

ŠIA MĖNUMERYJE

SKAITYKITE :

NERŪKymo DIENA

PROTONAUTAI

*TOLERANCIJOS
DIENA*

RECEPTUKAI

EUROPOS KALBŲ DIENA

IŠVYKA Į DARBO BIRŽĄ

IŠVYKA Į KARO AKADEMIJĄ

KOŠĖS DIENA

*MOKYTOJŲ IŠVYKA Į
KERNAVĘ*

*AIDS DIENA
ŽOLĖS RIEDULYS*



Europos kalbų diena

Spalio 3 dieną mūsų mokykloje vyko Europos kalbų diena, kurią minėjime per 6-7 pamokas. Renginį vedė 10 klasės mokiniai Domantas ir Greta. Šventė prasidėjo daina „Elizėjaus laukai“ kurią mokiniai padainavo trimis kalbomis: rusų, vokiečių, anglų šią dainą dainavo 5-10 klasių mokinės. Po to pasirodė 8 klasės mokinės Skaistė ir Aistės K. Jos dainavo „Cupssong“

dainą. Domantas, renginio vedėjas, priminė: „jog lietuvių kalbininkas J. Pikčilingis yra teigęs: „Be kalbos nėra žmogaus, be kalbos nėra tautos, be kalbos nėra minties“. Kalba - svarbiausia žmonių bendravimo priemonė. Svarbu, kad kiekvienas europietis be savo gimtosios kalbos mokėtų dar bent dvi kalbas. Kita šventės vedėja Greta pasakojo, kad pirmą kartą Europos kalbų dieną minėti 2011 metais pasiūlė Europos Taryba ir Europos Sąjunga. Todėl kasmet rugsėjo 26-ąją, planetoje daug dėmesio skiriama užsienio kalbų mokymuisi, žmonių, mokančių užsienio kalbas, bendravimui ir tautos kultūros pažinimui. Mokydamiesi svetimų kalbų, tampame dvasiškai turtingesni. Domantas pasakojo, kad 18-19 a. buvo madinga pademonstruoti savo gebėjimus ne gimtąja kalba. Net prieš kelis amžius žmonės mokėsi užsienio kalbų. Dabar sunku įsivaizduoti žmogų, kuris moka tik vieną kalbą. Kai kuriuose Europos universitetuose dėstomos net 22 kalbos. Europos kalbų dienos šventės tikslas - išskirti daugiakalbystę kaip vieną iš didžiausių Europos vertybių, įprasminti kalbų mokymosi įvairovę, pagarbą visoms Europos kalboms, regionų ir tautinių mažumų



kalbomis, skatinti įvairių kalbų mokymąsi bei kultūrų sklaidą Lietuvoje ir Europoje. Vėliau 9-10 klasės mokinės šoko šokį "Kalinka malinka". Mūsų mokyklos socialinė pedagogė pakvietė praturtinti mūsų žinias apie Gruziją. Ji pasakojo apie didžiulius kalnus, rodė skaidrės. Matėme vaizdo įrašus, kaip gaminamas maistas, kokia gruzinų kultūra, kalba ir papročiai. Manau, kad šis renginys iš tikrųjų pavyko. Po jo jautėmės dvasiškai praturtėję. *Aistė Prialgauskaitė, 8 klasės mok.*

PROFESINIO ORIENTAVIMO DIENA

Spalio 25 dieną socialinė pedagogė N.Šikšnienė ir 9-10 klasių mokiniai lankėsi Vilniaus teritorinės darbo biržos - Jaunimo darbo centre. Mus priėmė jaunimo darbo centro vyresnioji specialistė Irena Mediuta. Lektorė vedė profesinio orientavimo užsiėmimą „Planuok karjerą jau šiandien“. Užsiėmimo veikla buvo orientuota į savęs pažinimą, į savo asmeninių savybių ir pomėgių atradimą, į ką labai svarbu atsižvelgti renkantis būsimą profesiją. Lektorė pristatė mums darbo rinkos prognozes ir įsidarbinimo galimybes, kalbėjo apie savanorystę, kuria gali užsiimti visi norintys, o neturinčiam praktikos darbe, geriausias būdas susipažinti su darbu ir įgyti patirties šioje srityje, yra savanoriavimas, supažindino su didžiausią paklausą turinčiomis profesijomis, Lietuvos darbo biržos elektroninėmis paslaugomis, naudojimosi galimybėmis, Jaunimo darbo centro paslaugomis. Mokiniai buvo supažindinti mokinius kaip bendrauti su darbdaviu, naudotis išsamia informacija apie paslaugas, kurias suteikia darbo birža, susipažinti su konkrečia profesija pagal jos aprašą ir pan. Ši išvyka daug kam padėjo atsakyti į klausimą: „Kuo gi aš noriu būti?“
Miglė, 9kl.



Pasaulinė

Košės diena

~ Košės diena ~

Buivydiskių pagrindinės mokyklos mokiniai minėjo pasaulinę Košės dieną. Šios dienos tikslas - skatinti sveikos mitybos principus ir įpročius tarp mokinių bei skatinti mokinius keisti nesveikus užkandžius mokykloje sveikesniais ir maistingesniais.

Socialinė pedagogė N. Šikšnienė ir visuomenės sveikatos specialistė V. Račickienė parodė kaip pasigaminti skanią avižinę košę. Kol košė buvo ruošiama mokiniai sužinojo, kaip svarbu sveikai maitintis, kad košė - skaidulų šaltinis, kurios išvalo iš žmogaus organizmo šlakus,



kontroliuoja riebalų iš produktų, valgytų per dieną, pasisavinimą, kad košėse gausu vitaminų ir mikroelementų bei

naudingųjų angliavandenių. Mokiniai gardžiai valgė ir džiaugėsi, kad košė gali būti tokia skani.

Moksliniais tyrimais įrodyta, kad žmonės, kurie rytais valgo košes, mažiau užkandžiauja kaloringų užkandžių, dažniau renkasi sveikesnius. Todėl juos mažiau vargina antsvoris, nutukimas. Visaverčiai pusryčiai, kuriems puikiausiai tinka košė, mažina

persivalgymo tikimybę dieną ir vakare.

Avižinė košė ramina, suteikia žvalumo ir gerą nuotaiką. Joje yra gausu augalinių baltymų, amino rūgščių, vitaminų B1, B2, PP, C, mineralinių medžiagų (kalio, kalcio, magnio, fosforo, geležies). Todėl avižinę košę ypač sveika valgyti žmonėms, sergantiems kepenų ir širdies ligomis, naudinga tūlžies pūslei, skrandžiui, dvylikapirštei žarnai, plaučiams.

Mokslininkų įrodyta, jog būtent avižinė košė pašalina iš organizmo šviną.

Košė - tai sudėtingų angliavandenių turintis patiekalas, o angliavandeniai turėtų sudaryti pagrindinę paros maisto dalį, nes būtent jie yra didžiausias energijos šaltinis. Valgydami košes papildome organizmą vitaminais, mineralais, augaliniams baltymais ir riebalais, be to, tai - puikus skaidulinių medžiagų šaltinis. Visos šios naudingos maisto medžiagos sumažina širdies ir kraujagyslių ligų riziką, cholesterolio kiekį kraujyje, apsaugo nuo vidurių užkietėjimo ir kitų negalavimų.



Socialinė pedagogė N.Šikšnienė

Edukacinė išvyka į Kernavę

Lapkričio 3 dieną Buivydiškių pagrindinės mokyklos mokytojų kompanija mokinių atostogų metu nutarė aplankyti Kernavės archeologijos ir istorijos muziejų. Muziejuje susipažino su archeologiniais radiniais, sužinojo, kuo senovėje vertėsi vietiniai gyventojai, sužinojo mūsų protėvių, gyvenusių prieš tūkstantmečius, istoriją. Kernavė – tai nedidelis miestelis unikalus



savo kraštovaizdžiu: piliakalniais, Pajautos slėniu bei Neries vingiu.



Pirmoje salėje prieš akis atsiveria laiko juosta, demonstruojanti, kaip kito Kernavės archeologinė vietovė per tūkstantmečius: pasitraukus ledynams, atėjus pirmiesiems medžiotojams, pradėjus užsiiminėti žemdirbyste ar išgyvenant klestėjimą viduramžiais, kol 1390 m. šis –

vienas didžiausių tų laikų Lietuvos miestų – buvo sudegintas.

Specialiuose ekranuose galima stebėti atkurtus skirtingų laikmečių Kernavės vaizdus – pasitelkus animaciją, rodomos gyvos gyvenvietės su judančiais žmonėmis ir tų laikų pastatų išsidėstymu. Nebereikia kankinti vaizduotės, norint įsivaizduoti, kaip prieš tūkstantmečius ar šimtmečius čia gyveno mūsų protėviai. Po ekranais, tarsi praėjusių laikų ženklai, išdėlioti svarbiausi skirtingus laikmečius atspindintys archeologiniai radiniai.



Antroje salėje į pagalbą pasitelkiami informacijos terminalai, kuriuose galima peržiūrėti vaizdo pasakojimus skirtingomis

temomis (apie Kernavės verslus, kalbą ir pan.) arba pasirinkti tą pačią informaciją perskaityti pačiam.

Muziejuje ir naujai įrengtose saugyklose iš viso saugoma per 20 tūkst. eksponatų, tačiau lankytojų akims pateikta apie 1,5 tūkst. vertingiausių radinių. Salės kairėje esame kviečiami susipažinti su mirusiųjų laidojimo tradicijomis, išvysti urnas ar upėje išbertų palaikų likučius.

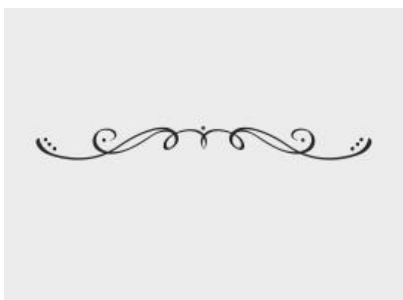
Trečioje muziejaus salėje patekome į svečius pas XIII–XIV a. Kernavės gyventojus – pagal archeologinius tyrimus sukurtoje tų laikų namo patalpoje galime pajusti tų laikų dvasią ir pažinti protėvių gyvenimą iš arti.

Pasisvečiavę muziejuje, pasisėmę naujų žinių, gerai nusiteikę, išvykome namo.



Krašto apsaugos sistemos dienos

Spalio 13 dieną 9-10 klasių mokiniai dalyvavo renginyje "Krašto apsaugos sistemos dienos", kuris vyko gen. Jono Žemaičio Lietuvos karo akademijoje. Mokiniai susipažino su kario profesija, karine technika bei stebėjo kariūnų pasirodymus.



Tarptautinė tolerancijos diena



1995 m. UNESCO paskelbė lapkričio 16-ąją Tarptautine Tolerancijos diena ir kasmet ją mini daugelis demokratių valstybių, o nuo 2003 metų ją paminėti Lietuvoje. Tarptautinė tolerancijos diena Lietuvoje jau minima vienuoliktus metus ir kasmet minėjimui pasiūlomas vis kitoks simbolis. Šiais metais Tolerancijos dienos simbolis – paukščiai. Paukščio ar balto balandžio simbolis dažnai sutinkamas įvairiose religijose ir kultūrose. Balto paukščio reikšmė: meilė, tyrumas, atnešama gera žinia, taika.

Tolerancijos žodis nereiškia meilės ar taikos. Tai – pakantumas kitam, kitokiam. Įvairiose šalyse organizuojami renginiai, skirti ugdyti toleranciją, pakantumą, gebėjimą suprasti kitus, kantrybę. Tarptautinę Tolerancijos dieną Lietuvoje mini daugiau nei 870 bendrojo ugdymo įstaigų.

Mūsų mokykloje taip pat buvo minima ši diena lapkričio 16-ąją dieną. Mokyklos fojė buvo paruoštas stendas, kurį puošė mokinių piešiniai. Vyko integruota etikos, tikybos ir pilietinio ugdymo pamoka. Pamokų metu mokiniai lankstė šių metų simbolių - balandį. Mokiniai forum teatro metodu vaidino situacijas,

ieškojo sprendimo būdų. Socialinė pedagogė dar kartą priminė visiems ką reiškia žodis tolerancija, kalbėjo, kaip ji pasireiškia mūsų kasdieniniame gyvenime. Mokiniai savęs ir kitų klausė, ar tikrai esame tolerantiški.



Tarptautinė nerūkymo diena

Kiekvienais metais trečiąjį lapkričio ketvirtadienį minima Tarptautinė nerūkymo diena. Tai puiki proga atkreipti rūkančiųjų dėmesį į galimybes atsisakyti rūkymo. Minėjimo tikslas priminti, kokią žalą rūkančiųjų ir nerūkančiųjų sveikatai kelia rūkymas, kuris yra vienas iš svarbiausių lėtinių infekcinių ligų rizikos faktorių. Pertraukų metu mokiniams buvo dalinama nervus raminanti karamelė. Mergaitės visiems klįjavo emblemas. Apie rūkymo žalą ir pasekmes su 5-8 klasių mokiniais kalbėjosi socialinė pedagogė Nijolė Šikšnienė ir visuomenės sveikatos priežiūros specialistė Vaclava Račickienė. Parodyti vaizdai ir filmukai paskatino mokinius diskusijai.



Žinių ir mąstymo žaidimas „Protonautai”

Lapkričio 18 ir 19 dienomis Vilniaus miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras organizavo žinių ir mąstymo žaidimą – protmūšį. Jame dalyvavo ir Buivydiškių pagrindinės mokyklos 5-8 ir 9-10 klasių mokiniai. Žaidimų dalyviams filmuotus klausimus pateikė žinomi, su sveikata susiję žmonės: Sveikatos apsaugos ministrė Rimantė Šalaševičiūtė, Nacionalinės sveikatos tarybos pirmininkas gydytojas chirurgas Juozas Pundzius, Lietuvos sportininkas galiūnas Žydrūnas



Savickas, Lietuvos lengvosios atletikos federacijos prezidentas Eimantas Skrabulis, Vilniaus universiteto ligoninės Santariškių klinikose dirbantis gydytojas chirurgas Vitalijus Sokolovas. Dalyviai taip pat turėjo atsakyti ir į aktorius bei improvizacijos mokytojo Andriaus Žebrausko, Vilniaus visuomenės sveikatos biuro direktorės Gražinos Sidorovienės, emocinės paramos tarnybos „Jaunimo linija“ direktoriaus Pauliaus Skruibio, viešosios įstaigos „Sveikas miestas“ direktoriaus Manto Paulausko bei vieno iš pagrindinių renginio rėmėjų UAB „Maxima“ prekybos vadovo Norberto Žiobos užduotus klausimus. Renginio metu buvo siekiama atkreipti jaunimo dėmesį į sveikatos reikšmę, paskatinti domėtis ir rūpintis ja. Visi dalyviai buvo vaišino sveikais ir skaniais užkandžiais, o protmūšių pertraukų metu savo dainomis ir šokiais visus džiugino Vilniaus vaikų ir jaunimo klubų „ŠATRIJA“ bei „LAKŠTINGALA“ kolektyvai ir laisvalaikio centro „7 MŪZOS“ šokių duetai.



Metodinė diena „Skaitymo ir viešojo kalbėjimo ugdymas įvairių dalykų pamokose“

Lapkričio 24 dieną Buivydiškių pagrindinėje mokykloje vyko Metodinė diena „Skaitymo ir viešojo kalbėjimo ugdymas įvairių dalykų pamokose“. Gerą patirtimi dalijosi lietuvių kalbos vyr. mokytoja Nijolė Sirgedienė, kuri skaitė pranešimą „Skaitymas – svarbus ugdymosi veiksnys“.



Lietuvių kalbos mokytoja metodininkė Vilma Auglytė skaitė pranešimą „Grožinės literatūros skaitymo ir supratimo strategijos – praktinio pritaikymo pavyzdžiai“.



Savo praktine patirtimi pasidalino ir vyr. socialinė pedagogė Nijolė Šikšnienė, kuri skaitė pranešimą „Skaitykime kartu“.

Mokytojai dalijosi gerą patirtimi ir vesdami atviras pamokas. Vyr. muzikos mokytoja vedė pamoką „Mano širdies himnas“ 5-6 klasėms, anglų kalbos mokytoja Monika Žlobeckienė vedė pamoką „Superstitions“ 8 klasei. Atvirą integruotą pamoką „Lietuvių emigracija praeityje ir dabar“ vedė geografijos mokytoja metodininkė Vaida Černiauskienė ir lietuvių kalbos mokytoja Milda Malevičienė.



Protmūšis Turgelių „Aistuvos“ gimnazijoje

Lapkričio 25 d. Turgelių „Aistuvos“ gimnazijoje vyko Tikslųjų ir gamtos mokslų metodinės grupės organizuotas ŠMM Regioninių mokyklų ir gimnazijų 9 - 12 (IG - IVG) klasių protmūšis, kuriame dalyvavo komandos iš Turgelių gimnazijos, Buivydiškių pagrindinės mokyklos, Riešės bei Lavoriškių gimnazijų. Mokiniai puikiai atliko jiems skirtas užduotis. Komandoms netrūko išradingumo, sumanumo ir geros nuotaikos. Buivydiškių pagrindinės mokyklos komanda „Buivyduakai“ laimėjo antrą vietą.



Žolės riedulys

Šio žaidimo šaknys yra žiloje senovėje. Manoma, kad šis sportas Egipte buvo žaidžiamas dar 4000 metų pr.Kr., o Etiopijoje – 1000 metų pr.Kr. Teigiama, kad žolės riedulys yra seniausias žaidimas kuriam reikalingos lazdos ir kamuoliukas. Įvairiuose muziejuose netrūksta įrodymų, kad šį žaidimą po egiptiečių irediopų pamėgo graikai ir romėnai. Spėjama, kad angliškas žolės riedulio pavadinimas kilo nuo prancūziško žodžio „hoquet“. Taip prancūzai viduramžiais vadino žaidimą su lazdomis ir kamuoliuku. Šiuolaikinis žolės riedulys išsivystė 18-ojo amžiaus viduryje Anglijos mokyklose, o oficialia šios sporto šakos įteisinimo data laikomi 1861 m. Tada pietryčių Londone buvo įkurtas pirmasis žolės riedulio klubas pasaulyje – „Blackheath“. Netrukus kitas Anglijos sostinės klubas – „Teddington“ – parengė pirmąsias taisykles. Jose pirmą kartą buvo uždrausta liesti kamuoliuką rankomis, kelti lazdas aukščiau pečių ir įvesta smūgiavimo zonos taisyklė. 1886 m. šios naujovės buvo įtrauktos į oficialias tuomet įkurtos Anglijos žolės riedulio asociacijos taisykles.

Kalbiname 9 klasės mokinį Edviną Karalių, kuris lanko žolės riedulį.

1. Nuo kada pradėjai lankyti būrelį?

Lankyti būrelį pradėjau tik nuo šių metų.

2. Kur lankai būrelį?

Lankau būrelį klube („Žuvėdra“) – Vilniuje, Čiobiškio 16.

3. Kada vyko varžybos?

Varžybos vyko spalio 19 dieną.

4. Ką laimėjote?

Laimėjome 1-ąją vietą (taurę).

5. Su kuo kovojote?

Kovojome su Trakų vokės, Šiaulių „Klaipėdos, Rudaminos komandomis.

6. Kas jūsų treneris?

Mūsų treneris Artūras Macijauskas.

7. Kiek komandoje narių?

Mūsų komandą sudaro 25 nariai.



g.



Aistė Prialgauskaitė, 8kl.

Receptai

Oreo triufeliai

Reikės:

“Oreo sausainių” – 250 g.;
Kreminio sūrio (naudojau “Philadelphia”) – 125 g.;
Šokolado – 100 g.

Sausainius susmulkiname iki labai smulkių trupinių, sumaišome su kreminiu sūriu iki vientisumo. Iš sausainių masės suformuojame apie 20 vienodo dydžio rutuliukų ir dedame į šaldytuvą 1-2 valandom (galima laikyti ir per naktį). Šokoladą ištirpiname garų vonelėje arba mikrobangų krosnelėje. Šokoladu apdengiame paruoštus triufelius ir laikome šaldytuve, kol šokoladas sutvirtės. Kad būtų įdomiau, kai kuriuos galima apvolioti šokolade ir po to pabarstukuose, dar kitus – kakavoj.

Picos - riestainiukai

Reikės:

1 pakelis mielinės tešlos
150 g fermentinio sūrio, tarkuoto
100 g Peperoni dešros

Orkaitę įkaitinkite iki 180 laipsnių. Tešlą šiek tiek pakočiokite, supjaustykite juostelėmis ir formuokite riestainiuką. Ant riestainiuko uždėkite dešrą, ant viršaus paskleiskite tarkuotą sūrį. Kepkite 20-30 minučių arba kol gražiai apskrus.



Saldainiukai

Pieniško šokolado 1 plytelė
Riešutų sviesto



Gaminame kartu

