

Z życia bursy

Ogólna sytuacja na świecie, w tym także w Polsce, doprowadziła do tego, że musieliśmy przenieść naukę do domu. Nastąpiło tzw. NAUCZANIE ZDALNE – potraktuj je jako wyzwanie dla samego siebie i sięgnij po kilka prostych rozwiązań, dzięki którym nauka będzie Ci szła równie skutecznie!

Ustal sobie harmonogram nauki, określ jasno:

- o której godzinie wstajesz (najlepiej, by była to pora zbliżona do tej, o której budziłeś się do szkoły),
- jak często i jakie przerwy będziesz sobie robić – zastanów się, czy wolisz jedną, ale dłuższą, czy kilka krótszych.

Stwórz sobie dobre miejsce do nauki: stałe, uporządkowane odpowiednio. Nie śpij do późna ponieważ wstając o 10 czy 11, będziesz mieć problem z odpowiednim „nastrojeniem się” do działania.

Przygotuj się „do działania” tak, jakbyś miał iść do szkoły.

Nie wystarczy, że wstaniesz o godzinie podobnej do tej, o której budziłeś się na lekcje. Jeśli zasiądziesz do nauki w piżamie... również zadziała to na Twój mózg dekoncentrująco. Przygotuj się tak jak do szkoły: umyj się, ubierz, zjedz śniadanie. Dzięki temu podświadomie poczujesz, że przyszedł czas na pracę, a nie na błogie lenistwo.

Nie odkładaj pracy „na później” rób sobie przerwy podczas pracy nad dłuższym zadaniem – może to być np. 5 minut na każde 25 minut działania.

Wyeliminuj „przeszkadzacze”. Trudno Ci zachować dobrą koncentrację, bo co chwilę przychodzą do Ciebie powiadomienia na Facebooku, Tok-Toku, WhatsAppie, Instagramie albo zobaczyłeś, że Twój ulubiony twórca dodał nowy filmik na YouTube? A może zadzwonił kolega i ma do Ciebie pilną sprawę? Lista rzeczy, które będą próbowały odciągnąć Twoją uwagę od tego, co masz do zrobienia, ciągnie się w nieskończoność. Nie daj się im odciągnąć od pracy, którą masz do wykonania. Dzięki temu **szybciej ukończysz**

zadania i będziesz mógł oddać się rozrywce.

Jak to zrobić? Możesz np.:

- wyciszyć powiadomienia w telefonie – zastanów się, ile z nich tak naprawdę potrzebujesz, a które tylko „zaśmiecają” Ci smartfona i odwracają niepotrzebnie uwagę,
- wyciszyć cały telefon i np. odłożyć go na czas pracy do ładowania.

I na koniec pamiętaj: nie ma ludzi idealnych! Być może nie uda Ci się każdego dnia zadziałać według planu. Jeśli jednak się postarasz, z czasem wyrobisz w sobie pozytywne nawyki.



<https://www.e-korepetycje.net/artykuly/zdalna-nauka-jak-zorganizowac-sobie-prace-zeby-nie-zwariowac>

Piękny jesienny widok na naszą wiatę integracyjną – tak dla przypomnienia.



Wszystko co się nam przytrafia dzieje się zawsze z jakiegoś powodu.

Nigdy nie przestawaj się uśmiechać nawet jeśli jesteś smutny ponieważ nigdy nie wiesz kto może zakochać się w twoim uśmiechu

W naszej bursie kolejne remonty. Na powracających ze zdalnego nauczania wychowanków czekać będą pokoje z łazienkami.



Historia bilarda

Pod koniec tamtego roku w naszym internacie pojawił się stół bilardowy, zakupiony przez P. Dyrektora. Historia powstania bilarda sięga XV w. Skąd się wzięła gra, gdzie miała swój początek, jak rozwijała się na przestrzeni wieków, by uzyskać swój dzisiejszy kształt i wreszcie - kto skonstruował pierwszy stół bilardowy? Bilard zapoczątkowała popularna na średniowiecznych dworach i zamkach gra, polegająca na wbijaniu kul między słupki przy pomocy zakrzywionych kijów. Niestety zła pogoda uniemożliwiła oddawanie się rozrywce, więc postanowiono przenieść ją na salony. Pomysł okazał się nietrafiony, a najbardziej cierpiały na nim wnętrza. Kilka chwil zabawy stało w nich spustoszenie. Uczestnicy grali do upadłego, nie zważając na poobijane meble i rosnące straty. W końcu w 1469 r. Ludwik XI, król Francji, mając dość ciągłych zniszczeń, polecił nadwornemu stolarzowi, Henry'emu de Vingé, by pomógł mu uporać się z problemem. Ten znalazł rozwiązanie - skonstruował stół otoczony bandami.

Jak można się było spodziewać, wynalazek wymusił wprowadzenie zmian do gry. Dotychczasowe kije wymieniono na proste [kije bilardowe](#). Kule z kolei zastąpiły mniejsze bile, a blat obito sukniem. Co więcej, wraz z upływem czasu wprowadzano kolejne ulepszenia poprawiające komfort gry i precyzję uderzeń. Powstawały też nowe [akcesoria bilardowe](#). W 1823 r. pojawiła się skórzana kapka do przyklejenia na koniec kija, natomiast w XIX w. J. Carry wymyślił jej kredowanie. Poza tym ciągle pracowano nad udoskonaleniem bil. Drewniane pozostawały wiele do życzenia, więc zaczęto je wykonywać z kości słoniowej, celulozoidu, mieszanek gliny czy metalu. Dziś produkuje się je z tworzyw sztucznych zmieszanych z żywicą.

Bilard z biegiem lat nabierał na popularności. Grano w niego nie tylko we Francji, ale i w Wielkiej Brytanii, Hiszpanii, Chinach, Rosji, Polsce, a znacznie później także w Anglii. Jemu dynamicznemu rozwojowi towarzyszyło powstawanie nowych odmian. Modyfikowano zasady gry, zmieniano długość stołów, ilość i kolor bil i w ten sposób tworzono jego nowe rodzaje.

<http://www.malemen.pl/kto-i-kiedy-wymyslil-bilard-barwna-historia-jednego-z-najpopularniejszych-sportow/>



Redaktor: Elżbieta Plata
Marta Cebula
Oraz zespół redakcyjny

**Bursa Szkolna
w Starym Sączu,
ul. Daszyńskiego
19**

www.internat.com.pl

Co może być gorszego
niż zobaczyć robaka
w jabłku ?



Zobaczyć połowę
robaka ;-)



Moja córka
ma same
piątki!

To musi głupio
wyglądać gdy
się uśmiecha!



Memy ze str. <https://pl.pinterest.com/zdziss/kawa%C5%82ydowcipy/>

W piekarni:

- Dzień dobry, poproszę chleb razowy.
- Z dziś?
- Nie. Mieczysław.



LOLfobia

LOLfobia