POLSKA THE TIMES junior

Sami o Szkole

Szkoła Podstawowa z Oddziałami Integracyjnymi nr 82 im. Jana Pawła II
Górczewska 201
01-459, Warszawa

Numer 30 03/19

WWW.JUNIORMEDIA.PL

ORGANIZATOR PROJEKTU POLSKA PRESS GRUPA

PARTNER Fundacja orange

Za co lubimy wiosnę ?

Za przylaszczkę, pierwiosnek.

Za sasankę w futerku, za żaby kumkające.

Za kukanie kukułki, za kaczeńce na łące.

Naszą przygodę z XIV Ogólnopolską Olimpiadą kreatywności rozpoczęliśmy 1 marca o godz. 7.45. Wtedy spotkaliśmy się na peronie Dworca Centralnego i o godz. 7.56 wsiedliśmy do pociągu w kierunku Wrocławia ☺

Podczas podróży zajęliśmy się uzupełnianiem dokumentacji drużyny niezbędnej do przystąpienia do Olimpiady. Odpowiadaliśmy na pytania zawarte w arkuszu drużyny, który miał trafić w ręce Ekspertów na chwilę przed prezentacją naszego wyzwania drużynowego. Ćwiczyliśmy dialogi do przedstawienia i dodawaliśmy sobie nawzajem otuchy. Graliśmy też w gry planszowe, czytaliśmy książki i rozwiązywaliśmy zagadki. Dzięki temu ponad pięciogodzinna podróż minęła nam bardzo szybko.

Po dotarciu do Wrocławia zakwaterowaliśmy się w hotelu. Później rozpakowaliśmy dekoracje, zjedliśmy obiad i ruszyliśmy do Hali ORBITA, żeby trenerki mogły zarejestrować drużynę. Po rejestracji wszyscy członkowie drużyn włożyli zielone koszulki, trenerzy fioletowe, założyliśmy smycze, do których przypięliśmy tegoroczne pinsy i w tym momencie zaczęła się dla nas Olimpiada ☺ Po pierwszej wymianie pinsami udaliśmy się na Ceremonię Rozpoczęcia, podczas której Pani Teresa Kosiarek odczytała, a my wszyscy powtórzyliśmy, przysięgę drużyny DI.

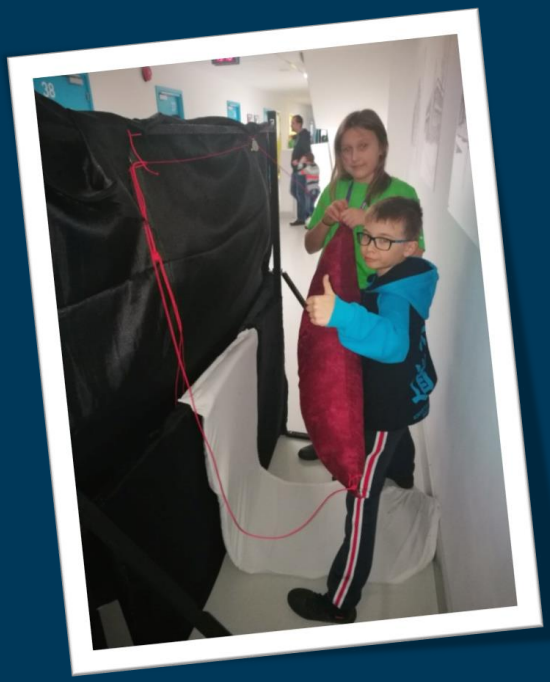
Kolejny dzień rozpoczął się dla nas dosyć wcześnie, ponieważ musieliśmy poskładać naszą dekorację, sprawdzić, czy stroje nie poniszczyły się w trakcie transportu do Wrocławia, a później przenieść wszystko do miejsca prezentacji wyzwań drużynowych. Od rana stres nas zżerał. O godz. 13.45 Ekspert przedscenium poprosił nas o dokumenty drużyny w celu ich zweryfikowania. Odpowiedzieliśmy na kilka dodatkowych pytań i już musieliśmy wchodzić na scenę. Czas przeznaczony na prezentację naszego wyzwania to 8 minut. Podczas przedstawienia minął tak szybko, że nawet nie wiedzieliśmy kiedy. Po wszystkim Eksperci dopytywali drużynę o zasady działania SymToMatu, przedstawienie i stroje. Później oglądaliśmy przedstawienia innych drużyn. Wieczorem drużyna brała udział w Wyzwaniu Bliźniaczym.

W niedzielę rano Ciasto z rodzynkiem stanęło przed ostatnim wyzwaniem tegorocznej Olimpiady, a mianowicie Wyzwaniem Na Już. Niestety trenerzy nie mogą wchodzić do pokoju wyzwania z drużyną, a drużynie po wyjściu nie wolno nic mówić o treści wyzwania. Dopiero po zakończeniu Olimpiady mogliśmy porozmawiać na temat tego wyzwania.

W niedzielę wieczorem, podczas Ceremonii Zakończenia poznaliśmy wyniki tegorocznej Olimpiady Kreatywności. Zajęliśmy IV miejsce w kategorii wiekowej naszej drużyny (II kategoria wiekowa, która obejmuje uczniów w wieku 12-15 lat). Okazało się również, że nie przyznano nikomu I miejsca, więc ostatecznie nasza drużyna jest trzecia w Polsce☺

Naszą niesamowitą przygodę zakończyliśmy w poniedziałek o 8 rano po nocnej podróży powrotnej do Warszawy.

Trener DI Magda Orzoł - Długołęcka



Ciekawostki techniczne Klary.

Samo zapinające się buty Nike

Firma Nike wprowadza na rynek buty, które same się zapinają.

Nazwali je HyperAdapt 1.0, Nike pracował nad tym obuwiem od kilku lat. Teraz można je już zobaczyć w niektórych sklepach. Kosztują około 750 EURO. W bucie jest mechanizm, dzięki któremu sznurówki się naciągają i obuwie nie spada ze stopy. Myślę, że takie buty ułatwiają życie.

Klara Gozdołek kl. 3c

SPORT TO ZDROWIE.

CZAS NA BIEGANIE !!!

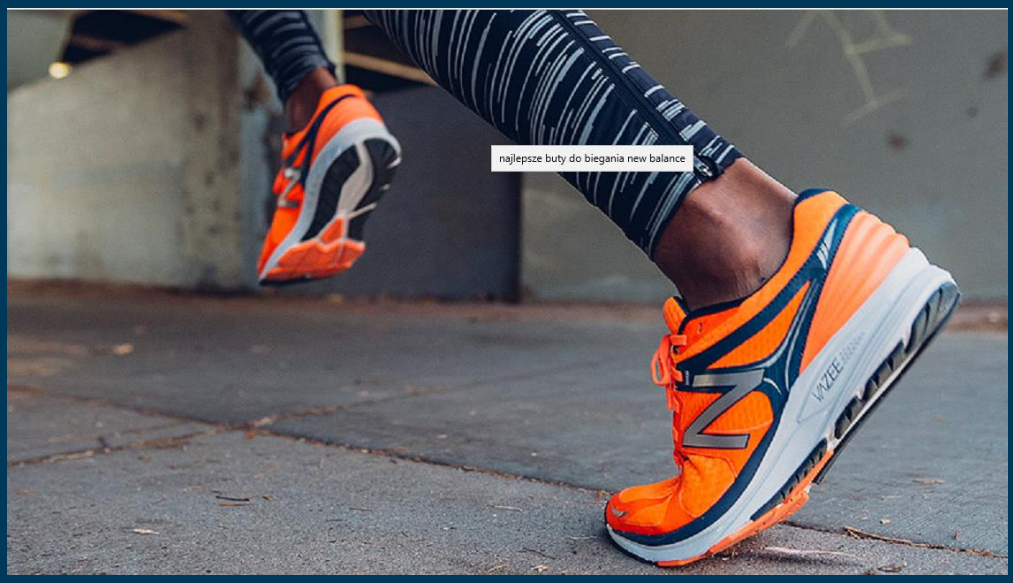
Bieganie jest jedną z form aktywnego spędzania wolnego czasu. Wiele osób biega tylko w weekendy i w wolnych chwilach. Jest to idealny sposób na odprężenie i relaks. Dzięki temu redukujemy napięcie i poprawiamy swoje samopoczucie. Coraz więcej osób biega jednak nie tylko wtedy, kiedy ma nadmiar czasu wolnego. Osoby, dla których bieganie jest prawdziwą pasją, nie wyobrażają sobie biegać jedynie w weekendy lub podczas urlopu. Sport ten nie jest już tylko jednym z elementów relaksu. Staje się codziennością i częścią życia. A oto kilka wskazówek jak przygotować się do biegania.

Znajdź sobie cel. Konkretny

Powodów, by zacząć biegać może być wiele. Chęć zgubienia zbędnych kilogramów, pozbycia się kompleksów, zaimponowania dziewczynie, żonie, koledze z pracy, poznania nowych ludzi. Każdy jest dobry. Ważne, by do naszej motywacji dopisać konkretny cel, np. chcę schudnąć 5 kg, więc będę ćwiczyć minimum 3 razy w tygodniu. Dzięki konkretnemu celowi łatwiej nam będzie wytrwać w postanowieniu.

Buty dobierz indywidualnie, sprawdź dostępne modele

Bieganie to sport zdecydowanie tani w porównaniu z większością sportów rekreacyjnych. Nie musisz mieć specjalistycznego sprzętu (a na pewno nie potrzebujesz go na starcie). Jedyne, w co warto zainwestować już na początku biegowej przygody, to buty.



Źródło: *http://sporting.walbrzych.pl/lubisz-bieganie-wybierz-naprawde-dobre-buty/*

Odzież do biegania

Odzież przeznaczona do biegania jest lekka, posiada różne systemy odprowadzające pot, chroniące przed przegrzaniem lub wychłodzeniem. Taki sprzęt poprawia komfort podczas treningu. Na rynku dostępnych jest mnóstwo t-shirtów, kurtek, longsleevów (cienkie bluzy z długim rękawem), leginsów (to te obcisłe spodnie, w których biegają też panowie), spodni, spodenek, skarpet... Dostępna jest też odzież termiczna o specjalnej konstrukcji włókien i strukturze materiału, która zapewnia lepszą wentylację. Każdy znajdzie coś dla siebie. Warto pomyśleć o takim specjalistycznym sprzęcie, kiedy będziesz biegać częściej i więcej, ale na początku biegowej "kariery" nie potrzebujesz technicznych ubrań.

Źródło: *https://allegro.pl/oferta/komplet-do-biegania-bluza-spodnie-berens*

Gadżety

Na początku ich nie potrzebujesz. Po prostu wyjdź i pobiegaj. Jednak z czasem pomogą Ci w skutecznym treningu. Specjalistyczny zegarek jest potrzebny komuś, kto realizuje konkretny plan treningowy, potrzebuje dokładnego pomiaru odległości czy nawet tętna. Dla Ciebie - nowicjusza - wystarczy zwykły zegarek (nawet ze wskazówkami!), dzięki któremu sprawdzisz, ile minut biegniesz. Niezaawansowany zegarek ze stoperem nie jest kosztownym, a na pewno ułatwi kontrolowanie czasu biegu. Może się przydać.

Źródło: *https://kobietamag.pl/elektroniczne-gadzety-dla-biegaczy/*

ZACZYNAMY !!!

Igor Kalinowski kl. 2e

Nasze opowiadania.

„Wiosenne porządki Siedmiokropki”

Siedmiokropka wstała i wyjrzała za okno. Zobaczyła, że łąka jest pełna krokusów. Oznaczało to, że przyszła wiosna i pora zacząć wiosenne porządki. Zaraz po śniadaniu mama zabrał biedronkę na targ. Po nowe poszewki na pościel i nową zmiotkę do kurzu. Na targu były straszne tłumy. Siedmiokropka prawie się zgubiła. Gdy wracały, mama przypomniała sobie, że nie zgasiła żelazka,

na szczęście tata zobaczył, że żelazko jest włączone i wyjął wtyczkę z gniazdka. Gdy wróciły do domu zabrały się do pracy, wymiotły cały kurz z wszystkich kątów. Wieczorem Siedmiokropka była bardzo zmęczona, ale dom wyglądał jak nowy i pachniało w nim wiosną.

Maja Olszewska kl. 2e

„PRZYSZŁA WIOSNA”

Ania i Tomek to najlepsi koledzy. W zimę razem chodzili na lodowisko, lepili bałwana i zjeżdżali na sankach. Lubią zimę, ale z utęsknieniem czekają na wiosnę.

Na początku marca dziewczynka otrzymała od rodziców wymarzonego psa – Juncia. Piesek miał brązowe futerko, krótkie nóżki, był po prostu piękny. Ania już nie mogła doczekać się wiosny by chodzić z pieskiem na długie spacery. Oczywiście razem z Tomkiem.

Wreszcie kalendarz pokazał 21 marca czyli pierwszy dzień kalendarzowej wiosny i rzeczywiście był piękny jak przystało na ten dzień. Słoneczko prażyło całą trójeczkę prosto w twarz, termometr wskazywał 22 stopnie.

Ania z Tomkiem i Junciem wybrali się po raz pierwszy na długi spacer do parku. Idąc w tamtym kierunku mijało ich mnóstwo dzieci jeżdżących na rowerze, rolkach itp.

Gdy zbliżali się do parku słychać było dziecięcy śmiech, szczekanie psów i śpiewy ptaków, Ania pomyślała wówczas sobie „że wiosna to jednak jej najpiękniejsza pora roku”. Park był piękny, wszędzie rozkwitły kwiaty: przebiśniegi, krokusy i mnóstwo różnokolorowych tulipanów.

Dla Junci była to pierwsza wiosna w jego życiu. Po 2 godzinach zabaw w parku musieliśmy wracać do domu, jutro szkoła, a dziś jeszcze mnóstwo lekcji do odrabiania.

Igor Kalinowski kl. 2e

"Przyszła wiosna"

Przyszła wiosna, śnieg zaczął się roztapiać. Zaczęły wyrastać rośliny i przylatywać ptaki.

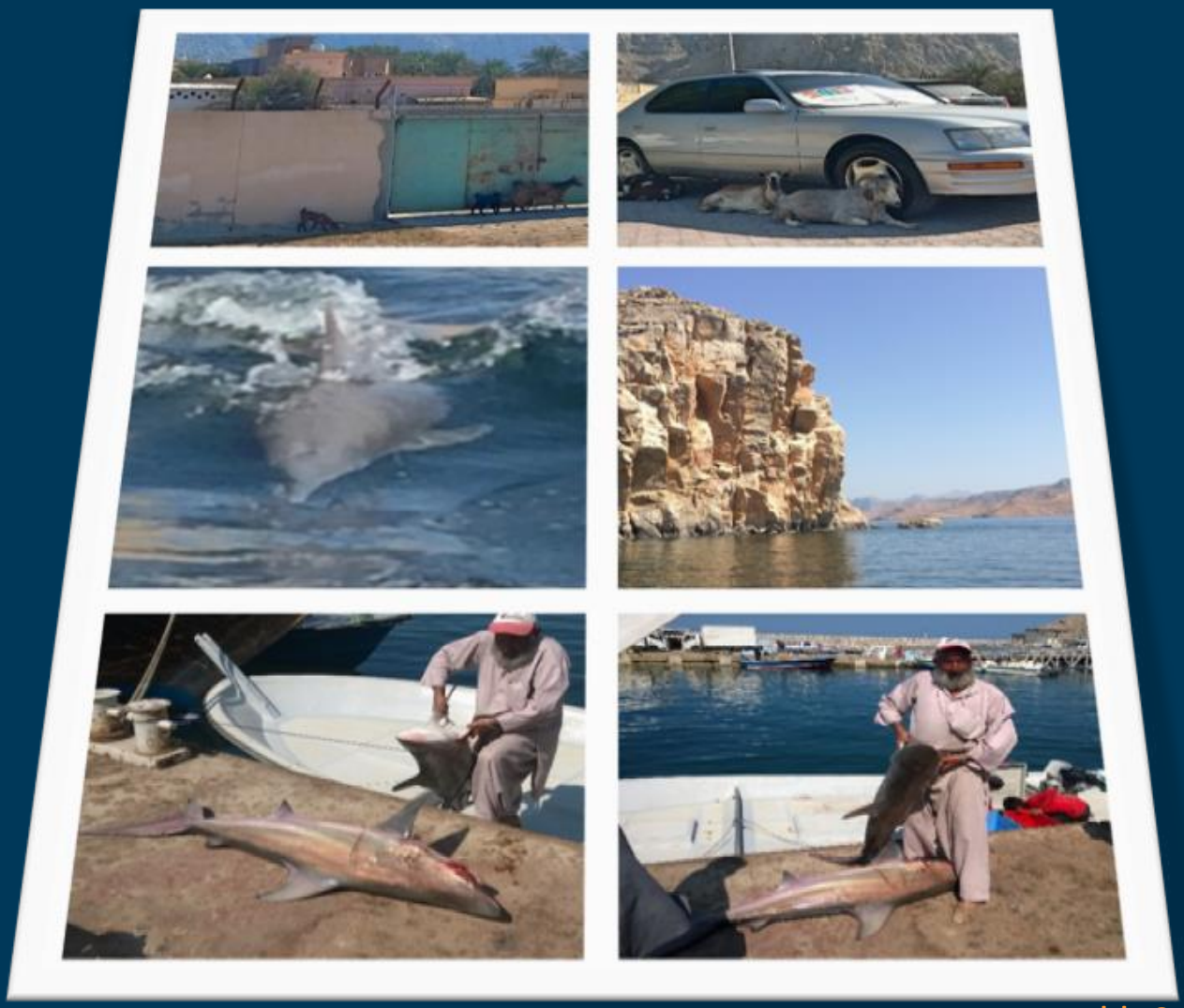
Ptaki pięknie śpiewały. Ola i Hania wyszły na dwór. Bawiły się w berka. Ola zobaczyła jak pięknie rozkwitają pąki kwiatów. Dziewczynki zachwycały się zmianami zachodzącymi w przyrodzie i śpiewem ptaków. Gdy wróciły do domu opowiedziały mamie, że widziała wiosnę, która nadeszła. Mama powiedziała, że przyszedł czas na wiosenne porządki w ogrodzie. Dziewczynki się ucieszyły, bo bardzo lubiły pomagać mamie. Następnego dnia poszły z mamą do ogródka, zagrabiły ziemię, przycięły gałązki krzewów i posadziły kwiaty Ogród stał się kolorowy i piękny. Wiosna to piękna pora roku, wszystko budzi się do życia, a świat staje się kolorowy i radosny powiedziała Hania.

Natasza Lech kl. 3e

Podróże te małe i duże…

Emiraty Arabskie Igora Pszennego…

Mieszkając w Abu Dhabi pewnego dnia wybraliśmy się do Musandamu w Omanie. To była długa droga. Jechało się około 5 godzin. Jest to piękny kraj, ale mało rozwinięty turystycznie. Jechaliśmy krętą drogą wzdłuż wybrzeża, gdzie wysokie góry schodziły prosto do morza. Mieszkaliśmy w hotelu w górach. Następnego dnia pojechaliśmy do portu, gdzie wynajęliśmy łódkę, którą popłynęliśmy na obserwację delfinów. Jest to typowa atrakcja turystyczna Musandamu. Oman to dość biedny kraj. W wielu miejscach widzieliśmy kozy chodzące między autami. W przyszłości planujemy jeszcze raz wybrać się do Omanu. Tym razem chcielibyśmy zobaczyć stolicę czyli Muskat.



Igor Pszenny kl. 2 f

Dzień Bezpiecznego Internetu

"Różyczka w szponach sieci"

W dniu 27 marca 2018 r. Dzień Bezpiecznego Internetu.

DBI to okazja do inicjowania i propagowania działań na rzecz bezpiecznego dostępu dzieci i młodzieży do zasobów internetowych.

Podczas uroczystej akademii wszyscy uczniowie obejrzeli przedstawienie pt. "Różyczka w szponach sieci" przygotowane przez kółko teatralne „Kurtyna 82", które prowadzone jest przez panią Ewę Ostrouch . Przedstawiamy Wam fotorelację z przedstawienia.

Nasze wywiady.

Wywiad z panem Arturem nauczycielem świetlicy.

Redakcja: Jakie było pana marzenie w dzieciństwie?

Pan Artur: Moim marzeniem w dzieciństwie było zostanie policjantem lub strażakiem.

Redakcja: Jak to się stało, że zdecydował się pan pracować w szkole?

Pan Artur: Działałem w ZHP, i tak mnie to zafascynowało, że postanowiłem skończyć studia umożliwiające pracę z młodzieżą.

Redakcja: Jak długo pracuje pan w szkole?

Pan Artur: 7 lat pracuję w szkolnictwie, a 5 lat w SP 82.

Redakcja: Czy lubi pan pracę w szkole?

Pan Artur: Skoro jeszcze pracuję, to chyba znaczy, że lubię swoją pracę. (śmiech)

Redakcja: Czy lubi pan tańczyć na dyskotece?

Pan Artur: Tak lubię, ale dawno nie byłem.

Redakcja: Czy ma pan rodzinę?

Pan Artur: Oczywiście, że mam swoją rodzinę.

Redakcja: Czy lubi pan jednorożce?

Pan Artur: Lubię jednorożce - pluszaki.

Redakcja: Czy ma pan zwierzę?

Pan Artur: Mam psa, a w dzieciństwie miałem chomika.

Redakcja: Czy lubi pan różowy kolor?

Pan Artur: Mam różową piżamę taką z pizzą.

Redakcja: Czy wychodził pan w dzieciństwie na podwórko?

Pan Artur: Tak, chodziłem i się dobrze bawiłem.

Redakcja: Czy w dzieciństwie miał pan swoją sympatię?

Pan Artur: Tak, miałem swoja sympatię.

Redakcja: Czy boi się pan ciemności?

Pan Artur: Teraz nie, ale kiedyś tak.

Redakcja: Czy lubi pan mango?

Pan Artur: Tak lubię, ogólnie lubię owoce.

Milena Maciejewska i Maria Fedyk kl. 3 c