



# KAŁAMARZ

ROK SZKOLNY 2021/2022 [www.sp84.wroclaw.pl](http://www.sp84.wroclaw.pl)

## W TYM NUMERZE...

Wywiad z... panem  
Krzysztofem  
Wielogóskim  
Co nam w duszy gra... -  
W. Bielawska, H. Góra,  
M. Jarycka-Kropielnicka  
To warto zobaczyć... -  
Zanzibar  
Coś dla ciała... - Kulki mocy  
do śniadaniówki  
Coś dla oka  
Migowy kącik  
Szkolne wieści  
English Corner

## REDAKCJA

Hanna Góra, 7c  
Maria Jarycka-  
Kropielnicka, 5a  
Ewa Gaczoł, 4c  
Wiktoria Bielawska, 7c  
Nikodem Podgórski, 7c

## Opracowanie i

### korekta:

Pani Bogna Adamczyk

## REDAKTOR NACZELNA ☺

**Pani Marzena  
Gaczoł**



## UROK JESIENI

Jesień przybyła i złotem drzewa okryła,  
Gdy chmury ciemnieją i świat mgła otula,  
wiemy, że się rozgościła,  
Teraz witają nas szare poranki i dni kolorowe,  
Długie wieczory i noce deszczowe,  
Na krzewach jarzębiny korale się rumienia, liście złocą,  
Kocham ten widok całego swego serca mocą,  
Jesień przemija,  
Lecz my za rok znów będziemy jej piękno podziwiać.

Maria Jarycka-Kropielnicka



## Nowość ☺

Podziel się z nami swoją pasją!  
Czekamy na Twoje teksty, sugestie, zdjęcia i spostrzeżenia.  
Mail do redakcji: [redakcja.sp84@gmail.com](mailto:redakcja.sp84@gmail.com)

# 100 PYTAŃ DO...

## *Pana Krzysztofa Wielogórskiego*



fot. Adobe Stock

**Mój znak zodiaku to...** Bliźnięta

**Moje najwcześniejsze wspomnienie z dzieciństwa...** yyy, nie pamiętam, ale chyba wtedy jak bawiłem się ze starszym bratem kolejką elektryczną ustawioną na środku pokoju, która jeździła w koło.

**Gdy byłem dzieckiem, marzyłem o tym, żeby być...** maszynistą w pociągu albo motorniczym tramwaju.

**Moim ulubionym zwierzęciem jest...** nie mam jednego ulubionego zwierzęcia, ale uwielbiam wszystkie zwierzęta dziko żyjące w naturze. Podczas wędrówek lubię je podziwiać, jeśli się pojawiają przez chwilę



**Gdybym wygrał milion...** na pewno pojechałbym w daleką podróż, myślę że do Ameryki Południowej, do Stanów Zjednoczonych i do Australii (pewnie by nie starczyło na to miliona, więc chciałbym wygrać 2 miliony!)

**Nie wyobrażam sobie życia bez...** spacerów, oddychania świeżym powietrzem.

**We Wrocławiu najbardziej podoba mi się...** Odra, wały nad Odrą i groble, nawet w centrum miasta panuje tam niesamowity spokój.

**Miejscem na świecie, które chciałabym zobaczyć jest...** Islandia, chciałabym zobaczyć gejzery i wspiąć się na lodowiec.

**Chciałbym umieć** ładniej rysować, niestety w szkole z plastyki miałem zawsze trójki.



**Moja ulubiona pora roku to** oczywiście lato !!!

**W wolnym czasie** dużo spaceruję, lubię wędrówki górskie i te po nizinach, po lasach, dużo jeżdżę na rowerze. Czasem spędzam wolny czas, oglądając filmy. Lubię też chodzić na koncerty do Narodowego Forum Muzyki.

**Moja ulubiona potrawa:** pierogi.

**Moim ulubionym sportem są** siatkówka i badminton.



**Moim idolem jest...** uwielbiam i podziwiam Panią Magdę Gessler. Zawsze, gdy jadę gdzieś w Polskę, to sprawdzam, czy były w tej miejscowości „Kuchenne rewolucje”, aby zasmakować tamtejszych potraw. Co czwartek oglądam jej program w telewizji.

**Moimi ulubionymi książkami są:** „Mistrz i Małgorzata” Michaiła Bułhakowa oraz kryminały Jo Nesbø.

**Moim ulubionym filmem jest:** „Moulin Rouge” i wszystkie filmy o Jamesie Bondzie.

**Najdziwniejsza rzecz, jaka mi się zdarzyła?** Idąc sobie kiedyś ulicą, znalazłem 200 zł, a ponieważ w pobliżu nikogo nie było, przeznaczyłem je na wycieczkę do Pragi.

**Najważniejsze w życiu to być** dobrym człowiekiem.



# CO NAM W DUSZY GRA

## Jak uczyć się skutecznie? - z poradnika Wiktorii Bielawskiej, 7c



Najbardziej lubię uczyć się z mamą. Moja mama bardzo ceni sobie skuteczność, więc nie mam szans, żeby się przy niej nie nauczyć. Nie ukrywam, że cały proces uczenia się bywa czasem nieco stresujący, szczególnie wtedy, gdy zajmuje nam duuuuuzzzzzzooooo czasu. Pozytywną stroną jest to, że już mniej stresuję się w szkole.

Od niedawna umawiam się z koleżankami z klasy na wspólną naukę. Taka wspólna nauka jest nawet fajna, a co do tego, ile się w ten sposób nauczymy, czas pokaże.

Czego nie lubicie uczyć się najbardziej?  
Ja od niedawna zderzam się z siłą fizyki.

Ja od niedawna zderzam się z siłą fizyki. Żeby przedstawić to obrazowo, musiałabym narysować bardzo długi wektor. Pocieszam się, że z czasem ten wektor będzie się skracać, chociaż jak patrzę na zawartość podręcznika, to chwilami popadam w zwątpienie. Co wtedy robię? Biorę kartkę papieru i zaczynam rysować. Inspirację czerpię z tego, co widziałam i co mi się spodobało, również z prac innych osób, np. pokazywanych na Pinterzeście. Bardzo lubię rysować, malować i szkicować. To daje mi satysfakcję i pozwala jednocześnie się zrelaksować.

Chętnie uczę się polskiego, angielskiego, biologii, historii i geografii. O niemieckim nie mogę się jeszcze wypowiadać, bo za krótko trwa nasza wspólna przygoda.

Do nauki matematyki wolę zaprosić mamę. Nie wiem, czy bardziej potrzebne mi wsparcie w rozwiązywaniu zadań, czy też duchowe. Podobnie dzieje się z fizyką i chemią. Dobrze mieć przy sobie kogoś, kto zmobilizuje nas do pracy i pomoże w nauce.

Lubię przed nauką pójść na spacer lub pojeździć na rowerze, czy też na hulajnodze. Dotlenienie, przewietrzenie głowy jest bardzo ważne, żeby więcej wiadomości się w niej zmieściło. Dodatkowo, zanim się ściemni, czasem uda mi się zrobić świetne zdjęcia ciekawym stworzeniom. Poza tym lubię zjeść lody (kto ich nie lubi?) - to skutecznie wychładza organizm i ogranicza ryzyko przegrzania organizmu w trakcie intensywnej nauki.



Hanna Góra, 7C

## Jak nie zwariować w czasie pandemii?

Większość z nas myślała że pandemia to tylko chwilowy stan i trzeba ją „jakoś przetrwać”, niestety ta wciąż się przedłuża, a my niemal przyzwyczailiśmy się do ciągłego życia w stanie zagrożenia - nie dziwią zamaskowane twarze, na nikim nie robi już wrażenia unoszący się w powietrzu zapach płynu do dezynfekcji - to nasza codzienność, w której musieliśmy nauczyć się normalnie funkcjonować.



Pandemia, poza negatywnym wpływem na nasze zdrowie fizyczne (zdecydowanie mniej się ruszamy, czemu sprzyjały nauka zdalna oraz liczne kwarantanny), ma również ogromny wpływ na naszą psychikę, np. uniemożliwiając nam kontakt z bliskimi, za którymi po prostu tęsknimy.

Co robić, gdy wykorzystaliśmy już wszystkie możliwości, a siedzenie w domu mocno daje nam się we znaki?



Znajdziesz tu kilka pomysłów, co można zrobić na kwarantannie lub po prostu gdy ci się nudzi:

- Przyrządź jakiś deser dla siebie lub dla rodziny;
- Poukładaj książki na półkach lub odśwież swój pokój (dodaj kilka dekoracji albo przerób jakieś meble - farba kredowa sprawdzi się doskonale!);
- Wyjdź na spacer i zrób kilka ładnych zdjęć / selfie. Możesz je potem wywołać i powiesić w domu;
- Zrób nową playlistę, bo warto umilić sobie czas muzyką;



- Poćwicz, bo ruch to zdrowie (pamiętaj, że spacer do lodówki się nie liczą!);
- Pooglądaj coś na Netflixie / Youtubie;
- Porób testy w sieci,
- Zaproś przyjaciół (jeśli jest taka możliwość) i wspólnie zróbcie coś niesamowitego;
- Poczytaj książkę,
- Jeżeli masz zwierzaka, poświęć mu więcej uwagi.

Pamiętaj, że ogranicza Cię tylko Twoja wyobraźnia. Działaj!



## Gdy emocje to za wiele...

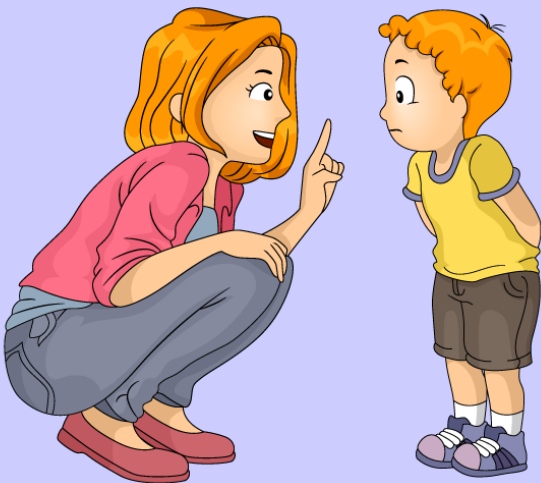
- z poradnika Wiktorii Bielawskiej, 7c

Moi Drodzy, zapewne wielu z nas boryka się z poczuciem niedoceny przez ukochaną mamę lub tatę. Wiemy, że nas kochają, ale...

Ktoś z Was powie, że po powrocie do szkoły po okresie zdalnego nauczania nie wiadomo, czy większy horror czeka na nas w szkole: codziennie jak nie sprawdzian, to kartkówka, czy po zajęciach, słysząc: „Jak Ci poszło w szkole?”, „Jak poszło Twojej najlepszej koleżance?”, „Dlaczego się nie nauczyłaś, chociaż inni jakoś mogli?”, „No wiesz, stać Cię na więcej!”.



A w nas tyle emocji kłębi się już na wejściu do budynku szkoły, że nie sposób skupić się na nauce... Moja mama często powtarza, że w szkole najważniejsza jest nauka. Pewnie tak, ale trudno dla niej znaleźć czas, bo przecież tyle wokół się dzieje. No cóż, nauka była i jest ważna, ale chyba łatwiej było się na niej skupić w czasach, kiedy uczęszczali do niej nasi rodzice, ponieważ nie było telefonów komórkowych, internetu, a teraz? - bez tego ani rusz!



Słyszając pytania rodziców, na które trudno odpowiedzieć tak, aby sprostać oczekiwaniom pytających, odczuwamy podskórnie, że gdy tylko coś z siebie wydusimy, w oczach mamy czy taty zobaczymy zawód lub smutek. Tak my to widzimy. A jak widzą tę sytuację rodzice? Może ten, jak nam się wydaje, „zawód” to raczej refleksja, np.: „całkiem nieźle, ale co zrobić, żeby oceny były lepsze, za chwilę średnia szkoła”. Kiedy mamy do czynienia z niedocenianiem, a kiedy z troską o naszą przyszłość?

Czy umiemy to odróżnić pod wpływem emocji? Obawiam się, że nie. Może powinniśmy jednak zaufać rodzicom i uwierzyć, że chcą dla nas jak najlepiej, bo czy nie jest tak, że te wszelkie starania mają nas przygotować do dorosłości?

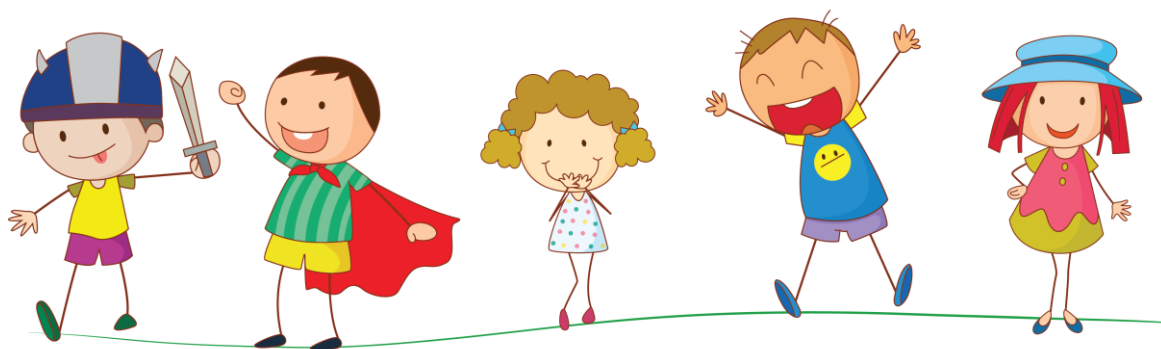
Emocje to generalnie temat w mojej ocenie trudniejszy od polskiego czy nawet fizyki. Jak nad nimi panować, aby nie zasiewały nam w sercach i głowach poczucia niepewności?



Myślę, że po pierwsze powinniśmy często i szczerze rozmawiać o nich z rodzicami, dlatego że oni też wciąż uczą się panować nad swoimi emocjami. W szczególności wtedy, gdy właśnie czujemy się niedocenieni. Być może wcale nie zdają sobie sprawy z tego, co właśnie czujemy – mogą się jedynie domyślać.

Po drugie powinniśmy być wobec samych siebie bardziej krytyczni, a nie zakochani – „Jest super, bo jestem super!”. I wymagający. To w przyszłości zaprocentuje.

I najważniejsze: nie poddawajcie się negatywnym emocjom – bądźcie pozytywnie nastawieni.





# POLECAMY

Marysia Jarycka-Kropielnicka, 5a

## Recenzja

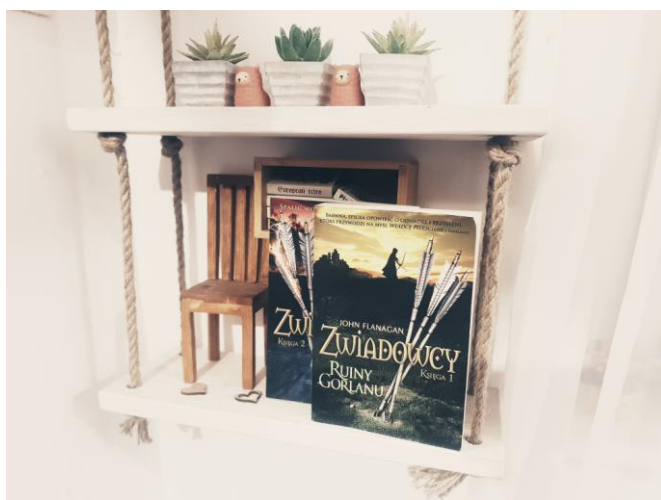
Autorem cyklu fantastyczno-przygodowych książek pt. „Zwiadowcy” jest australijski pisarz, John Flanagan. „Zwiadowców” pisał początkowo w formie opowiadań dla swojego syna. Dopiero z czasem powstała seria, która aktualnie składa się aż z 16 tomów!

Akcja powieści przenosi nas w odległą przeszłość, bo aż do średniowiecza.

Tam poznajemy głównego bohatera, młodzieńca Willa Treaty, któremu towarzyszą przyjaciele: Horace, Cassandra, Alyss oraz Gilan. Historia Willa rozpoczyna się w sierocińcu, do którego trafił po stracie rodziców razem z George'm, Jenny Alyss i Horacym. Tam też młodych bohaterów zastaje Dzień Wyboru – to chwila, kiedy dzieci opuszczają sierociniec i wybierają profesję, której poświęcą życie.

Will marzy o Szkole Rycerskiej, jednak nie udaje mu się do niej dostać. Chłopak zostaje uczniem Halta i trafia do Korpusu Zwiadowców. Jest to wyszkolona grupa osób, której zadaniem jest zbieranie informacji dla króla i pilnowanie porządku w lennach. Will rozpoczął szkolenie, a kiedy stał się już pełnoprawnym zwiadowcą, doświadczył wielu fantastycznych przygód i miał wiele misji do wykonania...

Jesteście ciekawi, jak potoczyły się losy Willa i jego przyjaciół? Przeczytajcie całą serię, a dowiecie się, jaka jest odpowiedź na to pytanie. Książka jest dedykowana dla młodzieży. Dobrze rozplanowane wydarzenia i dynamiczna akcja powodują, że ciągle jest się ciekawym następnych stron. Z całego serca polecam!



# Czy wiesz, że...

Hanna Góra, 7c

W VII wieku Dzień Wszystkich Świętych obchodzono 13 maja. Przełożono tę uroczystość na dzień 1 listopada ze względu na duży - o tej porze roku - problem z wyżywieniem pielgrzymów.



W Hiszpanii popularna jest kremacja - tworzy się tam „wielopiętrowe” grobowce, natomiast zamiast zniczy używa się tam elektrycznych lampek.

W Meksyku obchodzi się Día de los Muertos: wygląda to zupełnie inaczej, niż Wszystkich Świętych w Polsce. Przygotowuje się wtedy ołtarzyki dla zmarłych i wskazana jest wielka fiesta - to bardzo radosne święto, pełne muzyki, tańców i kolorów.



W Japonii święto przypada na połowę lipca lub sierpnia. Tam, na progach domów ustawia się wówczas latarnie, czyli „ogień powitalny” dla dusz zmarłych, wracających



w tym czasie na Ziemię

W Chinach najstarszy członek rodu zapala na grobach świece i kadzidełka, a przed nagrobkiem stawia się miskę z rytualnym posiłkiem. Dodatkowo wszyscy domownicy trzykrotnie oddają hołd zmarłemu, uderzając ciałem o ziemię



matsuki.pl

Boliwijczycy pieką specjalne chlebki dla swoich zmarłych - każdy ma inny kształt i specjalne przeznaczenie, np. zadaniem chlebka w kształcie lamy jest przyniesienie zmarłemu podarunków od rodziny, a koń powinien ułatwić duszy podróż.



Amerykanie świętują Halloween - to wtedy dzieci zakładają maski i przebierają się za duchy i potwory, a następnie chodzą po domach, wołając: „Cukierek, albo psikus!”





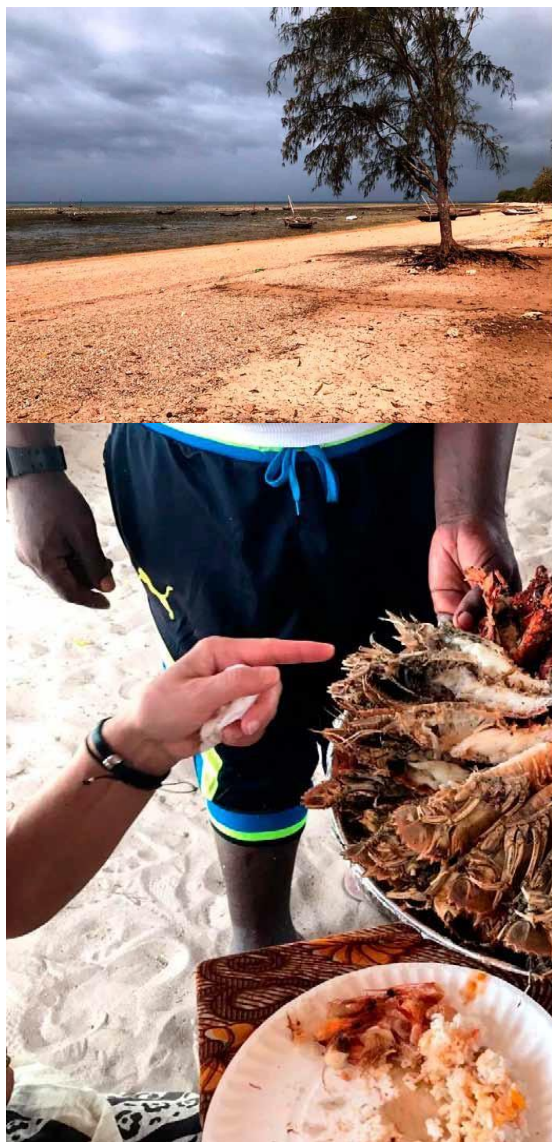
# To warto zobaczyć i poznać!

A oto kolejna podróż w naszym „Kałamarzu”. Tym razem w inny rejon afrykańskiego kontynentu.

Marzena Gaczoł

## Drugi przystanek: Zanzibar

Nazwa Zanzibar pochodzi z języka arabskiego i dosłownie oznacza „piękną wyspę” – można śmiało uznać, że to miano pasuje do niej idealnie. Zanzibar jest jak marzenie. To jedno z tych miejsc, które podziwia się w katalogach biur podróży z cichą nadzieją, że kiedyś uda się spędzić tu choćby tydzień, byle tylko zasmakować odrobiny Czarnej Lądu, byle móc spojrzeć w błękit nieba i obracając w dłoni drobne ziarenka ciepłego piasku, oderwać się od „tu i teraz”.



Zanzibar kojarzy się przede wszystkim z niebiańskimi plażami oporzonymi białym, miękkim jak cukier puder piaskiem. To również zapierające dech w piersiach widoki – niczym z pocztówki – kuszący szmaragdowoturkusowy Ocean Indyjski, który opływa rozgrzane słonecznymi promieniami ciało. Smukłe palmy i bujna, dzika roślinność kojąca zmysły i uczy pokory.

Egzotyka na wyciągnięcie ręki nie jest chwytem marketingowym, lecz faktem. Każdego dnia w czasie odpływu można wejść w sam środek lazuru. Blisko kilometrowy spacer po dnie oceanu pozwala cieszyć oko odkrytą rafą koralową, na widoku są też wszelkiej maści wodne zwierzątka – tuż obok, tuż pod naszymi stopami.

Ta przygoda się nie nudzi – podwodny świat, ukryty dotąd przed ludzkim wzrokiem, jest niezwykle kuszący. A jednak należy mieć na uwadze, że nie wszyscy wodni mieszkańcy są na równi gościnni – warto unikać meduz, bo parzą!

### Wyspa Przypraw

Plantacja przypraw to jedno z miejsc, które koniecznie trzeba odwiedzić, będąc w tych rejonach.

Wędrówka z przewodnikiem po dżungli, która w gruncie rzeczy jest polem uprawnym, to niesamowita okazja do obejrzenia przypraw w naturalnych warunkach. Wiecie, jak wyglądają goździki, wanilia czy





owoc kakaowca, zanim zapakuje się je w plastikowe torebki? Albo jak rosną kurkuma bądź trawa cytrynowa? Widzieliście kiedyś, jaką cudowną i fikuśną rośliną jest gałka muskatowa?

Plantacja - poza niesamowitą wonią cynamonu i owocowego soku - zaskakuje przede wszystkim osobą przewodnika, który doskonale mówi po polsku! Nienaganny akcent, znajomość synonimów czy nawet metafor robi ogromne wrażenie. To niezwykła przygoda w doborowym towarzystwie, to afrykańska fascynacja ociekająca humorem w polskim stylu.

### Oko w oko z żółciem

Już 20 minut wystarczy, by przepłynąć łodzią na Prison Island, gdzie czekają na przybyszów - od stu lat, a może i dłużej - żółwie. To nie byle jakie okazy, zaskakują gabarytami i wagą - największe osobniki nie należą do szczupłutkich: 400 kg to nie przelewki!

Czego się spodziewamy, przybywając na wyspę pełną żółwi? Z pewnością mamy wizję podążających swoją drogą stworzeń. Dostajemy jednak żółwie stłoczone w zagrodach - prawie jak w zoo, tyle że mieszczącego jeden gatunek. Niewątpliwą atrakcją jest możliwość dotknięcia skorupy. Na prawie każdej z nich znajdziemy kolorowe cyfry - w ten sposób oznacza się wiek gadów.

### Barwy Czarnego Lądu

Zanzibar to prawdziwy kulturowy kotłownia - na co dzień obserwujemy tu zgrany taniec kultur: afrykańskiej, hinduskiej, arabskiej oraz europejskiej, co wynika z burzliwej historii tej wyspy. Zgrabne połączenie nowoczesności z orientalnym szlifem, afrykańskiej surowości z egzotycznym klimatem tworzą niepowtarzalną aurę tego miejsca. A jednak sama wyspa nie byłaby kompletna, gdyby nie jej mieszkańcy. Czy to nie ludzie tworzą atmosferę miejsca?

Tubylcy są gościnni, pomocni i pozytywnie nastawieni do turystów. Zanzibar w dużym stopniu utrzymuje się właśnie z turystyki - spodziewajcie się kuszenia owocami



morza, zachwalania własnoręcznych wyrobów (np. biżuterii z koralików czy muszelek) oraz przypraw i lokalnych specjałów (na te ostatnie lepiej uważać – nasze europejskie żołądki nie zawsze są w stanie podjąć tym dobrodziejstwom). Nie bądźcie też zdziwieni, kiedy tubylec zapłaci za tę samą kukurydzą cenę trzykrotnie niższą niż Wy – taki już urok bycia „białasem” na Czarnym Lądzie. Czy wiele Wam ubędzie? Nie warto targować się o kilka „drobniaków”, które dla tutejszych mieszkańców są (niestety) jednym z głównych źródeł utrzymania.

Zewsząd słychać popularne „Jambo!” – tutejsze pozdrowienie – oraz „Hakuna matata”, które z pewnością doskonale kojarzycie z „Króla Lwa”. Nie martw się – powiadają – na wszystko przyjdzie czas, a życie jest piękne. Ta, można by rzec, „filozofia bez problemu” ma swój niezaprzeczalny urok. Choć oczywiście rajską krainą skrywa swe mroczne tajemnice, a pod kolorową otoczką kryje się trud codzienności, walka o przetrwanie kolejnego dnia, lecz ten normalny świat zwykłych ludzi zobaczycie dopiero w czasie wypadu do pobliskiej wioski lub wśród ciasnych zaułków miasta.

Na Zanzibarze spotkamy prawdziwych Masajów! Zagubimy się wśród ich kolorowych szat (*shúka*), którymi osłaniają gibkie ciała, zatoniemy w rytmach zwyczajowej muzyki, zapagniemy włączyć się w to nieskrępowane show skoków. Nieraz zachłystniemy się ich zwyczajami, z pewną obawą podglądając kultywowane od wieków tradycje. W tym kolorowym tańcu przystrojonych koralikami sylwetek dostrzeżemy prawdziwe piękno Zanzibaru – jego dzikość, energię i tradycje. W połączeniu z białą plażą, szmaragdem wód i lazurem nieba odkryjemy je, chłonąc z zachwytem magiczne barwy Czarnego Lądu.

Zanzibar niewątpliwie jest miejscem, które warto odwiedzić. Trzeba się jednak spieszyć, bowiem z roku na rok ta magiczna wyspa traci swoją dziką naturę, a wraz z nią blednie urok tej niebańskiej krainy.

Mam nadzieję, że podobają się wam kolejna krótką „podróż”. Warto otworzyć mapę i zobaczyć, gdzie znajduje się ta ciekawa wyspa. Zachęcamy do przesyłania Waszych wspomnień z podróży bliskich i dalekich!



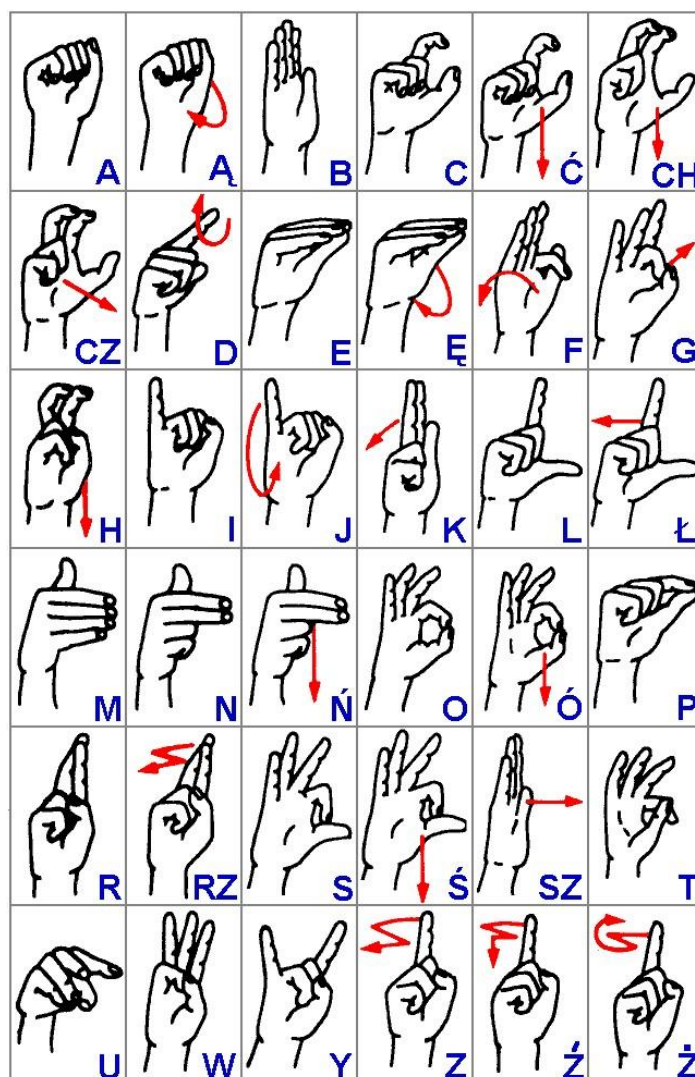


# Kącik języka migowego

Język migowy to jeden z wielu sposobów porozumiewania się osób niesłyszących i niedosłyszących. Głusi komunikują się między sobą, ale też z osobami słyszącymi za pomocą ustalonych znaków ideograficznych (tu ustalony gest - układ dłoni i palców - oznacza konkretne słowo).

Podobnie jak w każdym innym języku, Głusi mają swój alfabet, który nazywamy daktylografią, co oznacza dosłownie „pisanie palcami” lub po prostu alfabetem palcowym.

Nauka języka migowego, jak każdego języka obcego, jest trudnym wyzwaniem, ale warto próbować! Kiedy opanujesz tych 36 znaków, będziesz w stanie porozumieć się z osobą niesłyszącą - w każdej sytuacji.



Alfabet pochodzi z książki:

Rys. źródło: B. Szczepankowski, *Wyrównywanie szans osób niesłyszących*, Siedlce 1998.

## Zapamiętaj!

1. Daktylografia to zbiór znaków migowych, które odpowiadają poszczególnym literom alfabetu.
2. Alfabet wykonujemy zawsze jedną ręką - lewą lub prawą.
3. Znaki wykonujemy na poziomie klatki piersiowej.
4. Za pomocą daktylografii możesz zamigać KAŻDE słowo.
5. Czerwone strzałki na rysunku oznaczają ruch.



# Cieszy oko

Nikodem Podgórski, 7C



# Coś dla ciała

Ewa Gaczoł, 4c

## Kulki mocy do śniadaniówki

### Orzechowe kulki

Zamiast orzechów włoskich warto wykorzystać laskowe lub migdały (albo połączyć te smaki), daktyle można zastąpić suszoną żurawiną lub kakao, a mleczko kokosowe każdym innym płynem. Kulki świetnie smakują ze szczyptą cynamonu, kurkumy lub np. z ekstraktem waniliowym. Do obtoczenia nadają się także pokruszone orzeszki, kakao albo wiórki kokosowe, a masa z dodatkiem ulubionych płatków będzie wyjątkowo syczącą przekąską.

#### Składniki (na ok. 15 małych kuleczek)

- 150 g orzechów włoskich
- 30 g gorzkiej czekolady
- 1 garść daktyli
- 1 łyżka kakao
- 3-4 łyżki mleczka kokosowego
- 3 łyżki płatków migdałowych (do obtoczenia)



#### Przygotowanie:

1. Wszystkie suche składniki umieszczamy w blenderze i miksujemy na proszek.
2. Do suchej masy dolewamy po 1 łyżce mleczka kokosowego. Czynność w razie potrzeby powtarzamy, blendujemy do uzyskania jednolitej kuli - gęstej, odchodzącej od ścianek naczynia.
3. Jeśli chcemy zachować chrupkość, pod koniec blendowania dodajemy dodatkową łyżkę orzechów, lekko je rozdrabniając.
4. Z masy toczymy w dłoniach kulki i gotowe przysmaki obtaczamy w lekko rozdrobnionych płatkach migdałowych.
5. Kulki przechowujemy w szczelnie zamkniętym pojemniku w lodówce. Słodkości zachowują świeżość przez 3 dni (jeśli dodamy zamiast mleczka kokosowego wodę - mogą stać dłużej).



## Kokosowe kulki w wersji fit

Eksperymentuj! Kulki warto obtoczyć w kakao lub pokruszonych orzeszkach, a wewnątrz można nafaszerować migdałami. Kokosowe słodkości przechowujemy w lodówce do 3 dni.

### Składniki (na ok. 20 kuleczek)

- 200 g wiórków kokosowych
- $\frac{1}{2}$  puszki mleczka kokosowego
- 2 łyżki płynnego miodu (lub innego słodzidła)
- 1 łyżka schłodzonego roztopionego oleju kokosowego



### Przygotowanie:

1. W dużej misce mieszamy wszystkie składniki do uzyskania jednolitej, zwartej masy. Jeśli jest za rzadka - dodajemy wiórków, jeśli zbyt gęsta - dolewamy płynu.
2. W dłoniach formujemy małe kuleczki, które układamy w pojemniku.
3. Gotowe słodkości wkładamy do lodówki na ok. godzinę - olej musi „związać” wiórki.
4. Kulki po wyjęciu z lodówki są gotowe do spożycia, ale można je udekorować polewą, np. oblać rozpuszczoną gorzką czekoladą.





# DBAM, SZANUJĘ, REAGUJĘ

Mówimy NIE wandalizmowi  
Reagujesz – nie akceptujesz!

## DBAM

WYMAGAJCIE OD SIEBIE, CHOĆBY INNI OD WAS NIE WYMAGALI

### Pamiętaj!

- Dawaj dobry przykład – dbaj o swoje rzeczy;
- Jesteś odpowiedzialny za zawartość swojej szafki, dbasz o jej należyte użytkowanie i poszanowanie;
- Ewentualne kradzieże mienia zgłaszaj wychowawcy;
- Fakt zgubienia lub uszkodzenia klucza zgłaszasz wychowawcy;
- Zniszczone podręczniki szkolne należy odkupić.

- Zbędne przedmioty zostawiam w domu;
- Rower (hulajnogę) zawsze przypinam w wyznaczonym do tego miejscu;
- Własną szafkę w szatni zamykam na kluczyk lub szyfr;
- Zawsze wydaję klucz z zamka szafki;
- Zostawiam porządek w szatni na bloku sportowym (basen, WF);
- Pilnuję plecaka i innych swoich rzeczy;
- Moje podręczniki są obłożone.



- Zawsze szanuję cudzą własność;
- Dbam o wspólną przestrzeń;
- Pożyczam innym wyłącznie swoje rzeczy;
- Nie dotykam rowerów, hulajnóg znajdujących się na placu przed szkołą (nie bawię się przerzutkami, nie dotykam koszyków, itp.);
- Nie zaglądam do cudzych szafek (blok sportowy, szatnia, klasa);
- Nie przywłaszczam cudzej własności.



## SZANUJĘ

NIE RÓB DRUGIEMU, CO SOBIE NIEMILE

### Pamiętaj!

- W szkole działa monitoring;
- Za szkody wyrządzone przez dziecko (zniszczenie mienia) odpowiadają finansowo jego rodzice;
- Akty wandalizmu mają wpływ na ocenę z zachowania;
- Kradzież to przestępstwo.

## REAGUJĘ

NAJGORSZĄ PRZECIWNĄ NASZYCH CZASÓW JEST OBOJĘTNOŚĆ

### Pamiętaj!

- Nie reagujesz – akceptujesz;
- Każdy może stać się ofiarą wandalizmu;
- Nigdy nie jesteś sam ze swoim problemem;
- Zgłaszanie problemu to nie skarga – to odpowiedzialność, więc bądź odpowiedzialny;
- Razem możemy więcej!

- Nie jestem obojętny na nieprawidłowe zachowania – zawsze odpowiednio reaguję;
- Zwracam uwagę uczniom, którzy nie szanują moich lub cudzych rzeczy;
- Jeśli boję się czyjejś reakcji, zgłaszam problem osobie dorosłej (nauczycielowi, pani woźnej, proszę o pomoc rodzica, proszę o wsparcie kolegę/koleżankę);
- Jeśli zauważę coś niepokojącego – zgłaszam problem osobie dorosłej;
- Nie oskarżam nikogo bezpodstawnie.

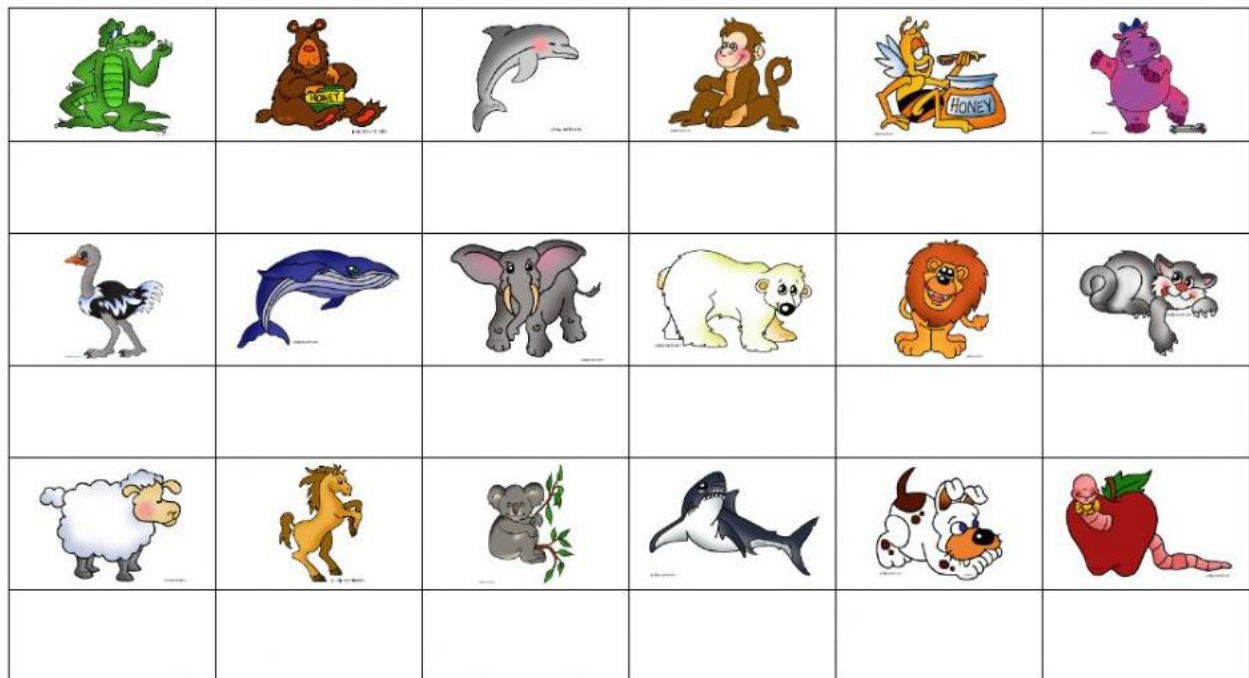


RAZEM MOŻEMY WIĘCEJ!

# ENGLISH CORNER









## ENGLISH CORNER

1. Match. Drag and drop the words below the correct pictures.



whale	crocodile	hippo	monkey	horse	worm
ostrich	dolphin	polar bear	bear	elephant	lion
shark	koala	bee	dog	sheep	cat

2. Read and click on **true** or **false**.

	A shark is longer than a worm.	true false		A bear is shorter than a dog.	true false
	A polar bear is heavier than a cat.	true false		A monkey is sillier than a shark.	true false
	A koala is taller than an ostrich.	true false		A hippo is fatter than a horse.	true false
	A sheep is smaller than a	true false		A whale is shorter than a	true false