

PAŹDZIERNIK 2017

TORNISTER

Nieregularnik nr2

Rzut po marzenia -
Tomek Urban

BTRadio Bartka Jasińskiego

Psychologiczne rozmowy
z Panią Agnieszką Spadło



Szkoła Podstawowa nr 1 KOŁOBRZEG

SPIS TREŚCI

| | |
|-----------------------------|----|
| Wstęp | 1 |
| Wprowadzanie w dorosłość... | 2 |
| Wiadomości z Jedyнки | 3 |
| Psycholog w szkole... | 5 |
| Profilaktyka uzależnień... | 9 |
| Rzut po marzenia | 11 |
| Sonda | 13 |
| BTRADIO#1 | 15 |
| Polecam; Komiks | 16 |
| OUTFIT | 17 |

Redaktor naczelny: *Magda Szwarc, Wojciech Sabala*

Redaktorzy gazetki: *Nikola Żytowiecka, Sara Dudek, Olga Jagiełłowicz,
Kasia Gallon, Anna Kozłowska, Nikola Ziółkowska,
Julia Korzeniowska, Bartosz Tytus Jasiński,
Julia Malinowska, Julia Siadkowska, Adrian Biernat*

Zdjęcia: *Julia Sobczak, Julia Swastek, Zuzia Lewandowska*

Okładka/Grafika: *Oliwia Szczygielska, Wiktoria Andrulonis*

e-mail: madzia290503@o2.pl

Opiekunowie: *Aneta Pietrzak, Urszula Baniak*

Druk: Drukarnia ZAZ ul. Mazowiecka 29, tel. 94 35 406 20-22

Witajcie!

Witam Was w drugim, październikowym wydaniu „Tornistra” Mam nadzieję, że pierwsza gazetka przypadła Wam do gustu i z chęcią zapoznaliście się z jej treścią. Na początku chciałam przypomnieć Wam o Gimbonach dołączonych do każdego egzemplarza. Zwalniają one z braku pracy domowej, stroju na wychowanie fizyczne lub odpowiedzi ustnej. Przypominam również, że kupony trzeba oddać nauczycielowi przed rozpoczęciem lekcji.

Rok szkolny trwa. Wszyscy wpadli już zapewne w wir nauki. Pamiętajcie, aby nie odkładać uczenia się na później, mimo że pierwsze



sprawdziany oraz oceny są za nami. Żyję nadzieją, że ten semestr będzie dla Was udany.

Za oknami na dobre zagościła jesień. Miasto powoli pokrywa złoty płaszczyk liści. Pogoda przypomina o ciepłych kurtkach oraz czapkach. Przelotny deszcz i niesforny wiatr wkradły się w naszą codzienność. Jesienna aura powinna zmotywować Was do nauki i chęci odkrywania swoich zdolności. Na pewno drzemie w Was nieodkryty jeszcze potencjał.

Od początku roku w naszej szkole wiele się zmieniło. Nasza redakcja również poddała się tym metamorfozom. Do naszego redakcyjnego grona dołączył Bartek Tytus Jasiński – specjalnie dla Was tworzy felietony muzyczne. Serdecznie powitaliśmy także Adriana Biernata, który objął dział sportowy. Poza tym przeczytacie w tym numerze ciekawe wywiady i sondę. Ponad to zapraszam do mojej ulubionej części gazetki, czyli do jesiennego Outfitu.

Trzymajcie się ciepło i nie dajcie się jesiennej chandrze.

Redaktor naczelny

Magda Szwarec

WPROWADZANIE W DOROSŁOŚĆ

- NAUCZANIE WCZESNOSZKOLNE

Pani Agnieszka Szczerba w tym roku rozpoczęła pracę w naszej szkole, została wychowawcą najmłodszych uczniów. Co jest niezwykłego w tej pracy? Czy jest taka ciężka na jaką z pozoru wygląda?

- Czym zaskakują Panią wychowankowie?

- *Są to wyjątkowe dzieci, które wbrew pozorom wiedzą, czego chcą. Jeśli coś im się podoba, śmieją się głośno i zarażają wszystkich śmiechem. Jeśli czegoś nie chcą, zauważa się to od razu. Są zainteresowani tym, co się dzieje wokół. To rewelacyjni obserwatorzy.*

- Jaka była najzabawniejsza szkolna sytuacja z udziałem Pani wychowanków?

- *Trudno wybrać jedną... Każdy dzień spędzony z moimi uczniami niesie ze sobą zabawne sytuacje, gdyż są to dzieci z poczuciem humoru, pełne życiowej energii i bardzo towarzyskie.*

- Uczniowie najmłodszych klas wydają się tacy mili, można rzec, iż nie posiadają żadnych wad. Czy jest jednak coś, co Panią w nich irytuje?

- *Nie ma takiej rzeczy.*

- Do niedawna pracowała Pani w Szkole Podstawowej nr 4. Jak zatem ocenia Pani atmosferę panującą w naszej szkole?

- Atmosfera w szkole jest miła i pozytywna. Zostałam bardzo ciepło przyjęta przez Grono Pedagogiczne, dzięki czemu od pierwszych dni pracy czuję się częścią tej szkoły.

- Czym się Pani interesuje poza rzeczami związanymi z pracą zawodową?



- *Pasjonują mnie góry - ich piękno, potęga oraz ogrom. Poza tym uwielbiam tańczyć, nic mnie tak nie relaksuje jak taniec (oczywiście ten czysto amatorski).*

- **Jeśli mogłaby Pani wybrać się w jedno dowolne miejsce byłyby to...?**

- *Zdecydowanie góry i wędrowniki wysokogórskie. Zapominam wtedy o wszystkich troskach.*

Z Panią Agnieszką Szczerbą rozmawiał Wojtek

Wiadomości z Jedyńki

Międzynarodowy Tydzień Świadomości Dysleksji

Tegorocznym hasłem przewodnim Międzynarodowego Tygodnia Świadomości Dysleksji było: „Uczeń z dysleksją też czyta książki”. Z tego właśnie powodu wszyscy uczniowie naszej szkoły w dniach 2 - 6 października wzięli udział w licznych konkursach i projektach, które miały na celu uświadomienie im trudności edukacyjnych, z którymi borykają się dyslektycy. Wychowawcy podczas zajęć prowadzili rozmowy na temat dysleksji, dysgrafii, dysortografii i dyskalkulii. Podsumowaniem tego tygodnia był *Ranking Książek Kochanych*, w którym jednoznacznie zwyciężyły książki pt. „Mały Książę”, „Oskar i pani Róża” oraz „Gwiazd naszych win”. Podczas wszystkich akcji uczniowie dowiedzieli się, że dysleksja nie jest chorobą i nie zwalnia z odpowiedzialności edukacyjnej. Wielu znanych naukowców i osób publicznych osiągnęło swoje cele pomimo tego, że mieli dysleksję. Byli to m.in. Leonardo Da Vinci, Pablo Picasso, a nawet Tom Cruise! Bo cytując Alberta Einsteina **“Jestem jaki jestem, nie pomimo tego, że mam dysleksję, ale dlatego, że ją mam!”**

Uroczyste pasowanie nowych uczniów

Dnia 3 października 2017r. w naszej szkole odbyło się pasowanie uczniów klas pierwszych. Najmłodszy uczniowie zgromadzili się w szkolnej auli w odświętnych strojach. Nie mogło zabraknąć dyrekcji szkoły, dumnych rodziców, jak i kolegów ze starszych klas. Swoją obecnością zaszczycił nas pan Jacek Woźniak - zastępca prezydenta miasta. Podczas uroczystości panowała podniosła atmosfera, pierwszoklasiści wcielili się w rolę artystów i zaprezentowali przybyłym piękne wiersze i piosenki. Wzruszeni rodzice oglądali, jak ich dzieci składały uroczystą przysięgę, a później, poprzez symboliczne dotknięcie ramienia mieczem przez pana wiceprezydenta, zostali członkami społeczności szkolnej. Po uroczystości pierwszoklasistom zostały wręczone upominki, aby ten wyjątkowy dzień na zawsze pozostawił ślad w ich pamięci.

Tego samego dnia ślubowanie złożyli także uczniowie klas siódmych. Ślubowali oni między innymi godnie reprezentować naszą szkołę i sumiennie wypełniać swoje obowiązki. Samorząd Szkolny wręczył nowym kolegom prezenty na dobre rozpoczęcie nauki w szkole. Uroczystość zakończyło przedstawienie szkolnego koła teatralnego, przygotowane przez panią Małgorzatę Szymańską oraz Agnieszkę Spadło.

Koncert umuzykalniający

Dnia 9 października w naszej szkole odbył się koncert umuzykalniający dla klas pierwszych szkoły podstawowej oraz klas trzecich gimnazjum pod patronatem Filharmonii Koszalińskiej. Warto przypomnieć, że nie tak dawno Marcin Wyrostek grał na akordeonie podbił serca widzów i wygrał "Mam talent". Od tego czasu akordeon uwiódł słuchaczy i wciąż to robi. Dlatego cieszymy się, że to właśnie my mogliśmy dać się uwieść temu instrumentowi. Każdy utwór w wykonaniu trzech akordeonowych wirtuozów nagradzany był gromkimi oklaskami. Koncert najbardziej podobał się najmłodszym uczniom naszej szkoły, ponieważ nigdy nie mieli okazji na żywo usłyszeć brzmienia tego instrumentu.

Dzień Edukacji Narodowej

13.10.2017 r. w naszej szkole odchodziliśmy Dzień Edukacji Narodowej. Z tej okazji szkolne Koło Teatralne pod opieką pani Małgorzaty Szymańskiej i Agnieszki Spadło przygotowało krótkie scenki kabaretowe. Swoje pierwsze kroki na scenie stawiali nasi pierwszoklasiści. Podsumowaniem występu była piosenka „Dernier danse” wykonana przez Adama Sierugę oraz Natalię Dąbrowską.



Spacerem po Berlinie...

W dniu 19 października klasa 2e oraz kilkoro uczniów z klasy 3f pojechało na wycieczkę do Berlina, przygotowaną przez panią Teresę Urbańską i pana Rafała Bańkowskiego. Zwiedzali oni niemiecki parlament, widzieli Bramę Brandenburską i poznali jej historię, odwiedzili miejscowe sklepy z czekoladą (które cieszyły się największym zainteresowaniem) oraz wybrali się na długi spacer po tajemniczych zakątkach miasta. Pogoda dopisywała. Pan Bańkowski przygotował swoim uczniom zadanie – mieli przeprowadzić wywiad po angielsku z przechodniami. Było to nie lada wyzwanie, dla niektórych może nawet przełamanie bariery językowej. Duże brawa dla pomysłowych nauczycieli!

Złoto chłopców

W dniach 29.09-01.10 br. chłopcy z klasy 2a i 7a pojechali na XI Ogólnopolski Turniej Piłki Siatkowej *"Memoriał Szymka"*, poświęcony przedwcześnie zmarłemu zawodnikowi UKS w Jastarni - Szymonowi Szczygielskiemu. W turnieju udział wzięły drużyny: UKS Błyskawica Szczecin, UKS Dwójka Milicz, UKS OPP Powiat Kołobrzescki, UKS w Jastarni i Drużyna Szymka. Chłopcy przez trzy dni rozegrali wiele spotkań z innymi drużynami. Niekiedy było bardzo ciężko, ale pod okiem znakomitego trenera, pana Mariusza Rzeszotka, udało im się zwyciężyć. *Było bardzo ciężko, ale byliśmy dobrze przygotowani* - powiedział Alexander Czachorowski z klasy 7a. W niedzielę, podczas rozdania nagród, bardzo cieszyli się z zajęcia 1. miejsca. Złoto przyjechało wraz z chłopcami do Kołobrzegu. Serdecznie Wam gratulujemy.

Kasia, Olga, Julia, Adrian

PSYCHOLOG W SZKOLE ZDECYDOWANIE JEST POTRZEBNY...



- **Co to jest psychologia?**

- Psychologia w dokładnym znaczeniu tego słowa to nauka o duszy. Zajmuje się całym szeregiem zjawisk związanych z naszą psychiką, życiem wewnętrznym człowieka, zachowaniem, psychicznymi aspektami interakcji między

ludźmi oraz otoczeniem. Często mówimy o takiej psychologii potocznej, zdroworozsądkowej, którą posługuje się każdy z nas na co dzień i której podstawową właściwością jest odwoływanie się do przekonań uniwersalnych dotyczących wszystkich ludzi bądź też określonych grup społecznych, na przykład policjantów, kobiet, obiegowych porzekadeł, na przykład „nikomu nie można ufać”. Psychologia potoczna nie bazuje na dowodach. Po prostu wiemy, że coś jest tym czym jest i nie wymaga to żadnej logicznej argumentacji, ale to nie jest naukowa psychologia. Wielu ludzi myśli, że jest *psychologiem na swoim podwórku*, bo np. ktoś ostrożnie, wolno jedzie, a ty już wiesz: *kobieta za kierownicą!* Ale to oparte jest tylko i wyłącznie na takich naszych spostrzeżeniach.

- Czy psycholog jest potrzebny w szkole? Jeśli „tak” ,to dlaczego?

- Z moich doświadczeń wynika, że sam psycholog w szkole nie wystarczy, powinien być jeszcze lekarz psychiatra. **Psycholog w szkole zdecydowanie jest potrzebny.** Obserwuję obecnie też większą otwartość młodych ludzi jeśli chodzi o osobę psychologa. Często pozostają sami w domach i przychodzą, żeby po prostu ktoś obdarzył ich uwagą, dał im czas i przestrzeń na rozmowę. Przychodzą, żeby zweryfikować swoje przekonania, poglądy, żeby zapytać, czy dobrze robią. Psycholog doradza, prowadzi negocjacje, ma pomagać młodzieży w uporaniu się z dojrzewaniem, pomagać spojrzeć z innej perspektywy na dany temat. Często problemy poruszane przez młodzież lub rodziców nie są łatwe do rozmowy, a dotyczą rodzinny, zaburzeń odżywiania, nastroju i wiążących się z tym zachowań ryzykownych - uzależnień, lęków. Psycholog pomaga też nauczycielom w zrozumieniu sytuacji ucznia lub podpowiada, na co zwracać uwagę, co traktować jako symptom danej trudności.

- Z jakimi problemami najczęściej spotyka się Pani w szkole?

- Skala problemów zmieniła się na przestrzeni lat. Niegdyś problemy dotyczyły takich zwykłych rzeczy jak kłótnie, konflikty rówieśnicze, że ktoś kogoś uderzył. Nie było takiego spektrum problemów psychicznych jak jest teraz. Obecnie mamy poważne zaburzenia związane m.in. z objawami depresji, z nadpobudliwością, zaburzeniami lękowymi, fobicznymi, somatyzacyjnymi czyli przekształcaniem emocji w objaw ciała, np. lęk przekształcany w ból brzucha czy ból głowy. A poza tym istnieje klasyczna lista problemów tj. rozwiązywanie konfliktów, przeżywanie, obmawianie i coraz bardziej powszechna mowa nienawiści i cyberprzemoc. Dziś dzieci rezygnują z okładania się pięściami i potyczek słownych twarzą w twarz na rzecz znęcania się i dyskredytacji kolegów za pomocą Internetu czy telefonu. To jest okrutne, że ludzie myślą, że jak kogoś zaleją tą żółcią z klawiatury, to są „kozacy”. A tak naprawdę są to osoby sfrustrowane, zazdrosne, które uwielbiają dawać upust swoim emocjom właśnie poprzez wyżywanie się na innych. Kto chciałby mieć takiego agresywnego

przyjaciela? Kluczowa w tej kwestii jest profilaktyka, by ludzie potrafili świadomie reagować na to, co znajdują w Internecie, i żeby mieli świadomość, że takie treści boją. Jak widzisz, to cały szereg problemów. Właściwie psycholog zajmuje się całym obszarem ludzkiej egzystencji. Jeśli więc ktoś przychodzi do psychologa i o czymś mówi, to znaczy, że jest to dla niego ważne.

- Czy daje Pani wskazówki także w kwestii nauki?

- Tak. Mam odpowiednie testy, narzędzia, które badają tzw. typ preferencji sensorycznych, czyli badam cechę określającą dominujący u danej osoby rodzaj zmysłu, czy konkretny uczeń jest wzrokowcem, słuchowcem, kinestetykiem, czyli czuciowcem, osobą, która preferuje ruch, dotyk. Najpierw trzeba zidentyfikować, jaki typ badana osoba reprezentuje i pod to można dobrać metody pracy. Czyli jak już wiesz, że jesteś wzrokowcem, to dla ciebie pomocne w nauce będzie np. stosowanie podkreślaczy, wizualnych pomocy naukowych, mapy myśli - czyli wszystko, co jest związane z odbiorem wizualnym. Z kolei jeśli kinestetykowi mama powie: „Przestań bujać się na krześle, tylko się ucz spokojnie”, to nie zadziała, bo on uczy się, gdy ciało jest w ruchu. Ważne są też ćwiczenia koncentracji, ale również dbanie o warunki zewnętrzne, porządek na biurku. Ale najważniejsze jest, by na czas nauki odciąć się od wszelkich środków technologicznych, czyli telefonu, komputera czy tabletu. Nie może być tzw. dystraktorów czyli rozpraszaczy, bodźców odwracających naszą uwagę. Myślę tu o mediach społecznościowych, otwartej skrzynce pocztowej, bo mamy wtedy tendencje do tego, że co chwilę chcemy sprawdzić czy np. nie pojawiły się kolejny lajk, komentarza pod zdjęciem lub czy nie dostaliśmy nowej wiadomości, a to jakby porywa nam mózg, kiedy on był już w toku nauki. Ważne jest więc, żeby o to zadbać - przede wszystkim o zewnętrzne warunki pracy. Moja praca polega też na wytłumaczeniu, jaki ma to wpływ na efektywność nauki.

- Nawiązując do Pani odpowiedzi, czy środki technologiczne mają wpływ stricte na naszą psychikę? Czy ma to wpływ na nasze postrzeganie świata? Czy długotrwałe spędzanie czasu w Internecie wpływa na nasze kontakty interpersonalne?

- Oj tak. Świat został tak mocno przekształcony technologicznie, że młody człowiek z trudem może sobie wyobrazić, że nie ma Internetu czy telefonu przy sobie. To ma realny wpływ na nasze życie. Mam uczniów, którzy tak wsiąknęli w świat Internetu i gier, że są do tego stopnia uzależnieni, że rezygnują ze szkoły, znajomości i zamykają się tylko w czterech ścianach i np. grają - nie jedzą, nie myją się, załatwiają swoje potrzeby na krześle, na którym siedzą. Oni mają ogromny problem powrotu do rzeczywistości. Nic innego się nie liczy. Czyli jak ma się obszar pt. ŻYCIE i liczy on 100%, to dla zdrowego człowieka jest on pofragmentowany na: szkołę, rodzinę, zainteresowania, pasję, a dla dziecka, które jest uzależnione to 100% obszaru

wypełnia wyłącznie komputer. Nie ma nic innego. Problemem jest też budowanie samooceny poprzez to, że ktoś skomentuje Twoje zdjęcie na facebooku, że Ty czekasz na ten komentarz, Ty budujesz się z tego, że ktoś Ci powiedział „Super wyglądasz”. Ty się też uzależniasz od tych lajków, czekasz na lajka jak na pokarm. To jest bez sensu. Człowiek, który dostaje lajka, myśli, że jest świetny, gorzej, gdy go nie dostaje, wtedy zalicza dół. Facebook sprawił, że nasze poczucie własnej wartości nie jest budowane od wewnątrz, tylko potrzebuje zewnętrznych dowodów uznania. A to jest złudne i pozbawia nas zdolności do samodzielnego myślenia. Jesteście teraz w takim okresie, że te informacje zwrotne są dla Was szalenie ważne. I ja to rozumiem. Tylko żeby nie zapomnieć o tym, że czasami taką informację wystawiają ludzie, których w ogóle nie znacie. Czy warto więc uzależniać swój nastrój i budować na tym „okruczu” swoją samoocenę? Telefony to już inna historia. Fonoholizm, czyli nadmierne używanie telefonu komórkowego ma wpływ na nasze funkcjonowanie i kontakty międzyludzkie, np. idąc korytarzem często jest tak, że młodzież ze sobą nie rozmawia, nie uśmiecha się do siebie, nie obdarza się uwagą. Dlatego, że lwia część uwagi pochłania ten telefon. Jak zdarzy się sytuacja, że ktoś chce coś ważnego Ci powiedzieć, albo Ty komuś, idziesz to tej osoby, a on patrzy w ten telefon i mówi: „No, mów”, a Ty oczekujesz, że nawiąże z Tobą kontakt wzrokowy, szczerze się Tobą zainteresuje, a tu jest w ścisłym kontakcie, ale z telefonem. Co się w tedy pojawia w Twojej głowie? Nie jestem taka ważna dla niego. I zostajesz sama z problemem. Komunikacja, dialog, rozmowa to jest klucz do zdrowia psychicznego.

- Czy uzależnienie ma podłoże psychiczne?

- Tak. O uzależnieniu mówi się, że jest to tylko „ubranko” dla problemów emocjonalnych. To choroba zakłamania i zaprzeczeń. Czyli przeżywasz jakąś trudność i nie umiesz sobie poradzić w sposób konstruktywny, więc uciekasz przed tym w różne substancje lub czynności. Rośnie uzależnienie od technicznych gadżetów, hazardu, alkoholu, narkotyków. Wystarczy ciągle powtarzać jakąś czynność, obsesyjnie o niej myśleć, wypijać, zjadać, etc. – każdy się uzależni, a to jest niebezpieczne i niewygodnie się z tym żyje. Wszystkie uzależnienia mają takie same powikłania psychiatryczne, od urojeń po delirium i widzenie białych myszek.

- To jest tak ciekawy i rozległy temat, że chciałabym poświęcić temu osobną rozmowę.

- Zatem do zobaczenia!

Z Panią Agnieszką Spadło rozmawiała Kornelia

Profilaktyka uzależnień w naszej szkole

W ubiegłym roku szkolnym nasze Gimnazjum włączyło się w realizację projektu związanego z profilaktyką uzależnień. Z racji tego, że cieszył się on ogromnym zainteresowaniem, postanowiliśmy porozmawiać z jedną z jego koordynatorek, panią Agatą Mikołajek.

- Na czym polegał projekt „Gimnazjaliści piszą bajki terapeutyczne i przedstawiają dzieciom”?

- Projekt polegał na napisaniu przez naszych uczniów bajek terapeutycznych, a następnie ich przedstawieniu jako małych form teatralnych. Gimnazjaliści tworząc bajki terapeutyczne, sami również podlegali terapii. Mogli nazwać swoje emocje, zobrazować własne problemy, dogłębnie przyjrzeć się własnym uzależnieniom, w tym uzależnieniom behawioralnym, własnej samotności i lękom. Później musieli adaptować bajki na przedstawienia teatralne. Stawali się scenarzystami, reżyserami, scenografami, aktorami. Efekty swojej pracy pokazywali dzieciom kołobrzeskich przedszkoli. Po spektaklu, pod kierunkiem pedagoga i psychologa szkolnego, zawsze przeprowadzane były rozmowy dotyczące wskazanemu w bajce problemowi.

- Czy bajkotrapia to skuteczna metoda pracy z dziećmi i młodzieżą?

- Wykorzystanie bajkoterapii jako metody pracy z różnymi emocjami, lękami, samotnością, niską samooceną, brakiem asertywności, czyli czynnikami prowadzącymi do sięgania po narkotyki lub dopalacze, to według mnie bardzo dobre rozwiązanie. Poprzez pisanie bajek i ich opowiadanie, budowanie scenografii, odgrywanie ról bohaterów bajek, pracę w zespole pod kierunkiem pedagogów, doprowadza do swoistego katharsis - oczyszczenia, pozbycia się smutnych myśli, negatywnych emocji, nauczenia się radzenia sobie z problemami, znalezienia realnych pomysłów na pokonanie trudności. Bajka bawiąc, jednocześnie uczy. Umożliwia powrót do dzieciństwa, bo bajki zawsze dawały wsparcie i szczęśliwie się kończyły. Morał płynący z bajki ukazuje zasady właściwego postępowania w życiu.

- Dlaczego takie projekty są potrzebne?

- W dzisiejszych dość trudnych czasach zwiększa się ilość młodych ludzi zagrożonych uzależnieniami behawioralnymi oraz narkotykami. Dochodzi do tego chęć eksperymentowania, zaimponowania rówieśnikom oraz poczucie osamotnienia i braku pomysłu na spędzenie wolnego czasu. W obliczu tych wszystkich zagrożeń, bajki mogą wskazać zagubionemu człowiekowi właściwą drogę, uświadomić mu, że to, co robi, niekoniecznie może mieć szczęśliwe zakończenie.



- Jakie działania zostały zrealizowane w ramach projektu?

- Muszę przyznać, że w ramach projektu działo się naprawdę wiele. W styczniu 2017 roku odbył się Szkolny konkurs literacki na najciekawsze bajki terapeutyczne, a w marcu Szkolny konkurs plastyczny na ilustracje do nagrodzonych bajek. W kwietniu opracowaliśmy wydanie książkowe zwycięskich bajek. W maju, w sali teatralnej naszej szkoły, gimnazjaliści mieli okazję oglądać adaptacje teatralne najlepszych bajek. W Regionalnym Centrum Kultury mogli obejrzeć też spektakl „Samotni w tłumie” przygotowany przez Teatr z Wrocławia. Zaplanowaliśmy także zajęcia muzyczno – wokalne „Piosenka jest dobra na wszystko” pod hasłem samorealizacji i akceptacji siebie. Gimnazjaliści jak co roku wzięli udział w XII Powiatowym Międzygimnazjalnym Festiwalu Teatrów Profilaktycznych, a od czerwca do października 2017 roku prezentowali bajki terapeutyczne dzieciom z przedszkoli miejskich.

- Dziękuję bardzo za wywiad.

Z Panią Agatą Mikołajek rozmawiała Magda

RZUT PO MARZENIA

Tomek Urban uczy się w naszej szkole, chodzi do drugiej klasy o profilu cyfrowym. Jego hobby to jednak koszykówka. To właśnie jej – jak mówi - może poświęcić całe swoje życie. Tomek od 7 lat gra w Kotwicy 50.



- Zaczę od nietypowego pytania – jaki masz rozmiar buta?**
- 48,5.**
- Imponujące... Dlaczego akurat koszykówka?**

- Myślę, że jak każdego chłopaka także i mnie na początku kręciła piłka nożna, ale ze względu na mój wzrost brat namówił mnie na koszykówkę. On osiąga większe sukcesy, ale pomału go doganiam. Teraz koszykówka jest dla mnie wszystkim.

- Czy masz w planach w przyszłości dalej trenować koszykówkę?

- Tak, mam w planach dalsze trenowanie koszykówki. Być może pójdę do szkoły z internatem... "Się pożyje, się zobaczy".

- Z ilu metrów najdalej trafiłeś do kosza?

- Pamiętam, że grałem na większym boisku niż to nasze szkolne. Rzuciłem wtedy z jednego końca boiska do kosza znajdującego się na drugi.

- Ile razy w tygodniu masz treningi?

- Treningi mam 5 razy w tygodniu po 1,5 godziny. Codziennie też chodzę na siłownię.

- Czy miałeś moment, w którym nie chciało Ci się grać?

- Tak, miałem załamanie nerwowe, nie chciało mi się już trenować. Ale dałem radę i gram dalej.

- Jak się czujesz, „patrzac na innych z góry”?

- Nie czuję się jakoś super, ale bycie najwyższym na boisku jest z pewnością pozytywnym atutem.

- Czy polecilbyś ten sport swoim rówieśnikom?

- Polecam każdy sport i zachęcam do jego czynnego uprawiania. Jest to dobre dla zdrowia.

- Jeszcze pytanie na poprawę humoru. Czy jakaś dziewczyna dała Ci kosza?

- Tak owszem, dała 😊

- Dziękuję za wywiad.

- Dziękuję również.

Z Tomkiem Urbanem rozmawiała Zuzia

SONDA

Czwarty kwartał roku został rozpoczęty. Z każdym kolejnym powiewem wiatru z drzew spada coraz to więcej barwnych liści. Pogoda staje się pochmurna i nieprzyjazna. W dzisiejszym wywiadzie dowiemy się, jak można miło spędzić jesienny czas.



Dominika Rębarz, klasa 2 e

Najlepszym sposobem na zabicie nudy jest organizacja wycieczek do lasu oraz zbieranie grzybów. W słoneczne dni wychodzę z rodziną na spacery nad morze. Wstępujemy wówczas do kawiarni na gorącą czekoladę i inne jesienne specjały. Wiezorami czytam książki i oglądam seriale. Jest to miły sposób spędzania czasu, który pozwala oderwać się od szarej rzeczywistości.

Anna Gutkowska, klasa 3 a

Kiedy za oknem pogoda nie wydaje się nazbyt przyjemna; gdy wieje wiatr, jest widoczna gęsta mgła, a słońce chowa się za chmurami, postanawiam zostać w domu i nacieszyć się wolnymi chwilami. Cały dzień spędzam na zabiegach upiększających cerę. Późnym popołudniem oddaję się pasji gotowania.





Adam Sieruga, klasa 3 e

Muzyka jest moim ulubionym sposobem na radzenie sobie z nudą. Jest dobra na wszystko i bez niej nie byłoby tak kolorowo. Moim sposobem na rozgrzanie się jest herbata z cytryną lub miodem. Sprawia, że dzień rozpoczynam z lepszym nastawieniem. Gdy chcę aktywnie spędzić czas, udaję się na basen lub halę sportową. Często spotykam się ze znajomymi, ponieważ zawsze różniej jest robić coś w towarzystwie.

Aleksander Czachorowski, klasa 7 a

Moim ulubionym paździenikowym zajęciem jest aktywność fizyczna. Często jeżdżę na wycieczki rowerowe po lesie, chodzę na treningi i gram w piłkę nożną ze znajomymi. Kiedy mam chwilę wolnego czasu, pomagam mamie piec różne ciasta. W przyływie szaleństwa jeżdżę na nartach po trawie. Po aktywnie spędzonym dniu lubię zasiąść przed komputerem i się zrelaksować.



Sondę przygotowała Anna i Julia

BTRADIO #1

„Heaven upside down”

Marlin Manson, właściwie Brian Hugh Warner – to amerykański skandalista o dość nietypowym wizerunku. Prowokator, człowiek przelomowy w latach 90, ale przede wszystkim artysta - malarz, wybitny muzyk, autor tekstów i wokalista.



Witajcie w pierwszym wydaniu **BTRadio**. W swoich felietonach o charakterze muzycznym będę miał przyjemność prezentować nowo wydane płyty polskich i zagranicznych artystów. Pojawią się również relacje z koncertów oraz notowania utworów, które warto przesłuchać.

Dzisiaj opowiem o nowej płycie twórcy słynącego ze swojej kontrowersyjności. Mam na myśli Marlina Mansona, który atakuje nowym wydawnictwem o dość intrygującym tytule „Heaven Upside Down”.

Na nową płytę trzeba było czekać 2 lata, od premiery krążka „The Pale Emperor”, który uznawany jest za jedną z najlepszych płyt w dyskografii Mansona. Tak więc czy udało mu się „Odwrócić niebo do góry nogami” i następcą The Pale {...} sprostał wysoko postawionej poprzeczce?

Nowa płyta jest w pewnym rodzaju powrotem do korzeni. Fani lubiący jego starsze wydawnictwa takie jak m.in. „Mechanical Animals” czy „Antichrist Superstar” mogą czuć się w pełni usatysfakcjonowani, bowiem utwory utrzymane są w klimacie punk-rocka, tak jak bywało to pod koniec lat '90, ale tym razem z dozą alternatywności. Jednym z pierwszych singli, które ujrzały światło dzienne jest utwór „Say10”, który jest dostępny na YT wraz z teledyskiem, w którym gościnnie wystąpił zaprzyjaźniony z Marlinem aktor i, choć niewiele o tym wie także wybitny gitarzysta, Johny Depp. Warto wspomnieć też o tytułowym utworze „Heaven Upside Down”, który wyróżnia bardzo dobra spójność gitar i wokalu Briana. Styl, w jakim utrzymana jest ta kompozycja, nasuwa mi na myśl zbliżone brzmienie do legendarnego zespołu The Rolling Stones. Na koniec chciałbym przedstawić utwór, który najbardziej przypadł mi do gustu - mam na myśli kompozycję „KILL4ME”. Urzekło mnie w niej nawiązanie brzmienia do utworu „THIRD DAY OF A SEVEN DAY BINGE” z płyty „The Pale Emperor”. Aksamitny wstęp gitary basowej, oszczędna gitara prowadząca niczym z lat '70 i idealnie dopasowany wokal sprawiają, że „KILL4ME” chce się słuchać od początku do samego końca. „Heaven Upside Down”, co by nie mówić, jest płytą bardzo dobrą i pokazuje, że Marlin Manson mimo upływu lat cały czas jest w świetnej formie.

Bartosz Tytus Jasiński

POLECAM

Niekiedy w naszym życiu przychodzi pora, kiedy nie mamy czego ze sobą zrobić. Liście zaczynają nabierać ciepłych barw, kasztany spadać na głowę przechodniów, a w lasach roi się od grzybów. W tym czasie częstsze są również opady. W te pochmurne jesienne dni warto sięgnąć po lekturę. Nie musi być ona wyłącznie naukowa. Książka niewątpliwie rozwija nasze zainteresowania, pasje. Trenujemy również swoją wyobraźnię.

Kornelia to uczennica klasy 2d. Na codzien jeździ konno i tańczy. W wolnym czasie, zamiast oglądać telewizję, woli wziąć do ręki książkę.

„Dary Anioła” to seria książek autorstwa Cassandry Clare. Książka opowiada o nastoletniej Clary Fray, która dowiaduje się, że nie jest zwykłym człowiekiem. W jej żyłach płynie anielska krew. Wraz ze swoimi przyjaciółmi poszukuje kielicha Anioła - jednego z trzech darów.

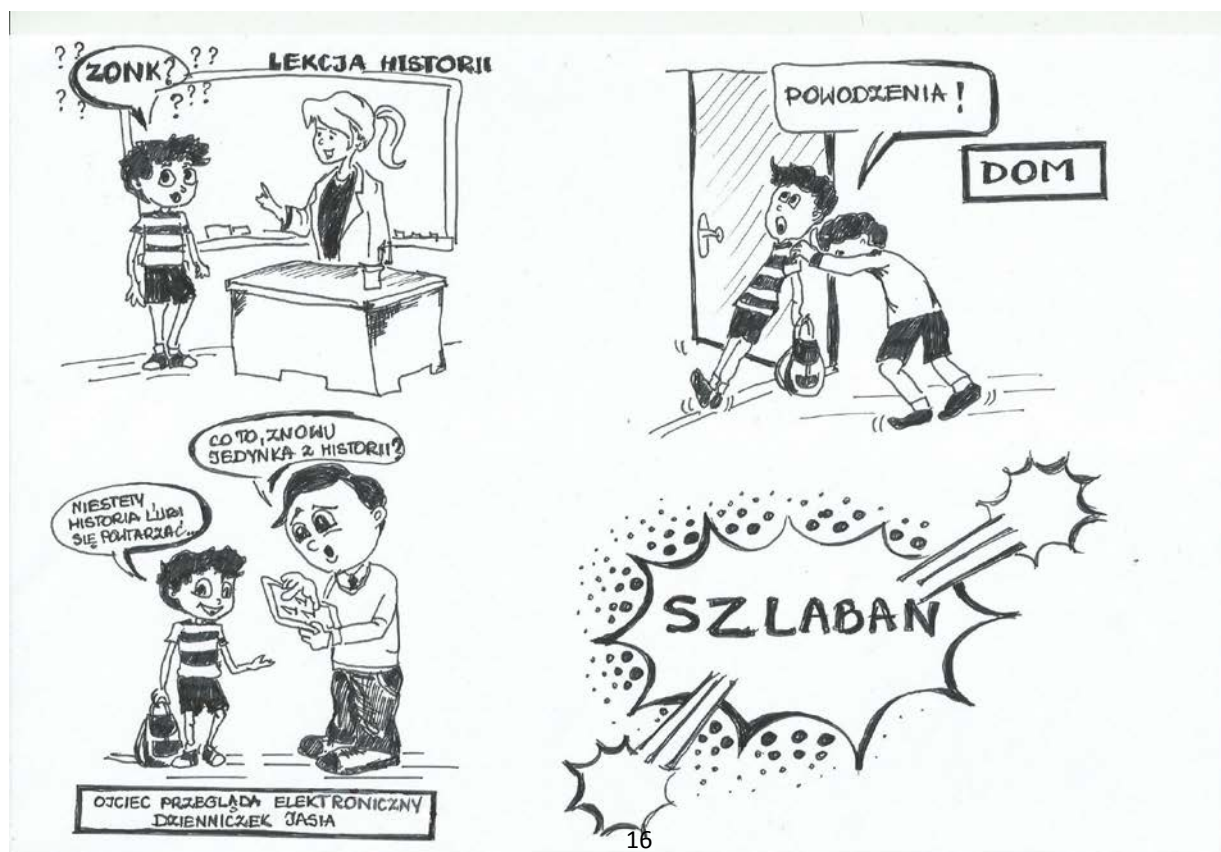
Musi też zmierzyć się ze swoim demonicznym ojcem. Pomimo trudnego życia Clary ma wsparcie w swoich przyjaciółach. Ta magiczna więź sprawia, że dziewczyna ma siłę walczyć ze złem całego świata. W tak krótkim czasie jej życie bardzo się zmieniło – wywróciło się do góry nogami. Ta seria książek uczy, aby zawsze dążyć do celu. Uświadamia na również, że prawdziwi przyjaciele nam zawsze pomogą, bez względu na wszystko.

Wszystkie tomy tej serii można znaleźć w bibliotece szkolnej.

Nikola

KOMIKS

Wiktoria Andrulonis



Outfit




Jagoda wybrała oryginalną fryzurę - dwa koki. Zdecydowanie można powiedzieć, że ma ona własny, niepowtarzalny styl. Ubrana jest w musztardowe body oraz ciepłą, jesienną kurtkę w kolorze granatowym. Do góry stroju pasują klasyczne czarne rurki. Buty - pomarańczowe Lacosty - kontrastują z czarnymi skarpetkami z wisienkami. Wybierając tę stylizację na pewno będziecie wyróżniać się z tłumu, wyglądając jednocześnie bardzo modnie.

Patryk ma na sobie ciepłą kurtkę oraz bardzo modne w tym sezonie jogery wykonane z jeansu. Jego buty pasują do wybranego przez niego outfitu. Są w typowo jesiennym kolorze - khaki. Stylizacja Patryka stanowi idealną opcję zarówno do szkoły, jak też popołudnie z przyjaciółmi.

Nikola i Sara



A photograph of a dog, possibly a Border Collie, standing in a field of tall grass. The dog is facing right, looking towards a sunset or sunrise. The sky is a warm, golden color, and the trees in the background are silhouetted against the light. A utility pole is visible on the right side of the image.

"Nie można tkwić uparcie w swoim kącie Lasu, czekając, aż inni do nas przyjdą.

Czasem trzeba pójść do nich..."

-A.A Milne