

lutu 2018

Redakcja w składzie:

Opiekun literacki – Joanna Stanowska

Redaktorzy 7c:

Klaudia Starowicz

Emilia Dumana

Oliwia Błaszka

Dominika Lenar

Paulina Olejnik

Martyna Kupka

Karolina Nojman

Szymon Kopeć

Karolina Kozłowska

Julia Lalik



Nie masz pomysłu jak spędzić ferie? Zastanawiasz się co robić, żeby ich nie zmarnować?

Oto kilka ciekawych pomysłów z których dowiesz się jak można spędzić

ferie aktywnie i nie nudząc się samemu w domu.

1. Uprawiaj sport! Zimą można uprawiać ciekawe dyscypliny sportowe, takie jak:
 - jazda na nartach
 - jazda na łyżwach
 - jazda na sankach
 - hokej
2. Jeśli lubisz przebywać na świeżym powietrzu, lecz nie lubisz uprawiać sportów, wyjdź na spacer- to też Ci dobrze zrobi. Zima też jest piękna, zwłaszcza gdy jest śnieg ;)
3. Spotykaj się ze znajomymi, w domu lub na dworze. W domu możecie urządzić sobie np. wieczór filmowy. Na dworze zawsze jest co robić np. możecie sobie urządzić bitwę na śnieżki. Razem zawsze raźniej.
4. Poczytaj. Możesz zrobić sobie swój ulubiony ciepły napój, przykryć się kocem i czytać. Będzie to idealne rozwiązanie, zwłaszcza w zimne dni.
5. Posłuchaj muzyki. Zaprosz znajomych i urządzić sobie mini pokaz talentów lub karaoke. Od razu będzie weselej i milej.
6. Jeśli nie lubisz gdy w twoim pokoju nie ma przez długi czas zmian, zrób coś z tym! Ferie to idealny czas na małe remonciki. Nie muszą to być drastyczne zmiany, wystarczy jakaś zimowa ozdoba, trochę porządku, powieszenie jakiejś nowej ramki ze zdjęciem lub plakatu i już zrobi się inaczej.
7. Idź do kina lub na zakupy. Jeżeli bardzo lubisz chodzić do kina lub na zakupy, jeżeli sprawia Ci to przyjemność, to czemu nie.
8. Możesz pojechać w odwiedziny np. do kuzynostwa, lub do dziadków jeżeli daleko mieszkają. Na pewno ucieszą się z odwiedzin.

Autor: Paulina Olejnik

Ruch to zdrowie

Filipiny wzięły udział w największej liczbie letnich igrzysk (20) bez zdobycia złotego medalu.

Właściciel Chicago Bulls i Chicago White Sox, Jerry Reinsdorf, wypłacał Michaelowi Jordanowi cztery miliony dolarów koszykarskiej pensji nawet w czasie, gdy Jordan akurat próbował swoich sił w baseballu

Czysta rozgrywka podczas meczu baseballowego trwa zaledwie 18 minut.

Wilt Chamberlain znany jest przede wszystkim z meczu, w którym zdobył trzycyfrową liczbę punktów, a mało kto wie, że koszykarz jest też jedynym zawodnikiem w historii, który zaliczył - parę lat po słynnym rekordzie double-triple-doubler, osiągając w każdej statystyce wynik powyżej 20. (25 pkt, 22 zbiórki, 21 asyst).

Córka królowej Elżbiety II księżniczka Anna nie musiała przechodzić podczas igrzysk w 1976 r. weryfikacji płci właśnie z uwagi na swoje pochodzenie

Na pierwszych nowożytnych igrzyskach olimpijskich zwycięzcy dostawali srebrne medale.

Pierwszy medal olimpijski Chiny zdobyły w 1984 r. Na igrzyskach w Pekinie w 2008 r. Chińczycy zdobyli sto medali.

Od 1969 r. rekord świata w skoku w dal mężczyźni zmienił się tylko jeden raz.

Potrójna Korona, czyli zwycięstwo tego samego pełnokrwistego konia we wszystkich trzech najważniejszych gonitwach sezonu, zdobyta została zaledwie trzy razy od 1949 r. (Secretariat w 1973 r., Seattle Slew w 1977 r., Affirmed w 1978 r.).

Autor: Szymon Kopeć

Jak osiągnąć coś w życiu?

„Nowy rok, nowy ja”- słyszysz już to od pewnego czasu?

Wielu z nas tak powtarza, ale czy ktoś robi coś by to zmienić? Czy to tylko głupie gadanie?

Hmm... chyba to drugie. Niestety ponad połowa ludzi nie dotrzymuje swoich postanowień noworocznych.

A ty? W której połowie się znajdujesz?

Oglądamy na nasze ideały na Instagramie i Facebooku z wypiekami na twarzy, przemęczając tylko kciuki

przesuwając nimi w górę i dół... Oglądając te piękne domy, idealne sylwetki i same sukcesy na koncie!

Patrzmy na tych którym się coś udało i zastanawiamy się nad jednym, jak to zrobili?! Szczęście? Znajomości?

Kasa? Wbrew pozorom, zazwyczaj nie. Po prostu potrafią jedną ważną rzecz której nam ciągle brakuje.

Teraz pytanie jaką???

Patrząc. Zwyczajnie patrząc, a później wyciągać wnioski z tego patrzenia. Co później owocuje i w dalszej

kolejności sprawia, że zaczynają korzystać z okazji.

Łatwiej jest nam usprawiedliwiać się tym, że ktoś ma po prostu więcej czasu, więcej kasy, dobrą rodzinę i

przyjemne życie, niż tym że najzwyczajniej w świecie ruszył tyłek i zrobił coś lepiej od nas.

CO ON MA, CZEGO NIE MAM JA?

Doceniamy ludzi, którzy potrafią ogarniać wiele spraw.

Czasem nie potrzebujemy wybitnego szczęścia tylko trochę oleju w głowie i umiejętności łączenia z sobą

faktów. To jest spryt i umiejętność patrzenia, o którym mówię. Jest wiele sposobów by wspiąć się wyżej...

Jednak trzeba zacząć od nauczenia się jednego korzystania z okazji! Brzmi banalnie i śmiesznie, ale

mało z nas to stosuje. Nie chce nam się, boimy się, że się nie uda, nie mamy ochoty babrać się w ciężkiej pracy

albo tego nie widzimy szukamy innych rozwiązań nie korzystając z tych prostych.

To ta różnica oni najczęściej to mają a my nawet nie zdajemy sobie z tego sprawy, że o to właśnie chodzi!

PATRZ NA WYCIĄGNIĘTE RĘCE!

Każdy z nas zna kogoś kto coś osiąga, jest znany w jakimś kręgu, jest specjalistą w jakiejś dziedzinie itp. itd.

Najczęściej w jakimś stopniu zazdrościmy i podziwiamy go. Niektórzy znają takie osoby z otoczenia, lecz tak

samo działa system idoli. Podziwiamy kogoś ze względu na sukces i karierę. Bardzo często takie osoby wyciągają

do nas rękę. Proponują pomoc, poradę, kopa w tyłek,

który weźmie nas do działania... A co my odpowiadamy?

MOŻE PÓZNIJ,

TERAZ MI SIĘ NIE CHCE,

FAJNIE BY BYŁO ALE...

NIE UMIEM

NIE DAM RADY,

NIE MAM CZASU...

Wymieniać można by było godzinami, no ale taka prawda lepiej narzekać jaki to świat jest zły, niż się spiąć

i wziąć do działania.

I co? Sami jesteśmy sobie winni!

Problem taki, że jednak nie pomożemy osobie która tej pomocy nie chce, która nie da nic od siebie, która nawet

tej pomocy nie docenia. Chcielibyśmy rozwiązać nasze problemy w 5 sekund, bez żadnego wysiłku... Niestety

droga na szczyt wymaga pracy! Zaczniij dostrzegać

pomocne dłonie i złap je!

TO NIE DZIAŁA W JEDNĄ STRONĘ

Prawda jest taka, że wszyscy chcemy osiągnąć sukces, ale najmniejszym kosztem- najlepiej żadnym.

Oczekujemy, że ktoś nam pomoże, wypromuje nas, zrobi coś za nas. Tak żeby było wygodnie, miło i bez wysiłku

Ale tak to się nigdzie nie dojdzie!

Niestety, żeby coś osiągnąć trzeba narobić się po łokcie.

Nie ma skrótów, cudownych sposobów, złotych reguł i trików, które pozwolą oszukać życie. Trzeba się wziąć do

roboty! Ale można to powtarzać milion razy, a i tak będziemy szukać skrótów, zamiast rozejrzeć się za

normalną drogą!

Warto dostrzegać szanse. Czasem można zrobić coś dla kogoś, bo ten ktoś robi coś dla nas!

„TRZEBA MIEĆ NAJPIERW KOGOŚ”

Tu dochodzimy do kolejnego argumentu, który często słyszymy...

„Łatwo mówić komuś, kto ma znajomych, którzy mu pomogą...”

Nie musisz mieć znajomych. Nie musisz mieć kogoś kto wyciągnie pomocną dłoń. Sam tej ręki poszukaj! W

Internecie wymówka „nie znam nikogo” jest zwykłą pierdołą. Jest wiele grup, blogów, stron, tablic, szkoleń,

kursów, książek, materiałów, że wymówki są zbędne i usprawiedliwiają tylko samego siebie.

Nie chodzi w tym artykule by wykorzystywać innych do swoich sukcesów, tyko by być osobą uważną, która

potrafi dostrzec okazje i oferowaną pomoc. Również by nie być tylko zależnym od innych ale samemu szukać

nowych dróg. Nie usprawiedliwiać się głupimi

wymówkami ale wziąć się do pracy!

JAK OSIĄGNAĆ COŚ W ŻYCIU?!

Otworzyć oczy i działać!

Inspiracja www.martapisze.pl

Autor Klaudia Starowicz



Leżenie w łóżku, przyjemność czy zagłada dla organizmu?

Każdy z nas kocha leniuchować, odpoczywać i...

oczywiście całe dni spędzać w łóżku z tabliczką czekolady oraz dobrym filmem bądź serialem. Ale czy to dla nas takie dobre, czy długie leżenie w łóżku sprawia przyjemność czy jednak niszczy nasz organizm?

Testy medyczne przeprowadzone przez Europejską Agencję Badania Kosmosu sprawdziły jak zachowa się nasz organizm po 3 miesiącach leżąc w łóżku. W Tuluzie we Francji do badania wzięto 11 zdrowych młodych mężczyzn, po zakończonym eksperymencie okazało się, że stracili oni ponad 10 procent mięśni, a ich kości stały się mniej wytrzymałe. Przez następne kilka lat będą pod stałą kontrolą specjalistów i na szczęście powrócą do zdrowia. Za udział otrzymali 11.000 dolarów więc myślę, że niektórzy z was by się skusili, ale czy warto wziąć w czymś takim udział za utratę części zdrowia na kilka dobrych lat?

Zaś inny eksperyment sprawdzał jakie są dokładniejsze konsekwencje spędzenia w łóżku 70 dni. Na początku zaczęły się pojawiać odleżyny, później kości i mięśnie straciły aż ok. 60% dawnej masy, a tętno zaczęło wzrastać przy jednoczesnym zmniejszeniu objętości krwi. Komórki zaczęły pochłaniać mniej tlenu i ochotnik szybko się męczył, choć tylko leżał.

Nadal chcesz zostać w łóżku na zawsze?

Nikt nie sądzi i nie zarzuca, że jeden dzień spędzony na odpoczynku nam zaszkodzi, ponieważ to również jest potrzebne naszym organizmom, ale warto przemyśleć tę kwestię... Czy nie lepiej spędzić czas wolny jednak na realizowaniu pasji, hobby... tańca, piłki nożnej a może jakieś sztuki walki?... albo po prostu wyjść i spędzić czas z przyjaciółmi na dworze?

Na tym się zatrzymamy, myślę, że każdy coś wyniósł z tego materiału!

Autor: Klaudia Starowicz

CIASTO DROŻDZOWE Z MALINAMI, JABŁKAMI I CZEKOLADĄ

Składniki:

Ciasto drożdżowe:
30 dag mąki tortowej typ 450
5 dag cukru
2,5 dag drożdży
1/2 szklanki mleka
szczypta soli
2 jajka
2 żółtka
5 dag masła
Nadzienienie
15 dag malin
1 jabłko
1 łyżeczka cukru waniliowego
4 kosteczki gorzkiej czekolady
jedno jajko do posmarowania ciasta

PRZYGOTOWANIE

Przygotować rozczyn: drożdże, 1 łyżkę mąki, 1 łyżkę cukru i 4 łyżki letniego mleka wymieszać, przykryć ściereczką i odstawić w ciepłe miejsce do wyrośnięcia na ok. 10 minut.

Pozostałą mąkę przesiać do miski, dodać resztę cukru, sól, jajka, żółtka i wyrośnięte drożdże. Całość zmiksować mikserem na najwyższych obrotach do połączenia się składników. Następnie wlać resztę letniego mleka i miksować ok. 4 minuty. Na koniec dodać miękkie masło i znów miksować 4 minuty. Ciasto przykryć ściereczką i odstawić na 1,5 godziny do wyrośnięcia.

Po wyrośnięciu ciasto przełożyć na stolnicę oprószoną mąką i rozwałkować na śr. ok. 30 cm. Posypać cukrem wanilinowym, startą na tarce jarzynowej na dużych

oczkach gorzką czekoladę, ułożyć umyte i osuszone maliny, pomiędzy maliny przełożyć starte na tarce o dużych oczkach jabłko (odciśnięte z soku). Ciasto zwinąć w rulon tak jak na roladę, przełożyć do tortownicy wyłożonej papierem do pieczenia, ułożyć w okrąg, naciąć nożem (podzielić na 12 części). Przykryć ściereczką i odstawić do wyrośnięcia na 40 minut.

Piekarnik nagrzać do 180 stopni C. Wyrośnięte ciasto posmarować roztrzepanym jajkiem i wstawić do nagrzanego piekarnika. Piec 25 - 30 minut (do tzw. suchego patyczka). Przystudzić, można polać lukrem, ale nie jest to konieczne.



Przepis na domowe pączki

Składniki na około 40 sztuk:

1 kg mąki pszennej
50 g świeżych drożdży lub 3 saszetki (21 g) drożdży suchych
100 - 150 g cukru
500 ml mleka
6 żółtek
1 całe jajko
5 - 6 łyżek oleju lub 100 g masła
pół laski wanilii (lub małe opakowanie cukru wanilinowego)
40 ml spirytusu
sok i skórka otarta z 1 cytryny
pół łyżeczki soli

ponadto:

tłuszcz do smażenia
konfitura do nadziania
cukier puder do posypania lub lukier (1 szklankę cukru pudru rozprowadzić z 2 - 3 łyżkami gorącej wody, proporcje można zwiększyć)

Wykonanie:

Mąkę pszenną przesiać, wymieszać z suchymi drożdżami (ze świeżymi najpierw zrobić rozczyn).
Dodać pozostałe składniki i wyrobić, pod koniec dodając rozpuszczony tłuszcz. Wyrabiać kilka minut, aż ciasto będzie gładkie i elastyczne (polecam wyrabiać mikserem z hakiem do ciasta drożdżowego lub w maszynie do pieczenia chleba). Wyrobione ciasto uformować w kulę, włożyć do oprószonej mąką miski, przykryć i odstawić w ciepłe miejsce do podwojenia objętości (około 1,5 godziny).

Po tym czasie wyrośnięte ciasto wyjąć na oprószonej mąką blat, krótko wyrobić. Formować ręcznie - odrywać

kawałki ciasta, odważyć około 50 g na każdy pączek {w tym momencie można je nadziać konfiturą lub dżemem: kawałek ciasta lekko spłaszczyć, na sam środek nałożyć 1 pełną łyżeczkę dżemu, dokładnie skleić by nadzienie podczas smażenia nie wydostało się na zewnątrz}, uformować kulki, następnie odłożyć je na ręczniczek lub stolnicę oprószoną mąką pszenną. Pączki przykryć i pozostawić w ciepłe do podwojenia objętości (około 20 - 25 minut w zależności od temperatury; pączki powinny być dobrze napuszone, ale nie przerośnięte).

Smażyć w głębokim tłuszczu, w temperaturze 175°C, z obu stron, na złoty kolor. Wyjąć, osączyć na papierowym ręczniczku, posypać cukrem pudrem lub udekorować lukrem.

Autor: Martyna Kupka



Miejsca warte odwiedzenia razem z drugą połówką...

Jesteście zakochani? W Polsce mamy kilka miejsc, które warto odwiedzić gdy się jest zakochanym.

1. Ławki dla zakochanych.

Znajdziecie taką ławkę w Nowym Sączu. Jej niecodzienna konstrukcja sprawia, że siedzący zsuwają się do środka, co skutecznie ich ze sobą zbliża. Oparcie wieńczy serca z napisem „Ty, Ja, My”.



2. Zakochane pomniki.

Typowym pomnikiem jest rzeźba ułana i dziewczyny, odsłonięta w Grudziądzu, na rynku Starego Miasta w 2008 roku. Upamiętnia ona przedwojenne Centrum

Wyszkolenia Kawalerii. Kompozycję dopełnia umieszczony na dole fragment wiersza generała Bolesława Wieniawy-Długoszowskiego: „Bo serce ułana, gdy położysz je na dłoń: Na pierwszym miejscu panna, przed panną tylko... koń.”



3. Ścieżki miłości.

O nieodzownym związku uczuć i przyrody świadczy nazwa głównej ścieżki w parku Planty w Białymstoku. Brzmi ona Aleja Zakochanych. Przechadzający się nią mieszkańcy miasta, są otoczeni przez żywotniki. Pełen zieleni pejzaż dopełnia fontanna, którą nocą podkreślają barwne iluminacje.



Myszę, że te miejsca pokazały Wam ciekawe miejsca, do których można zabrać swoją drugą połówkę.

Życzymy Wam

*Szczęśliwych
Walentynek*



Autor: Oliwia Błaszka

Filmy idealne na walentynki

Najlepszy pomysł kiedy nie macie nic zaplanowanego na walentynki? Wybranie się do kina lub oglądanie filmu w domu na komputerze. Tylko problem pojawia się, kiedy trzeba wybrać odpowiedni film. Oto kilka propozycji filmów na które warto się wybrać do kina.

Czarna Pantera

Jeśli oboje lubicie filmy Marvela, to na pewno przypadnie Wam do gustu. Główny bohater T' Challa zwany czarną panterą powraca do swojego rodzinnego kraju po śmierci swojego ojca, króla Wakandy, by objąć po nim tron. Jednak natrafia na problemy. Jego dawny wróg postanowił napaść na Wakandę. Teraz T' Challa staje nie tylko w obronie swojej ojczyzny, ale również całego świata.



Więzień Labiryntu: Lek na śmierć

Jesteście fanami sagi „Więzień Labiryntu”? Jeśli tak to film zdecydowanie przypadnie wam do gustu. W finale sagi Thomas stoi na czele grupy zbiegłych Streferów na ostatnią misję. Jeśli chcą uratować przyjaciół, muszą wkraść się do legendarnego Ostatniego Miasta przepelnionego pułapkami.



Winchester: Dom duchów

Uwielbiacie czuć dreszcz na całym ciele i pokrzyknąć trochę ze strachu? Oto horror inspirowany prawdziwymi wydarzeniami. Opowieść o wdowie, która płaci przerażającą cenę za grzechy swego męża... lub tak jej się tylko wydaje. Jest przekonana, że jej rodzinę nawiedzają duchy osób, które zostały zabite z broni skonstruowanej przez jej męża, czyli ze słynnego karabinu Winchester. By bronić się przed demonami Sarah zleca budowę niezwyklej posiadłości. Składający się z setek pokoi, skonstruowany jak labirynt, pełen prowadzących donikąd schodów i ślepych korytarzy dom ma być pułapką na duchy. Rodzina Winchester, zaniepokojona stanem zdrowia wdowy wzywa na konsultację słynnego psychiatrę, który ma odwieść kobietę od jej szalonych planów. Wkrótce okazuje się jednak, że Sarah Winchester wcale nie oszalała...



Cudowny chłopak

Komedio-dramat opowiadający o życiu chłopca, który wiele przeszedł. Dla 10-letniego Auggiego nie ma niczego bardziej niezwykłego niż „zwykły dzień w szkole”. Urodzony z licznymi deformacjami twarzy, dotąd uczył się w domu pod okiem mamy. Teraz jednak zaczynając 5 klasę w normalnej szkole, ma nadzieję, że koledzy potraktują go jak zwyczajnego chłopca. Jego wygląd sprawia jednak, że staje się szkolną sensacją, a dla wielu wręcz „dziwadłem”. Jedni się z niego śmieją, inni wytykają palcami, ale nikt tak naprawdę niczego o nim nie wie. Wszystko zacznie się zmieniać, gdy w szkole pojawi się nowa uczennica. Uroczą Summer potrafi dostrzec w Auggiem coś więcej niż nietypowy wygląd. Wystarczy jeden przyjazny gest, jedna pomocna dłoń, by obudzić w Auggiem siłę, dzięki której będzie potrafił udowodnić, że nie tylko twarz czyni go kimś niezwykłym.



Źródło: Cinema City

Autor: Emilia Dumana

S jak Seriale, jaka jest prawda?

„Komisarz Alex”

Serial jest polską wersją popularnej na świecie austriackiej serii kryminalnej „Komisarz Rex”. Uroczy owczarek, czyli tytułowy psiak Alex to tak naprawdę trzy psy. Rocky, który spija śmietankę i jest gwiazdą serialu, Ramzes, psiak od scen akcji, czy typowo kaskaderskich ujęć. Wkraczał do akcji, kiedy trzeba było kogoś zaatakować, na kogoś wskoczyć. I trzeci piesek, Wafel, który był w zastępstwie dwóch pierwszych czworonogów.

Okazuje się, że żywiołowego psa nie zawsze było łatwo poskromić. – Kiedy padało słowo „akcja” psiak od razu wpadał w ożywienie, do tego stopnia, że zwykle nie mogliśmy nad nim zapanować. Więc potem, zamiast głośnego wykrzykiwania hasła „akcja”, słowo było wypowiedzane niemal szeptem, tak, żeby nie rozpraszać psa, tylko utrzymać go w skupieniu – mówi producentka i dodaje, że pracy ze zwierzęciem na planie nigdy nie da się przewidzieć.



„M jak miłość”

Ekipa "M jak miłość" już niedługo będzie świętować 18 lat na planie. Czas leci jak szalony, a produkcja TVP2 cieszy się coraz liczniejszą widownią. Jednak nie zawsze było tak łatwo..

Wiedzieliście, że "M jak miłość" miało pojawić się w telewizji tylko na chwilę? Po emisji pierwszego sezonu producenci zwątpili w sukces swojej produkcji, ale dali jej jeszcze jedną szansę. Dopiero wtedy "M jak miłość" zaczęło cieszyć się popularnością. Polacy pokochali Mostowiaków i dzięki temu możemy oglądać "M jak miłość" do dziś!



„Trzyście powodów”

Selena Gomez miała zagrać Hannah, kiedy projekt był przygotowywany jako film studia Universal w 2012 roku. Po wielu opóźnieniach związanych z realizacją aktorka była już zbyt dojrzała do roli i została producentem wykonawczym.

Selena Gomez zrobiła sobie wraz z dwójką aktorów tatuaż symbolizujący depresję i świadomość samobójczą. Ten serial jest na podstawie książki która została wydana w 2007 r.

Niektórzy aktorzy byli umawiani z psychologami aby lepiej zrozumieć ich rolę.

Autor: Karolina Kozłowska



„Śmieszki z różnych zakątków Internetu"

Witamy w naszym kąciku humorystycznym "Śmieszki z różnych zakątków Internetu". Z tytułu już wynika że będą tutaj się pojawiać "śmieszki" czyli suchary i głównie memy np: "ten ucuć", wykresy, komiksy oraz sytuacje życiowe które mają w sobie trochę humoru. Mamy nadzieję że uda nam się was rozbawić. W tym numerze troszkę o feriach i o zimie ;D. Zapraszamy ^.^!
Na początek parę memów:



KIEDY PROSISZ NAUCZYCIELA



O PODCIĄNIĘCIE OCENY Z MATY PRZED FERIAM I ZIOMOWYMI



Teraz parę sucharów

Co mówi matematyk przed solową?

- Policzmy się.

PLS2SUCHARY.PL

Ile pompek zrobi Chuck Norris?

- Wszystkie.

PLS2SUCHARY.PL

Dlaczego siatkarze wolą pić wodę gazowaną?

- Bo się po niej lepiej odbija.

PLS2SUCHARY.PL

Odpowiedziałbym wam suchara o pocście.

- Ale nie do wszystkich dochodzi.

PLS2SUCHARY.PL

Jak nazywa się prezent od Patrycji?

- Odpakł.

PLS2SUCHARY.PL

Jak się nazywa czadowy telefon?

- Kulfon.

PLS2SUCHARY.PL

wystartować z dobrymi stopniami?

Autor: Julia Lalik

Jak się uczyć, żeby się nauczyć?

A na koniec historyjka z życia :
Jak co dzień szłam do autobusu z koleżanką na lunch na przerwę w pracy. Pracuję w banku i mamy takie identyfikatory. Wsiadamy z tymi identyfikatorami na wierzchu bo ciepło było a tam wszyscy się zerwali do kasowników i bilety wyciągali :D.

Dodał: Barbikus

Mamy nadzieję, że spodobał Wam się nasz kącik humorystyczny "Śmieszki z różnych zakątków Internetu". W następnym tomie gazetki pojawi się jeszcze więcej zabawniejszych „śmieszków”

Do zobaczenia!

Autorzy: Dominika Lenar i Karolina Nojman

Po co się uczymy, skoro po godzinie nie pamiętamy już połowy informacji których się uczyliśmy? Po kilku dniach z nauki zostaje nam tylko ok. 25% wiedzy. Więc jak się uczyć, żeby się nauczyć?

1. Metoda skojarzeń

Jest to zapamiętywanie informacji tworząc z nich historyjkę. Może być ona śmieszna, absurdalna, czy chaotyczna wtedy lepiej zapamiętamy. Polega ona na tworzeniu z informacji do zapamiętania historyjki, którą później kojarzymy i zapamiętujemy.

2. Mapa myśli

Mapa myśli jest bardzo dobrym rozwiązaniem dla wzrokowców. Polega ona na narysowaniu swojej mapy. Wpisujemy w środku temat jakiego mamy się nauczyć i od niego robimy "gałęzie" z informacjami przedstawionymi jako daty, rysunki. Jest to bardzo dobra forma nauki, ponieważ wystarczy na nią spojrzeć i wszystko się nam przypomina.

3. Metoda zakładkowa

Dobłą metodą zapamiętywania dat, numerów telefonów jest metoda zakładkowa. Punktem wyjścia jest stworzenie obrazów-zakładek, z których będziesz później stale korzystać.

4. Przerwy w czasie nauki

Najlepsze co możemy zrobić po długim czasie nauki to odpocząć. Nie chodzi mi o granie w gry komputerowe czy obejrzenie filmu. Najlepiej jest uciąć sobie drzemkę 30 minutową i coś zjeść. Dzięki temu lepiej się poczujemy i będziemy mieć więcej energii na dalszą naukę.

Mam nadzieję, że artykuł Wam się bardzo przyda, szczególnie iż zaczął się nowy semestr i warto

Podziękowania

Dziękujemy za przeczytanie i docenienie naszej pracy. Mamy nadzieję, że gazetka podobała się i zajrzycie do następnego numeru. Chcieliśmy poinformować, że zdjęcia użyte w gazetce są z internetu i nie są naszą własnością!!! Życzymy wam z całego serca dobrych ocen i miło spędzonego czasu. Oprawę graficzną wykonała Emilia Dumana.

