

# Tęczowa Planeta



GAZETKA ZESPOŁU SZKÓŁ NR 86  
w SZPITALU DZIECIĘCYM ul. Niekłańska  
i w WOJSKOWYM INSTYTUCIE MEDYCZNYM ul. Szaserów

NUMER 80  
ROK SZKOLNY 2013/2014

## WYDANIE SPECJALNE - PROJEKT „RADOSNY UŚMIECH, RADOSNA PRZYSZŁOŚĆ”



Szczotka, pasta, kubek, ciepła woda,  
tak się zaczyna wielka przygoda.  
Myję zęby, bo wiem dobrze o tym,  
kto ich nie myje ten ma kłopoty.  
Żeby zdrowe zęby mieć,  
trzeba tylko chcieć.



Szczotko, szczotko, hej szczoteczko,  
zatańcz ze mną, tak w kółeczko,  
w prawo, w lewo, w lewo, w prawo,  
po jedzeniu, kręć się żwawo.  
Bo to bardzo ważna rzecz,  
żeby zdrowe zęby mieć.

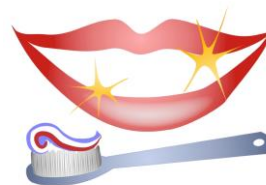


Ewa Chotomska „Myj zęby”





# Projekt „Radosny uśmiech, radosna przyszłość”.



W październiku nasza szkoła zakończyła realizację projektu „**Radosny uśmiech, radosna przyszłość**”. Realizowany był w ramach programu „Warszawskie Inicjatywy Edukacyjne” (WIE). Celem projektu była promocja zdrowia i kształtowanie postaw prozdrowotnych. Dzieci dowiedziały się, jak dbać o zęby i jak zapobiegać najczęstszym chorobom jamy ustnej; poznały też zasady zdrowego odżywiania się.

Edukacją zdrowotną w zakresie zdrowia jamy ustnej nasza szkoła objęła dzieci w wieku przedszkolnym, dzieci i młodzież szkolną oraz rodziców. Projekt opracowała i koordynowała pani Anna Gajc. Realizowany był od czerwca do października 2013 r. W ramach przyznanych funduszy szkoła zakupiła materiały do zajęć plastycznych, chustę animacyjną do zabaw integracyjnych i przeznaczone do biblioteki książki na temat higieny jamy ustnej. Zorganizowano sześć spotkań, w tym dwa ze stomatologiem, jedno z dietetyczką, a trzy spotkania zostały przeprowadzone przez nauczycieli naszej szkoły. Łącznie w warsztatach wzięło udział 112 dzieci. Po każdym spotkaniu uczestnicy zajęć otrzymywali szczoteczki do zębów i Dyplomy Śnieżnobiałego Uśmiechu.



W czerwcu i październiku gościliśmy stomatologa, higienistkę dentystyczną oraz wolontariuszki z Fundacji Wiewiórki Julii. Panie przygotowały ciekawe prezentacje na temat nawyków i postaw służących zdrowiu jamy ustnej. Uczyły, jak prawidłowo szczotkować zęby, a dzieci chętnie brały udział w tych ćwiczeniach. Mali pacjenci przelamali swój strach przed wizytą u dentysty. Goście przygotowali dla uczestników spotkania wiele nagród i atrakcji, zachęcali do profilaktycznych badań jamy ustnej.



W ramach programu – 3 października 2013 roku – dietetyczka wraz z asystentką z firmy Naturhouse spotkały się z naszymi uczniami, by porozmawiać o tym, jak dieta wpływa na zdrowie naszych zębów. Uczniowie dowiedzieli się co to jest szkliwo, jakie produkty mogą je niszczyć i sprzyjać próchnicy, co jeść, by mieć zdrowe i mocne zęby, czy warto żuć gumę do żucia. Młodzi słuchacze zostali ostrzeżeni przed zagrożeniami płynącymi z niewłaściwej diety, a w szczególności przed nadwagą i otyłością. Otrzymali materiały edukacyjne o zdrowym żywieniu związane z aktualną kampanią społeczną Naturhouse „Uwaga Nadwaga”.



Przed wakacjami, w ramach projektu, pani Ania Gajc przeprowadziła zajęcia poświęcone higienie jamy ustnej. Na spotkaniu dzieci obejrzały teatrzyk lalkowy „Kłopoty pana Krokodyla”. Mali pacjenci dowiedzieli się, jak dbać o zęby, jakiej używać pasty i szczoteczki, jak często odwiedzać stomatologa. Ćwiczenia praktyczne polegały na posegregowaniu produktów zdrowych i szkodliwych dla zębów. Nauczyciel na modelu objaśniał i pokazywał, w jaki sposób prawidłowo szczotkować zęby. Następnie każde dziecko ćwiczyło tę umiejętność. Potem wszyscy zaśpiewali piosenkę „Myję zęby” oraz wykonali pracę plastyczną „Piękny uśmiech”.





We wrześniu i październiku odbyły się kolejne zajęcia prowadzone przez nauczycieli naszej szkoły na temat higieny jamy ustnej. Uczniowie obejrżeli film „Baba Jaga u dentysty”. Po projekcji wysłuchali pogadanki o tym, jak należy dbać o zęby. Zdobytą wiedzę mogli zaprezentować, rozwiązując zadania edukacyjne na tablicy interaktywnej. Później mali pacjenci tańczyli z chustą animacyjną do piosenki „Śnieżnobiały uśmiech”. Na zakończenie spotkania dzieci przygotowały pracę plastyczną o pięknym uśmiechu.



Realizacja projektu przebiegała sprawnie i terminowo. Zajęcia były interesujące, dostosowane do potrzeb i możliwości dzieci. Poszerzyły wiedzę dzieci i rodziców na temat profilaktyki jamy ustnej. Dzięki udziałowi w projekcie pozyskaliśmy chustę animacyjną do zajęć i książki. Nawiązaliśmy współpracę z Fundacją Wiewiórki Julii i firmą Naturhouse.



Opracowała Anna Gajc

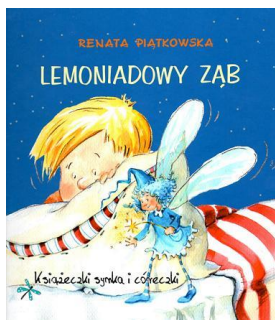


\*\*\*

## Biblioteka poleca...



W ramach programu „Radosny uśmiech” zostały zakupione do biblioteki szkolnej książki powiązane w różny sposób z tematem zębów, higieny jamy ustnej, dbałości o własne zdrowie. Poniżej prezentujemy jedną z nich.



Każdy ma swoje problemy. Dorośli swoje, a dzieci swoje. Przychodzi taki czas w życiu młodego człowieka, że trzeba jakoś przeżyć wypadanie zębów i cierpliwie poczekać, aż wyrosną te stałe. W takiej sytuacji znalazł się właśnie Marcin, bohater opowiadania **Renaty Piątkowskiej „Lemoniadowy ząb”**. Chłopiec jest w rozterce. Wie, że powoli rozstaje się z dzieciństwem i to go cieszy. Obawia się jednak, że poprawne mówienie i próba powiedzenia choćby zdania w stylu: „Żaba żuje żelki”, to już będzie poważne wyzwanie. Wizja naśmiewających się z niego kolegów trochę przeraża. Na szczęście są jeszcze babcie. To właśnie babcia przypomina chłopcu o wizycie zębowej wróżki. Wymarzona betoniarka za jeden mały ząbek, to jest coś! A przecież będą wypadać kolejne! A „są jeszcze koparki, śmieciary, wozy strażackie, traktory”...

Dlaczego ząb Marcina jest lemoniadowy? Co z zębami zebranymi od dzieci robi zębowa wróżka? Na te pytania poznacie odpowiedź po lekturze tego zabawnego opowiadania.

Opracowała Joanna Brandys

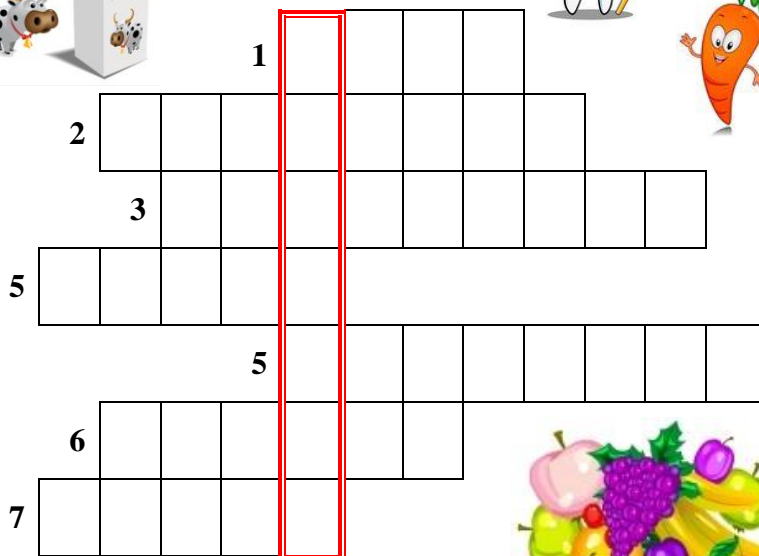


\*\*\*

## Zagadki pani Izy

Rozwiąż krzyżówkę.

- Każdy z nas, dopóki nieduży tylko ich dwadzieścia ma. Choć wypadną, będą nowe i to aż trzydzieści dwa.
- Cukierki, wafelki, batoniki. Po ich zjedzeniu koniecznie należy umyć zęby.
- Dobra gotowana, jeszcze lepsza surowa, choć nie pomarańczowa a pomarańczowa.
- Ten biały napój daje ci zdrowie. Nie możesz zgadnąć? Kotek ci podpowie.
- Uciekło ode mnie zdrowie. Tam go poszukam, gdzie jabłka i jarzyny, bo zdrowie ponad wszystko to...
- Produkty smaczne i zdrowe. Mleko, masło, ser, jajka i śmietana to...
- Jabłko, gruszka i śliwka.



## Arcydzieła malarstwa

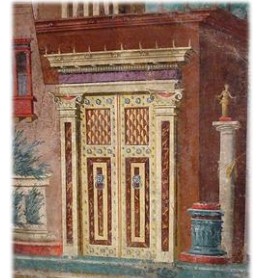


24 sierpnia 79 r. n. e. gwałtowny wybuch Wezuwiusza zniszczył leżące w pobliżu miasta Pompeje, Herculanium i Stabie. Przez prawie siedemnaście wieków miejscowości te były pokryte kilkumetrową warstwą zastygłej lawy i popiołu. Dopiero w 1748 r. odkopano je. Nasza wiedza o kulturze rzymskiej byłaby uboższa, gdyby prace archeologiczne nie odsłoniły ulic i budowli całego



antycznego miasta. Odkryto wówczas domy ze ścianami pokrytymi malowidłami i mozaikami. Dzięki temu możemy poznać antyczne malarstwo, gdyż są to właściwie jego najwspanialsze zachowane ślady.

Zamożni Rzymianie ozdabiali swoje domy freskami, czyli malowidłami wykonanymi na tynku oraz mozaikami, czyli obrazami składającymi się z wielu niewielkich kawałków kolorowych kamieni wmurowanych w ścianę. Malowano krajobrazy, motywy architektoniczne, sceny mitologiczne, martwe natury oraz wizerunki ludzi i zwierząt. Ówczesni artyści bardzo dobrze rozwinęli malarstwo iluzjonistyczne, którego zadaniem było optycznie powiększenie ciasnego pomieszczenia. Obrazy przedstawiające architekturę wewnątrz otwierały przed patrzącym złudzenie głębi. Wrażenie przestrzeni uzyskiwano dzięki „otwarcu” na ogród, czy szerszy pejzaż



okolicy. Malowano wprost na ścianach „zawieszane” obrazy, a pomiędzy nimi ornamenty. W jadalniach często spotykane były malowidła przedstawiające martwe natury złożone z ryb, ptaków, owoców, szklanych naczyń z wodą.

Malarstwo starożytnego Rzymu pełniło głównie funkcje dekoracyjne.



Opracowała Iwona Kowalczyk



\*\*\*

## Instrumenty znane i nieznane



**Dulcymer** –po raz pierwszy instrument ten pojawił się na początku XIX wieku i nazwany został dulcymerelem górskim, wywodził się bowiem z Apallachów. Na dulcymerze gra się podobnie jak na gitarze, trzymając instrument pionowo lub poziomo. Jest wyposażony w trzy lub cztery struny. Dulcymer to interesujący brzmieniowo, choć zapomniany już instrument, który widuje się teraz niezwykle rzadko.

**Klawikord** to instrument klawiszowy, który swoje najwspanialsze czasy ma już za sobą (renesans i barok w muzyce). Nazwa instrumentu pochodzi od słów „clavis” –klawisz i „chorda” – struna. Klawikord składa się z pudła rezonansowego w kształcie prostokątnej skrzynki oraz klawiatury. Instrument ten stawiany był przeważnie na stole. Klawikord wydaje ciche dźwięki wydobywane przez uderzanie strun. Wykorzystywany był do wykonywania muzyki kameralnej. W II połowie XVIII wieku został wyparty przez fortepian. Wielkim zwolennikiem klawikordu był Carl Bach. Obecnie klawikord wykorzystują nawet muzycy rockowi.



Opracowała Joanna Podemniak

W gazecie wykorzystano:

- wiersz: E. Chotomskiej „Myj zęby”

Redakcja: A. Gajc, I. Kowalczyk, M. Lewkowicz, J. Podemniak, J. Brandys

Hasło: zdrowie

