

Publiczne Gimnazjum im. Krzysztofa Kieślowskiego w Mieroszowie
ul. Żeromskiego 30
58-350 Mieroszów
Tel. 074 845 83 57

—

amator

—

Październik 2006
Numer 2/2006

„...Jedyną rzeczą jaką mam naprawdę, jest moje własne życie i mój własny punkt widzenia...”

Od redakcji:

Oto już drugi numer gazetki szkolnej wydawanej przez Szkolny Klub Dziennikarski działający w Publicznym Gimnazjum im. Krzysztofa Kieślowskiego w Miosroszowie.

Po długich namysłach postanowiliśmy nadać nazwę naszej gazecie. Doszliśmy do wniosku, że nazwa „AMATOR” kojarzyć się Wam powinna zawsze z filmem Krzysztofa Kieślowskiego o takim samym tytule oraz z naszą szkołą. Wyraża ona również nasze niewielkie doświadczenie w dziedzinie dziennikarstwa, gdyż sami jesteśmy jeszcze amatorami.

Naczelnym tematem tego numeru jest kultura osobista. Poinformujemy również o różnych wydarzeniach z życia szkoły: kulturalnych, sportowych, itp., powspominamy wakacje w prozie i poezji.

Autorami tego numeru są przede wszystkim uczennice z klasy Ic i IIb.

Maja Okupnik

Justyna Groszek

Monika Groszek

Karolina Winiarska

Patrycja Urbanik

Opiekunowie klubu:

Pani Anna Żołądź

Pani Edyta Frąszczak

AKTUALNOŚCI

Wakacyjne wspomnienia w prozie i poezji

☺))

Miejsce, o którym mogę powiedzieć „Raj na ziemi”

Byłem w wielu regionach Polski, bo lubię podróżować. Jednak najlepiej czuję się w jednym miejscu, czyli tam gdzie się urodziłem. Tym miejscem jest Pojezierze Suwalskie.

Co roku przyjeżdżam tu na wakacje do rodziny. Za każdym razem kiedy muszę już wracać do domu, wracam z wielką niechęcią. Stają mi wtedy przed oczami kilkudniowe, samotne wycieczki. Nieraz przecież będąc tu biorę namiot i prowiant do plecaka i wychodzę na kilka dni, obojętnie gdzie, byleby nocować nad jeziorem. W dzień szukam kolejnego jeziora i przy nim się zatrzymuję. O jeziora nie jest tu trudno. Można je spotkać co cztery, siedem kilometrów, a czasem nawet co kilometr. Przede wszystkim jednak bardzo odpowiada mi tutejszy klimat. Tutaj zawsze się wysypiam, niezależnie od tego, jak długo śpię. Nawet zimą czuję się świetnie. Nie przeszkadza mi ani siarczysty mróz, ani zasy sięgające po pas. Podoba mi się izolacja od zgiełku wielkich miast. Wieś, którą co roku odwiedzam jest zamieszkiwana przez mniej niż

czterdziestu mieszkańców, a sąsiedzi są oddaleni od siebie o co najmniej pół kilometra. Dzięki temu wsłuchuję się w absolutną ciszę, czuję się wolny, ogarniają mnie doznania, które lubię najbardziej. Cenię sobie spokój, bo nie mam go w domu. Mam za to hałaśliwe siostry, które kłócą się między sobą o nieistotne szczegóły. Odwiedzając moją rodzinę, mogę odpocząć od rodzeństwa.

Jeżeli miałbym wskazać raj na Ziemi, bez wahania wskazałbym Suwalszczyznę. Według mnie, trudno znaleźć jakieś piękniejsze miejsce, choćby na letni odpoczynek.

Dawid Jabłoński, 3a

...trudno się rozstać z wakacjami! Niech to uczucie nasyci się poezją! Poznajcie rodzący się talent pisarski!

*Trzeba umieć zapomnieć
Ale i pamiętać
Ponieważ lubimy zapominać
Zapominamy o pamiętaniu
Zapominamy złe rzeczy
Ale powinniśmy o nich pamiętać
Aby były dla nas przestroga
Na dalszą drogę życia
Więc nie zapominajmy
Abyśmy pamiętali*

*Kocham cię lecz bez wzajemności
Ale to dla miłości
Nie jest zbyt duża przeszkoda
Przecież jestem jeszcze taka młoda
Myśli moje to już stary złom
Ale serce bije jak dzwon
Nie myślę już o nikim innym
Tylko o tym chłopaku niewinnym*

*Kocham kogoś
Ale on o tym nie wie
Kocham go
Ale nie czuję się jak w niebie
Kocham go
A zarazem jestem niešťczęśliwa
Kocham go
Ale nie wiem czy ta miłość jest prawdziwa
Kocham czy nie
To pytanie prześladowuje mnie*

*Pocątunek to dar
I jednocześnie wyznanie
Miłości i oddania
To znak uczucia
Iskierki w sercu
Płomyka w duszy
Który mówi nam
Że ten ktoś
Być może nas kocha...*

Autor znany redakcji

Ach, ta nauka!

Marek wreszcie zabrał się za lekcje. Nie zdążył się jednak skupić na pierwszym zadaniu, kiedy mama podała mu słuchawkę. Serce mu zadrgało, bo przecież wpisując się Krysi do złotych myśli, napisał swój numer telefonu. A może to ona? Szybko przywitał się z rozmówcą, ale nie była to z pewnością Krysia. To tylko Marcin namawiał kolegę na grę w piłkę. Marek szybko i niestaránie nałożył kurtkę i wybiegł z domu. Nawet się nie odwrócił, gdy mama pytała go o zadania z matematyki. Będzie je musiał zrobić wieczorem. Ale wieczorem okazało się, że został jeszcze j. polski i przyroda. Odłożył zadania więc na jutro i pobiegł wziąć prysznic.

Na następny dzień też nie kwapiło mu się do lekcji, ale pod nadzorem starszej siostry Kaśki odrobił większość. Potem zasiadł w ciepłym fotelu i długo narzekał, że z matmy za dużo lekcji, że z polskiego nie rozumie ortografii, to znów, że z przyrody nie potrafi odpowiedzieć na parę nurtujących pytań i choć tyle siedzi nad lekcjami postępu w jego nauce nie ma. Rodzice zbytnio się nie przejmowali, gdyż była to jego śpiewka odkąd poszedł do pierwszej klasy.

Nadszedł jednak moment, kiedy Marek zmobilizował się i już kończył zadania, kiedy zadzwoniła Krysia. Natychmiast rzucił lekcję i wybrali się na mecz. Nie był to dobry pomysł. Krysia cały czas opowiadała mu o tym bramkarzu Kamiliu, który tak jej się podoba. Chłopiec wrócił do domu zły i zmęczony. I jeszcze ta matematyka!

- No nie! Kiedy oni nas przestaną męczyć ! Mam tego dość!
- Jeszcze parę miesięcy do czerwca!- pocieszyła go Kaśka. Chłopiec zamknął się w pokoju i pomyślał, że ... A właściwie to co sobie może pomyśleć zdenerwowany szkołą nastolatek?

ALFABET DOBRYCH MANIER

Ada, to nie wypada, czyli

alfabet dobrych manier

dla nastolatka

Arogancja - okazywana słowami, minami, gestami wobec dorosłych jest nie do wybaczenia

Bekanie - albo też czkanie, traktowane przez niekulturalnych młodzieńców za "wspaniały" dowcip, a będące wyłącznie kompromitującym dowodem chamstwa

Cześć - nie żałujmy tego słowa (bardziej czule może być: pa, buźka, hej)

Czułość - w miejscach publicznych trzeba zachować umiar w tym względzie i pamiętać, że patrzą na nas inni

Decybele - wrzaski, krzyki i głośna muzyka, unikajmy tego (cichego głosu słucha się uważniej i jest on cieplejszy)

Do widzenia - elementarny wyraz kultury

Drzwi - przepuszczamy wychodzących, zawsze pozwalamy wejść najpierw kobietom, dziewczętom i starszym

Dyskrecja - umiejętność zachowania tajemnicy, nie powtarzamy osobom postronnym powierzonych nam sekretów

Dzień dobry - obowiązkowo mówić, mówić, mówić, nigdy nie zaszkodzi, nic nie kosztuje

Dziękuję - używać przy każdej sposobności (patrz: dzień dobry)

Elegancja - to styl bycia i ubierania się, polega na "dyskretnym uroku"

Fair play - szlachetna gra, w życiu codziennym polegająca na tym, żeby nie oszukiwać, nie wygrywać cudzym kosztem, nie wykorzystywać swojej przewagi

Filiżanka - trzymamy za ucho wszystkimi palcami

Gafa - zachowanie nietaktowne, raczej niezamierzone, wynikające z nieuwagi, niewiedzy czy roztargnienia, gdy się zdarzy, nie wpadajmy w panikę i szybko przepróśmy

Goście - wypada zapytać rodziców, czy mogą przyjść, przyzwoitość nakazuje również po zabawie doprowadzić mieszkanie do stanu poprzedniego

Grzechy szkolne - zwalenie na kogoś swojej winy, skarżenie, podlizywanie się, przezywanie kolegów, wyśmiewanie lub przedrzeźnianie nauczyciela

Herbata "maczanka" - wyciągamy za "ogon", wyciskamy łyżeczką i odkładamy na specjalny talerzyk

Higiena - obowiązuje codzienne mycie się od stóp do głów. Uwaga! Polewanie brudu wodą kolońską daje efekty żałosne

Imieniny - nie zapominajmy solenizantom złożyć życzeń

Jedzenie - mlaskanie, siorbanie, cmokanie, czyli jedzenie głośne i niechlujne jest bardzo kompromitujące!

Kłanianie się - młodsi kłaniają się starszym, uczniowie nauczycielom i innym pracownikom szkoły, chłopcy dziewczętom (reguła: uprzejmiejszy kłania się pierwszy)

Książki - pożyczone oddajemy we właściwym terminie!

Listy - cudza korespondencja to rzecz święta, nie do wybaczenia jest otwieranie i czytanie cudzych listów

Lojalność - to bardzo rzadka, a bardzo ważna cecha charakteru. Należy być lojalnym wobec rodziny i przyjaciół.

Łyżeczka - zawsze wyjmujemy ze szklanki, gdy pijemy herbatę (w przeciwnym wypadku grozi wybiciem oka!)

Mowa sztuców - po skończonym posiłku odkładamy sztuce na talerzu równoległe do siebie po prawej stronie

Niepunktualność - ten, kto się spóźnia, zraża do siebie ludzi, jeszcze zanim ich zobaczy

Obgryzanie paznokci - unikajmy, zwłaszcza w towarzystwie

Obrażanie się - dąsanie o byle co, "muchy w nosie" to mało elegancki (a przy tym nudny!) sposób załatwiania swoich porachunków

Odpowiedzialność za swoje czyny - gotowość do przyznania się do swoich błędów

Uprzejmość jest cennym kluczem, który otwiera wszystkie drzwi.

**JESTEM KULTURALNY
I JEST MI Z TYM DOBRZE!!**

- Nie używam wulgarnych słów
- Nie przeszkadzam podczas lekcji
- Nie biję się, nie dokuczam innym
- Nie niszczę mienia szkolnego i cudzej własności
- Często używam słów "proszę", "dziękuję", "przepraszam"
- Pomagam innym, zwłaszcza starszym osobom
- Jestem punktualny
- Umiem słuchać innych
- Dbam o higienę osobistą
- Nie wyśmiewam się z innych

I DLATEGO:

- Zdobywam pewność siebie
- Łatwo nawiązuję znajomości
- Unikam kłopotliwych sytuacji
- Odnoszę sukcesy
- Jestem lubiany

Czy potrzebna jest w życiu kultura słowa ?

Dlaczego? Gdzie obowiązuje?

Moim zdaniem **kultura słowa** jest niezwykle istotna dla prawidłowego funkcjonowania w społeczeństwie. Obowiązuje ona każdego z nas, w każdym miejscu i o każdej porze.

Kultura słowa jest nie tylko poprawnością, jasnością, a nawet powiedziałabym estetyką wypowiedzi. Zakłada ona określony stosunek do odbiorcy wypowiedzi. Przede wszystkim zauważamy go, liczymy się z nim, jak również z jego możliwościami odbioru i oczekiwaniami. Liczymy się z nim nie tylko dla własnej korzyści i nie ze względu na zasady racjonalnego współdziałania, ale przede wszystkim dlatego, że się drugiego człowieka szanuje!!!! Że chce się jego dobra, bez względu

na typ naszych relacji, stopień bliskości i uczucia, jakie się żywi dla niego.

Oczywistym jest, że taki właśnie stosunek do odbiorcy wyklucza wszelką nieszczerłość, manipulację, wulgarność, niechłujstwo. Któż z nas nie lubi być wysłuchany? Któż z nas nie chciałby być zrozumiany? Kto z nas nie oczekuje wsparcia i rady? Zapewne wszyscy, bo nie wierzę w to, że ktoś chciałby być lekceważony przez drugą stronę.

Człowiek chce być szanowany, ale szacunek musi również okazać wszystkim wokół. Wówczas będzie się tworzyło zjawisko „kręgu szacunku”, do którego każdy z nas zostanie mile przyjęty.

Podsumowując, kultura słowa to część kultury humanistycznej człowieka. Jej fundamentem, a zarazem punktem wyjścia jest dostrzeganie drugiego człowieka i szacunek dla niego. Nie może to pozostać w sferze naszych pragnień, lecz powinno stać się normą.

Autorka:

Joanna Przybylska,

SPORT

- Dnia **10.09.2006 r. w Mezimesti** (Czechy) nasi uczniowie wystartowali w biegach ulicznych na dystansie 1000 metrów.

W kategorii STARSI I miejsce zajęli: wśród dziewcząt najlepsza okazała się Paulina Gimzicka z IIIb, a wśród chłopców Piotr Marchlewski z IIIa.

Na drugim miejscu uplasował się Krzysztof Jaszak z IIc, na trzecim Kamil Bałos z III d.

W kategorii MŁODSI trzecie miejsce zajęła Paula Dalidowicz z Ib.

Opiekę nad młodzieżą sprawował pan Tomasz Czerwonka.

Gratulujemy

- Adventure Race – wielu zwycięzców, brak szczegółów
- Powiatowe Biegi Przełajowe – brak szczegółów, sorry ☹☹☹

SZKOŁA

• Patronada

W dniach 5-6.09.2006 jak co roku odbyła się w naszej szkole Patronada. Uczestniczyli w niej uczniowie klas pierwszych wraz z wychowawcami.

Pierwszego dnia obejrzelśmy film, w którym dawni znajomi Krzysztofa Kieślowskiego wspominali wspólną naukę, zabawy oraz przybliżyli nam sylwetkę patrona. Po obejrzeniu filmu udaliśmy się na cmentarz, aby odwiedzić grób ojca K. Kieślowskiego - Romana. Następnie wyruszyliśmy na wycieczkę „Szlakiem Kieślowskiego”. Oczywiście znaleźliśmy się w Sokółowsku, gdzie zobaczyliśmy rodzinny dom Kieślowskiego, kino, sanatorium, w którym leczył się pan Roman.

O tym wszystkim opowiadali nam nasi nauczyciele - p. K. Miłosz, p. B. Foryś, p. D. Latus i panowie: Nowaczyk, Czerwonka i p. Szpargała. Dzień zakończyliśmy wspólnym ogniskiem.

W kolejnym dniu- 06.09.06 odbyły się wycieczki integracyjne. Znaleźliśmy się na Kwiatowej, gdzie nauczyciele przeprowadzili konkursy międzyklasowe. Musieliśmy zbierać szyszki, układaliśmy hymn klasowy, przechodziliśmy pod sznurkami, skakaliśmy w dal. W tej zabawnej rywalizacji zwyciężyła klasa Id- wychowawca pan Czerwonka.

A co było w piątek? W piątek popisywaliśmy się wiedzą o patronie. Reprezentanci klas pierwszych wzięli udział w konkursie zorganizowanym na zasadzie telewizyjnego „Jeden z dziesięciu”. Znowu zwyciężyła klasa Id, którą reprezentowali: Kasia Jarczyńska, O Żabicka i Paulina Woronko. GRATULUJEMY !!!!

Sprawozdawca Monika Groszek, Ic

• „Sprzątanie świata”

Jak co roku braliśmy udział w akcji „Sprzątanie świata” - zaszczycu dostąpili wyłącznie uczniowie klas drugich. Było sprzątanie, ogniska i dobra zabawa ☺☺☺☺☺☺☺☺

• Dzień Chłopaka

Jak co roku w naszej szkole obchodziliśmy Dzień Chłopaka. W tym dniu chłopcy poddawani są wielu próbom, testuje się ich inteligencję – robi w balona ! Współczujemy...

Kochane koleżanki, kobiety, zlitujcie się nad tymi biednymi facetami! Czy same chciałybyście otrzymać w prezencie z okazji Dnia Kobiet np.: pampersa? Wątpliwe ☺

Dlatego też wzywamy Was: przemyślcie te „urocze” prezenty i niezawodne konkurencje (Idiotentest) jeszcze raz! Czy naprawdę tylko na tyle Was stać?

A póki co Panom życzymy wszystkiego najlepszego z okazji ich święta (bo przecież nie jesteście tacy znowu ŚWIĘCI ☺).



OGŁOSZENIA DROBNE

Poznam chłopca znającego trzy wyrazy: proszę, dziękuję, przepraszam.

"Dzień dobry" oraz "do widzenia"
także mile widziane.

• Stres

Wiemy, że szkoła to trudny czas dla wielu z Was. Dlatego podjęliśmy próbę uświadomienia Wam, czym jest stres, czym się objawia i jak sobie z nim poradzić, zanim on poradzi sobie z Wami. Pamiętajcie, że stres mądrze wykorzystany może być inspirujący.

STRES, psychol. Stan obciążenia systemu regulacji psych. Powstający w sytuacji zagrożenia, utrudnienia lub niemożności realizacji ważnych dla jednostki celów, zadań, wartości; typowymi czynnikami wywołującymi stan stresu są: zdarzenia zagrażające życiu i zdrowiu, sytuacje stwarzające zagrożenie dla poczucia własnej wartości, wysoki stopień trudności zadań stojących przed jednostką, utrata poczucia wpływu (kontroli) na przebieg wydarzeń, występowanie zakłóceń (przeszkód) w celowej aktywności, sytuacje deprivacji (pozbawienia różnych wartości lub obiektów, które są niezbędne dla normalnego funkcjonowania jednostki). Oprócz stresu doraźnego, pojawiającego się w odpowiedzi na pojedynczą sytuację, wyróżnia się stres długotrwały, wywołany takimi czynnikami, jak przewlekła choroba, wymagania roli zaw. (Np. roli żołnierza w czasie wojny), czy załamanie się kariery życiowej. Każda sytuacja stresowa stawia przed jednostką określone wymagania i aby im sprostać zarówno w organizmie człowieka (□ stres, fizjol.), Jak i w jego funkcjonowaniu psych. Zachodzą istotne zmiany. W stanie stresu pojawia się: wzmożone napięcie emocjonalne oraz pewne względnie stałe, niespecyficzne zmiany w zakresie czynności poznawczych, organizacji i sprawności działania, które zależą od stopnia natężenia i czasu trwania stresu. W pierwszym okresie, po zadziałaniu bodźca stresowego o umiarkowanej sile, występuje na ogół wzrost

intensywności i tempa działań, przyspieszenie procesów myślenia, pamięci, zwiększenie wrażliwości na bodźce, co sprzyja wykorzystaniu pełni możliwości jednostki i objawia się poprawą sterowania zachowaniem i jego integracji. W przypadku nasilania się stresu lub przedłużania jego trwania może dojść do rozstrojenia mechanizmów regulacyjnych, co przejawia się spadkiem tempa i poziomu wykonania różnych czynności, pogorszeniem procesów pobierania i przetwarzania informacji, a w końcu — dezorganizacją zachowania i utratą kontroli nad sytuacją; czynności, które człowiek podejmuje w tej fazie, charakteryzują się bądź skrajną sztywnością, bądź przypadkowością; może dojść do gwałtownej zmiany kierunku działania bądź apatii i zaniku wszelkiej aktywności; człowiek w stanie silnego stresu przestaje także kontrolować własne emocje. Współczesne psychol. teorie stresu podkreślają, że stres jest wynikiem indywidualnej — a więc właściwej dla danego człowieka — interakcji zewnętrznych i wewn. wymagań oraz możliwości; stres powstaje, gdy dochodzi do rozbieżności wymagań i możliwości. Jednocześnie obserwuje się odchodzenie od teorii biol. na rzecz poznawczych. Dominuje pogląd, iż w rezultacie interakcji czynników indywidualnych i środowiskowych powstaje nowa jakość — ocena wydarzenia (sytuacji); wydarzenie może być ocenione jako zagrożenie, strata, wyzwanie lub jako obojętne; jedynie 3 pierwsze uruchamiają procesy regulacji neurohormonalnej oraz procesy poznawczego i emocjonalnego radzenia sobie ze stresem. Najogólniej ujmując, radzenie sobie ze stresem — rozumiane jako zespół podejmowanych na podstawie oceny wydarzenia wewnętrznych i zewn. działań — jest ukierunkowane na problem (sprostanie wymaganiom, usunięcie zagrożenia) oraz na emocje własne (redukcję poczucia zagrożenia, porażki). Wysiłek związany z problemowym i emocjonalnym radzeniem sobie oraz względny udział każdej z tych 2 strategii zależą od czynników środowiskowych (gł. charakteru i czasu trwania wydarzenia, ale również od wsparcia zewn.) oraz indywidualnych (Np. kompetencji, celów, wartości, przekonań itp.). Procesy radzenia sobie ze stresem wywołują tak bezpośrednie, jak i odroczone

następstwa (zmiany stanu i funkcji organizmu); te ostatnie mogą stać się przyczyną chorób (□ psychosomatyczne zaburzenia).

SONDA

JAK UCZNIOWIE I NAUCZYCIELE NASZEGO GYMNAZJUM RADZĄ SOBIE ZE STRESEM?

Przykry jest fakt, iż większość ankietowanych na pytanie „Jak sobie radzisz ze stresem?”

odpowiedziała, że sobie nie radzi! Ale spora ich ilość odpowiedziała, że się nie stresuje!

A oto jak odpowiadali inni uczniowie:

- „opycham się słodyczami”
- „bardzo źle”
- „wychodzę na spacer”
- „gram na komputerze”
- „normalnie”
- „jem czekoladę”
- „obgryzam paznokcie”
- „liczę do dziesięciu i próbuję się uspokoić”
- „Ściskam pięści”
- „dobrze”

-„próbuję się odstresować np.: słucham muzyki, którą lubię”

A co na to nasi jakże wspaniali nauczyciele:

- pan S. Foryś:” potrzebuję ruchu! Najlepiej jest się wyżyć”
- pani D. Latus:” nie mam w domu całej poduszki! Chodzę po górach!
- pan Z. Szpargała:” myślę, że dobrze. Ja się raczej nie stresuję”
- pani J. Altheim:” idę na długi spacer”
- pani E. Frąszczak:” leżę przez godzinę na hamaku i się resetuję”
- pani A. Olejnik-Rems:” idę na długi spacer po skończonej pracy”
- pani pedagog E. Frankiewicz:” Najlepsze są ćwiczenia relaksujące, długie spacerki, dobra muzyka -najlepiej klasyczna, ale co kto lubi, a na koniec dnia gorąca kąpiel z olejkami relaksacyjnymi!

Jak radzić sobie ze stresem?

Opinia psychologa z czasopisma młodzieżowego „BRAVO”

- Przytulaj i głaszcz jak najczęściej swojego psa!
- Spaceruj codziennie!
- Śmieć się często! To czysty relaks!
- Oddychaj głęboko i wsłuchuj się w siebie, chociaż przez moment na każdej przerwie!
- Przypomnij sobie mile chwile z minionych wakacji: poznanych ludzi, wodę, las...

- Krzycz głośno, gdy jesteś sam!
- Rozmawiaj często z przyjaciółmi o swoich stresach!
- Słuchaj muzyki, która cię uspokaja!

Autor: Maja Okupnik, Ic

Nauka języków obcych

10 rad dla uczących się języka...

- 1. Uwierz w siebie:** pięć procent ludzi ma wybitne zdolności językowe; pięć procent to antytalenty; reszta to osoby przeciętne, które są w stanie nauczyć się dowolnej liczby języków. Dotyczy to ludzi w wieku od lat siedmiu do osiemdziesięciu lub więcej (opinia, że tylko jako dziecko można dobrze nauczyć się języka to szkodliwy przesąd). Jeśli z góry powiesz sobie "język to nie dla mnie", na wstępie blokujesz się psychicznie.
- 2. Pracuj systematycznie** - lepiej uczyć się codziennie po 20 minut niż raz w tygodniu przez cztery godziny. Język jest jak gimnastyka lub prowadzenie auta: postęp jest wynikiem ćwiczeń. Jeśli nie stać Cię choćby na 20 minut codziennie, nie zaczynaj. Nie warto się oszukiwać.
- 3. Ucz się na pamięć** - mogą to być słówka zapisywane na osobnych kartkach, całe zdania, wierszyki, dialogi, powiedzenia cytaty, krótsze i dłuższe teksty. W ten sposób magazynujesz w umyśle gotowe kawałki układanki, które po jakimś czasie złożą się w całość - szybciej niż myślisz.
- 4. Ucz się przez naśladownictwo** - warto poświęcać czas i wysiłek na odtwarzanie: powtarzanie za kasetą, odgrywanie gotowych dialogów, przepisywanie całych zdań i tekstów. W ten sposób rozciągasz sobie pamięć

- językową i "wklepujesz" do umysłu gramatykę praktyczną.
- 5. Nie przejmuj się zanadto wymową** - zwłaszcza, jeśli nie masz zdolności w tym kierunku. Od wymowy ważniejsze jest słownictwo. Większość ludzi nawet dobrze znających język obcy mówi z wyraźnym cudzoziemskim akcentem, co nikomu nie przeszkadza, a czasem pomaga - cudzoziemcowi wybacza się pomyłki i niezręczności.
 - 6. Przy każdej okazji staraj się mówić** uruchamiając wyuczone kawałki języka. Przy mówieniu eksperymenty z językiem są jak najbardziej wskazane. Stosuj "mówienie wirtualne"- wyobraź sobie, co powiedziałbyś w różnych sytuacjach. Jeśli masz okazję, nawiąż korespondencję w obcym języku.
 - 7. Nie przejmuj się popełnianymi błędami** - większość z nich sama znika w miarę, jak robisz postępy.
 - 8. Jak najwięcej czytaj** - im lepiej znasz język, tym większa rola słowa pisanego. Do płynnego mówienia wystarczy ok. 1500 słów - do czytania książek lub prasy nie mniej niż 4500.
 - 9. Po opanowaniu podstaw języka spróbuj retranslacji:** najpierw tłumaczysz na polski kilka zdań z języka obcego, a po dwu - trzech dniach swoje tłumaczenie z powrotem przekładasz na język obcy. Sprawdzasz swoje tłumaczenie z oryginałem i poprawiasz błędy. Po kilku miesiącach codziennego wykonywania takich ćwiczeń zauważysz, jak dużego postępu dokonałeś.
 - 10. Nie zniechęcaj się, jeśli wydaje ci się, że drepczesz w miejscu** - od poziomu średniozaawansowanego postęp dokonuje się skokami. Pracuj systematycznie- spokojnie czekając, aż czas zrobi swoje.

RÓŻNE

Trudny temat

Mimo że wakacje już minęły, to różne niebezpieczeństwa wciąż wam grożą. Wystarczy...

JEDNA CHWILA NIEUWAGI I JEDNA TABLETKA, BY DZIEWCZYNA ZOSTAŁA SKRZYWDZONA NA CAŁE ŻYCIE

PIGUŁKA GWAŁTU

JAK SIĘ PRZED NIĄ USTRZEC???

1. Nie chodź samotnie na imprezy!
2. Nie pozwalaj nikomu przynosić sobie napojów!
3. Jeśli nie kupujesz napoju w zamkniętej butelce lub puszcze, obserwuj barmana lub kelnera, gdy nalewa ci go do szklanki!
4. Nie zostawiaj szklanki z napojem, jeśli tak się zdarzy, już z niej nie pij!

BEZKARNOŚĆ PRZESTĘPCÓW

W Polsce dochodzi przeciętnie do 2000 gwałtów rocznie. Tylko 20% ofiar zgłasza się na policję.

Jeśli potrzebujesz pomocy i nie wiesz gdzie jej szukać lub ktoś ci bliski potrzebuje pomocy skontaktuj się z profesjonalistą - pedagogiem lub pracownikiem policji. Czasami wystarcza szczerą rozmowa z mamą, która na pewno będzie wiedziała, jak rozwiązać Twój problem i jak Ci pomóc!

Jeśli wiesz o jakimś przykrym lub niebezpiecznym wydarzeniu napisz do gazetki kilka słów, aby przestrzec potencjalne ofiary przestępcy. Następnym razem ofiarą może być Twoja koleżanka, siostra....

Autorka: Groszek, Ic

Tydzień dziwów...

Poniedziałek

Energia: żeńska
Planeta: Księżyc
Kolor: biały, srebrny, kremowy, jasnozielony
Drzewo: wierzba

Magiczne zastosowanie: kobiece tajemnice, ochrona, emocje, sny, jasnowidzenie, dom, rodzina, medycyna, kobieca płodność, wiadomości, złodziejstwo, podróże, podświadomość, leczenie, małe zwierzęta i dzieci, siostry i żony, macierzyństwo, instynkt

Wtorek

Energia: męska
Planeta: Mars
Kolor: czerwony i pomarańczowy
Drzewo: ostrokrzew

Magiczne zastosowanie: odwaga, zemsta, pokonanie wrogów, wyższe wykształcenie, przemoc, szybkie działanie, operacje, rozpraszanie złych zaklęć, małżeństwo, wojna, więzienie, polowanie, współzawodnictwo polityczne i fizyczne, przywództwo, żądza, leczenie chorób krwi

Środa

Energia: męska
Planeta: Merkury
Kolor: żółty, szary, fiołkowy, kolory opalizujące
Drzewo: leszczyna

Magiczne zastosowanie: umysłowa jasność, komunikacja, pisanie, strategia, dywinacja, młodzi ludzie, wiedza, negocjacje, interesy, nauczanie, nałogi, rozsądek, długi, lęk, strata, leczenie i samodoskonalenie, percepcja, grupa, podróż

Czwartek

Energia: męska
Planeta: Jowisz
Kolor: purpurowy, błękit królewski
Drzewo: dąb

Magiczne zastosowanie: szczęście, powodzenie, rozwój, ekspansja, hojność, męska płodność, starsi ludzie, sprawy prawne, zdrowie, honor, bogactwo, stroje, pragnienia, męskie zawody, duchowe osiągnięcia

Piątek

Energia: żeńska
Planeta: Wenus
Kolor: różowy, morski, zielony,
kolory pastelowe
Drzewo: jabłoń

Magiczne zastosowanie: miłość,
przyjemność, pokój, romans,
małżeństwo, atrakcyjność, przyjaźń,
delikatność, łatwość, partnerstwo,
sztuka, muzyka, sprawy seksualne i
sercowe, fizyczne piękno, zapachy i
perfumy, działalność społeczna, życie
towarzyskie, kobiece problemy,
ochrona

Sobota

Energia: żeńska
Planeta: Saturn
Kolor: czarny, ciemny fiolet,
ciemny szary, indygo
Drzewo: olcha

Magiczne zastosowanie:
pokonywanie przeszkód, duchowa
komunikacja, medytacja, życie,
wolność, samodyscyplina, ochrona,
pokonywanie ograniczeń,
odnajdywanie zagubionych osób i
przedmiotów, starsi ludzie,
zakończenia, śmierć, niszczenie
chorób i plag, pokonanie tych, którzy
nas ograniczają, obrona psychiczna

Niedziela

Energia: męska
Planeta: Słońce
Kolor: pomarańczowy, żółty,
złoty, biały
Drzewo: brzoza

Magiczne zastosowanie: zdrowie,
przywództwo, leczenie, powodzenie,
samowiedza, szczęśliwość, ego,
nadzieje, radość, siła,
indywidualność, władza, ojcowie i
mężowie, ochrona, moc, władza,
uduchowienie, awans, fortuna



Humorrrrrrrr ?

UWAGI Z DZIENNICZKÓW

- 1 uważa że jest za inteligentny by się uczyć
- 2 mówi, że jak dorośnie chce zostać orzeszkiem laskowym. Jest oburzony, że staje mu się na drodze do kariery.
- 3 śmieje się, że sprzątaczką ma różowe kapcie
- 4 przyłapany na ściąganiu, twierdzi z uporem, że czerpał inspirację

Fakty

Tibię stworzyli niemieccy studenci informatyki z Regensburga. Ma ona 11 lat. monitorowanie stron, na których można w nią grać, wskazuje na to, że najwięcej graczy pochodzi z Brazylii, Szwecji,

USA i Polski. Polską stronę odwiedza ok.40 tysięcy osób, z których połowa to uczniowie podstawówek i gimnazjów.

W Azji kilku pasjonatów Tibii umarło z wycieńczenia przed komputerem. Gdy tak stało się z pewną Chinką, inni gracze zorganizowali jej wirtualny pogrzeb. Z kolei pewien Chińczyk, też namiętny gracz, zabił swego kolegę, bo ten nie oddał mu wirtualnego miecza.

Justyna Groszek
Karolina Winiarska

Co w trawie piszczy

SPRAWY RÓŻNE

- Październik: 17 – 19. 10. 2006 wycieczka do Czech i Wiednia! Grupa zbierana 46 uczestników! Opiekunowie: p. Maślankiewicz, p. Żołądź, p. Frąszczak, p. Dyba.
- Na przełomie maja i czerwca 2007 odbędzie się zielona szkoła nad morzem. Zbierajcie kaske! Opiekunowie – jak wyżej!
- PAŹDZIERNIK MIESIĄCEM KONKURSÓW I KLASÓWEK! ..a miał być taki luzik...
- Uwaga klasy pierwsze już niedługo **bal** gimnazjalny! Przypominamy, że na balu obowiązuje strój galowy, tzn.: „**chłopiec ma na sobie białą koszulę, czarne spodnie, czarne półbuty, dziewczęta ubrane są w białe bluzki, czarne lub granatowe spódnice**

sięgające do kolan, rajstopy w kolorze cielistym i czarne półbuty na płaskim obcasie.” (fr. ”Programu wychowawczego.”)

- Psssssst... a teraz tak na ucho: w październiku jest Dzień Nauczyciela, więc ogłaszamy jeszcze jeden konkurs pt.: „Mój ulubiony nauczyciel to... „ (kto, jaki/a jest, dlaczego on/a?) Prace składać u opiekunów gazetki. Dziękujemy.