

Publiczna Szkoła Podstawowa

Zakonu Pijarów

im. św. Józefa Kalasancjusza w Rzeszowie



*KALENDARZ SZKOLNY*

*12 lutego – Bal Karnawałowy*

*16 lutego – Msza Św. Wspólnoty Szkolnej*

*26 lutego – Środa Popielcowa*

*KALENDARZ ŚWIĄT NIETYPOWYCH*

*1 lutego – Dzień gumy do żucia*

*2 lutego – Dzień Świstaka (w USA)*

*4 lutego – Międzynarodowy Dzień Walki z Rakiem (wg niektórych źródeł 6 lutego)*

*5 lutego – Światowy Dzień Nutelli*

*9 lutego – Międzynarodowy Dzień Pizzy*

*11 lutego – Światowy Dzień Chorego*

*14 lutego – Walentynki – Międzynarodowy Dzień Zakochanych*

*15 lutego – Dzień Singla,*

*16 lutego – Międzynarodowy Dzień Listonoszy*

*17 lutego – Dzień Kota*

*21 lutego – Międzynarodowy Dzień Języka Ojczystego*

*26 lutego – Dzień Pozdrawiania Blondynek,*

*27 lutego – Dzień Niedźwiedzia Polarnego*

## *Walentynki*

*To święto zakochanych przypadające 14 lutego.  
Nazwa pochodzi od św. Walentego,  
którego wspomnienie liturgiczne w Kościele Katolickim  
obchodzone jest tego dnia.*

*Zwyczajem w tym dniu jest wysyłanie listów  
zawierających wyznania miłosne.*

*Na Zachodzie, zwłaszcza w Wielkiej Brytanii  
i Stanach Zjednoczonych, czczono św. Walentego  
jako patrona zakochanych.*

*Dzień 14 lutego stał się więc okazją  
do obdarowywania się drobnymi upominkami.*

## *Wierszyki na WALENTYŃKI.*

*Kocham Ciebie życie całe,  
Nigdy Ci nie powiedziałem,  
Dzisiaj wreszcie się zebrałem,  
I ten wierszyk Ci wysłałem.*

*Słońce nauczyło mnie marzyć,  
gwiazdy miłością darzyć,  
deszcz nauczył mnie szlochać,  
a Ty nauczyłeś mnie kochać.*

## *KĄCIK JĘZYKOWY*

*Miłość w różnych językach:*

*Polski - miłość*

*Hiszpański - amor*

*Angielski - love*

*Niemiecki - liebe*

*Francuski - amour*

*Włoski - amare*

*Albański - dashuri*

*Chorwacki – ljubav*

## *Ciekawostki:*

### *Dlaczego luty ma 28/29 dni?*

*O tym, że luty w przeciwieństwie do pozostałych miesięcy w roku ma zaledwie 28 lub 29 dni, nie decydują tylko względy astronomiczne. Kluczową rolę odgrywa historia. Żeby uzyskać odpowiedź na pytanie dlaczego luty jest najkrótszym miesiącem, trzeba się cofnąć aż do czasów przed naszą erą. W czasach jeszcze przed Juliuszem Cezarem początek kalendarza przypadał 1 marca. Liczył 10 miesięcy i 61-dniowy okres zimowy. Dopiero później wspomniany okres zamieniono na miesiące. Oznacza to, że luty był wówczas ostatnim miesiącem w kalendarzu i wszelkie regulacje były wprowadzane właśnie pod koniec roku - tłumaczy dr Jacek Czekąński z Planetarium Śląskiego. Chodzi o to, że wszystkie miesiące miały wówczas po 31 albo 29 dni, bo liczby parzyste*

według wierzeń były pechowe. Jako, że kalendarz liczył 355 dni to jeden miesiąc musiał mieć parzystą liczbę dni. Padło na ostatni miesiąc, czyli wówczas luty. Wkrótce okazało się, że kalendarz nie współgra z porami roku. Juliusz Cezar stworzył więc kalendarz Juliański i wydłużył rok o 10 dni. Luty od tamtej pory wciąż liczy 28 dni, a co cztery lata 29 dni, co wynika z tego, że ziemia robi pełny obrót wokół słońca w 365 dni i 6 godzin.

## QUIZ

**1. Ile mrówek przypada na 1 człowieka**

- a) 1.000
- b) 10
- c) 100.000
- d) 1.000.000

**2. Czy ptaki umieją fruwać do tyłu**

- a) Nie umieją
- b) Oczywiście, że tak
- c) Tylko Kolibry

**3. Które ze zwierząt jest ssakiem**

- a) Nietoperz
- b) Struś
- c) Krokodyl
- d) Rekin

**4. Do czego kangury używają swoich ogonów**

- a) Aby odganiać się od owadów
- b) Aby zwabiać partnerów podczas sezonu godowego
- c) Dla lepszego balansu podczas skoków
- d) Do zabawy z dziećmi

**5. Które ze zwierząt jest szybsze od konia, a samiec tego gatunku potrafi ryczeć jak lew**

- a) Koza
- b) Panda
- c) Struś
- d) Owca

**6. Która istota śpi z jednym okiem otwartym**

- a) Konik morski
- b) Delfin
- c) Meduza
- d) Ośmiornica

**7. Która informacja na temat bobrów jest prawdziwa**

- a) Na starość tracą futro
- b) Ich zęby nigdy nie przestają rosnąć
- c) Samice rodzą potomstwo tylko raz
- d) Całe życie próbują przedostać się bliżej morza

## *Jak dbać o swoje zdrowie?*

Wywiad z Julią uczennicą I klasy liceum

1. Dlaczego ważne jest być fit ?

-Ponieważ poprawia kondycję oraz zdrowie poprzez dobranie odpowiedniej dla organizmu diety oraz ćwiczeń. Aby dojść do sukcesu:

70% - dieta

30% - ćwiczenia

2. Ile razy dziennie powinno się ćwiczyć ?

-Dziennie powinno się ćwiczyć od 30min do 1godz. Codziennie nie powinno się ćwiczyć, ponieważ organizm potrzebuje odpoczynku.

3. Jakie jedzenie i picie jest fit ?

-Podstawowym napojem w diecie jest woda oraz herbaty ziołowe, najważniejsze są warzywa, białka np. rośliny strączkowe, mięso, zdrowe tłuszcze takie jak orzechy włoskie i awokado oraz owoce, które zawierają antyoksydanty np. borówki, jagody. Nie wolno jeść w dużych ilościach soli i cukru oraz żywności przetworzonej np. granola.

4. Jakie ćwiczenia polecasz ?

-Ja osobiście polecam krokodylki (padnij, powstań), które przyspieszają tętno, przysiady, brzuszki, wykroki, pajacyki.

5. Jak to ma wpływ na twoje samopoczucie i zdrowie ?

-Zwiększa moją wytrzymałość, mam dużo energii i nie choruję.

6. Co motywuje Cię do podejmowania tego wysiłku ?

-Dążenie do celu czyli poprawa wyglądu i wytrzymałość fizyczna.

7. Jak akceptują to Twoi rodzice ?

-Moi rodzice nie akceptują tego co robię, uważają, że dieta i ćwiczenia to bzdura, a ja się nie zgadzam i dalej robię co uważam za zdrowe.

8. Skąd wzięło się u Ciebie zainteresowanie fitnessem ?

-Od piątej klasy zaczęłam przeglądać portale m. in. A. Lewandowskiej i to dało mi myśl, że muszę coś zmienić w swoim życiu. W tym samym czasie popadłam w anoreksję, bo chciałam być chuda, ale to była straszna głupota z mojej strony. Byłam w stanie nie jeść przez cały dzień, dlatego postanowiłam ćwiczyć.

9. Jak długo zamierzasz kontynuować dalsze ćwiczenia ?

-Do końca życia.

10. Jak jest twój ulubiony sport ?

-Siatkówka, lekkoatletyka.

11. Jaką jest twoja ulubiona potrawa ?

-Sushi, kremy, sałatki.

12. Gdzie chciałabyś pojechać na wakacje ?

-Najbardziej do Francji.

13. Co oprócz fitnessu najbardziej lubisz robić ?

-Lubię gotować, śpiewać i tańczyć

14. Czy masz czas na naukę i wypełnianie obowiązków domowych

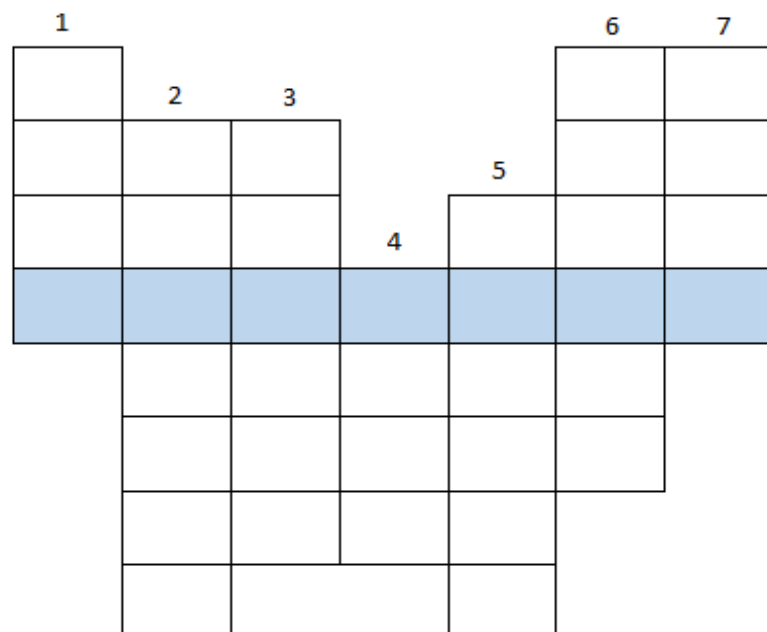
-Tak, staram się co drugi dzień ćwiczyć przynajmniej 15min. Jeśli chodzi o wypełnianie obowiązków domowych to sprzątanie domu wchodzi w aktywność fizyczną.

Dziękuję za rozmowę!

Magdalena Sibiga kl.5b

# Krzyżówka

## Zwierzęta domowe



1. Pływa w akwarium
2. Pięknie śpiewający żółty ptaszek
3. ..... morska – kuzynka chomika
4. Lubi serek
5. Falista lub nimfa
6. Marchewka i sałata to jego przysmaki
7. Najlepszy przyjaciel człowieka