

# O NAS I O NASZEJ SZKOLE

SZKOŁA PODSTAWOWA  
IM. KS. ROCHA MODZELEWSKIEGO  
W NOWYCH PIEKUTACH

**"Pamiętaj...  
Cokolwiek się wydarzy,  
nie wolno Ci wyrzec się polskości."  
Ks. Roch Modzelewski**

## NASZA SZKOŁA

Nasza szkoła znajduje się w miejscowości Nowe Piekuty w województwie podlaskim. Patronem szkoły jest ks. Roch Modzelewski-kapłan, wielki patriota, budowniczy obecnego budynku szkoły i kościoła w Nowych Piekutach. Od wielu już lat szkoła współpracuje z krewnymi Księdza Rocha Modzelewskiego - Panią Bożeną Jadacką-Józków oraz jej bratem Panem prof. dr. hab. Jackiem Jadackim.

**" Pamiętaj... Cokolwiek się wydarzy,  
nie wolno Ci wyrzec się polskości."**



Dyrektorem szkoły jest-p. Danuta Wyszyńska  
Zastępcą dyrektora jest-p. Maria Łapińska  
**Szkoła Podstawowa w Nowych Piekutach.**

**Dane kontaktowe:**

**Tel./faks 086 57 65 045(sekretariat)  
Lub 086 47 61 535(szkoła podstawowa).**



**Opracowali:  
Julia Kaczyńska oraz  
Sebastian Średnicki  
Uczniowie klas 7a i 7b**

## ZDALNE NAUCZANIE W NASZEJ SZKOLE

**Nauczanie zdalne dla niektórych uczniów  
jest na rękę dla drugich nie, ponieważ  
niektórzy lepiej uczą się zdalnie, a  
drudzy słabiej.**

**Minusy nauczania zdalnego dla uczniów:**

- Uczniowie nie spotykają się ze swoimi kolegami/koleżankami z klasy,
- Brakuje bezpośredniego kontaktu z nauczycielami,
- Uczniowie nie rozumieją niektórych nowych treści lekcyjnych;

**Plusy nauczania zdalnego:**

- Sami wybieramy, o jakiej porze odrabiamy lekcje,
- Jeśli czegoś nie wiemy, to możemy sprawdzić w Internecie,
- Nauka jest bardziej urozmaicona dzięki zastosowaniu multimediiów;

**Nasza szkoła korzysta z aplikacji Teams  
i Prymus**



**Opracowali:  
Damian Łopieński  
oraz Mateusz Wyszyński  
Uczniowie klas 7 a i b**

## **BIBLIOTEKA SZKOLNA**

Nasza biblioteka liczy 11453 książki. Oferta dostosowana jest do potrzeb uczniów, nauczycieli, pracowników administracji, a nawet rodziców. Najwięcej książek w naszej bibliotece to literatura piękna czyli lektury szkolne z języka polskiego. Mamy również książki popularno - naukowe, słowniki, encyklopedie i albumy.

Znajdziemy tu również zbiory multimedialne:

- multimedialne programy edukacyjne
- płyty CD
- płyty DVD
- kasety wideo.

Naszą biblioteką szkolną opiekuje się Pani Alicja Piekutowska. Organizuje dla nas świetne konkursy, w których wygrywamy bardzo interesujące książki.

***Biblioteka jest otwarta od poniedziałku do piątku od godziny 8.00 do 14.00.***

***Zachęcamy do korzystania z dóbr naszej biblioteki!***



*Opracowała Wiktoria Sasinowska  
Uczennica klasy 7 b*

*Źródło: <http://szkolanowepiekuty.pvi.pl/>*

## **SZKOŁA MUZYCZNA**

Szkolnictwo muzyczne opiera się na sieci szkół I oraz II stopnia, działających głównie w miastach powiatowych. Szkoły muzyczne I stopnia to miejsca, gdzie dzieci i młodzież w wieku od 6 do 16 lat uzyskują gruntowną wiedzę. Poznawanie zasad muzyki, gra na instrumentach, śpiew to jedne z wielu elementów wchodzących w zakres wielopoziomowego kształcenia muzycznego.

Więcej informacji: [Miejski Zespół Szkół w Wysokiem Mazowieckiem - Szkoła \(psis.edu.pl\)](http://psis.edu.pl)

*Opracowała: Zuzanna Kostro  
Uczennica klasy 7a*

# O NAS I O NASZEJ SZKOLE

SZKOŁA PODSTAWOWA  
IM. KS. ROCHA MODZELEWSKIEGO  
W NOWYCH PIEKUTACH

## CO ZDROWE ODŻYWIENIE ZMIENIA W NASZYM ŻYCIU?

1. Ma wpływ na cerę
2. Jest wsparciem przy treningach
3. Wpływa na naszą produktywność
4. Wspiera nasz dobry sen

Dużym postępowaniem w oficjalnych zaleceniach jest wykluczenie węglowodanów jako podstawowego składnika zbilansowanej diety i zastąpienie ich warzywami w Piramidzie Zdrowego Żywienia opublikowanej w 2016 roku przez Instytut Żywności i Żywienia. Nadal jednak przecenia się znaczenie cholesterolu w zwiększaniu ryzyka chorób serca, jakby nie zważając na nowe doniesienia nauki

*Opracowali :Julita Mystkowska, Sebastian Skorupski, Dariusz Sienkiewicz  
Uczniowie klas 7 a i b*



## PRZYKŁADOWE, ZDROWE ŚNIADANIE, KTÓRE MOŻEMY PRZYGOTOWAĆ

### PANCAKES Z SERKIEM WIEJSKIM

#### Składniki

1/3 szklanki płatków owsianych

1/3 szklanki serka wiejskiego

2 białka

1 łyżeczka cukru

szczypta cynamonu i owoce, np. truskawki, borówki

Wszystkie składniki oprócz owoców miksujemy na gładką masę. Rozgrzewamy patelnię, smarujemy oliwą. Nakładamy po 1-2 łyżki masy i smażymy placki ok 1-2 minuty z każdej strony na złoty kolor. Podajemy z owocami.



*Opracowała :Wiktoria Łopieńska  
Uczennica klasy 7a*

Źródło: <https://www.codzienniefit.pl/>

# O NAS I O NASZEJ SZKOLE

SZKOŁA PODSTAWOWA  
IM. KS. ROCHA MODZELEWSKIEGO  
W NOWYCH PIEKUTACH

## SPORT

Jedyna dobra droga do uzyskania smukłej i wymarzonej sylwetki to aktywny tryb życia. Wszelkiego rodzaju ćwiczenia mają wpływ na nasze zdrowie psychiczne i fizyczne.

Jak aktywność fizyczna działa na nasze zdrowie psychiczne i fizyczne ?

Nasz organizm kocha ruch, ale do tego ludzka psychika również go potrzebuje. W ten sposób mózg staje się dotleniony, organizm wytwarza serotoniny i po prostu czujemy się znacznie lepiej. Jednak najważniejsze jest to, aby treningi odbywały się regularnie. Dzięki regularnym ćwiczeniom nasz mózg przyzwyczaja się do tego i wyrabia nawyk. Efekty widzimy dopiero po jakimś czasie regularnych treningów.



Opracowała: Ewelina Górska  
Źródło: <https://zdrowie.claudia.pl>

## Z ŻYCIA KLAS 7

### KLASA 7 a

Klasa licząca 20 uczniów. W klasie uczy się 7 chłopców, a dziewcząt 13. Wychowawcą klasy jest pani Bożena Skłodowska, nauczycielka języka angielskiego. W roku szkolnym 2020/2021 w I półroczu 2 uczniów (Kinga Wojno, Karol Saniewski) miało średnią ocen powyżej 4,75 i dostało stypendium naukowe. Funkcję gospodarza klasy pełni Karol Saniewski, zastępcy Gabriela Tymińska, a skarbnika Zuzanna Kostro.



# O NAS I O NASZEJ SZKOLE

SZKOŁA PODSTAWOWA  
IM. KS. ROCHA MODZELEWSKIEGO  
W NOWYCH PIEKUTACH

## KLASA 7 b

Klasa licząca 22 uczniów, czyli najbardziej liczna w szkole. W klasie uczy się 12 chłopców, a dziewcząt 10. Wychowawcą klasy jest pani Alina Kostro, nauczycielka matematyki. Większości klasy ulubionym przedmiotem szkolnym jest wychowanie fizyczne, a zwłaszcza chłopców. Uczniowie dobrze między sobą się dogadują, a także pomagają sobie nawzajem. Siódmoklasiści zawsze starają się przygotować na lekcje. W roku szkolnym 2020/2021 w I półroczu 4 dziewczęta (Wiktoria Przeździecka, Oliwia Osmólska, Wiktoria Sasinowska, Kinga Roszkowska) miały średnią ocen powyżej 4,75 i dostały stypendium naukowe. Gospodarzem klasy jest Michał Kozłowski, zastępcą gospodarza Wiktoria Sasinowska, skarbnikiem Aleksandra Krasowska, a sekretarzem Olga Gąsowska.



Opracowała: Kinga Roszkowska  
Jakub Gierałowski  
Uczniowie klas 7 a i b

## ŚMIECH TO ZDROWIE

Śmiech jest ważny a szczególnie w tak trudnym czasie jak teraz, kiedy nie możemy spotykać się z przyjaciółmi. Śmiech poprawia kondycję organizmu, rozładowuje stres, pomaga odreagować napięcie, zdenerwowanie, lęki. Osoby, które się często śmieją, mają lepszą odporność. Mam nadzieję, że po zobaczeniu kilku zamieszczonych tutaj żartów, na waszych twarzach pojawią się uśmiechy.



Opracowała: Oliwia Gryglik  
Uczennica klasy 7 a  
Źródła:

<https://wspolczesna.pl/>  
<https://www.poradnikzdrowie.pl/>

## CIEKAWOSTKI ZE ŚWIATA

1. Niektóre japońskie światła drogowe mają niebieskie zamiast zielonych, ponieważ historycznie oba kolory były nazywane tym samym słowem.

2. Tylko dwa kraje mają na swojej fladze kolor fioletowy. Flaga Nikaragui ma tęczę po środku z pasmem fioletu, a flaga Dominiki przedstawia zdjęcie papugi, ptaka z fioletowymi piórami



Flaga Dominiki



Flaga Nikaragui

3. Największa na świecie dynia ważyła 1190,5kg, więcej niż samochód.



4. Najczęściej odwiedzanym państwem na świecie jest Francja



Opracowała: Zuzanna Sienkiewicz  
Uczennica klasy 7 b

Źródła: <https://fajnepodroze.pl/100-ciekawostek-ze-swiata/>

## AIDS

W naszej szkole był realizowany projekt dotyczący profilaktyki AIDS. Nauczyciele bardzo się starali, aby nam przedstawić, czym jest ta choroba, byśmy mogli się przed nią uchronić. Pani Jadwiga Kostro-Radulska, nasza nauczycielka biologii, przyrody i chemii, ogłosiła byśmy zrobili prezentacje i przedstawili je na lekcjach, by każdy uczeń mógł dowiedzieć się jak najwięcej o tej chorobie. Dzięki temu projektowi dowiedzieliśmy się:

### Co to za choroba AIDS

AIDS to choroba nazywana upośledzeniem odporności o charakterze nabytym, której skrót (AIDS) bierze się od pierwszych liter nazwy angielskiej. Postępy w medycynie pomagają zrozumieć mechanizmy zakażenia, sposoby rozwoju choroby, ale skuteczność w jej zapobieganiu jest zróżnicowana w różnych grupach zwiększonego ryzyka.

### Jak przebiega leczenie AIDS?

Przed wszystkim osoba zakażona musi otrzymywać specjalne leki przeciwwirusowe - mówi się w tym przypadku o agresywnej terapii przeciwwirusowej HAART. Ponadto, pacjent powinien prowadzić zdrowy tryb życia oraz unikać czynników zmniejszających odporność, jak np. palenie papierosów. Należy też zapobiegać oportunistycznym zakażeniom i innym powikłaniom oraz je skutecznie leczyć. Ważna jest także pomoc psychologiczna i socjalna.

### Jak można zarazić się AIDS?

- zakażenia krwi, np. przez wstrzyknięcie lub przetoczenie krwi osoby zakażonej - narkomani przyjmujący narkotyki drogą dożylną bądź poprzez przetoczenie środków krwiopochodnych (w Polsce dzięki ścisłej kontroli dawców aktualnie bardzo rzadka droga).
- źródłem AIDS mogą być również niedokładnie odfekowane nożyki do golenia, cążki czy narzędzia fryzjerskie.



Opracowała: *Paulina Gołębowska*  
Uczennica klasy 7a

Źródła:

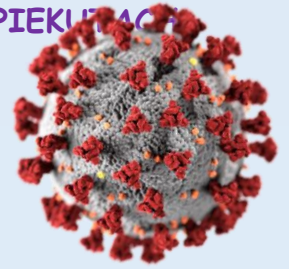
[https://www.medonet.pl/choroby-od-a-do-z/choroby-przenoszone-droga-plciowa\\_aids---objawy-i-przyczyny--zakazenie-wirusem-hiv,artykul,1579548.html](https://www.medonet.pl/choroby-od-a-do-z/choroby-przenoszone-droga-plciowa_aids---objawy-i-przyczyny--zakazenie-wirusem-hiv,artykul,1579548.html)

[https://pl.wikipedia.org/wiki/Zespół\\_nabytego\\_niedoboru\\_odporności](https://pl.wikipedia.org/wiki/Zespół_nabytego_niedoboru_odporności)

<https://www.medicover.pl/o-zdrowiu/aids-co-to-jest-jakie-sa-objawy-hiv-i-aids,2632,n,3707>

# O NAS I O NASZEJ SZKOLE

SZKOŁA PODSTAWOWA  
IM. KS. ROCHA MODZELEWSKIEGO  
W NOWYCH PIEKULACH



## COVID - 19

### Co to jest Covid - 19?

Covid - 19 (korona wirus) ostra choroba zakaźna układu oddechowego wywołana zakażeniem wirusem SARS-CoV-2. Została po raz pierwszy rozpoznana i opisana w listopadzie 2019, w środkowych Chinach (miasto Wuhan, w prowincji Hubei) podczas serii zachorowań zapoczątkowującej pandemię tej choroby.

### Jak chronić się przed koronawirusem?

Często myj ręce! Używaj wody z mydłem i środka dezynfekującego na bazie alkoholu!

Zachowaj bezpieczną odległość od osób kaszlących i kichających!

Noś maskę!

Nie dotykaj oczu, nosa ani ust!

Gdy kaszlesz lub kichasz, zakrywaj nos i usta wewnętrzną stroną łokcia lub chusteczką!

Jeśli źle się czujesz, zostań w domu!

*Opracowała: Wiktoria Sasinowska*

*Oskar Śliwowski*

*Rafał Gierałtowski*

*Uczniowie klas 7 a i b*

*Źródła:*

<https://www.google.com/search?q=jak+chroni%C4%87+si%C4%99+przed+koronawirus+em&oq=jak+chroni%C4%87+si%C4%99&aqs=chrome.1.69i57j0l7.5604j0j15&sourceid=chrome&ie=UTF-8>

## FILMY DO POLECENIA

### Captain America: Winter Soldier

To amerykański fantastyczno-naukowy film akcji z 2014 roku na podstawie serii komiksów o superbohaterze o tym samym imieniu wydawnictwa Marvell Comics.



### Thor ragnarok

To amerykański science fantasy film akcji z 2017 roku na podstawie serii komiksów o superbohaterze o imieniu Thor wydawnictwa Marvell Comics.

*Opracowała: Anna Sienkiewicz*

*Uczennica klasy 7 b*





# O NAS I O NASZEJ SZKOLE

SZKOŁA PODSTAWOWA  
IM. KS. ROCHA MODZELEWSKIEGO  
W NOWYCH PIEKUTACH

## ZIMA W POLSCE

Tegoroczna zima zaskoczyła nas swoją intensywnością. Spadki temperatury do prawie -30 stopni °C. Wystąpiły duże i częste opady śniegu, drogi i chodniki są bardzo śliskie, dlatego należy bardzo uważać!

Rzeczy, które można robić zimą:

- jazda na sankach,
- kulig,
- jazda na łyżwach,
- jazda na biegówkach,
- lepienie bałwana itp.



Opracował: *Bartosz Wyszyński*  
Uczeń klasy 7b

## ATRAKcje TURYSTYCZNE PODLASIA

Pierwszą i najciekawszą atrakcją turystyczną na Podlasiu jest Białowiecki Park Narodowy. W Białowieckim Parku Narodowym można zobaczyć dużo ciekawych zwierząt, a zwłaszcza żubry.

W Białowieży warto też zobaczyć Muzeum Przyrodniczo-Leśne.

**Wstęp:** Bilet normalny kosztuje 15 zł, ulgowy 11 zł.

**MUZEUM JEST CZYNNE:**

- poza sezonem turystycznym (od 16 października do 15 kwietnia):

**wtorek-niedziela:** w godz. 9:00 - 16:00

- w sezonie turystycznym (od 16 kwietnia do 15 października):

**poniedziałek-piątek:** w godz. 9:00 - 16:30

**sobota, niedziela, dni świąteczne:** w godz. 9:00 - 17:00



Opracował: *Marcin Wojno*

Uczeń klasy 7b

Źródła:

<http://atrakcjepodlasia.pl/>