



M3 laikraštukas 2016 *Gruodis*

Buivydiškių pagrindinė mokykla

Šiame numeryje skaitykite:

- *Kalėdinis protų mūšis*
- *Kalėdinė išvyka į Tiltus*
- *Vaikų svajonė*
- *Kalėdinių atvirukų ir žaisliukų konkursas*
- *Bibliotekoje naujos knygos*
- *Kas mūsų laukia 2017 metais*

Pasaulinės AIDS dienos minėjimas 2016

Lapkričio 30d. mokykloje buvo minima Pasaulinė AIDS diena. 13 val. mokiniai tiesiogiai stebėjo prof. dr. Sauliaus Čaplinsko paskaitą „Aids: geriau žinoti. Šios dienos tikslas ugdyti toleranciją užsikrėtusiems ŽIV ir sergantiems AIDS asmenims. Profesorius S. Čaplinskas paaiškino, kas yra ŽIV ir AIDS, kodėl nepavyksta sustabdyti ŽIV epidemijos? Kodėl ŽIV paplitimas mūsų kaimynystėje vienas didžiausių? Kas lemia ŽIV gydymo sėkmę? Kaip apie ŽIV ir AIDS turi žinoti kiekvienas?



Svarbu teisingai rūpintis savo sveikata visais aspektais – taip savo pranešimą pabaigė S. Čaplinskas.

Visą šią savaitę į pasaulinės ŽIV/AIDS dienos minėjimą įsitraukė ir biologijos, etikos,



pilietiškumo bei tikybos mokytojai. Socialinė pedagogė parengė informacinį stendą.

Faktai apie arbatą

- Arbata buvo atrasta Kinijoje ir atgabenta į Japoniją. Pasakojama, kad Gautama Buda atrado arbatą, kai, jam medituojant sode, krentantis lapas nusileido į jo puodelį.
- Arbata naudinga dantims. Joje yra flavonoidų ir floro, kurie užkerta kelią kariesui.
- Arbata yra antras pagal populiarumą gėrimas po vandens, tačiau jei atmetus vandenį, arbata – populiariausias gėrimas pasaulyje, alus – antras pagal populiarumą.
- Arbatos pertraukėlės – vienas geriausių būdų sužinoti naujienas. Net 80 % įmonių darbuotojų pripažįsta, kad daugiausia svarbių reikalų sutvarko ar naujienų sužino gerdami su kolegomis arbatą.
- Arbatos puodelyje 40 mg kofeino, o kavoje – 110 mg.
- Arbatos rūšys dalijamos pagal kategorijas: juodoji, raudonoji, žalioji. Tarp kitų kategorijų – baltoji ir geltonoji.



Obuolių diena

Gruodžio 12 dieną būrelis “Darbščiosios rankos” nariai gamino patiekalą iš obuolių. Kepė obuolius su medumi, riešutais, varške ir gardino šokoladu. Apie obuolių naudą žmogaus organizmui kalbėjo sveikatos specialistė Vaclava Račickienė ir socialinė pedagogė Nijolė Šikšnienė.



Obuolių nauda sveikatai

- Gausūs naudingų maistinių medžiagų šaltinių, daug vitaminų ir mineralų
- Saugo nuo vėžinių susirgimų
- Saugo nuo astmos
- Reguliuoja cukraus kiekį kraujyje
- Saugo nuo širdies ir kraujagyslių ligų
- Mažina trombų susidarymo tikimybę
- Mažina cholesterolio kiekį kraujyje
- Lėtina senėjimo procesus
- Gerina virškinimą

Mokslininkai nustatė, kad kasdien suvalgant po 2 obuolius cholesterolio kiekis sumažėja 16%. Mūsų protėviams obelis ir jos vaikas – gyvenimo, meilės, vaisingumo, grožio simbolis. Pasodinti obelį prie namų buvo tokia pat pareiga, kaip ir ažuolą. Obelis laikyta šventu medžiu, manyta, kad ji suteikia žmogui teigiamos energijos. Dovanoti obuolį reiškia linkėti sveikatos, laimės. Mūsų mokyklos sveikatos specialistė Vaclava Račickienė linki visiems sugrauzti per dieną bent po tris obuoliukus, daug šypsotis ir niekada nesirgti.



Kalėdinė išvyka į etnografinį Tiltų kaimą



Susipažinti su Tiltų kaimu Trakų rajone mūsų mokyklos bendruomenei padėjo edukacinė išvyka. Tiltai – etnografinis gatvinis režinis Rūdiškių seniūnijos kaimas pietiniame Trakų rajono pakraštyje, nuo rajono centro nutolęs 32 km, nuo seniūnijos centro – 16 km, nuo Valkininkų miestelio (Varėnos r.) – 6 km į šiaurę. Tiltuose ir aplinkiniuose kaimuose nuo seno gyvena dzūkai, kalbantys tarmiška kalba. Nuo pat įsikūrimo, kaimas priklauso Valkininkų parapijai.



Sužinojome, jog Tiltų vardas siejamas su tiltu, nutiestu per Gelužos upelį. 1641 m. Valkininkų karališkųjų girių aprašyme pirmą kartą paminėtas kvartalas – Naujasis Tiltas, per kurį iš miško buvo gabenama mediena į Valkininkų dvarui priklausančias geležies lydymo, kalimo, patrankų liejimo ir kitas įmones. Kadaise čia buvo raistai, klampi, pelkėta vieta. Praėjimui buvo klojami rąsteliai, todėl vietos gyventojai mano, kad dėl tų rąstinių tiltelių ir tilto per Gelužą kaimas buvo pavadintas Tiltais. 1971 m. Tiltų kaimui suteiktas vietinės reikšmės architektūros paminklo statusas. Etnografinis gatvinis režinis kaimas yra įtrauktas į kultūros vertybių registrą. Kaime yra išlikusios senos tradicijos: bendra ganiava, bendra pirtis. Kaimas garsėja dainomis, audiniais, pynimo iš lazdyno, žilvičio vytelių amatais, giliomis bitininkavimo tradicijomis. Pasivaikščioję po kaimą, Tiltų bendruomenės salėje vyko Kalėdiniai žaidimai, rateliai bei įvairios užduotys, Kūčių burtai. Smagu buvo, nes visą laiką mus linksmino kaimo kapela. Pasibaigus programai, ėjome valgyti dzūkiškų pietų. Ypatingai skanūs buvo grikių blynai. Padėkoję šeimininkėms, už šiltą priėmimą, iškeliavome namų link.

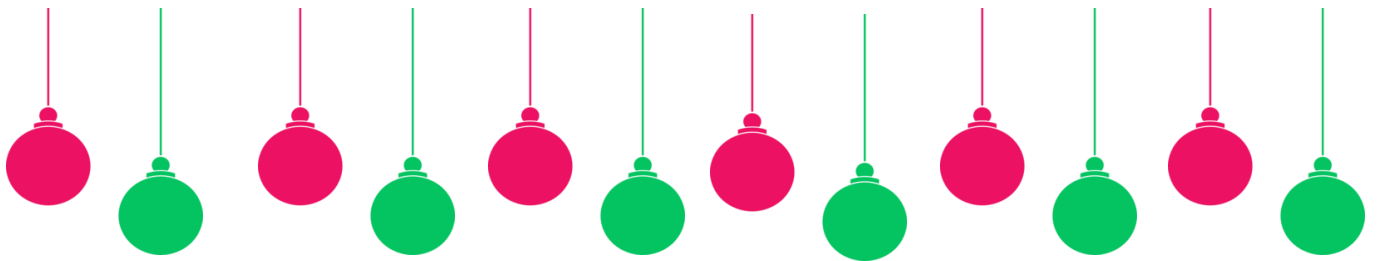




Kalėdinių atvirukų ir žaisliukų konkursas

Baigėsi 5-10 klasių mokinių kalėdinių atvirukų ir žaisliukų konkursas. Šio konkurso tikslas buvo skatinti ir plėtoti informacinių technologijų pažinimą, ugdyti mokinių kūrybiškumą ir meninę saviraišką. Mokinių darbus vertino komisija, kuri išrinko gražiausius, įdomiausius bei estetiškiausius darbus. Kalėdinio atviruko ir žaisliuko nugalėtoja tapo 5-os klasės mokinė Izabelė Vilimaitė. II-ąją vietą Kalėdinio atviruko konkurse laimėjo 9-okė Kornelija Marija Aliukonytė, III-ąją vietą užėmė 9 klasės mokinė Miglė Burokaitė. II-ąją vietą žaisliuko konkurse užėmė 5-okė Simona Pupeikytė, o III-ąją vietą 10-okas Karolis Verbickis. Sveikiname nugalėtojus.





Vaikų svajonės

Projektas „Vaikų svajonės“ pradėtas 2010 m. kaip savanoriška veikla, siekiant įgyvendinti sudėtingomis socialinėmis sąlygomis gyvenančių vaikų svajones bei padrašinti vaikus tikėti savo svajonėmis ir jų siekti. Projekto veikla yra pagrįsta savanoriškumo principu: visi jį organizuojantys žmonės, projekto partneriai ir savivaldybių socialiniai centrai, besirūpinantys šiais vaikais, projekte dalyvauja savanoriškai bei neatlygintinai, projekto įgyvendinimui aukodami savo asmeninį laiką ir kitus išteklius.

Šiais metais, kaip ir pernai mūsų mokyklos mokiniai rašė savo svajones ir jos gerų žmonių valia išsipildė. Ernestas gavo „LED“ batus, apie kuriuos jau seniai svajojo, o jo sesė Evelina – MP3 grotuvą ir kvepalius.



Knyga geriausias draugas

Bibliotekoje atsirado naujos knygos !

Atjunk

Rebeka Una

Leidyklos „Alma littera“ 2014 m. skelbto pirmojo Lietuvoje paauglių ir jaunimo literatūros konkurso laimėtoja. Keturiolikmetei Grytai sunku prisitaikyti steriliai išvalytame pasaulyje, kuriame nelikę pojūčių nei jausmų. Visi daiktai, spalvos, kvapai perkelti į sistemą, kurioje intensyviai bendrauja žmonės. Tačiau Gryta niekaip neįstengia būti kaip visi. Jai nesiseka paisyti draudimo bėgioti stadione ir susitikinėti su *gyvais* žmonėmis. Ji slapta klausosi pasakojimų apie tai, kaip kadaise žmonės taškydavosi balose, liedsdavo vienas kitą, bučiuodavosi, įsimylėdavo.

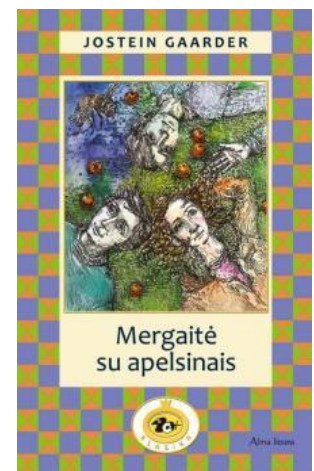
„Atjunk“ - knyga apie tai, kuo galime virsti netolimoje ateityje.



Mergaitė su apelsiniais

Jostein Gaarder

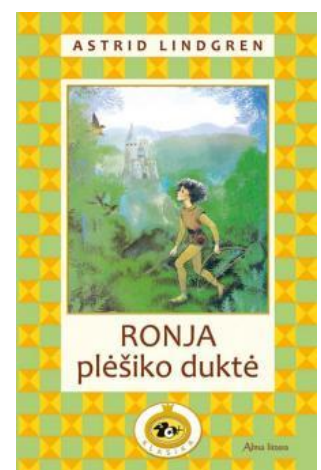
Populiaraus norvegų rašytojo „Sofijos pasaulio“ autoriaus J. Gaarderio knyga apie penkiolikmečio berniuko išgyvenimus, gavus prieš vienuolika metų mirusio tėvo laišką, kuriame rašoma apie paslaptinę Mergaitę su apelsiniais, apie gyvenimą, meilę ir mirtį, apie visatą ir žmogaus vietą joje, apie visa, kas domina ne tik penkiolikmečius, bet ir suaugusiuosius.



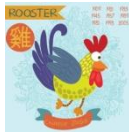






Ronja plėšiko duktė


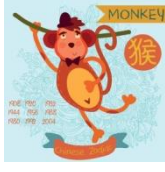
Astrid Lindgren

Vaikams skirtame romane „Ronja plėšiko duktė“ pasakojama apie mergaitę, augančią girioje esančioje pilyje, plėšikų apsuptyje. Ronja yra vienintelis plėšikų lyderio Matiso vaikas, tad tėtis tikisi, kad dukra užaugusi taip pat vadovaus jo suburtai gaujai. Bet vieną dieną kitoje kalno pusėje įsikuria nauja galvažudžių grupuotė ir prasideda tarpusavio kova. Ronja auga tik suaugusiųjų apsuptyje, tad kai vieną dieną sutinka Birką - priešų gaujos vado sūnų - Ronja tiesiog negali nesusipažinti su savo bendraamžiu. Jie tampa draugais. Kur nuves ši slapta draugystė? Ir kaip ji paveiks dviejų kariaujančių gaujų bei jų vadų tarpusavio santykius? Knyga „Ronja plėšiko duktė“ - tai nuoširdi, graži istorija apie draugystę, meilę ir ištikimybę.



Kinų horoskopas 2017

<p>Gaidys</p>  <p>Gimimo metai: 1933, 1945, 1957, 1969, 1981, 1993, 2005, 2017</p>	<p>Tai Jūsų metai, žadantys teigiamus pokyčius daugelyje gyvenimo sričių. Yra viena sąlyga. Dažnai jausitės taip, lyg nežinoma jėga Jus stumtų priimti vieną ar kitą sprendimą, ar padėtų išvengti pavojingų situacijų. Klausykite savo vidinio balso, neignorruokite likimo ženklų. Būtent intuicija 2017 metais Jus ves teisingu keliu. Pasidžiaukite savo metais, juk esate jų šeimininkai!</p>
<p>Šuo</p>  <p>Gimimo metai: 1934, 1946, 1958, 1970, 1982, 1994, 2006, 2018</p>	<p>Šuns metais gimę žmonės 2017-tais metais turi elgtis labai apdairiai. Venkite konfliktų ir situacijų, kuriose turėsite pademonstruoti ne geriausias savo savybes. Nepamirškite, kartais geriau patylėti, nei įrodyti savo tiesą. Ypač tai aktualu, bendraujant su žmonėmis, nuo kurių priklauso Jūsų ateitis. Ugninio gaidžio metais turėsite galimybę padidinti savo pajamas. Sėkmę neš atkaklumas ir sunkus darbas.</p>
<p>Kiaulė</p>  <p>Gimimo metai: 1935, 1947, 1959, 1971, 1983, 1995, 2007, 2019</p>	<p>Kiaulės ženklui atstovui Ugninio Gaidžio metai bus produktyvūs. Jo laukia permainos įvairiose gyvenimo srityse. Metų šeimininkas pateiks Jums ne vieną puikią idėją, kaip pagerinti savo gyvenimo kokybę. Tad netinginiaukite ir sėkmė Jus lydės. Tai metas, kai galite įgyvendinti savo svajones ir susikurti tokį gyvenimą, kokio jau seniai trokštate. Esate jautrūs pokyčiams, tad galite jausti vidinį nerimą, tačiau jaudintis neverta. Metų šeimininkas, Ugninis Gaidys, padės išspręsti visas išylančias problemas gana lengvai, tad labiau pasitikėsite savimi ir jausitės pakylėti.</p>
<p>Žiurkė</p>  <p>Gimimo metai: 1936, 1948, 1960, 1972, 1984, 1996, 2008, 2020</p>	<p>Raudonojo Gaidžio metai Žiurkės ženklui atstovams gali būti gana įtempti, pareikalaujantys daug kantrybės ir ištvermės. Visgi sunkus darbas ir užsispyrimas gali padėti pasiekti užsibrėžtus tikslus. Kūrybinių profesijų atstovams bus kiek lengviau, nes juos aplankys įkvėpimas. Būtinai tuo pasinaudokite. Gali kilti noras iš pagrindų keisti savo gyvenimą, tačiau skubėti nevertėtų. Apgalvokite visas galimybes ir tik tada, kai būsite visiškai tikri savo pasirinkimu, imkitės veiksmų.</p>
<p>Jautis</p>  <p>Gimimo metai: 1937, 1949, 1961, 1973, 1985, 1997, 2009, 2021</p>	<p>Darbštuoliams Jaučiams metų šeimininkas, Ugninis Gaidys, žada sėkmingus 2017 metus. Nesunkiai pasieksite užsibrėžtus tikslus, gal net palypėsite karjeros laipteliu. Metai bus kupini gražių akimirų ir įdomių įvykių. Tiesa kartais bus sunku, norėsite viską mesti, tačiau Jūs negalite pasiduoti. Tiesiog būkite kantrūs, pamirškite visas praeities nesėkmes ir niekada nesidairykite atgalios. Jausite didelį palaikymą iš artimųjų ir draugų. Metų pabaigoje turėtų džiuginti puiki finansinė padėtis, o ir sveikata nesiskųsė visus metus.</p>
<p>Tigras</p>  <p>Gimimo metai: 1938, 1950, 1962, 1974, 1986, 1998, 2010, 2022</p>	<p>Aktyvūs ir energingi Tigras 2017 metais tikrai neturės laiko liūdėti. Jau nuo Ugninio Gaidžio metų pradžios jie pasijus kupini jėgų ir naujų idėjų. Viskas ko ims šio ženklui atstovai eisis lyg sviestu patepta. Tiesa bus ir sunkumų, ir ne visi sumanymai pasiteisins, tačiau nusiminti neverta. Vėliau suprasite, kad iš to, kas atrodytų nepavyko, vis tiek turėsite vienokios ar kitokios naudos. Skirkite daugiau laiko sau ir šeimai.</p>
<p>Triušis</p>  <p>Gimimo metai: 1939, 1951, 1963, 1975, 1987, 1999, 2011, 2023</p>	<p>Ugninio Gaidžio metai Triušio ženklui atstovams bus gana sėkmingi. Tai, ko seniau nepavyko įgyvendinti, šiuo laikotarpiu pavyks gana lengvai. Jausitės lyg prieš Jus atsivertę visos durys. Metų šeimininkui, Ugniniam Gaidžiui, patinka Triušio švelnumas, gerumas ir tolerancija aplinkiniams. Šios Triušio savybės leis sukurti harmoningus santykius su aplinkiniais, nuo ko, dažnu atveju, priklausys ir Triušio ženklui atstovų sėkmė. O kad 2017 metai būtų išties geri, turite nepamiršti ir savęs. Skirti daugiau laiko poilsui, malonioms procedūroms, pasirūpinti savo sveikata, priešingu atveju rizikuojate susirgti.</p>

<p>Drakonas</p>  <p>Gimimo metai: 1928, 1940, 1952, 1964, 1976, 1988, 2000, 2012</p>	<p>Žmonės gimę po Drakono ženklų, kaip niekas kitas, mėgsta būti dėmesio centre. 2017 metų šeimininkas, Ugninis Gaidys, jiems tokių galimybių suteiks su kaupu. Tikėtina, kad sužibėsite. Tačiau su padidintu dėmesiu visada atsiranda ir būrys už nugaros kalbančių pavyduolių. Nekreipkite dėmesio į apkalbas, stenkitės protingai apeiti tokius žmones ir nesivelkite su jais į konfliktus. O į sveiką kritiką vertėtų išsiklausyti. Na o metų pabaigoje galite sulaukti malonios staigmenos.</p>
<p>Gyvatė</p>  <p>Gimimo metai: 1929, 1941, 1953, 1965, 1977, 1989, 2001, 2013</p>	<p>Ugninio Gaidžio metai - tai Jūsų metai, žadantys teigiamus pokyčius daugelyje gyvenimo sričių. Tiesa ne visada taip atrodys. Metų pradžia gali būti kiek sudėtinga, tačiau net ir neigiami įvykiai vėliau atneš vienokios ar kitokios naudos. 2017-ieji - tai apsisvalymo metai. Tai metai, kai bus nutraukti neperspektyvūs projektai, iš Jūsų aplinkos pasitrauks žmonės, kurių ir negalėjote vadinti tikrais draugais. Nors pradžioje visa tai nedžiugins, vėliau suprasite, kad atlaisvinote vietą naujiems darbams ir žmonėms, jusite palengvėjimą. Be to tai puikus laikas kelionėms ir kvalifikacijos kėlimui, nes naują informaciją priimsite itin lengvai.</p>
<p>Arklys</p>  <p>Gimimo metai: 1930, 1942, 1954, 1966, 1978, 1990, 2002, 2014</p>	<p>Žmonės gimę po Arklio ženklų, Ugninio Gaidžio metais, turės puikių galimybių savo svajones paversti realybe. Tačiau jums niekas nebus duodama veltui. Viskas priklausys nuo to, kiek pastangų įdėsite. Metų šeimininkas, Ugninis Gaidys, mėgsta aktyvius, energingus ir tikslo siekiančius Arklio ženklo atstovus. Jeigu tikėtės karjeros šuolio, ta linkme ir dirbkite. Norite susitvarkyti asmeninį gyvenimą? Apgalvokite kaip tai galite padaryti ir veikite. Taigi, padirbėkite iš peties, idėkite maksimaliai pastangų ir metų pabaigoje džiaugsitės puikiais rezultatais.</p>
<p>Ožka (Avis)</p>  <p>Gimimo metai: 1931, 1943, 1955, 1967, 1979, 1991, 2003, 2015</p>	<p>Po Ožkos ženklų gimusių žmonių laukia puikūs metai. Pagaliau galėsite atsikvėpti, nebereikės niekur skubėti. Ugninio Gaidžio metais nebejausite įtampos ir streso, kuriuos jautėte pastaruoju metu. Džiaugsitės ir mėgausitės gyvenimu ir tuo pačiu spinduliuosite gėriu, dėl ko aplinkiniai Jus dar labiau mėgs. Reikia tik panorėti ir 2017 metais būsite dėmesio centre, užmėgsite daug malonių ir naudingų pažinčių. Vienišiemis ženklo atstovams žvaigždės žada šiltus, romantiškus santykius.</p>
<p>Beždžionė</p>  <p>Gimimo metai: 1932, 1944, 1956, 1968, 1980, 1992, 2004, 2016</p>	<p>Itin veikliams Beždžionės ženklo atstovams Gaidžio metai suteiks puikių galimybių. Labai tikėtinas karjeros šuolis. Vertėtų pagalvoti apie tobulėjimą savo srityje, kvalifikacijos kėlimą ar nuosavo verslo kūrimą. Sėkmė Jus lydės, tačiau koją gali pakišti jūsų nepastovumas ir noras aprėpti per daug. 2017 metais turite susikoncentruoti į svarbiausius dalykus, atidžiai planuoti ir atkakliai siekti užsibrėžtų tikslų. Būsime labai mėgiami aplinkinių. Žmonės kreipsis į Jus pagalbos ir jiems su malonumu padėsite.</p>



Kalėdinis protų mūšis

Gruodžio 23 d. mokykloje vyko 5-10 klasių mokinių „Kalėdinis protų mūšis“. Susirėmė net 8 mokinių komandos, kurios atsakinėjo į įvairius klausimus, susijusius su Kalėdomis. Į antrą turą pateko „Sniegiukų“ komanda, surinkusi 12 taškų ir „Besmegenių“ komanda – 11,5 taškų. Susumavus taškus buvo paskelbti ir apdovanoti nugalėtojai - „Sniegiukų“ komanda.

