NR 1/19, marzec 2019

Nasza 7iódemka

Gazetka Szkoły Podstawowej nr 7 im. Wojska Polskiego w Krakowie

ROWER

Nasza twórczość s. 4-8

Wywiad z panem K. Kordylewskim s. 10-11

Polscy kolarze s. 12-13

Rowerowa pasja jest niezwykle bliska naszej społeczności szkolnej i wielu naszym czytelnikom - dlatego też poświęcamy jej cały numer gazetki. Możecie w nim zapoznać się z twórczością Waszych koleżanek i kolegów - przeczytać niezwykłe baśnie, których fabuła osnuta jest wokół rowerowej tematyki. Ponadto przeczytacie rwnież wywiad z inicjatorem naszych szkolnych rowerowych wycieczek, jak również będzie mogli poznać sylwetki najsłynniejszych polskich kolarzy. Swoją rowerową przygodę możecie rozpocząć również od innej strony - sprawdzając w kuchni przepisy, które polecają nasi autorzy lub rozwiązując łamigłowki - bo w tym numerze również ich nie zabraknie.

Zatem owocnej lektury!
Redakcja

Redakcja:

Zofia Bargieła
Oliwia Hendzelewska
Hanna Kliszczyk
Zuzanna Krętkowska
Daniel Piątkowski
Malwina Strączek

Opieka merytoryczna:

Agata Cieśla
Marta Piwowarczyk

Co nowego?

Artykuł

Co by było, gdyby książkowi bohaterowie jeździli na rowerze? 3

Twórczość

Baśń o rodzeństwie i ogrodzie 4

Po drugiej stronie lustra 6

Przygody rudej Marysi i jej przyjaciela Maxa 7

Kulinaria

Energetyczne przepisy 9

Wywiad

Rozmowa z panem Krzysztofem Kordylewskim 10

Ciekawostki i zainteresowania

Polscy kolarze 12

Rozrywka

Rowerowe zadania 13

Co by było, gdyby książkowi bohaterowie jeździli na rowerze?

Olga Pabisek, Kl. 8 a

Rower to jeden z najbardziej ekologicznych środków transportu, czy przydałby się w fantastycznym świecie? Czy postacie z bajek, książek, filmów zainteresowałyby się tym niezwykłym środkiem lokomocji?

Bohaterowie książek zazwyczaj nie korzystają z tego środku komunikacji, a przecież poruszając się szybciej, mogliby zmienić ciąg wydarzeń. Chociaż… coś może stałoby się szybciej, a coś może w ogóle nie stałoby się.

Weźmy sobie na przykład Alicję z Krainy Czarów. Czy nie uważasz, że dziewczynka poradziłaby sobie lepiej w magicznej krainie, gdyby miała przy sobie rower górski lub ślicznego składaka? Królik na pewno by jej nie uciekł, a jeżeli tak, to ona szybciutko by go dogoniła.

Gdyby Harry Potter latał na rowerze zamiast na miotle, mówiono by: oto ET z Hogwartu. Natomiast Staś i Nel z powieści Henryka Sienkiewicza nie odwodniliby się na pustyni, ponieważ dotarliby do źródła wody szybciej. Chociaż… rowerem po pustyni?

Widzisz? Jeszcze mi nie wierzysz?

Wyobraźmy sobie, że Muminek i jego mama mają zgrabny tandem. Przy jego pomocy znaleźliby jeszcze szybciej i Tatusia, i wymarzony dom. Edmund uciekłby od białej czarownicy, a przygoda w Baśnioborze byłaby jeszcze bardziej magiczna i niespodziewana.

Gdyby książkowi bohaterowie jeździli na rowerach – dzieci, nawet te najmłodsze, uczyłyby się, że jeżdżenie na rowerze jest zdrowe i przyjemne. Poza tym najmłodsi, a później Ci starsi, chcieliby naśladować swoich ulubionych bohaterów. A Ci z nich, którzy nie czytają tak chętnie jak ich rówieśnicy, naśladując ich, nauczyliby się jeździć na dwóch kółkach, szybciej niż dzieje się to teraz. Nowe społeczeństwo wychowane na „rowerowych" książkach chętniej korzystałoby w późniejszym czasie z tego ekologicznego środka lokomocji i chętniej dbałoby o środowisko.

Jedną z nielicznych książek z rowerem w tle jest reportaż skierowany do najmłodszych pod tytułem „Afryka Kazika" Łukasza Wierzbickiego. Wyobraź sobie, że kilka lat podróżujesz po dzikiej Afryce, mając za towarzysza rower, zwierzęta oraz dziką przyrodę. Taką przygodę przeżył polski podróżnik – Kazimierz Nowak. Czyli skoro mógł Kazik, to Staś i Nel też daliby radę. Myślę, że wiele z dzieci, zwłaszcza tych marzących o niebezpiecznej i pięknej przygodzie, sięgnie i nawet już sięgnęło po tę książkę.

Zachęcam Cię do przeżycia innej przygody. Kiedy czytasz, poszukaj w lekturze śladów. Zacznijmy więc od rowerów…

Baśń o rodzeństwie i ogrodzie

Piotr Olejarz, Kl. 5 c

Dawno, dawno temu, w kraju, którego na mapie nikt nigdy nie widział, na skraju niedużej wsi stała sobie mała chatka. Mieszkali w niej rodzice z dwójką dzieci. Dzieci miały na imię Kasia i Franio.

Chłopiec był starszy od dziewczynki, cichy, spokojny i pracowity, natomiast dziewczynka była leniwa i próżna, całe dnie spędzała albo się opalając, albo kąpiąc w pobliskim stawie, albo patrząc w lustro i zastanawiając się, co mogłaby poprawić w swoim wyglądzie. Kupowała też u starej cyganki różne maści, które jak wierzyła miały dać jej wieczną młodość i piękny wygląd. Rodzice dzieci mieli duży sad dość daleko oddalony od domu.

Gdy byli już w podeszłym wieku, poprosili dzieci, aby się zajmowały tym sadem, gdyż oni już nie mają siły. Franio spełnił wolę rodziców, każdego dnia pracował w ogrodzie i starał się, żeby był najpiękniejszy w okolicy, podlewał go codziennie, dbał by wszystkie drzewa były równo przycięte oraz o to, by nie zarastały go chwasty. Pewnego dnia okazało się, że Franio jest ciężko chory, nie miał już tak wiele sił jak kiedyś, ale mimo wszystko starał się wykonywać swoje obowiązki jak dawniej. Kasia natomiast wychodząc rano z domu i mówiąc rodzicom, że idzie pracować w sadzie, w rzeczywistości wychodziła nad staw z koleżankami i tam się albo opalała, albo kąpała całe dnie.

Po jakimś czasie dziewczynka, która wcześniej nie zajmowała się w ogóle sadem, widząc że staje się on coraz piękniejszy, a owoce z niego można później sprzedać, zaczęła się nim coraz bardziej interesować. Nie pojawiała się tam, by pomóc bratu, tylko chciała codziennie kontrolować, co dzieje się w sadzie i powoli zaczęła się zastanawiać, jak go w przyszłości Franiowi odebrać. Podczas gdy jej brat codziennie w sadzie pracował, ona gdzieś obok wylegiwała się na słońcu i myślała, jak zrealizować swój plan. Bywały czasami dni, gdy pracy było bardzo dużo i Franio prosił Kasię, czy choć raz mogłaby mu pomóc podlewać drzewka, na co ona mu odpowiadała, że w ogóle nie rozumie po co to robi, skoro deszcz kiedyś spadnie i drzewka bez pracy i bez wysiłku będą podlane.

Franio wracając piechotą do domu z sadu, często rozmyślał, że tylko on pracuje w sadzie, a siostra całe dnie leży na słońcu, mimo, że jest w pełni zdrowa. Po powrocie do domu wspominał rodzicom, że Kasia w ogóle mu nie pomaga, choć spędza w sadzie wiele czasu, ale rodzice odpowiadali mu, że jest to niemożliwe, bo ona codziennie im mówi, że właśnie z rana wybiera się do sadu, by pomóc bratu.

Pewnego dnia Franio jak zwykle szedł piechotą z rana do sadu i na swojej drodze zauważył małą dziewczynkę, która płakała. Podszedł do niej i zapytał, co się jej stało. Ona odpowiedziała:
– Jestem bardzo głodna i przez to nie mogę iść dalej i wrócić do swoich rodziców, gdyż przez nieuwagę odłączyłam się od nich, gdy wracałam z nimi do domu.
Franio odpowiedział jej, że ma ze sobą swoje drugie śniadanie i chętnie się z nią podzieli oraz, że może z nim iść do sadu, gdzie rosną jabłka, których będzie mogła tam zjeść dowolną ilość, a po pracy odprowadzi ją do domu, do rodziców. Mała dziewczynka wzięła od niego część jego drugiego śniadania, lecz gdy zaczęła jeść nagle zniknęła mu z oczu. Franio trochę zdziwiony i zaskoczony ruszył w dalszą drogę do sadu.

Gdy wszedł za bramę owocowego ogrodu stanęła przed nim piękna wróżka, w złotym diademie na głowie, która powiedziała mu, że to ona jest tą małą dziewczynką, spotkaną przez niego na drodze do sadu. Podziękowała mu za dobre serce oraz oznajmiła, że podaruje mu prezent, chcąc wynagrodzić jego dobry uczynek. W tym momencie przed oczami Frania pojawił się piękny, niebieski rower, którego lakier lśnił niesamowicie w słońcu. Chłopiec był bardzo szczęśliwy, wiedząc, że odtąd będzie mógł o wiele szybciej i wygodniej dotrzeć do sadu, a po pracy do domu. Franio podziękował wróżce, która następnie zniknęła.

Przez następne dni chłopiec jeździł otrzymanym rowerem do sadu, a jego siostra coraz bardziej z każdym dniem mu go zazdrościła, gdyż w całej okolicy nigdzie nikt nie posiadał roweru w takim kolorze. Zastanawiała się również, skąd wziął ten piękny rower. Franio nie chciał jej zdradzić tej tajemnicy, gdyż wróżka go prosiła, by nikomu nie mówił o ich spotkaniu ani jego przygodzie tamtego dnia.

Po kilku dniach szła i Kasia drogą do sadu, zamyślona nad tym, co ją dzisiaj spotka. Zastanawiała się, czy będzie się opalać, kąpać, czy może spotka się z koleżankami oraz zastanawiała się, skąd jej brat ma taki rower. Na drodze siedziała płacząca dziewczynka, która wyrwała ją z zamyślenia i poprosiła o coś do jedzenia oraz odprowadzenie jej do rodziców. Kasia popatrzyła na nią wściekła i odpowiedziała:
– Nie przerywaj mi mojego cudownego dnia i moich cudownych planów na odpoczynek. Jesli byś uważała, nie zgubiłabyś się rodzicom i miałabyś teraz co jeść. Wystarczy mi, że nastrój psuje mi myśl, że mój brat ma taki ładny rower, a ja nawet nie wiem, skąd go wziął.

W tym momencie mała dziewczynka zniknęła, Kasia nie była zdziwiona, gdyż często tak chodziła zamyślona i fantazjowała o swoich przyjemnościach, więc pomyślała, że było to jej przywidzenie i poszła dalej w kierunku sadu.

Gdy dochodziła do bramy sadu na jej drodze stanęła ta sama wróżka w złotym diademie, którą zobaczył Franio, i powiedziała do Kasi:
– Za to, że twoje serce było zawsze z kamienia, za to, że nigdy nie chciałaś nikomu pomagać, a tylko leżeć na słońcu, za to, że byłaś zazdrosna i wiecznie myślałaś tylko o sobie, i swoich problemach oraz przyjemnościach, spotka cię kara. Od dziś zamienisz się w wyschnięte drzewo z kamienia, które nigdy nie zakwitnie i nigdy nie zaowocuje, i będziesz tak stała w tej postaci przed tym ogrodem przez wieki. Ludzie, którzy będą tędy przechodzić, będą na nie patrzyć i będą starali się je omijać, gdyż będzie ich napełniało odrazą i strachem.

W tym momencie wróżka zniknęła, a Kasia zamieniła się w kamienne drzewo, na które nie tylko świeci słońce całymi dniami, ale również pada deszcz i śnieg, i jak powiadają ludzie stoi ono tam do dziś.

Po drugiej stronie lustra

Iga Kupiec, Kl. 5 c

Działo się to dawno temu, ale dlatego właśnie warto wysłuchać tej historii zanim zostanie zapomniana.

To dzięki rowerom Billie i Simona się poznały i to dzięki nim zostały najlepszymi przyjaciółkami. Zbliżały się wakacje. Dziewczynki obiecały sobie, że jedna z nich przyjdzie do drugiej na pidżama party i oczywiście wezmą ze sobą rowery.
– Billie! – krzyknęła Simona.
– Simona, dzięki, że zgodziłaś się przyjść do mnie na pidżama party – odpowiedziała Billie.

Dziewczynka uśmiechnęła się do przyjaciółki, co miało oznaczać: ,,Nie ma sprawy". Całe popołudnie spędziły jeżdżąc na rowerach. W końcu nadeszła noc. Zjadły kolację i od razu położyły się spać. Na koniec powiedziały sobie jeszcze dobranoc i zasnęły. Obudził je trzask drzwi. Simona wstała, sprawdzając kto w środku nocy przychodzi do ich pokoju. Innego wytłumaczenia nie było, gdyż wszystkie okna były zamknięte.
– Billie, chodź tu szybko – krzyknęła.

Dziewczynka powoli wstała i podeszła do koleżanki. Chciała być tak odważna jak ona. Obie nie mogły uwierzyć w to, co zobaczyły, nigdzie nie było ich rowerów.
– Musimy to sprawdzić – zdecydowała Simona i tak też zrobiły.
Wychodząc na zewnątrz, po raz kolejny zawołała Billie. Dziewczynka podbiegła do niej i od razu odskoczyła. Przed ich domem było... lustro, a w nim dwa rowery.

No to idziemy – powiedziały z radością, chociaż tylko jedna z nich naprawdę chciała wskoczyć do tego lustra i rozwikłać zagadkę, i wszyscy wiemy, kto. Nie minęła sekunda, a coś siłą wciągnęło je do środka. Na początku nic nie widziały, po chwili powoli wstały i zaczęły rozumieć, gdzie się znajdują. Były dokładnie w tym samym miejscu, w którym kupiły rowery, tylko że tutaj było strasznie kolorowo, a na przeciwko nich był ogromny zamek. Dziewczynki pobiegły tam, myśląc, że ktoś im powie, o co tu chodzi.
– Halo, jest tu kto! – krzyczały.

Nikt im nie odpowiedział. Nagle rozległ się okropny hałas. Tak się wystraszyły, że od razu schowały się za wielki, metalowy słup. Okazało się, że nie były same. Do budynku weszła kobieta, od razu było widać, że jest to królowa. Za nią podążała armia, a za armią dwa rowery.
– Billie, to nasze rowery! – krzyknęła Simona.
Nie wiedziały, co mają robić. W końcu obie zdecydowały się wyjść z kryjówki i porozmawiać z królową, myślały bowiem, że to miła i sympatyczna kobieta. Bardzo się myliły.
– Przepraszam, ale to nasze rowery – powiedziały cicho.

Ona jednak nie odpowiedziała. Nagle dziewczynki zaczęły się unosić, aż w końcu obie znalazły się w małym pomieszczeniu. Zaczęły rozumieć, o co tu chodzi. Ich pojazdy miały wielką moc, która w niepowołanych rękach mogła się wymknąć spod kontroli. Dlatego właśnie pan, od którego kupiły rowery, powiedział im, żeby nikomu, pod żadnym pozorem, ich nie pożyczać.
– Musimy się jakoś wydostać – krzyknęła przerażona Billie.

Wyjścia pilnował wysoki strażnik. Wyglądał groźnie. Miały wielkie szczęście, ponieważ spał. Simona wstała z brudnej podłogi i usiłowała odebrać śpiącemu strażnikowi klucz. Udało się. Kiedy się wydostały, powoli zaczęły ruszać w stronę wyjścia. Uciekając z tego okropnego miejsca, przypomniały sobie o rowerach. Widać było, że królowej też bardzo na nich zależało. Przyjaciółki szybko podeszły do pojazdów, wsiadły na nie i pędem pojechały w poszukiwaniu lustra, dzięki któremu mogły wrócić do swojego świata. Niestety cała armia zauważyła zniknięcie i zaczęła je gonić. Lustro było już blisko. Tylko czy zdążą na czas? Już miały przeskoczyć na drugą stronę, kiedy nagle ktoś złapał je za nogi. Pewnie znowu trafiłyby do ciasnego pomieszczenia, gdyby nie rowery, które przejechały po dłoniach strażników. Billie i Simona szybko znalazły się w swoim świecie, tylko był jeden mały problem... Nigdzie nie było ich rowerów. Załamane dziewczynki miały po raz kolejny wejść do lustra, kiedy z niego wyskoczyły dwie małe figurki pojazdów. Po kilku minutach, a może nawet sekundach, przybrały już normalną wielkość.

Kiedy obie próbowały dojść do siebie, zauważyły, że nadal jest noc, a one są w swoich łóżkach. Czy to był tylko sen? Rowery są na swoich miejscach, a na polu nie ma żadnego lustra. Ale coś jest nie tak. Dziewczynki miały w swojej kieszeni dokładnie taki sami kamyk jak po drugiej stronie lustra. Od tego czasu Billie i Simona co noc sprawdzały, czy rowery są tam, gdzie powinny być albo czy w ogrodzie nie ma żadnego lustra, które prowadzi do innego świata.

Rok później (wakacje)

Dziewczynki jak co roku urządzały pidżama party. W nocy znowu obudził je mocny trzask drzwi. Simona podeszła do miejsca, w którym powinny stać rowery... Pojazdów nie było.

Przygody rudej Marysi i jej przyjaciela Maxa

Wiktoria Braś, Kl. 5 c

W pięknej, małej wiosce położonej na malowniczym wzgórzu mieszkała dziesięcioletnia Marysia. Była niska, piegowata i miała rude włosy. Nie miała przyjaciół, dzieci wołały na nią Rudzielec i nie chciały się z nią bawić . Dziewczynka nie lubiła samotności, dlatego cały czas jeździła na ukochanym rowerze o imieniu Max.

Rozpoczęły się wakacje i rodzice postanowili wysłać Marysię do jej babci, która mieszkała dwie wioski dalej. Dziewczynka lubiła tu przyjeżdżać, bo nikt jej nie dokuczał. Pewnego dnia postanowiła wybrać się na wycieczkę do jaskini położonej niedaleko domu, w którym mieszkała. Miała wrażenie jakby rower chciał tam pojechać. Chodziła dookoła zastanawiając się jak można dostać się do środka i nagle zobaczyła bardzo dziwną dziurę w skałach. Trochę bała się tam wejść sama, więc postanowiła wjechać w nią na swoim ukochanym rowerze. To co ujrzała w środku przeszło jej najśmielsze oczekiwania! Wszędzie dookoła były rowery, ale nie takie zwykłe, tylko bardzo kolorowe i każdy miał inną trąbkę. Wyglądały tak pięknie, że Marysia nie mogła oderwać od nich wzroku. W pewnej chwili rower dziewczynki przemówił do niej, informując, że to jego rodzinny dom – Rowerowa Kraina. Przerażona dziewczynka aż podskoczyła ze zdziwienia, lecz po chwili ucieszyła się, że jej rower – Maxiu – jest zaczarowany i może z nim rozmawiać. Nie dawało jej jednak spokoju, dlaczego ją tam przyprowadził.Okazało się, że Krainie grozi niebezpieczeństwo. W wiosce mieszkała grupka dzieciaków, które przychodziły często do tego miejsca i odkręcały rowerom trąbki, dzięki którym porozumiewały się między sobą. Marysia poznając tę smutną historię, postanowiła pomóc Maxsiowi w ocaleniu jego domu, przecież to właśnie on był jedynym jej przyjacielem. Długo zastanawiali się, co mogą zrobić i nagle wpadł im do głowy ten sam pomysł.

– Marysiu musimy ich nastraszyć tak bardzo, żeby więcej nie mieli odwagi tu wrócić! – powiedział Max.
– Pomyśleliśmy o tym samym – zaśmiała się się dziewczynka.

Plan był prosty. Ponieważ była to zaczarowana Kraina, postanowili, że gdy dzieciaki wrócą, rowery, które będą miały zarzucone na sobie białe prześcieradła, uniosą się w górę i zaczną głośno trąbić swoimi magicznymi trąbkami. Marysia musiała tylko zdobyć, a raczej pożyczyć od babci, dużo białych prześcieradeł.

Następnego dnia, gdy wszystko było już przygotowane, Marysia, która schowała się za jedną ze skałek, usłyszała głosy łobuziaków. Wszyscy oczekiwali na ich wejście. Dzieci, niczego nie podejrzewając, uśmiechnięte weszły do Krainy, aby odkręcić kolejne trąbki. Widząc unoszące się rowery, wydające tak głośne dźwięki, uciekły szybko, krzycząc tak głośno, że było je słychać chyba sto kilometrów dalej, a ze strachu włosy stanęły im dęba.

Julia Buszewicz

Radości wszystkich nie było końca. Marysia i jej rower stali się bohaterami dla wszystkich mieszkańców Krainy. Jednak Maxsiowi nie dawało spokoju to, że dziewczynka nie zawahała się mu pomóc, a on nie potrafi pomóc jej. Widział na co dzień, jak dzieci jej dokuczają, widział jej smutek i wiele łez.
– Przecież musi być jakiś sposób, żeby ją w końcu zauważyli!

Wakacje dobiegły końca i trzeba było wracać już do domu. Marysia niechętnie rozstawała się z babcią, wiedziała, że wszystkie problemy znowu powrócą… Tak bardzo chciała, żeby było inaczej. Nigdy nie miała przyjaciół w szkole, zawsze tylko wszyscy śmiali się z niej i dokuczali, a tak naprawdę nie znali jej, oceniali ją po wyglądzie. Kolor włosów i piegi zmieniły jej całe życie. Wracając nie zamieniła z Maxem ani słowa, a on był bardzo skupiony i Marysia miała wrażenie, że jej przyjaciel coś knuje.

Pierwszego września o ósmej rano jak zawsze zadzwonił pierwszy dzwonek, wszystkie dzieciaki uśmiechnięte witały się ze sobą i opowiadały o wspaniałych wakacjach. Jedne spędziły je w domu, drugie podróżowały, jednak wszyscy się ucieszyli, że znowu są w śród przyjaciół… tylko Marysia stała jak zawsze sama i jedyną osobą, która do niej się odezwała, była urocza pani woźna – Hela – która bardzo lubiła dziewczynkę. Na pierwszej lekcji była godzina wychowawcza, podczas której pani wypytywała wszystkich, czy odpoczęli i czy przeżyli jakąś niezwykłą przygodę. Marysia wysłuchała opowieści swoich kolegów i koleżanek i po długim namyśle postanowiła opowiedzieć o swojej, tak przecież niezwykłej przygodzie z Krainy Rowerów. Miała nadzieję, że zainteresuje wszystkich i może będą chcieli poznać jakieś szczegóły. Jednak niestety stało się inaczej, wszyscy zaczęli się głośno śmiać, wykrzykując, że Rudzielec zwariował i im bajki opowiada. Na nic zdały się przekonywania dziewczynki. Zrozpaczona i załamana wybiegła z klasy płacząc…
– Po co ja to opowiedziałam, po co?! – krzyczała. Była bardzo zła na siebie!

Na drugi dzień w szkole było jeszcze gorzej. Marysia ze spuszczoną głowa chodziła po korytarzu. Wszyscy wytykali ja palcami, a najbardziej Bodzio, klasowy urwis. Tylko Zosia, koleżanka z sąsiedniej ławki, nie dokuczała dziewczynce i widać było, że zainteresowała ją ta historia. Po lekcjach podeszła do Marysi i zapytała:
– Marysiu, czy ta przygoda to... to jest prawdziwa, czy wymyśliłaś ją sobie?
– Zosiu, prawdziwa! Przysięgam, najprawdziwsza!!! Tylko nikt nie chcę mi uwierzyć...
– Ja Ci wierzę. Opowiedz mi coś więcej, proszę.

Dziewczynki, siedząc w parku na ławce, rozmawiały tak długo, że zrobiło się prawie ciemno. Zaniepokojony Max odszukał przyjaciółkę i gdy zobaczył, że rozmawia z Zosią, z radości zaczął trąbić swoją magiczną trąbką .
– O, Zosiu, poznajcie się to jest mój najlepszy przyjaciel, Max.
– Cześć Max – zaśmiała się dziewczynka.
– Cześć Zosiu – odpowiedział Max.
– To niesamowite, mówiący rower! Ale ty masz szczęście Marysiu, mieć takiego niesamowitego przyjaciela. O rany, ty naprawdę mówisz, nie mogę w to uwierzyć!

Marysia opowiedziała w drodze do domu wszystko Maxiowi, była taka szczęśliwa, pierwszy raz spędziła całe popołudnie z koleżanką i ona okazała się taka fajna. Opowiadały sobie różne śmieszne historyjki i naprawdę się polubiły. Następnego dnia rano, kiedy Marysia wychodziła do szkoły, Max zaczepił dziewczynkę, prosząc, aby dzisiaj po lekcjach nie szła nigdzie, tylko żeby poczekała na niego przy boisku. Zaskoczona dziewczynka zgodziła się, nie pytając o nic, bo i tak wiedziała, że przyjaciel nic jej nie powie.
Po końcowym dzwonku wszyscy wyszli z budynku i skierowali się w kierunku boiska. Marysia z Zosią też tam poszły, tylko na samym końcu. Nagle usłyszały wielki rumor, wszyscy krzyczeli:
– Patrzcie!!! Patrzcie! Ile pięknych kolorowych rowerów stoi na boisku. Jak niesamowicie lśnią w słońcu! Nagle rowery zaczęły wołać Marysię. Speszona a zarazem dumna dziewczynka przedarła się prze tłum, trzymając za rękę Zosię. Przywitała się z wszystkimi rowerami, jednak wzrok jej skierowany był na Maxa.
– Max, czy masz mi coś do powiedzenia? – powiedziała z trochę groźną miną dziewczynka.
– Tak Marysiu, mam. Teraz już nikt nie będzie się z Ciebie śmiał, nikt nie będzie Ci dokuczał. Teraz już wszyscy będą wiedzieli, że mówiłaś prawdę. Ty nie zawahałaś się mi pomóc. Poprosiłem chłopaków o drobną przysługę, a oni chętnie się zgodzili. Pamiętali, co dla nich zrobiłaś. Zastanawiam się, gdzie jest Twój kolega Bodzio? Wydaje mi się, że jest Ci winien przeprosiny.

Bodzio wyszedł z tłumu, który zebrał się na boisku szkolnym.
– Marysiu... chciałem Cię przeprosić, miałaś rację i w ogóle przepraszam za... za... wszystko, co robiłem. Jest mi naprawdę przykro, jesteś całkiem fajna, a te rude włosy i piegi właściwie do Ciebie pasują.
– Bodzio nie gniewam się, jestem szczęśliwa, że zrozumiałeś swój błąd.

W tej samej chwili drzewa posadzone dookoła boiska zaczęły śpiewać wesołą piosenkę o wycieczce rowerowej, a nasze różnobarwne pojazdy zaprosiły wszystkie dzieciaki z boiska na niezapomniana przejażdżkę.

Zosia stała się najszczęśliwszą dziewczynką na świecie!

Energetyczne przepisy

Daniel Piątkowski, Kl. 5 c

Warszaty „Zielona Kraina" zainspirowały do podzielenia się z czytelnikami pysznymi i zdrowymi propozycjami.

Zielony koktajl „Mam tę moc"

SKŁADNIKI

- 1 banan
- 1 gruszka
- 2 kiwi
- opcjonalnie ananas
- 300 ml wody

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Wszystkie składniki obrać ze skórki, włożyć do blendera, dokładnie zmiksować. Koktajl przelać do szklaneczek i GOTOWE.

Czekoladowe pralinki

SKŁADNIKI

- 1 szklanka migdałów
- 1,5 szklanki miękkich daktyli (zamiennie można zastosować rodzynki)
- 1 łyżka kakao
- 1 lub 2 łyżeczki mielonej wanilii
- 1 lub 2 łyżeczki cynamonu,
- skórka (starta) z jednej pomarańczy
- wiórki kokosowe do obtoczenia

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Do blendera włożyć orzechy i zmiksować na drobny piasek. Dodać pozostałe składniki i całość miksować dalej do uzyskania kleistej masy. Można również dodać banana. Uformować z masy małe kuleczki i obtoczyć je w wiórkach kokosowych.

Rozmowa z panem Krzysztofem Kordylewskim

Zuzanna Krętkowska, Kl. 7a

Pan Krzysztof jeździ rowerem codziennie – z dworca do pracy i z powrotem, prócz tego porusza się nim po mieście. Korzysta z rowerów miejskich oferowanych przez firmę „Vavelo". Jego rowerowe zangażowanie zostało docenione – przez jeden z zimowych tygodni stał się on twarzą firmy, reklamując poruszanie się po mieście właśnie tym środkiem transportu.

Jak bardzo lubi pan jazdę na rowerze?

PAN KORDYLEWSKI: Zawsze od dzieciństwa jeździłem dużo na rowerze, potem miałem dość długą przerwę, ale w tej chwili bardzo lubię przejażdżki rowerowe; co prawda jeżdżę głównie sam, bo moja żona nie jeździ na rowerze, moja córka jeździ bardzo niewiele, a syn jeździ sobie swoimi drogami.

Gdzie pan jeździ i jak daleko?

PK: Najczęściej jeżdżę do pracy, między Dworcem Głównym a ulicą Łobzowską, czasem po mieście. Są to odległości załóżmy od kilometra do dwóch, trzech, czasem pięciu, w zależności od pogody i czasu, którym dysponuję.

Czy przed projektem „STARS", myślał pan o zorganizowaniu wycieczek rowerowych?

PK: Raczej nie, bo nie miałem do tego uprawnień. W zasadzie projekt „STARS" zbiegł się z moim szkoleniem na instruktora rowerowego i od tego momentu dopiero mogę prowadzić wycieczki.

Co trzeba zrobić, żeby pojechać na taką wycieczkę?

PK: Przede wszystkim trzeba mieć sprawny rower, kartę rowerową, bo to jest wymóg przepisów drogowych, dodatkowo kask, bo jest obowiązkowy do pewnego wieku i trochę siły.

Jak przebiegają te wyprawy, co się podczas nich dzieje?

PK: Przede wszystkim jedziemy na rowerze w konkretne miejsce - my pojechaliśmy spod szkoły do Tyńca, to było około 10 kilometrów w jedną stronę. Oczywiście z przerwami, dopasowywaliśmy tempo do osoby najsłabszej. Wycieczki są ciekawe i zawsze dopasowane do pogody. Tu akurat trafiła nam się piękna pogoda i miłe przeżycia. Na koniec był dłuższy odpoczynek z posiłkiem.

Jak pan ocenia zaangażowanie naszych uczniów w projekcie rowerowym „STARS"?

PK: Chyba wielu uczniów jest zaangażowanych, patrząc po stojakach na rowery przed szkołą, które są zapełniane rowerami i hulajnogami nawet w zimie, i nawet przy tak śnieżnej pogodzie (dzisiaj, 23.01.18) stało ich kilka. My-

ślę, że dzieci korzystają z tej formy dotarcia do szkoły, a potem do domu. Natomiast, zawsze to można rozwijać.

Czy mógłby pan wymienić nam kilka zasad, o których powinien pamiętać każdy rowerzysta?

PK: Przede wszystkim przestrzeganie przepisów drogowych, uważanie na kontakt wzrokowy z kierowcą, zwłaszcza na skrzyżowaniach, obowiązkowe wyposażenie roweru: hamulce, światła, odblaski, kask. Natomiast potem, już w czasie jazdy, zachowanie odpowiedniej prędkości i odległości. Uważanie także na pieszych. To są najważniejsze wymogi.

Ile było wycieczek, czy ma pan w zamiarze zrobić kolejne?

PK: Były już dwie wycieczki dla uczniów naszej szkoły: jedna do Tyńca, a druga do Mogiły; obydwie wzdłuż biegu Wisły. Ponad to było już kilka przejazdów publicznych po Krakowie w asyście policji w ramach przejazdów masowych. Ostatnio w dużej grupie w ramach projektu STARS uczestniczyliśmy w akcji wagary na rowerze. Na pewno będą też następne wycieczki. Jest to jednak zależne od kilku elementów: po pierwsze od pogody, w zimie takich wycieczek się nie organizuje ze względu na niebezpieczeństwo, przede wszystkim poślizgu. Jeżeli nauczyciel bierze odpowiedzialność za uczniów, musi też pewne rzeczy dobrze przemyśleć. Ponadto przeszkodą są troszkę wycieczki górskie, które prowadzę, nie jestem w stanie się rozdwoić, dlatego takich wycieczek rowerowych pewnie będzie mniej niż górskich, ale dwie, trzy w roku planuję.

Polscy kolarze

Zuzanna Kętkowska kl. 7 a

Z okazji uczestniczenia naszej szkoły w programie STARS postanowiliśmy przybliżyć wam sylwetki polskich kolarzy. Zaczynajmy!

Ryszard Szurkowski

Jest jednym z najwybitniejszych polskich kolarzy szosowych, dwukrotnym wicemistrzem olimpijskim i medalistą mistrzostw świata. Zdobył 3 złote i 3 srebrne medale podczas najważniejszych imprez sportowych. Dwukrotnie wygrał plebiscyt Przeglądu Sportowego na najlepszego sportowca roku.

Lech Piasecki

Mistrz świata amatorów i zawodowców, zwycięzca Wyścigu Pokoju. Podczas swojej kariery zdobył dwa złote medale. Jest kolarzem szosowym.

Tomasz Marczyński

Zawodnik profesjonalnej grupy Lotto Soudal. Jest Mistrzem Polski w wyścigu ze startu wspólnego. Uczestniczył w Igrzyskach Olimpijskich i mistrzostwach świata.

Joachim Halupczok

Był wicemistrzem olimpijskim i medalistą mistrzostw świata. W swojej karierze sportowej zdobył 1 złoty medal i 2 srebrne.

Czesław Lang

Uprawia kolarstwo torowe i szosowe. Jest wicemistrzem olimpijskim i medalistą szosowych mistrzostw świata - zdobył 2 srebrne medale i 1 brązowy.

Michał Kwiatkowski

Polski kolarz szosowy, mistrz świata w wyścigu ze startu wspólnego. Brał udział w mistrzostwach świata w Londynie i Rio de Janeiro. Do swoich sportowych osiągnięć może zaliczyć zdobycie 2 złotych medali, 1 srebrnego i 2 brązowych. Jest zawodnikiem drużyny Team Sky.

Katarzyna Niewiadoma

Polska kolarka szosowa. Do jej osiągnięć możemy zaliczyć: 2 złote, srebrne i brązowe medale. Należy do holenderskiego zespołu pod nazwą WM3 Pro Cycling.

Rafał Majka

Zdobył brązowy medal na igrzyskach olimpijskich. Należy do drużyny Bora-Hansgrohe. Uprawia kolarstwo szosowe.

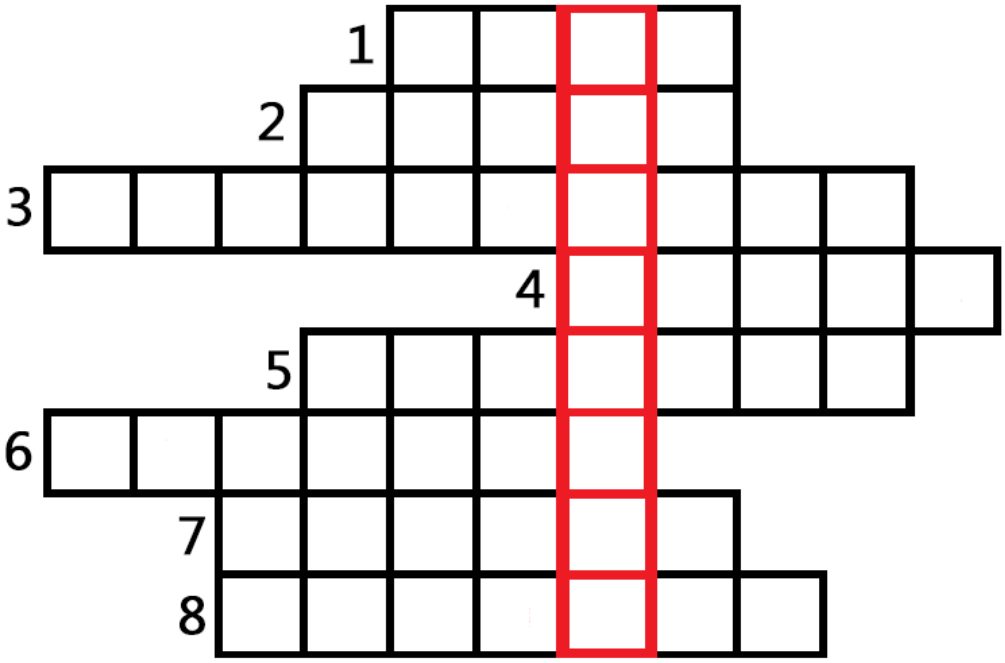
Maja Włoszczowska

W czasie swojej rowerowej kariery zdobyła: 4 złote medale, 14 srebrnych i 4 brązowe, w sumie 22 krążki. Uprawia kolarstwo górskie, jest dwukrotną wicemistrzynią olimpijską.

Rozrywka

Przygotowaliśmy dla Was kilka zadań. Rozwiązania związane są oczywiście w tym numerze z tematyką rowerową.

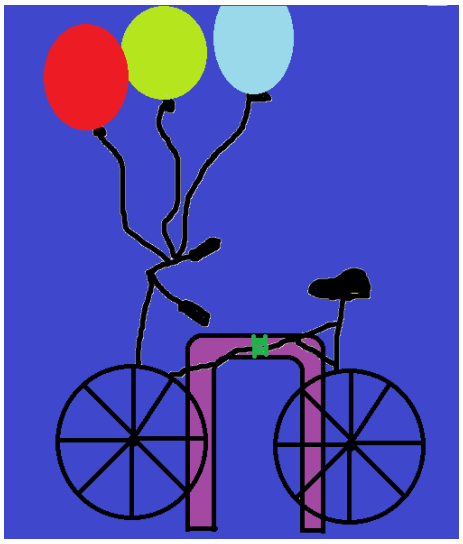
Rozwiąż krzyżówkę. Litery z czerwonych pól utworzą hasło. Wytłumacz, jak je rozumiesz.

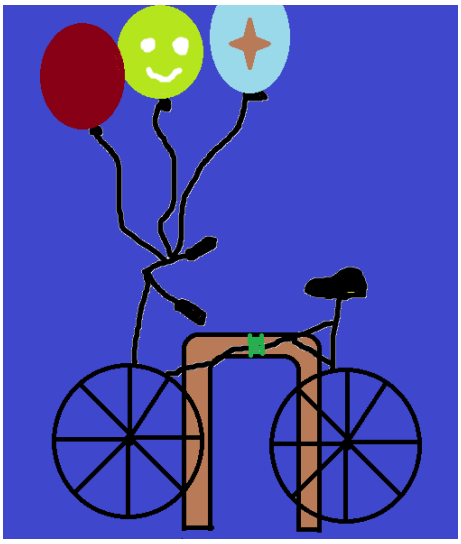


Zuzanna Krętkowska

1. Podstawa roweru to?
2. Gdy jesteśmy zmęczeni, a chce nam się pić, to wyciągamy...?
3. Sterujesz nią...
4. Bez nich nigdzie nie pojedziesz (rowerem).
5. Spada w najmniej oczekiwanym momencie.
6. Kodeks lub znak.
7. Jeździsz w górach rowerem...
8. Gdybys go nie miał, mógłbyś spowodować wypadek.

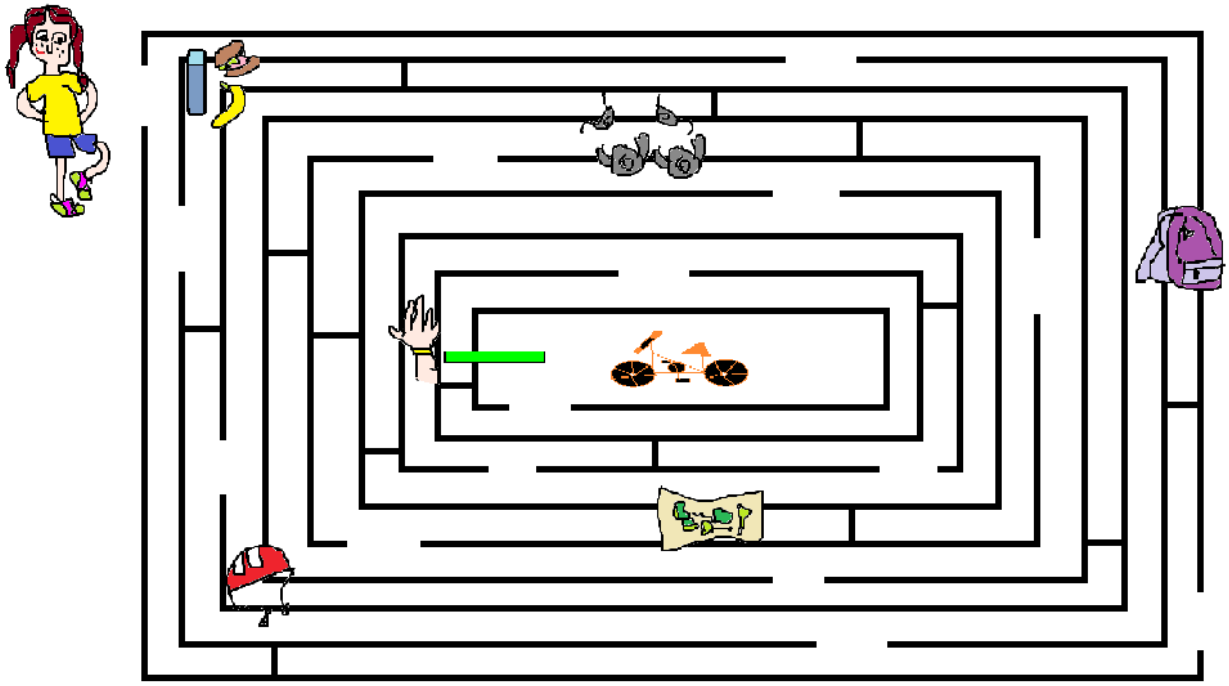
Znajdź szczegóły, którymi różnią się rysunki.





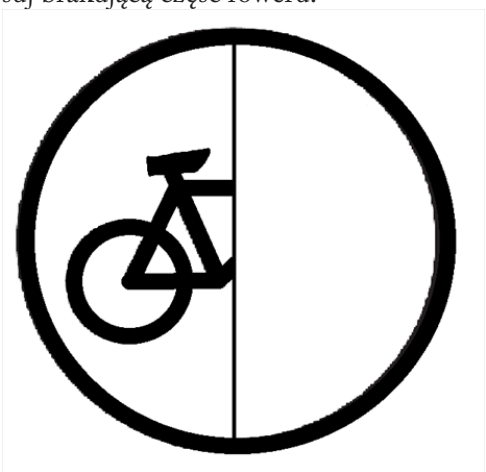
Malwina Strączek

Pomóż Ani odnaleźć drogę do jej roweru. Po drodze zbierz przedmioty, które będą jej potrzebne w podróży.

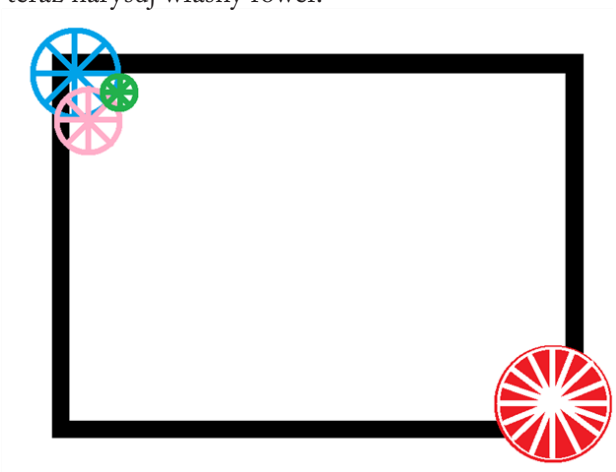


Z. Bargieła, O. Hendzelewska

Tu narysuj brakującą część roweru.



A teraz narysuj własny rower.



Natalia Szczepańska