

Morele



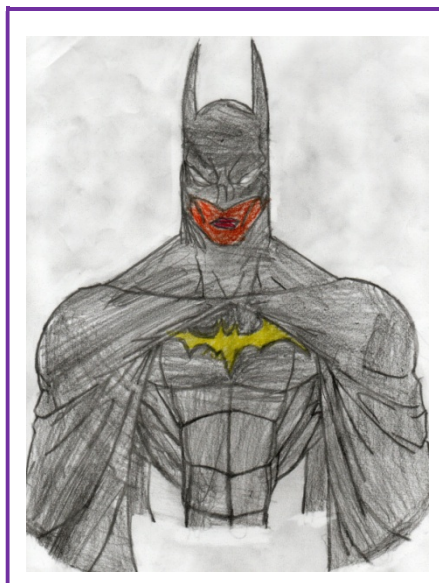
Morele

Numer 17, styczeń - marzec 2022

Szkoła Podstawowa nr 19 w Toruniu

Drodzy Czytelnicy!

Ludzie od zawsze marzyli o tym, by osiąść nadzwyczajne zdolności. Widać to już w mitach, baśniach, czy bajkach. W bajkach źródłem mocy były często magiczne przedmioty, np. szybkie poruszanie się zapewniały siedmiomilowe buty, a sprawiedliwość wymierzały kije samobije. Który z bajkowych gadżetów sprawdziłby się dzisiaj najlepiej? O to zapytaliśmy Was w czasie przeprowadzonej w szkole sondy.



Batman, Rafał, kl. 7zP

Poza tym znajdziecie w gazetce podpowiedź, jak bez magii można poszerzyć swoje możliwości, np. trenując sztuki walki. Może ktoś zechce podążać śladami mnichów z Shaolin (których wyczyny przeszły do legendy) i zapisze się do Toruńskiej Szkoły Karate „Ronin”?

W świecie przyrody podobnie jak w bajkach czasami bardzo niepozorne stworzenia wykazują największą odporność. Przedstawiamy Wam superbohatera – niesporaczka!

Wracając do literatury zagłębiliśmy się do komiksów, gdzie aż roi się od Super-, Spider- i Batmanów. W gazetce przypomnimy Wam trzech superbohaterów i jedną superbohaterkę.

Najważniejsze jest jednak to, że każdy z nas bywa superbohaterem, np. gdy poprawia ocenę z przedmiotu, który sprawia mu trudności, gdy strzela bramkę dla szkolnej drużyny, gdy pomaga rodzicom w codziennych, uciążliwych obowiązkach. Wtedy w oczach rodziców, nauczycieli, przyjaciół jesteście prawdziwymi SUPERBOHATERMI!

Redakcja

Wydarzenia

Odwiedzamy Pałac Prezydencki

1.12.2021 przedstawiciele klasy 6a, 6b, 7a, 7b i 8a uczestniczyli w niezwyklej wycieczce – odwiedzili Pałac Prezydencki w Warszawie.

Poznali historię budynku i zajrzeli do sal, które znamy tylko z relacji telewizyjnych. Następnie zostali przyjęci przez Małżonkę Prezydenta RP panią Agatą Kornhauser-Dudę. Pierwsza Dama rozmawiała z naszymi koleżankami i kolegami.

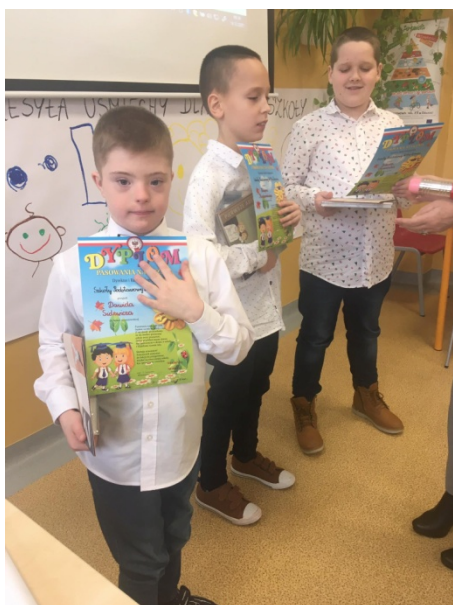
Nigdy nie zapomnimy tego spotkania!



Mikołajki

6 grudnia odbyło się VI Integracyjne Mikołajkowe Spotkanie pt. "Mikołajkowe granie w zimowy czas. Dzieci - Dzieciom". Udanych Mikołajek, pełnych radości i wspaniałych prezentów życzyła dzieciom Pani Maria Mazurkiewicz Kujawsko - Pomorski Wicekurator Oświaty i Pani Anna Łukaszewska Dyrektor Wydziału Edukacji Urzędu Miasta Torunia. Spotkanie odbyło się na Platformie Teams, a przedszkolaki i uczniowie swoimi występami umilili nam ten dzień.

Mała książka - wielki człowiek



14 grudnia uczniowie klas pierwszych otrzymali czytanki finansowane ze środków Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego w ramach kampanii „Mała książka – wielki człowiek”. Swoją wielką książkę miała klasa 1zG - jej uczniowie zostali pasowani na uczniów naszej szkoły.

Życzymy wszystkim pierwszacom, żeby nauka w naszej szkole była dla nich wspaniałą, pełną radości i niespodzianek przygodą!

Bohater, który jest z nami...!

Myśląc bohater przed oczami mam obraz uśmiechniętego młodzieńca. Jego życie, chociaż naznaczone cierpieniem było jednocześnie przepełnione miłością, męstwem, pomocą i ofiarnością wobec innych ludzi...

Czy domyślasz się kto jest moim bohaterem?



Tak, to błogosławiony ks. Stefan Wincenty Frelichowski. Piękno życia Wicka wciąż fascynuje i porywa do działania wielu młodych ludzi. Mój Bohater radość odnajdywał w służbie drugiemu człowiekowi. Promieniował nią w harcerstwie, Sodalicji Mariańskiej, seminarium, w czasie posługi duszpasterskiej, ale także będąc więźniem obozów. W jego zapiskach można przeczytać: „Ja chcę się upodobnić do Boga. Dlatego muszę być zawsze i do każdego wesołym”. Ksiądz Stefan sam wyszukiwał ludzi szczególnie smutnych i samotnych, chorych i słabych.

Będąc więźniem obozów odważnie realizował swoje powołanie kapłańskie. Narazając swoje życie organizował wspólne modlitwy, odprawiał msze św., słuchał spowiedzi. Zawsze był obecny przy najbardziej umęczonych i załamanych współwięźniach. W Dachau opiekował się chorymi na tyfus przekradając się do ich baraków, by nieść im pomoc i umacniać Eucharystią. Wszystko czynił z miłości do Jezusa i człowieka! Taki jest mój Bohater, a od 11 lat patron naszej szkoły. Błogosławiony księże Stefanie czuwaj nad nami!

Monika Sulecka



23 lutego 2011 nasza szkoła
otrzymała zaszczytne imię
bł. ks. Stefana.

Porozmawiajmy ...

W tym numerze gazetki rozmawiamy z Panem Adamem Bandurskim – prezesem Toruńskiego Klubu Karate-Do „Ronin”, instruktorem karate Shotokan, instruktorem samoobrony, egzaminatorem Polskiej Unii Karate. Jego wychowankowie odnoszą sukcesy w zawodach regionalnych i międzynarodowych.

Trele Morele: Co to są sztuki walki?

Adam Bandurski: Istnieje wiele szkół sztuk walki.



Wszystkie one uczą, jak pokonać przeciwnika w walce wręcz, czyli w walce kontaktowej. Przy czym rozwój psychiczny i duchowy adepta jest równie ważny jak rozwój fizyczny.

Od strony techniki sztuki walki składają się z takich elementów jak np. uderzenia pięścią lub łokciem, kopnięcia, chwyt, rzuty, dźwignie itd.

T.M.: Jaką sztukę walki można trenować u Pana i na czym ona polega?

A.B.: Moja szkoła oferuje naukę i doskonalenie się w karate-do. Słowo "kara" może oznaczać "pusty", a słowo "te" oznacza "ręka". Więc "karate" można tłumaczyć jako "pusta ręka". A „karate-do” to „droga pustych rąk”.

T.M.: Czy mógłby nam Pan wytłumaczyć, dlaczego do karate jest potrzebny specjalny strój?

A.B.: Strój do karate umożliwia przede wszystkim swobodne poruszanie się i musi być dosyć wytrzymały. Duże znaczenie mają kolory. Początkowo zawodnicy noszą białe stroje i białe pasy. Następnie wraz z postępami w nauce uczeń otrzymuje pas w kolorze pomarańczowym. Kolejne stopnie wtajemniczenia pozwalają na noszenie pasa żółtego, zielonego, wreszcie brązowego. Do każdego kolejnego pasa dochodzi się coraz trudniej i wiąże się z tym lata systematycznych treningów. Ostatni pas jest w kolorze czarnym i oznacza mistrzostwo. Mistrz może nosić cały strój w czarnym kolorze.

T.M.: Czy trzeba być bardzo sprawnym, by móc zacząć uczęszczać na zajęcia i ile trzeba mieć lat?

A.B.: Treningi można i warto rozpocząć w każdym wieku. Nawet w przedszkolu dzieci mogą uczyć się w zabawie podstawowych elementów karate i ogólnie rozwijać swoją sprawność. Treningi „na poważnie” zaczynają się ok. 10 roku życia, a kariera zawodnicza trwa zwykle od 17 do 35 roku życia.

Ale jak już wspomniałem, karate można się zająć w każdym wieku, także bardziej zaawansowanym. Ponieważ z jednej strony utrzymujemy w ten sposób lepszą sprawność, a przy okazji uczymy się przydatnych w życiu elementów samoobrony.

5. Jakie są korzyści z uprawiania tej dyscypliny?

Uprawianie karate ma bardzo pozytywny wpływ na nasze ciało i umysł.

Ćwiczenia podnoszą ogólną sprawność i wydolność organizmu, poprawiają krążenie krwi, przyspieszają przemianę materii, pomagają w rozciąganiu mięśni i zachowaniu równowagi. Równie ważne są korzyści w sferze psychiki. Treningi rozwijają cierpliwość, dokładność, a przede wszystkim uczą samokontroli. Poprzez lepszą świadomość własnego ciała i lepszą umiejętność samoobrony ćwiczący karate stają się mniej lękliwi i co za tym idzie – bardziej opanowani.



T.M.: Dziękujemy za rozmowę!

notowała I.L.

Herosi z Klasztoru Shaolin

Zgodnie z panującym przekonaniem, Klasztor Shaolin jest legendarnym miejscem w którym narodziły się chińskie sztuki walki. W stwierdzeniu tym jest sporo prawdy, o czym przekonacie się, czytając niniejszy artykuł.

Nie będę Was tu zasypywał szczegółową wiedzą historyczną, jednak pisząc o legendzie Shaolin, nie wypada pominąć ważnych faktów i postaci historycznych, które przyczyniły się do obecnej sławy buddyjskiej świątyni.

Klasztor Shaolin położony jest w malowniczym, trudno dostępnym górskim masywie Sung.

Założył go w roku 495 cesarz Su Wen z dynastii Wei dla Mistrza Bhadry, którego pragnieniem było szkolenie młodych buddyjskich mnichów. Mistrz Bhadra nazwał ofiarowane mu miejsce Lasem Młodych - „Shaolin Si”, stąd wzięła się nazwa całego klasztoru.



Legenda Klasztoru Shaolin kształtowała się na przestrzeni wieków. Początkowo mieszkający tam mnisi zajmowali się nauką własną, medytacją (rozmyślaniem) oraz tłumaczeniem religijnych ksiąg na język chiński. Uprawianie ćwiczeń fizycznych i nauka sztuk walki były pomysłem jednego z buddyjskich Mistrzów - Bodhidharmy (Da Mo), który przybył do klasztoru Shaolin z Indii. Zauważył on, że większość mnichów jest wątłej budowy ciała i słabych fizycznie, dlatego postanowił do ich rozkładu dnia dodać ćwiczenia cielesne, autorstwa chińskiego lekarza Hua Tuo. Ćwiczenia te nie zawierały jeszcze sztuk walki, bliżej było im do współczesnej jogi, jednak zapoczątkowały one tradycję treningu fizycznego w chińskich klasztorach.



Z czasem młodzi adepci z Shaolin, przy pomocy swych Mistrzów, zaczęli uczyć się jak zastosować poznane już ćwiczenia w walce, dzięki czemu szybko zasłynęli ze swoich nieprzeciętnych umiejętności w posługiwaniu się kijem oraz perfekcji w walce wręcz.

Powstające techniki walki były w dużej mierze inspirowane obserwacją dzikich zwierząt. Na przykład podpatrując sposób poruszania się tygrysa, opracowali oni ćwiczenia rozwijające układ kostny i mięśniowy mnichów, obserwując ruchy węża, nauczyli się ćwiczeń odpowiadających za gibkość ciała. Śledzenie lamparta przyczyniło się do doskonalenia ćwiczeń rozwijających siłę, natomiast żurawia - do ćwiczeń wzmacniających układ nerwowy i ścięgna. Jest jeszcze jedno zwierze warte uwagi – jest to mityczny chiński smok, który przyczynił się do osiągnięcia przez mnichów doskonałości duchowej.

Jak więc widzicie buddyjscy mnisi z Shaolin oraz ich Mistrzowie dążyli do tego, aby zestaw ćwiczeń, jakim codziennie poddawali swe organizmy wynikał z obserwacji natury oraz był jak najbardziej wszechstronny, czyli rozwijał całe ciało. Codzienny rygor treningowy połączony z surowym życiem w klasztorze oraz wysoko rozwinięte techniki medytacji dawały zadziwiające efekty: mnisi z Shaolin zasłynęli na całym świecie z niezwyklej skuteczności w walce oraz z nieprzeciętnych umiejętności samoobrony. Z czasem ich wyczyny przeszły do historii obrastając w mniej lub bardziej wiarygodne legendy.

Na zakończenie, jako ciekawostkę powiem Wam, że z Shaolin wywodzą się dwie wielkie gwiazdy Hollywood: Bruce Lee i Jackie Chan. Na pewno widzieliście filmy z ich udziałem.

Piotr Jettka

Niezwykłe wyczyny mnichów z Shaolin możecie zobaczyć m.in. na youtube: <https://www.youtube.com/watch?v=SBESak1KXak>

Niesamowity świat komiksów

Kto z nas nie zna choć kilku superbohaterów z komiksów czy kreskówek?!

Macie swoich ulubionych?



Oto lista TOP 4 - najbardziej popularnych obecnie superbohaterów:

1. Thor - nordycki bóg piorunów, jest nieśmiertelny, ma nieograniczoną kontrolę nad czasem i przestrzenią.
2. Son Goku - bohaterska postać z kultowej japońskiej kreskówki Dragon Ball. Jest obdarzony różnymi typami i poziomami mocy.
3. Superman - bohater pochodzący z planety Krypton, niezwykle przystojny. Potrafi latać, ma super siłę, widzenie rentgenowskie i mnóstwo innych mocy.
4. Wonder Woman – kobieta - superbohaterka. Ma nadludzką siłę, wytrzymałość, szybkość i zdolność lotu.

Beata Glazińska

Z notatnika przyrodnika

Czy wiesz, że ...

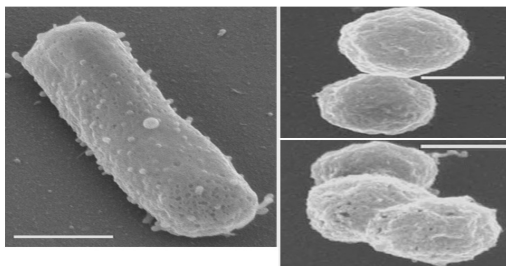
Supermenami w świecie zwierząt są EKSTREMOFILE, czyli organizmy, które żyją i rozwijają się w ekstremalnych (bardzo ciężkich, niesprzyjających życiu) warunkach.

Jeżeli lubisz ciepło i lato, to na pewno nie znalazłbyś wspólnego języka z PSYCHROFILAMI. Psychrofile to organizmy, które potrafią żyć na powierzchni śniegu czy lodu, występują w głębokich i zimnych wodach mórz i oceanów.

W niskich temperaturach prawie wszystkie zwierzęta umierają z powodu zamarznięcia. Nie jest tak w przypadku **żaby drzewnej**. Kiedy nadchodzi mroźna zima na Alasce, te żaby mogą pozostać zamrożone w temperaturach **poniżej -18 °C**, a miesiące później wracają do życia.

Innym mieszkańcem zimnej Alaski, który może wytrzymać nawet niższe temperatury niż żaba drzewna, jest **chrząszcz czerwony**. To zwierzę wytrzymuje temperatury **poniżej -58°C**. Osiąga to poprzez gromadzenie białek i alkoholu, który działa jako środek przeciw zamarzaniu. Larwy tego chrząszcza nie zamarzają w temperaturze -150° C. Brrrrr!

HALOFILE - w Polsce halofile spotkać można m.in. w rezerwacie przyrody Owczary koło Buska-Zdroju i w rezerwacie przyrody Ciechocinek. Halofile to rośliny i zwierzęta, które lubią środowisko zasolone (bogate w sól).



halofile

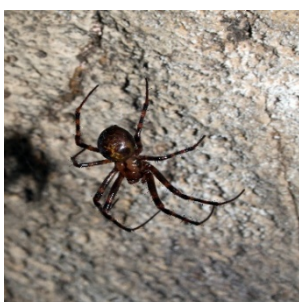


aster solny

Wśród super bohaterów występują też miłośnicy środowiska kwaśnego (acidofile), zwolennicy promieniowania (radiofile) i ciepłolubne termofile.

Czy ktoś z Was boi się ciemności?

Ciemność i duża wilgotność to ulubieńcy sieciarza jaskiniowego. Oto on:



Pająk, który żyje w jaskiniach, bunkrach, starych kopalniach (w Polsce można spotkać go w Jaskini Raj na terenie Ojcowskiego Parku Narodowego). Jest jadowity. Jego ukąszenie można porównać z użądleniem przez osę.

Jeszcze kilka słów o zwierzętach, które znacie.

Woda jest niezbędna do życia – to wiedzą wszyscy. Ale... Nie wszystkie zwierzęta muszą ją pić. **Kangury** potrafią nie pić przez całe życie. Korzystają z wody zawartej w pożywieniu, które jedzą. Poza tym w ich organizmie zachodzą reakcje uwalniające wodę metaboliczną.

Podobny przypadek dotyczy **wielbłądów**. Wielbłądy czerpią wodę z roślinności, którą spożywają. Kiedy wielbłąd dostaje wodę w oazach, jest w stanie gromadzić ją w garbie w postaci tłuszczu. To pozwala im wytrzymać ponad miesiąc bez picia.

Jakie zwierzę jest najbardziej wytrzymałe?

NIESPORACZEK



Wygląda trochę kosmicznie i rzeczywiście jest niesamowity:

- wytrzymuje temperaturę 150° C (woda wrze w 100° C)
- może przetrwać w temperaturze – 273 °C
- przetrwa 100 lat bez wody

- można go wrzucić do alkoholu, kwasu, do mieszaniny gazów różniącej się od powietrza – wszystko przeżyje
- można go wystrzelić z pistoletu gazowego w piasek – przeżyje
- znosi duże stężenie soli
- nawet w kosmosie daje sobie radę

Niesporaczki to prawdziwi SUPERBOHATEROWIE!

(**Za:** Niesporczaki – Wikipedia, wolna encyklopedia)

Katarzyna Siuda

Ale wkoło jest wesoło

Podchodzi królewna do lusterka i mówi:

- Lustreczko, lustreczko, powiedz przecie, kto jest najpiękniejszy na świecie?

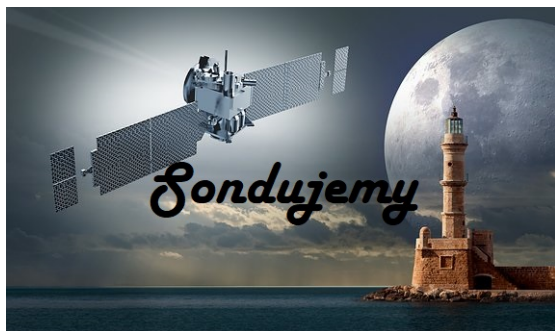
A lusterko odpowiada:

- Odsuń się, bo nie widzę.

Słoń i mrówka, skrajnie wyczerpani, idą przez rozpaloną pustynię.

- Pić mi się chce - jęczy słoń.
- Odwagi! - mówi mrówka. - Jak dojdziemy do tamtego wzgórza, dam ci łyk wody z mojej butelki!

Oprac. I.L.



Sonda w krainie bajek

Wszyscy pamiętamy magiczne przedmioty / zwierzęta, które pojawiają się w bajkach i w decydujący sposób wpływają na przebieg zdarzeń. Ten, kto przegrywał – wygrywa, kto był biedny – staje się bogaty itd.

Co ważne, te fantastyczne gadzety często trafiają w ręce słabszych, np. uważanych za głupców i słabeuszy najmłodszych braci. Dzięki ich działaniu zwycięża dobro, zostaje przywrócona sprawiedliwość.

Przy tym te wszystkie niezwykle czapki, stoliczki, dywany spełniają bardzo konkretne funkcje, niesamowicie ułatwiając życie.

W naszej sondzie poprosiliśmy Was o wybór jednego z wymienionych magicznych przedmiotów / stworzeń. Odpowiedzi udzieliło 62 uczniów, a tak prezentują się wyniki w kolejności zdobytych głosów:

1. latający dywan – 16 głosów,
2. magiczna fasola – 10 głosów,
3. czapka niewidka – 9 głosów,
4. lampa Alladyna – 7 głosów,
5. gęś znosząca złote jajka – 6 głosów,
- 6./ 7. kije samobije – 5 głosów,
- 6./7. siedmiomilowe buty – 5 głosów,
8. samonakrywający się stoliczek – 4 głosy.



A teraz wkładamy czapkę i buty, gąskę pakujemy do koszyka, fasolę do kieszeni (żeby gęś nie zjadła), do worka z kijami dokładamy lampę Alladyna i już prawie jesteśmy gotowi do podróży. Jeszcze tylko na środku dywanu stawiamy stolik, bo gdyby jednak lot trwał dłużej, przyda się dobry serwis. No to gotowi do drogi? Odjazd!

I.L.

Herosi - na przykład Achilles

Jednymi z pierwszych superbohaterów w przekazie ustnym i w literaturze byli herosi. W mitologii greckiej to potomkowie bogów i ludzi. Najbardziej znani – Achilles, Herakles, czy Tezeusz byli dziećmi boskich ojców i ziemskich matek. Herosi byli wprawdzie śmiertelni, ale odznaczali się ponadludzką siłą lub zdolnościami.



Taką postacią był niewątpliwie Achilles. Dzisiaj powiedzielibyśmy, że to bardzo przystojny mężczyzna – wysoki, smukły, o pięknej, delikatnej twarzy, nosił długie włosy. Lubił się otaczać pięknymi przedmiotami, nawet na polu walki wyróżniał się wspaniałą, złotą zbroją.

Niestety, charakter miał mniej uroczy, ulegał gwałtownym zmianom nastroju. Potrafił być opanowany i szlachetny, a chwilę potem przerażał swoim gniewem, okrucieństwem i mściwością.

Achilles cieszył się sławą jednego z najodważniejszych greckich wojowników. Fakt, że miał w tym zakresie ułatwione zadanie, ponieważ jego ciało było odporne na rany, uderzenia, zmęczenie. Te cudowne właściwości zawdzięczał swojej matce. Gdy był niemowlakiem zanurzyła go w rzece Styks trzymając w czasie tej kąpieli za piętę. I dlatego pięta była jego jedynym słabym punktem. Stąd wziął się zwrot „pięta Achillesa”, który właśnie oznacza czyjąś słabą stronę. A wracając do mitycznego Achillesa – zginął ugodzony strzałą w ... piętę.

Tę scenę, jak i wiele innych epizodów z życia Achillesa i innych herosów opisuje Homer w swoim dziele „Iliada”, a bardziej współcześnie przedstawia Wolfgang Petersen w filmie „Troja” z 2004 roku.

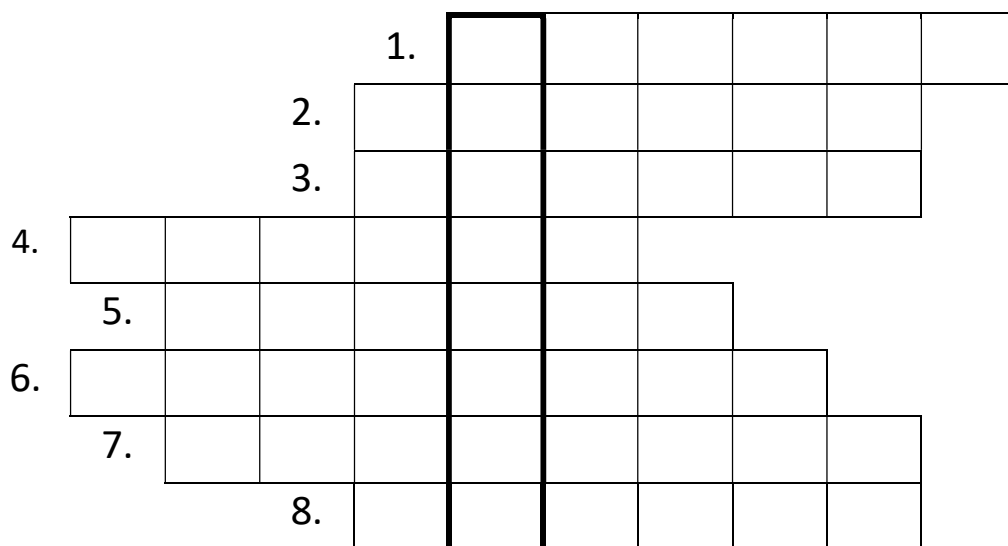
I jeszcze jedno ważne wyjaśnienie. W starożytnej Grecji za herosów uznawano nie tylko mitycznych półbogów, ale także wybitnych ludzi, np. założycieli rodów i miast, bohaterów wojennych, proroków, wynalazców.

I.L.

Rusz głową!

Rozwiązaniem krzyżówki z 16. numeru „Treli Moreli” było hasło: „EKOSYSTEM”.

Rozwiąż poniższą krzyżówkę! **Podpisaną** odpowiedź z hasłem (tytuł jednej z baśni H.Ch. Andersena) oddaj w bibliotece do 25.03.2022r. I.L.



1. Książka składająca się z historyjki obrazkowej i tekstu w „dymkach”
2. W tym mieście żył Smok Wawelski
3. Tego koloru pas nosi mistrz karate
4. Król, którego zjadły myszy
5. Uwolnił Toruń od plagi żab
6. Najlepsza koleżanka Harrego Pottera
7. Po założeniu tej czapki stajesz się niewidzialny
8. Inaczej niziołek w cyklu „Władca pierścieni”, np. Frodo

Humor z zeszytów szkolnych

Hektor uciekał przed Achillesem nie ze strachu przed śmiercią, tylko z trwogi o własne życie.