

DWÓJKOMIANK



2. półrocze 2025/2026
biuletyn Szkoły Podstawowej nr 2 im. Henryka Sienkiewicza w Goleniowie



Dżungla przygód w SP2, czyli Dzień Otwarty pełen radości i odkryć.

Dzisiaj Szkoła Podstawowa Nr 2 im. Henryka Sienkiewicza w Goleniowie zamieniła się w prawdziwą dżunglę przygód. Nasze progi licznie odwiedzili przyszli pierwszoklasiści wraz ze swoimi rodzicami, babciami i dziadkami. Mogli oni zobaczyć, jak wygląda nauka i zabawa w goleniowskiej „Dwójce”.

Gości powitała Dyrektorka szkoły - Pani Krystyna Bielecka- Zagórna, a w wydarzeniu uczestniczył także Pan Bogdan Wachowiak – Dyrektor Wydziału Edukacji, Kultury i Sportu w Urzędzie Gminy i Miasta Goleniów. Nie mogło również zabraknąć Pań Wicedyrektor: Małgorzaty Wojciechowskiej i Beaty Głądały. Wspaniałą atmosferę od samego początku stworzył występ chóru „Do Re Mi”, prowadzonego od lat przez Panią Dorotę Gąsior.



Przyszłych uczniów przywitani także byli wyjątkowi

bohaterowie – Staś i Nel

z powieści

Henryka

Sienkiewicza pt.

„W pustyni

i w puszczy”.

Rozdawali oni

mini mapki

z atrakcjami do

tradycyjnego

zbierania

pieczętek

w wyznaczonych

miejscach.

Z nimi dzieci

wyruszały

w podróż przez

szkolną dżunglę,

odwiedzając

kolejne

stanowiska

i podejmując

ciekawe

wyzwania, coraz

lepiej poznając

naszą

nieprzeciętną

szkołę.

Atrakcji było

naprawdę

mnóstwo! Mali

odkrywczy, m.in.:

pokonywali

dżunglowy tor

przeszkód, brali

udział

w

eksperymentach

chemicznych,

rozwiązywali

przyrodnicze

Spis treści

Dzień Otwarty..... S. 1.

"Kobieta wczoraj, dziś i jutro" -
podsumowanie projektu.... S.2.

Wywiad z Panią Agatą
Markowicz- Narętkiewicz.... S.4.

Czwóreczka s.5.

1 z 10..... S.5.

Konkursy recytatorskie S.6.

Spotkanie z Martyną
Jancelewicz s.7.

Spotkanie z Ewą Kaczmarczyk-
naszą miss s. 7.

Wolontariat i Giełda szkół- s. 8.

Szkoła i teksty nauczycieli... s. 9.

Typy nauczycieli s. 10- 11.

Zawody i prokrastynacja .. s.
12.

Dlaczego śpimy za mało? s. 13.

Sprawdzianowy stres..... s. 14.

Mój wymarzony dzień s. 14.

Polska vs Japonia..... s. 15.

Dzieci w l. 70.-80. i dziś ... s. 15.

Najpierw płatki czy mleko?- 16.

Wywiad z Panią Ewą s. 16.

Takie tam memy s. 17.

Sport s. 18.

zagadki, poznawali dźwięki dżungli, grali w gry językowe i logiczne łamigłówki, uczyli się podstaw programowania, nadawali kolory ogromnemu, białemu - czarnemu lasowi tropikalnemu, czy też sadzili własne rośliny w doniczkach. Ogromnym zainteresowaniem cieszył się, jak zawsze, dżunglowy salon przemian, czyli malowanie twarzy w zwierzęce wzory oraz pamiątkowe zdjęcia w dżunglowej fotobudce.



Cała szkoła była przepięknie udekorowana w egzotycznym klimacie. Barwne, pracochłonne dekoracje, zostały przygotowane przez nauczycieli przy pomocy uczniów i sprawiły,



że naprawdę można było poczuć się jak w środku tropikalnej przygody?

W tym niezwykłym wydarzeniu aktywnie uczestniczyło również szkolne koło dziennikarskie „Dwójkomaniak”. Jego członkowie – przy wsparciu uczniów z klasy 6b – rozdawali rodzicom przyszłych pierwszoklasistów najnowszy numer szkolnego pisma, opowiadając przy okazji o tym, co dzieje się w naszej szkole.



Nie zabrakło też słodkich niespodzianek.

Serdecznie dziękujemy RODZICOM z RADY RODZICÓW, którzy w swoich niebieskich koszulkach z napisem: „Rada Rodziców” i własnymi imionami, przygotowali dla Gości popcorn i watę cukrową, a smakołyki te, tradycyjnie, cieszyły się ogromnym powodzeniem wśród najmłodszych!

Podsumowując, to było popołudnie pełne uśmiechów, zachwytu i dobrej energii. Mali Goście, przemierzając szkolne korytarze i uczestnicząc w przygotowanych dla nich atrakcjach, udali się poprzez zabawę w niezwykłą "PODRÓŻ w ŚWIAT WIEDZY z SP2."

Dziękujemy wszystkim za obecność i już dziś zapraszamy przyszłych pierwszoklasistów do rozpoczęcia swojej szkolnej przygody właśnie tutaj. Do zobaczenia we wrześniu!

MBodnar

"Kobieta wczoraj, dziś i jutro" - podsumowanie projektu

Podczas tego projektu w naszej szkole było inaczej niż zwykle. Zamiast typowych lekcji pojawił się czas na zatrzymanie, rozmowę i spojrzenie szerzej — na świat, ludzi i role, które często wydają się oczywiste, a wcale takie nie są. Zakończyliśmy realizację projektu „Kobiety wczoraj, dziś i jutro”.

Przez wiele tygodni uczniowie pracowali w zespołach nad różnymi problemami badawczymi — od codzienności kobiet w różnych częściach świata, przez ich obecność w nauce, aż po pytania o równość, stereotypy i przyszłość.

W końcu przyszedł moment, w którym mogliśmy zobaczyć efekty tej pracy. Były prezentacje, plakaty, wystąpienia, a przede wszystkim — bardzo różne spojrzenia uczniów na te same zagadnienia. Właśnie to chyba było najcenniejsze.

Nasz projekt nie był tylko o zdobywaniu wiedzy. Był o zadawaniu pytań. O próbie zrozumienia. O zauważeniu, że rzeczywistość może wyglądać inaczej niż ta, którą znamy na co dzień.

Uczniowie pracowali w różnym tempie, z różnym zaangażowaniem, mierzyli się też z trudnościami pracy zespołowej — ale właśnie to było częścią tego doświadczenia.

Nasz projektowy dzień był ważnym przypomnieniem, że szkoła to nie tylko miejsce

przekazywania wiedzy, ale przestrzeń, w której uczymy się myśleć, współpracować i patrzeć na świat uważniej.

Dziękujemy wszystkim uczniom za ich pracę i odwagę w prezentowaniu swoich wniosków.

A.M-N

Tematy opracowywane przez uczniów klas:

- 1a i 1b: „Kobieta z wyobraźnią- Astrid Lindgren”;
 - 2a: „Kobiety w nauce”;
 - 2b: "Uśmiechnięci współobjęci"- projekt o Wisławie Szymborskiej;
 - 3a: Projekt o Marii Skłodowskiej – Curie;
 - 3b: „Kobiety w sporcie”;
 - 4a: „Mało znane kobiety w historii Polski”;
 - 4b: „Kobiety kiedyś i dziś- moda, edukacja, praca i sport”;
 - 5a: „Kobiety, które rozstawiły Polskę”;
 - 5b: „Kobiety aktywnie działające i inspirujące w naszej społeczności lokalnej”;
 - 6a: "Jak wygląda codzienność kobiet w różnych krajach świata?”;
 - 6b: "Czy kobiety zawsze miały prawo decydować o swoim życiu?”;
 - 6c: "Dzień Kobiet wczoraj i dziś."
- Dużo emocji, dużo wiedzy, wiele przemyśleń na przyszłość;
- 7a: „ Czy sport jest równą areną dla kobiet i mężczyzn?”
 - 7b: „ Jak sport zmienia życie dziewcząt?”;
 - 8a: „Jak sport zmienia życie dziewcząt?”;
 - 8b: „Kobiety w walce o prawa- od II wojny światowej do XXI w.”



MB



Wywiad z...

Panią Agatą Markowicz-Narękwicz



Pani Agata Markowicz-Narękwicz to nauczycielka matematyki, którą zna każdy uczeń „Sienkiewicza”. Na swoich lekcjach pokazuje, że matematyka może być ciekawa, bliska życiu i pełna niespodzianek. Uczniowie zapytali ją o jej pasję, wspomnienia ze szkoły i o to, co najbardziej ceni w swoich wychowankach.

Czy Pani od zawsze interesuje się matematyką?

Nie od zawsze. Moim pierwszym wyborem była fizyka, bo zawsze fascynowało mnie to, jak zbudowany jest świat. Wydawało mi się, że to właśnie w fizyce można odkrywać tajemnice i zrozumieć, jak wszystko działa. Matematyka natomiast wydawała mi się już „gotowa” — taka, w której wszystko dawno odkryto. Dopiero studiując fizykę, zaczęłam dostrzegać, że to właśnie dzięki matematyce można opisać cały ten świat. Z czasem odkryłam w niej ogromne piękno, porządek i harmonię. I tak z fizyki trafiłam prosto do matematyki — i już zostałam.

Jakie Pani ma rady na łatwiejszą naukę matematyki?

Najważniejsze to nie bać się błędów i nie uciekać od pytań. Matematyka to nie test z pamięci, tylko przygoda z myśleniem. Warto próbować, szukać różnych sposobów rozwiązania, rysować, układać, składać, eksperymentować. Każdy ma prawo uczyć się w swoim tempie. Najważniejsze, by nie zrezygnować po pierwszej porażce — bo właśnie wtedy zaczyna się prawdziwe uczenie.

Czy w szkole była Pani orłem z matematyki? Czy miała Pani trudności z tego przedmiotu?

W szkole nie miałam problemów ani trudności z nauką. Miałam bardzo wymagających nauczycieli, którzy nie tylko pokazywali nam

piękno otaczającego świata, ale uczyli nas też systematyczności i odpowiedzialności. To dzięki nim rozumiałam, że nauka nie polega na zapamiętywaniu, ale na rozumieniu. Każdy trudniejszy temat traktowałam jak wyzwanie, a nie jak przeszkodę — i może właśnie dlatego matematyka tak bardzo mnie wciągnęła.

Jakie trzy cechy najlepiej Panią opisują?

Ciekawość, wytrwałość i zaangażowanie. Ciekawość popycha mnie do ciągłego szukania nowych sposobów nauczania, wytrwałość pomaga mi nie zniechęcać się, gdy coś nie wychodzi, a zaangażowanie sprawia, że w to, co robię, wkładam całe serce. Bez tych cech nie mogłabym uczyć matematyki ani jej pokochać.

Jaki był najśmieszniejszy błąd, który popełnił uczeń na lekcji?

Błędy są na lekcji czymś zupełnie naturalnym — bez nich nie byłoby nauki. Czasem zdarzają się takie, które wywołują uśmiech, bo pokazują, jak bardzo uczniowie próbują zrozumieć świat po swojemu. Lubię te momenty, bo przypominają, że pomyłki są potrzebne — to właśnie dzięki nim uczymy się najwięcej.

Co by Pani powiedziała komuś, kto sądzi, że „matematyka jest bez sensu i nie przyda się w życiu”?

Powiedziałabym, że matematyka to język, którym opisany jest świat. Jest w muzyce, architekturze, sporcie, kuchni, w tym, jak planujemy dzień, a nawet w tym, jak myślimy. Nie da się od niej uciec — i na szczęście, bo dzięki niej świat ma sens i porządek.

Co Pani najbardziej ceni w uczniach?

Ciekawość, prawdomówność, odwagę i wytrwałość. Cenię tych, którzy nie boją się podejmować kolejnych prób, nawet jeśli coś nie wychodzi. Lubię, gdy uczniowie próbują, pytają i potrafią przyznać się, że czegoś nie wiedzą. Najpiękniejsze są momenty, gdy widzę, jak ktoś zaczyna wierzyć w siebie.

Skąd wzięła się u Pani pasja do matematyki?

Moja pasja do matematyki zaczęła się od fizyki — to ona otworzyła mi oczy na to, jak wiele można zrozumieć, jeśli potrafi się posługiwać językiem matematyki. Z czasem matematyka stała się moim sposobem patrzenia na świat: logicznym, ale też pełnym zachwytu nad jego porządkiem i pięknem.

Co Panią najbardziej denerwuje w uczniach?

Lenistwo i brak wiary we własne możliwości. Denerwuje mnie, gdy ktoś mówi „ja tego nie umiem”, zanim jeszcze spróbuje. Wierzę, że każdy ma w sobie ogromne możliwości, tylko musi chcieć je uruchomić. Nie lubię, gdy ktoś marnuje swój potencjał, bo „mu się nie chce”.

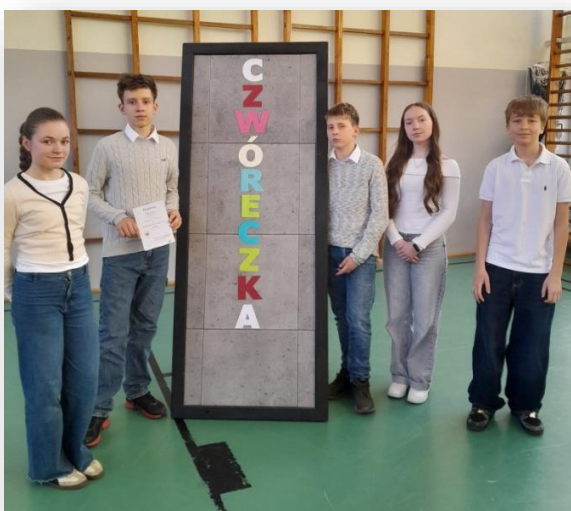
Jaka jest Pani ulubiona dziedzina matematyki?

Zdecydowanie geometria! To dziedzina, w której matematyka spotyka się ze sztuką, wyobraźnią i logiką. Można ją zobaczyć, narysować, zbudować, a nawet złożyć z papieru. To matematyka, którą naprawdę można dotknąć – i w której kryje się mnóstwo piękna.

Dziękujemy za wywiad.

Dziękuję.

Matematyczne emocje, koncentracja i wielkie wyzwanie!



Nasi uczniowie reprezentowali szkołę w Międzyszkolnym Konkursie Matematycznym „Czwóreczka”, w którym wzięli udział przedstawiciele aż 12 szkół podstawowych z powiatu goleniowskiego.

Naszą szkołę reprezentowali:

- Aleksander Sierocki – kl. 4b
- Aniela Dudko – kl. 5b
- Cezary Sierocki – kl. 6b
- Jan Durlej – kl. 7b
- Adrianna Dutka – kl. 8b

Uczniowie zmierzyli się z wymagającymi zadaniami, które sprawdzały nie tylko sprawność rachunkową, ale także umiejętność logicznego myślenia, analizowania i wyciągania wniosków – dokładnie tak, jak powinna wyglądać prawdziwa matematyka.



Z ogromną dumą informujemy, że
- **tytuł Matematycznego Asa I stopnia w kategorii klas szóstych zdobył Cezary Sierocki!**

To wielki sukces i efekt systematycznej pracy, zaangażowania oraz matematycznej pasji.

Serdeczne gratulacje dla wszystkich uczestników za odwagę, wysiłek i godne reprezentowanie szkoły!

Szczególne brawa dla Cezarego za wspaniałe osiągnięcie!

Jesteśmy z Was bardzo dumni!

A.M.-N.

Zdjęcia: Małgorzata Chamera



Wielki finał **Międzyklasowego Konkursu Matematycznego „1 z 10”** już za nami. W finale udział wzięli uczniowie klas 5-6 (młodsza kategoria wiekowa) oraz uczniowie klas 7-8 (starsza kategoria wiekowa).

Zwycięzcami konkursu wśród uczniów klas 5-6 zostali:

I miejsce - Cezary Sierocki z klasy 6b,

II miejsce - Andrii Marin z klasy 6c,

III miejsce - Nikodem Bujko z klasy 6b.



Zwycięzcami konkursu wśród uczniów klas 7-8 zostali:

I miejsce - Jakub Orłowski z klasy 8b,

II miejsce - Olaf Jagiełło z klasy 7a,

III miejsce - Natalia Kaszkowiak z klasy 7b.

➔ Finał konkursu był poprzedzony eliminacjami, z których wyłonionych zostało 10 zawodników z klas 5-6 oraz z klas 7-8.



➔ Wszystkim uczestnikom serdecznie gratulujemy i życzymy kolejnych matematycznych sukcesów!

Organizatorki konkursu:
Danuta Gielnik
Agata Markowicz-Narękwicz

przygotowane utwory z dużą wrażliwością artystyczną, pokazując swoje nietuzinkowe umiejętności interpretacyjne oraz odwagę sceniczną.

WYRÓŻNIENIE otrzymała ANIA SOWIŃSKA z klasy 6b za recytację wiersza J. L. Kerna "Żyrafa u fotografa" oraz fragmentu powieści L. M. Montgomery pt. "Ania z Zielonego Wzgórza". Brawo, Aniu!

Serdecznie gratulujemy wszystkim uczestnikom pięknych występów i dziękujemy za godne reprezentowanie szkoły. Życzymy dalszego rozwijania pasji do recytacji oraz wielu sukcesów na scenie artystycznej w przyszłości.

MBodnar

MAGIA POEZJI w NASZEJ SZKOLE!



MAŁY KONKURS RECYTATORSKI (etap gminny)



W dniu dzisiejszym w Goleńowskim Domu Kultury odbył się gminny etap Małego Konkursu Recytatorskiego. W wydarzeniu, pod opieką Pani Małgorzaty Chamery i swoich Rodziców, wzięli udział także uczniowie z Sienkiewicza: Ania Sowińska, Weronika Zajko oraz Jan Berleć.

Wszyscy uczestnicy zaprezentowali

U Sienkiewicza zrobiło się ostatnio bardzo poetycko! A wszystko to za sprawą szkolnego etapu Międzyszkolnego Konkursu Recytatorskiego Szkół Podstawowych Gminy Goleńów „Magia w poezji ukryta – wiersze Joanny Kulmowej”, który miał miejsce właśnie dzisiaj w bibliotece szkolnej. Finał już 24 kwietnia 2026 r. o godz. 10:00 w Szkole Podstawowej im. Joanny Kulmowej w Komarowie. A pojedą tam:

MICHALINA MACIEJEWSKA (kl. 3b),

FRANEK CHILKIEWICZ (kl. 2b),

ANNA SOWIŃSKA (kl. 6b),

i ANIELA DUDKO (kl. 5b).

Gratulacje, Kochani! Trzymamy za Was mocno kciuki! Pokażcie, na co Was stać!

Choć na konkurs może pojechać tylko wybrana czwórka, wszyscy uczestnicy zaprezentowali się znakomicie. Były emocje, odwaga, piękna interpretacja i – co najważniejsze – autentyczna radość z obcowania z poezją. Naprawdę trudno było wybrać najlepszych, tym bardziej, że podczas szkolnych eliminacji młodzi artyści

mierzili się z nietrywialnym wyzwaniem – musieli, nie tylko opanować tekst na pamięć, ale także zaprezentować go płynnie, z odpowiednią intonacją i wycuciem emocji. Komisja oceniała, m.in. poprawność recytacji, ekspresję wykonania, kontakt z publicznością oraz ogólne wrażenie artystyczne. Krótko mówiąc – liczyło się wszystko!

Kto czuwał nad przebiegiem konkursu i zasiadał w jury? Pani Aneta Kuryłło (koordynator szkolnego etapu), Pani Małgorzata Chamera i Pani Monika Bodnar.

Na koniec warto dodać, że było to na pewno wyjątkowe wydarzenie, z pięknymi nagrodami i z atmosferą, w której nawet największa trema zamieniała się w sceniczny sukces! Mogliśmy się przekonać, że magia poezji naprawdę działa i może wśród naszych uczniów rośnie przyszły mistrz recytacji, aktor ... albo nawet poeta? 📖

MBodnar

Spotkanie z Martyną Jancelewicz- bokserką



Klasa 5b odbyła inspirujące spotkanie z wyjątkową kobietą znaną w Goleniowie – **Martyną Jancelewicz, utytułowaną polską bokserką i trzykrotną Młodzieżową Mistrzynią Europy (2021, 2022, 2023).**

Zawodniczka opowiedziała uczniom o swojej sportowej drodze, treningach oraz o tym, jak wiele pracy i determinacji potrzeba, aby osiągać sukcesy w sporcie. Pani Martyna zaprosiła nas do swojego klubu, gdzie na co dzień "wylewa ciężki pot", by doskonalić się w swojej dziedzinie.

Dużą atrakcją dla uczniów był praktyczny trening

bokserki. Pod okiem mistrzyni uczniowie mogli spróbować swoich sił przy workach treningowych, poznać podstawowe elementy boksowania oraz przekonać się, jak wygląda prawdziwy trening sportowy.

Spotkanie było dla uczniów nie tylko ciekawym doświadczeniem, ale także inspirującą lekcją wytrwałości, odwagi i wiary w swoje możliwości. Serdecznie dziękujemy Pani Martynie za to, że znalazła dla nas czas i podzieliła się z uczniami kl.5b swoim bogatym sportowym doświadczeniem.

Wychowawczynie: Izabela Borys

Spotkanie z **Ewą Kaczmarczyk**- Miss woj. zachodniopomorskiego 2024



Uczniowie klasy 5b mieli przyjemność spotkać się z Ewą Kaczmarczyk – Miss Województwa Zachodniopomorskiego 2024 oraz laureatką tytułu Miss Gracji.

Podczas spotkania Pani Ewa opowiedziała uczniom o swojej przygodzie z konkursem piękności, o tym jak wyglądały przygotowania do wyborów miss oraz jak ważna w życiu jest aktywność fizyczna, wytrwałość i wiara w siebie. Obecnie Pani Ewa prowadzi zajęcia fitness, zachęcając innych do dbania o zdrowie i dobrą kondycję.

Spotkanie przebiegło w bardzo miłej atmosferze. Uczniowie z dużym zainteresowaniem słuchali opowieści o tym, czym się dziś Pani Ewa zajmuje oraz chętnie zadawali pytania.

Dziękujemy Pani Ewie za inspirujące spotkanie, fantastyczną energię i trzymamy kciuki 🍀 za kolejne życiowe sukcesy.

Izabela Borys



Wśród nas są uczniowie, którzy jako wolontariusze pomagają, bo takie czuje serca mają.



14 marca 2026 r. (tj. w sobotę) w Goleniowie na terenie supermarketów miała miejsce Ogólnopolska Zbiórka Żywności „Tak pomagam” CARITAS, w której nie zabrakło także naszych uczniów: Aleksa z młodszą siostrą Emilką, Mateusza i Małgosi z klasy 2 b wraz z rodzicami; Janka z klasy 7 a; Kamila z klasy 7 b; Amelii z klasy 8 b; Oliwii, Adrianny, Antoniny, Aleksandry, Alana i Tymona z klasy 8 b. Opiekę nad naszymi dobro czyniącymi wolontariuszami sprawowały panie: Beata Rucińska i Sylwia Stępień-Kubiak oraz siostra Joanna Grześ. Żywność ze zbiórki trafiła do magazynu żywności, z którego będzie rozdawana ponad 100 rodzinom potrzebującym pomocy z naszej miejscowości i okolic.

Jesteśmy z Was dumni. Razem możemy czynić więcej dobra.

B.R., S. S.-K., s. J.G.



Giełda szkół ponadpodstawowych w Goleniowie



11 marca 2026 roku w hali OSiR przy naszej szkole odbyła się IV Giełda Szkół Ponadpodstawowych zorganizowana przez Poradnię Psychologiczno-Pedagogiczną w Goleniowie.

W tym roku na zaproszenie odpowiedziało ponad 20 szkół ponadpodstawowych z całego regionu, m. in.: z Goleniowa, Szczecina, Nowogardu, Benic, Kołobrzegu, Maszewa, Gościna, Stargardu. Podczas giełdy swoje założenia i możliwości wsparcia uczniów, którzy stoją przed decyzją „Co dalej?“, zaprezentowali również przedstawiciele Cechu Rzemiosł Różnych w Goleniowie, Zachodniopomorska Komenda Ochotniczych Hufców Pracy OHP ze Stargardu.

Nowością podczas tegorocznej giełdy było uczestnictwo trzech zakładów pracy, które przyjmują uczniów na praktyki zawodowe – Zakład Aktywności Zawodowej, firma Asprod, oraz Stolarnia Państwa Jezierskich. Podczas giełdy prezentowało się również Centrum Usług Społecznych w Goleniowie, które przedstawiło swoją ofertę, w szczególności dotyczącą wsparcia młodych ludzi.

Ósmoklasiści mieli możliwość zapoznania się z ciekawą ofertą oraz prezentacją edukacyjną każdej z obecnych na giełdzie szkół. Mamy nadzieję, że to spotkanie pomoże uczniom w podjęciu trudnej decyzji o swojej dalszej edukacji. Życzymy im więc mądrych i odważnych postanowień.

Dziękujemy serdecznie Dyrekcji szkoły, pracownikom i uczniom za nieocenioną pomoc i wsparcie w przygotowaniu giełdy oraz dbałość o jej przebieg.

Elżbieta Szadkowska



Czy szkoła przygotowuje nas do życia?

Szkoła to miejsce, w którym spędzamy wiele lat. Uczymy się matematyki, języka polskiego, historii i wielu innych przedmiotów. Ale czy naprawdę przygotowuje nas ona do dorosłego życia? To pytanie zadaje sobie wielu uczniów.

Czego uczy nas szkoła?

Szkoła daje nam podstawową wiedzę o świecie. Uczymy się czytać, pisać, liczyć oraz poznajemy różne dziedziny wiedzy. To bardzo ważne, bo bez tych umiejętności trudno byłoby funkcjonować na co dzień.

Umiejętności, które się przydają

Oprócz wiedzy, szkoła uczy nas też: pracy w grupie odpowiedzialności systematyczności radzenia sobie ze stresem. To wszystko przydaje się w dorosłym życiu, np. w pracy.

Czego czasem brakuje?

Wielu uczniów uważa, że szkoła nie uczy wszystkiego, co jest potrzebne. Brakuje np.: nauki o pieniądzach i oszczędzaniu podstaw gotowania czy pierwszej pomocy radzenia sobie z emocjami. Dlatego niektórych rzeczy musimy nauczyć się sami lub w domu.

Podsumowanie

Jedni mówią, że szkoła dobrze przygotowuje do życia, inni – że nie do końca. Prawda jest taka, że szkoła daje podstawy, ale nie nauczy nas wszystkiego. Szkoła jest bardzo ważna, bo uczy nas wielu potrzebnych rzeczy. Jednak życie to coś więcej niż tylko wiedza z podręczników. Dlatego warto rozwijać się także poza szkołą – próbować nowych rzeczy, uczyć się samodzielnie i zdobywać doświadczenie.

Oprac.: Jakub Leszczyński, kl.6b
na podst.: <https://pl.wikipedia.org>
<https://www.oecd.org>
<https://www.unesco.org>

Top 10 tekstów nauczycieli

Każdy nauczyciel ma swoje ulubione powiedzonka. Niektóre są śmieszne, inne trochę straszne, ale jedno jest pewne – słyszeliśmy je już setki razy! Oto lista najpopularniejszych tekstów.

1. „To będzie na ocenę!”

Klasyk, który nagle sprawia, że wszyscy zaczynają słuchać.

2. „Wyciągamy karteczki”- najbardziej stresujące zdanie na początku lekcji...

3. „To było na poprzedniej lekcji”, czyli: *powinieneś to wiedzieć!*

4. „Nie rozmawiamy!”

A jednak... zawsze ktoś rozmawia.

5. „Sprawdzian był zapowiedziany”- nawet jeśli pół klasy o nim zapomniała.

6. „Oddajemy telefony”- i nagle robi się bardzo cicho...

7. „Macie jeszcze 5 minut”- najkrótsze 5 minut w historii.

8. „To nie boli!”- najczęściej przed odpowiedzią przy tablicy.

9. „Kto się zgłasza?”- i nagle wszyscy unikają kontaktu wzrokowego.

10. „Zadanie domowe na jutro”- zdanie, którego nikt nie chce słyszeć na koniec.

Podsumowanie

Teksty nauczycieli to już prawdziwa część szkolnego życia. Choć czasem nas stresują, to po latach będziemy je wspominać z uśmiechem ☺

Oprac.: Jakub Leszczyński, kl.6b
na podst. własnych obserwacji oraz <https://pl.wikipedia.org>

Kiedy nauczycielka przesadzi Cię do innej ławki bo śmieszkowałeś z kolegą



Typy nauczycieli

Nauczyciel innowacyjny

(stosuje nowoczesne metody)

Nauczyciel innowacyjny to ten, który stosuje nowoczesne metody nauczania. Wykorzystuje technologię, gry edukacyjne i interaktywne narzędzia, aby uczniowie mogli aktywnie uczestniczyć w procesie nauki. Taki nauczyciel stawia na kreatywność i rozwijanie umiejętności praktycznych.

Nauczyciel

motywator (motywujący)

Nauczyciel motywator to ten, który potrafi zainspirować uczniów do nauki i osiągnięcia sukcesów. Stawia na pozytywne podejście i budowanie pewności siebie u uczniów. Taki nauczyciel często wykorzystuje nagrody i pochwały, aby zachęcić uczniów do osiągnięcia lepszych wyników.

Nauczyciel- przyjaciel

Nauczyciel przyjacielski to ten, który stara się nawiązać bliską relację z uczniami. Stawia na otwartość, empatię i zrozumienie. Taki nauczyciel jest zawsze gotowy wysłuchać uczniów i pomóc im w rozwiązaniu problemów.

Wyluzowany

Typ kumpla, z którym można *konie kraść*. Przyjacielski i gadatliwy – można z nim pogadać o wszystkim, np. o najnowszych amerykańskich serialach, poza tym niezły z niego zgrywus. Czasem pod koniec lekcji przypomina sobie, że przecież trzeba jeszcze zrealizować temat! Zaraża pozytywnym podejściem do życia, organizuje koła zainteresowań i z bólem serca stawia jedyńki na oblanym sprawdzianie.

Wymagający

Wymagający nauczyciele to ci, którzy choć dużo wymagają od swoich uczniów, robią to samo ze sobą. Tego typu nauczyciele zwykle

osiągają znaczną naukę u swoich uczniów, o ile poziomy popytu dla obu stron są utrzymywane na rozsądnym poziomie. Nauczyciele tego typu stale monitorują siebie i troszczą się o to, by nauczanie odbywało się w sposób skuteczny i odpowiedni. Oprócz tych trzech podstawowych typów, możemy również znaleźć inne, bardziej specyficzne typy.

Tradycyjny

Nauczyciel tradycyjny to ten, który stosuje konwencjonalne metody nauczania. Zazwyczaj opiera się na podręcznikach i wykładach, a jego głównym celem jest przekazanie wiedzy uczniom. Taki nauczyciel często korzysta z tradycyjnych narzędzi, takich jak tablica i kreda/pisak. Jego styl nauczania jest bardziej autorytarny, a uczniowie są zazwyczaj bierni w procesie nauki.

Oprac.: Maja Ziemińska, kl. 6b

Na podst.:

[Jakie są typy nauczycieli? | Bystroglow.pl](#)
[Typy nauczycieli – którego lubisz najbardziej? - Artykuł - ECAM](#)
[Jakie są typy nauczycieli? - elsinterakcja.pl](#)

Wpływ mediów społecznościowych na zdrowie psychiczne młodzieży

W erze cyfrowej, w której media społecznościowe odgrywają coraz większą rolę w życiu młodzieży, warto zastanowić się nad ich wpływem na zdrowie psychiczne.

Jednym z głównych problemów jest **uzależnienie**, które może prowadzić do nadmiernego spędzania czasu online kosztem aktywności w świecie rzeczywistym. Młodzi ludzie często odczuwają presję społeczną, wynikającą z potrzeby zdobywania lajków i obserwatorów, co może prowadzić do obniżenia samooceny i poczucia własnej wartości. Warto zwrócić uwagę na zjawisko FOMO (Fear of Missing Out), czyli lęku przed przegapieniem ważnych wydarzeń lub informacji, które mogą wpłynąć na ich życie towarzyskie i emocjonalne.

Aby zminimalizować negatywny wpływ mediów społecznościowych na zdrowie psychiczne, ważne jest zachowanie **równowagi** między życiem online a offline. Oto kilka wskazówek, które mogą pomóc młodym ludziom w osiągnięciu tej równowagi:

Ustalanie limitów czasowych – określenie maksymalnego czasu spędzanego w mediach społecznościowych każdego dnia.

Aktywność fizyczna – regularne ćwiczenia pomagają w redukcji stresu i poprawie samopoczucia.

Kultywowanie relacji offline – spotkania z przyjaciółmi i rodziną twarzą w twarz wzmacniają więzi społeczne.

Świadome korzystanie z technologii – wybieranie treści, które inspirują i uczą, zamiast tych, które wywołują negatywne emocje.

Dzięki tym strategiom możesz lepiej zarządzać swoim czasem online, co pozytywnie wpłynie na twoje zdrowie psychiczne oraz jakość życia codziennego.

Media społecznościowe a rozwój umiejętności społecznych

Komunikacja online umożliwia ci poznawanie nowych osób z różnych zakątków świata. Wspiera też ona twoją empatię oraz ułatwia relacje codziennym życiu.

Często relacje budowane online mogą być płytkie i pozbawione głębszego zaangażowania emocjonalnego. Młodzież powinna być świadoma, że prawdziwe więzi wymagają czasu i wysiłku, a media społecznościowe mogą jedynie wspierać ich rozwój, a nie zastępować tradycyjne formy interakcji. Aby uniknąć negatywnych skutków, warto stosować się do kilku zasad:

- Utrzymuj równowagę między czasem spędzonym online a offline.
- Zadbaj o to, aby rozmowy wirtualne nie zastępowały spotkań twarzą w twarz.
- Bądź świadomy wpływu mediów społecznościowych na swoje życie emocjonalne.
- Dzięki odpowiedniemu podejściu, media społecznościowe mogą stać się wartościowym narzędziem wspierającym rozwój umiejętności społecznych u młodzieży.

Rola mediów społecznościowych w edukacji i poszerzaniu wiedzy

Media społecznościowe oferują młodzieży nieograniczone możliwości edukacyjne, które

mogą być niezwykle wartościowe, jeśli są odpowiednio wykorzystane. Dzięki platformom takim jak YouTube, Instagram czy TikTok, młodzi ludzie mają dostęp do merytorycznych kanałów prowadzonych przez profesjonalistów z różnych dziedzin. Na przykład, wiele kanałów na YouTube oferuje lekcje matematyki, nauki języków obcych czy poradniki dotyczące programowania. Tego typu treści nie tylko pomagają w nauce szkolnej, ale także rozwijają pasje i zainteresowania.

Młodzież może korzystać z mediów społecznościowych jako narzędzia do poszerzania swojej wiedzy poprzez interakcję z ekspertami oraz uczestnictwo w wirtualnych warsztatach i webinarach. Oto kilka sposobów, jak można to zrobić:

Subskrybowanie kanałów edukacyjnych: Wybieraj te, które oferują wartościowe treści i regularnie je aktualizują.

Udział w dyskusjach online: Komentowanie i zadawanie pytań pod postami pozwala na wymianę poglądów i zdobywanie nowych informacji.

Korzystanie z aplikacji edukacyjnych: Wiele platform społecznościowych integruje funkcje edukacyjne, takie jak quizy czy testy wiedzy.

Dzięki tym możliwościom młodzi ludzie mogą nie tylko zdobywać nową wiedzę, ale także rozwijać umiejętności krytycznego myślenia i samodzielnego poszukiwania informacji. Ważne jest jednak, aby pamiętać o selektywnym podejściu do treści oraz krytycznej ocenie ich wiarygodności.

Oprac.: Nikodem Bujko, kl. 6b

Na podst.: [Wpływ mediów społecznościowych na dzieci i młodzież - Poradnia Psychologiczna](#)



Zawody w przyszłości - co warto umieć?

Świat bardzo szybko się zmienia. Pojawiają się nowe technologie, a wraz z nimi nowe zawody. To, co było popularne kiedyś, dziś może być mniej potrzebne. Dlatego warto już teraz wiedzieć, jakie umiejętności będą ważne w przyszłości.

Nowe technologie – przyszłość pracy

Coraz więcej zawodów związanych jest z komputerami i technologią. Programiści, graficy komputerowi czy specjaliści od sztucznej inteligencji są bardzo poszukiwani. Rozwijają się też narzędzia takie jak ChatGPT, które pomagają ludziom w pracy i nauce.

Kreatywność i pomysłowość

W przyszłości bardzo ważne będzie myślenie kreatywne. Maszyny potrafią liczyć i analizować, ale to ludzie mają pomysły. Dlatego warto rozwijać wyobraźnię, np. rysując, pisząc czy tworząc własne projekty.

Umiejętność komunikacji

W każdej pracy ważne jest dogadywanie się z innymi. Praca w grupie, rozmowa i współpraca to coś, czego nie zastąpi żadna technologia.

Języki obce

Znajomość języków, zwłaszcza angielskiego, jest dziś bardzo ważna. Dzięki temu można pracować z ludźmi z całego świata i mieć więcej możliwości.

Elastyczność i chęć nauki

W przyszłości ludzie będą częściej zmieniać zawody. Dlatego ważne jest, aby być otwartym na naukę nowych rzeczy i nie bać się zmian.

Czy wszystkie zawody znikną?

Niektóre zawody mogą zniknąć, ale pojawią się nowe. Zawsze będą potrzebni nauczyciele, lekarze czy osoby pomagające innym. Technologia zmienia świat, ale nie zastąpi wszystkiego.

Podsumowanie

Przyszłość należy do osób, które są ciekawe świata, chcą się uczyć i rozwijać. Najważniejsze nie jest to, jaki zawód wybierzesz teraz, ale jakie umiejętności będziesz rozwijać.

Oprac.: Jakub Leszczyński, kl.6b

Na podst.

wikipedia.org

www.oecd.org

www.weforum.org

www.unesco.org

Prokrastynacja- co to takiego?

Prokrastynacja

to słowo, które większość z nas zna. Ile razy zdarzyło Ci się powiedzieć „zrobię to później”? A potem przychodzi moment, gdy przypominasz sobie, że to, co odłożyłaś/eś, czeka na Ciebie. Ten mechanizm odkładania na później może być źródłem stresu.

Dlaczego prokrastynujemy?

Jest wiele powodów, dla których odkładamy rzeczy na później. Jednym z nich jest **strach przed porażką**. Zadaj sobie pytanie: czy boisz się, że nie wykonasz zadania dobrze? Jeśli tak, to może być sygnał, że unikasz działania, bo nie chcesz zawieść siebie lub innych. Nasz umysł czasem automatycznie wybiera to, co daje chwilową ulgę – czyli unikanie – zamiast stawić czoła temu, co może nas stresować. W efekcie prokrastynacja staje się czymś w rodzaju mechanizmu obronnego.

Innym powodem prokrastynacji może być **brak motywacji**. Kiedy zadanie wydaje się nam nudne, zbyt trudne lub po prostu nie sprawia przyjemności, automatycznie tracimy chęć do jego wykonania. Wtedy prokrastynacja przychodzi naturalnie – odkładamy, bo po prostu nie widzimy w tym niczego wartościowego. Warto jednak wspomnieć, że u niektórych osób prokrastynacja może być także wynikiem innych, bardziej złożonych przyczyn, takich jak **depresja, stany lękowe czy inne trudności emocjonalne**.

Jakie są skutki prokrastynacji?

Odkładanie na później przynosi nam chwilową ulgę, bo unikaliśmy czegoś nieprzyjemnego. Jednak im dłużej odkładamy, tym bardziej narasta stres. Zadanie nie znika, a wręcz przeciwnie – staje się coraz trudniejsze. Kiedy w końcu podejmujemy się realizacji go, często robimy to w pośpiechu, co skutkuje błędami, i brakiem satysfakcji z efektu. Prokrastynacja może łatwo zamienić się w zamknięte koło, z którego trudno się wydostać.

Kiedy odkładamy na później, często zaczynamy także tracić pewność siebie. Każde kolejne odłożenie zadania budzi w nas poczucie winy i wątpliwości co do naszych umiejętności. Myśli typu „nie dam rady” czy „znowu to zrobiłem” stają się coraz bardziej obecne, a to może skutecznie podcinać nam skrzydła.



Sposoby na pokonanie prokrastynacji

Jednym z najważniejszych sposobów, aby pokonać prokrastynację, jest **podzielenie zadania na mniejsze kroki**. Kiedy rozłożymy coś dużego na małe części, przestaje to być tak przytłaczające. Często okazuje się, że samo rozpoczęcie zadania jest najtrudniejsze, ale kiedy już zaczniemy, idzie nam o wiele łatwiej.

Inną techniką jest wyznaczenie sobie **krótkich etapów czasu na pracę nad zadaniem**. Zamiast spędzać godziny na jednym zadaniu, spróbuj poświęcić na nie 15 czy 30 minut.

Jak zaakceptować siebie i pracować nad prokrastynacją?

Samokrytyka i surowość wobec siebie to częste elementy prokrastynacji. Zamiast karać się za odkładanie na później, warto okazać sobie zrozumienie i wyrozumiałość. Każdy ma słabsze dni, a prokrastynacja nie oznacza, że jesteśmy leniwi czy nieodpowiedzialni. Zamiast oceniać siebie surowo, spróbuj zrozumieć, co Cię blokuje. Może to być lęk, perfekcjonizm czy po prostu brak motywacji.

Oprac. Nikodem Bujko, kl. 6b
na podst.:

<https://psychoterapiacotam.pl/prokrastynacja>

Dlaczego śpimy za mało?

Sen to jedna z najbardziej podstawowych potrzeb człowieka — tak samo ważna jak jedzenie czy picie. A jednak coraz więcej osób śpi za mało. W szczególności dotyczy to młodzieży, która często chodzi spać późno, a wstaje wcześniej do szkoły. Dlaczego tak się dzieje?

Jednym z głównych powodów niedoboru snu jest **styl życia**. Telefony, media społecznościowe, seriale czy gry sprawiają, że wieczorem trudno się oderwać od ekranu. Często mówimy sobie „jeszcze tylko 5 minut”, które zamienia się w godzinę lub więcej. Do tego dochodzą obowiązki szkolne, stres i nieregularny tryb dnia.

Niestety, brak snu ma realny wpływ na nasze funkcjonowanie. Przede wszystkim **pogarsza koncentrację i pamięć**. Uczeń niewyspany ma większy problem z przyswajaniem wiedzy, łatwiej się rozprasza i szybciej się męczy. To może przekładać się na gorsze wyniki w nauce, nawet jeśli ktoś naprawdę się stara.

Sen wpływa też na nasze **samopoczucie**. Gdy śpimy za mało, jesteśmy bardziej rozdrażnieni, łatwiej się stresujemy i mamy mniej energii. Długotrwały brak snu może prowadzić do poważniejszych problemów, takich jak obniżony nastrój czy trudności z radzeniem sobie z emocjami.

Co ciekawe, sen ma również wpływ na **zdrowie fizyczne**. Organizm w czasie snu się regeneruje — wzmacnia odporność, „naprawia” komórki i porządkuje informacje w mózgu. Gdy śpimy za krótko, ten proces zostaje zaburzony.

Ile snu właściwie potrzebujemy? Nastolatki powinny spać średnio od 8 do 10 godzin dziennie. W praktyce wiele osób śpi znacznie mniej.

Warto też zwrócić uwagę na to, że niedobór snu często się kumuluje. Jedna nieprzespana noc może wydawać się nieszkodliwa, ale jeśli powtarza się regularnie, organizm zaczyna działać coraz gorzej. Pojawia się tzw. **„dług snu”**, który trudno szybko nadrobić — nawet jeśli w weekend śpimy dłużej.

Ciekawym zjawiskiem jest również to, że im mniej śpimy, tym mniej czujemy, że tego snu potrzebujemy. **Organizm przyzwyczaja się do zmęczenia**, przez co wiele osób nie zdaje sobie sprawy, jak bardzo jest niewyspana. Dopiero po kilku dniach dobrego snu można zauważyć różnicę — lepszą koncentrację, więcej energii i poprawę nastroju.

Brak snu wpływa też na nasze **decyzje**. Kiedy jesteśmy zmęczeni, częściej wybieramy łatwiejsze rozwiązania, trudniej się motywujemy i mamy mniejszą kontrolę nad impulsywnymi zachowaniami. To może dotyczyć zarówno nauki, jak i relacji z innymi ludźmi.

Dlatego sen nie powinien być traktowany jako coś, co można „ograniczyć”, gdy brakuje czasu. W rzeczywistości to właśnie on pomaga nam ten czas lepiej wykorzystać. **Osoba wyspana działa szybciej, skuteczniej i popełnia mniej błędów**.

Można więc powiedzieć, że sen to cichy sprzymierzeniec naszego codziennego życia — często niedoceniany, ale mający ogromny wpływ na to, jak funkcjonujemy każdego dnia.

Oprac.: Nikodem Bujko, kl. 6b
na podst.: www.MedicaZone



Sprawdzianowy stres...

Stres przed sprawdzianami najczęściej wynika z presji osiągnięć oraz braku przygotowania. Wysokie oczekiwania ze strony nauczycieli, rodziców lub samego siebie mogą wywoływać lęk przed porażką. Z kolei odkładanie nauki na ostatnią chwilę zwiększa poczucie niepewności i nasila stres.

Niewielki stres może działać mobilizująco, jednak jego nadmiar ma negatywne skutki. Możesz mieć problemy z koncentracją, pamięcią oraz motywacją. Długotrwały stres prowadzi do przemęczenia, a nawet problemów zdrowotnych, takich jak bóle głowy czy trudności ze snem. Czasem pojawia się tzw. „paraliż stresowy”, gdy mimo przygotowania trudno przypomnieć sobie materiał.

Stres to naturalna reakcja organizmu („walcz lub uciekaj”), związana z wydzielaniem hormonów, takich jak adrenalina i kortyzol. To, jak go odczuwamy, zależy od naszego nastawienia. Jeśli traktujemy sprawdzian jako zagrożenie, stres rośnie, ale jeśli widzimy go jako wyzwanie — łatwiej sobie z nim radzić.

Duże znaczenie ma **sposób myślenia**. Negatywne myśli (np. „nie dam rady”) nasilają stres, natomiast pozytywne i realistyczne podejście pomaga go ograniczyć. Ważne jest też kontrolowanie emocji i budowanie pewności siebie.

Skuteczne sposoby radzenia sobie ze stresem to:

- zmiana sposobu myślenia (reframowanie),
- zamiana negatywnych myśli na pozytywne lub realistyczne,
- akceptacja stresu jako naturalnej reakcji,
- techniki relaksacyjne (np. ćwiczenia oddechowe, medytacja, ruch),
- dobre zarządzanie czasem (plan nauki, podział materiału, unikanie prokrastynacji).

Odpowiednie planowanie, systematyczna nauka i wyznaczanie małych celów pomagają zmniejszyć presję. Ważne jest także **znalezienie równowagi między motywacją a stresem** — zbyt duża presja może działać paraliżująco.

Podsumowując, stresu nie da się całkowicie uniknąć, ale można nauczyć się go kontrolować.

Dzięki temu może on stać się motywacją do działania i pomóc w osiągnięciu lepszych wyników w nauce.

Oprac. Alan Klimiuk, kl. 6b
na podst.: <https://6liceum.com.pl/psychologia>

Mój wymarzony dzień bez szkoły

Poranek pełen spokoju

Wyobrażam sobie, że zaczynam dzień późno, bez wczesnego wstawania. Wstaję, kiedy chcę, piję ulubioną herbatę albo kakao, a śniadanie jest słodkie i pyszne — może naleśniki z owocami albo czekoladowe croissanty? Poranek spędzam w piżamie, oglądac zabawny film albo czytając książkę, która mnie całkowicie pochłania.

Popołudnie wśród przyjaciół i pasji

W południe wychodzę na podwórko lub do parku spotykając przyjaciół. Gramy w piłkę, pływamy, jeździmy na rowerze, albo organizujemy małą zabawną przygodę w pobliskiej okolicy. Jeśli mam ochotę na coś spokojniejszego, mogę malować, pisać opowiadanie albo grać w gry komputerowe. To czas, w którym mogę robić wszystko, na co mam ochotę, bez pośpiechu i obowiązków szkolnych.

Wieczorne chwile relaksu

Pod koniec dnia wracam do domu, jem smaczną kolację z rodzicami lub samodzielnie. Wieczór po święcam na ulubione seriale, muzykę lub rozmowy z przyjaciółmi przez telefon. Możliwość planowania dnia według własnego rytmu sprawia, że czuję się wolny i szczęśliwy.

Mój wymarzony dzień kończy się spokojnym snem, pełnym marzeń o kolejnych przygodach.

Ten dzień bez szkoły to idealna mieszanka odpoczynku, zabawy i pasji, w którym mogę robić wszystko, co sprawia mi radość i pozwala zapomnieć o obowiązkach.

Alan Klimiuk, kl. 6b



Polska vs Japonia

Dzień w japońskiej szkole

Dzień w japońskiej szkole jest intensywny, zorganizowany i trwa zazwyczaj od 8:30 do 15:00-17:00 (z zajęciami dodatkowymi). Kluczowe elementy to 45-50 minutowe lekcje, samodzielne sprzątnięcie klas przez uczniów, jedzenie posiłków w klasie oraz silna presja na pracę grupową, dyscyplinę i zajęcia tzw. *bukatsu*, które kształtują charakter.

Typowy rozkład dnia i zwyczaje

Poranek: uczniowie często udają się do szkoły pieszo w grupach. Przed wejściem zmieniają obuwie na szkolne kapcie (*uwabaki*).

Lekcje: dzień dzieli się zazwyczaj na 4 lekcje rano (przedmioty główne: japoński, matematyka) i 1-2 po południu (sztuka, WF).

Lunch: posiłki są zazwyczaj jedzone w klasach. Uczniowie z dyżuru serwują jedzenie kolegom i sprzątajną salę.

Sprzątnięcie: po lekcjach uczniowie wspólnie sprzątajną klasy, korytarze, a nawet toalety, co uczy odpowiedzialności.

Zajęcia klubowe (*bukatsu*): po południu odbywają się obowiązkowe lub bardzo popularne kluby sportowe/ artystyczne, często do późnych godzin.

Dodatkowa edukacja (*juku*): wielu uczniów uczęszcza po szkole do prywatnych szkół korepetycyjnych, wracając do domu późnym wieczorem.

Dzień w polskiej szkole

Dzień w polskiej szkole podstawowej to zazwyczaj zajęcia lekcyjne trwające od rana (ok. 8:00) do wczesnego popołudnia, przeplatane przerwami, często kończące się świetlicą lub zajęciami dodatkowymi, takimi jak sport czy zajęcia artystyczne. Dzień pełen jest aktywności, w tym pracy umysłowej, zabaw na przerwach i intensywnej nauki.

Oto kluczowe aspekty dnia w polskiej szkole

Organizacja lekcji: lekcje trwają 45 minut, przedzielone przerwami (często jedna długa, 20-minutowa przerwa śniadaniowa).

Zajęcia pozalekcyjne: po lekcjach uczniowie mogą korzystać z klubów sportowych (piłka nożna, koszykówka, siatkówka) lub zajęć



artystycznych (teatr, malarstwo).

Świetlica: dla młodszych dzieci dostępna jest świetlica przed i po lekcjach.

Rok szkolny 2025/2026 obejmuje 188 dni nauki, z przerwami na święta (Wielkanoc: 2-7 kwietnia 2026, Boże Ciało: 4 czerwca 2026).

Julia Maniak, Inga Woźniak, kl. 6b

Dzieci w l. 70.-80. i dzisiaj

Czy wyobrażasz sobie życie bez internetu, smartfona i gier komputerowych? Dla dzieci w latach 70. to była codzienność! Choć minęło zaledwie kilkadziesiąt lat, świat dzieci zmienił się ogromnie.

Czas wolny kiedyś

W latach 70./80. dzieci większość dnia spędzały na podwórku. Popularne były zabawy w kapsle, gra w klasy, skakanie w gumę czy wspinanie się na trzepak. Nie było komputerów ani konsol, więc wyobraźnia była najważniejszą „zabawką”.

Bajki oglądało się tylko o określonych godzinach w telewizji. Wiele dzieci czekało na takie filmy jak: *Bolek i Lolek* czy *Reksio*. Jeśli ktoś przegapił odcinek – nie było powtórki ani internetu, by obejrzeć go później.

Czas wolny dziś

Dziś dzieci mają ogromny wybór rozrywek. Mogą grać w gry online, oglądać filmy na YouTube, korzystać z mediów społecznościowych czy rozmawiać z kolegami przez komunikatory. Technologia daje wiele możliwości nauki i zabawy, ale sprawia też, że częściej spędzamy czas w domu.

Szkoła dawniej i dziś

W latach 70./80. uczniowie nosili tarcze szkolne przyszyte do rękawów. W klasach nie było komputerów ani tablic interaktywnych. Pisało się stalówką maczaną w atramencie.

Dziś w wielu szkołach są projektory, e-dzienniki i komputery. Uczniowie mogą szybciej zdobywać informacje i korzystać z nowoczesnych technologii.

Codziennie życie

W latach 70./80. w Polsce często brakowało towarów w sklepach i trzeba było stać w długich kolejkach. Dziś sklepy są pełne produktów z całego świata. Zmienił się także sposób komunikacji – kiedyś dzieci umawiały się „pod blokiem”, dziś wystarczy jedna wiadomość w telefonie.



Co było lepsze?

Trudno jednoznacznie odpowiedzieć. W latach 70. dzieci miały więcej spontanicznych zabaw na świeżym powietrzu i mniej stresu związanego z internetem. Dziś mają za to większe możliwości rozwoju, nauki i kontaktu z całym światem.

Jedno jest pewne – niezależnie od epoki, dzieci zawsze potrzebują przyjaźni, ruchu i dobrej zabawy.

Oprac.: Jakub Leszczyński, kl.6b
na podst.: <https://www.se.pl>,
<https://kobieta.gazeta.pl>
<https://przegladpedagogiczny.ukw.edu.pl>
<https://www.pap.pl>, <https://ruj.uj.edu.pl>
<https://en.wikipedia.org>

Najpierw płatki czy mleko?

Płatki – 30

Mleko – 23



Według większej części uczniów naszej szkoły, gdy jedzą płatki z mlekiem, najpierw do miski wsypują płatki. W kontekście przygotowywania płatków z mlekiem, nie ma jednej poprawnej metody, ponieważ to zależy od osobistych preferencji i gustu.

Mleko na płatki: większość ludzi tradycyjnie dodaje mleko na płatki, aby je zmiękczyć i uczynić bardziej kremowymi.

Płatki na mleko: inne osoby wolą dodać płatki na już wlane mleko, co pozwala na równomierne pokrycie płatków mlekiem.

Mieszanie: niektórzy lubią zmieszać mleko i płatki razem przed spożyciem, co pozwala na bardziej jednolite pokrycie.

Warto eksperymentować, aby znaleźć to, co najlepiej odpowiada Twoim potrzebom i gustom.

Karolina Radzka i Maja Ziemińska, kl. 6b
<https://torun.eska.pl>
<https://dietetykazdrowotna.pl>

10 najśmieszniejszych wymówek

„Mój kot/pies jest w depresji i musiałem z nim zostać” – wymówka, która podważa zaangażowanie, ale brzmi niezwykle troskliwie.

„Wrona ukradła mi kluczyki do domu” –



przypadek, w którym winę za spóźnienie ponoszą siły natury.

„Śniło mi się, że już jestem w szkole” – wymówka, sugerująca, że w umyśle obowiązek został spełniony.

„Karałuch wpetł mi do ucha” – powód medyczny, którego nikt nie chciałby sprawdzać.

„Pies zasnął mi na telefonie i nie słyszałem budzika”.

„Pomagałem starszej pani przejść przez jezdnię, ale ona w połowie drogi zapomniała, po co tam idzie, i musiałem odprowadzić ją z powrotem, a potem znowu na drugą stronę” – wymówka w stylu „misja ratunkowa”.

„Zbyt szybko biegłem do szkoły i zgodnie z teorią Einsteina czas dla mnie zwolnił, podczas gdy dla reszty klasy płynął normalnie. Technicznie rzecz biorąc, jestem tu o czasie, tylko w innym wymiarze”.

„Wpadłem w pętlę czasu na schodach. Wchodziłem na drugie piętro przez piętnaście minut, a ciągle lądowałem na parterze”.

„Dzisiaj rano grawitacja w moim pokoju była wyjątkowo silna. Dosłownie nie mogłem oderwać pleców od łóżka”.

„Wiatr wiał mi prosto w twarz z taką siłą, że na każdy krok do przodu cofało mnie o dwa. W zasadzie to cud, że w ogóle tu dotarłem przed końcem lekcji”.

Alan Klimiuk, kl. 6b

<https://joemonster.org>
<https://porady.pracuj.pl>

Wywiad ze specjalistką sztuki kulinarnej w naszej szkole- Panią Ewą

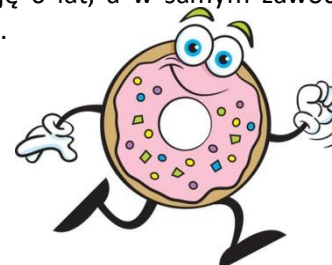
J.L.: Jak Pani ma na imię?

P.E.: Ewa.



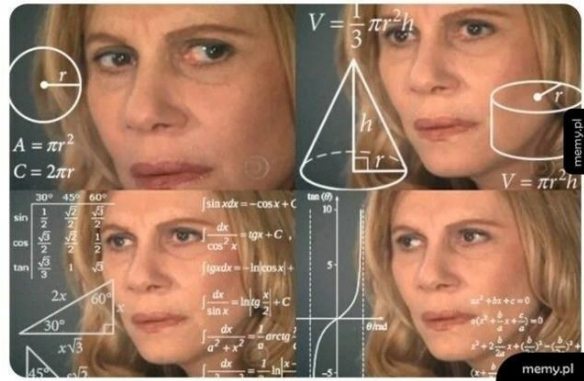
J.L.: Ile lat pracuje Pani w firmie ZAZ oraz w samym zawodzie?

- W ZAZ-ie pracuję 6 lat, a w samym zawodzie kucharki już 25 lat.



Takie tam... memy

Kiedy liczysz, jaka średnia wychodzi ci na koniec semestru z matematyki, ale wynik jest ujemny



J.L.: Dlaczego wybrała Pani ten zawód?

- Zachęciła mnie do tego moja babcia, która podczas wojny pracowała w Gdańsku oraz jej opowieści.

J.L.: Jak wygląda Pani dzień pracy w naszej szkole?

- Dzień zaczyna się od przygotowania śniadań dla maluszków. Następnie gotujemy obiad i oczekujemy na dzieci, zamawiam również towar, robię jadłospisy.

J.L.: Za co najbardziej lubi Pani swoją pracę?

- Za uśmiechnięte buzie dzieci. :)

J.L.: Jakie sprzęty są najważniejsze w kuchni?

- Najważniejsze to: piec konwekcyjny i zmywarko-wyparzynarka.

J.L.: Czy dzieci często proszą o dokładkę?

- Ooo, tak, i to dość często, zwłaszcza gdy są tzw. pankejki. :)

J.L.: Co Pani robi po pracy?

- Odpoczywam i zajmuję się domem.

J.L.: Czy miała Pani jakieś zwierzę, jeśli tak, to jakie?

- Miałam różne zwierzęta, lecz najciekawsza była moja gąska, która chodziła za mną krok w krok.

J.L.: Czy w kuchni zdarzają się wpadki, jak tak, to jakie najczęściej?

- Oczywiście, że się zdarzają, najczęściej to pomyłka soli z cukrem. :)

Dziękuję za wywiad i życzę satysfakcji z wykonywanego zawodu.

Dziękuję.

Opracował i wywiad przeprowadził:
Jakub Leszczyński, kl.6b



Babcia założyła się z Szymkiem, że nie zje jej 25 pierogów. Założyli się o to, kto z nich posprząta mieszkanie. I oto Szymek zjada 24. pieroga i rozumie, że 25. na talerzu nie ma. To wszystko, co trzeba wiedzieć o sporządzaniu umów.



Klasyczna kłótnia rodzeństwa



NIE MOGĘ DZIŚ.



SPORT

Mistrzostwa Powiatu w Czwórboju Lekkoatletycznym!



24 kwietnia odbyły się Mistrzostwa Powiatu w Czwórboju LA dziewcząt i chłopców. Był to dzień pełen emocji sportowych, rywalizacji, ale także przykrego zdarzenia – nasza zawodniczka doznała kontuzji. Mimo to nasze zespoły dały z siebie wszystko, pokazując, że są prawdziwą drużyną!

Każdy z zawodników musiał zmierzyć w 4 konkurencjach: •bieg na 60 m; •bieg na 600 m / 1000m; •skok w dal; •rzut piłeczką palantową.

W rywalizacji końcowej zajęli:

Dziewczęta – 1. miejsce.

Chłopcy – 2. miejsce.

Gratulacje dla Wszystkich.

Jesteśmy z Was dumni.

Życzymy powodzenia na Mistrzostwach Województwa!

Tobie, Amelko, życzymy szybkiego powrotu do zdrowia.

Szkołę reprezentowali:

Amelia Osuch, Anna Felczak, Maja Ziemińska, Marta Ciołek, Natasza Śliwińska, Alicja Jachym;

Albert Adam, Alan Klimiuk, Marcel Łuszczyński, Cezary Sierocki, Bartłomiej Stępień, Tymon Orłowski.



Mistrzostwa Powiatu w sztafetach

20 kwietnia 2026 r. odbyły się Mistrzostwa Powiatu w Sztafetach.

Nasze drużyny dziewcząt i chłopców zaprezentowały się znakomicie, osiągając świetne wyniki w sztafecie 4×100 m oraz sztafecie szwedzkiej (100m, 200m, 300m, 400m).

1. miejsce – sztafeta 4×100 m ID chłopców;
1. miejsce – sztafeta szwedzka ID dziewcząt;
2. miejsce – sztafeta 4×100 m ID dziewcząt;
3. miejsce – sztafeta szwedzka ID chłopców;
4. miejsce – sztafeta 4×100 m IMS chłopców.

Dziewczęta (IMS) wywalczyły 2 miejsce w sztafecie 4×100 m, jednak błąd na torze spowodował dyskwalifikację. Mimo to pokazały ogromny charakter – nie poddały się i walczyły do samego końca!

Gratulujemy wszystkim zawodnikom, a zwycięskim drużynom dziewcząt i chłopców życzymy powodzenia na Mistrzostwach Województwa!



Trenerkami zespołów są:
p. Hanna Grzegorzółka,
p. Ewa Bohdaniec