

# REDAKTOREK

GAZETKA SZKOLNA



ROK 2009, NUMER 8

GRUDZIEŃ 2009 R.

SZKOŁA PODSTAWOWA  
Zespołu Szkół im. Henryka Sienkiewicza w Grabowcu



Christmas joy warms the heart

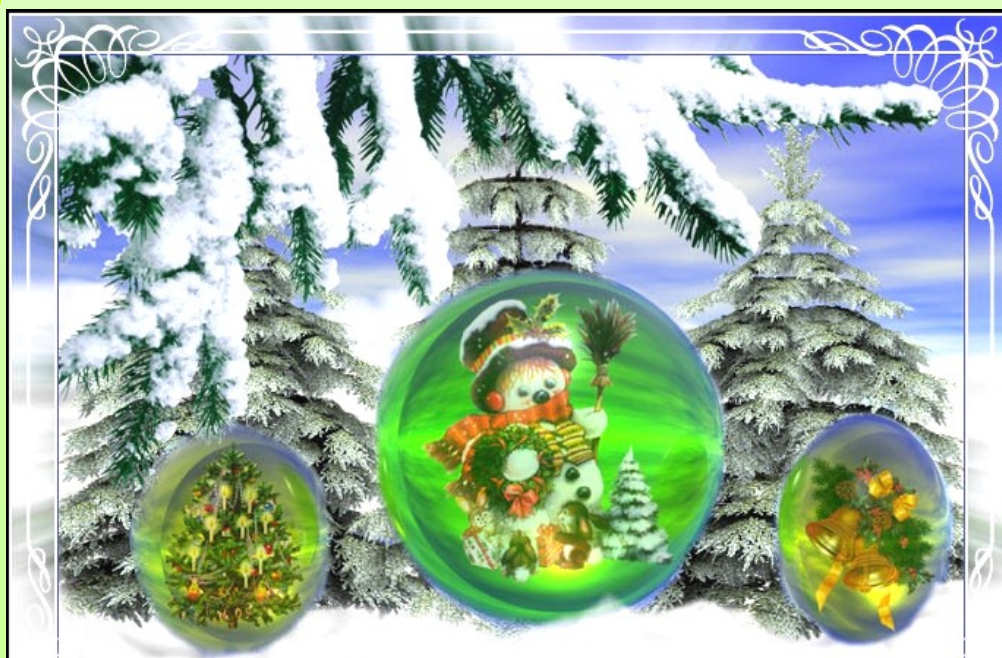
## KALENDARZ WYDARZEŃ

# Grudzień

- 4.12 - Mikołajki
- 6.12 - Kiermasz dekoracji i stroików bożonarodzeniowych
- 18.12 - Świąteczne spotkanie „Kołodujmy wszyscy wraz”
- 19.12 - Koncert kolęd w przedszkolu
- 20-22.12 - Spotkania oplatkowe
- 24.12 - Wigilia
- 25-26 - Święta Bożego Narodzenia



Wesołych Świąt  
i  
Szczęśliwego  
Nowego Roku!



Wesołych Świąt



## Mikołajki



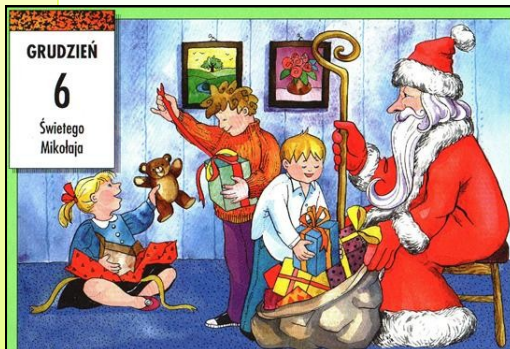
6 grudnia - jak dobrze wiecie,  
Święty Mikołaj chodzi po świecie.  
Dźwiga swój worek niezmiernie  
I każde dziecko prezent dostaje.

Dla Asi ma piłkę, dla Bartka - sanki  
i figurówki dla Zuzanki.

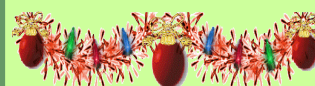
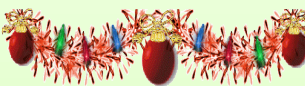
Kasi książeczkę da z obrazkami  
i lalkę Barbie z ubrankami.

Dla Krzysia ma czapkę i rękawiczki,  
Bliźniaczkom z Kocka da dwa szaliczki.  
Jasiowi puzzle, drewniane klocki,  
Mateuszowi - wóz strażacki.  
a dla Jędrusia z Zakopanego  
Ma narty i piękne klocki lego.

A kiedy rozda już prezenty,  
Wraca do nieba uśmiechnięty.  
Choć może czasem przykro świętemu,  
że nikt prezentów nie daje jemu.



## MIKOŁAJKI 2009





## Boże Narodzenie w Polsce



### W świątecznym nastroju

W świątecznym nastroju  
siadamy do stołu.

Siedzimy wokół  
rozmawiamy wesoło:  
o tym co nas spotkało  
i co nam się udało.

Nie mówimy źle!  
O, nie!

W tę noc gwiazdzistą  
gdy Chrystus się rodzi  
źle mówić się nie godzi,  
ani o tobie, ani o mnie.

O innych też  
nie można zapomnieć.  
podajmy więc sobie ręce  
i nie gniewajmy się więcej.



**Święta Bożego Narodzenia** to najbardziej uroczyste święta w naszej tradycji. Święta, na które wszyscy czekamy z ułaskaniem. Przygotowujemy się do nich dłu- go i starannie. Są to dni, kiedy poświęcamy więcej czasu swojej ro- dzinie, najbliższym.

Gdy siadamy do kolacji wigilijnej stawiamy dodatkowe nakrycie dla tych, którzy nie mają z kim podzielić się opłatkiem. W ten dzień nikt nie powinien być samotny, opuszczony.

Wigilia Bożego Narodzenia — najważniejszy dzień świąteczny roku. Ludzie gromadzą się wspólnie, aby po rozbłyśnięciu pierwszej gwiazdki zasiąść do wieczerzy wigilijnej. W tym dniu nie ma kłótni, ludzie starają się być dla siebie mili, uczynni,

Przygotowania do uroczystego posiłku zaczynają się już kilka dni wcześniej. W przeddzień Wigilii wypieka się ciasta świąteczne — pierniki, strucle, serniki. Dzień Wigilii wielu chce spędzić uczciwie, pracowicie i pogodnie, gdyż jak stary zwyczaj mówi: „jaka będzie Wi- gilia, taki będzie cały rok”.

Kiedy wszystkie potrawy są przygotowane, rozpoczyna się szykowa- nie do stołu, dzielenie opłatkiem wraz z nadejściem pierwszej gwiazdki. A o północy wszyscy wybierają się na Pasterkę.

A potem zaczynają się święta Bożego Narodzenia — najpiękniejsze święta w roku.



Jest taki dzień bardzo ciepły, choć grudniowy;  
dzień, zwykły dzień, w którym gasną wszelkie spory.  
Jest taki dzień, w którym radość wita wszystkich.  
Dzień, który już każdy z nas zna od kołyski..

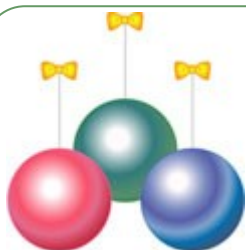
Niebo ziemi, niebu ziemia,  
wszyscy wszystkim ślą życzenia.  
Drzewa ptakom, ptaki drzewom.





## Święta w szkole





# Kultura osobista

Kultura osobista obejmuje między innymi normy i wzory postępowania, prawa, a także zwyczaje, oraz zasady określające stosunki międzyludzkie. Zaliczamy do niej normy regulujące na przykład sposoby witania się, zasady dobierania stroju w zależności od okazji, sposoby pełnienia roli ucznia.

**Kultura** (z łac. *colere* = "uprawa, dbać, pielęgnować, kształcenie") – termin wieloznaczny, pochodzący początkowo od łac. *cultus agri* ("uprawa ziemi"), interpretowany w różny sposób przez przedstawicieli różnych nauk. Kulturę można określić jako ogół wytworów ludzi, zarówno materialnych, jak i niematerialnych: duchowych, symbolicznych (takich jak wzory myślenia i zachowania).

## Dbam o zdrowie

Sezon zimowy – krótki dzień, brak słońca, zmiany temperatury – wpływa na obniżenie odporności naszego organizmu. Niskie temperatury powodują, że organizm zaczyna domagać się większej ilości pożywienia. Regularne spożywanie posiłków, tj. ok. co 3 godziny, zapewnia utrzymanie energii na jednakowym poziomie, dzięki czemu nie jesteśmy ospali, zmęczeni i mamy siłę do codziennej aktywności.



Witamina C – najbardziej znany składnik w wzmacnianiu odporności. Warto zatem do codziennego jadłospisu włączyć kapustę kwaszoną, świeżą paprykę, brokuły, natkę pietruszki, brukselkę, kiwi, owoce cytrusowe. W każdym posiłku powinien znaleźć się owoc lub warzywo będące źródłem tej witaminy.



Miód – bardzo korzystnie wpływa również na organizm człowieka. Dzięki zawartości fruktozy wpływa na poprawę nastroju, a przede wszystkim zawiera cenne związki hamujące rozwój drobnoustrojów wzmacniając odporność organizmu.

### Gazetkę redagują:

Knap Łucja, Gaska Dorota,  
 Tuniak Katarzyna, Steciuk  
 Patryk, Skrzyński Przemysław,  
 Włodarska Monika

### Opiekun gazetki:

*Bożena Momot*

