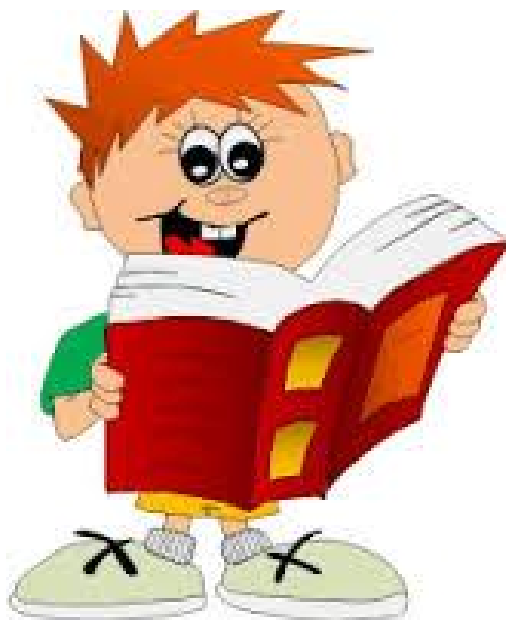


Byle do dzwonka



GAZETKA SZKOLNA
ZESPO/ U SZKÓ/ W SIDZINIE nr 1. 2015/16



Dzień dobry od redakcji!!!

Witamy wszystkich uczniów po tych wspaniałych letnich feriach! Mamy nadzieję, że wypoczęliście i macie do siebie następną roczkę szkolną i naukę. W tym roku jak zwykle przygotowujemy dla Was wiele ciekawych artykułów, miesięcznych artykułów, wywiadów i konkursów.

Witamy miłego roku i lektury naszej gazetki :)

Spis treści

1. Sto lat dla nauczycieli3
2. Co w szkole piszczy.....4
3. Zdrowe odżywianie5
4. Gazetkowy youtube.....9
5. Najdziwniejsze sporty10
6. Ciekawostki sportowe.....11
7. Warto przeczytać12
8. Fanfiction- co to takiego.....13
9. Mój idol.....14
10. Filmomania.....15
11. Na wesoło16
12. Need for speed rivals.....17
13. Spróbuj swoich sił.....18

Zachęcamy do zapoznania się z kolejnym numerem naszej gazetki szkolnej. Zapraszamy do współpracy wszystkich chętnych uczniów z naszej szkoły, którzy chcą się pochwalić swoim talentem pisarskim. Spotykamy się w sali 103 na lekcji 7.

REDAKJA: CZ/ ONKOWIE SAMORZĄD UCZNIOWSKIEGO ó Kamila Krygicz, Arkadiusz Hampel, Magdalena Lipka, Monika Hampel, Kinga Trzop, Dawid Staszczak, Szymon Trzop, Martyna Sutor, Justyna Kostka, Mateusz Staszczak, Patrycja Jaromin, Justyna Stramek i inni.

Opiekun: mgr Sabina Mirek

DRODZY NAUCZYCIELE!

Najcenniejszym i najtrwalszym
podarunkiem jaki mo na da
dziecku - jest wyksztaenie. W
podzi kowaniu za trud wony
w Nasz edukacje, samych
rado ci i sukcesów

yczy
Samorz d Uczniowski



Co w szkole piszczy?

- 1 września rozpocznie się rok szkolny
- O godzinie 8.00 wszystkie klasy zebrają się na placu apelowym i uroczycie przesuwać ze sztandarem do kościoła. Po Mszy w tej pan Dyrektor powita wszystkich i przedstawi podział klas pierwszych. Po rozejściu do klas, każdy wychowawca omówi swoim podopiecznym plan lekcji.
- 14-20 września odbędzie się kampania wyborcza, przed wyborami władz Samorządu Uczniowskiego
- 21 września wybory przewodniczącego szkoły
- Każdy uczeń mógł zagłosować na wybranego kandydata. Wygrała Monika Hampel z 134 głosami, a zastępcami zostali Sylwia Kolaniak (98 głosów) i Stramek Paweł (41 głosów). Pozostali kandydaci: Szymon Kulka (18), Kinga Choręły (13), Jakub Choręły (13), Izabela Kolaniak (12), Weronika Trzop (11), /ukasz Wieczorek (11), Andrzej Maćsa (6), Katarzyna Choręły (5) i Patrycja Kostka (3).
- Gabriela Szpak zajęła pierwsze miejsce w Zawodach Powiatowych z Biegów Przejajowych.
- 28-29 września konkurs na kukiel z warzywką, w którym wzięło udział 75 uczniów.
- 6.10- odbędzie się wycieczka klas IV do Zakopanego
- Klasa II gimnazjum będzie na wycieczce do Doliny Pięciu Stawów.



ZDROWE ODŻYWIENIE

Jak już pewnie wiesz, zdrowe odżywianie polega na regularnym dostarczaniu organizmowi wszystkich niezbędnych składników odżywczych w odpowiednich ilościach i proporcjach.

WARZYWA

Warzywa zawierają takich składników mnóstwo, dlatego powinny być podstawą każdej [zdrowej diety](#). Są nieocenionym źródłem witamin, [błonniaka pokarmowego](#) i fitoskładników.

Jedz więcej warzywa:

- zredukujesz [ryzyko wystąpienia niektórych nowotworów](#),
- zmniejszysz ryzyko wystąpienia cukrzycy, miażdżycy i zawału serca,
- obniżysz ciśnienie krwi i poziom cholesterolu.



Według [najnowszych zaleceń żywieniowych](#) powinniśmy spożywać 9 porcji warzyw i owoców każdego dnia. W praktyce oznacza to, że warzywa powinny znajdować się praktycznie w każdym naszym posiłku.

Zalecenia żywieniowe

1. Jedz więcej porcje.
2. Spożywaj posiłki co 3 godziny.
3. Staraj się trzymać zasady 4-5 posiłków w ciągu dnia.
4. W ciągu dnia powiniene wypić 2-3 litry niegazowanej wody.
5. Komponuj zbilansowane posiłki.
6. Wyeliminuj z diety słodkie.
7. Dostosuj ilość spożywanych posiłków do ilości treningów.
8. Spożywaj 1500-2000kcal



1 DZIEŃ 5 PORCJI

Si gamy po sódki, by poprawi sobie nastrój, gdy nam zimno, le. Subtelna sódycz dojrzeć gruszki, suszonych liwek, lipowego miodu wypierana jest coraz zuchwalej przez agresywn sódycz kolorowych napojów i cukierków w ostrych kolorach. Aby unikn ci gęgo jedzenia sódyczy nale y wprowadzi 1 dzie sódki na niedziel lub sobot . Na pocz tku z niecierpliw ci czeka si na ten dzie , jednak pó niej nasz organizm przyzwyczai si i ćknienie na sódyczne minie. 1 dzie sódki jest te wietnym sposobem na wy wiczenie w sobie wytrwać ci i dotrzymania sobie sów.

Nadmierne spo ycie [cukrów prostych](#) mo e prowadzi do [rozwoju nadwagi](#), próchnicy z bów, a tak e zaburze poziomu glukozy we krwi, a w efekcie cukrzycy. Dlatego nale y ogranicza jak najbardziej spo ycie sódyczy i wyrobów cukiernicznych lub wybiera te z naturalnymi sódzikami, np. [ze stewi](#)



SMA ENIE

Wszyscy lubimy sma y ó w ko cu to jeden z najszybszych sposobów obróbki termicznej

popularnych produktów (szczególnie mi sa).

Jednak szybko wcale nie znaczy zdrowo:

- Jedna ćka oleju to a 90 pustych, absolutnie zb dnych kalorii. Zastanów si , ile takich ćek dodać ostatnio sma c co na patelni?
- Podczas sma enia powstaj silnie rakotwórcze zwi zki. Im bardziej żprzypalona jest skórka, tym jest ich wi cej.



O W O

CE

Owoce odgrywaj bardzo wa n rol w ywieniu człwieka. S doskonaćm ródćm [witamin](#), [sk adników mineralnych](#) oraz [błennika pokarmowego](#). Owoce zawieraj [antyoksydanty](#), takie



jak: witaminy A, C i E oraz flawonoidy, które mają duży wpływ na nasze zdrowie. Zalecane są również soki ze świeżych owoców.

Jedz owoce:

- Spożywamy węglowodany niezbędne w diecie
- Wzmacniamy układ kostny
- Poprawiamy przepływ krwi w organizmie
- Zmniejszamy ryzyko wystąpienia cukrzycy, miażdżycy i zawału serca,
- Wzmacniamy zęby
- Zwiększamy ilość energii w organizmie niezbędnej do funkcjonowania



WPŁYW ODŻYWIANIA NA KOŚCI I ZĘBY

Mamy w organizmie prawie kilogram wapnia i prawie cała jego ilość znajduje się w kościach i zębach. Ponieważ jest przez cały czas wchłaniany przez układ kostny, wciąż musimy go dostarczać. Jeżeli w tym, co jemy, jest za mało wapnia, organizm uzupełnia jego braki, czerpiąc ten cenny budulec z naszych kości. Na skutek tego demineralizują się one i łamią. Na zębach natomiast kruszy się szkliwo co ułatwia bakteriom dostęp do wnętrza zębów, co doprowadza m. in do próchnicy.



PIRAMIDA ŻYWIENIOWA



PAMI TAJ!!!

Owoce i warzywa ó z nimi w walce o zdrowie si wygrywa!

KAMILA KRYGICZ

GAZETKOWY YOUTUBE

REZI

Remigiusz Jakub Wiergo . YouTuber pochodzi z Wodzisławia Śląskiego, urodził się 11 września 1996 roku. Na YouTube jako Rezi istnieje od sierpnia 2010 roku. ReZigiusz, czyli jeden z najpopularniejszych graczy polskich youtuberów postanowił przekazać część z zarobku ze sprzedaży swoich kubków, bluz i koszulek z 31 grudnia przekazać na rzecz Wojewódzkiego Szpitala Rehabilitacyjnego dla Dzieci w Jastrzębiu-Zdroju. Chciał zbierać 5 tysięcy, już 15 tysięcy dla niego wielkim sukcesem, a ostatecznie wynik wyniósł ponad 138 tysięcy złotych. Rezi ma 1 607 715 subskrypcji na YouTube i 296 129 378 wyświetleń, co czyni go trzecim najpopularniejszym polskim YouTuberem. ReZigiusz na swoim kanale ma m.in. takie serie jak: Minecraft, Battlefield 4, GTA 5, różne challenge, Q&A itd. Remigiusz posiada także swój własny sklep z koszulkami, bluzami, kubkami itp. YouTuber ma siostrę Wiktoria (jest ona młodsza o 2 lata) i psa Kampiego.



Martyna Sutor

Najdziwniejsze sporty świata

Tapati Rapa Nui Festival - bieg z kłami bananów

Na naleśaj do Chile Wyspie Wielkanocnej co roku na przełomie stycznia i lutego odbywa się wi to pod nazwą Tapati. Podczas festiwalu prezentowana jest kultura i sztuka polinezyjska. Maj wówczas miejsce zmagania sportowe oparte na dawnych tradycjach. Zarówno mężczyźni jak i kobiety rywalizują w wyścigach z kłami bananów w ramionach. Inną konkurencją podczas festiwalu Tapati jest zjazd ze zbocza wulkanu na pniu bananowca. Wygrywa osoba, która utrzyma się na nim najdłużej.

Szachowy boks

Szachoboks to niekonwencjonalna dyscyplina sportowa, będąca połączeniem walki bokserskiej z partią szachową. Koncepcja ta zrodziła się w 1992 r. w głowie Enki Billa. W pojedynku zawodnicy rozgrywają 11 rund: 6 grających w szachy, za 5 boksujących. Do zwycięstwa doprowadzić może zarówno szach-mat, jak i nokaut. Sędzia ma również prawo przerwać spotkanie, gdy jeden z zawodników nie jest w stanie dojść do szachownicy.

Wyścigi kosiarek

To kolejne dziwaczne zawody, które wywodzą się z Wielkiej Brytanii. W 1973 r. w angielskim miasteczku Wisborough Green zapoczątkowała je grupa młodych mężczyzn. Z czasem lokalna atrakcja przeistoczyła się w zawody międzynarodowej rangi. Zawodnicyścigają się na przebudowanych przez siebie kosiarkach. Zachowywane są ich oryginalne silniki, jednak ostrza są usuwane ze względów bezpieczeństwa.



Ciekawostki sportowe

Piłka Nożna.

1. W grę o zbliżonych regułach grano w Chinach już 2300 lat temu.
2. Największym aktualnie stadionem na świecie jest Stadion im. 1 Maja w Pjongjangu (Korea Północna). Oficjalna jego pojemność to 150 000 miejsc siedzących.
3. W lidze madagaskarskiej w 2002 roku w meczu AS Adema - Stade Olympique Emyrne padł rekordowy wynik 149:0. Przy okazji nadarzańcy się okazji strzelali bramki samobójcze na znak protestu przeciw stronnictwu ich zdaniem sędziowskiemu.
4. Pierwsze doniesienia o grze można znaleźć w pismach pochodzących z około 476 r. p.n.e.
5. Pele jest najmłodszym graczem, który wygrał Puchar Świata grając przeciwko Szwecji w 1958 roku. Miało wtedy 17 lat i 237 dni.

Siatkówka.

1. **Najdłuższy set w historii ódnutowano w lidze koreańskiej, w meczu pomiędzy drużynami KAL Jumbos i Rush&Cash. Ostateczny wynik seta to 56:54 dla Kal Jumbos, które zwyciężyły w całym spotkaniu 3-0.**
2. **Najwięcej medali w siatkówce męskiej – 43 medale w rozgrywkach światowych ma na koncie reprezentacja Rosji (wliczając ZSRR): 12 medali Mistrzostw Świata (w tym sześć złotych), 6 medali Igrzysk Olimpijskich (w tym trzy złote), 10 medali Pucharu Świata (w tym sześć złotych), 15 medali Ligi Światowej (w tym trzy złote). Druga jest reprezentacja Brazylii, która ma na koncie 33 medale.**

Justyna Kostka ☺

Warto przeczytać

one choice can transform you

AUTOR : Veronica Roth
TYTUŁ : Trylogia :
Niezgodna, Zbuntowana,
Wierna.



faction quiz

Trylogia ta jest połączeniem
świata fantastycznego z

rzeczywistymi problemami nastolatków. Przeznaczona dla osób które chcą przekonać się jak to jest w obliczu wojny, ile trzeba wycierpieć, jak łatwo można stracić bliskie osoby i stać się kimś zupełnie innym.

Zbuntowana Tris, chcąc uciec od swego nudnego życia w Altruizmie, dokona trudnego wyboru między tym co kocha, a tym co podpowiada jej serce. Stanie się niepokonaną Nieustraszoną. Będzie musiała pokonać wszystkie swoje lęki i stawić czoło słabościom.

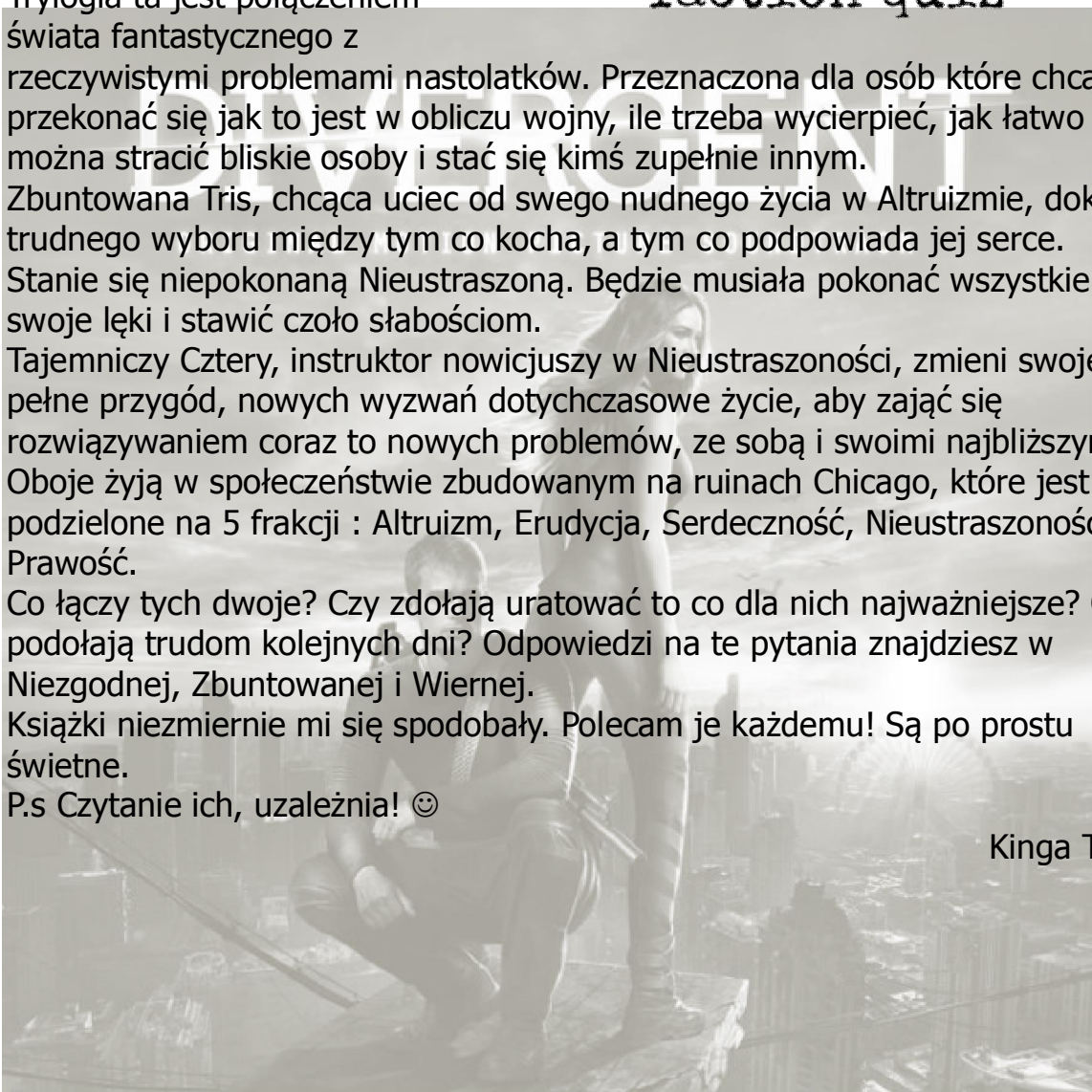
Tajemniczy Cztery, instruktor nowicjuszy w Nieustraszonosci, zmieni swoje pełne przygód, nowych wyzwań dotychczasowe życie, aby zająć się rozwiązywaniem coraz to nowych problemów, ze sobą i swoimi najbliższymi. Oboje żyją w społeczeństwie zbudowanym na ruinach Chicago, które jest podzielone na 5 frakcji : Altruizm, Erudycja, Serdeczność, Nieustraszonosc i Prawość.

Co łączy tych dwoje? Czy zdołają uratować to co dla nich najważniejsze? Czy podołają trudom kolejnych dni? Odpowiedzi na te pytania znajdziesz w Niezgodnej, Zbuntowanej i Wiernej.

Książki niezmiernie mi się spodobały. Polecam je każdemu! Są po prostu świetne.

P.s Czytanie ich, uzależnia! ☺

Kinga Trzop



Fanfiction – nowy i nieznany gatunek literacki

Fan fiction (skrótowo: **fanfic**, **ff**) . opowiadania tworzone nieoficjalnie przez fanów filmu, księki, serialu itp., wykorzystujące postaci i świat z oryginalnego utworu. Aby w pełni zrozumieć fanfik, trzeba znać pierwowzór. Istnieją także fanfiki opowiadające historie sławnych osobistości z realnego świata, np. członków zespołów muzycznych. Istnieją dwa główne podziały: ze względu na tematykę i długość. Poza tym wyróżniamy te zjawiska, czyli charakterystyczne postaci, wydarzenia występujące w utworze.



Odmiany FF:

- Angst . fanfic, w którym dzieją się straszne rzeczy, bohaterowie cierpią i często umierają, depresyjne, smutne klimaty.
- Crossover fiction . FF, w którym występują bohaterowie z dwóch różnych serii/zespołów/tytułów.
- Alternative Universe . fanfic, w którym bohaterowie osadzeni są w innej rzeczywistości niż oryginalnie.
- Fluffy fluff . FF bardzo przesadzony, bohaterowie są szczęśliwi i nie mają problemów, jeżeli jednak jeden z bohaterów cierpi, to tylko po to, aby drugi mógł go w romantyczny sposób uratować.
- Comedy . po prostu komedia.
- Parody . fanfik opowiadający w żartobliwy sposób/wymyślny sposób w tło z oryginalnej historii.
- Hurt Comfort . FF, w którym jedna postać cierpi, a druga jej pomaga.
- Karuzela/ Robin Round . fanfic pisany przez kilku autorów.
- Casefic . FF, w którym intryga kryminalna pojawia się jako w tło główny.

Podziały ze względu na długość :

- Miniaturka . od jednej do dwóch stron.
- Oneshot . opowiadanie jedno-rozdziałowe.
- Twoshot . opowiadanie dwu-rozdziałowe.
- Dribble . opowiadanie, mające dokładnie 50 słów.
- Drabble . opowiadanie, mające dokładnie 100 słów.
- Droubble . opowiadanie, mające dokładnie 200 słów.

Zjawiska:

- Mary Sue . postać bardzo przerysowana, wyidealizowana.
- Kanon . oryginalne cechy postaci/ świata.
- Fanon . wymyślone przez autora cechy postaci/ świata.
- OOC . bohaterowie zachowują się jak oryginalnie.
- Pairing . para dwóch zakochanych bohaterów, którzy zostają parą.
- Rape . opis przemocy.
- Bromance . para przyjaciół.
- Death . śmierć bohatera.
- Beta . osoba sprawdzająca i poprawiająca fanfic pod względem stylistycznym, interpunkcyjnym i ortograficznym.
- Rating . oznaczenie, cenzura wiekowa.

Fanfiction stał się bardzo popularny już w drugiej połowie XX wieku. Dziś prawie wszyscy autorzy publikują swoje opowiadania w Internecie na swoich blogach lub przeznaczonych do tego forach. Najczęściej czytelnikami są fani danego utworu/zespołu.

Magda Lipka

♫ *Mój idol* ♫

THE
VAMPS



Skład zespołu:

wokalista **Brad Simpson**

gitarzysta **James McVey**

basista **Connor Ball**

perkusista **Tristan Evans**

The Vamps - brytyjski zespół wykonujący muzykę z gatunku pop-rock. Zespół powstał na początku 2012 roku. Swoją pierwszy kontrakt płytowy zespół podpisał z wytwórnią Mercury Records w listopadzie 2012 roku. The Vamps wystąpili w roli supportu przed McFly na trasie "Memory Lane Tour" na początku 2013 roku. Wystąpili również na festiwalach i koncertach jako support przed takimi wykonawcami jak: The Wanted, McFly, Selena Gomez.

2011-2012: Początki

James McVey w 2011 roku był pod opieką managerów Richarda Rashmana i Joe O' Neilla z Prestige Management. McVey zdecydował się stworzyć zespół przez serwis internetowy Youtube poznał Bradleya Simpsona. Razem zaczęli pracować nad piosenkami, a Simpson został głównym wokalistą. W 2012 roku McVey i Simpson poznali Tristana Evansa na portalu społecznościowym Facebook. Jako ostatni do zespołu dołączył Connor Ball.

2013-obecnie: Meet The Vamps

Zespół opublikował swój pierwszy własny singiel "Wildheart" (której tytuł został później zmieniony na "Wild Heart") 22 lipca 2013 roku na swoim kanale w serwisie YouTube. Filmik został wyświetlony ponad 46 tysięcy razy w ciągu pierwszych dwóch dni. Singiel "Can We Dance" został oficjalnie wydany 29 września 2013 roku i zadebiutował na drugim miejscu brytyjskiej listy przebojów 6 października 2013 roku, przegrywając jedynie z piosenką "Counting Stars" zespołu One Republic. Utwór "Wild Heart" trzy dni później miał swoją premierę w radiu i został wydany 19 stycznia 2014 roku. Singiel dostał się na miejsce trzecie brytyjskiej listy przebojów. 13 marca 2014 roku zespół ogłosił ich debiutancki album, który ukazał się 14 kwietnia 2014 roku.

marca 2014 roku ogłoszono, że pęta b dzie nosi tytuł "Meet the Vamps". Album "Meet the Vamps" dotarł na drugie miejsce list sprzedaży w Irlandii i w Wielkiej Brytanii.

Piosenki zespołu z płyty : "Meet The Vamps"

- *Somebody to you
- *Last Night
- *Wild Heart
- *Golden itd.

★ **Filmownia** ★

"Szybcy i w ciekich 7"

Vin Diesel, Paul Walker i Dwayne Johnson przewodzą gwiazdorskiej obsadzie w filmie, którego akcja przekracza wszelkie granice prędkości i bezpieczeństwa. Film wypełniony szokującymi wyczynami kaskaderskimi, niesamowitymi furami i pięknymi kobietami!

W przestępczym świecie egzotycznego Rio de Janeiro czują swoje siły legendarny Dom Toretto (Diesel) i wyjęty spod prawa glin Brian O'Conner. Ścigani przez bezwzględnego Agenta Hobbsa (Dwayne Johnson) oraz armię skorumpowanych policjantów pracujących dla morderczynie niebezpiecznego bossa narkotykowego, Dom i Brian ponownie zbierają starą ekipę z poprzednich "szybkich przygód", aby wykonać ostatni robot i zrobić szalony skok wart 100 milionów dolarów!

Główna obsada:

Vin Diesel jako Dominic Toretto

Paul Walker jako Brian O'Conner

Jason Statham jako Deckard Shaw

Michelle Rodriguez jako Letty

Jordana Brewster jako Mia Toretto

Tyrese Gibson jako Roman Pearce

Ludacris jako Tej Parker

Dwayne Johnson jako Luke Hobbs

I inni...



Dla mnie film jest naprawdę fantastyczny, opowiada o prawdziwej przyjaźni, miłości i pasji. Fabuła filmu jest przemyślana i zaskakująca. Jestem również zaskoczony, że reżyser James Wan, oraz scenarzysta Chris Morgan kontynuowali film mimo śmierci jednego z głównych bohaterów Paula Walkera. W ocenie filmu w skali 1-10 dałbym mocne 9. Film godny polecenia.

Arek Hampel

Na wesoło !

SZKOŁA JEST JAK FILM I TELEWIZJA!

Geografia - Discovery Channel

WF - Szkoła przetrwania

Religia - Dotyk anioła

Chemia - Szklana pułapka

Historia - Sensacje XX-wieku

Język polski - Magia liter

Muzyka - Jaka to melodia?

Lekcja wychowawcza - Na każdy temat

Poprawka - Stawka większa niż życie

Nowy w klasie - Kosmita E.T

Ostatnia ławka - Rób ta co chce ta

Pan konserwator - McGyver

Wyrwanie do odpowiedzi - Losowanie Lotto

Wywiadówka - Z archiwum X

Wakacje z rodzicami - Familiada

Woźny - Strażnik Teksasu

Korytarz szkolny - Ulica Sezamkowa

Powrót taty z wywiadówki - Wejście smoka

Szkoła - Świat według Kiepskich

Monika Hampel

NEED FOR SPEED RIVALS



To już dwudziesta odsłona serii wyścigów samochodowych , której premiera odbyła się 19 listopada 2013 roku. Gra została stworzona przez studio Ghost Games, we współpracy z Criterion Games, a wydana przez Electronic Arts. Do dyspozycji gracza zostały oddane fikcyjne tereny



Redview County. Cała gra opiera się na starciach kierowca-policjant. Stróż prawa rywalizujący z kierowcami biorącymi udział w nielegalnych wyścigach, to ciekawy sposób na spędzenie wolnego czasu. „Need for speed” to jedna z najbardziej znanych gier wyścigowych na świecie. Gra oddaje w nasze ręce świetne auta, piękną okolice i masę dobrej zabawy. Moim skromnym zdaniem „Need for speed rivals” to świetna zręcznościówka, która przyniesie wiele zabawy fanom wyścigów.

Mateusz Staszczak

