



Miesięcznik Liceum Ogólnokształcącego
im. Królowej Jadwigi w Kowalu

z k o l o w i z j e r

Rok 2013

Numer 1(9)

Mimozami jesień się zaczyna, złotawa, krucha i miła...



Jesienna porą, gdy przychodzi czas refleksji i przemyśleń, nie możemy popaść w smutny, melancholijny nastrój. Jednym ze sposobów radzenia sobie z jesienną chandrą jest nasz „Szkolowizjer”, którego myśl przewodnia w pierwszym numerze 2013/2014 brzmi:

Cieszymy się naszą złotą polską jesienią!!!!

W tym numerze cała gama kolorów- od mieniającej się barwami jesieni mody, poprzez bajecznie ciekawą ofertę kulturalną po różnorodne informacje związane z życiem szkoły. Życzymy miłej lektury!

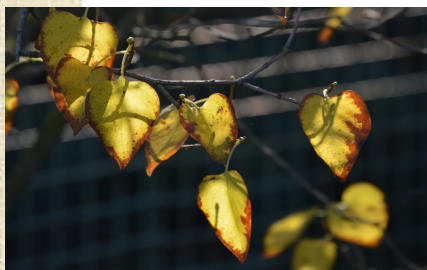
W tym numerze:



Recenzja filmu	Str. 2
Poskromienie złościcy	Str. 3
Andrzejki	Str. 4
Babskie sprawy	Str. 5
W krainie zwierząt	Str. 7
Otrzęsiny	Str. 9
Uczta dla oka	Str. 10
Kącik kulturalny	Str. 11
Kącik profilaktyczny	Str. 12
Rozrywka	Str. 13

Jesień

Przyszła znowu jesień złota,
wpadłam nawet dziś na kota.
On na drzewo szybko wskoczył,
tak się liściem zauroczył.
Później przeszedł sobie jeż,
liściem zachwycony też.
W lesie, parku czy na dworze,
w dzień, wieczór o każdej porze,
jesień daje się we znaki -
jej urok nie byle jaki.
Liście złote, czerwień, brąz,
spadają z gałęzi wciąż.
Deszcz czasami też popada,
parasol więc mieć wypada.
Listopad, październik, wrzesień,
tylko tyle trwa ta jesień.
Dzieci, ssaki,
ludzie, ptaki,
korzystajcie z jej uroku,
gdyż jest tylko raz do roku.



Magda z
kl.II

Andrzejkowe
wróżby



W andrzejkowy wieczór samych pomyslnych wróżb i spełnionych nadziei życzy redakcja gazetki.
W Andrzejki próbujemy trochę dla zabawy, a trochę na serio uchylić rąbka tajemnicy spowijającej przyszłość. Zachęcamy do wykonania kilku wróżb, przy których możecie bawić się wysmienicie przez cały wieczór...cd.str.4

RECENZJA FILMU

W naszej szkole nie brakuje miłośników kina. W październiku młodzież wybrała się z inicjatorką wyjazdu- polonistką Wandą Nowakowską do Multikina na film „ Sierpniowe niebo.63 dni chwały”. Postanowiliśmy napisać kilka słów o ostatnim filmie Irka Dobrowolskiego, ponieważ niesie ważne przesłanie młodym ludziom szukającym w otaczającym świecie wartości i drogowskazów.

Najnowszy film Irka Dobrowolskiego „Sierpniowe niebo 63 dni chwały” podejmuje popularną w ostatnich latach w polskiej kinematografii tematykę czasów II wojny światowej, a dokładnie nawiązuje do Powstania Warszawskiego. Reżyser zadedykował ten film ojcu Leszkowi Dobrowolskiemu, który walczył na warszawskiej Starówce oraz stryjowi Stanisławowi Ryszardowi Dobrowolskiemu, który napisał tekst do jednej z najbardziej znanych pieśni powstańczych „Warszawskie dzieci”.

Akcja filmu rozgrywa się na dwóch płaszczyznach czasowych wzajemnie się przenikających za sprawą głównej bohaterki- Basi- sanitariuszki powstańczej, która ginie w piwnicy podczas bombardowania stolicy podczas walk powstańczych. Odkrycie szkieletu dziewczyny przez współczesną ekipę budowlaną staje się pretekstem do przybliżenia jej historii, przyjaciół, wyborów moralnych, a tym samym do powrotu do czasów Powstania Warszawskiego. Nieustanne przenikanie się przeszłości z teraźniejszością prowadzi do zderzenia różnych postaw i wartości. Z jednej strony widzimy entuzjazm i ofiarność powstańców, dla których najważniejsze są; wolność, prawda, honor. Z drugiej zaś współczesnych inwestorów, którym pogoń za pieniądzem przesłoniła wszelkie wartości.

Obok znakomitych aktorów zawodowych (Krzysztof Kolberger w roli profesora ukrywającego się w piwnicy i piszącego pamiętnik, Anny Nehrebeckiej w roli matki Basi) wystąpili utalentowani debiutanci- Kaja Grabowska (Basia), Robert Darkowski („Wilku”). Kreację Basi uważam za najbardziej udaną pod względem psychologicznym. Aktorka z wielkim wyczuciem wyeksponowała naturalność i dziewczęcy idealizm bohaterki.

Największe wrażenie zrobiły na mnie wmontowane w fabularny wątek materiały archiwalne pokazujące rannych i zabitych warszawiaków, dramatyzm okupacyjnej Warszawy.

W pamięci zapisała się scena, która podkreśla przesłanie filmu, kiedy jeden z kombatantów odwiedza mogiły powstańców

i nagle zaciera się granica między przeszłością a teraźniejszością: brzozone krzyże przeistaczają się w konkretnych uczestników Powstania. Ożywiła ich pamięć spadkobierców ich ideałów. Ta scena wyjaśnia również sens tytułu dzieła Irka Dobrowolskiego. Pomimo klęski militarnej powstańców twórcy filmu mówią o ich chwale, ponieważ walczyli w imię nieśmiertelnych wartości, co wielokrotnie powtarzają sami bohaterowie 63 dni chwały, jak i raperzy na początku i końcu filmu (słowa ich piosenki to jakby klamra spajająca dzieło).

Warto w tym miejscu podkreślić, że muzyka hipopowa wniosła świeżość . Sprawiała jednocześnie, że młody odbiorca z większym zainteresowaniem śledził losy bohaterów. Raperzy w sposób przystępny, jednocześnie zgodny z duchem tradycji romantycznej ocenili zmagania powstańców i stanowili jakby pomost międzypokoleniowy.

Myślę, że film pozostawia u widza uczucie niedosytu.

Zabrakło pogłębienia wątków fabularnych, choć może lapidarność losów

młodych warszawiaków miała symbolizować reprezentatywność tragizmu wyborów pokolenia Kolumbów. Warto obejrzeć film Irka Dobrowolskiego choćby dlatego, że przybliży młodym ludziom dramatyczny obraz powstańczej Warszawy. Największym atutem filmu są poruszające materiały archiwalne. Młody człowiek powinien obejrzeć ten film, nie tylko ze względu na walory wychowawczo-dydaktyczne, ale również dlatego, że skłania on do refleksji na temat hierarchii wartości we współczesnym świecie. Zmusza do zastanowienia nad tym, czym jest dla nas ojczyzna, patriotyzm. Dlaczego młodzi ludzie powinni pamiętać o poświęceniu powstańców.



Recenzja spektaklu „Poskromienie złoŹnicy”

Recenzja spektaklu „Poskromienie złoŹnicy”

23 października 2013 roku klasa maturalna wybrała się na wycieczkę do Łodzi. Główną atrakcją tego wyjazdu był spektakl w Teatrze im. S. Jaracza pt. "Poskromienie złoŹnicy". Sztuka rozpoczęła się o godz 19 i trwała 1,5 godz. KaŹdy z nas myślał, Źe to będzie jakaś nudna inscenizacja, ale jednak tak nie było. Współczesniona adaptacja komedii Williama Szekspira przykuła uwagę największych sceptyków.

Aktorzy świetnie wcieliili się w bohaterów dramatu. Jedną z córek Baptysty (Mariusz Saniternik) była Katarzyna (Katarzyna Cynke), którą mężczyźni omijali szerokim łukiem, będąc zrazeni jej ciętym językiem i złoŹliwością. Jednak młodsza córka Baptysty - Bianka (Monika Badowska) była nie tylko urodziwa, ale także sprawiała wrażenie wyjątkowo delikatnej, subtelnej i pokornej córki. Jak się później okazało, umiała manipulować innymi. Miała wielu adoratorów, ale nie mogła żadnego poŹlubić, poniewaŹ starsza



Katarzyna nie miała męża. Zalotnicy Bianki nie tracili nadziei, zwłaszcza gdy w mieście pojawił się nieustraszony Petruccio (Ireneusz Czop). Młodzian podjął się poŹlubienia posażnej panny. Chodziło mu głównie o majątek. Nie zniechęcały go opowieŹci o niezoŹnej Kasi. Postanowił się ożenić i uczynić ze złoŹnicy potulną małŹonkę. Mimo niechęci Katarzyny do ślubu dochodzi. Petruccio spóźnia się na własny ślub i jeszcze jest niestosownie ubrany - ma strój motocyklisty, a jago rumakiem jest motocykl. Po ślubie młoda para wyjeżdŹa i zostawia goŹci na przyjęciu. A w domu Baptysty rozgrywa się rywalizacja między adoratorami Kasi. Sztuka kończy się ślubem drugiej córki Baptysty.



Katarzyna nie miała męża. Zalotnicy Bianki nie tracili nadziei, zwłaszcza gdy w mieście pojawił się nieustraszony Petruccio (Ireneusz Czop). Młodzian podjął się poŹlubienia posażnej panny.

Chodziło mu głównie o majątek. Nie zniechęcały go opowieŹci o niezoŹnej Kasi. Postanowił się ożenić i uczynić ze złoŹnicy potulną małŹonkę. Mimo niechęci Katarzyny do ślubu dochodzi. Petruccio spóźnia się na własny ślub i jeszcze jest niestosownie ubrany - ma strój motocyklisty, a jago rumakiem jest motocykl. Po ślubie młoda para wyjeżdŹa i zostawia goŹci na przyjęciu. A w domu Baptysty rozgrywa się rywalizacja między adoratorami Kasi. Sztuka kończy się ślubem drugiej córki Baptysty.



Największym walorem spektaklu poza świetną grą aktorów były komiczne sytuacje i śmieszne partie dialogowe, które rozbawiły widzów do łez. Choď scenografia nie była olśniewająca, to kostiumy zostały dobrane stosownie do roli.

Spektakl teatralny wszystkim przypadł do gustu, nikt nie spał z nudów. W pamięci widzów zapisała się znakomita gra aktorów, zwłaszcza Ireneusza Czopa (męża Kasi) i najbardziej zabawne sytuacje (np. kłótnia nowożeńców podczas jazdy motocyklem albo przełamywanie krnąbrnej natury Kasi poprzez głodzenie czy też desperackie próby zdobycia przez dziewczynę jedzenia).

Sztuka zmusza do refleksji na temat istoty związku między kobietą a mężczyzną - na ile partner może sobie podporządkować ukochaną osobę. Poza tym spektakl zmusza widza do postawienia pytania, kto został poskromiony, kto odniósł zwycięstwo. Moim zdaniem, zatriumfowała - jak zwykle - miłość. Mam nadzieję, Źe moja recenzja zachęci — nawet osoby wychodzące z założenia, Źe teatr to strata czasu- do obejrzenia sztuki, do odwiedzania teatru przy kaŹdej nadarzającej się okazji. To naprawdę świetny sposób na spędzenie w niecodzienny i przyjemny sposób wolnego czasu.



Jakub Gołębiewski,

OBSADA

Katarzyna **Katarzyna CYNKE**
Bianka **Monika BADOWSKA**
Wdowa **Grażyna WALASEK**
Petrucho **Ireneusz CZOP**
Gremio **Mariusz SŁUPIŹSKI**
Tranio **Robert LATUSEK**

Bakałarz **Piotr KRUKOWSKI**
Baptysta Minola **Mariusz SANITERNIK**
Grumio **Mariusz SIUDZIŹSKI**
Hortensjo **Bogusław SUSZKA**
Lucencjo **Hubert JARCZAK**
Vincencjo **Andrzej WICHROWSKI**

Andrzejkowy wieczór wróżb

Za kilka dni wyjątkowy wieczór- Andrzejki! Nie przegapcie okazji do zabawy w gronie przyjaciół. Wystarczy odrobina wyobraźni, aby noc z 29 na 30 listopada stała się wyjątkowa – pełna magii, tajemnicy i szaleństwa. Przygotowaliśmy kilka wróżb, które wprowadzą was w niepowtarzalny klimat andrzejkowej nocy.

LANIE WOSKU

Roztop wosk w małym naczyniu i lej na wodę przez ucho od klucza. Według dawnych wierzeń, klucz ułatwia nawiązywanie kontaktu z zaświatami, a tylko dobre duchy przodków mogą odstąpić przyszłość. Kształt woskowej figurki może wydawać się nieczytelny, ale gdy obejrzyś jego cień na ścianie, łatwiej dopatrzysz się zarysu. Gdy puścisz wodze fantazji, dowiesz się co czeka Cię w nadchodzącym roku

ANDRZEJKOWE SERCE. Aby wykonać tę wróżbę, należy wyciąć serce z papieru i napisać na nim imiona chłopców i dziewcząt. Następnie trzeba serce odwrócić zapisaną stroną do dołu i przekłuć je igłą. Imię, na które natrafimy, należy do naszego przyszłego ukochanego/ukochanej.

WRÓŻBA Z ZAPALEK. Do miski z wodą delikatnie wrzucajcie zapalaki. Właściciele "magicznych" zapalek, które się połączą - na zawsze zostaną przyjaciółmi.

ANDRZEJKOWE KARTKI NA WODZIE. Aby wyróżnić imię przyszłego ukochanego, dziewczęta przyczepiają do korków kartki ze swoim imieniem i wkładają je do miski z wodą, w której pływają korki z przyczepionymi imionami męskimi. Gdy korki się złączą, jest to magiczny znak, że przyszły wybranek będzie nosił imię z kartki :)

ANDRZEJKOWA WRÓŻBA Z JABŁKIEM. Potrzebujesz jedynie skórki od jabłek i obieraczki. Obieramy jabłuszka. Ciskamy za siebie ostrużyny z jabłek, a z ich zakrętów próbujemy zgadnąć początkową literę imienia przyszłego narzeczonego/przyszłej narzeczonej.

ANDRZEJKOWE KUBECZKI.

Należy przygotować cztery kubeczki. na stoliku pod jednym z nich kładziemy obrazek - symbol zakonnego życia, pod drugim monetę - na znak przyszłego majątku, pod trzecim obrączkę - symbol szybkiego zamążpójścia. Pod czwartym nie kładziemy nic - to przepowiednia staropanieństwa (starokawalerstwa). Następnie losujemy kubeczki i z bijącym sercem odkrywamy, co się pod nimi kryje...

KOLOROWO-ANDRZEJKOWO. Losowanie kolorów. Uczestnicy zabawy siedzą w kręgu i losują karteczki w sześciu kolorach. Osoba, której wylosowała dany kolor wstaje, a „wróżka” czyta przestrogi na przyszłość, odpowiadające kolorom wylosowanych kartek.

biały - szczęście

czerwony - jesteś bardzo lubianą osobą!

czarny - drobny pech

żółty - ktoś zazdrości ci dobrej oceny!

fioletowy - czeka cię miła niespodzianka

szary - smutek

zielony - spełnią się Twoje marzenia



Pełen czarów andrzejkowy wieczór zdarza się tylko raz w roku.

Jak mówi stare polskie przysłowie
"Na Świętego Andrzeja błyska pannom nadzieja".

ANDRZEJKOWE CIASTECZKA Z WRÓŻBĄ. Andrzejkowe ciasteczka rozpływają się w ustach - a wróżby w nich ukryte odkrywają przed degustatorami tajemnice nadchodzącego roku... Pysznej zabawy!!

Będziesz potrzebować: 3 białka jajek, 1/2 szklanki cukru, 110 g masła, 1 szklanka mąki pszennej, 1 łyżeczka ekstraktu z wanilii lub jeden cukier waniliowy, 4 łyżki (60 ml) wody.

Wykonanie:

Napisać wróżby na małych podłużnych karteczkach. Karteczki złożyć kilka razy.

Piekarnik rozgrzać do 190 stopni. Masło rozpuścić w rondelku i zostawić do ostygnięcia. Białka ubić z cukrem mikserem na pianę.

Następnie stopniowo ciągle ubijając, dodawać mąkę, roztopione i ostudzone masło, wodę, cukier waniliowy lub wanilię.

Ciasto powinno mieć konsystencję bardzo gęstej śmietany. Blachę wyłożyć papierem do pieczenia lub posmarować masłem lub olejem.

Łyżką nabrać porcję ciasta i rozsmarować tworząc koła o średnicy ok. 8 cm. Ciasta powinno być mniej więcej na 3/4 łyżki stołowej.

Zrobić na początek 2 krążki na blasze i włożyć do piekarnika. Piec ok. 5-6 minut, brzegi powinny być zrumienione, a środek pozostać błądy.

Krążki zdejmować z blachy łopatką, błyskawicznie wkładać do nich paperek z wróżbą, składać na pół, rogi zagiąć do siebie i włożyć do formy muffinkowej lub do foremki do babeczek, dzięki temu ciasteczko stygnąc, zachowa kształt podkowy.

Ta operacja musi być wykonana błyskawicznie, bo krążki ciasta natychmiast po wyjęciu z pieca sztywnieją i już po chwili nie da się ich uformować. Warto mieć przygotowane dwie blachy i wkładać je zamiennie do piekarnika, dzięki temu praca będzie sprawniejsza.

Dodatkowe informacje

czas: 10 min + pieczenie

trudność: trudne

liczba porcji: ok. 30 ciasteczek

kalorie: tego nie wie nikt...

ANDRZEJKOWE CZARY. WŁOS UKOCHANEJ/UKOCHANEGO. Jeżeli pragniesz,, aby jakaś dziewczyna/chłopak zwróciła /ł na Ciebie uwagę TO PROSTE!! Wystarczy, że zdobędziesz jej/jego włos i w andrzejkowy wieczór spalisz go. Z tego co po nim pozostało włóż do małego pudełeczka i noś przy sobie przez 13 dni. Ostatniego dnia on/ona „spojrzy” na Ciebie jak na innego człowieka.

BABSKIE SPRAWY

Trendy makijaż jesień 2013



Jesienna aura nie zawsze bywa przyjemna, ale nie można jesieni odmówić tego, że barwy, które w tych miesiącach panują, są niesamowicie inspirujące.

Dzisiejsza propozycja to nawiązanie do tego, co widzimy na każdym kroku – opadające liście i wszechobecne odcienie **rudości i brązu**, czyli jesień. W lekko przydymionym wydaniu idealnie nadaje się na jesiennie wyjście.



Jesiennie, a zarazem modnie..

Jesienią nie może zabraknąć... jesiennych kolorów. W sezonie jesień 2013 dominują wśród nich **złociste odcienie brązu, musztardy, miodu i pomarańczy**. Ciepłe, rozgrzewające, przypominające opadające liście, idealnie pasują do ciepłych tkanin jesiennych ubrań. Te kolory to kwintesencja jesieni - pozwalają zanurzyć się w jesiennym krajobrazie, poczuć bliskość z naturą.



Jak zadbać o siebie jesienią ?

Bądźmy szczerzy: najbliższe miesiące nie będą łaskawe ani dla naszego wyglądu ani dla stanu zdrowia. Co nie oznacza, że musimy z rezygnacją przyglądać się spadającym z drzew liściom. Nadeszła pora, by aktywnie o siebie zadbać.

Dłonie

Aby dłonie były zadbane i pięknie wyglądały, najlepiej jest stosować dobry, pielęgnujący skórę dłoni krem do rąk.

Skóra:

Brak wilgoci w powietrzu może poczynić spustoszenia w naszej skórze, często prowadząc do jej nadmiernego przesuszenia. Zmiany pogody potrafią także wywołać ataki trądziku różowatego. Wraz ze spadkiem temperatur wielu ludzi zauważa u siebie więcej obszarów swędzącej, zaczerwienionej **skóry**. Za sprawą mniejszej ekspozycji na działanie promieni słonecznych jesienią mogą nasilać się również symptomy łuszczycy. Jedynym ratunkiem dla naszej skóry w sezonie jesienno-zimowym są nawilżające kremy i balsamy do ciała. Oliwka dodana do kąpieli doda skórze pięknego blasku i elastyczności.



Włosy:

Skóra głowy może stać się sucha i podrażniona. Zimne, suche, jesiennie powietrze prowadzi do zaostrzenia szczególnie uciążliwych rodzajów łupieżu powiązanego z łojotokowym zapaleniem skóry. Jego przyczyną są przypominające drożdże organizmy *Pityrosporum ovale*, a skutkiem - tłuste żółtawe płatki łupieżu. Warto stosować odpowiednie szampony, najlepiej ziołowe, np. pokrzywowe, brzoźowe lub z łośnianu.

:

Odporność

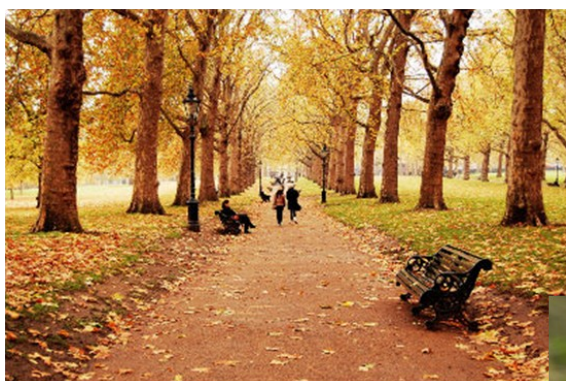
Zgodnie z teoriami tradycyjnej medycyny chińskiej jesienią rządzi żywioł metalu i jest to czas ekstremalnej suchości, przeciwstawianej wilgotnym dniom lata. Stanowi to szczególne wyzwanie dla naszego systemu odpornościowego, ponieważ wysuszone płuca są podatne na infekcje. Doskonale przeciwdziałać przeziębieniom i wirusom ma spożywanie owoców i warzyw rosnących o tej porze roku.

Także zachodni dietetycy zalecają odżywianie się zgodnie z naturalnym rytmem pór roku. Jesienne owoce i warzywa, takie jak cukinie, dynie i jabłka są teraz najświeższe, bogate w witaminę C, beta-karoten i inne składniki odżywcze potrzebne naszym organizmom jesienią. Również brokuły i brukselka dostarczają całego szeregu witamin i minerałów pomagających wzmocnić system immunologiczny.

Sporty jesienne. Zadbaj o swoją kondycję !

Znalezienie czasu i motywacji do ćwiczeń, może nie być wcale takie łatwe, ale jesienna pogoda może sprawić, że ci się to uda. Jest kilka czynników, które przemawiają za wybraniem jesieni jako czasu, który przeznaczysz na ćwiczenia. Po pierwsze, jest chłodniej, więc się tak nie pocisz. Po drugie, ćwiczenia na dworze są bardzo przyjemne i pobudzające, szczególnie pośród kolorowych liści, których widok odwróci twoją uwagę, od spalania kalorii. Poniżej znajdziesz kilka pomysłów na jesienną gimnastykę.

- * Spaceruj, maszeruj, wybierz jazdę na rolkach czy na rowerze w parku, będziesz mieć możliwość przebywania wśród kolorowych liści, które z pewnością pobudzą twoje ciało i natchną optymizmem. Wykorzystaj chłodniejsze dni na szybki marsz do szkoły. Może to być także zwykły relaksujący spacer.
- * Możesz wybrać się do zoo z przyjaciółmi, to także doskonała okazja do spaceru i dotlenienia organizmu.
- * Możesz pojechać do lasu i tam zorganizować swojej rodzinie ścieżkę zdrowia, będzie to dobry sposób na wspólne spędzenie wolnego czasu. Pamiętaj, że najlepszym miejscem na gimnastykę i sport jest las, który oferuje nie tylko świeże powietrze, ale również niesamowicie barwne pejzaże jesienne.
- * Zbierz grupę przyjaciół i wybierzcie się na plenerową zabawę w paintball. Wybiegasz się na świeżym powietrzu, a także będziesz mógł spędzić efektywnie czas z przyjaciółmi.
- * Jeżeli masz do zrobienia jakieś zakupy - może dokupienie elementów garderoby jesiennej albo jakieś rzeczy potrzebne do szkoły, wybierz się pieszo na podbój sklepów.
- * Jesień napawa do refleksji, warto zatem pospacerować alejkami mieniącymi się różnobarwnymi liśćmi, by porozmyślać o sensie egzystencji i innych ważnych i mniej istotnych sprawach. Przy okazji zadbasz o kondycję i zdrowie.



Dobrym sposobem na spędzenie wolnego czasu z rodziną w jesienną porę jest grzybobranie.

Anita Pradun



W krainie zwierząt

Witam. Dzisiejszym tematem intrygujących oraz egzotycznych zwierząt będą... **Gekony**.
(miniaturka niżej)

Gekony to pięknie ubarwione stworzenia. Stworzenia, które się kocha.

Teraz kluczowe informacje o tych zwierzątkach.

1. **Opis**

2. **Rozmiary, pokarm, biotop**

3. **Zachowanie**

4. **Rozmnażanie**

5. **Funkcje ogona**



Ad.1

Skóra cienka i delikatna, pokryta małymi, ziarnistymi łuskami. Na skórze występują rogowe twory o różnym kształcie lub rogowe płytki. Głowa duża, wyraźnie wydłużona, oczy wystające, duże, często jasno ubarwione. Gatunki dzienne mają źrenice okrągłe, a nocne pionowe. Powieki u większości gatunków zrosnięte, przez co muszą czyścić oczy długim językiem. Źrenice mogą się zwężać lub rozszerzać. Ogon długi, zwykle stanowi połowę całkowitej długości ciała, w przekroju okrągły, często walcowaty. Większość gekonów zjada wylinkę (a) miniaturka niżej). U gatunków nadrzewnych występują pod palcami włoskowate przylgi, które umożliwiają im sprawne chodzenie po pionowych ścianach, sufitach, a nawet po szybach. Są jedynymi jaszczurkami mającymi zdolność wydawania donośnych głosów. Od jednego z tych dźwięków (gek-ko) pochodzi naukowa nazwa rodziny. Głosy samców różnią się od głosów samic. Gekony mają dobrze rozwinięty zmysł słuchu.



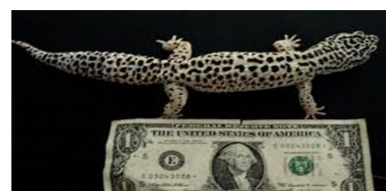
B) gekon przy jednodolarówce

Ad.2

Rozmiary

Długość od 1,4(a)miniaturka niżej) do 40 cm (b)miniaturka niżej)

Masa ciała od 2 do 800 g. a) gekon na ludzkiej dłoni



Biotop

Suche środowiska, lasy, skaliste pustynie, często zamieszkują w pobliżu ludzkich siedzib.

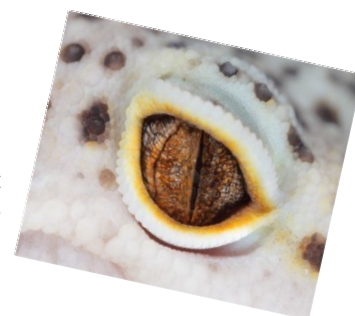
Pokarm

Głównie duże owady, większe gatunki są drapieżnikami polującymi na małe kręgowce - ptaki i gryzonie. Dorosłe gekony często zjadają mniejszych przedstawicieli swojego gatunku (np. gekon toke). Przedstawiciele rodzajów *Hoplodactylus* i *Naultinus* oprócz bezkręgowców jedzą również nektar i pyłek kwiatowy.

Ad.3



Gekony dzielą się na nocne (pionowe źrenice) (a) miniaturka niżej) i dzienne (okrągłe źrenice) (a)miniaturka niżej). Dzielne gekony, jak nazwa tłumaczy, prowadzą dzienny tryb życia i zazwyczaj są bardziej barwne od nocnych. Rzadziej występujące rodzaje gekonów dziennych to: *Pristurus*, *Phelsuma*, *Quedenfeldtia*, *Naultinus* i *Lygodactylus*.



Ad.4

Dojrzałość płciowa zwykle w 2 roku życia. Większość jest jajorodna, nieliczne (z Nowej Zelandii) jajożyworodne (rodzaje *Hoplodactylus* i *Naultinus* oraz *Rhacodactylus trachyrhynchus*). Trzy gatunki gekonów są partenogenetyczne. Samica składa od 1 do 2 jaj kulistego kształtu, w pergaminowych osłonkach pokrytych lepkiem śluzem, które przykleja w różnych szczelinach, pod kamieniami lub na ziemi.



Ad.5

U gekonów ogon spełnia wiele funkcji. Przede wszystkim jest pomocniczym narządem ruchu istotnym przy balansowaniu ciałem podczas wykonywania skoków. U wielu gekonów stał się on rezerwuarem tłuszczu. Gekon fałdoskóry posiada na ogonie specjalne fałdy. Fałdy te pomagają w lepszym przyleganiu do podłoża, w wykonywaniu lotu ślizgowego podczas skoku, a także do lepszego maskowania.



Na koniec moja opinia o tych zwierzakach.. Hmm.. Są bardzo przyjazne. Mają piękne ubarwienie.

Jeżeli lubisz zwierzęta, to polecam Ci gekona. Tylko musisz pamiętać żeby zakupuć większe terrarium, aby miał gdzie pochodzić...

Ogólnie rzecz biorąc (podsumowanie):

Gekon

*niewielkie rozmiary,
piękne ubarwienie,
przyjazny dla otoczenia,
potrzebuje większego terrarium niż ptasznik,
niedrogi w utrzymaniu,
nie należy do hałaśliwych, nie wydziela
brzydkiego zapachu.*



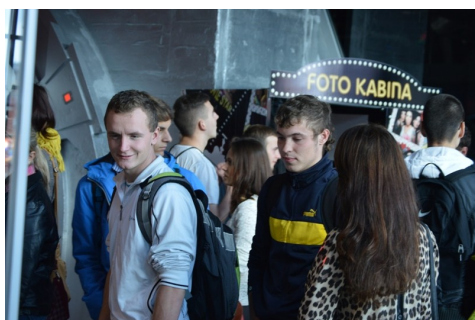
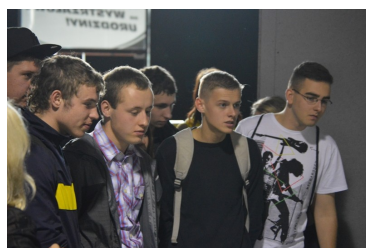
Tylko niestety gekony nie są tanie, między innymi przez ubarwienie Koszt takiego gekona wynosi od 70zł wzwyż...

To tyle w dzisiejszym wydaniu. W następnym numerze zajmę się innym ze zwierząt. Jakim?? To tajemnica ;)

Mateusz Frank

Bibliografia: <http://pl.wikipedia.org/wiki/Gekonowate>

Reminiscencje z wycieczki do Łodzi



Pierwszaki - "koty" miały przejściowe kłopoty !!!

Jedną z imprez, która stała się już tradycją w naszej szkole, są Otrzęsiny. Nic więc dziwnego, że pierwszoklasiści- by stać się pełnoprawnymi członkami naszej szkolnej społeczności- wzięli udział w tejże uroczystości.

Dnia 02 października okazał się nader ważny dla pierwszoklasistów. Tego dnia – cyjnej- odbyły się OTRZĘSINY KLAS PIERWSZYCH. Najpierw organizatorzy wie klasy III wystylizowali na kocią nutę młodszych kolegów, dzięki czemu zaroiło rzu od kociaków. Jurorzy wcielili się w postaci znanych osób: Justina Bibera, Wioletty Karola Strasburgera. Bohaterowie imprezy na początku musieli pokonać „tunel ciemności”. stopnie „kotki” zostały podzielone na dwie grupy: „Frytki” oraz „Placki” i stanęły ze sobą do rywalizacji w różnych konkurencjach m.in. wydobywanie fasolki z miseczki bez użycia rąk, przebranie się chłopców za dziewczynę i zatańczenie przy dostępnych akcesoriach, znalezienie estetycznego zastosowania m.in. stringów. Każda grupa musiała zaśpiewać wybraną piosenkę, po czym przed takim samym wyzwaniem stanęła wychowawczyni klasy I- p. Alicja Mechuła (na szczęście sorce pomogła jej klasa). Na koniec pierwszaki otrzymały zadanie specjalne- naszkicowanie wychowawczyni przez ucznia z zawiązanymi oczyma instruowanego przez kolegę z drużyny. Zwycięska grupa w nagrodę otrzymała mydło i papier toaletowy.

na piątej godzinie lek-
imprezy- uczni-
się na koryta-
Villas,
Na-
Miau ! Miau

KRÓTKI SONDAŻ NA TEMAT OTRZĘSIN

Zapytaliśmy pierwszaków o ich odczucia związane z Otrzęsinami:

Czy spodziewałeś/łaś się Otrzęsin tamtego dnia?

Ania: Tak, spodziewałam się.

Która konkurencja według Ciebie była najzabawniejsza?

Ania: Taniec przy szczotce i krześle.

Jak oceniasz uczniów z naszej szkoły?

Ania: Są bardzo mili i sympatyczni.

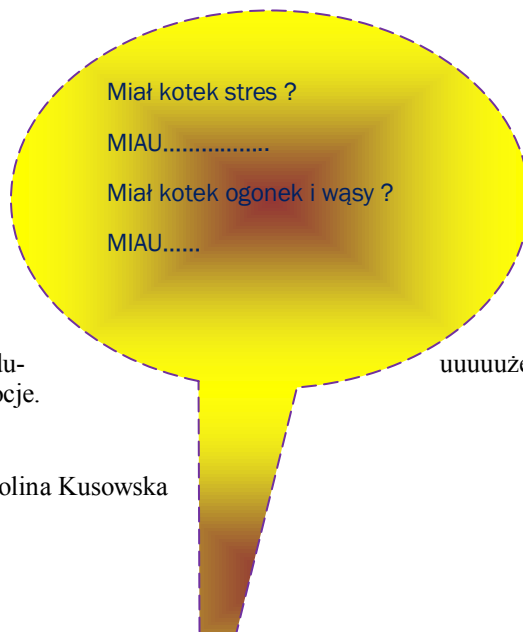
W jakiej skali od 1 do 10 oceniasz zabawę?

Ania: W skali 8

Jakie są Twoje odczucia po miesięcznym pobycie w szkole?

Ania: Jak to w szkole - dużo lekcji.

Cóż mogę dodać? Chyba to, że szkolne imprezy to świetna zabawa i du-
emocje.



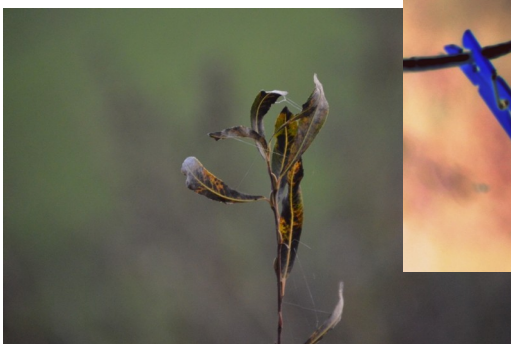
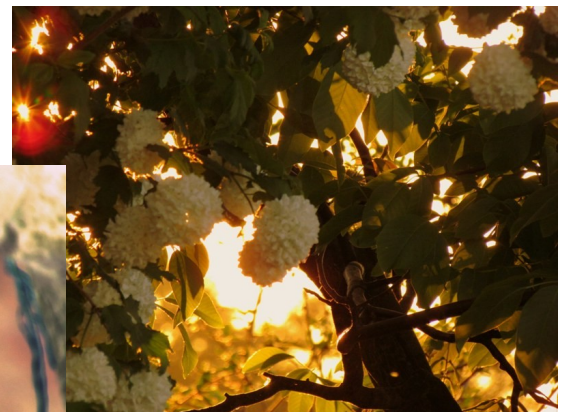
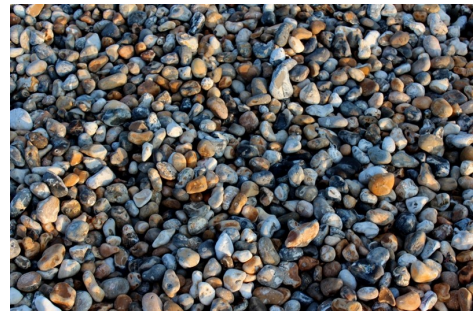
uuuuuże

Karolina Kusowska



Okiem szkolnego fotoreportera... Aleksandry Drzewieckiej

... ucztą dla oka



Kącik kulturalny

W jesienne dluuuuuugie wieczory warto sięgnąć po dobrą książkę, by przeżyć razem z bohaterami historie mrożące w żyłach krew albo wrzucić się do łez.



Książka: "Chustka"

"Chustka" to chyba jedyna książka, która już po pierwszych zdaniach, potrafiła wycisnąć ze mnie łzy. To piękna i prawdziwa historia Joanny walczącej przez dwa lata z rakiem. Bohaterka prowadziła blog, na którym dzieliła się z czytelnikami swoim życiem. Po jej śmierci blog ten został wydany w formie książki. Nie sposób oderwać się od lektury. Czytając, byłam pod wielkim wrażeniem siły Joanny i cierpiałam razem z nią. Książka wrzuci nawet największego twardziela, polecam!:-)

Stephen King, „Doktor Sen”

A teraz coś dla fanów twórczości Kinga. Najnowsza powieść słynnego autora powieści grozy to kontynuacja „Lśnienia”. Dan Torrance jest już dorosłym mężczyzną i poznaje coraz więcej ludzi „jaśniejących” jak on, odkrywa też grupę ludzi stanowiących dla nich zagrożenie i wie, że za wszelką cenę musi ich powstrzymać. Muszę przyznać, że King po raz kolejny mnie nie zawiodł - książka jest naprawdę świetnym, trzymającym w napięciu horrorem, po którym bałam się iść po ciemku do łazienki.



Piosenki jesienią pachnące

Jesień niejedno ma imię, z jednej strony napawa do zadumy, z drugiej przynosi miłosne uniesienia i tęsknotę za czymś lub kimś bezpowrotnie utraconym. W ponure jesienne dni zachęcamy do słuchania pięknych, starych piosenek, które wprowadzą nas w melancholijno-sentymentalny nastrój, a poza tym pozwolą poznać różne oblicza tej pory roku.

„Kasztany” z rep. Edyty Górniak

Mówiłeś - włosy masz jak kasztany
I kasztanowy masz oczu blask
I tak nam było dobrze kochany
Wśród złotych liści, wiatru i gwiazd
Gdy wiatr kasztany otrząsał gradem
Szepnąłeś nagle zniżając głos
Odjeżdżam dzisiaj, lecz tam gdzie jadę
Zabiorę ze sobą tę złotą noc

Kochany, kochany
Lecą z drzewa jak dawniej kasztany
Wprost pod stopy par roześmianych
Jak rudy lecą grad
Jak w noc, gdy w alejce
Rudy kasztan Ci dałam i serce
A Tyś rzekł mi trzy słowa, nic więcej
Ze kochasz mnie i wiatr ...

Juz trzecia jesień park nasz wyzłaca
Kasztany lecą z drzew trzeci raz
A Twoja miłość do mnie... nie wraca
Choć tyle błyszczy liści i gwiazd
I tylko złoty kasztan mi został
Mały talizman szczęśliwych dni
I ta jesienna piosenka prosta
Która wiatr, może zaniesie Ci ...

„Żółty jesienny liść” z rep. Janusza Laskowskiego

Żółty jesienny liść
Tyle mi opowiedział,
Dałaś mi go bez słów,
jednak on dobrze wiedział.

Jesień wszystko odmienia,
Niesie smutek i łzy.
Lecz zawdzięczam jesieni,
Że kiedyś kwitły bzy.

Żółty liść opadł z drzewa,
Naszych uczuć i marzeń,
Tułę do ust i szepczę,
Że to nie takie proste.

Jesień wszystko zamienia,
Zwiędłe liście i wiatr,
Miłość moja do ciebie,
Wciąż trwa, wybacz, że trwa.

Garstkę prochu liścia,
Zostawiłaś po sobie,
Garstkę prochu wspomnień,
Porwał jesienny wiatr.

Porwał jesienny wiatr

Kącik profilaktyczny

STOP OTYŁOŚCI!

Prerażająca jest dziś ilość otyłych dzieci w szkołach. Z badań przeprowadzonych przez Instytut „Pomnik - Centrum Zdrowia Dziecka” wynika, że 18,6% przebadanych chłopców i 14,5% dziewczynek cierpi na nadwagę lub otyłość. W przedziale wiekowym 7-18 lat odsetek polskich dzieci, mających problem z nadmierną masą ciała wynosi 20%.

Z badań wynika, że najczęściej problem z nadwagą i otyłością mają dzieci mieszkające w miastach powyżej 500 tys. mieszkańców (szczególnie, gdy oboje rodzice pracują) i na wsiach (tam, gdzie rodzice trudnią się rolnictwem). Nadwagę sprzyja również zamożność, problem jednak prawie nie dotyczy osób najlepiej zarabiających. Nadmiernej masie ciała sprzyja również posiadanie własnego pokoju, komputera i telewizora, jak również bycie jedynakiem. Problemy z nadwagą lub otyłością częściej mają dzieci, które nie chodzą pieszo do szkoły, tylko są podwożone przez rodziców. Wśród chłopców nadwagę ma aż 20% jedynaków. Takie problemy zdarzają się dwa razy rzadziej u chłopców posiadających trójkę rodzeństwa. U dziewczynek różnica jest mniejsza, ale też wyraźna. Nadwagę ma 15% jedynaczek i 9% posiadających rodzeństwo. Z badań wynika również, że nadwaga i otyłość jest „zaraźliwa”. Nawyki w grupie rówieśniczej rozprzestrzeniają się bardzo szybko, stąd też jeśli dziecko przebywa w otoczeniu osób, które mają nadmierną masę ciała, po pewnym czasie ono także zaczyna przybierać na wadze. To samo dotyczy dzieci, których rodzice mają problem z nadwagą lub otyłością. Nadwaga i otyłość dotyczy około 22% chłopców i 18% dziewczynek w szkołach podstawowych, w gimnazjach odsetek ten jest nieco niższy, odpowiednio 15% i 12%. Wśród uczniów szkół ponadgimnazjalnych, nadmierną masę ciała posiada 17% chłopców i 10% dziewcząt.

Jak walczyć z nadwagą?

Ruch

Po pierwsza- aktywność fizyczna, a zatem jak najmniej czasu spędzaj przed telewizorem i komputerem. Każdą wolną chwilę wykorzystaj na ruch- spacer w gronie rówieśników, jazdę na rowerze, na rolkach. Zaplanuj sobie dwa razy w tygodniu wyjście na basen lub na siłownię. Może umówisz się z grupą przyjaciół na mecz koszykówki czy siatkówki? A może zapiszesz się na kurs tańca? Zaangażuj się w pomoc przy pracach domowych. A może jogging na łonie natury, w lesie? Musisz wprowadzić samodyscyplinę- ćwiczenia gimnastyczne codziennie, przynajmniej 20 minut.

Dieta

Jakie produkty i dlaczego, powinny się znaleźć w „jesiennym” koszyku i na talerzu?

Warzywa, soki owocowe (wyciskane w domu, nie z kartoników), ciemne pieczywo, jogurty odtłuszczone, otręby jako dodatek np. do jogurtu, orzeszki np. ziemne, laskowe, chude wędliny, chude mięso (najlepiej z kurczaka, z indyka), ryby, kasze (najlepiej gryczana, jaglana), owoce- grejpfruty, słodkie owoce w umiarkowanych ilościach., chudy nabiał. Jako przekąskę zamiast słodkich bułeczek itp., chipsów wybierz ulubiony owoc. Warzywa powinny stanowić ponad połowę dania. Wypijaj się – kiedy jesteś niewyspany częściej sięgasz po jedzenie, bo nieustannie odczuwasz głód. Jedz powoli, z mniejszego talerza- musisz zmniejszyć porcje - jedynie warzyw nie musisz sobie żałować . Zamień słodkie napoje na wodę mineralną i niesłodzona herbatę np. owocową.

Co wyrzucić z jadłospisu?

Zapomnij o chipsach, słonych przekąskach, żywności typu fast food, słodyczach! Unikaj zbyt długich przerw między posiłkami- jedz o stałych porach, pięć posiłków dziennie. Przerwa pomiędzy posiłkami nie może być dłuższa niż 4 godziny.

Oczywiście, nie możesz zupełnie zrezygnować z ulubionych potraw i przekąsek. Raz w tygodniu możesz zjeść ulubione danie czy deser. Musisz jednak wykazać się silną wolą i konsekwencją. Nie możesz pozwalać sobie zbyt często na chwile słabości. Jeśli dopadnie cię wilczy głód, wybierz orzeszki , owoce. Zawsze w momentach kryzysowych pomyśl, jak wiele udało się tobie już się osiągnąć, co jest twoim celem , np. poprawa wyglądu. Nie możesz się poddać! Pomyśl, jaki efekt przyniesie zmiana trybu życia i nawyków żywieniowych! Zgrabna sylwetka, poprawa samopoczucia, wyższa samoocena.

Uśmiechnij się

Rozmawiają dwa jesienne liście:

- Kiedy spadamy?
- Nie mam zielonego pojęcia.

Kto wymyślił pożegnania?

Do zobaczenia! - okulista

Do usłyszenia! - laryngolog

Jeszcze do Ciebie zajrzę! - chirurg

Jak będziesz mieć problem, to dzwoń! - psycholog

Jeszcze się policzymy! - matematyk



„Cytatowo”

„Młodość zachłannie wyrywa kartki z kalendarza życia...
Jesień naszych dni pragnie je tam zatrzymać.”

„Jesienny jedwab sennego dnia.”

„Szaleństwo kolorów jesieni napędza mnie kojącym spokojem. Jakbym czuła już ciepło kominka...”

„Po złotym dywanie dziś szłam
błyszczał w słońcu jesiennym
złamany Miedziano-zielonym
unosił mnie .. choć stapałam po ziemi”

„Jesień w kolorze cynamonu, a świat pachnie owocami”

Niebo samo nie spadnie,
trzeba je osiągnąć

Adam Mickiewicz

o „Naprawdę istnieje tylko jedna radość:
obcowania z ludźmi”.

Antoine de Saint-Exupery

Wszystko, co doskonałe,
dojrzeje powoli

Arthur Schopenhauer

Myśli nieokielznane

Myśli, które niespodziewanie wpadły do głowy.

„Czy musisz otwierać oczy, żeby widzieć ?”

„ Idąc alejką zasypaną liśćmi, wciąż znajduję myśli kiedyś zgubione”.

„Patrzyłeś szeroko otwartymi oczyma, niczego nie widząc ”.

„Nie musisz nic mówić, żeby wyznać bliskiej osobie sekret serca”.

„Tylko wtedy, gdy zamykasz oczy, widzę, jak bardzo się tobie podobam...”

„Wokół tysiące barw, a mnie wciąż brakuje koloru twoich oczu”



*W tajemnicy każdego człowieka
Istnieje wewnętrzny krajobraz:
z nietkniętymi równinami,
z wąwozami milczenia,
z niedostępnymi górami,
z ukrytymi ogrodami.
Antoine de Saint-Exupery*

Skład redakcji: Igor Rybicki, Agnieszka Miłek, Arek Ormiński, Justyna Goździalska, Jakub Golebiewski, Mateusz Frank, Karolina Kusowska, Aleksandra Drzewiecka.

Fotoreportaż: Aleksandra Drzewiecka

Oplekunowie: mgr Wanda Nowakowska, mgr Maria Matusiak