

## Nastolatek uzależniony od komputera, smartfona ... Co robić?

Jak reagować, gdy widzimy, że nasze dzieci niemal cały czas spędzają w wirtualnym świecie?

Jeśli mimo wyznaczonego czasu (np. godzinę dziennie na grę na komputerze) słyszymy od dziecka: *jeszcze jeden pojedynek*, albo: *jeszcze jeden poziom* i że nie może skończyć, tzn. że jest zagrożony uzależnieniem.

Warto jednak pamiętać, żeby trzymać się tego postanowienia bez względu na fochy i grymasy syna. To naturalne, że będzie się złościł, gdy odbiera mu się coś, co daje mu tyle przyjemności. Jeśli trudno mu wtedy zapanować nad emocjami, zaproponujmy, żeby poszedł do swego pokoju ochłonać. Jeśli nie chce, ty to zrób. Powiedz: *Jest mi przykro, gdy tak się do mnie odzywasz. Jestem zła i muszę się uspokoić. Wrócimy do rozmowy za chwilę*. Gdy emocje po kłótni opadną, warto wrócić i porozmawiać z synem. Trzeba mu uświadomić, do czego prowadzi uzależnienie od gier i jakie są jego skutki. Podkreśl, że się martwisz, bo zauważyłaś, że nie potrafi kontrolować czasu przeznaczanego na grę. Już teraz jego agresywne zachowanie może wskazywać na uzależnienie, ponieważ jest to jeden z syndromów tak zwanego zespołu odstawiennego. Pamiętajmy, że uzależnienie jest czymś niebezpiecznym dla rozwoju i zdrowia dziecka, dla jego relacji z biskimi. Warto dać o to, by przestrzegał zasad. Gdy syn ma godzinę na grę, to warto co jakiś czas mu przypominać, ile minut zostało do końca. Jeśli po upływie ustalonej godziny nie chce odejść od komputera, niestety należy go wyłączyć. Z drugiej strony kara, którą otrzymał syn, jest surowa, dlatego budzi taki bunt. Często wyładowujemy swoją frustrację, mówiąc: *Nie dotkniesz komputera przez, jeśli będziesz tak się zachowywał*. Łatwo nam to przychodzi, ale nie jesteśmy konsekwentni i łamiemy się po jednym, dwóch dniach. Może wystarczy jeden dzień bez komputera? Musimy też pamiętać, że nasze dzieci muszą korzystać z internetu, by odrobić lekcje, skontaktować się z kolegami i dopytać o pracę domową. Nie możemy w ogóle zakazać im zbliżania się do monitora. Ale wart nauczyć je pożytecznego korzystania z technologii i poszukać innych aktywności, które mogą być równie przyjemne. Cdn...

Wywiad z Karoliną Harasim,  
przewodniczącą klas 4-7

**Redaktor szkolnej gazetki:** Cześć. Porozmawiajmy chwilę o Twoim sukcesie - o tym, jak zostałam przewodniczącą klas 4-7 Szkoły Podstawowej nr 9 w Siedlcach.

**Karolina Harasim:** Cześć, bardzo się cieszę, że uczniowie naszej szkoły wybrali mnie na tę funkcję.

**Redaktor:** Chciałabym Ci zadać kilka pytań na temat twojej funkcji. Dlaczego zdecydowałaś się na udział w wyborach?

**Karolina:** Zdecydowałam się na udział w wyborach, ponieważ chciałam dołożyć wszelkich starań, aby czas spędzony w szkole nie ograniczał się tylko do nauki, ale żeby to były chwile spędzone przyjemnie (dyskoteki, konkursy, wycieczki) i pożytecznie (akcje charytatywne, dni poświęcone świętom znanym i nieznanym).

**Redaktor:** To bardzo ciekawe. A, jakie zmiany chcesz wprowadzić w naszej szkole?

**Karolina:** Chciałabym, aby w naszej szkole nie było przemocy, zostały przeprowadzone akcje charytatywne, a przede wszystkim by uczyło się nam lepiej.

*Chciałabym również wprowadzić konkursy, w których uczniowie mogliby zaprezentować swoje umiejętności.*

**Redaktor:** Czy możesz nam zdradzić, w jaki sposób zachęcałaś uczniów do głosowania na siebie?

**Karolina:** *Oczywiście. Moja kampania wyborcza trwała już od kilku lat, ponieważ w poprzednich latach także udzielałam się w Samorządzie Uczniowskim. Uczniowie mieli okazję zaobserwować moją pracę na rzecz szkoły.*

**Redaktor:** Co udało Ci się już zorganizować?

**Karolina:** *Razem z opiekunami Samorządu Uczniowskiego i jego członkami udało nam się zorganizować otrzęsiny dla klas 4, które odbędą się już niebawem.*

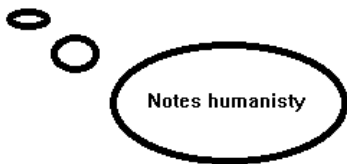
**Redaktor:** Serdecznie dziękuję za tę miłą rozmowę. Mam nadzieję, że jeszcze kiedyś będziemy mogli do niej wrócić. Życzę Ci dalszych sukcesów.

**Karolina:** *Bardzo dziękuję.*

Wywiad przeprowadziły  
Justyna Orzełowska i Oliwia Chmielińska  
z klasy VI a

## Łamańce Językowe

- 1.** Wyrewolwerowany rewolwerowiec wyrewolwował rewolwerowca z wyrewolwerowanym rewolwerem.
- 2.** Szła pchła pchnęła pchłą i pchła płakała, że pchła pchłą popchnęła.
- 3.** Leży Jerzy koło wierzy i nie wieży, że na wierzy leży gniazdo nietoperzy.
- 4.** Proszę Pani, nasza pani, prosi panią, aby pani naszej pani pożyczyła rondla, bo nasza pani to jest taka Flądra, że nie ma nawet własnego rondla.
- 5.** Konstancyntopolitańczykowieczka zindywidualizowała się z rozentuzjamowanego tłumu, który oklaskiwał przyintelektualizowane i przeliteraturalizowane dzieło.



# Zmysły

„Smaczki językowe”

## SŁUCH

- **Powiedzieć komuś coś do słuchu** – powiedzieć coś przykrego, przygadać komuś, nakrzyczeć na kogoś.
- **Chodzą słuchy** – są pogłoski, wieści.
- **Słuch o kimś zaginął** – ktoś nie daje znaku o sobie, nic o nim nie wiadomo.
- **Słuchać jednym uchem** – nieuważnie.
- **Słuchać piąte przez dziesiąte** – nieuważnie.
- **Słuchać kogoś jak wyroczni** – wierzyć w to, co ktoś mówi, liczyć się z czyjąś opinią.
- **Mieć czegoś powyżej uszu** – mieć czegoś dosyć, w nadmiarze.
- **Kłaść uszy po sobie** – stawać się pokornym, potulnym, tchórzyc.
- **Mieć długie uszy** – mieć zwyczaj podsłuchiwania, podsłuchiwać i donosić.
- **Ściany mają uszy** – ktoś może podsłuchiwać.
- **Obrażać czyjeś uszy** – mówić obraźliwe, wulgarne rzeczy.
- **Mówić coś na ucho** – mówić cicho, szeptem.
- **Natrzeć komuś uszy** – udzielić komuś nagany, skarcić kogoś.
- **Puszczać coś mimo uszu** – nie uważać na to co ktoś mówi.
- **Uzom nie wierzyć** – być zdziwionym tym, co się usłyszało.
- **Dostać po uszach, oberwać po uszach** – dostać reprimendę.

## PRZYSŁOWIA

- Czego oczy nie widzą tego duszy nie żal.
- Strach ma wielkie oczy.
- Co z oczu, to i z serca.
- Rzadko słodycz bez goryczy.

## WĘCH

- **Psi węch** – wyczucie, spryt.
- **Węch polityczny, śledczy** – dobra orientacja, dobre wyczucie, trafne rozumienie.
- **Nie wachać grosza** – nie mieć pieniędzy.
- **Zwachać się z kimś** – porozumieć się z kimś, zmówić się.
- **Poczuć pismo nosem** – przewidzieć sytuację, domyślić się czegoś.
- **Podpierać się nosem** – wykonywać jakąś pracę z wielkim wysiłkiem.
- **Idzie jak krew z nosa** – wolno, ciężko, z dużym wysiłkiem.
- **Kręcić nosem** – wydziwiać, grymasić, krzywic się.
- **Mieć nosa** – mieć intuicję, dobre przecucie, zdolność przewidywania.
- **Mieć mleko pod nosem** – o kimś bardzo młodym.
- **Mieć muchy w nosie** – mieć zły humor
- **Przytrzeć komuś nosa** – dać nauczkę.



## WZROK

- **Pi razy oko** – w przybliżeniu.
- **W mgnieniu oka** – natychmiast, w chwilę.
- **Oko w oko** – twarzą w twarz, bezpośrednio.
- **W żywe oczy** – w obecności kogoś, jawnie, bezczelnie (np. kłamać).
- **Być czyimś okiem w głowie** – być pupilem, ulubieńcem, faworytem.
- **Być solą w oku** – przeszkadzać.
- **Nie zmrużyć oka** – nie zasnąć (np. przez całą noc).
- **Mieć kogoś na oku** – obserwować kogoś stale.
- **Zajrzeć śmierci w oczy** – spotkać się ze śmiercią, być świadkiem czyjejś śmierci lub samemu otrzeć się o śmierć.
- **Przymknąć na coś oczy** – udawać, że się czegoś nie widzi.
- **Świecić przed kimś oczami** – wstydzić się.
- **Ktoś komuś wpadł w oko** – spodobał mu się.
- **Patrzeć na coś z boku** – nie angażować się, nie brać w coś udziału, obserwować.
- **Patrzeć wilkiem na kogoś** – odnosić się do kogoś nieufnie, niechętnie.
- **Patrzeć na coś jak cieleń na malowane wrota** – ze zdumieniem, zdziwieniem, z podziwem.
- **Patrzeć komuś na ręce** – pilnować, aby ktoś czegoś nie ukraść.
- **Patrzeć na coś przez palce** – z pobłażaniem, udawać, że się niczego nie widzi.
- **Patrzeć ja sroka na gnat** - uporczywie



## SMIAK

- **Jeść bez smaku** – nie mieć apetytu, jeść niechętnie, z przymusem.
- **Jeść ze smakiem** – z ochotą.
- **Obejść się smakiem, oblizać się ze smakiem** - mieć na coś chęć i nie osiągnąć tego.



### Cytat:

„Woda, nie masz ani smaku, ani koloru, ani zapachu, nie można ciebie opisać, pije się ciebie nie znając. Nie jesteś niezbędna do życia: jesteś samym życiem”

Antoine de Saint-Exupéry

## DOTYK

- **Dotknąć kogoś (do żywego)** – mocno urazić.
- **Noga czyjaś nie dotknęła tego** – ktoś nigdy tam nie był; często dotyczy to miejsc, w których jeszcze w ogóle nie było ludzi.
- **Los kogoś dotknął** – spotkało kogoś nieszczęście
- **Niczego się nie dotykać** – nic nie robić.



## Wyrazy obce

**Organoleptyka** – metoda oceniania towarów, zwłaszcza spożywczych, za pomocą zmysłów, a nie poprzez analizę laboratoryjną. Inaczej mówiąc, jeśli ktoś powie, że musi sprawdzić coś organoleptycznie, ma na myśli obejrzenie, dotknięcie, powąchanie, może nawet polizanie.

# Bohater numeru



„H” to głoska wyjątkowa w naszym języku, bo niepolska. Zapożyczyliśmy ją z języków wschodnioeuropejskich. Nieliczni potrafią je wymówić nieco inaczej niż „ch”. Ci nie mają kłopotów z ortografią. A my... poćwiczmy!

„Harde” „h” niewymienne na początku wyrazu:

hamak  
harcerz  
herbata  
huśtawka  
historia  
honor  
humanizm  
histeria  
hipopotam  
hulajnoga

Na hamaku „h” się huśtało  
I z tej huśtawki zejść nie zamierzało.  
A wreszcie kiedy z hukiem, hałasem  
na ziemię spadło  
w dziką histerię wpadło.



# Hh

# h

# HAK

„H” piszemy w wyrazach „hałaśliwych”

huk  
hałas  
harmider  
helikopter  
huragan  
harce  
hulać

„Hałaśliwe” miasto

Hałastra krzyczy „hejże, halo!”:  
handlarze dają haraczowi za mała,  
Huragan wyprawia harce,  
huczą mahonie na heblarce.  
Nad hutą helikopter hałasuje

Zasada wymiany!

piszemy, gdy zachodzi wymiana  
na „h” ,na „g” , „ż” , „z”

wahać – waga, ważyć

druh – drużyna

blały – błazen

Druh Żuczek waży się na wadze.

A strzałka wagi nie jest głucha, waha się,  
prośb drużyny nie słucha.

Błałych stu kilo szuka!

Ale błazen z tego druha!

„H” w środku wyrazu:

bohater  
bohomaz  
filharmonia  
inhalacja  
kontrahent  
ohyda  
prohibicja  
wahadło  
wehikuł

Ohydny bohomaz wisi na wystawie w muzeum.

Podczas prohibicji obowiązuje zakaz sprzedaży alkoholu.

Bohater przeniósł się w czasie dzięki cudownemu wehikułowi.

Z zagranicznym kontraentem byliśmy w filharmonii.

## Uroczysta akademie z okazji Świąt Bożego Narodzenia

W dniu 21 grudnia 2017 roku w naszej szkole odbyła się uroczysta akademie z okazji Świąt Bożego Narodzenia.

Uczniowie klas IVe, VIa oraz VIIb zaprezentowali przedstawienie pod tytułem *Kim jesteście człowieku?* Jego scenariusz przygotowała Pani Dorota Obrępańska.

Celem spektaklu było wskazanie głębszego sensu nadchodzących świąt oraz wprowadzenie wszystkich w świąteczny klimat.

Na początku Karolina Harasim z klasy siódmej przeczytała opis stworzenia świata i człowieka przez Boga, a uczniowie z klasy czwartej przedstawiali to w formie układu tanecznego.

Następnie zaprezentowano kilka współczesnych postaci:

- strajkującą pielęgniarkę,
- starszego Pana, który walczył o wolność naszej Ojczyzny, a obecnie nie znajduje szacunku i uznania,
- matkę z małym chorym synkiem,
- Chłopca, który jest wyśmiewany przez kolegów, ponieważ lubi się uczyć,
- biznesmena, który ma problemy ze zdrowiem.

Wszystkie te osoby łączyły problemy i troski dnia codziennego, które odbierały im szczęście.

Dla kontrastu przedstawiono postacie, które odnalazły szczęście w wierze w Boga.

Następnie wszyscy aktorzy zaśpiewali piosenkę pod tytułem *Tak Bóg umiłował świat*.

Na koniec głos zabrała Pani Dyrektor, składając wszystkim świąteczne życzenia.

Opracowała:

Julia Stefaniuk