SPORTOWA SZKOŁA PODSTAWOWA NR 17
W SOSNOWCU

SZKOLNA GAZETKA

LiTeRKa

NR 4 ROK SZKOLNY 2021/2022

Numer letni

Opiekun : mgr Wioletta Czerkies
Współpraca graficzna : mgr Marta Leśniak

kontakt z redakcją:
e-mail: szkolnagazetka17@gmail.com

Co to jest przesilenie letnie?

Przesilenie letnie to najdłuższy dzień w roku i zarazem najkrótsza noc.
Przesilenie letnie uważa się za astronomiczny początek lata. Dzień przesilenia letniego nie jest stały i co roku na półkuli północnej wypada około 21–22 czerwca. Wtedy następuje maksymalne wychylenie osi obrotu Ziemi w kierunku Słońca, a na półkuli północnej notuje się najdłuższy dzień w roku.

Na czym polega przesilenie letnie?
Gdy na półkuli północnej oś obrotu Ziemi jest maksymalnie wychylona w kierunku Słońca, biegun północny znajduje się bliżej Słońca niż biegun południowy. Wtedy dochodzi do przesilenia letniego. W tym czasie promienie słoneczne padają prostopadle na zwrotnik Raka. Wtedy też, ze względu na to, że strefa podbiegunowej półkuli północnej jest cały czas oświetlona Słońcem, rozpoczyna się na niej dzień polarny. Z kolei w strefie podbiegunowej półkuli południowej zaczyna panować noc polarna, ponieważ nie docierają tam promienie słoneczne.

Podczas przesilenia letniego na półkuli północnej – na obszarze od koła podbiegunowego do równika – występuje najdłuższy dzień w roku. Jego długość różni się w zależności od szerokości geograficznej. Przykładowo, w Polsce w najdalej wysuniętym punkcie na południe, czyli na szczycie Opołonek, dzień podczas przesilenia letniego trwa 16 godz. 12 min., a w najdalej wysuniętym punkcie na północ (w okolicach Jastrzębiej Góry) jest on aż o godzinę dłuższy. W miejscach położonych bardziej na północy dzień trwa jeszcze dłużej. Przykładowo, w Helsinkach podczas przesilenia letniego można cieszyć się promieniami słonecznymi przez 18 godz. 55 min.

Przesilenie letnie to również początek astronomicznego lata, które potrwa do równonocy jesiennej, przypadającej na 22–23 września. Astronomiczne lato nie pokrywa się z latem kalendarzowym, które zawsze rozpoczyna się 22 czerwca i jest niezależne od tego, jak Słońce jest położone względem Ziemi. Z racji tego, że Ziemia obiega Słoń-

ce w czasie 365,24 doby, a rok kalendarzowy trwa 365 lub 366 dni, co roku lato astronomiczne rozpoczyna się w nieco innym momencie.

Wypoczywaj bezpiecznie!

Nadchodzą wakacje, więc zebraliśmy dla Was garść informacji, jak bezpiecznie zachowywać się podczas wypoczynku. Oto one:

AKTYWNY WYPOCZYNEK

1. Bądź aktywny fizycznie, ale zachowaj rozsądek, nie uprawiaj sportów w miejscach niedozwolonych
2. Używaj tylko sprawnego sprzętu sportowego
3. Noś elementy odblaskowe na ubraniu
4. Stosuj zabezpieczenia podczas uprawiania sportów np. ochraniacze, kask, kapok, itp.
5. Gdybyś się źle poczuł, informuj zaraz o tym osoby będące w pobliżu.
6. Nie wszystkie sporty uprawiane przez dorosłych są odpowiednie dla dzieci

NAD WODĄ

1. Korzystaj tylko ze strzeżonych kąpielisk

2. Przestrzegaj regulaminu kąpieliska i słuchaj poleceń ratownika
3. Unikaj pływania samemu
4. Nie skacz na głowę do nieznanej wody
5. Nie zanurzaj się gwałtownie w wodzie po długim przebywaniu na słońcu
6. Wchodź do wody, gdy jesteś pod opieką osoby dorosłej.
7. Pływając łodzią, kajakiem, rowerem wodnym miej na sobie kamizelkę ratunkową.

W GÓRACH (rady dla młodzieży będącej pod opieką dorosłych)

1. Planując wyjście w góry sprawdź informacje o szlakach i warunkach panujących w górach
2. Wybierając trasę weź pod uwagę możliwości wszystkich uczestników wyprawy
3. W góry wychodź rano, najlepiej w grupie
4. Wychodząc na wycieczkę, zostaw wiadomość, dokąd i którędy się udajesz i kiedy zamierzasz wrócić
5. Nigdy nie schodź ze szlaku i nie oddalaj się od grupy
6. Weź ze sobą zapas wody i jedzenia, naładowany telefon komórkowy (zapisz numer ratunkowy do GOPR/TOPR), ciepłe i nieprzemakalne ubranie na wypadek zmiany pogody, latarkę (najlepiej na dynamo), mapę, podręczną apteczkę i zapałki zapakowane tak, by nie zamokły
7. Pamiętaj o odpowiednim ubraniu i wygodnych butach, dostosowanych do terenu i pogody
8. W przypadku pogorszenia pogody zawróć z trasy.

W LESIE

1. Stosuj się do zaleceń na tablicach informacyjnych i znakach
2. Na dłuższą wycieczkę i biwak w lesie oczywiście pod opieką osób dorosłych zabierz ze sobą zapas wody i jedzenia, nieprzemakalne ubranie, naładowany telefon komórkowy, latarkę (najlepiej na dynamo), mapę, podręczną apteczkę i zapałki zapakowane tak, by nie zamokły

3. Biwakuj tylko w wyznaczonych miejscach, opuszczając obozowisko pozostaw po sobie porządek
4. Nie zakłócaj ciszy, nie niszcz siedlisk, nie zrywaj roślin chronionych
5. Nie zbieraj grzybów, jeśli nie jesteś pewny czy są jadalne
6. Nie jedz nieznanych owoców, niektóre na pozór wyglądające na jadalne są silnie trujące, np. wilcza jagoda, konwalia majowa, zimowit jesienny czy tojad
7. Uważaj na kleszcze i owady - chroń się przed nimi odpowiednim ubraniem i preparatami odstraszającymi
8. Uważaj na dzikie zwierzęta, staraj się unikać kontaktu z nimi
9. Ubierz się odpowiednio do warunków pogodowych
10. Pamiętaj, że zmrok w lesie zapada co najmniej pół godziny szybciej niż na otwartej przestrzeni
11. Alarmuj gdy zauważysz pożar w lesie

Telefony alarmowe w razie niebezpieczeństwa:

112 – ogólnopolski i europejski numer ratunkowy
999 – Pogotowie Ratunkowe
998 – Straż Pożarna
997 – Policja
984 lub 601-100-100 – numer ratunkowy nad wodą (WOPR i MOPR)
985 lub 601-100-300 – numer ratunkowy w górach (TOPR i GOPR)

Co robić latem w mieście?

Gdy myślimy o lecie w mieście, wtedy do głowy przychodzi nam straszna nuda i zamknięcie w czterech ścianach domu...

Oczywiście nie musi tak być, wszystko zależy od nas.

Oprócz popularnych proponowanych nam zajęć prze ośrodki kulturalne i sportowe, w których roi się od od codziennych wycieczek bliżej i dalej, fajnych gier i zabaw, warto zainteresować się tez innymi pomysłami...Przedstawiamy kilka z nich:

1. **Zalicz wszystkie parki / lasy / skwery.** Po prostu. Weź mapę, skseruj ją lub wydrukuj, narysuj na kopii markerem małe ich wizerunki przy każdym zielonym punkcie i skrupulatnie je potem odhaczaj. (Niektóre z tych spacerów możesz przeprowadzać na tej samej trasie. W efekcie poznasz ją na nowo, bo za każdym razem w otoczeniu rzuci Ci się w oczy jakaś inna cecha).
2. **Zrób sobie werandę lub zielony balkon, jeśli masz możliwość.** Opcja werandy w upalny dzień wygląda tak - otwórz szeroko okna. Rozwieś na paru krzesłach wilgotny od zimnej wody duży ręcznik lub kilka mniejszych, ogarnij jakiś fotel. Rozstaw

krzesła i ręczniki za sobą, a na fotelu wytóż się tak, by nogami opierać się o parapet. Brzmi śmiesznie, ale jak raz spróbujesz, to kto wie.....**W każdym razie czy weranda czy zieleń na balkonie da ci namiastkę letniej przestrzeni do odpoczynku.**

3. **Spróbuj znaleźć ślady historii.** Polska ma to do siebie, że nawet najprostsze podwórko pamięta jakąś partyzancką walkę, czyjąś ucieczkę, definiujący lokalny charakter wybór. Spróbuj odnaleźć takie miejsca. Niektóre są znane (Plac Nieznanego Żołnierza w Warszawie) a inne można minąć tramwajem i nawet nie zauważyć Taka zabawa bardzo rozszerza widzenie własnego miasta. Na pewno w Twoim mieście też takie miejsca się znajdą, poszukaj ich, poszperaj w książkach, internecie.
4. **Ćwicz na świeżym powietrzu.** Znajdź w internecie zestawy możliwych dla Twojej grupy wiekowej ćwiczeń. Poranne lub wieczorne wygibasy w domu czy parku super robią na zdrowie i humor :)
5. **Twórz.** Długie dni świetnie sprzyjają odpoczywaniu niczym leniwy dzik na łące, ale zarazem mogą też świetnie sprzyjać tworzeniu. Zacznij rysować. Zacznij śpiewać. Spróbuj codziennie rano napisać jak najwięcej słów na dowolny temat. Rejestruj ciekawe trasy rowerowe.

Życzymy Wam wakacji, w których uśmiech i radość będą Waszymi towarzyszami, a beztroska zabawa zawsze będzie bezpieczna!

Wypoczywajcie, bawcie się i wracajcie pełni energii we wrześniu!