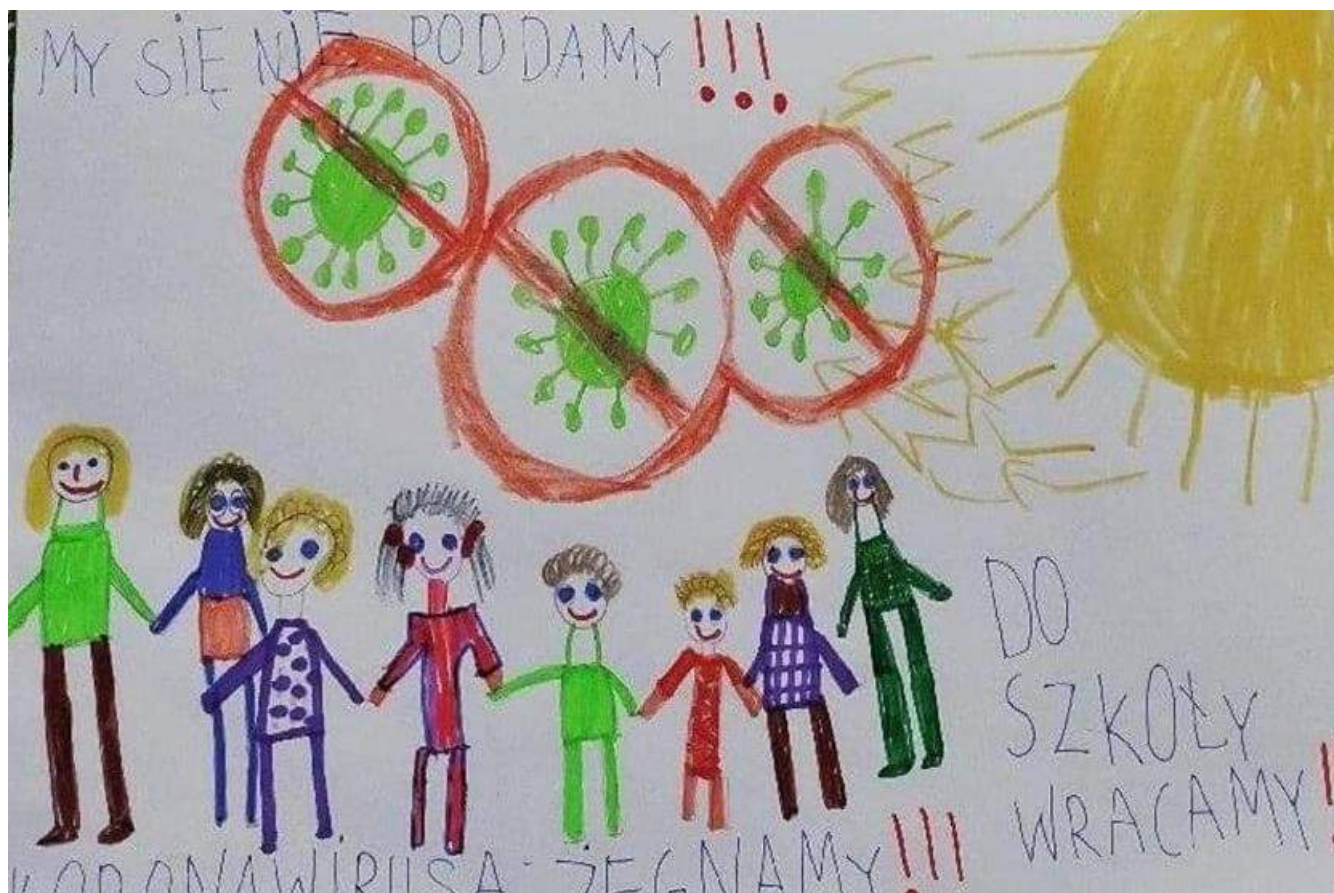


ZOSTAŃ W DOMU



Tej wiosny wszystko jest inaczej. Wielkanoc inna niż wszystkie, majówka inna niż te z poprzednich lat. Świat się zatrzymał, a my z nim. Od wielu dni pozostajemy w domowym zaciszu, chroniąc życie i zdrowie. Jak sobie z tym wszystkim radzimy? Dajemy radę, o czym świadczą prace naszych najmłodszych uczniów zamieszczone obok. Zajrzyjcie do najnowszego numeru "Byłe do Dzwonka". Jego bohaterami są Damian Popławski z 4b, Aleksander Kosiorek z 6a oraz nasza pani psycholog. W tym numerze "Byłe do Dzwonka" możecie też podziwiać kulinarne popisy naszych nauczycieli. Zajrzyjcie z nami do ich kuchni!), a może sami coś ugotujecie?

Marzena Wołynko, opiekun zespołu redakcyjnego gazetki

ZIEMIA WOŁA O POMOC

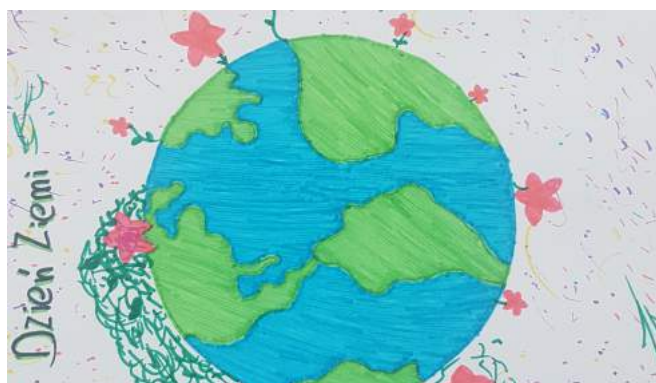
22 KWIETNIA DZIEŃ ZIEMI

22 kwietnia to Światowy Dzień Ziemi. Od 50 lat ludzie odchodzą go, by zwrócić uwagę na szkodliwe odpady, spaliny, zaśmiecenie naszej planety itp.

Tej wiosny przyroda sama uczciła swoje święto, zatrzymując ludzi w ich domach. Nie działają wielkie zakłady przemysłowe, komunikacja lądowa została wstrzymana, loty odwołane, hotele pozamykane. Świat stoi w miejscu, a przyroda odradza się. Dzikie zwierzęta i ptaki wykorzystują pandemię, by lepiej poznać okolice, w których żyją. Odwiedzają nawet wielkie miasta.:)

Wojciech Nojszewski, kl.5b

Prace uczniów 5 b: Gabrysi, Amelii, Klaudii, Filipa i Mateusza.



NASI NAUCZYCIELE



Bądź dobry dla siebie

Rozmowę z **panią Aleksandrą Iwaneczko**, szkolnym psychologiem, przeprowadziła Aleksandra Rusjan z klasy 7 a.

Należy Pani do grona absolwentów naszej szkoły.

Jak wspomina Pani szkolne lata?

Bardzo dobrze wspominam ten czas i nauczycieli, którzy mnie uczyli. Jednocześnie cieszę się, że ci sami nauczyciele stali się teraz moimi kolegami i koleżankami z pracy. Nasza szkoła to miejsce, do którego zawsze chętnie przychodziłam jako uczennica i chętnie przychodzę teraz, pracując tutaj.

Kto był Pani wychowawcą?

Uczęszczałam tutaj do szkoły podstawowej i gimnazjum. Miałam wielu wychowawców, jednak szkołę kończyłam jako wychowanka pani Marii Krasnodębskiej. Bardzo dobrze wspominam moją wychowawczynię i jej niezwykle poczucie humoru. Potrafiła nas zachęcić do uczenia się języka polskiego i występowania w szkolnych przedstawieniach. To pani Maria miała wpływ na to, że w liceum wybrałam klasę o profilu humanistycznym.

O jakim zawodzie marzyła Pani w dzieciństwie?

Moją pasją jest muzyka – już od dzieciństwa wiązałam z nią swoją przyszłość. Uczyłam się śpiewać, grać na instrumentach, czytać nuty. W czasie studiowania śpiewałam w zespole i brałam udział w różnorodnych konkursach oraz festiwalach. Jednak psychologia zwyciężyła.

Co lubi Pani najbardziej w swoim zawodzie?

Najbardziej lubię to, że mam możliwość obcowania z dziećmi i młodzieżą. Bardzo wiele się od Was uczę – czerpania radości z drobnych rzeczy, doceniania chwili, patrzenia na wszystko z dystansem. Czasami wydaje mi się, że dzięki mojej pracy jestem coraz młodsza - duchem oczywiście. Moja praca uczy mnie pokory i tego, że warto doceniać ludzi oraz rzeczy, które mamy wokół siebie, a także otaczać się - o ile to możliwe – dobrą energią.

Jakby Pani mogła zmienić pracę, to jaki wybrałaby Pani zawód?

Zawsze chciałam zostać psychologiem klinicznym albo uczyć języka angielskiego. Udało mi się połączyć te dwa zawody. Jednak gdybym musiała zmienić zawód, to chciałabym, żeby był on związany z muzyką, bo jest to moja pasja.

Dzwonka

Jak spędza Pani czas wolny?

Uwielbiam śpiewać. Teraz mam coraz mniej wolnego czasu, ale jeśli tylko mogę sobie na to pozwolić, to spotykam się z przyjaciółmi na próbach i wspólnym muzykowaniu.

Jakie jest Pani największe marzenie?

Być szczęśliwą i otaczać się dobrymi ludźmi.

Od dwóch miesięcy nasze życie bardzo się zmieniło. Jak przetrwać ten trudny czas?

Myślę, że najważniejsze (nie tylko w tym trudnym czasie, ale i na co dzień) jest bycie dobrym dla siebie i ludzi wokół. Bycie dobrym dla siebie rozumiem jako małe, drobne przyjemności dnia codziennego, czyli takie rzeczy, które nas uspokajają i dają poczucie radości oraz spełnienia. Dla mnie jest to przeczytanie dobrej książki, słuchanie ulubionej muzyki, gorąca kawa, rozmowy z bliskimi, nadrobienie zaległości filmowych. Bądź dobry dla siebie – to moja rada dla nas wszystkich na ten trudny czas.

Jaki kraj chciałaby Pani odwiedzić po zakończeniu pandemii?

Moim ulubionym miejscem na świecie są Włochy. Odwiedziłam ten kraj kilka razy, ale zawsze lubię tam wracać ze względu na klimat, jedzenie, kulturę oraz nastawienie ludzi tam mieszkających. To przepiękne miejsce z dobrą energią. Jeśli będę miała kiedyś taką możliwość, to bardzo chciałabym odwiedzić Portugalię oraz miasto Dubrownik w Chorwacji.

Gdzie widzi się Pani w przyszłości?

Bardzo lubię pracę z dziećmi i młodzieżą. Myślę, że w przyszłości będzie mnie można spotkać w szkole, wśród ludzi.

Bardzo dziękuję za rozmowę.

Aleksandra Rusjan kl 7a



KAPELUSZ PANI WIOSNY

Piękne, kolorowe, po prostu - wiosenne...

Aż 30 oryginalnych prac przygotowali uczniowie klas I-III na konkurs „Kapelusz Pani Wiosny”.

Z przyjemnością informujemy, że konkurs został rozstrzygnięty.

Jury w składzie: Aleksandra Jarmulińska, Ewelina Siwińska i Olga Stępnik miało twardy orzech do zgryzienia. Wyłonienie zwycięzców było bowiem bardzo trudne. Oto oni:

I miejsce **Oliwia Kostrzewska kl. Ic**

II miejsce **Miłosz Gram kl. 1b**

III miejsce **Kalina Polkowska kl. IIb i Damian Zagrajek kl. IIIa**

Wyróżnienia:

Wiktor Błażejczyk kl. IIb

Piotr Koza kl. IIb

Andrzej Panzo kl. Ib

Igor Rychlik Igor kl. Ib

Julia Słowik kl. IIa

Marta Wąsowska kl. Ib

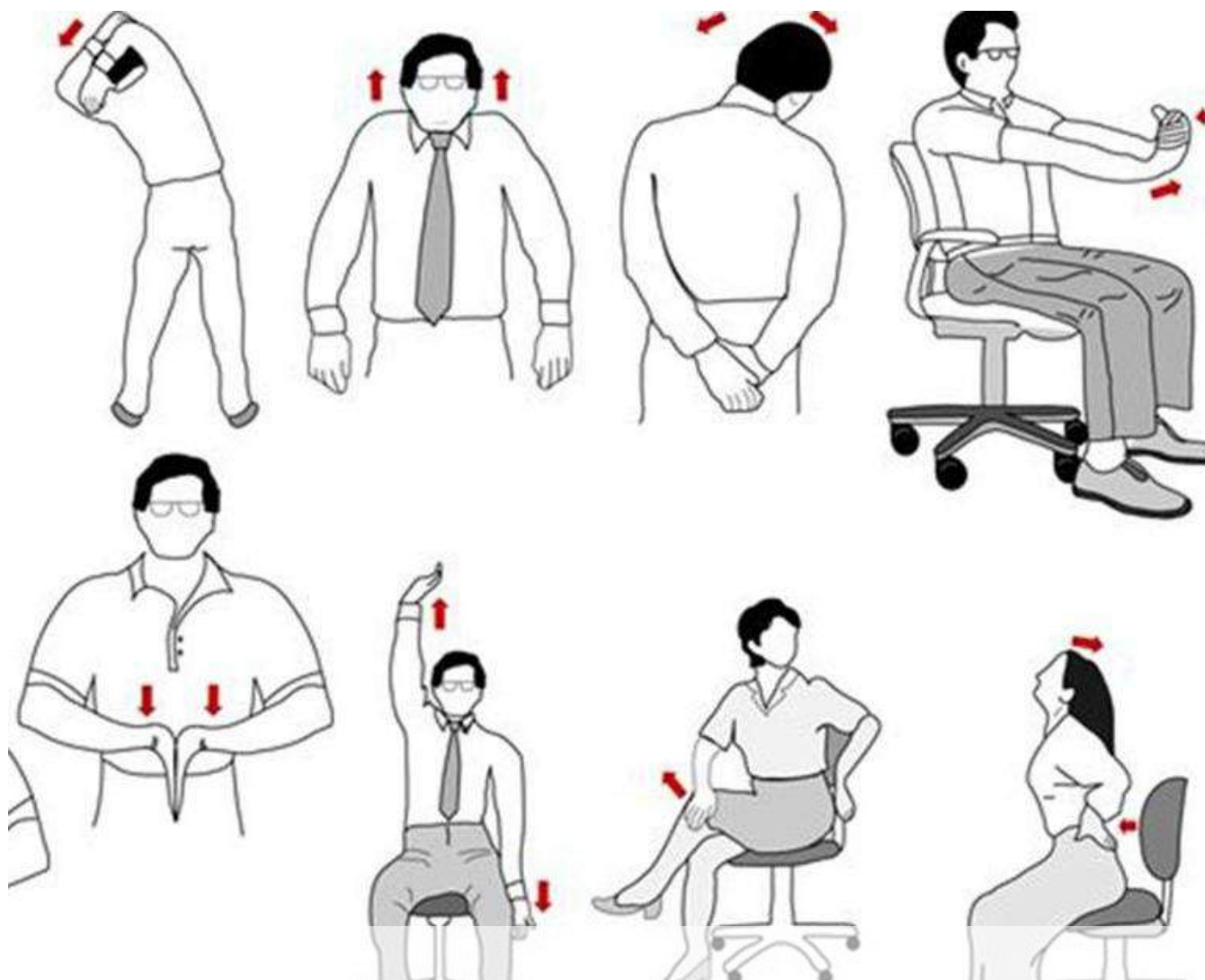
Dawid Zagrajek kl. Id

Dziękujemy uczniom, którzy podjęli wyzwanie i wzięli udział w konkursie.

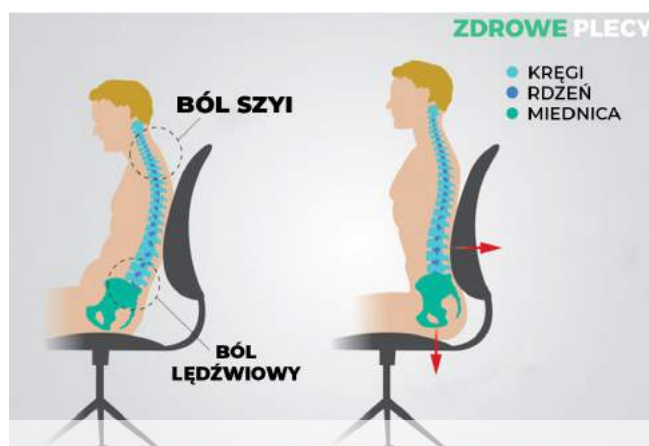
Ewelina Siwińska



Ćwicz nawet przy biurku!



Długie siedzenie przy biurku i praca na komputerze może źle wpływać na samopoczucie i powodować ból pleców i karku. Można tego łatwo uniknąć. Najważniejsza jest odpowiednia pozycja, w jakiej siedzimy na krześle. Ekran komputera powinien znajdować się na odpowiedniej wysokości, tak aby nie trzeba było zbyt mocno pochylać głowy. Jeśli nie mamy podstawki, pod monitor czy laptopa można podłożyć np. książkę. Jeśli mamy poprawną pozycję przy biurku i odpowiednio ustawiony ekran, pozostaje jeszcze zrobić kilka prostych ćwiczeń w przerwach między lekcjami on-line./ **A. Kosiorek, 6a**



NASZE PASJE



CHŁOPAK Z GITARĄ

Wielu tegorocznych czwartoklasistów ma zdolności muzyczne. Do tej grupy z pewnością należy **Damian Popławski z klasy 4b**.

- **Od kiedy interesujesz się muzyką?**
- Zacząłem naukę gry na gitarze, mając 5 lat.
- **Kto zachęcił cię do gry na gitarze?**
- Sam chciałem się nauczyć. Podobał mi się ten instrument, bo jest mały i przenośny.



Z klasą IV b podczas Festiwalu Piosenki Patriotycznej

- Gdzie rozwijałeś swoje muzyczne zainteresowania?

- Zaczynałem w ognisku muzycznym w WOK-u, potem chodziłem na zajęcia do Sokołowskiego Ośrodka Kultury, a teraz jestem uczniem 2 klasy szkoły muzycznej w Sokołowie Podlaskim.

- Ile czasu tygodniowo poświęcasz na naukę muzyki?

- Zajęcia mam trzy razy w tygodniu. Uczę się zarówno teorii, jak i gry na instrumencie.

- Co możesz zaliczyć do swoich muzycznych sukcesów?

- Gdy byłem w trzeciej klasie, wystąpiłem w szkolnym programie „Mam talent” i zająłem pierwsze miejsce. Występowałem na licznych imprezach szkolnych oraz zostałem zaproszony do wspólnego występu na festynie rodzinnym w przedszkolu „Pod Słoneczkiem”.

- Jakie cechy przydają się podczas nauki gry na instrumencie?

- Z pewnością cierpliwość, bo trzeba systematycznie ćwiczyć.

- Jakiej muzyki najchętniej słuchasz? Czy masz ulubionego wokalistę lub zespół?

- Bardzo lubię słuchać rapu, rocka ale również innych gatunków muzycznych. Ostatnio słucham Otschodzi, Tymeck, Młody Fligru, Marcus&Martinus.

- Czym interesujesz się poza muzyką?

- Mam wiele różnych zainteresowań. Ćwiczę kickboxing, jeżdżę na basen, jeżdżę na nartach, interesuję się motoryzacją i komputerami. Od niedawna prowadzę swój kanał na youtube damix1203, gdzie możecie posłuchać jak gram na gitarze. Serdecznie zapraszam.

Dziękujemy za rozmowę i życzymy wielu muzycznych sukcesów oraz wytrwałości w doskonaleniu gry na gitarze.

Zespół redakcyjny

W ŚWIECIE KSIĄŻEK



OLEK BOOKBUSTER

Aleksander Kosiorek jest uczniem klasy 6a. Od dzieciństwa chętnie czyta książki, wręcz je pochłania. W czasie ostatnich wakacji przeczytał ponad 20000 stron. Aleksander najbardziej lubi fantastykę, szczególnie fantasy. Już będąc uczniem czwartej klasy, zajął 2 miejsce w konkursie wiedzy o "Hobbicie" J.R.R. Tolkiena. Pokonał wtedy wielu gimnazjalistów. Aktualnie Olek czyta serię R. Kosika "Felix, Net i Nika".

Czasem warto coś zmienić

„Bańka” jest powieścią autorstwa norweskiej pisarki, Siri Pettersen. Należy do gatunku fantasy.

Książka opowiada o dwunastoletniej dziewczynce o imieniu Kine. Główna bohaterka ma dość swojego życia i uważa, że cały świat się na nią uwziął. Nie znosi swojej szkoły i lekcji wuefu na pływalni. Jedyne bezpieczne i spokojne miejsce dla Kine to cmentarz, gdzie nikt jej nie wyśmiewa. Pewnego razu nastolatka znajduje tam szklaną kulę. Przedmiot okazuje się magiczny i dziewczyna znajduje w nim schronienie przed światem. Okazuje się jednak, że nie wszystko wygląda tak, jak jej się wydawało i ona sama mogłaby coś w sobie zmienić. Książkę warto przeczytać, ponieważ historia jest ciekawa i zaskakująca. Pokazuje, że czasem lepiej coś zmienić niż się od tego odciąć.

Aleksander Kosiorek, 6a



NASI NAUCZYCIELE GOTUJĄ



NAUCZYCIELSKA KUCHNIA NA KWARANTANNIE



KĄCIK KULINARNY

EKSPERYMENTY KULINARNE JULII



PRZEPIS NA INDYJSKIE NALEŚNIKI

W czasach epidemii koronawirusa wszyscy zamykamy się w domach, co zachęca do częstego odwiedzania kuchni. Warto więc znać przepisy na proste i szybkie potrawy. Jednym z tych dań są, według mnie, pyszne indyjskie naleśniki kokosowe z bananami.

SKŁADNIKI:

Naleśnik:

- 1 łyżka cukru,
- 2 jajka,
- 2 łyżki masła,
- 3 łyżki mąki kukurydzianej,
- ćwierć szklanki mąki pszennej,
- pół szklanki mleka,
- szczypta soli

Polewa:

- 1 czekolada mleczna lub gorzka,
- ćwierć szklanki wody (do rozpuszczenia czekolady),
- 3 łyżki wiórków kokosowych

Nadzienie:

- 4 banany,
- 2 łyżki masła,
- 4 łyżki cukru pudru, 1 cytryna.

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

Naleśnik:

1. Wlej do miski mleko, dodaj cukier, jajka, mąkę kukurydzianą, mąkę pszenną, sól i zmiksuj dokładnie składniki ciasta, aby miały konsystencję gęstej śmietany. Jeśli ciasto będzie zbyt gęste, dodaj wody (Ciasto naleśnikowe przed smażeniem powinno odpoczywać co najmniej 20 minut. Naleśniki są wtedy pulchniejsze, bardziej miękkie i łatwiej się smażą.)
2. Usmaż naleśniki na maśle na małej patelni.

Polewa:

1. Wlej do rondelka wodę i włóż połamaną na kawałki czekoladę.
2. Rozpuszczaj czekoladę na małym ogniu cały czas mieszając.

Nadzienie:

1. Przekrój cytrynę na pół, a następnie wyciśnij z niej sok do szklanki.
2. Obierz banany ze skórki i pokrój w grubsze plastry.
3. Rozgrzej masło na patelni i, utrzymując średnią temperaturę dodaj pokrojone banany oraz cukier puder i smaż, aż zaczną brązowieć.
4. Dodaj do bananów sok z cytryny i dokładnie je zamieszaj.
5. Usmażone naleśniki ułóż na dużym talerzu, następnie wyłóż nadzienie na naleśniki i pozwijaj je w rulony. Podawaj polane czekoladą i (wedle uznania) posypane wiórkami kokosowymi.

SMACZNEGO!

Julia Turowska, 6a

TO JUŻ JEST KONIEC



Gazetka szkolna „Byle do Dzwonka” powstaje pod kierunkiem polonistki Marzeny Wołynko. Tworzą ją członkowie Klubu Młodych Redaktorów. Spotkania zespołu redakcyjnego odbywają się w środy w sali nr 21 na 7 lekcji. Dzwonka”. Dziękujemy panu Piotrowi Bartnikowi za profesjonalne fotografie. Dziękujemy także panom W. Banasiowi i K. Chromińskiemu za udostępnianie naszej gazetki w sieci.

Zespół redakcyjny gazetki "Byle do Dzwonka": Julia Turowska, Aleksandra Boruc, Marcelina Klimas, Maja Łatka, Aleksander Kosiorek z kl. 6 a, Wojciech Nojszewski z kl. 5 b i współpracownicy - Krystian Osiński z kl. 3a, Michalina Książek, Aleksandra Rusjan i Wiktoria Ufnal z klasy 7 a.



NA WESOŁO

