

numer 73 grudzień 2010

SZKOŁOSFERA

Gazetka Szkolna Gimnazjum w Płochocinie



BIAŁA

Święta

MIKOLAJKI to święto obchodzone 6 grudnia na cześć Świętego Mikołaja – biskupa Miry.

Zazwyczaj 6 grudnia obdarowujemy się wzajemnie prezentami.

Możemy zrobić to na wiele różnych sposobów :

-Umieścić upominek w dużej, ozdobnej skarpecie;

-Ostrożnie umieścić drobiazg pod poduszką szczęściarza;

-Po prostu wręczyć prezent obdarowywanej osobie;

Jeśli chcemy zrobić coś niespodziewanego możemy zaskoczyć innych i zorganizować w jakiś przyjemny sposób czas .

Święty Mikołaj

urodził się w Licji w Azji Mniejszej około roku 280. Od dziecka odznaczał się pobożnością.

Rodzice Mikołaja zmarli ok. roku 300 podczas zarazy, która w tym czasie nawiedziła Licję.

Otrzymał spadek Mikołaj przeznaczył na pomoc biednym i potrzebującym. Legenda głosi, że upominki te wręczał anonimowo. Mimo wyświęcenia na biskupa Miry pozostał człowiekiem niezwykle skromnym, wszystkie posiadane dobra rozdawał biednym i potrzebującym. Zmarł 6 grudnia około roku 345.

Do dziś utrzymujemy zwyczaj obdarowywania bliskich prezentami.

Święty Mikołaj z Laponi (Santa Claus, Father Christmas) jest baśniową postacią sympatycznego pyzatego grubasa z białą brodą ubranego w czerwony strój przypominający krasnalą.

Prezenty

Jak co roku kupujemy naszym bliskim prezenty. Jest to jeden z najtrudniejszych wyborów, których musimy dokonać przed świętami. Pamiętaj, że nawet drobny gest może ucieszyć twoją rodzinę.



Boże Narodzenie

Obchodzone jest 25 grudnia od IV wieku naszej ery. Święto poprzedza czterotygodniowy okres Adwentu, zakończony Wigilią i mszą odprawianą o północy – pasterką.

Tradycje i zwyczaje

Dzielenie się opłatkiem

Najważniejszym i najbardziej wzruszającym momentem jest dzielenie się poświęconym opłatkiem. Staropolskie opłatki były różnokolorowe i bardzo ozdobne. Dziś opłatki są białe i ozdobnie wytłaczane. Nazwa "opłatek" pochodzi od łacińskiego słowa "**oblatum**", czyli dar ofiarny.

Śpiewanie kolęd

Nazwa kolęda pojawiła się dawno temu. Wywodzi się ona od słowa "calendae", tak bowiem Rzymianie nazywali początek każdego miesiąca. Owe kalendy, szczególnie styczniowe, czyli noworoczne, obchodzili bardzo radośnie, bawili się, śpiewali, składali sobie życzenia i obdarowywali prezentami. Kościół katolicki zniósł stary, pogański zwyczaj obchodzenia kalend, zachowała się jednak tradycja śpiewania pobożnych pieśni, sławiących narodziny Chrystusa, odwiedzania się w domach, kupowania świątecznych podarunków. W ten sposób do języka naszych dziadków weszło łacińskie słowo "calendae" czyli kolęda.

Płochocin Rządzi

Dnia 27 listopada w naszym gimnazjum odbyły się gminne zawody w piłkę koszykową dziewcząt. Nasza drużyna w składzie:

- Łupińska Marta
- Głogosz Paulina
- Jabłońska Dagmara
- Frąckiewicz Ola
- Dorodzińska Ilona
- Błażejewska Natalia
- Jaglarz Klaudia
- Budzowska Karolina
- Strzelak Patrycja

Zmierzyła się z drużyną dziewcząt z Ożarowa. Z całą pewnością nie można powiedzieć, że walka była wyrównana, gdyż nasze zdolne koleżanki przewyższały swoje rywalki niemal we wszystkim. Były szybsze, zwinniejsze, posiadały lepszą technikę a przede wszystkim zostały o wiele lepiej przygotowane. Za co gratulacje i podziękowania należy złożyć trenerce Annie Grobelnej, która włożyła w przygotowanie zawodniczek wiele wysiłku.



Przez większość meczu Płochocin był przy piłce, bezradny Ożarów nie był w stanie jej odebrać i dlatego często dochodziło do brutalnych wręcz fauli. Mnóstwo akcji gospodarzy kończyło się punktem a częste rzuty osobiste były niezwykle celne. Wynik końcowy 47:0 (oczywiście dla Płochocina) specjalnie nikogo nie zdziwił, ale dostarczył radości i dużo pozytywnej energii.

10 grudnia w Żyrardowie odbyły się zawody między powiatowe, na których dziewczęta zmierzyły się następującymi drużynami: Milanawem, Żyrardowem (zawodowymi koszykarkami) oraz z Lasocinem. Po naprawdę ciężkiej i trudnej rywalizacji dziewczyny zajęły 3 miejsce, co jest wielkim sukcesem, ponieważ zdarzyło się to pierwszy raz w historii naszej szkoły. Serdecznie gratulujemy!

Nie zapominajmy też o naszych drogich sportowcach, którzy również odnieśli zwycięstwo. W składzie:

- Dymkowski Damian
- Rutkowski Bartek

-Lewandowski Daniel

-Brzeziński Bartek

-Sobczyński Damian

-Kopeć Klaudiusz

-Wiśniewski Krystian

-Lubański Marcin

-Kuba Kodłubajski

-Paweł Głogosz

Zwycięski mecz z Ożarowem zakończony został wynikiem 22:8, a na zawodach powiatowych chłopcy wywalczyli złoto. Czego również gratulujemy a także życzymy dalszych sukcesów.

Co zrobić żeby nie chorować?

Za oknem zimno i mokro – fuj... Prawie każdy w szkole kicha i prychnie. No i mimo, że się broniłeś, mogłeś złapać jakiegoś wirusa, który szybko Ciebie nie opuści, więc może daj mu jakieś imię. Co jednak zrobić, by tego uniknąć? Jak zapobiegać przeziębieniu? I jak się leczyć? Na te oraz inne pytania odpowie wam sam Dr. Sferuś.

Zapewne nikt z was nie lubi chorować ani przyjmować leków. Dlatego najlepiej zapobiegać infekcją.

Oto kilka wskazówek jak to robić:

-Po pierwsze- zdrowa dieta - dużo owoców i warzyw, czyli inaczej dużo witamin.

-Po drugie - skoro już o witaminach - każdy chyba wie, że witamina C podnosi odporność organizmu, dostępna jest w różnych postaciach. Więc nie pozostaje nic innego, jak tylko ją zażywać.

Po trzecie - pijmy dużo różnego rodzaju herbatek z owoców leśnych.

Herbatki takie oprócz witaminy C, zawierają całe mnóstwo innych zwiększających odporność składników.

Oprócz diety warto pamiętać o kilku innych zasadach:

Ubranie: Bardzo ważne jest odpowiednie dopasowanie ubrania do temperatury na zewnątrz. Najlepszym sposobem jest ubieranie się na tzw. cebulkę.

Świeże powietrze: Ruch na świeżym powietrzu wspaniale wzmacnia odporność.

Sen: Brak snu bardzo zmniejsza odporność.



Co jeśli już zachorujemy?

Jeżeli pomimo wszystko przytrafi się nam jakaś infekcja, nie należy jej lekceważyć. Najlepiej wtedy położyć się na kilka dni do łóżka. To najlepsze rozwiązanie. Zarówno podczas przeziębienia jak i w trakcie grypy nasz organizm jest osłabiony nie obciążajmy więc go dodatkowymi czynnościami. W czasie choroby wskazane jest także picie dużej ilości płynów. Najlepiej soków owocowych. Możemy także kupić w aptece środki, które łagodzą objawy przeziębienia. Jeżeli jednak nasz stan zdrowie nie polepszy się w przeciągu kilku dni, musimy skontaktować się z lekarzem.

Czym różni się przeziębienie od grypy?

GRYPA

Początek: nagły i błyskawiczny

Temperatura: zawsze wysoka gorączka (powyżej 39°C)

Katar: nie zawsze

Bóle mięśni i stawów: bardzo często

Samopoczucie: bardzo złe

Powikłania: często

PRZEZIĘBIENIE

Początek: powolny, łagodny

Temperatura: najczęściej nieznacznie podwyższona

Katar: zawsze

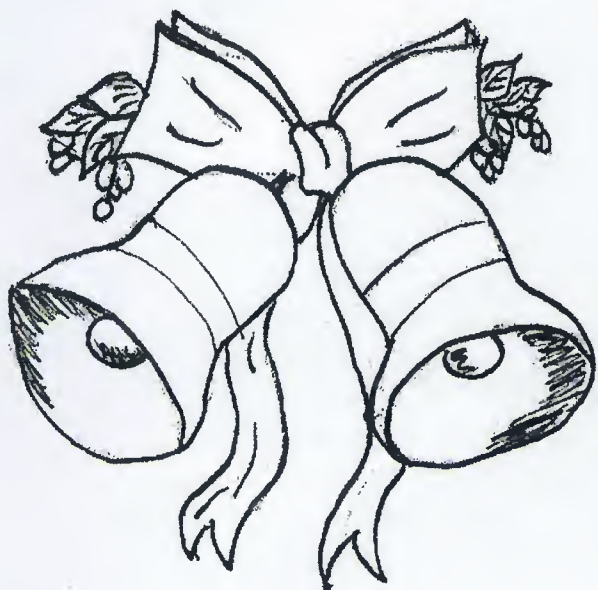
Bóle mięśni i stawów: rzadko

Samopoczucie: umiarkowanie złe

Powikłania: rzadko

Zima, zima, zima

Na chwilę, gdy wszystko pokryje świeży biały śnieg, czekaliśmy już od początku listopada. Zima przyszła jednak tak niespodziewanie i gwałtownie, że była wielkim zaskoczeniem. Wszystko zaczęło się 27 listopada. Po zmroku, około godziny 19 zaczął pruszyć gęsty śnieg. W tym czasie bawiłam się na dyskotecie szkolnej, więc radość była podwójna. Padał przez całą noc. Nazajutrz wszystko - drzewa, trawa, dachy domów były przykryte bielą. Temperatura nie była znowu taka niska, więc chętnie wychodziliśmy na dwór i korzystaliśmy z uroków zimy (obrzucanie śnieżkami chyba nigdy się nie znudzi). Prawdziwa śnieżycza nadeszła nad Płochocin i okolice 29 listopada. Temperatura spadła znacznie poniżej zera (nawet do 19stopni!), a śnieg sypał tak, że ulice stały się nieprzejezdne, na chodnikach były zasypane do kolan, a schody zamieniły się w zjeżdżalnie. To sprawiło, że wielu uczniów nie było w stanie dojść do szkoły, gdzie zaczęło świecić pustkami. Klasy z 20-osobowych stały się 10-osobowymi. Największy atak zimy, która już wszystkim zaczęła się dawać we znaki nastąpił w czwartek 2 grudnia. W tym dniu lekcje praktycznie nie były prowadzone, gdyż w szkole było około 50% wszystkich uczniów. Wielu nauczycieli również miało problemy z dotarciem do pracy, nie tylko ze względu na zasypane drogi, ale też opóźnione przyjazdy pociągów.



Niska temperatura i awarie prądu tego nie ułatwiały. Uczniowie chodzili po korytarzach w szalikach, rękawiczkach i czapkach, nawet w kurtkach. Nie wszystkim to martwiło, można wręcz powiedzieć, że uczniowie byli szczęśliwi z takiego obrotu sprawy. Dyrekcja szkoły sprawiła nam wielką niespodziankę, ogłaszając, że piątek 3 grudnia będzie dniem wolnym. Trzydniowy weekend to chyba coś, czego każdy z nas potrzebował po tak ciężkim tygodniu walki z wszechobecnym śniegiem. Każde wyjście z domu przy takiej pogodzie zamieniało się w prawdziwą wyprawę. Prognozy na następne tygodnie zapowiadają kolejne opady śniegu, jednak będzie o wiele cieplej. Miejmy nadzieję, że śnieg utrzyma się długo, bo przecież tak naprawdę wszyscy mamy niemałą frajdę z jego podziwiania (zwłaszcza z okien w ciepłym domku). Fakt, że jednak mogłoby być trochę cieplej. Lepcie bałwany, róbcie orzełki i korzystajcie, bo taka zima może długo nie wrócić.

Alice.



Sylwester

Jak spędzić sylwestra?

Szalona, sylwestrowa noc jest po to, aby się cieszyć, bawić, spędzać czas w szampańskich humorach, a nie zmagać się z problemami. Oto kilka porad dla tych, którzy wybierają się na imprezę: Zawsze sprawdzaj, w jakim towarzystwie będziesz, aby uniknąć rozczarowań. Jeśli decydujesz się na zabawę uliczną, zrezygnuj ze zbyt eleganckiego stroju, gdyż przeziębienie nie byłoby najlepszą pamiątką po sylwestrze. Nie namawiaj partnera do tańca skoro on tego nie chce, ponieważ kwaśna mina nie wygląda dobrze na zabawie. Buty kupuj zawsze wcześniej, aby twoje nogi się do nich przyzwyczyły, żeby uniknąć bolesnych odcisków i pęcherzyków. Gdy wybierasz się na zabawę, zawsze pamiętaj, żeby w jakiś sposób z niej wrócić cało. Jeśli przewidujesz powrót pieszo, to najlepiej weź w torbę jakieś wygodne buty na zmianę, rękawiczki i czapkę, gdyż w szpilkach nie najlepiej wraca się w mroźny poranek. Pamiętaj: „jaki sylwester, taki cały rok”, więc nie myśl o trudnych sprawach i kłopotach - tylko baw się na całego!

Jak samemu zorganizować sylwestra?:

Jeśli planujesz sylwester urządzić w swoim domu, to zadaj, aby gościom było dobrze i zorganizuj parę ciekawych zabaw: Oto kilka propozycji: Znajdź postanowienie: Otóż, zabawa polega na tym, aby napisać na kartach śmieszne postanowienia, np. „w nowym roku ogolę głowę”, ukryj je pod różnymi przedmiotami w domu. Każdy z gości ma znaleźć jedną przepowiednię i przeczytać ją na głos. Zgadywanki z życia gości:

Przed imprezą przygotuj krótkie notki o każdym z gości (najlepiej o czymś, co miało miejsce w minionym roku). Np. „urodziły mu się bliźniaki”, imię osoby, imiona dzieci. Lub „nosił ten sam strój codziennie przez dwa tygodnie” imię osoby, opis stroju. Napisz wszystkie zagadki na jednej kartce, a każdemu z gości wręcz jedną kopię. Ten, kto będzie miał najwięcej poprawnych odpowiedzi po 10-15min w grywa. Prawda czy fałsz:

Na kartce papieru napisz imię każdego z gości, przy każdym imieniu napisz kilka zdań prawdziwych i fałszywych. Kartki rozdaj gościom na około godzinę, po tym czasie muszą zdecydować, które zdanie jest prawdziwe, a które fałszywe. Osoba, która będzie miała najwięcej poprawnych trafień wygrywa nagrodę. Kiedy wszyscy będą już zdecydowani, przeprowadźcie ogólne głosowanie, co może być prawdą a co fałszem, to doskonała zabawa!

Sylwester dla szalonych „nastek”:

Masz naście lat i wydaje Ci się, że Świat należy do Ciebie! Chciałabyś, aby ten Sylwestrowy wieczór był wyjątkowy, czujesz się dorosła i odpowiedzialna, ale rodzice nie chcą Cię puścić na wymarzoną imprezę... Skoro tak postępują to muszą mieć pewne powody. Nie unosi się honorem i nie trzaszaj drzwiami, jeszcze nic straconego, pomyśl jak inaczej zaplanować ten wieczór? Sylwester ma być świętem, powodem do radości i do zabawy, ale niestety nie zawsze tak jest. Mnóstwo osób nadużywa tego dnia alkoholu, często też sięgają po narkotyki, zazwyczaj uwaga dorosłych jest wówczas uśpiona i stąd biorą się nieszczęśliwe wypadki i bardzo przykre zdarzenia... Pewnie towarzystwo starszych osób bardzo Ci imponuje, ale naprawdę nie warto ryzykować zdrowia i życia dla jednej szalonej nocy! Zamiast się buntować, porozmawiaj ze znajomymi, którzy mają podobny problem i znajdźcie wspólnie rozwiązanie. Jeśli pogadacie z rodzicami, to z pewnością zgodzą się na to, abyście się spotkali u kogoś w domu pod nadzorem dorosłej osoby. Nikt oczywiście nie będzie Was obserwował, chodzi tylko o to, żeby w pobliżu - czy to w mieszkaniu obok, czy w sąsiednim pokoju - był ktoś odpowiedzialny. Jak zorganizować taką imprezę? To może być na przykład "babski wieczór" - razem z przyjaciółkami przygotujcie wspólnie sałatkę, albo inne proste danie, możecie poeksperymentować w kuchni - to świetna zabawa! Jeśli nie odpowiada Wam program telewizyjny, to wypożyczcie wcześniej kilka ulubionych filmów - do tego polecamy miskę pełną popcornu. Możecie też bawić się w stylistki i wykonać wzajemnie na sobie prawdziwie karnawałowe makijaże i fryzury! Potem czas na szaloną sesję fotograficzną - za kilka lat będziecie „z łezką w oku” wspominać tego Sylwestra! Jeśli są wśród Was koledzy, to może lepiej nie męczyć ich romantycznym filmem, ani nie zmuszać do tego, by dali sobie pomalować rzęsy... Proponujemy na przykład zabawę w kalambury - to sprawdzona rozrywka nawet wśród dorosłych - można odgadywać tytuły filmów, przysłowia, nazwy rzeczy albo czynności, salwy śmiechu gwarantowane! Podobnie jest w przypadku zabawy w dubbing - trzeba włączyć znany wszystkim film albo odcinek serialu i podzielić się na role, wyłączyć dźwięk i na bieżąco wymyślać nowe, śmieszne kwestie naszych bohaterów. Kiedy już się rozkręcicie pora włączyć dobrą muzykę i trochę się poruszać - to w końcu Sylwester - nie wypada podpierać ścian! Pewnie będziecie mieli tyle pomysłów i tyle tematów do poruszenia, że noc okaże się zbyt krótka... tylko nie przegapcie północy, co prawda „czar nie pryśnie”, ale trzeba przywitać Nowy Rok symboliczną lampką szampana!



Horoskop sylwestrowy

Baran

21 marca - 19 kwietnia



Baran spędzi sylwestra w domu, obżerając się wysokokalorycznymi potrawami oglądając sylwester z jedyką. Tak spokojnie spędzona noc zaowocuje udanym nowym rokiem.

Byk

20 kwietnia - 20 maja



Byk w sylwestra będzie potrzebował dużej mapy, gdyż odwiedzi nie jeden night-club i z pewnością zgubi się w jednym z nich. W nowym roku czeka go wiele niespodzianek (nie zawsze miłych).

Bliźnięta

21 maja - 21 czerwca



Oni wiedzą jak się bawić. W towarzystwie najbliższych przyjaciół przeżyją niesamowitą przygodę. Nie obejdzie się bez fajerwerków (i wypadków), także w życiu codziennym.

Rak

22 czerwca - 22 lipca



Osoby spod tego znaku sprawią, że w roku 2011 przyrost naturalny w Polsce wzrośnie! Z tego wniossek taki, że Sylwester będzie udany.

Panna

23 sierpnia - 22 września



Osoby spod znaku panny to dzicy imprezowicze. Zanim wybije północ, panny znajdą się w izbie wytrzeźwień i resztę Nowego Roku spędzą nieprzytomne. Kolejny rok będzie dla nich niezbyt wesoly.

Waga

23 września - 22 października



Szalona domówka w nielicznym, ale elitarnym gronie i małą ilością trunków- tak zapowiada się impreza u wag. Nowy rok będzie dla nich jeszcze lepszy niż poprzedni.

Skorpion

23 października - 21 listopada



Kac murowany. Impreza w nieznanym klubie, w nieznanym mieście i z nieznanymi ludźmi. Kac skończy się szybciej niż powrót do domu! Na nowy rok skorpiony odpuszczają sobie większe podróże.

Strzelec

22 listopada - 21 grudnia



Sylwester jak i nowy rok zapowiada się dla strzelca wystrzałowo. Noc spędzi z ukochaną osobą, na pewno znajdzie ciekawe zajęcie!

Koziorożec

22 grudnia - 19 stycznia



Koziorożce to przeważnie single, sylwester spędzą samotnie, ale nie będą tego żalować. W tę noc poznają jednak kogoś interesującego. Na rok 2011 zapowiada się więc gorący romans.

Wodnik

20 stycznia - 18 lutego



Sylwester w innym kraju, kosztowanie miejscowych trunków i szalowa zabawa z tubylcami- tak będzie wyglądał 31 grudnia dla wodnika. Rok 2011 to jednak nie twój rok!

Ryby

19 lutego - 20 marca



Ryby nie tylko w wodzie czują się znakomicie, ale także na balach. Piękna suknia, garnitur oraz walc wiedeński będą zapowiedzią dostatniego 2011 roku.