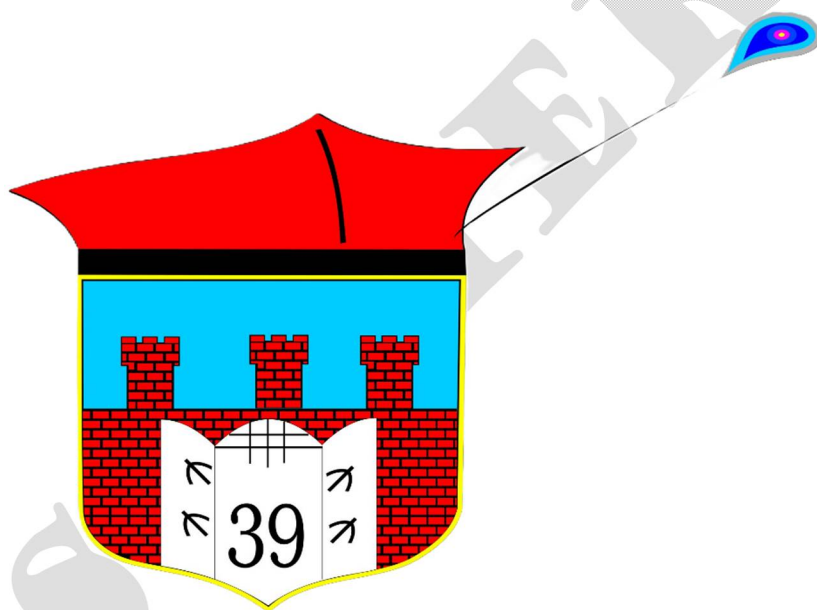


KOSYNIER

CZASOPISMO SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 39 IM. BARTOSZA GŁOWACKIEGO W KRAKOWIE

LISTOPAD/GRUDZIEŃ 2025



W numerze 2:

Co słychać w szkole?

Kącik historyczny

Tęcza na talerzu

Rozmowa z Czerwononosym

Tradycje świąteczne na świecie

Kreatywnie ...

Coś dla Ciebie ...

Od Redakcji

Drogi Czytelniku,

Witaj w naszym najnowszym wydaniu czasopisma szkolnego!

W tym numerze znajdziesz mnóstwo ciekawych i inspirujących treści. Poznasz aktualności z życia szkoły, dzięki którym będziesz na bieżąco ze wszystkim, co dzieje się wokół Ciebie. Dowiesz się też, jak dbać o zdrowie na talerzu, żeby codziennie mieć siłę do nauki i zabawy.

Przygotowaliśmy dla Ciebie ciekawe fakty historyczne o odzyskaniu przez Polskę niepodległości. Będziesz miał okazję dowiedzieć się ciekawym życiu „Czerwononosego”.

A ponieważ nadszedł zimowy czas (choć śniegu za oknem brak), nie zabraknie też kolorowanek świąteczno-zimowych oraz ciekawostek o świątecznych tradycjach z różnych stron świata.

Na deser mamy propozycję kreatywnego pomysłu na zimową ozdobę, którą możesz wykonać samodzielnie w domu.

Zapraszamy do lektury i wspólnej zabawy!

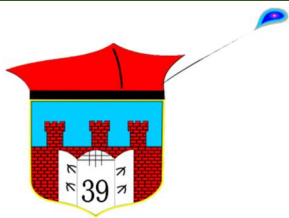
*Świąt pełnych radości i miłości,
niosących spokój i odpoczynek.*

Nowego Roku spełniającego wszelkie marzenia



życzy

Redakcja



Co słyszeć w szkole?



12 listopada 2025 roku odbyła się w szkole akademia z okazji **Święta Niepodległości**, zorganizowana przez uczniów klas 4 wraz z wychowawcami. Uczniowie zaprezentowali krótką, humorystyczną scenkę, która przypominała oglądającym, jak ważna jest niepodległość.



Chór zachęcił nas do wspólnego śpiewania. Miłą niespodzianką był występ naszych młodszych Gości z Przedszkola nr 124, którzy zaprezentowali wesołą piosenkę patriotyczną.

W ramach uczczenia pamięci o tym wydarzeniu cała szkoła 7 listopada zgromadziła się na sali gimnastycznej, aby dokładnie o 11:11 zaśpiewać hymn Polski.

Dodatkowo uczniowie przygotowali patriotyczne plakaty, gazetki i ozdoby. Pełną relację z różnych zajęć tematycznych dotyczących tego dnia można zobaczyć na stronie internetowej szkoły.

Świętowano również **Mikołajki** - do uczniów przywędrował święty Mikołaj, który hojnie obdarował ich prezentami (relacja z tego dnia również jest dostępna na stronie www.sp39krakow.pl).



Jednak nie zapomniano również o tych, dla których ten około świąteczny czas jest czasem marzeń i wyczekiwania - aktywny Samorząd Uczniowski organizował liczne zbiórki żywności i artykułów dla potrzebujących m.in. z Ośrodków Opiekuńczych w ramach akcji „**Podaruj Gwiazdkę**” czy dla osób przebywających w Małopolskim Hospicjum dla Dzieci.

Uczniowie klasy 3b zorganizowali zbiórkę karmy dla zwierząt ze schroniska w Krakowie. Liczne dary powędrowały już w odpowiednie miejsca.

**Dziękujemy za hojność i otwartość serc,
dzięki której na wielu twarzach zagości uśmiech,
a ogonki czworonogów zamierdają z radości!**



Kącik historyczny - poznaj historię Polski

107. rocznica odzyskania niepodległości przez Polskę

11 listopada 2025 roku obchodziliśmy 107. rocznicę odzyskania niepodległości przez Polskę. To bardzo ważny dzień w historii naszego kraju, bo po 123 latach niewoli, Polska znów stała się wolnym państwem!



Dlaczego Polska straciła niepodległość?

W 1795 roku Polska zniknęła z mapy Europy, ponieważ została podzielona między trzy potężne kraje: Rosję, Prusy i Austrię. Przez ponad 100 lat Polacy nie mieli swojego państwa. Jednak mimo trudności nigdy nie zapomnieli o swojej kulturze i historii. Walczyli w powstaniach i marzyli o wolnej Polsce.

Jak Polska odzyskała niepodległość?

W 1918 roku, po zakończeniu I wojny światowej, mocarstwa, które przez tyle lat rządziły Polską, były osłabione. To wtedy Józef Piłsudski przejął władzę i ogłosił niepodległość Polski.

11 listopada 1918 roku to dzień, kiedy Polska stała się wolnym państwem!

Ciekawostki:

- **Przysięga Piłsudskiego:** Józef Piłsudski złożył specjalną przysięgę w Warszawskim Ratuszu. To był moment, w którym oficjalnie ogłoszono, że Polska jest wolna.
- **Powstania:** Polacy nie czekali na cud – walczyli w wielu powstaniach (m.in. w Powstaniu Styczniowym, Powstaniu Listopadowym), które miały na celu odzyskanie wolności, choć nie zawsze kończyły się sukcesem.
- **Kalendarz Zaborców:** Polska musiała wyjść z kalendarza zaborców. Każdy z trzech zaborców miał własny system datowania i różne święta, więc po odzyskaniu niepodległości Polacy musieli ustalić jeden, wspólny kalendarz.



Józef Piłsudski na Kasztance



Elementarz zdrowego odżywiania

Tęcza na talerzu

Czy zastanawialiście się kiedyś, dlaczego warzywa i owoce mają aż tyle różnych kolorów? Czerwone, żółte, zielone, fioletowe... jakby ktoś malował je farbami!

Okazuje się, że każdy kolor to nie tylko wygląd, ale też inne składniki, które wspierają nasze zdrowie. Jedzenie różnych barw to tak, jakby codziennie zbierać punkty mocy z gry – każdy kolor daje inną super umiejętność.

Czerwone – super bohaterowie odporności

Pomidory, truskawki, maliny, wiśnie i czerwone jabłka kryją w sobie składniki, które pomagają sercu pracować sprawnie. Dodatkowo czerwone owoce często mają dużo witaminy C, która wzmacnia odporność. Dlatego w sezonie malin czy truskawek warto korzystać, ile się da! Czerwone produkty pomagają nam także szybciej wrócić do zdrowia, kiedy złapie nas przeziębienie.

Pomarańczowe – mistrzowie dobrego wzroku

Marchewka, dynia, morele, mango czy pomarańcze świetnie wpływają na oczy dzięki witaminie A. To właśnie ona pomaga nam dobrze widzieć, zwłaszcza o zmroku. Pomarańczowe warzywa i owoce dbają też o skórę – może nie dadzą super mocy świecenia jak żarówka, ale pomagają skórze być zdrową i gładką.

Żółte – energia do nauki i zabawy

Żółta papryka, banany, ananas czy kukurydza dodają nam energii. Banany są szczególnie lubiane, bo szybko poprawiają humor i dobrze działają na koncentrację. To świetna przekąska przed lekcjami, treningiem, albo kiedy potrzebujemy „doładowania baterii”.

Zielone – mocne kości i spokój

Brokuły, szpinak, kiwi, zielone jabłko, rukola czy ogórek – zielone jedzenie jest pełne składników, które wzmacniają kości i zęby. Dodatkowo wiele zielonych warzyw działa uspokajająco na nasz organizm. Po dużej dawce zielonego jedzenia łatwiej jest skupić się na lekcjach i zachować równowagę w ciągu dnia. To trochę jak naciskanie przycisku „reset”.

Fioletowe – strażnicy mózgu

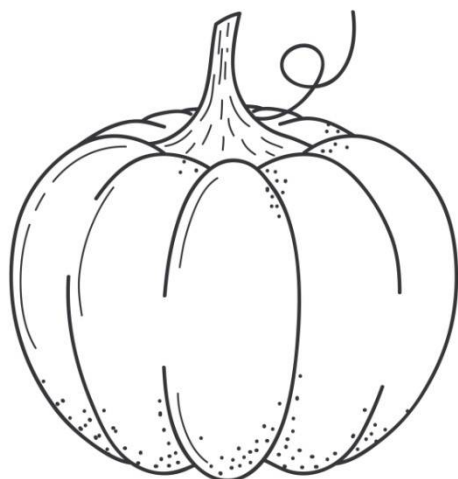
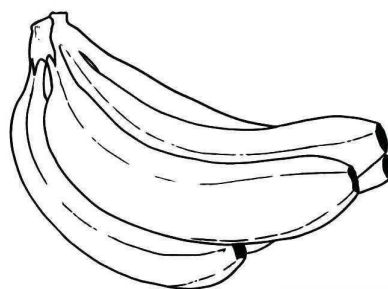
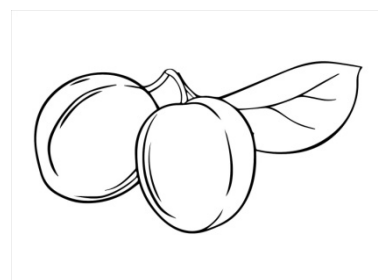
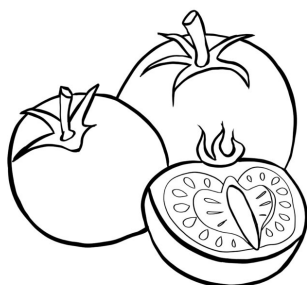
Borówki, śliwki, jeżyny, czarne winogrona czy aronia mają wyjątkowe składniki, które pomagają naszemu mózgowi pracować sprawnie. Wspierają pamięć, koncentrację i chronią komórki przed uszkodzeniami. Nic dziwnego, że wiele osób nazywa borówki „jedzeniem dla mózgu”.

Dlaczego warto jeść jak najwięcej kolorów?

Naukowcy zauważyli, że im bardziej kolorowy jest nasz talerz, tym więcej witamin, minerałów i przeciwutleniaczy dostaje nasze ciało. Dlatego najlepiej, aby w ciągu dnia pojawiło się co najmniej 3–5 różnych kolorów. Wcale nie trzeba jeść wielkich ilości – wystarczy mała porcja każdego z nich.

Pomysł na tydzień tęczęwego jedzenia

- **Poniedziałek – czerwony dzień: jabłko lub garść malin**
- **Wtorek – zielony dzień: ogórek w kanapce**
- **Środa – żółty dzień: banan w lunch boxie**
- **Czwartek – pomarańczowy dzień: kilka plasterków marchewki**
- **Piątek – fioletowy dzień: kilka borówek lub śliwka**



Ciekawostki przyrodnicze ...

Rozmowa przedświąteczna z „Czerwononosym”

Pani Ania:

- Święta zbliżają się wielkimi krokami, a raczej kopytami, które posiada niezwykle zwierzę zwane **Rangifer tarandus**. Jedni uważają, że pojawia się tylko w grudniu, inni, że żyje tylko w Laponii. Przedstawiam uroczego przedstawiciela jeleniowatych – **renifera tundrowego**.

Renifer tundrowy:

- Dziękuję za te miłe słowa, ale muszę zmartwić większość czytelników tego czasopisma. **Nie latam, nie ciągnę sań Mikołaja i nie mam czerwonego nosa.** Rozczarowana?

P.A.: - Ja spoglądam na Pana z zachwytem. Czy mógłby Pan opowiedzieć o sobie kilka ciekawych rzeczy?

R.T.: - Żyjąc na arktycznych oraz alpejskich obszarach Europy Północnej, Ameryki Północnej, Grenlandii oraz Azji, mogę powiedzieć jedno – mamy najpiękniejsze poroże ze wszystkich jeleniowatych. Co ciekawe, mam je ja i moja przyjaciółka. Oczywiście ja mam trochę większe.



P.A.: - A po co Panu ten gruby szal na szyi?

R.T.: - Ależ to nie szalik! To grube futro, które chroni moją szyję, a w okresie jesienno – zimowym jeszcze gęstnieje. Reszta ciała pokryta jest włosiem i to wystarczy.

Koledzy i koleżanki z północnych części kontynentu mają owłosienie jaśniejsze od mojego, a nawet białe. Pewnie dlatego wszędzie rysują przy saniach Mikołaja białe renifery.

P.A.: - Co Pan lubi jeść?

R.T.: - Jestem roślinożercą, jem głównie trawę, mech, byliny, porosty, liście krzewów oraz sporadycznie grzyby. W zimie głównie pozostaje nam objadanie się porostami.

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

R.T.: - Trochę niezręcznie mi o tym mówić, ale takie jest życie, że każdy z nas jest głodny i chce przeżyć. Polują na nas, zwłaszcza na naszą młodzież, niedźwiedzie polarne, wilki, orły przednie i rosomaki.

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

R.T.: - Tak, niestety, obecnie jest nas na świecie tylko około 2000 osobników. Na szczęście od 2015 roku jesteśmy gatunkiem chronionym i nie wolno na nas polować.

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

R.T.: - Do tego nie musi mnie Pani nawet namawiać. Zacznę od mojego nosa, bo to bardzo interesujące i wcale nie jest tu mowa o nosie Rudolfa. Nos mam w specjalny sposób przystosowany do tego, by ogrzewać zimne powietrze z zewnątrz, zanim dotrze ono do górnych i dolnych dróg oddechowych.

Moje kopyta zmieniają swoją strukturę w zależności od pory roku i warunków podłoża. Latem kopyta są dosyć miękkie, dzięki temu mam lepszą przyczepność na rozmokłym terenie. Z kolei zimą kopyta robią się twarde, co umożliwia mi utrzymanie się na śniegu i lodzie.

W okresie zimowym mogę samoistnie obniżyć temperaturę swoich kończyn, zbliżając je do wartości zerowych, w ten sposób mój organizm tak szybko się nie wychładza.

Jeszcze jedna mała przechwałka - mam wyjątkowe oczy. Moja rodzina to jedyne zwierzęta na świecie, które widzą światło ultrafioletowe. Poza tym kolor naszych oczu zmienia się w zależności od pory roku. Latem są złote, a zimą niebieskie.

P.A.: - Czyli Pana życie, to niezła sielanka.

R.T.: - O, nie do końca. W porze letniej ogromnym utrapieniem dla nas są komary i gzy. Wysysają z nas nawet 1 litr krwi na tydzień. Niektóre samice doświadczają w tym czasie takiego osłabienia, że nie są w stanie produkować mleka dla swoich młodych. A mleko naszych samic jest na świecie uznawane za najbardziej pożywne mleko ssaków. Zawiera ono aż 22 procent tłuszczu.

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

R.T.: - Ja mam średnią wagę jak na samca, ważę 110 kg, ale znałem kiedyś kolegę, który ważył ponad 200 kilogramów, a osobnik z rekordową wagą ważył 319 kg!

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!

Spisała: Anna Dudka, wychowawca klasy 2C





Zwyczaje bożonarodzeniowe na świecie

Choć świętowanie Bożego Narodzenia oraz witanie Nowego Roku w wielu miejscach wygląda podobnie i wiąże się z dobrze znanymi zwyczajami, tradycji związanych z tymi wydarzeniami jest o wiele więcej. Poniżej znajdziecie kilka bożonarodzeniowych i noworocznych inspiracji, które są kultywowane w krajach całego świata. Wynikają one z lokalnej kultury i tradycji.

Na **Filipinach** Boże Narodzenie ma wyjątkowo uroczysty charakter. Jednym z najbardziej znanych wydarzeń jest Festiwal Lampionów, podczas którego tworzy się ogromne, kolorowe gwiazdy symbolizujące Gwiazdę Betlejemską. Świętowanie zaczyna się tam bardzo wcześnie i trwa wyjątkowo długo.

W **Japonii** Boże Narodzenie nie ma wymiaru religijnego, lecz jest raczej świętem komercyjnym i towarzyskim. Ciekawostką jest zwyczaj jedzenia kurczaka z KFC, który stał się symbolem świątecznej kolacji. Nowy Rok natomiast ma charakter rodzinny i duchowy - Japończycy odwiedzają świątynie i rozpoczynają rok w atmosferze spokoju.



W **krajach skandynawskich** dużą rolę odgrywają dawne wierzenia. Popularnym zwyczajem jest wystawianie miotły przed dom, co według tradycji ma chronić go przed złymi duchami i czarownicami w okresie świątecznym.

W **Grecji** zamiast choinki, często ozdabia się drewniane łódzie, symbolizujące znaczenie morza (to odwołanie do greckiej kultury). Oświetlone łódki mają przynosić w nadchodzącym roku pomyślność i szczęście.



Meksykańskim zwyczajem dotyczącym przygotowywania się do Nowego Roku jest tzw. oczyszczanie domów - w jego ramach Meksykanie wymiatają wszelki kurz i śmieci przez główne drzwi swoich domów.



Kreatywnie ...

Zimowy stroik w słoiku

Do stworzenia stroika potrzebujesz wyparzony słoik o jakiegokolwiek pojemności, watę, dekoracyjne zestawy zimowo - świąteczne, zimowe naklejki śnieżynki oraz taśmę dwustronną.

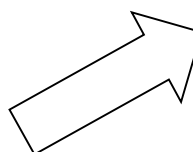
1. Do spodu słoika za pomocą taśmy dwustronnej przyczep gałązkę drzewa iglastego.
2. Do wieczka słoika za pomocą taśmy dwustronnej przyczep watę, a do waty elementy dekoracyjne.



3. Słoik zakręcamy i stawiamy tak, aby stał na wieczku.
4. Słoik ozdabiamy naklejkami (śnieżynkami lub innymi zakupionymi wzorami).

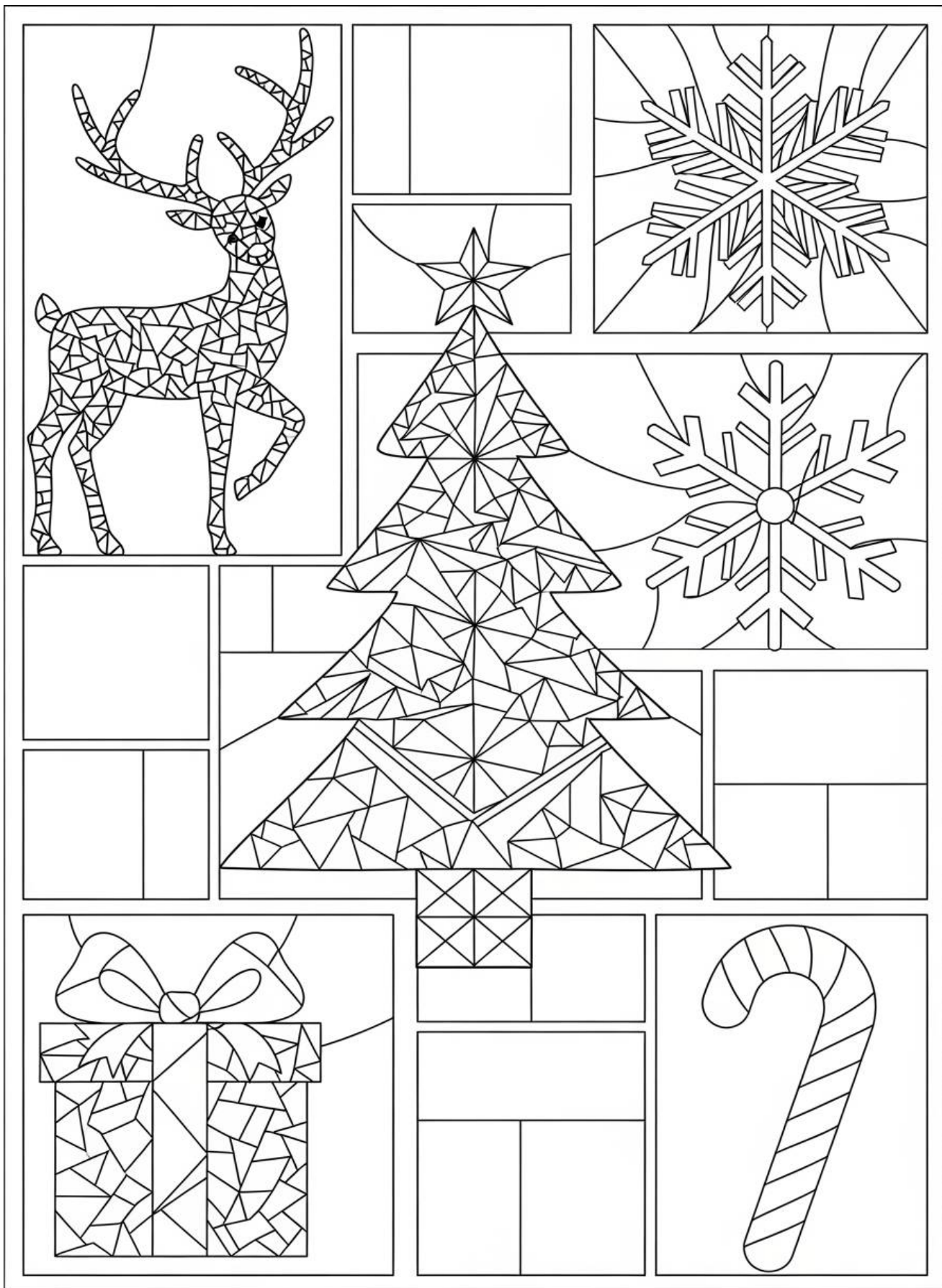


I gotowe!



Czas dla Ciebie





Wesołych Świąt!