od wielu czynników. Po pierwsze nie wiem, czy nadal będę chciała to robić, czy mi się nie znudzi. Zależy też od tego, czy będę to robić na tyle dobrze, żeby naukę kontynuować. Na razie chciałabym tańczyć. Rodzice zapisali mnie na zajęcia do pana Kamila W. raz w tygodniu. Pan Kamil dojeżdża z Wolbromia i uczy mnie kroków i ruchów. Teraz przynajmniej wiem, jak nazywają się niektóre ruchy, które do tej pory wykonywałam.

– **Czy chciałabyś być sławna?**

– Fajnie by było...

– **Kto Cię nauczył tańczyć na występ w programie?**

– Lustro xD. To znaczy sama się nauczyłam. Nie oznacza to wcale, że uczyłam się codziennie po kilka godzin, nie. Moja nauka była bardzo nieregularna, nie wkuwałam kroków, po prostu improwizowałam przed lustrem. Jak coś mi się spodobało, fajnie mi wychodziło, to wtedy starałam się to ćwiczyć i wykorzystać podczas występów. Na przykład ten ruch ramionami przy jednoczesnym trzymaniu głowy w bezruchu wyćwiczyłam przy pomocy siostry. Magda trzymała mi głowę, a ja starałam się ruszać ramionami. W końcu mi się to udało i wtedy ćwiczyłam już sama, ale siostra zawsze mi dopingowała.

– **Program „Mali Giganci” już się zakończył. Czy śledziłaś losy uczestników programu?**

– No oczywiście.

– **Czy podczas programu zaprzyjaźniłaś się z kimś?**

– Tak. Zaprzyjaźniłam się z innymi tancerzami. Szczególnie z jedną śpiewaczką z mojej grupy Alicją. Od razu przypadłyśmy sobie do gustu. Razem się wygłupiałyśmy, biegałyśmy po studio, a u fryzjera robiłyśmy śmieszne miny. Poza tym wolno nam było zmieniać fryzury i oczywiście to wykorzystaliśmy. Obsługa była bardzo

„śmieszna”, cały czas się uśmiechali, niektórzy wręcz wygłupiali, pewnie po to, żeby rozładować napięcie. Próby w studio trwały od godz. 9:00 do 21:00, więc było to naprawdę męczące. Właśnie dlatego na próbach nie było maluchów, zamiast nich mówili operatorzy (oczywiście zmieniając głosy, co było bardzo śmieszne).

– **Czy nadal utrzymujesz kontakt z osobami z programu?**

– Tak, przez facebook'a.

– **Komu kibicowałaś?**

– Oczywiście mojej byłej drużynie. Niestety wygrała drużyna Piotra Rubika, ale w odcinku specjalnym wygrały aż 2 osoby z mojej grupy (tancerka i śpiewaczka)

– **Czy chciałabyś powrócić do programu?**

– Bardzo. Była to dla mnie wspaniała przygoda. Nie wiem jednak, kiedy będą następne naborzy do programu. Jeżeli przed październikiem, to może mi się uda. Ale program jest przeznaczony dla dzieci do 12 roku życia, więc mogę już nie zdążyć.

– **Życzymy więc szczęścia i dalszych sukcesów. Będziemy trzymać kciuki. Dziękuję za rozmowę.**

– Dziękuję.



Jeżeli jeszcze ktoś nie oglądał Kamili w telewizji, to może to zrobić na www.MaliGiganci.tv.p

Wywiad przeprowadziła Natalia Czapla z klasy 6b. P.S. Jeżeli chcielibyście dowiedzieć się czegoś n.t. waszego kolegi, nauczyciela itp. piszcie. Chętnie przeprowadzę z nim wywiad do następnej „Czwóreczki”. Czekam na Wasze propozycje. ☺

CIEKAWOSTKI SPORTOWE ...



Wyścigi kosiarek wywodzą się z Wielkiej Brytanii, gdzie w 1973 r. zapoczątkowało je dwóch amatorów sportów motorowych. Z czasem lokalna atrakcja przeistoczyła się w zawody międzynarodowej rangi i dziś rozgrywane są mistrzostwa świata w tej dyscyplinie. Najlepsze maszyny uzyskują moc 18-20 KM i potrafią się rozpędzić do 80 km/h. Sport ten cieszy się na tyle dużą popularnością, że na jego podstawie powstała nawet gra komputerowa.

Hokej podwodny to gra drużynowa, która toczy się na dnie basenu i polega na tym, aby wepchnąć ciężki, ważący 1,5 kilograma krążek do bramki przeciwnika. Dyscyplina ta została wymyślona w latach 50-tych jako ćwiczenie dla pływaków, jednak dość szybko zyskała niezależną popularność. Dziś uprawiana jest w wielu krajach, a co dwa lata rozgrywane są mistrzostwa świata.



Miejski golf to dyscyplina, u której źródeł leży chęć kontestacji sztywnego, snobistycznego, pompatycznego świata tradycyjnego golfa. Zasady gry są podobne do tych w klasycznej odmianie, jednak różne jest miejsce rozgrywki. Gracze rywalizują bowiem w przestrzeni miejskiej: na dachach, parkingach, w bocznych uliczkach, opuszczonych posesjach itp.

Toe wrestling to specyficzna odmiana siłowania się na rękę – w tym przypadku zawodnicy używają jednak do walki nie rąk, ale bosych stóp, które zaczepione są o siebie dużymi palcami. Do dobrego obyczaju należy, że przed pojedynkiem zawodnik własnoręcznie zdejmuje buty i skarpetki swojemu przeciwnikowi.



KĄCIK FILMOWY ...

czyli, co warto zobaczyć ...



Ekscentryczny przybysz z kosmosu, który doprowadza wszystkich do szału swym wiecznym optymizmem, musi uciekać przed ścigającymi go przedstawicielami swej własnej rasy i ukrywa się na Ziemi. Tu zaprzyjaźnia się z wyjątkowo upartą kilkunastoletnią dziewczyną i wspólnie z nią musi ocalić naszą planetę przed kosmiczną inwazją.

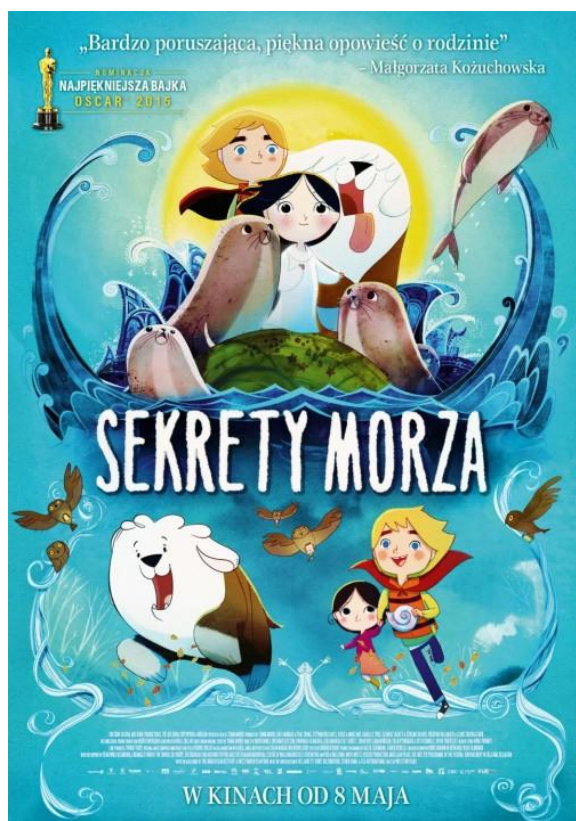
Reżyser Tim Johnson mówi, że to pierwsza kosmiczna i animowana komedia o przyjaźni i podróży. Przede wszystkim to historia o bohaterach, którzy nie pasują do swoich światów, ale dzięki rodzącej się przyjaźni odkrywają, czym są akceptacja i bycie sobą. - To film o przyjaźni, **zderzeniu różnych kultur, zrozumieniu i poszanowaniu inności.**

Nadciąga potop i wkrótce całą Ziemię zaleje woda. Jedynym ratunkiem dla

zwierząt jest miejsce na Arce Noego, której kapitanem został wyniosły Król Lew. Niestety, paru nieboraków nie znalazło się na liście upoważniającej do wejścia na pokład. Uroczy stwór o imieniu Fini, przedstawiciel tajemniczego gatunku pluszczaków, wspierany przez trójkę innych pechowców bez biletu wstępu na Arkę, zмага się z nadciągającą powodzią oraz stadem gryfów-głodomorów, które... mają smaka na pluszczaka.

„Ups! Arka odpłynęła” to pełna humoru i przygód historia zwierzaków, które nie załapały się na Arkę Noego, bo nie było ich na liście i teraz mają... przechłapane. To opowieść dla całych rodzin.





„Sekrety morza” to nominowana do Oscara najpiękniejsza bajka roku, która zabiera widzów w niezwykłą podróż po świecie zamieszkałym przez pół foki pół ludzi, olbrzymy przemienione w kamienie i wyjątkowo odważne dzieci.

Wszystkich, którzy szukają oryginalnych i niezwykłych, a przy tym mądrych i pięknych opowieści, zapraszam na nową kreskówkę, która wyjdzie naprzeciw oczekiwaniom wszystkich rodziców – mówi, występująca w polskiej wersji językowej filmu, Małgorzata Kożuchowska.

Dziewczynka o imieniu Sirsza obchodzi swoje 6 urodziny. Nic nie wygląda tak, jakby chciała.



Starszy brat jej dokucza, tata jest zatopiony w myślach,

a mamy nie ma z nimi od dawna. Na domiar wszystkiego przyjeżdża zrzędząca babcia, która zamierza zabrać rodzeństwo do dużego miasta, które uważa za bardziej odpowiednie miejsce dla nich do życia. Po nieudanym przyjęciu Sirsza podkrađa bratu muszlę, którą dostał kiedyś od mamy, i zaczyna na niej grać. Muzyka prowadzi ją do skrzyni, w której znajduje niezwykły płaszcz. Sirsza rozpocznie podróż, dzięki której zrozumie kim jest i co stało się z ich mamą. W wędrowce pomaga jej starszy brat, tajemnicze świetliki oraz pół ludzie pół foki. Wspólna podróż pomoże odkryć rodzeństwu łączącą ich więź i siłę, która tkwi rodzinie.



INTERNET ...

czy można się od niego uzależnić?



W ciągu ostatniej dekady Internet stał się nieodłączną częścią życia większości ludzkości bez względu na wiek, narodowość czy wyznanie.

Dziś każdy człowiek przynajmniej raz dziennie odwiedza sieć w celu komunikowania się, pracy lub po prostu znalezienia informacji. Oczywiście, we współczesnym świecie, Internet ma ogromne znaczenie, niesie ze sobą wiele korzyści, ułatwia wybór i zakup niezbędnych towarów i usług, pozwala zaoszczędzić czas i pieniądze itp.



Nie ma sensu wliczać wszystkie zalety i niekończące się możliwości, skądinąd w tym artykule chciałabym porozmawiać o negatywnych skutkach rozprzestrzeniania się Internetu, a mianowicie uzależnieniu od sieci. Znajdziesz tu też krótką listę, która pomoże Ci odpowiedzieć na pytanie, czy Ciebie również dotyczy ten problem.



Szybkie i regularne przeglądanie stron prowadzi do tego, że ludzki mózg traci zdolność do dogłębnego analitycznego myślenia. Niemniej

jednak, zaburzenia myślenia czy pamięci to nie jedyne negatywne skutki uzależnienia od Internetu. Człowiek sukcesywnie traci nawyki realnej komunikacji, a zatem staje się bardziej aspołeczny. Po co spotykać się z przyjaciółmi, gdy można porozmawiać z nimi na Skype, czy warto tracić czas na umawianie się z kimś, w jakieś

sprawie, jeśli można po prostu wysłać e-mail, nawet wizyta w sklepie nie wydaje się tak konieczna, gdy można kupić wszystko, bez wychodzenia z domu... Zatem to, co wcześniej opisaliśmy jako korzyść, może przekształcić się w problem. Po jakimś czasie uzależniony zamyka się w sobie, co odbija się na pracy lub nauce, zaczynają się problemy ze snem i jedzeniem. W tym przypadku pozbycie się bezsenności bez profesjonalnej pomocy jest już niemożliwe.

Spędzając potwornie dużo czasu przed ekranem, możemy nie tylko zepsuć wzrok, lecz także nabawić się zespołu cieśni nadgarstka. Tymczasem siedzący tryb życia prowadzi do różnych chorób kręgosłupa i stawów, układu krążenia i wiele innych.

Przede wszystkim jednak uzależnienie od sieci prowadzi do załamania relacji rodzinnych między rodzicami a dziećmi, jak również małżonkami.

Psychologowie i badacze wyróżniają pięć typów uzależnienia.



Najbardziej rozpowszechnionym typem uzależnienia jest **obsesyjna potrzeba nieprzerwanej komunikacji**. Są to fora, portale społecznościowe oraz różnego rodzaju

czaty. Do tej grupy ryzyka uzależnienia należą osoby, mające problemy z porozumiewaniem się.

Informacyjne uzależnienie od Internetu), tj. nieodparta potrzeba stałego przepływu informacji zmusza człowieka do nieustannego surfowania po sieci.

Kolejna forma to **uzależnienie od gier komputerowych i hazardu online**. Dotyczy przede wszystkim osób, które nie potrafią oderwać się od gier online lub gier na pieniądze.

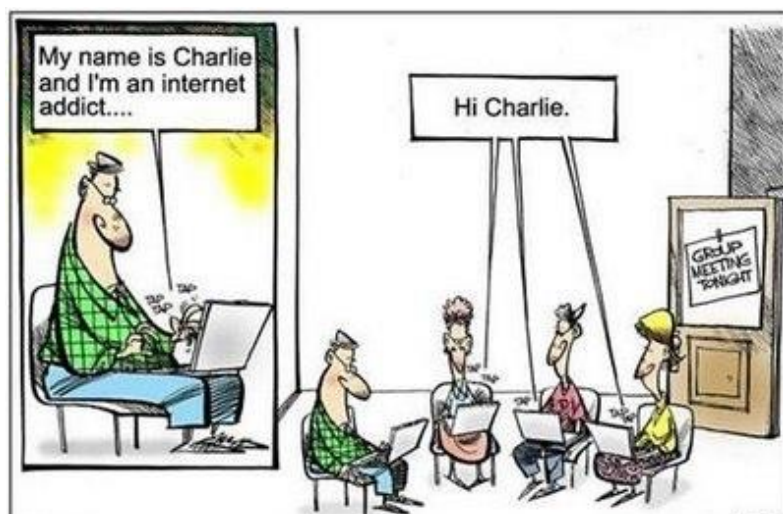


EWOLUCJA CZŁOWIEKA I KOMPUTERA



Spędzasz wiele czasu w sieci, lecz nie wiesz czy jest to już uzależnienie? Przejrzyj się następującym objawom i szczerze odpowiedz, ile z nich możesz zaobserwować u siebie:

- przed każdym wejściem odczuwasz wielką radość, tymczasem brak dostępu do Internetu wywołuje uczucia smutku i przygnębienia;
- nie da się Ciebie odciągnąć od monitora, nawet za uszy i pod żadnym pretekstem nie dasz się wyciągnąć na dwór;
- nie odwiedzasz znajomych, rzadziej spotkasz się z przyjaciółmi, czyli stopniowo tracisz kontakt z ludźmi w trybie offline;
- stale odświeżasz swoje profile w sieciach społecznościowych, często sprawdzisz e-mail czy swój profil na portalu itp.
- omawiasz tematy komputerowe, nawet z ludźmi ledwo zorientowanymi w tej dziedzinie;
- niby na chwilę wpadasz coś sprawdzić, a spędzasz w sieci kilka godzin, nawet nie zauważywszy, jak szybko one zleciały;
- podczas surfowania po Internecie zapominasz o obowiązkach zawodowych, nauce, domowych kwestiach, spotkaniach czy zobowiązaniach;
- za odwiedzaniem stron nie kryje się poszukiwanie żadnej informacji, robisz to bezcelowo, mechanicznie;
- wydajesz niemałe pieniądze i czas na Internet, jak również zapewnienie aktualizacji różnych urządzeń i oprogramowania, ukrywając to przed najbliższymi;
- odczuwasz skutki długotrwałego siedzenia przed komputerem na poziomie fizjologicznym: ból oczu, bóle stawów, bezsenność i zakłócenie stałych pór posiłków;
- doświadczasz skutków informacji z sieci na stan psychiczny, np. nieprzyjemne wiadomości wywołują w Tobie burzę negatywnych emocji, takich jak wściekłość, smutek lub lęk;
- zauważasz, że bliscy zaczynają wyrażać swoje oburzenie faktem, że spędzasz zbyt dużo czasu w Internecie. Jest to wyraźny znak uzależnienia od Internetu.



Leczenie zespołu uzależnienia od Internetu staje się częścią dochodów psychologów i psychiatrów na całym świecie, gdyż z roku na rok przybywa ludzi z niezdrowym podejściem do globalnej sieci.

W Polsce uruchomiono telefon zaufania. Działa on 7 dni w tygodniu, więc każdy może uzyskać niezbędną pomoc.

W rzeczywistości Internet daje wiele korzyści i tylko od nas zależy, czy stanie się zagrożeniem. Wypracujmy kulturę korzystania z sieci, niech stanie się dla nas królestwem nieograniczonych możliwości osiągnięcia realnych celów, pozyskiwania ważnych i praktycznych umiejętności, a nie źródłem frustracji.

UNIA EUROPEJSKA ...

w pigułce ...



Maskotka UE- Syriusz



flaga UE

A NA NUDE ...

kolorowe i zdrowe kanapki...



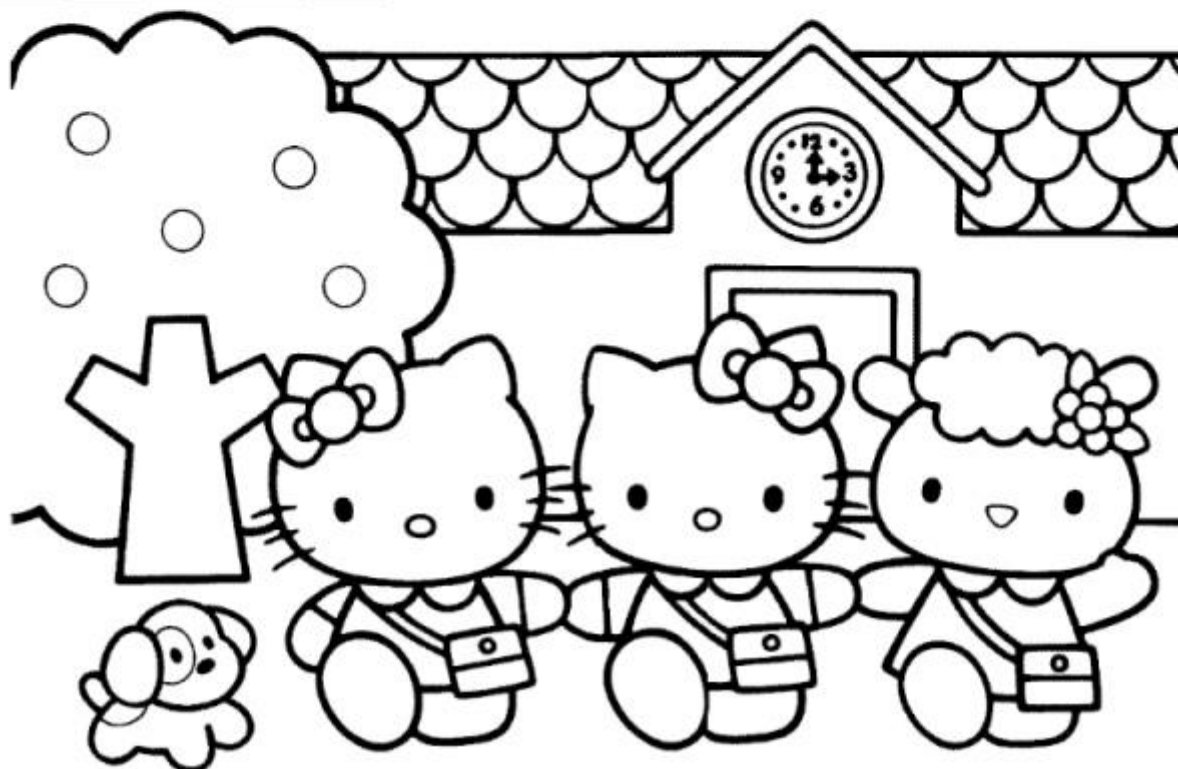
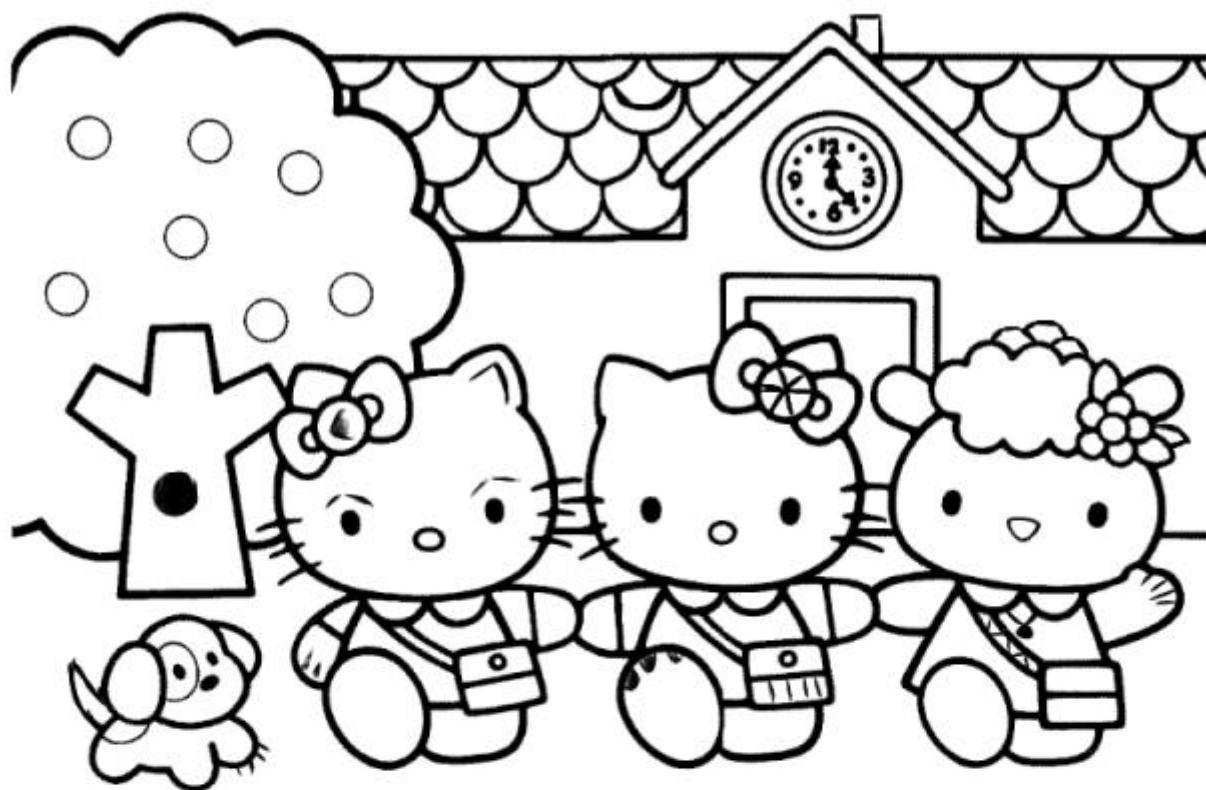
Tym razem na deszczowe dni proponujemy nie proponujemy Wam krzyżówki. Nie proponujemy kolorowanek, czy matematycznych łamigłówek. Tym razem chcemy Was zachęcić do zrobieni sobie i rodzinie pysznej kolacji lub drugiego śniadania. A więc do dzieła.

Wiosna, to cudowny czas, kiedy w sklepach i na straganach pojawiają się kolorowe owoce i warzywa, z których możemy wyczarować przepyszne kanapki i przekąski. Zapraszamy do obejrzenia galerii i do zrobienia swoich dań. A jak już zrobicie coś pysznego, zróbcie zdjęcie i prześlijcie na adres „Czwóreczki” (czworeczka4@gmail.com), a my w następnym numerze opublikujemy najciekawsze pomysły.

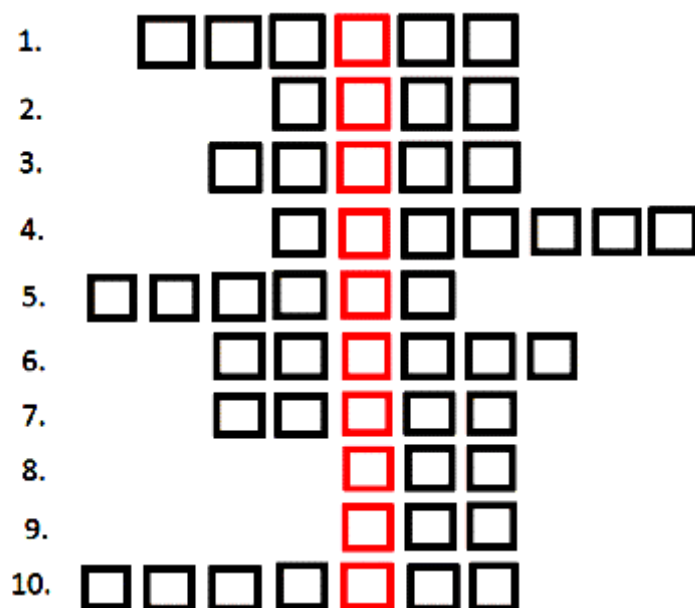


NA SPOSTRZEGAWCZOŚĆ...

znajdź różnice ...

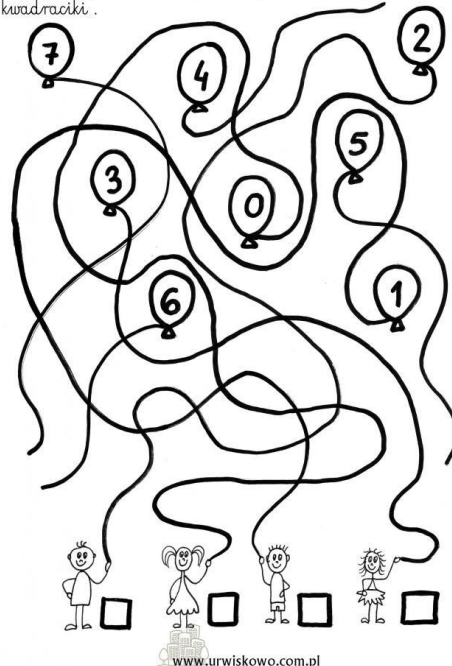


POMYŚL I ZRÓB...



1. Są drewniane, plastikowe. Do budowy wieży gotowe!
2. Jest najważniejsza w świecie całym, bez niej nie czulbym się kochanym.
3. Każda dziewczynka o niej marzy. Zuzia, która ma uśmiech na twarzy.
4. Roznosi prezenty w zimowe dni. Robi to sprytnie, kiedy coś Ci się śni.
5. Kolorowe, nadmuchane - na każdym przyjęciu mile widziane.
6. Na plecach go dźwigamy i różne przedmioty do niego wkładamy.
7. Gdy słońce i deszcz u nas zawita, pojawia się ona - kolorowa i znakomita.
8. Mieszkają w nim wszystkie zwierzęta. Słonie, krokodyle, a nawet prosięta.
9. Może być w butach albo i nie. Miauczy, pije mleko, za myszami uganla się.
10. Pan Hilary szukał ich wszędzie, bo bez nich się nie obejdzie.

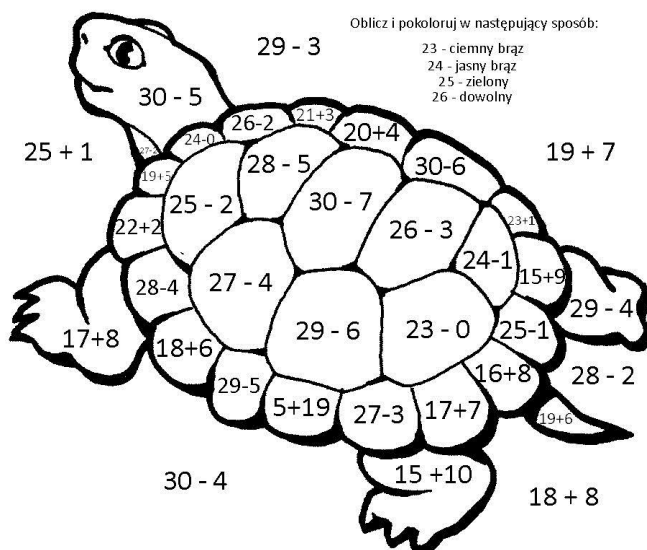
Balony dziecię się poplątały.
Odszykaj, który balon należy do którego dziecka i wpisz ich numery
w kwadraciki.



www.urwiskowo.com.pl

Wirówka rysunkowa

Słowa wpisujcie prawoskrętnie, rozpoczynając od pola z kreską.



Oblicz i pokoloruj w następujący sposób:

23 - ciemny brąz
24 - jasny brąz
25 - zielony
26 - dowolny