

PANI ANITA BYŁA W TELEWIZJI?

NAJWIĘKSZY KONCERT W HISTORII CHÓRU?

SZUWARZEK

Miesięcznik 01/2024

Cena: 7 zł

TURNIEJ BRAWL STARS - TEGO
JESZCZE NIE BYŁO!

SZYBKI I ZDROWY
PRZEPIS
P. BARTKA NERSA



SEKCJE NASZEJ
SZKOŁY!

szkolne niusy



Świąteczny okres w SP5



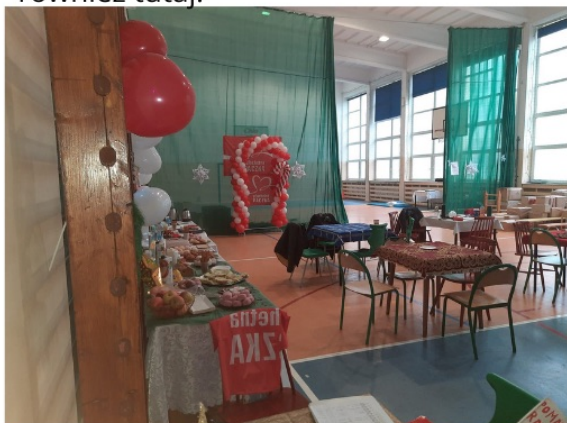
Czas okołoswiąteczny w naszej szkole to zawsze wiele niesamowitych wydarzeń. Uczniowie, nauczyciele, pracownicy szkoły starają się, by wszyscy poczuli tę magię świąt.



Wszystko zaczęło się 6 grudnia w Mikołajki. Uczniowie wspólnymi siłami pięknie udekorowali choinkę w szkolnym holu. Tego dnia Święty Mikołaj wraz ze swoim pomocnikiem chodzili korytarzami i częstowali wszystkich słodkimi upominkami. W szkole zrobiło się radośnie, wesoło i... bardzo świątecznie! A tak na marginesie, czy ten pomocnik kogoś Wam nie przypomina? Nie, to chyba niemożliwe...



Bardzo ważnym miejscem każdej „Podstawówki” jest Świetlica. To właśnie tutaj uczniowie spędzają swój czas podczas przerw szkolnych, wolnych godzin, tutaj czekają na swoich rodziców przed powrotem do domu. Jednak w SP5 sala świetlicy jest absolutnie wyjątkowa. To tu odbywają się przeróżne konkursy, gry i zabawy. Uczniowie bardzo chętnie spędzają tutaj swój czas. Podczas roku szkolnego można zobaczyć odwiedzających Panie absolwentów podstawówki, co tylko udowadnia, jak miłe i sympatyczne jest to miejsce. Świąteczny nastrój zawitał również tutaj.



Czas świąt to czas narodzenia prawdziwej Miłości. Dlatego na całym świecie słyszy się o dobrych działaniach, charytatywnych akcjach. Nasza szkoła kolejny raz wspiera Szlachetną Paczkę. Akcja ta wspomaga rodziny najbiedniejsze. Jesteśmy dumni, że możemy umilić czas świąt tym, którzy najbardziej tego potrzebują.

Świąteczny czas nie ominął również naszej biblioteki szkolnej. Oprócz przepięknej dekoracji przed drzwiami, p. Beata Trojanowska oraz p. Radosław Modzelewski zorganizowali konkurs świątecznej gry planszowej. Była to okazja do przypomnienia sobie różnych zwyczajów związanych z Bożym Narodzeniem, jak również do wspaniałej zabawy i rywalizacji w nastoju świątecznym.



Koncerty kolędowe



22 grudnia Chór Euforia wraz z instrumentalistami z naszej szkoły zaprosili wszystkich do wspólnego kolędowania. Na koncercie wybrzmiały polskie kolędy, pastorałki oraz znane piosenki świąteczne. Oprócz chóru usłyszeliśmy również sekcję fletów, ukuleli, dzwonek; skrzypce, gitarę basową oraz pianino.

Z inicjatywy p. Gabriela Wiśniewskiego 14 stycznia odbył się wielki koncert kolędowy w Głinojecku. Wystąpili na nim uczniowie z 5 różnych szkół podstawowych, w tym z naszej Piątki. Dało to ponad 120 osób występujących. Razem z młodzieżą zagraли profesjonalni muzycy z zespołu Moja Rodzina. Było to niewątpliwie jedno z największych dokonań artystów z naszej szkoły.



Bardzo wzruszający i świetnie przygotowany. Takie słowa padały najczęściej po obejrzeniu przez wszystkich polsko - ukraińskich jasełek przygotowanych przez młodzież pochodzącą z Ukrainy, nad którymi czuwały p. Larysa Romaniuk, p. Joanna Rogińska. Dzięki p. Ani Krajczyńskiej sala gimnastyczna zamieniła się w świąteczne studio.

Pogadanka

Rozmowa z p. Bartkiem Nersem, nauczycielem wychowania fizycznego

1. Czy od zawsze chciał Pan zostać nauczycielem wychowania fizycznego?

Nie. W dzieciństwie tak jak każdy młody chłopak chciałem zostać policjantem czy strażakiem. Strażakiem się udało, teraz czekać tylko na policjanta. Od zawsze interesowała mnie aktywność ruchowa i wszystkie jej formy. Od jazdy na rowerze, deskorolce, pływania, a kończąc na grach zespołowych. Dopiero na studiach poznałem tajniki jak prawidłowo dbać o swoje zdrowie poprzez ruch czy odżywianie. Studiowanie na pierwszym roku wychowania fizycznego było trudne, ale sprawiało mi frajdę. Wtedy stwierdziłem, że to jest to co kocham i lubię robić.



2. Jakie są Pana ukryte pasje? Co Pan lubi robić w wolnym czasie?

W wolnym czasie uwielbiam podróżować i poznawać nowe miejsca na naszej planecie. Chętnie spaceruję rano lub wieczorem i staram się wyrobić minimum 10 000 kroków dziennie. Wiem, że to dla mojego zdrowia i samo nic nie przyjdzie. Teatr i kino też jest często w moim życiu. Ostatnia odkryta pasja to systematyczne bieganie czy treningi siłowe. Obecnie można powiedzieć, że już rutyna jak poranne mycie zębów. Coś trzeba mieć w życiu. Sporo jest tych pokus jak internet, czy imprezowanie. Trzeba wybierać mądrze i robić to co lubimy.

3. Zauważyliśmy, że często Pan podjada surowe warzywa. Czy stosuje Pan jakąś specjalną dietę i dlaczego?

Od 2-3 lat zacząłem ograniczać cukier, a od półtora roku trzymać dietę dostosowaną do moich potrzeb. To nic strasznego. Jest tyle możliwości, że można w swojej diecie mieć kebaba czy czekoladę. Różnica polega na tym, żeby nie kupować przetworzonej żywności. Bo nie wiemy co tam do końca jest. Ja sam sobie od dwóch lat przygotowuję posiłki każdego dnia. Tak naprawdę trwa to do 30 minut. Dzięki temu wiem co jem. Po zmianie nawyków żywnościowych wszystkie badania są idealne, a moje samopoczucie uległo mega zmianie. Pracując w szkole, straży pożarnej i na basenie, robiąc prawie codziennie treningi nie jestem zmęczony i nie chce mi się spać w ciągu dnia. Więc to jest taki mały mój sukces który trzeba cały czas pielęgnować. Wracając do warzyw, to kiedyś prawie wcale ich nie jadłem. Teraz to jest mój codzienny rytuał. Wszyscy przecież wiemy że warzywa są zdrowe. Więc możemy sięgnąć po warzywo zamiast słodycza i też będziemy najedzeni.

Rozmowa z p. Anitą Panasiuk, nauczycielką języka polskiego

1. Czy od zawsze chciała Pani zostać nauczycielką języka polskiego.

Chyba nigdy tego nie planowałam. Tak po prostu wyszło. Od zawsze lubiłam pisać, czytać i interesowałam się językiem polskim, ale nie myślałam o tym, by stać przy tablicy i przekazywać wiedzę. Studiowałam polonistykę na Uniwersytecie Warszawskim i na trzecim roku studiów należało podjąć decyzję dotyczącą wyboru specjalizacji. Zdecydowałam się na specjalizację nauczycielską, bo w grupie było miłe towarzystwo i uczyli nas niezwykle wartościowi wykładowcy. Ot taki prozaiczny powód. Tak więc jeśli jeszcze nie wiecie, co chcecie w życiu robić, to się nie zamartwiajcie! Czasem o wszystkim decyduje przypadek.



2. Jakie są Pani ukryte pasje? Co Pani lubi robić w wolnym czasie?

Uwielbiam czytać książki (głównie kryminały), śpiewać, podróżować (tam, gdzie inni nie podróżują) i uprawiać sport. Ćwiczę kilka razy w tygodniu. Latem chodzę po wysokich górach. W tym roku planuję wyprawę na Rysy.

3. Czy to prawda, że zagrała Pani w odcinku "Na Sygnale"?

No nie, przed dziećmi nic się nie ukryje!

Narzeczona mojego brata dowiedziała się kiedyś z pewnego portalu społecznościowego, że szukają do jednego z odcinków sobowtórki Moniki Mazur. Wysłała managerowi moje zdjęcie, podała numer telefonu no i zadzwonili.

W serialu widać mnie przez kilka sekund, a na planie spędziłam pół dnia. Choć było to ciekawe doświadczenie, to miałam poczucie zmarnowanego czasu. Nie mogłabym być aktorką!

*Aleksandra Katapus
Aleksandra Nowak*

Nasze ~~L~~ Sekcje szkolne

Obowiązek szkolny... Brzmi przerażająco. Jednak w rzeczywistości to przywilej, wiecie dlaczego? W czasach zamierzchłych wiele młodych osób dużo by dało, by mieć możliwość edukacji. Szkoła była dostępna tylko dla wybranych. Umiejętność czytania i pisania była rzadko spotykana, a posiadanie książki wtedy - niczym dzisiaj najnowszego iPada.

Często mówimy: "jutro znowu do szkoły...". Jednak z perspektywy dyżurującego nauczyciela nie zauważam niezadowolonych twarzy wśród Was. Mimo najnowszych gier na konsole, z najlepszą grafiką i systemem gry, po kilku dniach spędzonych w domu poczucie pustkę. To więcej niż pewne.

Szkoła jest miejscem, które daje nam niezbędną wiedzę, by nie zostać w przyszłości kapuścianym głąbem. Tutaj również jest przestrzeń do tego, by rozwinąć swoje pasje. I to właśnie tę przestrzeń chciałbym wam przedstawić. Może ten artykuł przekona Was, żeby wstąpić w szeregi jednej z tych grup i okaże się, że ta decyzja wpłynie na Waszą zawodową przyszłość? Hmm... Ciekawe...

SZKOLNA SEKCJA SPORTOWA

Nie ma na świecie szkoły, w której nie znalazłoby się wielu miłośników ruchu i rywalizacji. Sport jest na tyle bogatą dziedziną, że każdy może znaleźć coś dla siebie. Dla tych wszystkich, którym zajęcia z wychowania fizycznego nie wystarczają, mamy dobrą wiadomość. P. Janusz Rzeszot prowadzi w naszej szkole sekcje sportowe. Na dodatkowych zajęciach p. Janusz dokładnie uczy poprawnej techniki, strategii, mentalności sportowej, ale również zasad fairplay. Nasze szkolne sekcje odniosły wiele sukcesów na przestrzeni lat, dlatego zachęcamy Cię, byś i ty spróbował swoich sił.



CHÓR SZKOLNY „EUFORIA”

Chór szkolny powstał w 2017 roku. W skład zespołu rok w rok wchodzi co najmniej 40 uczniów. Grupa pod moją batutą spotyka się raz w tygodniu na 1,5 godzinnej próbie. Podczas tych zajęć chórzyści pracują nad emisją głosu, dykcją czy wyrazem artystycznym. Przygotowują również repertuar do uroczystości szkolnych, nagrań internetowych, konkursów lub koncertów pozaszkolnych. Panuje tu wspaniała, rodzinna atmosfera, czego dowodem są bardzo często odwiedzający zajęcia absolwenci naszej szkoły.

Jeżeli kochasz śpiewać, to jest to miejsce dla Ciebie! Serdecznie zapraszam!



GIMNASTYKA ARTYSTYCZNA

Już od ponad 10 lat w naszej szkole odbywają się zajęcia z gimnastyki artystycznej i sportowej. Inicjatorem powstania sekcji gimnastycznej oraz trenerem jest Pani Natalia Chojnacka. Gimnastyka kształtuje charakter, a także ciało i umysł, zapobiega wielu wadom postawy ciała, zwiększa wydolności fizyczną dziecka. Gimnastyczki, prócz ćwiczeń rozciągających i gibkościowych dla poprawy gracji i równowagi oraz koordynacji ruchowej i rytmicznej ćwiczą elementy tańca, baletu i ćwiczenia równoważne. Gimnastyka artystyczna i akrobatyka w naszej szkole to sport, w którym dziewczęta wykonują ćwiczenia z jednym lub kilkoma przyborami: piłką, wstążką, układy taneczno-akrobatyczny (bez przyborów). Każdego roku odbywają się pokazy gimnastyczne, na których młode gimnastyczki prezentują umiejętności, które przez cały rok nabyły na zajęciach u Pani Natalii Chojnackiej.

Sekcja, do której zdecydowanie warto dołączyć!



SZKOLNA GRUPA TEATRALNA „TERAZ MY”

Teatr to niezwykła podróż, w czasie której na nowo można odkryć świat i samych siebie. W czasie zajęć Szkolnego Koła Teatralnego przede wszystkim można rozwinąć ekspresję sceniczną, wyobraźnię i kreatywność. Szkolna grupa teatralna pod kierunkiem p. Jolanty Szczepańskiej aktorskie działania prezentuje na szkolnej i pozaszkolnej scenie. Biorąc udział w różnych konkursach, przeglądach oraz innych teatralnych przedsięwzięciach, zdobywa niezwykle cenne doświadczenie sceniczne. Dlatego z ogromnym zapędem działają i tworzą nowe spektakle.

Czy właśnie nie zdecydowałeś się zostać aktorem szkolnego teatru?



BIBLIOTEKA OAZA SZKOLNEJ PRZERWY

Biblioteka dla młodego pokolenia często kojarzy się z nudnym miejscem. Nic bardziej mylnego! Pod okiem p. Radosława Modzelewskiego oraz p. Beaty Trojanowskiej w bibliotece odbywają się konkursy gier planszowych, wiedzy z różnych dziedzin, spotkania z autorami książek. Już przed wejściem do biblioteki można poznać wiele ciekawostek dzięki bardzo oryginalnym wystawom. Poziom hałasu na korytarzach szkolnych często przekracza próg wytrzymałości. Czy nie warto zatem w ciszy i spokoju rozegrać sobie z przyjaciółmi partie w Scrabble, Monopol czy szachów? Albo chociażby w przyjemnej atmosferze zanurzyć się w swoją ulubioną lekturę?



(NIE)ZNANE ROCZNICE

4 stycznia 1922 urodził się Czesław Suszczyk. Piłkarz sięgnął po trzy tytuły mistrza Polski (1951, 1952, 1953) oraz jeden Puchar Polski (1951)

5 stycznia 1976 Kambodża decyzją Czerwonych Khmerów zmieniła nazwę na Kambodża.

7 stycznia 1992 urodził się Stuu, dawniej znany też jako Polski Pingwin, Stuart Alexander, brytyjski youtuber tworzący głównie w języku polskim.

8 stycznia 1935 urodził się Elvis Presley, Król rock and rolla, amerykański piosenkarz i aktor. Wykonywał muzykę z pogranicza rocka, popu, country, rock and rolla czy rockabilly

17 stycznia urodził się Stanisław II August, król Polski w latach 1764–1795, ostatni władca Rzeczypospolitej Obojga Narodów.

29 stycznia 1962 urodziła się Olga Nawoja Tokarczuk - polska pisarka, eseistka, poetka i autorka scenariuszy, psycholożka oraz laureatka Nagrody Nobla w dziedzinie literatury za rok 2018.

31 stycznia 2000 roku odbyła się Światowa premiera gry The Sims – jest pierwszą grą z serii, opracowaną przez Maxis, a wydaną przez Electronic Arts.

2022 roku w styczniu doszło do przerażającego odkrycia w Chinach. Archeolodzy odnaleźli grobowce elitarnego klanu sprzed 3000 lat.

Laura Prusik




SZYBKIE STRZAŁY




 narty czy snowboard?

 gorąca czekolada czy kakao?

 szalik czy komin?

 Piotr Żyła czy Kamil Stoch?

 lepienie bałwana czy sanki?

 kurtka czy płaszcz?

PRZEPISY

SCHOOL COOK BOOK

CIASTEczKA Z POLEWKĄ

P. BARTKA NERSA

1kg mąki

1 szczypta soli

4 kostki margaryny

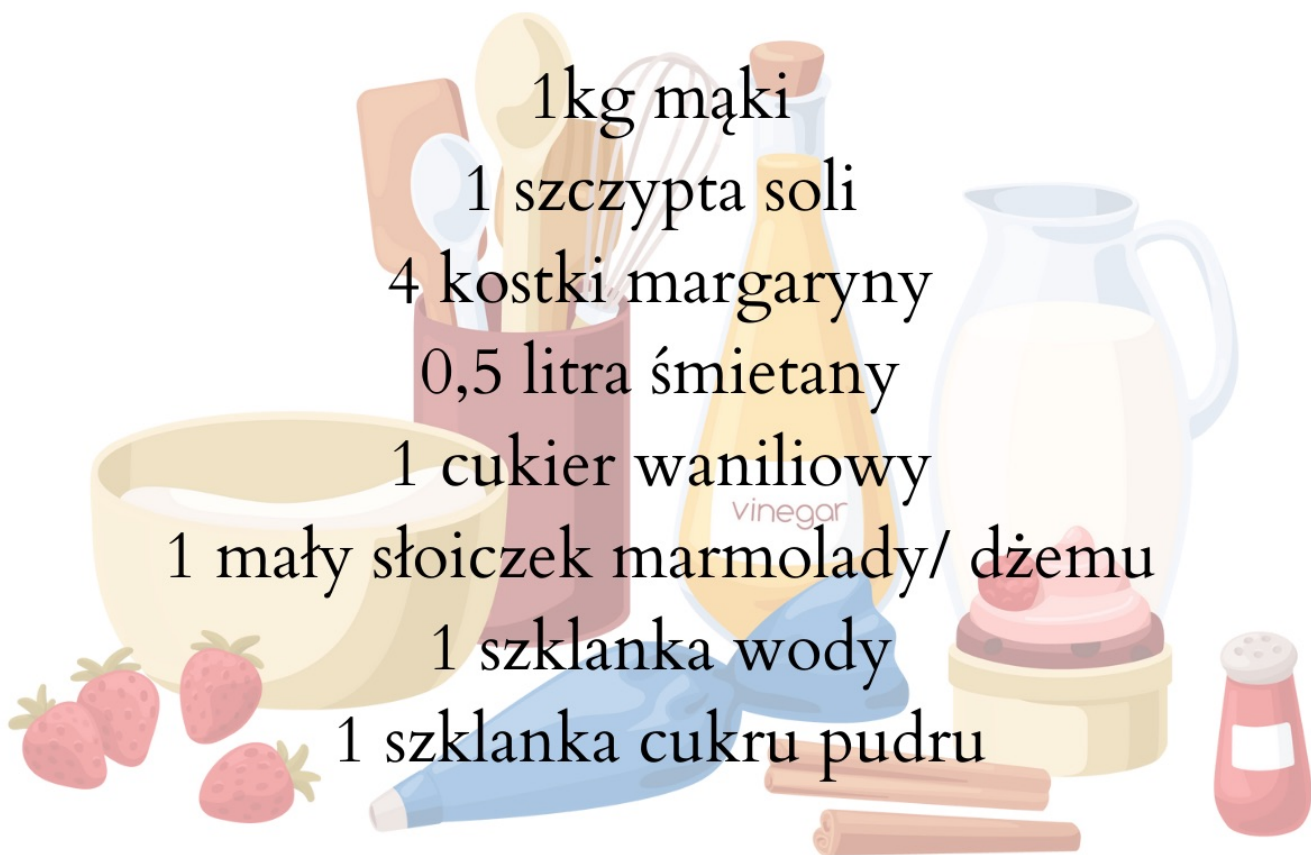
0,5 litra śmietany

1 cukier waniliowy

1 mały słoiczek marmolady/ dżemu

1 szklanka wody

1 szklanka cukru pudru



Przepisy

SCHOOL COOK BOOK

WYKONANIE

1. Margarynę roztopić czekać aż ostygnie, dodać mąkę, cukier waniliowy, śmietanę i sól.
Wszystko zagnieść i włożyć do lodówki.
2. Po 2 godzinach wyjąć z lodówki i rozwałkować na duże krążki około 3mm grubości.
3. Następnie w cieście zrobić krążki szampanką, a w nich małe wgniecenie na środku.
4. W Otworze umieścić odrobinę marmolady i zalać polewą.
5. Następnie piec w piekarniku (160 stopni) około 10/15 minut w zależności od piekarnika.
Trzeba uważać, bo ciasto jest jeszcze cienkie.
6. Przygotowanie polewy – cukier puder rozrobić z ciepłą wodą na gęsto.

Aleksandra Nowak

MŁODZIEWE 2023 SŁOWO



Wyjaśnienie

(dla nauczycieli)

"Rel" - wyraz zgody, skrót od angielskiego słowa "relatable" używanego jako potwierdzenie

"Sigma" - określenie mężczyzny osiągającego sukcesy i wzbudzającego szacunek innych

"Oporowo" - synonim słów: intensywnie, mocno, dużo

KOLUMNY SPORTOWE

18 listopada nasi sportowcy wzięli udział w zawodach Młodzieżowego Dnia Sportu "Dla Niepodległej". Reprezentacja naszej szkoły w konkurencji piłki nożnej halowej zajęła 1 miejsce. Siatkarze po ciężkich meczach uplasowali się na 2 miejscu. Nie zabrakło świetnego dopingu oraz walki do samego końca. Serdecznie Gratulujemy!



14 i 16 listopada odbyły się zawody szkół podstawowych w koszykówce (etap gminny). Tego dnia wybraliśmy się do Zespołu Szkół nr 1 na Osiedlu Młodych. Reprezentacja naszej szkoły zajęła:

3 miejsce - chłopcy klas 5-6
3 miejsce - chłopcy klas 7-8
Wielkie brawa dla wszystkich uczestników!

Wielki szachowy sukces!

W niedzielę 10 grudnia w sali restauracyjnej Kasyna Oficerskiego odbyło się niesamowite spotkanie miłośników rozgrywek szachowych. Ponad dwudziestu śmiazków zmierzyło się z arcymistrzynią Agnieszką Brustman w I Symultanie Szachowej w Kasynie Oficerskim w Twierdzy Modlin. Na tym wydarzeniu nie zabrakło również uczniów z naszej szkoły. Największy sukces z "naszych" osiągnął Piotr Marszałek z klasy 7C. Piotr zremisował partię z arcymistrzynią, tym samym zdobywając 2 miejsce w całym rozgrywkach. Jest to póki co największy sukces w tej dziedzinie w ostatnich latach z naszej placówki. Gratulujemy Piotrowi oraz innym szachistom!



Olivia Tarwacka

Poprzedni mecz:



2 - 0



Następny mecz:



VS



13

KARTA ZGŁOSZENIOWA

NA SZKOLNY TURNIEJ W BRAWL SATRS



IMIĘ I NAZWISKO

KLASA

ID KONTA W BS

NICK KONTA W BS



PISZ DRUKOWANYMI, WYRAŹNYMI LITEARAMI.
KARTĘ ZGŁOSZENIOWĄ WYRYWA ORGANIZATOR