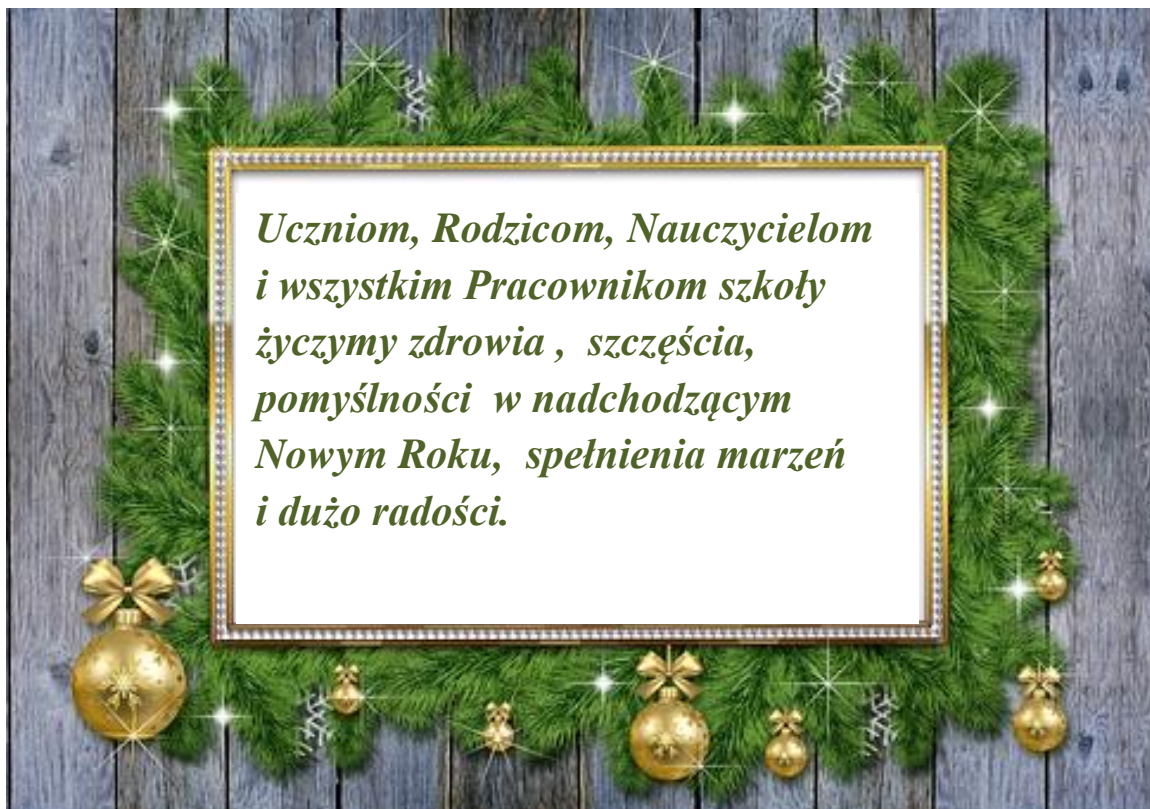


Między nami

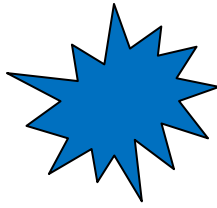
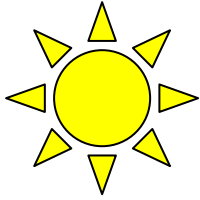
Styczeń 2022 r.



happy new year



Czy znacie przysłowia o styczniu lub noworoczne ? Oto niektóre z nich:



Na Nowy Rok przybywa dnia na barani skok.



Nowy Rok jaki, cały rok taki.

Rok Nowy pogodny, zbiór będzie dorodny.

Gdy w styczniu deszcz leje, złe robi nadzieje.

Kiedy styczeń najmroźniejszy, wtedy roczek najpłodniejszy.

Jeżeli pszczoła w styczniu z ula wylatuje, rzadko pomyślny rok nam obiecuje.

Gdy styczeń zamglony, marzec zaśnieżony.

Gdy w styczniu deszcz leje, złe robi nadzieje.

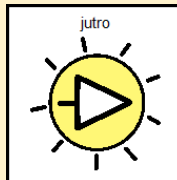
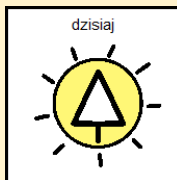
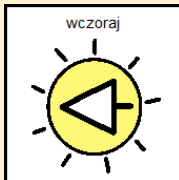
Jak styczeń zachlapany, to lipiec zapłakany.

Gdy w styczniu woda huczy, to na wiosnę mróz dokuczy.

Kiedy styczeń mokry trzyma, zwykle bywa długa zima.

Gdy styczeń jasny i biały, w lecie bywają upały.

Kiedy ptaki w styczniu śpiewają to im w maju dzioby zamarzają.



Wczoraj, dzisiaj, jutro...

STYCZEŃ - to jeden z zimowych miesięcy



STYCZNIOWE ŚWIĘTA

- 3 stycznia**- Dzień Słomki Do Picia
- 4 stycznia**- Dzień Spaghetti, Światowy Dzień Braille'a
- 6 stycznia**- Trzech Króli
- 11 stycznia**- Dzień Mleka, Dzień Lizaka
- 13 stycznia**- Dzień Naklejek
- 17 stycznia**- Światowy Dzień Śniegu
- 18 stycznia**- Dzień Kubusia Puchatka, Dzień Bałwana
- 19 stycznia**- Dzień Popcornu
- 20 stycznia**- Dzień Pingwina
- 29 stycznia**- Międzynarodowy Dzień Puzzli, Dzień Łamigłówki
- 31 stycznia**- Dzień Zebry, Dzień Przytulania

4 stycznia- Światowy Dzień Braille'a

Alfabet Braillea to alfabet umożliwiający zapisywanie i odczytywanie tekstów osobom niewidomym.

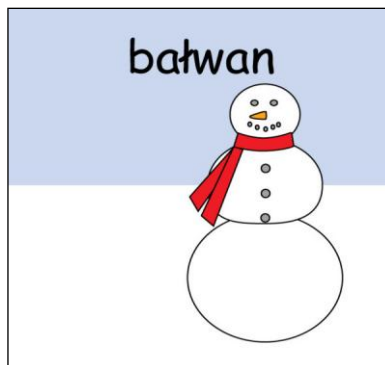


11 stycznia- Dzień Mleka

W mleku znajduje się: [białko](#), [magnez](#), [potas](#), [wapń](#) i różne witaminy. Dlatego warto je pić.



18 stycznia- Dzień Bałwana



Bałwanka tworzymy zazwyczaj ze śniegu. Może w tym dniu będzie możliwość ulepienia bałwanka.

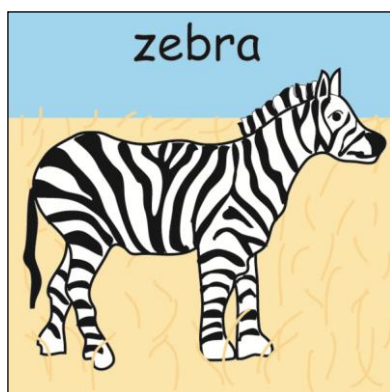
29 stycznia- Międzynarodowy Dzień Puzzli

Układanie puzzli to nie tylko przyjemność – przy okazji możesz poćwiczyć pamięć, zrelaksować się, poćwiczyć zdolności manualne i zmniejszyć ryzyko chorób mózgu.



31 stycznia- Dzień Zebry

Zebra ? To mogą być pasy lub zwierzę.



ZWIERZĘ



PRZEJŚCIE DLA PIESZYCH

Wywiad z ...



"Święta, święta i po świętach"

- WYWIAD Z KACPREM M. Z KLASY 4

- Dzień dobry Kacprze.

- *Dzień dobry.*

- Niedawno obchodziliśmy święta Bożego Narodzenia, dlatego chciałabym, abyś opowiedział mi o tym, co robiłeś w czasie wolnym?

- *Najczęściej grałem w gry komputerowe, takie, gdzie wyszukuje się cele i je niszczy.*

- Czy w czasie wolnym przed świętami robiłeś coś innego niż zwykle?

- *Raczej nie. Dodatkowo oglądałem tylko bajki świąteczne.*

- A czy pomagałeś w domowych przygotowaniach do Bożego Narodzenia?

- *Nie. Obowiązki to nie moja specjalność ;). Domem zajmuje się moja mama ;)*

- Naprawdę nie uczestniczyłeś w świątecznych przygotowaniach? Nie pomagałeś w sprzątaniu, pieczeniu czy dekorowaniu choinki?

- *Tak, robiłem wiele z tych rzeczy. Byłem z mamą na zakupach, ubieraliśmy wspólnie choinkę, zamiatałem i pomagałem w kuchni.*

- Czyli jednak byłeś pomocnikiem w świątecznych przygotowaniach ;) to bardzo dużo i pewnie dało Ci dużo radości.

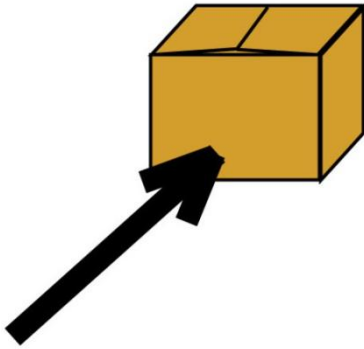
- *Tak, przyznaję, że choć nie jestem zbyt pracowity, wtedy chętniej wypełniałem obowiązki domowe. Uwielbiam zwłaszcza pieczenie świątecznych ciast.*

- Pewnie potem lubisz je zjadać ;) ?

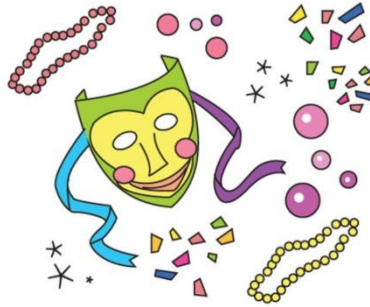
- *Tak, zwłaszcza strucle makowe. To moje ulubione danie na święta.*

- Niedawno była Wigilia. Czy mógłbyś mi powiedzieć, jakie potrawy królowały na Twoim stole? Co się na nim znajdowało w tym wyjątkowym dniu?

to



karnawał



lubię



tańczyć



śpiewać



bawić się



rozmawiać



jeść



Między nami o sporcie



Dział sportowy redaguje klasa III PA

AKTUALNOŚCI SPORTOWE DLA KIBICÓW RAKOWA I NIE TYLKO...

WITAMY W NOWYM ROKU 2022
ŻYCZYMY WSZYSTKIM DUŻO AKTYWNOŚCI FIZYCZNEJ

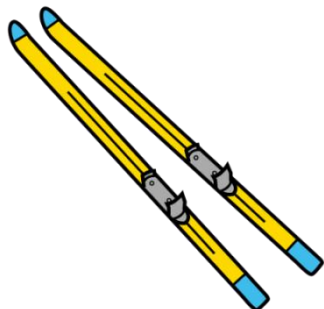
Obecnie trwa przerwa w rozgrywkach piłki nożnej.

Mamy zimę.

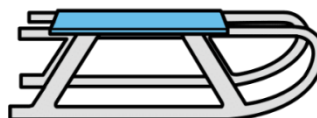
Podpowiemy Wam, jak aktywnie wypoczywać na świeżym powietrzu,
gdy za oknem zimowa aura.

Oto nasze propozycje

narty



sanki



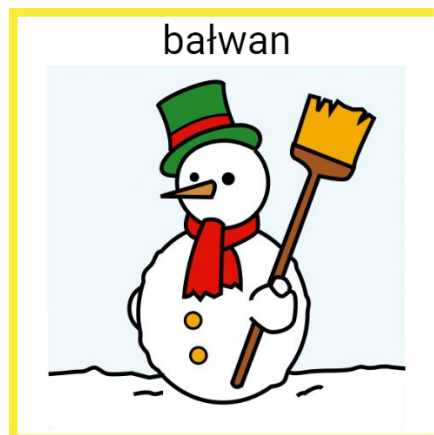
łyżwy



snowboard



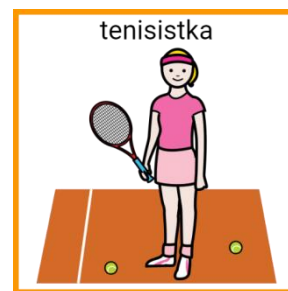
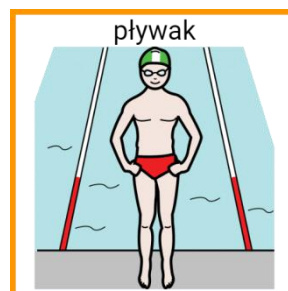
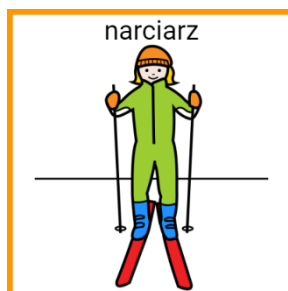
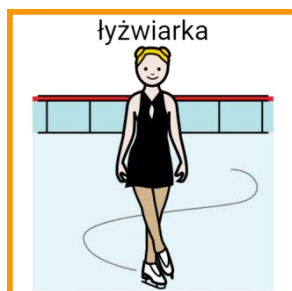
Gdy na dworze leży śnieg, możecie ulepić bałwana.



ŁAMIGŁÓWKA

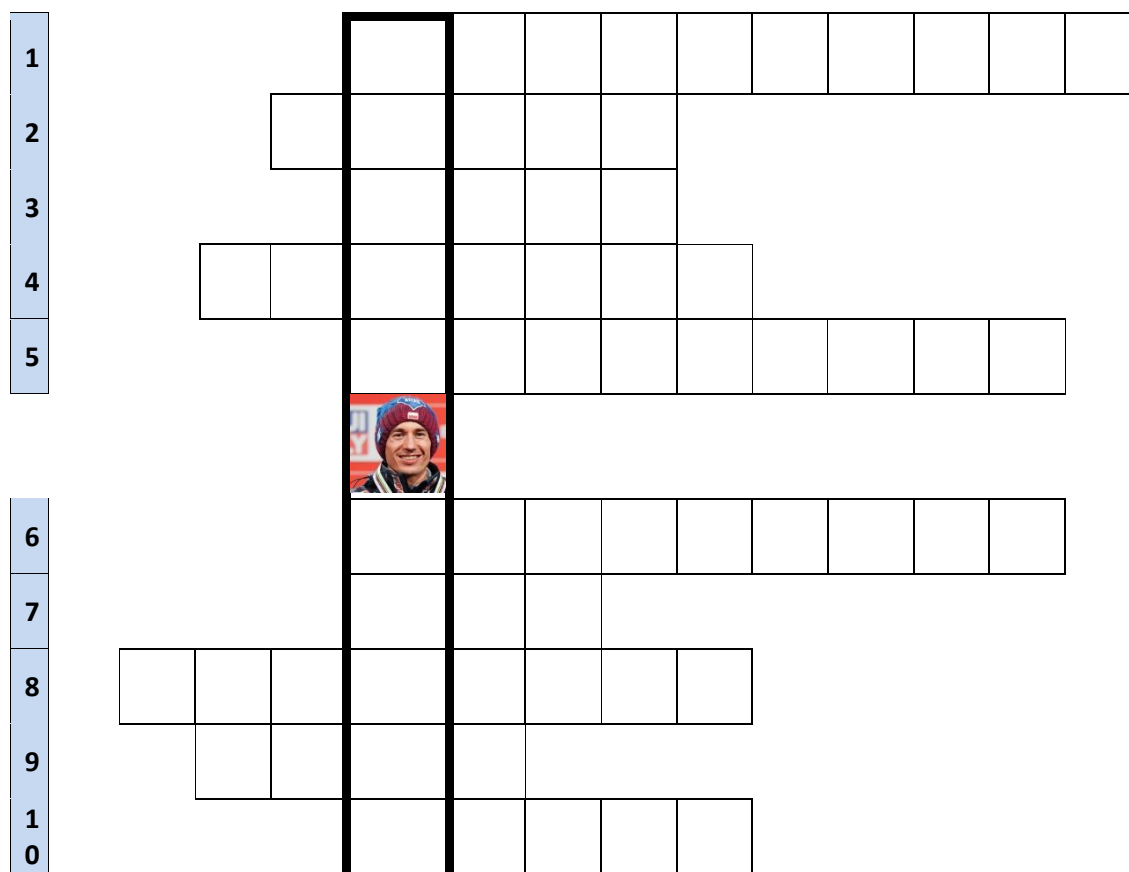
Które osoby uprawiają sporty zimowe? Wskażcie odpowiednie obrazki.

Ile jest obrazków z zimowymi dyscyplinami sportu? Policzcie je.



KRZYŻÓWKA

Uzupełnijcie krzyżówkę z hasłem. Litery w pogrubionej ramce utworzą rozwiązanie: imię i nazwisko skoczka narciarskiego, który jest na zdjęciu.



1 – ubiór narciarza

2 – przypinane do butów na stoku narciarskim

3 – pogoda poniżej 0° C

4 – dzieci rzucają się nimi, gdy jest śnieg

5 – miejsce do jazdy na łyżwach

6 – sport zimowy uprawiany na desce

7 – może być wyścigowy lub saneczkowy

8 – polska stolica sportów zimowych

9 – to zdrowie

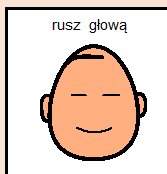
10 – gra zespołowa na lodowisku

Już niedługo Igrzyska Olimpijskie

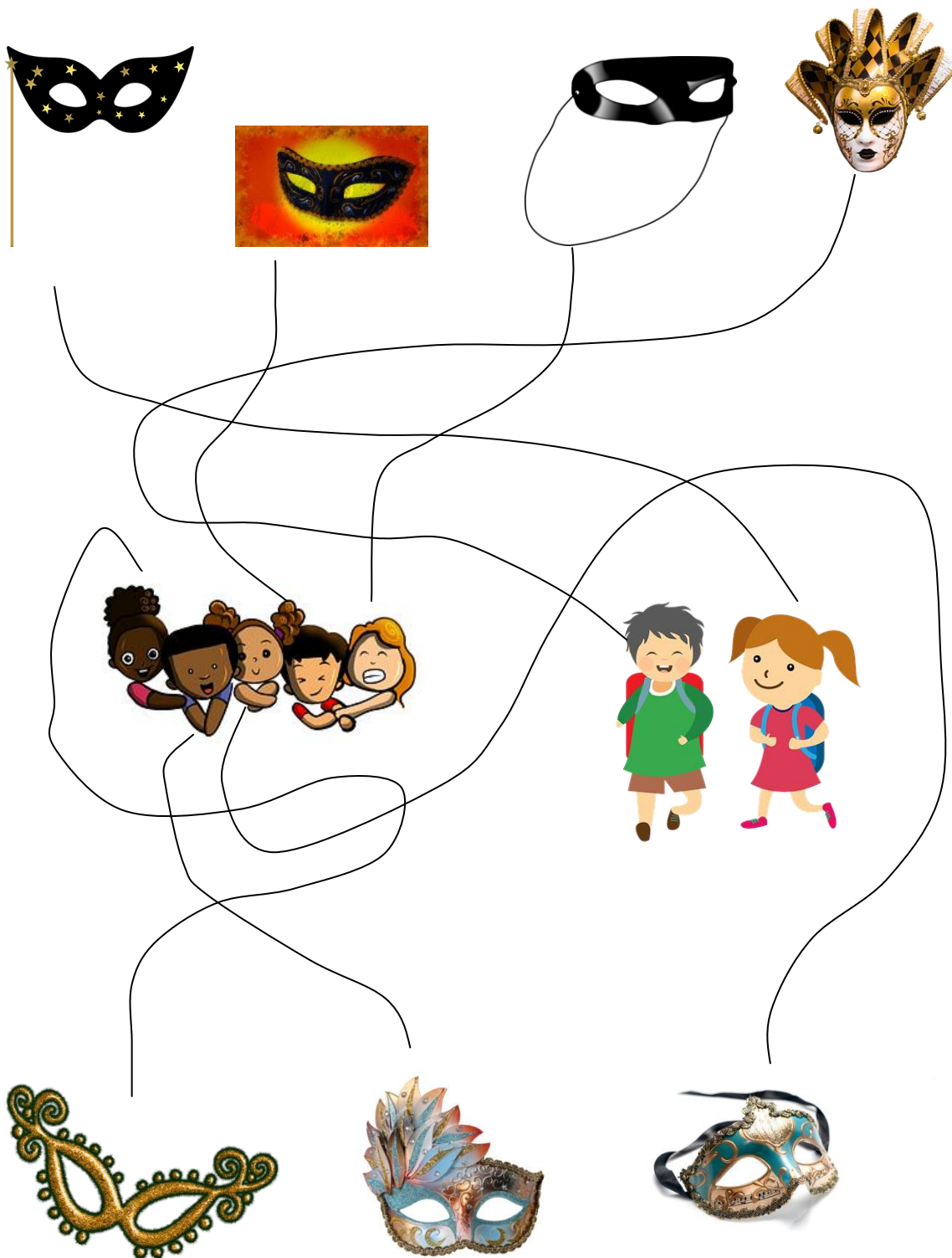
Więcej szczegółów w lutowym wydaniu gazetki.

Pozdrawiamy!!!

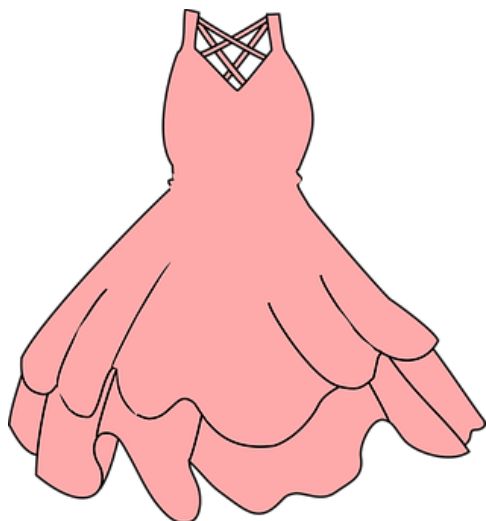
Rusz głową



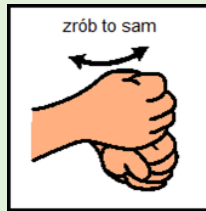
Uczniowie robili maski karnawałowe. Znajdź właścicieli tych masek.



Co przyda się na bal karnawałowy?



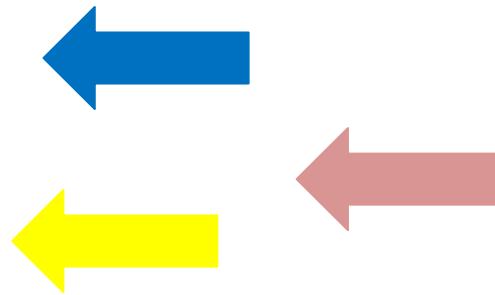
Zrób to sam...



ZIMOWE SKRZATY

Czego potrzebujemy?

- białej włóczki
- bloku technicznego
- kolorowego papieru
- kleju uniwersalnego
- nożyczek
- cyrkla
- sypkich brokatów
- białych koralików



Etap 1

Na kartce z bloku technicznego rysujemy pierścień. Zewnętrzne kółko będzie wyznaczało wielkość pompona. Mniejsze powinno mieć średnicę 2-2,5centymetra. Pierścień wycinamy.



Etap 2

Włózkę okręcamy dookoła pierścienia. Dla ułatwienia możemy odcinać od niej krótsze (na przykład półmetrowe) kawałki i z nimi pracować. Nawijamy tak długo, aż nie będzie się dało przewlec przez środek kolejnych nitek. Teraz bierzemy nożyczki i przecinamy włózkę na wysokości zewnętrznego kółka.

Nim wyjmemy papierowy środek bierzemy kolejny kawałek włóczki i ciasno związujemy niteczki. Zapasu nie odcinamy, tylko robimy z niego pętelkę. Dopiero teraz przedzieramy kartonik ze środka i go wyjmujemy.



Nitkom pompona trzeba jeszcze nadać odpowiedni, kulisty kształt. Jeśli jakaś wystaje ponad inne – przycinamy ją.

Etap 3

Znowu bierzemy cyrkiel i ustawiamy na nim odległość podobną lub troszkę większą, niż wynosił promień pierścienia. Rysujemy koło na kolorowym papierze i dzielimy je na trzy podobne części. Z każdej takiej części możemy zrobić osobny kapelusz skrzata. Przygotowany wycinek smarujemy cienko klejem na jednej krawędzi i sklejamy. Możemy dla ułatwienia przytrzymać papier żabką, aż klej wyschnie.



Etap 4

Kapelusz ozdabiamy brokatami. Najpierw rysujemy wzory klejem, a później posypujemy je brokatem. Kiedy klej wyschnie, przewlekamy pędzelkę przy pomponie przez kapelusz i wciskamy, jak czapkę na głowę.



następnie dodajemy na górze koralik.



Ostatnia rzecz: nos. Z czerwonego papieru wycinamy małe kółko i przyklejamy je do włóczki tuż poniżej linii kapelusza. Gotowe!



Zimowy skrzat doskonale pasuje do zimowego stroika albo jako ozdoba na świątecznej choince. Na pewno wprowadzi do wnętrza każdego mieszkania trochę radości i figlarności.

POWODZENIA!!!!

Kącik logopedyczny



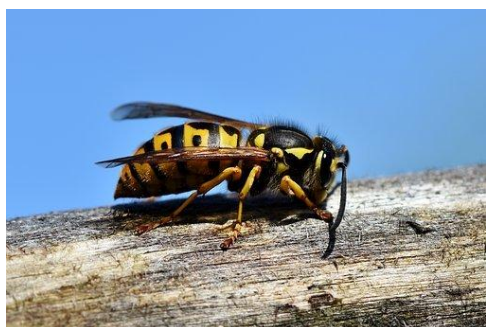
Dzisiaj... dla każdego coś trudnego ;-)

Język polski nie zawsze jest prosty. Czasem mylą nam się głoski, nawet wtedy gdy potrafimy je poprawnie wypowiedzieć.

Poniżej są obrazki, spróbujmy:

- wskazać te, nazwy których wypowiada druga osoba;
- klasnąć, gdy usłyszymy daną głoskę (np. „s” lub „ż” – wcześniej ustalamy którą);
- nazwać te obrazki, które są obok siebie, np. „osa i kosze”, „poduszka i pies”;
- powtórzyć lub przeczytać zdania pod obrazkami;
- powtarzać połączenia dwuwyrzowe lub zdania zwiększając tempo.

OSA



KOSZE



PIES



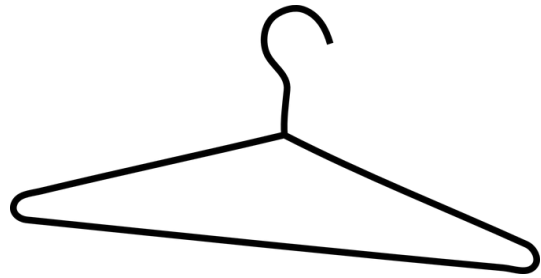
PODUSZKA



SUKIENKA



WIESZAK



LIS



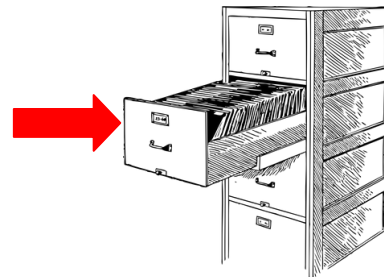
SZOP



PAS



SZUFLADA

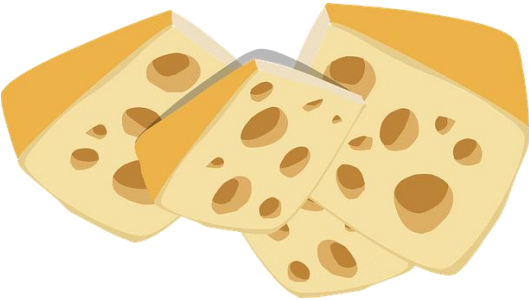

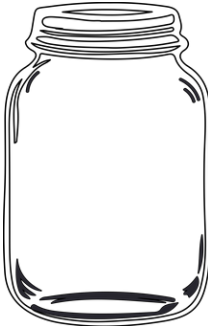



SOK



GRUSZKA



<p style="text-align: center;">SER</p> 	<p style="text-align: center;">MYSZ</p> 
<p style="text-align: center;">SŁOIK</p> 	<p style="text-align: center;">SUSZONE JABŁKA</p> 

Nad kozami lata osa.

Na poduszce śpi pies.

W szafie na wieszaku wisi sukienka.

W księżce widziałem lisa i szopa.

W szufladzie jest pas.

Mama przygotowała sok gruszkowy.

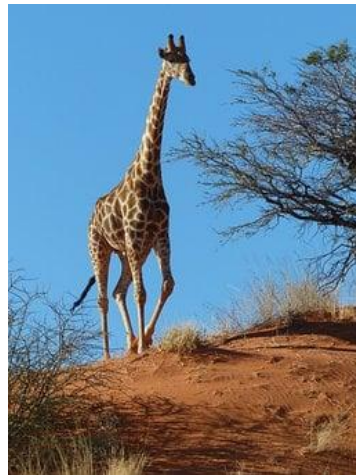
Mała myszka zajada serek.

Staszek włożył do słoika suszone jabłka.

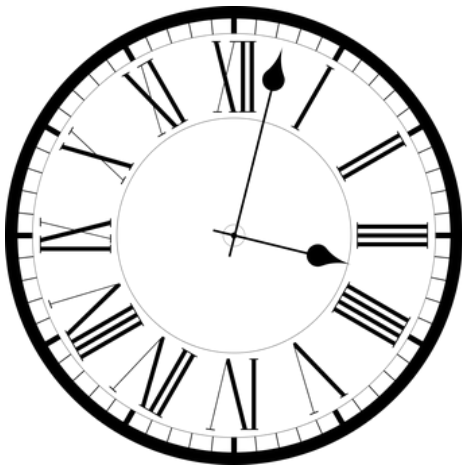
ZEBRA



ŻYRAFA



ZEGAR



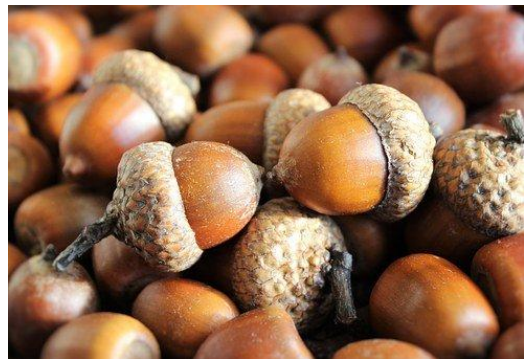
ŻARÓWKA



GAZETA



ŻOŁĘDZIE



KOZA



RZĘKA



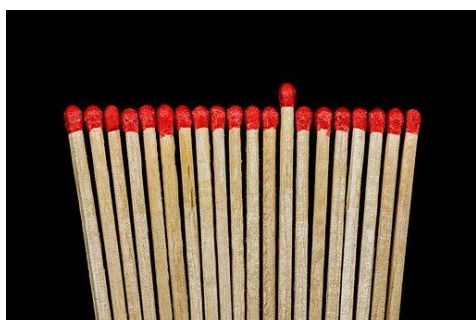
ZAMEK



RÓŻE



ZAPALKI



ŻABA

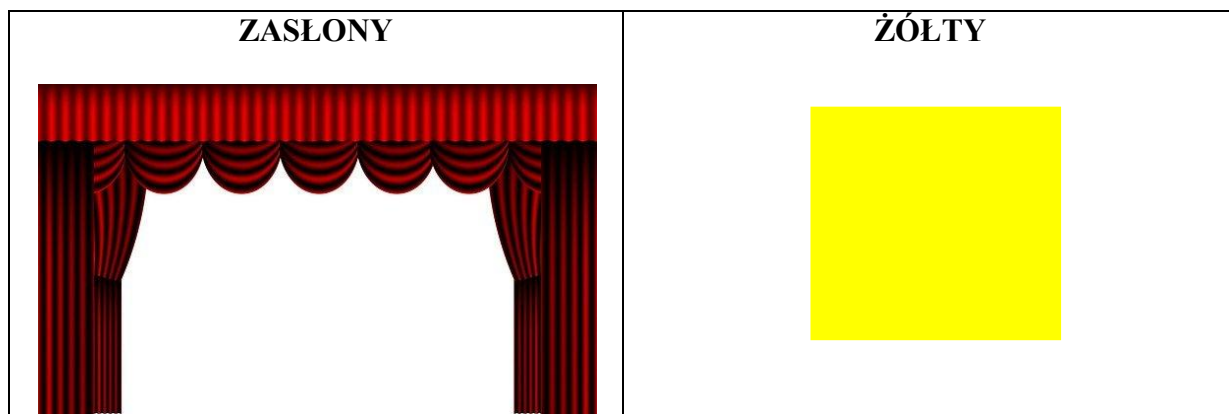


WAZON



ŻONKILE





***W ogrodzie zoologicznym widziałem zebbrę
i żyrafę.***

Tata kupił zegar i żarówkę.

Zenek położył żółędzie na gazecie.

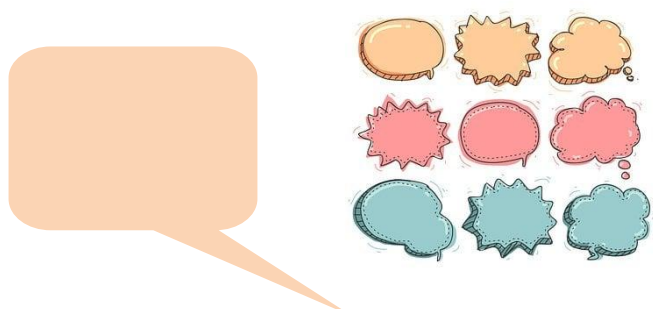
Nad rzeką pasała się koza.

Wokół zamku rosły kolorowe róże.

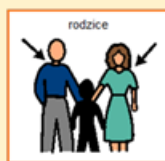
Obok zapatek siedziała żaba.

W wazonie są żółte żonkile.

W oknie wiszą żółte zasłony.



Dla Rodziców



Jak pokonać stres i zmęczenie?

Każdy z nas przeżywał kiedyś stres i każdy z nas odczuwał czasem zmęczenie. Musimy się z nimi mierzyć, dlatego dobrze znać na nie sposoby.

Ćwiczenia oddechowe można wykonywać wszędzie: w domu, szkole, na podwórku. Są proste, ale skuteczne bo pomagają wrócić do równowagi.

Oto kilka propozycji ćwiczeń oddechowych i relaksacyjnych dla dzieci i dorosłych:

1. Powolne wdychanie i wydychanie powietrza (ćwiczenie warto wykonywać codziennie przed snem).
2. Kładziemy się na wznak z pluszową zabawką lub książką na brzuchu. Oddychamy spokojnie w taki sposób, jakbyśmy kołysali misia lub książkę.
3. W pozycji siedzącej przykładamy do ust zwiniętą dłoń tak, jakbyśmy próbowali nadmuchać balon. Dobrze wyobrazić sobie, że balon rośnie z każdym naszym głębokim i spokojnym oddechem.
4. „Jestem kotem” – udajemy, że jesteśmy kotem. Możemy szeroko ziewnąć, zrobić ćwiczenie „koci grzbiet” i przeciągnąć się rozciągając plecy, nogi i ręce. Każdy ruch powinien być wykonywany spokojnie i bez pośpiechu.



5. „Jestem piórkiem” – tym razem udajemy, że jesteśmy lekkim piórkiem które unosi się w powietrzu. Ćwiczenie powinno trwać około 10 sekund. Po jego wykonaniu „zastygamy” i staramy się wytrwać w bezruchu przez kolejne kilka sekund. Ćwiczenie można powtórzyć kilkakrotnie.



6. Ugniatanie lub przekładanie z ręki do ręki piłeczki antystresowej (można ją wykonać z balonu napelnionego kaszą).



Zawsze też warto
posłuchać relaksacyjnej
muzyki lub zająć się
swoim hobby.