

KOSYNIER

CZASOPISMO SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 39 IM. BARTOSZA GŁOWACKIEGO W KRAKOWIE

STYCZEŃ/LUTY 2026



W numerze 3:

Kącik historyczny

Kolorowe smoothie

Rozmowa z Białym Niedźwiadkiem

Co robić z rodzicami w marcu?

Propozycje czytelnicze

Olimpijskie medale

Coś dla Ciebie ...

Od Redakcji

Drogi Czytelniku,

Witaj w naszym najnowszym wydaniu czasopisma szkolnego!

W tym numerze znajdziesz wiele ciekawych historycznych wspomnień związanych z naszym osiedlem Dąbiem. Dowiesz się, jak samodzielnie przyrządzić kolorowe smoothie, żeby poczęstować nim swoich gości.

Będziesz miał okazję dowiedzieć się o ciekawym życiu Polarnego Niedźwiadka.

Poznasz wiadomości z tegorocznej Olimpiady Sportowej i ciekawe informacje na temat jej powstania.

Polecamy Tobie i bliskim propozycje czytelnicze, które umilą Ci wolny czas.



Zapraszamy do lektury i wspólnej zabawy!

Redakcja



Kącik historyczny - poznaj historię Polski

Pacyfikacja Dąbia – ostatnia zbiorowa egzekucja mieszkańców Krakowa przed wycofaniem się wojsk niemieckich z miasta

15 stycznia minęła 81. rocznica tzw. pacyfikacji Dąbia – masowej zbrodni dokonanej na mieszkańcach tej dzielnicy Krakowa. Tego dnia zamordowano 79 osób.

Zimowym porankiem Dąbie zostało otoczone przez niemieckie oddziały policyjne i wojskowe. Funkcjonariusze SS oraz SD wchodzili do domów, zatrzymując przebywających w nich mieszkańców. Następnie zgromadzono ich w dwóch miejscach: w domu Franciszka Koprowskiego oraz w Barze Rybackim. W południe nad wał wiślany przywieziono więźniów z Montelupich, gdzie dokonano na nich egzekucji.

Wkrótce potem z Baru Rybackiego wyprowadzono zatrzymanych mieszkańców Dąbia i również ich rozstrzelano.



Bar Rybacki, wówczas przy ulicy Miedzianej, dziś są to okolice ulicy Widok.

Wśród ofiar znajdowali się przede wszystkim członkowie organizacji konspiracyjnych oraz ich bliscy. Niemcy nakazali, aby ciała zostały pochowane jeszcze tego samego dnia, do wieczora. Jednocześnie zabronili zapalania świec i składania kwiatów na mogiłach, które miały zostać zrównane z ziemią. Starano się zatrzeć wszelkie ślady popełnionej zbrodni. Ofiary pochowano w ogrodzie należącym do rodziny Kumelów.

Po zakończeniu wojny szczątki zamordowanych przeniesiono na Cmentarz Rakowicki. W miejscu ich spoczynku wzniesiono pomnik z imionami i nazwiskami zidentyfikowanych ofiar pacyfikacji.



Drugi monument do dziś stoi w miejscu egzekucji.

1945r.



2026r.

Relacje świadków tych tragicznych wydarzeń można znaleźć między innymi na stronie: <https://dabiehistoria.blogspot.com/2020/01/pacyfikacja-dabia-15011945-r.html>.

Elementarz zdrowego odżywiania

Smoothie do szkoły – porcja energii w kubku

Czy poranki bywają dla Ciebie trudne?

A może już na pierwszej lekcji czujesz brak sił?

Mamy prostą propozycję.

Zamiast kupować słodzony napój, przygotuj i zabierz ze sobą do szkoły smoothie!

Co to jest smoothie?

Smoothie to gęsty koktajl przygotowany głównie z owoców, a czasem także z dodatkiem warzyw. Można wzbogacić je jogurtem, mlekiem lub napojem roślinnym. Wystarczy zmiksować składniki blenderem i gotowe. Taki napój jest naturalnie słodki, pełen kolorów i bardzo smaczny.

Dlaczego warto pić smoothie?

- dodaje energii do nauki i zabawy
- zawiera dużo witamin
- wspiera koncentrację
- pomaga utrzymać odpowiednie nawodnienie

Co istotne, smoothie zawiera błonnik, który wspomaga prawidłową pracę układu pokarmowego. Dzięki temu daje uczucie sytości na dłużej niż zwykły sok.

1. Zielona szklanka odporności

Składniki:

2 garście świeżego lub mrożonego szpinaku, 2 dojrzałe banany, 1 jabłko, sok z 1 cytryny, woda (opcjonalnie do rozcieńczenia)

Przygotowanie:

Umyj dokładnie szpinak i owoce. Obierz jabłko i pokrój je na mniejsze kawałki. Umieść w blenderze szpinak, banany oraz jabłko. Dodaj świeżo wyciśnięty sok z cytryny. Zmiksuj całość na gładką masę. Jeśli koktajl będzie zbyt gęsty, dolej odrobinę wody. Gotowe.





2. Pomarańczowa energia

Składniki:

2 pomarańcze, 1 marchewka, 1 mango, 1/2 szklanki jogurtu greckiego

Przygotowanie:

Obierz pomarańcze i podziel je na mniejsze części, usuwając pestki. Marchewkę obierz i pokrój na kawałki. Mango obierz, oddziel od pestki i również pokrój. Wszystkie składniki wraz z jogurtem umieść w blenderze i zmiksuj na jednolitą konsystencję. Gotowe!

3. Różowa rewolucja

Składniki:

1 szklanka truskawek, 1/2 szklanki kawałków ananasa, 1 dojrzały banan, 1/2 szklanki jogurtu kokosowego

Przygotowanie:

Umyj truskawki i pokrój na mniejsze części. Obierz banana i pokrój go w plastry. Ananasa podziel na kawałki. Wszystkie składniki umieść w blenderze i miksuj do uzyskania gładkiego koktajlu. Przelej do szklanek. Gotowe!



Smacznego i zdrowego!!!

Ciekawostki przyrodnicze ...

Rozmowa z Niedźwiedziem Polarnym

Pani Ania:

- Dzień dobry, wprawdzie zima dobiega końca, ale u Pana ciągle biało i lodowato. Jest kilka ciekawostek na temat Pana życia, które chciałabym potwierdzić. Czy możemy chwilę porozmawiać?

Niedźwiedź Polarny (*Ursus maritimus*):

- Dzień dobry, witam w moim śnieżnym królestwie. Z przyjemnością rozwieję wszystkie Pani wątpliwości.



P.A.: - Patrzę na Pana futro, czy jest odpowiednio ciepłe?

N.P.: - Ależ w zupełności. Moje futro jest przezroczyste i wypełnione powietrzem. Natomiast skóra jest koloru czarnego, co ułatwia magazynowanie ciepła słonecznego. Mam też sierść na podszewkach, co ułatwia mi poruszanie się po śniegu oraz chroni dodatkowo łapy przed zimnem.

P.A.: - Większość dzieci wie, że można Pana spotkać na biegunie północnym, czy tylko?

N.P.: - Moi bracia zamieszkują obszar Kanady (Ontario, Yukon, Quebec, Nowa Fundlandia, Labrador, Manitoba i Nunavut), Stanów Zjednoczonych (Alaska), Grenlandii, Danii, Norwegii (przede wszystkim archipelag Szwecji) i Rosji (Czukotka, Syberia, Jakucja, Krasnojarsk i północna część europejska).

P.A.: - Co Pan lubi jeść?

N.P.: - Podstawą mojego jadłospisu jest nerpa, czyli foka obrączkowana i w mniejszym stopniu foka wąsata. Czasami jednak poluję na słońce morskie, morsy, narwale, belugi, ryby, lemingi i ptaki (morskie i lądowe). Okazjonalnie moją ofiarą padają osłabione renifery i pizmowoły. Latem lubię przekąsić mech, trawę i porosty.

P.A.: - Przepraszam za delikatne pytanie, ale jakie zwierzę lubi Pana jeść?

N.P.: - Nie wypada się chwalić, ale dzięki ostrym zębom, stworzonymi do rozszarpywania mięsa, długim pazurom i niezwykle silnym łapom jestem na szczycie łańcucha pokarmowego w tej okolicy. Mogę polować zarówno na lądzie, jak i w wodzie i pod wodą.

P.A.: - Czytałam, że grozi Pana rodzinie wyginięcie?

N.P.: - Tak, niestety, obecnie jesteśmy gatunkiem, któremu grozi wyginięcie. W wyniku ocieplenia klimatu kurczą się zasoby lodu morskiego, co przyczynia się do wzrostu naszej śmiertelności. Jedną z przyczyn zagrożenia jest też wpływ człowieka.

P.A.: - Może chciałby się Pan czymś pochwalić?

N.P.: - Do tego nie musi mnie Pani nawet namawiać. Potrafię świetnie pływać. Używam do tego przede wszystkim przednich łap, wykonując ruchy przypominające wiosłowanie. Świetnie nurkuję, mogę przebywać pod wodą nawet przez 2 minuty. Jestem długodystansowcem, jeżeli chodzi o poszukiwanie pożywienia. Zdarza się, że polując, pokonuję 15 tysięcy kilometrów. I nie muszę chyba mówić, że jestem jednym z największych niedźwiedzi.

P.A.: - Chciałam jeszcze zapytać, ile Pan waży?

N.P.: - Dorosłe samce mogą ważyć od 300 do nawet 700 kilogramów, ja jestem w średniej wadze. Gdy byłem małym niedźwiadkiem ważyłem tylko 700 gramów.

P.A.: - Miło było Pana słuchać. Dowiedziałam się o Pana rodzinie wiele ciekawych rzeczy. Teraz przekażę je moim uczniom. Życzę wszystkim Pana kolegom i koleżankom spokojnego życia w naturalnym środowisku. Dziękuję za spotkanie!

N.P.: - Proszę pozdrowić wszystkich uczniów. Bardzo im zazdroszczę tego, że mogą bawić się i spotykać w dużych grupach. My jesteśmy samotnikami, więc często nam się nudzi.

Spisała: Anna Dudka, wychowawca klasy 2C



Atrakcje na rodzinne popołudnia w Krakowie

Wiosna w naszym mieście zapowiada się wyjątkowo radośnie!

Marzec to miesiąc pełen inspirujących wydarzeń dla dzieci i całych rodzin. Oto propozycje, które warto wpisać do kalendarza – będzie kreatywnie, muzycznie i bardzo rodzinnie!



Rodzinna przygoda z planszówkami – Festiwal BookGame

W dniach 27 - 29 marca w EXPO Kraków odbędzie się Festiwal i Targi Gier Planszowych „BookGame”. To prawdziwe święto dla miłośników planszówek - zarówno tych najmłodszych, jak i starszych graczy!

Na uczestników czekają: ogromna strefa wspólnego grania, możliwość testowania nowości wydawniczych, stoiska z grami planszowymi, puzzlami, LEGO i kreatywnymi zabawkami, mnóstwo dobrej zabawy w rodzinnej atmosferze.

To doskonała okazja, aby oderwać się od ekranów i spędzić czas razem – śmiejąc się, rywalizując i ucząc poprzez zabawę. Może właśnie tam odkryjecie swoją nową ulubioną grę?

Muzyczna podróż pełna zagadek

8 marca o godz. 11:00 w Pałacu pod Baranami na Rynku Głównym w Krakowie odbędzie się wyjątkowy koncert dla dzieci w wieku 3 - 10 lat.

To nie będzie zwykły koncert! Mali słuchacze wraz z opiekunami wezmą udział w muzycznej opowieści pełnej zagadek, ciekawostek i znanych melodii – zarówno klasycznych, jak i filmowych. To świetna okazja, by rozbudzić w dzieciach miłość do muzyki i pokazać, że nauka może być fascynującą przygodą.

Musicalowe emocje – Studio Accantus w NCK

Miłośników piosenek filmowych i musicalowych zapraszamy 8 marca na scenę NCK. Wystąpią artyści znani z Studio Accantus wraz z zespołem instrumentalnym pod kierownictwem Kasi Kessling.

W programie ponad godzina największych hitów musicalowych i filmowych – będzie energetycznie, wzruszająco i bardzo klimatycznie!

Wielkanocne wianki – kreatywne warsztaty w NCK

28 marca dzieci będą mogły stworzyć własne, niepowtarzalne wianki wielkanocne. Podczas warsztatów uczestnicy wykorzystają naturalne elementy – bukszpan, bazie oraz własnoręcznie przygotowane kwiaty.

To doskonała okazja, by rozwijać wyobraźnię, zdolności manualne i poczuć radość z tworzenia czegoś samodzielnie.

Zimowe święto sportu we Włoszech – Igrzyska Olimpijskie 2026

W tym roku odbyły się wyjątkowe **Zimowe Igrzyska Olimpijskie** – Milano Cortina 2026. Sportowcy z całego świata przyjechali do pięknego kraju, jakim są Włochy, aby rywalizować na śniegu i lodzie.



Zawody rozgrywano w dwóch głównych miejscach: w nowoczesnym mieście Mediolan oraz w górskiej miejscowości Cortina d'Ampezzo, w otoczeniu wysokich Alp. To właśnie tam sportowcy ścigali się na nartach, sankach, łyżwach i nie tylko.

Dzieci i dorośli mogli oglądać takie dyscypliny jak: narciarstwo alpejskie, skoki narciarskie, łyżwiarstwo figurowe, hokej na lodzie, snowboard, curling, bobsleje, saneczkarstwo czy biathlon. Podczas igrzysk najważniejsza była nie tylko walka o medale, ale też przyjaźń i wspólna zabawa. Sportowcy pokazywali, że dzięki ciężkiej pracy i wytrwałości można spełniać marzenia.

Podczas Zimowych Igrzysk we Włoszech nie zabrakło niesamowitych emocji, kolorowych ceremonii i radosnych chwil, które na długo zostaną w pamięci kibiców na całym świecie.

Również polscy kibice mieli powody do radości. Aż cztery medale dla Polski zdobyli: **Kacper Tomasiak** (i to podwójnie!), **Paweł Wąsek** (w skokach narciarskich) oraz **Władimir Semirunnij** w łyżwiarstwie.



Ciekawostka: Pierwsze Zimowe Igrzyska Olimpijskie odbyły się w 1924 roku w Chamonix we Francji.

W ich programie znalazło się 16 konkurencji, w których rywalizowało ponad 300 sportowców reprezentujących 19 państw, w tym także Polskę.

Jednym z najbardziej rozpoznawalnych symboli olimpijskich jest flaga zaprojektowana zgodnie z ideą Pierre de Coubertin – inicjatora nowożytnych igrzysk. Widnieje na niej pięć splecionych kół w różnych kolorach. Symbolizują one zarówno różnorodność narodów, jak i jedność mieszkańców wszystkich kontynentów. Barwy zostały dobrane w taki sposób, aby przynajmniej jedna z nich występowała na fladze każdego kraju świata. Flaga olimpijska jest uroczyście podnoszona podczas ceremonii otwarcia igrzysk. Nawiązując do tradycji starożytnej, pięć kół odnosi się także do pięciu dyscyplin sportowych uprawianych w antyku.



Plakat pierwszych Zimowych Igrzysk Olimpijskich



Poczytajmy...

„Opowieści o tym, co w życiu ważne” Marek Michalak

Jest to wzruszająca lektura, która w przystępny sposób wprowadza dzieci w świat ważnych wartości życiowych. Autor dotyka wartości takich jak szacunek, odpowiedzialność, solidarność czy tolerancja, pokazując je na przykładach bliskich dzieciom. To książka, która pomaga układać w głowie dziecka obraz świata, w którym dobro i wrażliwość na innych naprawdę mają znaczenie.

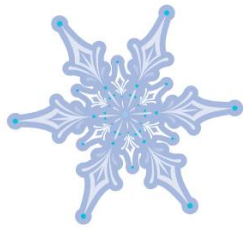


„100 dni słońca” Abbie Emmons

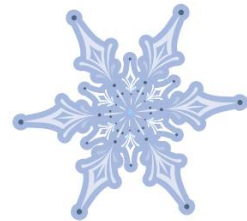


Historia szesnastoletniej Tessy, która w wyniku wypadku samochodowego straciła wzrok na sto dni. Aby pomóc dziewczynie ponownie odnaleźć radość życia, jej dziadkowie umieszczają w gazecie informację o poszukiwaniu osoby, która będzie jej oczami podczas tworzenia poezji oraz bloga. W odpowiedzi zgłasza się Weston, nastolatek który wyróżnia się optymistycznym podejściem do życia. Równocześnie chłopak nie ma też nóg, o czym decyduje się nie mówić dziewczynie. Jak ta historia się skończy?

Czas dla Ciebie



ZIMOWA KRZYŻÓWKA



Pogrubione pola utworzą rozwiązanie

1	□	□	□	□	□	□	□	□	□				
2	□	□	□	□	□	□	□	□	□				
3	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□
4	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	
5	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	
6	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□
7	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□
8	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	
9	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□
10	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□
11	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□
12	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□



ZIMOWA

KRZYŻÓWKA

- 1 Silny wiatr ze śniegiem.
- 2 Jazda saniami zaprzężonymi w konie.
- 3 Pomoc ptakom w zimie.
- 4 Tworzony na śniegu.
- 5 Chronią dłonie przed zimnem.
- 6 D, brakuje jej w niesłoneczne pory roku.
- 7 Sportowe zawody, również zimowe, w tym roku odbywają się we Włoszech.
- 8 Lepiony ze śniegu.
- 9 Śliska tafla na zamrzniętym jeziorze.
- 10 Domek z lodu.
- 11 Słaba szczególnie zimą, gdy jest niska, często chorujemy.
- 12 Gdy spadnie dużo śniegu, potrzebujemy ... chodnik przed domem.