

# MARCINKOWE

# WIEŚCI

Nr 1 2020/2021 wrzesień/

DWUMIESIĘCZNIK SZKOŁY PODSTAWOWEJ W RYTRZE

# WAKACJE





**PTSS**  
Polskie Towarzystwo  
Studentów Stomatologii  
Kraków

## „Zdrowe ząbki całe życie”

Zapraszamy do udziału w Projekcie  
Edukacyjnym „Zdrowe ząbki całe życie”  
organizowanym przez Polskie Towarzystwo  
Studentów Stomatologii Oddział Kraków!

Jak wygląda wizyta u dentysty?  
Jak dbać o ząbki by były zdrowe?

Na te i inne pytania najmłodszy będą mieli  
okazję poznać odpowiedzi!

Patronat honorowy:

- Barbara Nowak Małopolski Kurator Oświaty  
prof. dr hab. n. med. Marzena Dominiak  
Prezydent Polskiego Towarzystwa  
Stomatologii
- prof. dr hab. n. med. Tomasz Grodzicki  
Prorektor Uniwersytetu Jagiellońskiego ds.  
Collegium Medicum
- prof. dr hab. n. med. Jolanta Pytko-Polończyk  
Prodziekan ds. studenckich i programu  
studium na kierunku lekarsko-dentystycznym  
Uniwersytetu Jagiellońskiego Collegium  
Medicum

Projekt kierowany jest do uczniów  
przedszkoli oraz uczniów szkół  
podstawowych klas 1-3

**Termin nadsyłania zgłoszeń**  
07.04-16.04.2021r

**elmex** PTSS Kraków

Klasy I-III wzięły udział w projekcie „Zdrowe ząbki całe życie”. Klasy pierwsze obejrzały film o wizycie adaptacyjnej oraz zapoznaly się z gabinetem i pracą stomatologa. Na zakończenie chętne osoby wykonały prace plastyczne. Można je obejrzeć na stronie szkoły. Klasy drugie i trzecie obejrzały film i prezentacje o higienie jamy ustnej, a na koniec napisały test wiedzy. Wszyscy świetnie się spisali. Wyniki zostały wysłane do organizatora. Czekamy na przesłanie nagród dla uczestników. Koordynator mgr D. Łękawska







# „Dwie hirary”

W maju odbył się konkurs czytelniczy dla uczniów klas drugich i trzecich. Chętni uczniowie mieli za zadanie przeczytać opowiadanie pt „Dwie hirary”, a następnie odpowiedzieć na pytania dotyczące tekstu. Opowiadanie dotyczyło dwóch kun, które były zupełnie różne. Pierwsza – oswojona, zabawna, mimo uduszenia kur gosposi nie została ukarana za swój niecny występpek. Druga – dzika i niepokorna, która do końca się nie poddała i walczyła szaleńczo o wolność. Została pokaleczona i połamana, ale uzyskała swój cel i uciekła z niewoli. Mimo iż tekst nie był prosty wielu uczniów wzięło w nim udział. Wszyscy uczestnicy zostali nagrodzeni dyplomami, książkami i słodkimi niespodziankami. **WARTO CZYTAĆ!** Uczestnicy z kl.3b





# Konkurs czytelniczy



## DLACZEGO WARTO CZYTAĆ KSIĄŻKI

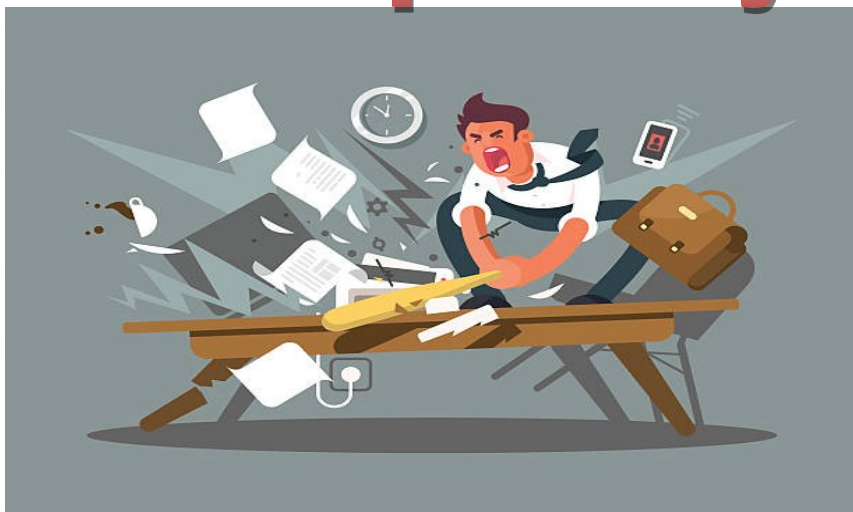
- INSPIRACJA
- ROZWIJANIE WYOBRAŹNI
- POPRAWIA KONCENTRACJĘ
- WZBOGACA SŁOWNICTWO
- ROZRYWKĄ

ANNA MACIEJEWSKA  
REALIZUJSWOJECELE.PL

- POGŁĘBIANIE WIEDZY
- GIMNASTYKA DLA MÓZGU
- REDUKCJA STRESU
- ROZWIJA EMPATJĘ

"CZYTANIE KSIĄŻEK TO NAJPIĘKNIEJSZA ZABAWA, JAKĄ SOBIE LUDZKOŚĆ WYMYŚLIŁA" WISŁAWA SZYMBORSKA

# Trudne powroty...



Stres towarzyszy nam niemal codziennie, dlatego coraz więcej osób próbuje znaleźć różne sposoby radzenia sobie z nim. W dzisiejszych czasach ludzie mają bardzo wiele problemów z którymi często sobie nie radzą i wtedy dopada ich stres. Każdy dzień przynosi różne sytuacje życiowe i niemal codziennie jest nerwowa sytuacja u wielu osób. Co więcej stresuje się również młodzież i dzieci, szczególnie w szkołach. Ostatnio odbywał się egzamin ósmoklasisty i z całą pewnością każdy ze zdających bardzo się stresował. Mogę śmiało powiedzieć, że również sama się bardzo stresowałam i było mi ciężko się uspokoić. Moim zdaniem każdy powinien znaleźć sobie sposób na pokonywanie stresu. Jednym z przykładów może być sport. Ja bardzo lubię pływać i jest to dla mnie forma relaksu, dzięki której bardzo się uspokajam. Trzeba przemyśleć tylko dyscyplinę sportu i z pewnością będzie to pomocne.

Karolina Tokarczyk 8a



# Dzień Dziecka



1B







Marcinkowe Wieści



# Dzień Dziecka

1A



## Marcinkowe Wieści



I czerwca, korzystając z długo wyczekiwanej pogody uczniowi klasy III b wyruszyła na podchody ryterskimi szlakami. Trasa prowadziła od stadionu przez most w Życzanowie, las, drogę rowerową, aż na Suchą Strugę. Dalej Rytrem do szkoły. Podczas zabawy rozwiązywaliśmy zadania o różnym stopniu trudności. Rozpoznawaliśmy wiele gatunków drzew i ziół. Podczas jednego z zadań mieliśmy nazbierać : coś żywego, martwego, żółtego, fioletowego i cienkiego. Efekty naszej pracy widać na zdjęciu. Zwycięzcy otrzymywali drobne nagrody. Po wyprawie w szkole urządziliśmy sobie seans filmowy. Rodzice zatroszczyli się jak zawsze o przekąski i popcorn. To był udany dzień.

Uczniowie kl . 3 b

# DZIEŃ DZIECKA





Marcinkowe Wieści

# DZIEŃ DZIECKA

Dnia 31 maja z okazji Dnia Dziecka klasa 3a pojechała do kina Sokół na film pod tytułem „Krudowie 2”. Był on o jaskiniowcach którzy wyruszyli w świat w poszukiwaniu bezpiecznego miejsca, które można by nazwać domem. Po wielu napotkanych niebezpieczeństwach dotarli w końcu do raju, który jak się później okazało



wcale nim nie był. Po zakończonym filmie cała klasa pojechała do MC Donalda, po czym wyruszyła w drogę powrotną do Rytra. Dzień Dziecka był bardzo udany, ponieważ wszyscy szczęśliwi i z uśmiechami na twarzy wrócili do szkoły.

Aleksander Stokłosa kl.3a





# Zapraszamy na rower

Wakacje zbliżają się bardzo szybko, dlatego już dziś należy pomyśleć jak można by spędzić ten czas aktywnie ale i zdrowo. Jedną z przyjemnych form są wycieczki rowerowe. Wiele argumentów przemawia za tym. Jednym z nich jest to, że jazda na rowerze



przynosi mnóstwo korzyści zdrowotnych. Nie obciąża stawów, więc jest dostępna nawet dla osób, które na co dzień nie mają ze sportem wiele wspólnego. Poprawia kondycję, rozwija mięśnie, wzmacnia serce i płuca, a także zwiększa wydolność oddechową, co przekłada się na lepsze dotlenienie całego organizmu. Po rocznym siedzeniu w domu tzw. kwarantanny, a dla niektórych przebytej chorobie, to idealny sposób na regenerację organizmu.

Jadąc samochodem nie usłyszysz dźwięków ani nie poczujesz zapachów natury. Obrazki za szybą zmieniają się szybko, nie pozwalając na dłużej zawiesić na czymś oka. Jadąc na rowerze, masz czas na to, aby pozachwycać się widokami, które są wokół Ciebie. Na dwóch kółkach doznajesz bliskości przyrody wszystkimi zmysłami. Poczujesz zapach lasu czy świeżo skoszonej trawy, całą podróż towarzyszą Ci ptasie śpiewy, szum wiatru, szum wody czy też inne dźwięki powoli żyjących okolic przez które przejeżdżasz.



Obecnie przez naszą Gminę przebiega trasa rowerowa AquaVelo, Beskid Sądecki, EuroVelo, są to trasy niezbyt wymagające, które możemy wybrać dla siebie i do swojej kondycji fizycznej.

Małopolska słynie z pięknych tras rowerowych i jest doceniana przez wielu zwolenników takiej formy spędzania wolnego i aktywnego czasu.

Mnie najbardziej podoba się trasa rowerowa, od Rytra do Nowego Sącza, przez Barcice, Stary Sącz. Oraz przepiękna trasa VeloCzorsztyn, którą miałam przyjemność pokonać wraz z rodzicami i siostrą w wakacje tamtego roku. Trasa miejscami była trudna, ale widok na jezioro Czorsztyńskie przepiękny, przez co trud został zrekompensowany.

Emilia Ogórek kl. 8b





### CZERWIEC

Nazwa tego miesiąca pochodzi od czerwia pszczelego (larwa pszczoły, która lęgnie się właśnie o tej porze) lub czerwia - maleńkiego purpurowego pajęczka żyjącego między korzeniami dębów. Inne nazwy to: ugonnik, zok (konik polny).

Czerwiec się czerwieni, będzie dość w kieszeni.	W czerwcu grusze kwiat zrzucają, czereśnie się zapalają.	W czerwcu się okaże, co nam Bóg da w darze.
Jak w czerwcu pogoda służy, rolnik tylko oczy mruży.	Chrzest Jana w deszczowej wodzie, trzyma zbiory na przeszkodzie.	Gdy się święty Jan rozczuli, to go dopiero Najświętsza Panna utuli.
Czerwiec daje dni gorące, kosa brzęczy już na łące.	Gdy czerwiec chłodem i wodą szafuje, to zwykle rok cały popsuje.	Czerwiec stały, grudzień doskonały.
Czerwiec na maju zwykle się wzoruje, jego pluchy, pogody, często naśladuje.		Kiedy kwitnie w czerwcu bób, to największy wtedy głód, a kiedy mak, to już nie tak.
Od czerwca dużo zależy, czy żniwa będą jak należy		Gdy święty Jan łąkę rosi, to chłop siano kosi.
Gdy deszcz przed Janem, po żniwach rolnik jest panem.	Jak się Janek kąpie w wodzie, żniwom deszcze na przeszkodzie.	Jak się święty Jan obwieści, takich będzie dni trzydzieści.
Kiedy z Janem przyjdą deszcze, to sześć niedziel kropi jeszcze.		





# HUMOR



Żona mówi do męża:

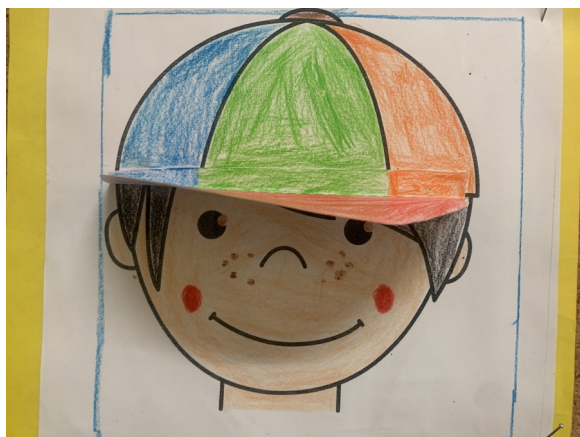
- Kochanie, marzy mi się, żeby założyć na plażę coś takiego, co sprawiłoby, że wszyscy by osłupieli.
- Łyżwy załóż.

Rozmawiają dwie pchły:

- gdzie byłaś na wakacjach?
- na krecie

Właściciel gospodarstwa agroturystycznego zwraca się do turysty:

- Tutaj co rano będzie pana budziło pianie koguta.
- To niech go Pan nastawi na dziesiątą!



# Galeria prac kl.I-III

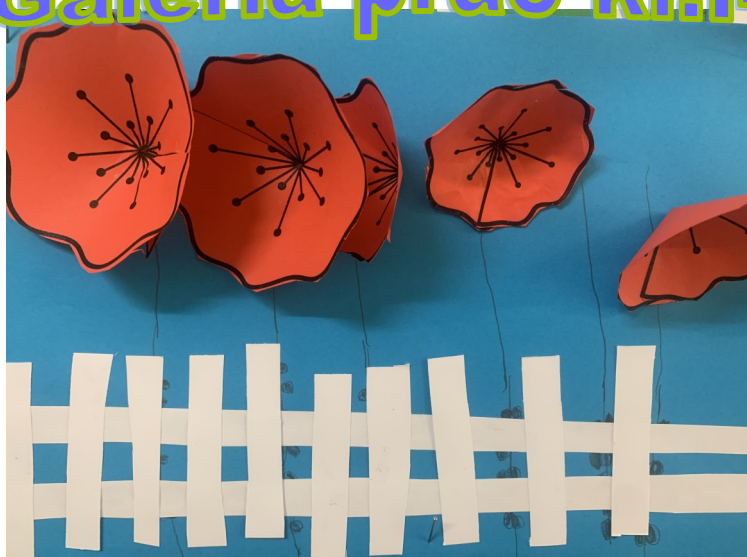








# Galeria prac kl. I-III





# Zakończenie roku szkolnego 2020/2021

W tym roku zakończenie nauki w szkole przypada 25 czerwca. Kończąc ten trudny rok dziękujemy wszystkim za wytrwałą pracę zdalną w domu i stacjonarną w szkole. Każdy z nas po-za wiedzą nabrał nowych doświadczeń. Szczególnie ciepło żegnamy ósmoklasistów, życząc powodzenia w nowych szkołach. Uczniowie kl.7



**POWODZENIA!**

**NIGDY W SIEBIE NIE WĄTPIJCIE !**

**JEŻELI KIEDYKOLWIEK PRZYJDZIE WAM NA MYŚL, ŻE NIE DACIE SOBIE RADY, POMYŚLCIE O WSZYSTKIM CO PRZEŻYLIŚCIE, CZEGO SIĘ NAUCZYLIŚCIE I CO WIECIE. A NA PEWNO DACIE SOBIE ZE WSZYSTKIM RADĘ!**

**Drzewo, którego nie możesz objąć ramionami, było kiedyś małym nasionkiem. Stumilowa podróż zaczyna się od jednego małego kroku. - Lao-Tse**



# Zakończenie roku szkolnego







# BEZPIECZNE WAKACJE

## WODA

- Wybieraj tylko strzeżone kąpieliska i miejsca do tego przeznaczone
- Stosuj się do regulaminów, obowiązujących oznaczeń i poleceń ratownika
- Nie skacz do nieznannej płytkiej wody
- Nie wchodź do wody sam i bez asekuracji
- Unikaj kontaktu z alkoholem i innymi używkami
- Korzystaj z pewnego i sprawdzonego sprzętu pływającego
- Nie wypływaj bez kapoka
- Nie hałasuj – ratownik może nie usłyszeć wołania o pomoc
- Nie zostawiaj na brzegu swoich rzeczy bez nadzoru

- Zapoznaj się z aktualnie panującymi warunkami i prognozą pogody
- Zadbaj o odpowiednie ubranie, obuwie i wyposażenie (np. prowiant i napoje, mapę i kompas, latarkę, podręczną apteczkę)
- Zabierz telefon komórkowy z naładowaną baterią i zapisanymi numerami alarmowymi
- Korzystaj jedynie z wyznaczonych szlaków i nie oddalaj się od grupy

## GÓRY

## NA BIWAKU W LESIE

- Nie zaśmiecaj lasów i miejsc, w których wyczywasz
- Uważaj na dzikie i bezpańskie zwierzęta
- Nie dotykaj przedmiotów niewiadomego pochodzenia
- Nie rozpalaj ognisk bez nadzoru osób dorosłych
- Stosuj preparaty odstraszające kleszcze i owady

## BEZPIECZNIE NA SŁONCU

- Zachowaj umiar w przebywaniu na słońcu
- Noś nakrycia głowy i okulary słoneczne
- Unikaj wysiłku w pełnym słońcu
- Stosuj filtry ochronne

## WAŻNE TELEFONY:

NUMER ALARMOWY 112

NUMER RATUNKOWY NAD WODĄ (MOPRAWOPR) 601 100 100

NUMER RATUNKOWY W GÓRACH (GOPR/TOPR) 601 100 300





**W tym numerze min.:**



- ⇒ **Projekt „Zdrowe ząbki całe życie”**
- ⇒ **Konkurs czytelniczy „Dwie hirary”**
- ⇒ **Trudne powroty– stres**
- ⇒ **Wycieczki rowerowe**
- ⇒ **Przysłowia na czerwiec**
- ⇒ **Dzień Dziecka**
- ⇒ **Galeria prac I-III**
- ⇒ **Zakończenie roku szkolnego**
- ⇒ **Humor**
- ⇒ **Dobre rady na wakacje**

**Zespół redakcyjny: opiekunowie: mgr D.Łękawska, mgr M. Folta, mgr B. Tokarczyk, mgr D. Kulig, mgr J. Konstanty**

**Następny numer za dwa miesiące**

