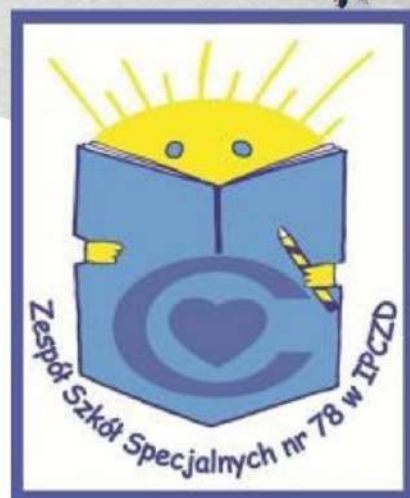


Warszawa

DA SIĘ LUBIĆ!



ŻACZEK



**Magazyn uczniowski Szkoły w Instytucie -
"Pomnik Centrum Zdrowia Dziecka"**

CZASOPISMO NASZE, O NAS I DLA NAS!

Wydanie jesienno - zimowe, styczeń 2023

KĄCIK POEZJI EWY SZELBURG - ZAREMBINY



Renia idzie do przedszkola

Idzie.
Przeszła próg.
Drzwi zamknęły się.
Stuk!
Po schodach na podwórko.
Z okna głos:
- Uważaj córko!
Przez ulicę.
Przez placyk.
Tutaj wszystko inaczej.
Renia się dziwi.
Dziwi się.
... Ktoś starszy ci przeczyta.
... Nim otworzysz - zapytaj.
... Będzie bramka.
Jest bramka.
.... Będzie kłamka
Jest kłamka
... I tabliczka z napisem...
Nie!
Nie będzie Renia starszych pytać:
ona z pamięci umie przeczytać
to słowo na tabliczce:
PRZEDSZKOLE

Do widzenia!

- Włóż beret!
Włożyła.
- Zapnij płaszczyk!
Zapięła
- Masz jabłko!
Wzięła
- Do widzenia, tatusiu!
- Do widzenia, mamusiu!
- Do widzenia córusiu! Uważaj,
gdy będziesz szła.

A jakie? A gdzie?

Śnieżek prószy.
Deszczyk pada.
Słoneczko świeci.
Nasza Renia
nie jest sama:
z Renią są dzieci!
A jakie? A gdzie?

BAJKA O LISKU I JEGO PRZYJACIOŁACH



W lesie lisek bawił się gałązkami drzewa. Nagle małe, żółte kurczątko wskoczyło na leśną polanę. Gdy kurczątko zobaczyło liska chciało uciekać. Lisek zawołał do kurczątka, że chce się z nim pobawić. Zaczęli razem biegać po łące. Dołączył do nich puszysty, biały króliczek. Bawili się tak do zachodu słońca.

Marika, kl. 3

Klinika Okulistyki i Kardiochirurgii

BO JEST WOJNA...

"Kiedy przyjechali niemieccy żołnierze zabrać moją mamę, to ja już byłam u sąsiadów. Nic nie widziałam i nie słyszałam, wiedziałam tylko, że tak musi być, bo tak powiedziała mama. Potem, kiedy "buda", bo tak nazywał się ten samochód, co zabrał mamę, odjechał, zaczęła się moja wędrówka. Wszyscy gdzieś zniknęli, cały dom pełen ludzi gdzieś się zawieruszył. Była zima i skrzypiał zmarznięty śnieg i najpierw Andrzej, mój drugi brat, zaprowadził mnie niedaleko, na plac Narutowicza. Bo jest wojna, bo jest wojna, bo jest wojna - powtarzałam sobie w myśli."

Joanna Papuzińska "Asiunia" - Wyd. Literatura, 2022, str. 6



PODRÓŻE MAŁE I DUŻE - POLSKA

W bieżącym roku szkolnym nasi uczniowie z edukacji wczesnoszkolnej biorą udział w Ogólnopolskim Projekcie "Podróże małe i duże - Polska." Projekt realizowany jest w kilku odsłonach, a oto pierwsze z nich. Popatrzcie.

1 Miejska makieta: *Warszawa*

ZAMEK KRÓLEWSKI

Uczniowie edukacji wczesnoszkolnej uczestniczyli w dwóch lekcjach dotyczących historii Zamku Królewskiego i dynastii Wazów na polskim tronie. Pacjenci dowiedzieli się, że początkowo Zamek był budowlą warowną książąt mazowieckich. Dopiero Król Zygmunt III Waza, który przeniósł stolicę do Warszawy budowlę tę rozbudował i przystosował na siedzibę władcy i jego rodziny. Wtedy to artyści nadali budowli kształt pięcioboku z wysoką wieżą. Od strony Wisły urządzono piękny, choć niewielki ogród. Królewskie komnaty ozdobione były cennymi arrasami, podłogi wyłożone kolorowym marmurem, a drewniane sufity pokryte malowidłami. Pokoje wypełniały cenne meble np. duże szafy, łóża z baldachimami.

W warszawskim Zamku oprócz króla i jego rodziny mieszkali dworzanie, którzy pełnili różne funkcje. Byli kucharze, pokojowcy, sekretarze, koniuszy marszałek dworu. Kolejny władca, król Władysław IV stworzył na Zamku pierwszy w Polsce teatr na dworze królewskim. Kupił też wiele cennych obrazów. Zamek był nie tylko rezydencją królów Polski, ale też siedzibą Sejmu. Został zburzony w czasie II wojny światowej.

W latach 1971-1984 był odbudowany głównie ze składek społecznych. Odtworzone wnętrza nawiązują do okresu panowania ostatniego króla Polski- Stanisława Augusta. Uczniów oglądających album zachwycała Sala Wielka (Balowa), Rycerska, Tronowa. Poznali też Salę Canaletta, w której zgromadzone obrazy przedstawiają ówczesną Warszawę. Treści historycznych dostarcza Sala Senatorska jako miejsce uchwalenia Konstytucji 3 Maja.

Makiety Zamku Królewskiego wykonali pacjenci Kliniki Okulistyki i Kardiochirurgii.



ŁAZIENKI KRÓLEWSKIE to zespół pałacowo-ogrodowy, na który składają się zabytkowe budynki, pawilony, rzeźby oraz ogrody. Znajduje się około 40 budynków, a do parku prowadzi 10 bram. Natomiast nazwa Łazienki pochodzi o pawilonu Łaźni, który został wzniesiony w XVII wieku przez Stanisława Herakliusza Lubomirskiego. Pawilon został następnie przebudowany przez Stanisława Augusta Poniatowskiego na pałac Na Wyspie. Pałac na Wyspie to letnia rezydencja ostatniego króla Polski - Stanisława Augusta Poniatowskiego. To tu wydawano słynne czwartkowe obiady, na które król Stanisław August zapraszał uczonych i poetów. W Pałacu na Wyspie dyskutowano na przeróżne tematy. Dziś Pałac na Wyspie to muzeum, w którym znajduje się Królewska Kolekcja Obrazów.

Makiety wykonali uczniowie z Kliniki Neurologii oraz z Kliniki Nefrologii



Uczniowie z Kliniki Chirurgii stworzyli makiety

CENTRUM ZDROWIA DZIECKA

Starali się dokładnie odtworzyć otoczenie Instytutu. Pamiętali o placu zabaw, lądowisku dla helikopterów, Klinice Budzik i oczywiście budynku w którym mieści się nasza Szkoła. Pięknie to wygląda :)



PAŁAC KULTURY I NAUKI to jeden z najwyższych budynków w Polsce o wysokości 237 m znajduje się w śródmieściu Warszawy, przy placu Defilad. Został zbudowany w miejscu kilku ulic i wyburzonych 170 kamienic, jego budowę ukończono w 1955 roku. Zamówił go Józef Stalin, był wzorowany na moskiewskich budynkach i amerykańskich wieżowcach w stylu art deco. W 2007 roku budynek wpisany na listę zabytków Warszawy.

W PKiN znajduje się 3288 pomieszczeń na 46 kondygnacjach- w tym 2 podziemnych. W roku 2000 na szczycie Pałacu odślonięto zegar wieżowy - milenijny - drugi co do wielkości w Europie.

PKiN jako strefa kultury i nauki - jest siedzibą wielu instytucji: kin, teatrów i muzeów oraz uczelni wyższych. Z każdej strony Pałacu trochę kultury i nauki - m.in. Kinoteka, Teatr Lalki, Teatr Dramatyczny Miasta Stołecznego Warszawa, Teatr 6 Piętro i Teatr - Galeria Studio, Narodowe Muzeum Techniki, Muzeum Ewolucji PAN, Muzeum Domków dla Lalek, Collegium Civitas, Akademia Fotografii. Sala Kongresowa na 3 000 osób w której odbywają się koncerty i kongresy. W Pałacu organizowane są także targi, wystawy, kiermasze, koncerty. Znajduje się też strefa biznesowa z siedzibami firm, restauracjami, pasażem handlowym.

W PKiN mieści się Pałac Młodzieży z basenem organizuje koła hobbystyczne i edukacyjne dotyczące m.in. programowania, grafiki, nauki języków, elektroniki, sztuki i sportu.

Z Tarasu Widokowego na 30 piętrze rozciąga się wspaniały widok na panoramę stolicy, a dodatkowo znajduje się tu Sala Gotycka oraz galeria sztuki. Klimatycznie i magicznie jest zwłaszcza na tarasie nocą - od maja do września w piątki i soboty taras jest czynny aż do godz. 23:30.

A na dachu Teatru Studio w rejonie 6 piętra - wśród miododajnych krzewów „nieco słodczy dodaje... pasieka miejskich pszczół”.

Przed głównym wejściem znajdują się dwie rzeźby: Adama Mickiewicza oraz Mikołaja Kopernika.

Makiety Pałacu Kultury i Nauki wykonali pacjenci Kliniki Onkologii.



CENTRUM NAUKI KOPERNIK

to raj dla miłośników Nauki. Można tu odkrywać tajemnice natury, samodzielnie przeprowadzać doświadczenia i świetnie się przy tym bawić.

Dzieją się tu rzeczy niezwykłe. Setki eksponatów Strefie Eksperymentowania pomagają zrozumieć zjawiska związane z falami czy z prądem.

Makiety wykonali uczniowie Kliniki Rehabilitacji.



PAŁAC W WILANOWIE

to jeden z najcenniejszych zabytków polskiego baroku. Został zbudowany dla króla Jana III Sobieskiego i Marii Kazimiery w końcu XVII w. Łączy w sobie tradycję polskiego dworu z włoską willą wiejską i francuskim pałacem.

W 1805 r. z inicjatywy ówczesnego właściciela, Stanisława Kostki Potockiego, w części pałacu powstało jedno z pierwszych publicznych muzeów w Polsce.

W 1994 r. zespół pałacowy w Wilanowie Królewskim uznany został za pomnik historii.

Makiety pałacu wykonali uczniowie z Kliniki Endokrynologii i Diabetologii oraz WOP.

Zwiedzając Warszawę możemy zobaczyć piękne zabytkowe kamienice, nowoczesne szklane wieżowce, dużo zieleni.

Ale Warszawa, to także rzeka Wisła.

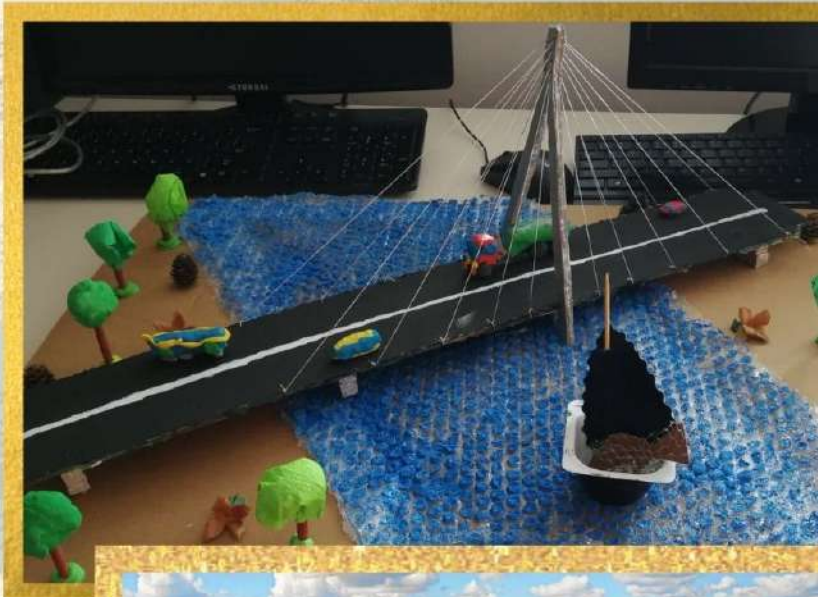
W Warszawie mamy 11 mostów.

Uczniowie Kliniki Neurochirurgii i Urologii oraz Kliniki Kardiologii zbudowali makietę

MOSTU ŚWIĘTOKRZYSKIEGO

oddanego do użytku 6 października 2000 r.

Most ten wygląda pięknie za dnia, jak i w nocy, bo po zmroku jest pięknie oświetlony. W jego pobliżu góruje Stadion Narodowy i Syrenka, symbol Warszawy.



STADION NARODOWY

to dość nowy i nowoczesny obiekt sportowy, gdzie odbywają się najwyższej rangi imprezy sportowe.

Nosi imię Kazimierza Góskiego, legendarnego trenera polskiej kadry narodowej. W styczniu 2022 roku ten obiekt obchodził 10 urodziny.

Stadion posiada prawie 60 tysięcy miejsc na trybunach. Budowla jest imponująca, posiada 8 kondygnacji. Iglica nad stadionem ma wysokość 112 metrów.

Odbywają się tu mecze piłki nożnej i innych dyscyplin sportowych, ale również inne wydarzenia. Zimą zamienia się w Zimowy Narodowy. Można wtedy korzystać z lodowiska, górki lodowej, czy skateparku.

Makiety wykonali uczniowie z Kliniki Gastroenterologii.



DZIEŃ NAUCZYCIELA



**Nauczyciel to ktoś taki,
Kto wytrwale przez rok cały,
Stara się tam olej nalać
Gdzie niebieskie są migdały.**

**Podczas tego nalewania
Absolutnie się nie nudzi,
Za to włosy mu siwieją
Szybciej niż u innych ludzi (...)**

**W końcu to od tego wygląd
Jutrzejszego dnia zależy,
Ile wiedzy przekazemy
Dzisiaj dzieciom i młodzieży.**

Paweł Gołuch

DZIEŃ NAUCZYCIELA



PANI
BARBARA



DAWID



BABKA O KWIATKU I SMOKU

Były dwie koleżanki Belcia i Felcia, które bardzo lubiły chodzić na spacer. Pewnego dnia wybrały się na plac zabaw. Szły, szły i śmiały się, aż nagle zobaczyły dużego, zielonego smoka.

Przestraszyły się go bardzo. Belcia wpadła na pomysł, że podarują smokowi piękny, czerwony kwiatek. Tak zrobiły. Smok ucieszył się, bo kwiatek mu się spodobał. Zaprosił dziewczynki i ich rodziców do zamku .

Hania, kl. 3

Klinika Okulistyki i Kardiochirurgii

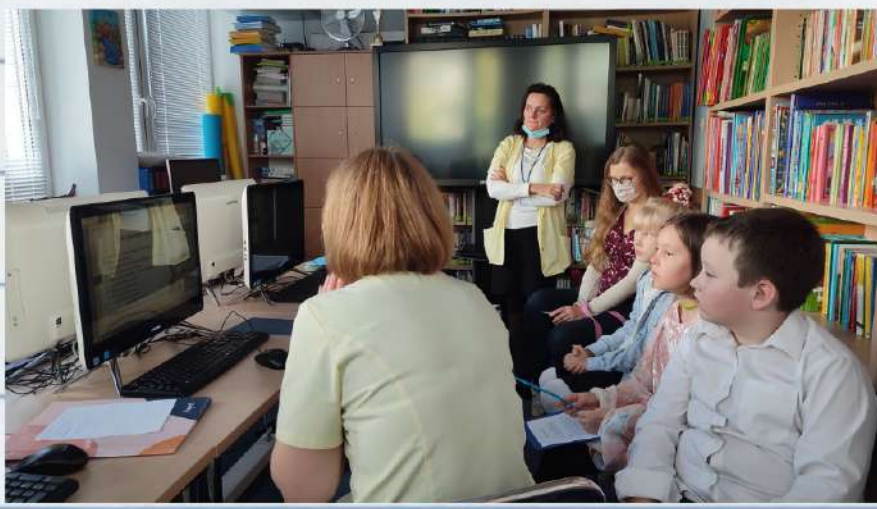


ŚLUBOWANIE PIERWSZOKLASISTÓW

19 października 2022 roku odbyło się uroczyste pasowanie na uczniów klas pierwszych.

Ślubowanie na ucznia klasy pierwszej poprzedziło otwarcie świeżo wyremontowanej sali lekcyjnej udostępnionej Klinice Rehabilitacji. Symbolicznego przecięcia wstęgi dokonały dyrektor Kliniki Rehabilitacji dr Maria Grochowska oraz dyrektor ZSS 78 w IP-CZD pani Grażyna Lidia Michalczuk. Następną część uroczystości należała do Franka - pierwszoklasisty z Oddziału Rehabilitacji, który ze wszystkich sił starał się udowodnić wszystkim zgromadzonym, że zasługuje na miano prawdziwego ucznia. Chłopiec wiedział jaki powinien być prawdziwy uczeń i co powinien zabrać ze sobą do szkoły, wyjaśnił jak bezpiecznie przejść na drugą stronę jezdni oraz opisał polskie symbole narodowe. Nie było żadnych wątpliwości, że Franek zdał egzamin na szóstkę i uroczyście przysięgał być dobrym kolegą oraz pilnie zdobywać wiedzę. Uroczystość uświetniły wiersze recytowane przez starsze koleżanki: Marysię oraz wróżkę Karolinę oraz piosenki o szkole.





ŚLUBOWANIE PIERWSZOKLASISTÓW

Po zajęciach w Klinice Rehabilitacji odbyło się spotkanie zdalne dla pacjentów wszystkich pozostałych oddziałów. Pierwszoklasiści śpiewająco odpowiadali na wszystkie pytania oraz wyjaśniali wszystkie wątpliwości. Następnie organizatorki uroczystości: panie Agata Kozmana, Anna Matejczuk-Magdziarz i Katarzyna Przygoda kolejno odwiedzały wszystkich uczniów na oddziałach. Tam, w obecności rodziców, nauczycieli oraz starszych kolegów dzieci złożyły rotę ślubowania a następnie zostały pasowane na uczniów specjalnym ołówkiem. Wszyscy zostali obdarowani upominkami, które z pewnością umilą im zdobywanie wiedzy.

PODRÓŻE MAŁE I DUŻE - POLSKA

2

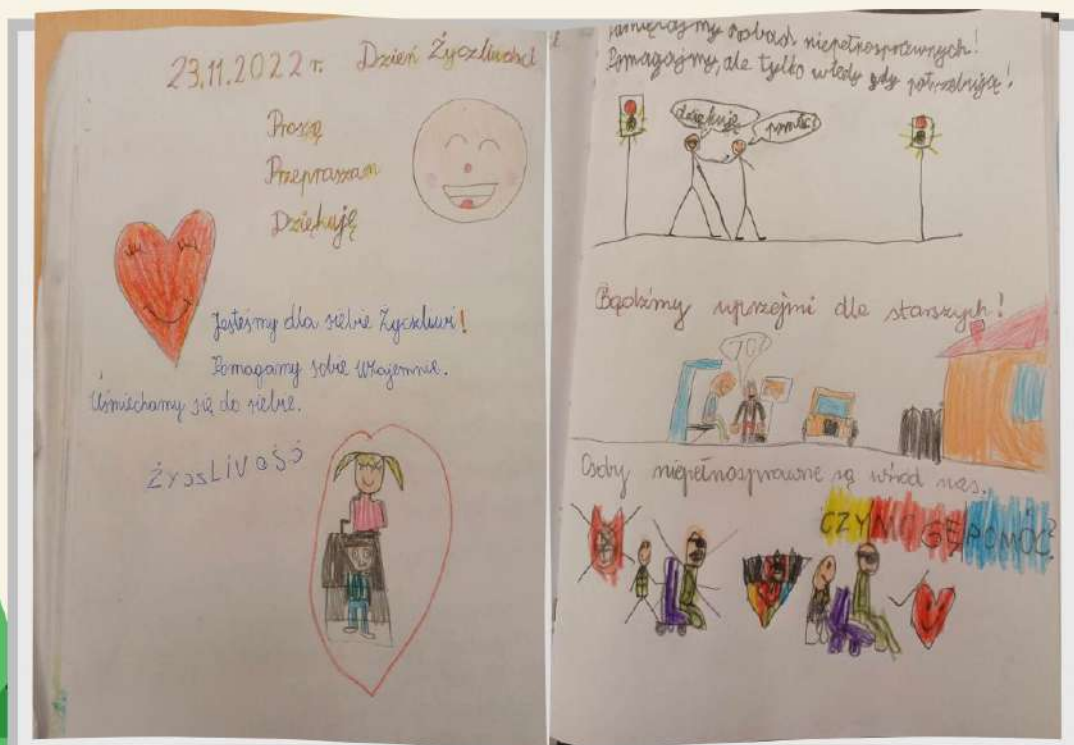
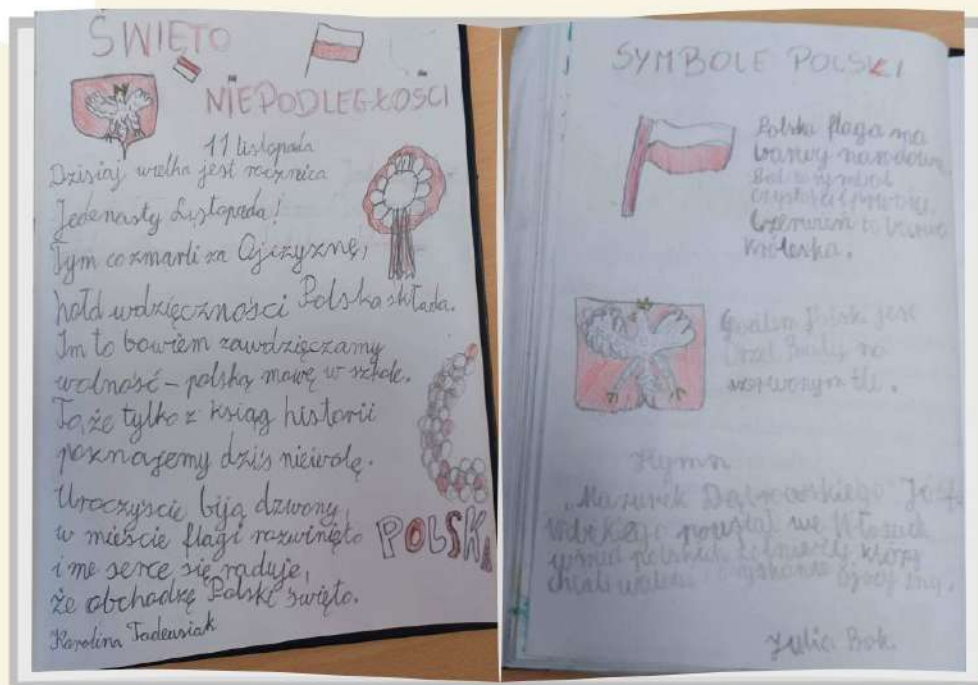
Regionalne stroje ludowe z recyklingu

We wszystkich świetlicach CZD uczniowie wykonywali stroje ludowe z wykorzystaniem materiałów z recyklingu.



KRONIKA REHABILITACJI

W Klinice Rehabilitacji pod czujnym okiem nauczyciela edukacji wczesnoszkolnej Pani Agaty Kozmany powstaje wspaniała księga KRONIKA REHABILITACJI, w której uczniowie klas 1 - 3 ilustrują i opisują własnoręcznie najistotniejsze wydarzenia z życia Kliniki. Poniżej kilka stron powstałych w roku szkolnym 2022/23.





PIKACHU

NAMALOWAŁEM PIKACHU NA PLACU ZABAW. CHCIAŁ ON ZJEŹDŹAĆ NA ZJEŹDŹALNI, ALE ZOBACZYŁ PIĘKNY KWIATEK, KTÓRY UŚMIECHAŁ SIĘ DO NIEGO. PIKACHU POBIEGŁ DO KWIATKA.

MATEUSZ, KL. 1
KLINIKA OKULISTYKI I
KARDIOCHIRURGII

KRÓLEWNA ŚNIEŻKA

TO JEST KRÓLEWNA ŚNIEŻKA. KRÓLEWNA BYŁA DOBRA I MIAŁA PRZYJACIOŁ SIEDMIU KRASNOLUDKÓW.

KAROLINA, KL. 1
KLINIKA OKULISTYKI I
KARDIOCHIRURGII



W żłobie leży którz pobieży KOLEĐOWAĆ MAŁEMU?

ORSZAK BOŻONARODZENIOWY



20 grudnia w naszej szkolnej społeczności odbył się Orszak Bożonarodzeniowy.

Grupa kolędników wraz ze Świętą Rodziną wędrowała po szpitalnych świetlicach z kolędą na ustach, z opłatkiem i życzeniami zdrowia, radości i nadziei na lepszą przyszłość. Dzieci przygotowały piękne dary dla Dzieciątka Jezus, które złożono w żłobku w kaplicy szpitalnej. Spotkania wprowadziły nastrój świąteczny, dały dużo wzruszeń, radości, uśmiechu na twarzach dzieci i rodziców.



Konkurs plastyczny

"Wyczaruj długopisem 3D ozdobę choinkową"



W grudniu 2022 nauczyciele klas 1-3 zorganizowali konkurs plastyczny pt.: "Wyczaruj długopisem 3D ozdobę choinkową".

Praca z długopisem 3D była dla dzieci bardzo ciekawym doświadczeniem. Czasami nie było łatwo, ale efekty pracy naszych pacjentów są imponujące. Wszystkie ozdoby choinkowe stały się klimatyczną wystawą wprowadzającą wszystkich w magiczny nastrój Świąt Bożego Narodzenia.

Ten konkurs, to również realizacja tematu w ramach uczestnictwa naszej szkoły w Ogólnopolskim Projekcie Edukacyjnym "Gramy Zmysłami - II edycja". Temat grudniowy projektu "Gramy Zmysłami" to "Sensoryczna ozdoba świąteczna". Zajęcia te mogliśmy zrealizować dzięki zakupom pomocy dydaktycznych w ramach Laboratoriów Przyszłości.

W działaniach uczestniczyli uczniowie klas 1-3, a także przedszkolaki z klasy "0". Organizatorami całego przedsięwzięcia byli nauczyciele edukacji wczesnoszkolnej Katarzyna Przygoda i Ewa Wysocka. Współpracowali wszyscy nauczyciele edukacji wczesnoszkolnej poszczególnych klinik oraz nauczyciel przedszkola Sylwia Leszczyk i nauczyciele wychowawcy: Agnieszka Kaczor, Justyna Gruczek i Beata Kamińska.

Sylwia Leszczyk



"GRAMY ZMYSŁAMI" to drugi projekt, w którym w roku szkolnym 2022/23 biorą udział uczniowie edukacji wczesnoszkolnej z naszej placówki. Celem projektu jest innowacyjne i kreatywne rozwijanie zmysłów u dzieci w odpowiednich warunkach stworzonych przez nauczycieli.



W dniu 13 października 2022 r., rozpoczęliśmy działania związane z realizacją zadań zaplanowanych w II edycji Ogólnopolskiego Projektu Edukacyjnego „Gramy Zmysłami”.

W październiku tematem przewodnim jest: „Ścieżka sensoryczna”

Do realizacji tego tematu zmotywowała mnie wystawa plastyczna nauczycieli wychowawców pt.: „Co kryje noc?”. Wybrałam kilka prac z tej wystawy, na których widoczny był świat przedstawiony nocą i poprosiłam o to, żeby na podstawie jednej z „nocnych” prac uczniowie narysowali analogiczną pracę przedstawioną za dnia. To próba takiej metaforycznej ścieżki z wyobraźni.

Maja, uczennica klasy 2 wybrała motyle nocne – ćmy i narysowała kwiatną łąkę z motylami za dnia.

W dniu 16 października 2022 r., przeprowadzone zostały kolejne zajęcia ścieżki sensorycznej.

Tym razem uczniowie edukacji wczesnoszkolnej Kliniki Neurochirurgii i Urologii realizowali ścieżkę sensoryczną za pomocą roślin i innych okazów przyrodniczych. Chłopcy mogli doświadczyć doznań związanych z dotykiem i wachaniem roślin. Były to pelargonie, aloes, kocanka, pachnące cytrynką geranium, drzewko szczęścia i trzykrotka.

Uczniowie z zachwytem wachali i dotykali tych roślin. Pelargonie kojarzyły im się z niezbyt ciekawym zapachem, ale z mięsistymi liśćmi Aloes dziwił kolcami, które nie kłuły i z zaciekawieniem słuchały o leczniczych właściwościach tych roślin. Pachnące cytrynką geranium kojarzyły się z cytrynką oczywiście, ale także z perfumami czy olejkami eterycznymi. Drzewko szczęścia przywodziło na myśl też czterolistną koniczynkę i chęć ludzi do poszukiwania szczęścia. Trzykrotka natomiast kojarzyła się dzieciom z sierścią zwierzątek. Kocanka na swoich liściach miała intrygujący odcień kojarzący się dzieciom ze szronem albo grzybem. Kwiaty te mogliśmy podziwiać dzięki paniom ogrodniczkom pracującym w CZD, z którymi współpracujemy od dawna.

Oprócz roślin, uczniowie mogli podziwiać, dotykać i mówić o swoich odczuciach poznając inne okazy przyrodnicze, szyszki: świerku, sosny żółtej, sosny zwyczajnej, modrzewia i buczyny oraz łupiny kasztana jadalnego.





Poprzez udział w tym projekcie uczniowie:

- poszerzają i wzbogacają wiedzę na temat zmysłów,
- wielozmysłowo postrzegają świat,
- rozwijają kreatywność,
- stymulują wszystkie zmysły,
- mają możliwość kształtowania świadomości własnego ciała.

Gramy Zmysłami

W ramach realizacji działań związanych z II edycją Ogólnopolskiego Projektu Edukacyjnego "Gramy Zmysłami"

24 listopada 2022 r. w świetlicy Kliniki Neurochirurgii i Urologii odbyły się zajęcia pt.: "Sensoryczna matematyka - projektujemy śnieżynki za pomocą figur geometrycznych i kodowania".

W tym dniu po raz pierwszy padał śnieg. Cały świat za oknem pokrył się magiczną bielą. Zrobiło się bardzo zimowo.

Przedszkolaki i uczniowie edukacji wczesnoszkolnej projektowali śnieżynki za pomocą kodowania oraz dopasowywania ozdobnych pasków. Dzieci najpierw rysowały kształt śnieżynki według wzoru, a później wyszukiwały określonych pasków: krótkich, dłuższych i najdłuższych, mając możliwość ich mierzenia. Podczas tych zajęć pani Sylwia przeprowadziła również eksperyment, tworząc sztuczny śnieg.

Zajęcia prowadziły: nauczyciel przedszkola Sylwia Leszczyk i nauczyciel edukacji wczesnoszkolnej Ewa Wysocka. Oto efekty naszej pracy.



"Gramy Zmysłami"



W dniach 10 – 17 stycznia 2023 w świetlicy Kliniki Urologii i Kliniki Neurochirurgii odbyły się zajęcia w ramach Ogólnopolskiego Projektu Edukacyjnego „Gramy Zmysłami” – II Edycja. Zajęcia dotyczyły teatryku cieni i eksperymentów, ponieważ tematem przewodnim stycznia był zmysł wzroku. Nauczycielki zaprezentowały jedną bajkę, a następnie pokazały dzieciom, na czym polega teatryk cieni i wraz z nimi przedstawiły inne bajki: „Podwodny Świat”, „Niesamowite maszyny”, „Zaczarowane Królestwo”. Atmosfera podczas teatryków była magiczna. Dzieci po raz pierwszy oglądały cienie, uczyły się je tworzyć i nimi bawić.

W ramach realizowanego projektu dzieci brały czynny udział w wykonywaniu i obserwacji eksperymentów z użyciem wody, barwników oraz naczyń szklanych i kolorowych stówek.

Te doświadczenia dały dzieciom okazję do odkrywania i zgłębiania fascynującego świata przyrody i techniki.

Celem zajęć było wyostrezenie zmysłu wzroku i rozbudzenie wyobraźni.



PODRÓŻE MAŁE I DUŻE - POLSKA



3 Zamkowa Polska

Uczniowie klas 1 - 3 z wszystkich klinik tym razem tworzyli plakaty informacyjne na temat wybranych zamków w Polsce.

Zamieszczali w nich wiadomości na temat powstania zamków, ich umiejscowienia i budowy, właścicieli i osób z nimi związanych, herbów, roli zamków w wydarzeniach z przeszłości, a także legend, w których były wymieniane...

Zamek w Baranowie Sandomierskim



Klinika Rehabilitacji

Zamek na Wawelu



Klinika Neurochirurgii i Urologii,
Klinika Kardiologii

Zamek Ogrodzieniec



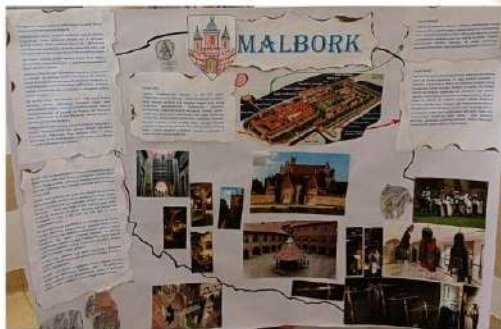
Klinika Chirurgii

Zamek Królewski w Warszawie



Klinika Neurologii,
Klinika Nefrologii

Zamek w Malborku



Klinika Onkologii

Zamek Dunajec w Niedzicy



Klinika Okulistyki,
Klinika Pediatrii

Zamek w Pieskowej Skale



Klinika Endokrynologii i Diabetologii,
Oddział Audiologii i Foniatrii

Zamek w Krasiczym



Klinika Gastroenterologii

Kącik mądrego rodzica

JAK URZĄDZENIA MOBILNE WPŁYWAJĄ NA ROZWÓJ DZIECKA?

Rozpoczęcie edukacji szkolnej jest czasem, kiedy nauczyciele i pedagodzy zauważają nieprawidłowości rozwojowe u dzieci, wiele z nich to również skutek używania smartfonów i tabletów w pierwszych latach życia.

Najczęstszym problemem są trudności z pisaniem i czytaniem. Dziecko, które przyzwyczajone jest do częstego używania smartfona:

- ma kłopoty z małą motoryką, ponieważ używanie dotykowych urządzeń mobilnych upośledza zmysł dotyku. Dziecko powinno poznawać różne faktury i kształty przedmiotów, tymczasem zna jedynie płaski i gładki ekran, którego dotyka głównie palcem wskazującym i kciukiem; Nie doskonali wszystkich rodzajów chwytów, często nie ma opanowanego trójpunktowego chwytu, za pomocą którego potrafimy w prawidłowy sposób utrzymać w dłoni długopis podczas pisania.
- pojawiają się wady wzroku, a do ich rozwoju przyczyniają się ekrany smartfonów trzymane zbyt blisko twarzy.
- wady postawy – „smartfonowa szyja”, czyli charakterystyczne pochylenie głowy, przygarbienie, które prowadzi do bólów głowy, szyi, karku, łopatek oraz drętwienie rąk
- zespół cieśni nadgarstka, który powoduje upośledzenia motoryki małej - poprzez mrowienie, drętwienie i puchnięcie palców skutkuje niemożnością wykonywania precyzyjnych ruchów palcami
- otyłość – dziecko spędzające czas wolny ze smartfonem, tabletem lub przed komputerem prowadząc siedzący tryb życia, nie dostarcza swojemu rozwijającemu się ciału odpowiedniej dawki ruchu
- rozwój i pogłębianie się wad kręgosłupa
- osłabienie siły mięśniowej



NIE ROZWIJAJĄ MOWY

Obserwowanie mimiki i słuchanie języka jest przetwarzane przez mózg i rozwija jego struktury jedynie, kiedy odbywa się między prawdziwymi ludźmi, w realnym świecie. Poznawanie słów przez ekrany nie rozwija mowy.



ZAKŁÓCAJĄ STYMULACJĘ SPOŁECZNĄ I ROZWÓJ EMPATII

Rozpoznawanie twarzy i emocji, utrzymywanie kontaktu wzrokowego oraz bliskość fizyczna i przytulanie przekładają się na umiejętność nawiązywania więzi i tworzenie relacji.



NADMIERNIE POBUDZAJĄ NIEDOJRZAŁY SYSTEM NERWOWY

Światło ekranu może zaburzać cykl dobowy wpływając negatywnie na jakość i ilość snu oraz pory wypoczynku. Kiedy system nerwowy nie jest w stanie wyciszyć się, proces uczenia się światła przebiega w sposób zaburzony.

- zaburzenia koncentracji
- braku kontroli emocjonalnej
- zaburzeń zachowania
- rozkojarzenia
- przebodźcowanie

Następstwa **przebodźcowania** spowodowanego niewłaściwym korzystaniem z urządzeń mobilnych:

- dziecko, aby zainteresować się czymś potrzebuje coraz większej ilości bodźców, tradycyjne zabawki lub książki nie są dla niego atrakcyjne
- nadruchliwość, wynikająca z tego, że dziecko uspokaja się jedynie trzymając w dłoni smartfon, nie potrafi znaleźć sposobu na nudę
- problemy z mówieniem - brak jest kontaktów interpersonalnych, kiedy nikt do dziecka nie mówi, ono także do nikogo się nie odzywa, nie ma stymulacji do nawiązywania kontaktu z innymi
- nierówny rozwój półkul mózgowych. Każda z nich odpowiedzialna jest za inne funkcje – lewa odpowiada za koncentrację, zdolności językowe, pamięć, rozumienie, myślenie logiczne, analizowanie, pisanie; prawa natomiast odpowiedzialna jest za myślenie abstrakcyjne, kreatywność, twórczość (Walsh, 1998). Jeśli napływające do mózgu bodźce ciągle stymulują tylko jedną półkulę, druga jest blokowana. Smartfon, tablet i komputer, które atakują nas w głównej mierze tylko bodźcami wzrokowymi, nadmiernie stymulują prawą półkulę, czego naturalnym następstwem jest upośledzenie funkcji, za które odpowiada półkula lewa.



NARAŻAJĄ MŁODY MÓZG NA UZALEŻNIENIA

Dużo bodźców na ekranie, to silne uczucie przyjemności i pobudzenie układu nagrody, a to droga do uzależnienia się. Kiedy kończy się stymulacja, nastrój szybko spada i trudno zaangażować się w aktywności w świecie realnym i odczuwać przyjemność offline.



PRZYŚLANIAJĄ REALNY ŚWIAT

Ekran przemęcza system nerwowy dziecka i ogranicza zdolność uczenia się, jeszcze długo po odłożeniu go. Kiedy system uwagi nie działa poprawnie, uczenie się jest opóźnione.



ROZPRASZAJĄ I NIEPOKOJĄ PRZEZ ZMIENNOŚĆ OBRAZÓW

Dobre otoczenie dla rozwijającego się mózgu posiada stabilną strukturę, bogatą w stałe elementy, czyli znajome obiekty i twarze. Brak tej stabilności może wywoływać reakcje lękowe.

Materiały pochodzą ze stron:

- https://psychoprofilaktyka.kielce.eu/wsparcie_dla_rodzicow/ciekawe_artykuly/9
- https://www.facebook.com/dbamomozasieg/posts/164736112973123?comment_id=594967819134690&reply_comment_id=862404051651595¬if_id=1675136830855506¬if_t=comment_mention&ref=notif

10 zasad higieny cyfrowej

Jak nie uzależnić się od smartfona

1

Kontroluj czas przed ekranem.



Jak długo dzisiaj byłem w sieci?
W jakim celu sięgam po smartfon?



Relaksuj się i odpoczywaj.

...bez urządzeń ekranowych!

6

2

Odkładaj smartfon.



Nie noś go przy sobie non stop.
W czasie pracy lub nauki,
zabierz go z zasięgu wzroku.



Szukaj zainteresowań poza siecią.

Ludzie bez zainteresowań offline
łatwiej się uzależniają od smartfona.

7

3

Wyłącz powiadomienia.



Wyłącz dźwięki i plakietki.
Nie sprawdzaj co chwilę wiadomości.

Planuj czas bez internetu.



Świadomie spędzaj czas bez sieci.
Rób sobie cyfrowe detoksy.

8

4

Nie rób wielu rzeczy na raz.

W czasie pracy lub nauki,
wyłącz aplikacje w tle
i serwisy społecznościowe.



Zadbaj o swój sen.

1-2h przed snem bez ekranu.
Nie bierz smartfona do sypialni.
Kup budzik!

9

5

Trenuj swój mózg w sposób analogowy.

Ćwicz koncentrację,
pamięć,
logiczne myślenie.



Dbaj o relacje.

Kontakt w sieci to nie relacja.
Relację zbudujesz tylko offline.
Dobre relacje chronią przed uzależnieniem.

10

Włochy

PALCEM PO MAPIE



Włochy to kraj przepiękny i pełen majestatycznych zabytków, tak licznie przyciągających na wakacje turystów z całego świata. Można tu odnaleźć niepowtarzalne bogactwo wspaniałych dzieł - od antycznych, greckich i rzymskich po średniowieczne, renesansowe, barokowe i współczesne. Poza kulturowym dziedzictwem Włoch specyficzny charakter dodaje także unikalna kultura, tradycja, kuchnia oraz urzekające krajobrazy i wspaniałe plaże.



Rzymskie Koloseum

KONTYNET - EUROPA
STOLICA - RZYM
LICZBA LUDNOŚCI - 60 483 973
POWIERZCHNIA KRAJU -
302 072 KM²
(71 MIEJSCE NA ZIEMI)



Panorama Rzymu - stolicy Włoch



Panorama Portofino - miasteczka nad Morzem Liguryjskim

A to ciekawe!

Najdłuższe włoskie słowo precipitevolissimevolmente oznacza „na teb, na szyję”.
 W Polsce najpopularniejsze nazwiska to Nowak i Kowalski, a we Włoszech – Rossi.
 Włosi uważają, że wyspa Poveglia jest nawiedzona – dlatego zakazano do niej publicznego dostępu
 Pechową liczbą dla Włochów jest liczba 17.
 We Włoszech produkuje się ok. 300 rodzajów makaronów!

WŁOSKIE NAJ...

- NAJWYŻSZE WZNIESIENIE - MONTE BIANCO (4809 M. N.P.M.)
- NAJDŁUŻSZA RZĘKA - PAD (652 KM)
- NAJKRÓTSZA RZĘKA - FIUMELATTE (OK. 250 METRÓW)
- NAJWIĘKSZE JEZIORO - GARDA (370 KM² POWIERZCHNI)
- NAJWIĘKSZE MIASTO - RZYM (4 331 856 MIESZKAŃCÓW)
- NAJWIĘKSZA WYSPA - SYCYLIA (25,711 KM² POWIERZCHNI)

Wenecja słynie z kanałów po których pływają promy i gondole



Mediolan uważany jest za włoską stolicę mody i biznesu

Czy wiesz, że...?

- Włochy oblewają morza: Liguryjskie, Jońskie, Tyrrenyjskie Adriatyckie i Sycylijskie. Wszystkie są częściami Morza Śródziemnego.
- Ekspres do kawy uważa się za największy włoski wynalazek. Został zbudowany w 1884 roku przez Angelo Moriondo.
- Najstarsza uczelnia na świecie znajduje się we Włoszech. Uniwersytet Boloński został założony w 1088 roku.
- We Włoszech wynaleziono takie instrumenty muzyczne jak fortepian, organy, skrzypce i gitara.
- We włoskim alfabecie nie ma liter: W, X, Y, K, oraz J.
- Wszystkie włoskie słowa kończą się samogłoskami: i, a, e, o, u.

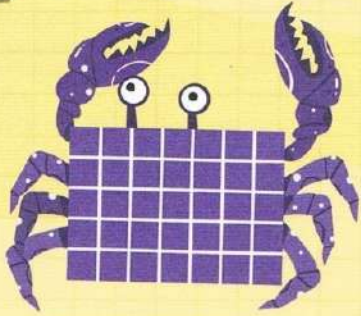


Florencja - miejsce narodzin włoskiego renesansu

ZAGADKA MATEMATYCZNA

#11

Który krab jest większy? Zapisz działania. oblicz i wpisz znaki: $<$, $>$ lub $=$.

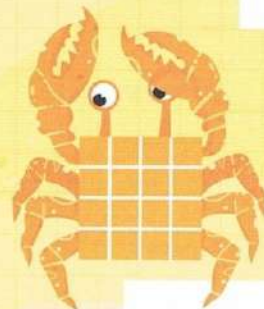
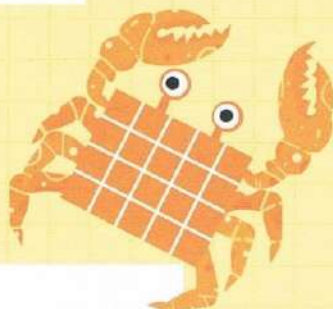
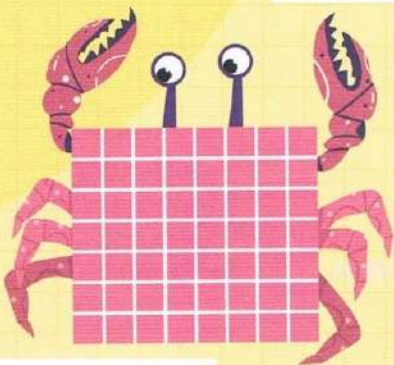
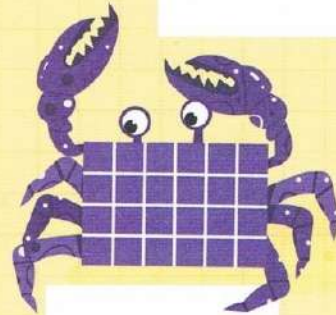
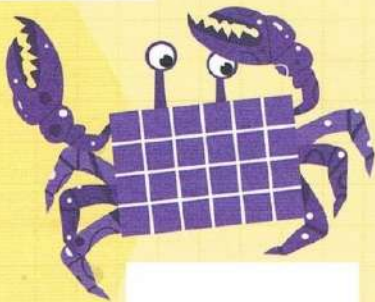
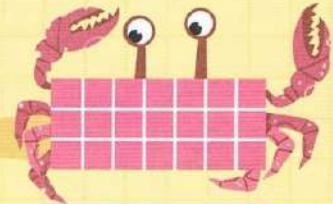
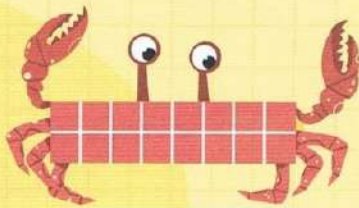


$$5 \cdot 7 = 35$$



$$6 \cdot 6 = 36$$

$<$



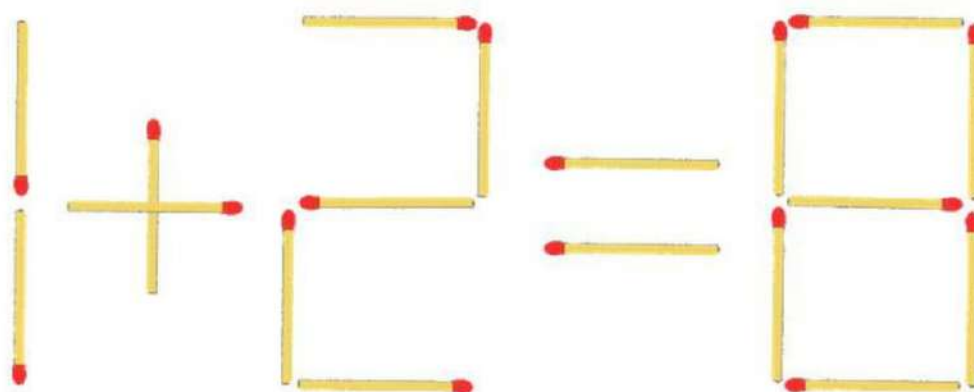
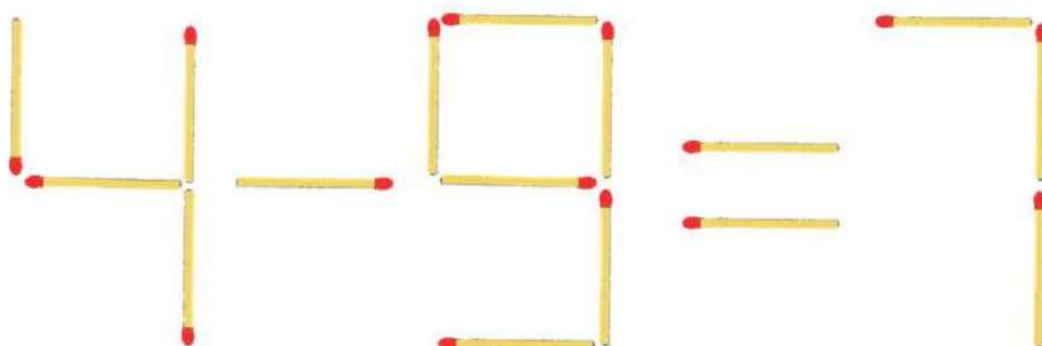
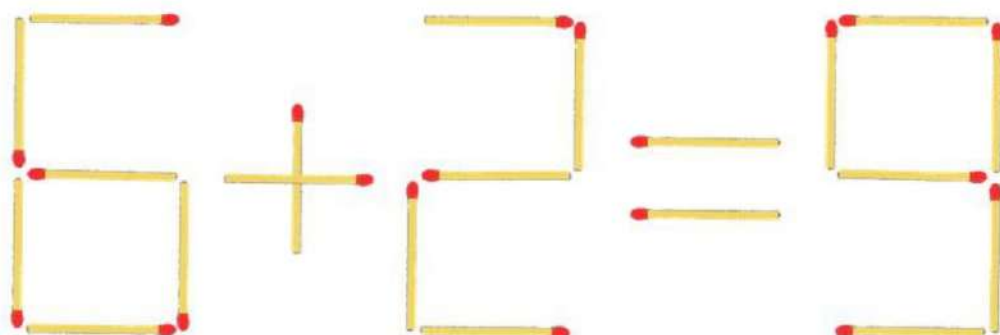
KĄCIK RELAKSU

Wyteż wzrok - znajdź 10 różnic.



Leh / Shutterstock

Przełóż jedną zapałkę tak, by działanie było poprawne.



Ułóż swoją zagadkę z zapałkami:

.....

Rozwiąż SUDOKU

1	3	2	4
4		3	1
3	1		2


2		3	1
	1		
1		4	
	3		2

1		3	
4		2	1
	4		2
		4	

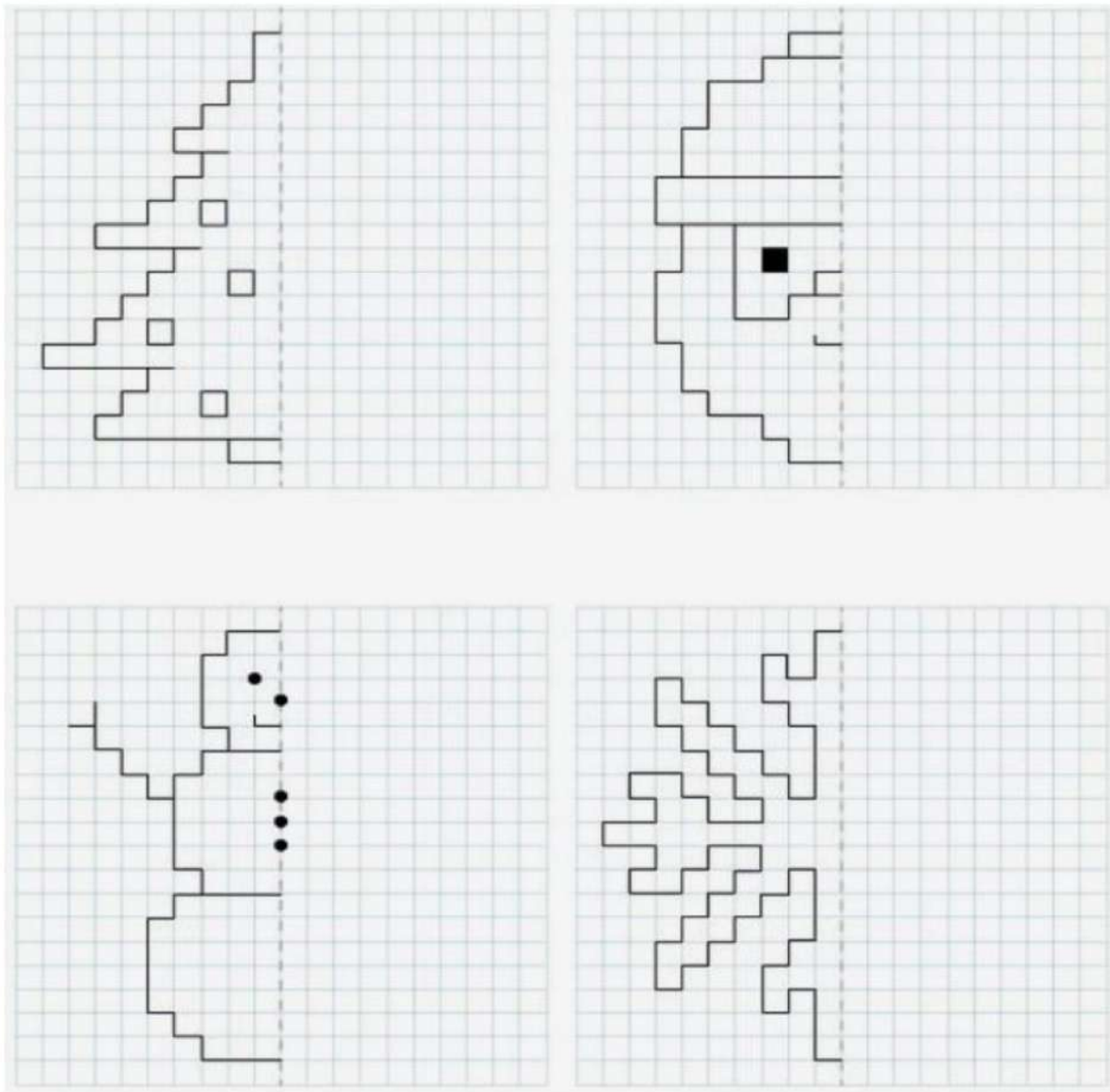
	4	3	
2		1	4
4	1		3
			1

Rozwiąż krzyżówkę matematyczną.

7 - 3 =		+ 2 =	
	+	-	
	5	4	
	=	=	
	+ 1 =	6 + =	
-	2	-	
=		+ 4 =	
	- 2 =	5	-
	+	3	3
	=	+ 4 =	=
2 + =	+	- 5 =	
-	3	-	=
=		3 + = 5	
	+	=	
	+ 4 =		



Dokończ rysunki.



Rozwiąż zimowy rebus.



Ilustracje zaczerpnięte z Internetu

SZKOŁA NA WESOŁO

Na lekcji języka polskiego nauczyciel pyta:

- Czym będzie wyraz "chętnie" w zdaniu: "Uczniowie chętnie wracają po wakacjach do szkoły"?

Zgłasza się Jasio:

- Żartem, proszę pana.

- Maaamooo, ja nie chcę iść do szkoły!

- Jasiu, przecież zaczął się rok szkolny i musisz iść!

- Ale ja nie lubię szkoły!

- Jasiu! Idź, będzie bardzo miło.

- Ale dzieci mnie nie lubią!

- Jasiu! Musisz iść do szkoły, w końcu jesteś przecież dyrektorem.

- Jasiu, co powiesz o jaskółkach?

- To bardzo mądre ptaki. Odlatują, gdy tylko rozpoczyna się rok szkolny.

Jaś pyta tatę:

- Ile jest kilometrów z Warszawy do Lublina?

- 180.

- A z powrotem?

- Tyle samo.

- Nie możliwe! Przecież pomiędzy Wigilią a Nowym Rokiem jest tylko jeden tydzień, a między Nowym Rokiem a Wigilią cały rok!

- Na lekcji pani pyta Jasia: Jasiu, czemu nie liczysz?

- Ja po prostu liczę na innych, proszę pani.

Moja droga Mamusiu!
dziękuję Ci za opiekę i bardzo
wielką cierpliwość.

Niedługo wyjdziemy ze szpitala.

Kocham Cię!

Twoja Milenka

kl. II, Klinika Neurologii



ŻACZEK - CZASOPISMO NASZE, O NAS I DLA NAS!



**Redakcja: B. Grączewska, B. Kałużna, A. Kozmana,
I. Maciejewska, A. Matejczuk - Magdziarz,
K. Puchnowska, S. Leszczyk, E. Wysocka, K. Przygoda**

Źródła:

Koloseum: <https://tinyurl.com/5a78awvd>
Flaga Włoch: <https://www.vectorstock.com/royalty-free-vector/waving-italy-flag-isolated-on-a-white-background-vector-17376035>
Panorama Rzymu:
Mapa Włoch: <https://images.mapsofworld.com/italy/map-of-italy.jpg>
Portofino: https://travelitaly.pl/wp-content/uploads/2021/08/view-of-portofino-town-and-port-with-boats-italy_shutterstock_1564905226-scaled.jpg
Florencja: <https://tinyurl.com/3vjuevpx>
Wenecja: <https://tinyurl.com/pddc8emb>
Mediolan: <https://tinyurl.com/2avtey87>
Mona Lisa: <https://tinyurl.com/297rad63>
Ciekawostki Włochy: https://pl.wikipedia.org/wiki/Geografia_W%C5%82och
Ciekawostki Włochy: <https://www.vacansoleil.pl/blog/ciekawe-miejsca/ciekawostki-o-wloszech-ktore-musisz-poznac/>
Ostatnia strona: <https://www.ideas.org.au/blogs/inclusive-school-holiday-activities-winter-2020.html>
Zdjęcie z okładki: Filip Kwiatkowski, <https://www.facebook.com/Go2Warsaw/photos/a.4038662329500872/4038645872835851/?type=3>