

Gazetka Zespołu Szkół im. gen. W. Andersa w Częstochowie

KRZYK

wrzesień/październik 2008

W numerze polecamy m. in.:

- *Sukces Zespołu Szkół im. gen. Władysława Andersa*
- *Pro Memoria – Józef Natali*
- *Zjazd Szkół Klubu Monte Cassino*
- *Zostań ich aniołem (Izabela Jędrzejczyk klasa 3g)*
- *Młodość XXI wieku (Agata Ślęzak klasa 1e)*
- *Jak człowiek myśli*
- *Strategie uczenia się część I*
- *Uczę się i – wiem*
- *Ciekawostki biologiczne (mgr Monika Duda)*
- *Uśmiechnij się*
- *Przeziębienia można uniknąć (pani Maria Szczurek)*
- *Kącik poetycki (uczennica klasy 2d pseudonim Selene)*

Sukces Zespołu Szkół im. gen. Władysława Andersa - ponownie jesteśmy w gronie laureatów ogólnopolskiego „Dnia Przedsiębiorczości”!!!

3 kwietnia 2008r. 650 uczniów naszej szkoły, pod kierunkiem niestrudzonej pani mgr inż. Anny Kromołowskiej, wzięło udział w V edycji „Dnia Przedsiębiorczości”.

W projekcie organizowanym przez Fundację Młodzieżowej Przedsiębiorczości, przy współpracy Kancelarii Prezydenta RP i pod jego honorowym patronatem, biorą udział uczniowie z całej Polski.

„Dzień Przedsiębiorczości” jest projektem sprzyjającym podejmowaniu przez młodych ludzi trafnych decyzji w planowaniu dalszej drogi edukacyjnej i zawodowej.

Uczniowie z „Andersa” odbywali praktyki w różnych miejscach, począwszy od niedużych, rodzinnych firm, poprzez sklepy, apteki, biura, hotele, komendę policji, sąd, teatr, banki i wiele innych. Była to dla uczniów wyjątkowo pożyteczna, bo praktyczna lekcja przedsiębiorczości.

Szczególną zachętą dla młodzieży, oprócz oczywiście wielkiego serca i zaangażowania opiekuna – pani Anny Kromołowskiej – był ubiegłoroczny

sukces, kiedy znaleźliśmy się w gronie 22 szkół z całej Polski i podczas uroczystej IV Gali Przedsiębiorczości delegacja Szkoły odbierała z rąk Prezydenta RP statuetkę „Najaktywniejsza Szkoła w Dniu Przedsiębiorczości”.

Podobnie w tym roku Komitet Honorowy V edycji wyłonił 23 najaktywniejsze szkoły, w tym gronie znalazł się nasz Zespół Szkół!!! Naszą szkołę zauważył i docenił Komitet w składzie:

Przewodnicząca: *Ewa Junczyk – Ziomecka*,
Podsekretarz Stanu w Kancelarii Prezydenta RP;

- *Zbigniew Modrzewski*, Prezes Zarządu Fundacji Młodzieżowej Przedsiębiorczości
- *Roman Rewald*, Przewodniczący Rady Dyrektorów Amerykańskiej Izby Handlowej w Polsce.

Na Gali Przedsiębiorczości w Pałacu Prezydenckim reprezentować nas będą i odbiorą statuetkę : **dyrektor szkoły pan Tadeusz Perkowski, szkolny koordynator projektu i współtwórca sukcesu pani Anna Kromołowska oraz najlepsza uczennica szkoły Beata Modlińska.**

GRATULUJEMY!!!

Pro Memoria *– wspomnienie o Józefie Natali (1921-2008)*

1 lipca tego roku pożegnaliśmy na cmentarzu św. Rocha w Częstochowie wieloletniego przyjaciela naszej szkoły, żołnierza gen. Władysława Andersa – **Pana Józefa Natali**.

Józef Natali urodził się we Lwowie 6 kwietnia 1921 r. , miał 2 braci i 2 siostry. Po 17 września 1939r., kiedy wojska ZSSR wkroczyły zdradziecko na terytorium Polski, ojciec pana Józefa jako policjant został aresztowany i wywieziony daleko na północ, gdzie zmarł. Dwaj bracia dostali się do niewoli niemieckiej, udało im się przeżyć. Z kolei dwie siostry, mama i on zostali wywiezieni do Kazachstanu. Mama nie przeżyła tragicznych warunków i w wieku 47 lat zmarła z głodu. Pan Józef wraz z dwiema siostrami wstąpił do tworzonej w ZSRR Armii gen. Władysława Andersa. Siostry zostały ochotniczkami, a on ukończył podchorążówkę broni pancernej w Iraku.

W szeregach 6 Pułku Pancernego „Dzieci Lwowskich” brał udział w całej kampanii włoskiej swojego Wybawiciela (jak zawsze nazywał gen. W. Andersa) od Monte Cassino, Piedimonte po Bolonię. Został ranny, kiedy jego czołg wjechał na minę przy przekraczaniu rzeki Senio. W pułku pisał także wiersze i skecze (słynął zresztą z poczucia humoru), pomagał w dożywianiu dzieci z prowincji Macerata.

Gnany tęsknotą za Ojczyzną, której tak wiele przecież poświęcił, w lutym 1948r. wraca do Polski, do brata w Kielcach. Niestety „ludowa ojczyzna” nie widzi w nim bohatera, ale zdrajcę i szpiega. Jest prześladowany przez UB, zwłaszcza, gdy odmawia podpisania zobowiązania współpracy.

Z Kielc trafia dzięki pomocy znajomych do Częstochowy, gdzie pracuje w różnych zakładach do 1987r. Przez 36 lat społecznie pracował w Zakładzie Ubezpieczeń społecznych jako przewodniczący Zespołu Orzekającego nr 1.

Uruchomił w ośrodku spółdzielni „Nasza Praca” „gieldę staroci”, z której dochód był przekazywany na pomoc dzieciom w szkołach osiedlowych.

Jako kapitan 6. Pułku Pancernego „Dzieci Lwowskich” odznaczony był między innymi: Krzyżem Monte Cassino, Krzyżem Kawalerskim Orderu Odrodzenia Polski, Srebrnym Krzyżem zasługi, wieloma brytyjskimi i włoskimi odznaczeniami.

W naszej szkole zapamiętamy Pana Józefa Natali jako przemiłego, starszego wiekiem, ale młodego duchem wiernego żołnierza naszego Patrona.

Zawsze chętnie przyjmował zaproszenia do naszej szkoły, obdarował licznymi, cennymi pamiątkami. Potrafił barwnie, żywo i z humorem prawdziwego Lwowiaka opowiadać o Generale, o swoich przeżyciach.

Nigdy się nie skarżył, mimo tragicznych przeżyć i niesprawiedliwości historii w jakiej przyszło mu żyć po wojnie, nie był zgorzkniały. Przeciwnie był wzorem optymizmu i siły ducha. Kochał młodzież i cenił sobie kontakty z nią. Trudno pomyśleć, że kolejne Święto Szkoły 18 maja odbędzie się już bez Pana Józefa Natali ...

Pozostanie w naszej pamięci.

Spoczywaj w pokoju!



Zjazd Szkół Klubu Monte Cassino

W dniach 26 – 27 września 2008r. delegacja z naszej szkoły brała udział w uroczystości przekazania tradycji Karpatczyków młodzieży Klubu Szkół Monte Cassino.

Do Krakowa pojechała delegacja w składzie: pani mgr Anita Dudek, pani mgr Dorota Rogulka, pan mgr Robert Smyka oraz uczniowie : Beata Modlińska z kl. 3e, Karolina Kalinowska z kl. 3e i Marek Fedoniuk z kl. 3g.

Poczet sztandarowy Zespołu Szkół im. gen. Władysława Andersa w Częstochowie reprezentował naszą szkołę wśród innych ponad 30, które noszą imiona związane z tradycją II Korpusu Polskiego.

Atmosfera spotkania była bardzo uroczysta. Po Mszy św. w Katedrze Wawelskiej, złożeniu kwiatów na grobie gen. Władysława Sikorskiego, odbyło się spotkanie młodzieży na Dziedzińcu Wawelskim, gdzie płk. Czerkawski

przekazał posłanie do młodzieży i nowy sztandar ufundowany przez środowisko kombatantów 3 dywizji „Karpatczyków”.

W części oficjalnej, która odbyła się w Zespole Szkół Elektrycznych nr 2 im. gen. B. Ducha, po pięknej akademii z fragmentami filmu z przemówieniem gen. Andersa, odbyło się nadawanie odznaczeń zasłużonym szkołom oraz pedagogom.

Odnaczone zostały była pani dyrektor naszej szkoły Dorota Makowska oraz zajmująca się pamiątkami związanymi z Patronem pani Dorota Rogulka.

Mieliśmy okazję spotkać i poznać wielu ciekawych ludzi z Krakowa i z innych miejsc Polski. Miło było poczuć, że wszyscy należymy do jednej rodziny szkół pielęgnujących tradycje patriotyczne.

Następne spotkanie w Złocieńcu na Pomorzu nad Jeziorem Drawskim w roku 2009. Na pewno nas tam nie zabraknie!!!

Zostań ich aniołem

Dookoła nas ciągle słychać o biednych dzieciach, organizowane są akcje charytatywne, takie jak „Polsat Dzieciom”, czy „Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy”. I bardzo dobrze! Trzeba nieść pomoc innym! Ale trzeba też pamiętać o stworzeniach takich jak psy, czy koty. Wystarczy iść do schroniska, by zobaczyć co spotyka zwierzaczka, którego ktoś sobie kupił, po czym stwierdził, że już nie chce się nim zajmować... Pies to duża odpowiedzialność! W schroniskach brakuje miejsc, a przede wszystkim pieniędzy na utrzymanie go. A przecież trzeba zapłacić za weterynarza, budy, jedzenie, potrzebne leki, miejsce, pracowników itd... Większość z nas, gdy widzi na ulicy zadbanego pieska z kokardką na głowie, zaczyna go podziwiać, a obok bezdomnego i zziębniętego kundelka każdy przechodzi obojętnie. A to właśnie takiemu pieskowi trzeba współczuć! Najbardziej mnie boli to, jak ludzie często traktują swoich „ulubieńców” !?. Aby się tego dowiedzieć, wystarczy zapytać pracownika schroniska o historię wybranego psiaka. Z pewnością nie zabraknie odpowiedzi wartej łzy... Psy trafiają tam najczęściej bite, szarpane, głodzone... Pewnie każdy z Was słyszał z doniesień prasowych, że za dobrego psa można było dostać 30 złotych, a pieski szły

na stół do orientalnych restauracji. Działo się to w Polsce (widać, że nie tylko w Chinach ludzie są do tego zdolni). Przed zabiciem pieski były trzymane w workach i bite, aby mięso było lepsze, a kotki rozciągane tak, by pękł im kręgosłup. Wiem, że to straszne.. I nie piszę tego, żebyście się źle czuli, lecz po to, żebyście pomyśleli jak można temu zaradzić. Mam nadzieję, że po przeczytaniu, pomyślicie o naszych mniejszych braciach, jakimi są bezbronne zwierzęta... Bo czym one sobie zasłużyły na takie traktowanie...?



5 POWODÓW, DLA KTÓRYCH WARTO PRZYGARNAĆ PIESKA !!

- ✚ Nikt nie będzie Ci tak wdzięczny jak on.
- ✚ Już nigdy nie będziesz czuł się samotny.
- ✚ Zrobisz dobry uczynek.
- ✚ Będziesz trendy. Adopcja zwierząt jest modna.
- ✚ Poczujesz, że naprawdę jesteś komuś potrzebny.

CHCESZ NAPRAWDĘ POMÓC ZWIERZAKOM???

- ✚ Spróbuj zorganizować u siebie w szkole akcję zbiórki pieniędzy na potrzeby schronisk***
- ✚ Możesz też zostać wolontariuszką/wolontariuszem***
- ✚ Nową formą pomocy dla schronisk jest też adopcja internetowa. Możesz przygarnąć któreś ze zwierząt i wpłacić co miesiąc jakąś kwotę na utrzymanie schroniska***

Iza Jędrzejczyk, klasa IIIg



Młdzież XXI wieku

"Dziewczyny to kretynki. Żyją w wirtualnym świecie seriali telewizyjnych, jedyne co jest w stanie zwrócić ich uwagę, to plotki z życia gwiazd.

Przeżywają cudze problemy, uciekają przed własnymi"

A. Pilipiuk "Kuzynki"

Oto cała prawda o młodzieży XXI wieku. Intelkt młodych ludzi z roku na rok jest coraz niższy, mimo iż jestem w tym samym wieku co osoby przeze mnie opisywane. To upokarzające, że w owych czasach ludzie nie potrafią korzystać z dóbr jakie niesie nam postęp.

Ciągle ulepszane techniki zdobywania informacji, poznawanie ludzi, kultur są zazwyczaj albo niedoceniane, albo przeceniane. Media przesiąknięte są "śmieciami" w postaci najświeższych plotek z życia gwiazd, czy wymaginowanych osób, jak też niekończących się "tasiemców" znanych jako telenowela, powtarzanych tysiące razy. W tej sytuacji już nie jest ważne, jakiej tasiemiec jest produkcji, czy amerykańskiej, peruwiańskiej, polskiej czy czeskiej. Filmy fabularne są prostackie i nudzą, tematy poruszane w dramatach są wałkowane po raz setny, komedie nie śmieszą, a horrory nie straszą.

Odkoczną może być prasa, ale... wszędzie huczy od informacji, że ktoś zaczął, inny jest w trakcie, a jeszcze inny planuje strajkować, politycy z niebywałą regularnością są zaskarżani, tudzież zamykani w celach zaopatrzonych jak hotel pięciogwiazdkowy.

A może książki! **KSIĄŻKI?!** A nuż nauczyciel języka polskiego zada do przeczytania jakąś grubszą lekturę, niech jeszcze na sprawdzianie z owej pozycji zada pytanie, na które odpowiedzi nie ma w opracowaniach! Zdecydowanie nie chciałabym być w jego skórze. W dzisiejszych czasach książka w ręku młodego człowieka to dla niego wstyd i hańba!

A przecież mamy tyle możliwości. Jeżeli nie „idzie” nam ślęczenie nad jakimiś znaczkami napaćkanymi przez wydawcę maciupeńkim druczkiem to możemy posłuchać tekstu czytanego. Gdzieżby tam. To przecież zbyt wielki wysiłek - uruchomić swoją wyobraźnię. Czy przeciętny młokos, żyjący w erze opanowanej przez media zaopatrzony jest w coś takiego jak wyobraźnia? Co będzie za pięć, czy dziesięć lat? Czy będzie istniała chęć poznania tekstu czytanego?

Kolejnym problemem współczesnych, młodych przedstawicieli gatunku nazwanym (w moim mniemaniu chyba czysto ironicznie "*Homo Sapiens Sapiens*") jest uciekanie od problemów. Brak nam - młodym odwagi, by stanąć twarzą w twarz z kłopotami. Boimy się konsekwencji, lecz trzeba się liczyć z tym, że prędzej czy później wypijemy nawarzone przez nas piwo. I żeby się nie okazało, że tego piwa jest dla nas za dużo.

Obracam się w różnych środowiskach, komunikuję się z różnymi ludźmi, często ode mnie młodszymi. Wszyscy mówią, że brak im motywacji, przyznam się, że mnie też już dawno się odechciało i teraz surowo płacę, że za wcześniej się poddałam.

Nie potrafię powiedzieć co sprawia, że nas - młodych nie ciekawi już świat, a jedyne co nas interesuje to informacje typu: jak długo jeszcze potrwa związek Angeliny Jolly z Bradem Pittem, czy też z kim romansuje Doda?

Agata Ślęzak kl. Ie

Jak człowiek myśli...

„Umysł nie jest naczyniem, które należy napelnić, lecz ogniem, który trzeba rozniecić”

Plutarch

Nasze myśli są bardzo ważne, co myślimy w sercu, tacy jesteśmy naprawdę.

Przez nasze myśli albo się tworzymy, albo niszczymy!!! Możemy uczynić się takimi, jakimi pragniemy być. Jesteśmy panami siebie....Znajdujemy się w określonym punkcie dzięki własnej naturze, gdzie przywiodły nas nasze myśli, z których zbudowaliśmy swój charakter.

Każda zakorzeniona myśl rozkwita w postaci czynu, a następnie wydaje owoc. Dobre myśli przynoszą dobre owoce, złe myśli – owoce złe. Przestańmy narzekać i złorzeczyć, obwiniać innych za warunki, w jakich się znaleźliśmy. Umacniajmy się w silnych i szlachetnych myślach!

Myśli lękliwe, wątpiące, chwiejne, podszyte strachem przyniosą porażkę. Z energicznych myśli bierze się przedsiębiorczość i zadowolenie. Ludzie

nie mający w życiu celu, łatwo padają ofiarą mało ważnych trosk, obaw, problemów oraz rozczulają się nad sobą.

Ludzie silni odbierają niepowodzenia tylko jako etapy w drodze do celu. Człowiek jest jak jego myśli, jeśli wciąż myślimy tak samo, takimi też pozostajemy. Nikt poza samym człowiekiem nie może zmienić jego podejścia do trudności. Możemy wznosić się i osiągać cele, możemy też nie chcieć tego zrobić.

Nie ma osiągnięć bez poświęceń! Każde osiągnięcie stanowi ukoronowanie wysiłku. Ten kto chce osiągnąć niewiele, poświęca niewiele; kto chce osiągnąć dużo, musi dużo poświęcić. Marzyciele są twórcami świata. Moc wysiłku stanowi miarę efektu. **Wizja w umyśle + pasja + działanie = sukces**

Jakie są Twoje myśli i dokąd zmierzają???

Skrzydła

Pomyśl, jak żyją ludzie,

Co robią

I przy czym obstają namiętnie.

Zatrzymaj się na chwilę:

Spytaj dlaczego

Jedni lgną ku ziemi,

Gdy inni ku niebu się wznoszą tak chętnie.

Niektórzy zdają się na swój los,

Żaden z rutyny nie wyrwie ich głos.

Szlak życia nie wiedzie ich w górę ni w dół,

Lecz ściele się wzorem jednakowych kół.

Zobacz, jak inni gnani nadzieją,

Nie bacząc na ziemi przestanie,

Rwą się tam, gdzie górne wiatry wieją,

I każdy dzień gdzie indziej ich zastanie.

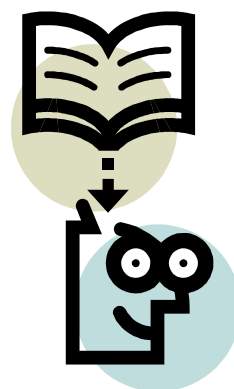
Idąc i walcząc, odrzuć śmierć

I znaj odpowiedź na pytanie:

Dlaczego jedni po ziemi brną,

A inni lecą w nieznane.

(Steven E. Garner – wiersz drukujemy dzięki uprzejmości pani Hanny Muskały)



STRATEGIE UCZENIA SIĘ (CZĘŚĆ 1)

„Ludzie często myślą, że im więcej się wie, tym lepiej. To nieprawda.

Rzecz nie w tym, żeby wiedzieć dużo, lecz aby ze wszystkiego, co dostępne, wiedzieć to, co najniezbędniejsze” Lew Tolstoj

Trudno jest wskazać jedną najskuteczniejszą, optymalną dla wszystkich strategię uczenia się. Dlatego warto stosować strategie kombinowane, dostosowane do indywidualnych preferencji każdego z nas, np. inne dla słuchowców, którzy lepiej zapamiętują informacje werbalne, a inne dla wzrokowców, lepiej przyswajających treści oglądane lub przeczytane.

Można wyróżnić 3 główne strategie zapamiętywania materiału: **powtarzanie, opracowywanie oraz organizowanie**. *Powtarzanie* polega na wielokrotnym czytaniu lub recytowaniu danego materiału. *Opracowywanie* to wyobrażanie sobie lub układanie pojęć w rymowane ciągi. *Organizowanie* polega na nadawaniu treściom sensu, układu i porządku, przez co wiążą się ze sobą i z dotychczasową wiedzą.

Ucząc się zwykle praktykujemy kombinacje tych 3 strategii. Eksperci w dziedzinie uczenia się wyróżniają również **strategie słowne i bezsłowne** oraz **proste i złożone**. *Strategie słowne* polegają na nazywaniu, powtarzaniu treści, streszczaniu tekstu. *Niewerbalne* to np. podkreślanie istotnych informacji, rysowanie schematów, wykresów, wyobrażanie sobie. Strategie *proste* to działania jednego typu, np. wielokrotne czytanie. *Złożone* to czytanie, sprawdzanie, streszczanie, na ogół dają przez swoją różnorodność lepsze efekty. Strategia **wewnętrzna** to działania wykonywane wyłącznie w umyśle, a **zewewnętrzna** to pytanie o informacje, korzystanie z Internetu, rysowanie itp. Przed przystąpieniem do powtarzania należy uwzględnić 4 elementy:

- ✚ cel
- ✚ czas pozostały do egzaminu, sprawdzianu
- ✚ rodzaj i zakres materiału
- ✚ stan wiedzy własnej

Z kalendarzem w ręce możesz teraz przystąpić do zaplanowania powtórzeń, gdyż należy je rozłożyć w czasie. Aby zapamiętać materiał na długi okres, należy uczyć się go, stosując długie przerwy między powtórzeniami. **Reguła** popularna wśród uczniów, a polegająca na **trzech „zet”** : zakuć, zdać, zapomnieć, daje czasem doraźne efekty, ale **jest najgorsza z punktu widzenia długotrwałego przechowywania wiadomości i stanu autentycznej wiedzy!!!**

Powtarzanie usprawnia pamięć tylko, gdy materiał jest przetwarzany w sposób głęboki i ze zrozumieniem. Warto też wykorzystać *efekt generowania*, ponieważ lepiej pamiętamy to, co sami projektujemy i wytwarzamy. Dobrą metodą jest więc opowiedzenie treści koledze, sporządzenie notatki, rysunku, czy mapy pamięci.

Chcąc sensownie i skutecznie wyuczyć się danego materiału, powinienes:

- **dążyć do uchwycenia podstawowego znaczenia**
- **próbować dostrzec istotne związki z innymi treściami**
- **samodzielnie i aktywnie operować materiałem, który zapamiętujesz**
- **dążyć do wydobycia esencji zagadnienia, zgodnie z myślą, że nieważna jest ilość, ale jakość wiadomości**
- **zaangażować inne zmysły oprócz wzroku, to podniesie stymulację mózgu.**

Ciąg dalszy w kolejnym „Krzyku” Zapraszamy do lektury i ćwiczeń!!!

Opracowano na podstawie książki: M. Grębski, Sukces na egzaminie. W - wa 2004

UCZĘ SIĘ I - WIEM

MAKSYMALNE WYKORZYSTANIE CZASU PRACY UMYSŁOWEJ.

Należy cenić i oszczędzać czas poprzez doskonalenie organizacji pracy i systemu dopływu informacji.
Unikać ludzi, którzy zabierają nam czas na bezproduktywne rozmowy lub działania.
Planować kilkugodzinne bloki, w czasie których można się całkowicie skoncentrować na wybranych zadaniach.
Analizować i rozliczać „budżet” własnego czasu, swych planów i dokonań w określonych okresach.

WNIESIENIE WKŁADU OSOBISTEGO W UCZENIE SIĘ. MAKSYMALNE WYKORZYSTANIE CZASU PRACY UMYSŁOWEJ.

Należy dawać z siebie wszystko w trakcie uczenia się do egzaminów, czyli przyczyniać się do działań o istotnym znaczeniu, a przeciwdziałać rozpraszaniu się na zadaniach niewłaściwych, nieprzynoszących wymiernych korzyści w uczeniu się.

PEŁNA KONCENTRACJA NA KILKU ISTOTNYCH ZADANIACH.

Chcąc osiągnąć sprawność działania, powinniśmy koncentrować się na robieniu w danym czasie tylko jednej ważnej rzeczy, na jednym zadaniu, które oceniamy jako pierwszoplanowe.

Przy określaniu priorytetów w celu wyboru danego zadania warto działać na rzecz przyszłości, a nie przeszłości. Koncentrować się na szansach, a nie trudnościach. Obierać raczej własny kierunek, zamiast naśladować innych.

ORGANIZUJĄC SWOJE MIEJSCE NAUKI WARTO WZIĄĆ POD UWAGĘ :

Aby znajdowało się tam wszystko, co jest konieczne do pracy i – z małymi wyjątkami – tylko to, co jest konieczne do pracy.
Aby to wszystko, co się tam znajduje, miało swoje stałe (w pewnym okresie) miejsce i zawsze było na to miejsce po użyciu odkładane.
Aby te wszystkie miejsca, w których znajdują się różne rzeczy, zajmowały najmniej powierzchni i były rozmieszczone w ten sposób, aby łatwo było do nich trafić. Aby pracowało się w takiej pozycji, która dla uczącego się jest najwygodniejsza. Aby oświetlenie i wentylacja były na właściwym poziomie, tzn. takim, jaki uznawany jest za właściwy.
To samo dotyczy natężenia dźwięków, czyli hałasu.

ZAPAMIĘTAJMY :

Każdy z nas posiada wrodzone zdolności do uczenia się, wystarczy wydobyć je na światło dzienne.
Sztuka uczenia się polega na wykorzystywaniu wrodzonego potencjału i zdolności.
Można się nauczyć tego, jak efektywnie uczyć się .

MAKSYMALNE WYKORZYSTANIE OSOBISTEGO POTENCJAŁU INTELEKTUALNEGO.

Nie wyolbrzymiać trudności czy ograniczeń, lecz dostrzegać plusek każdej sytuacji i możliwości działania w niej. Prowadzi to do postawy konstruktywnej. Aktywami są przede wszystkim nasze zdolności i kwalifikacje.
Należy więc dążyć do poznania warunków, w których nasz umysł pracuje najlepiej oraz opanować najodpowiedniejsze dla nas metody pracy umysłowej służącej efektywnemu uczeniu się.

PODEJMOWANIE EFEKTYWNYCH DECYZJI.

Należy unikać pośpiechu, zachowywać rozwagę i koncentrację na wiedzy istotnej dla danego przedmiotu. Szukać najpierw właściwych rozwiązań w sposobach uczenia się, a następnie oceniać ich realność wykonania.

CIEKAWOSTKI BIOLOGICZNE

DOMINACJA PÓLKUL MÓZGOWYCH

Mózg dzieli się na dwie połowy - prawą i lewą półkulę. Wszyscy używamy obu stron mózgu, jednak wykazujemy preferencję dotyczącą wykorzystania półkul mózgowych do przetwarzania i przechowywania informacji. Nie znaczy to, że nie jesteśmy zdolni do posługiwania się drugą półkulą mózgową, lecz tylko to, że łatwiejsze i naturalne staje się używanie tej części, z której częściej korzystamy.

Preferencja w wykorzystaniu półkul mózgowych dotyczy tego, co robimy z danymi - jak je przetwarzamy, czyli jak o nich myślimy i jak je przechowujemy, gdy dotrą do mózgu. Każda z półkul ma inne zadania do spełnienia. W skrócie można to przedstawić tak:

Lewa półkula - cyfrowa

- ✚ Mowa
- ✚ Rozum
- ✚ Logika
- ✚ Reguły
- ✚ Zasady
- ✚ Analiza - detale
- ✚ Nauka
- ✚ Stopniowo, krok po kroku

- ✚ Czas

Prawa półkula - analogowa

- Opisowość
- Gestykulacja
- Intuicja
- Uczucia
- Kreatywność, twórczość
- Synteza - spojrzenie ogólne
- Sztuka, muzyka, taniec
- Spontanicznie i całościowo

- Przestrzeń

Lewą półkulą żyją naukowcy, prawą artyści. Lewa myśli, prawa się śmieje. O osobach, które rozwinęły zdolność posługiwania się obiema półkulami mózgu, mówimy, że używają mózgu w sposób zintegrowany. Zintegrowana praca obu półkul ułatwia uczenie się, bo zwiększają się możliwości przetwarzania informacji.



Czy wiesz, że...

Stan obniżonej temperatury ciała organizmu stałocięplnego określa się mianem hipotermii. Zwykle wychłodzenie organizmu człowieka wywiera niekorzystny wpływ na jego czynności życiowe. Ponieważ jednak niska temperatura obniża tempo przemian metabolicznych człowieka, w komórkach maleje wtedy zapotrzebowanie na tlen. Zdarzały się wypadki, w których człowiek po załamaniu lodu, całkowicie zanurzony w wodzie, był pozbawiony tlenu przez znacznie dłuższy czas niż 5 minut, jednak udawało się go w pełni przywrócić do zdrowia-w warunkach hipotermii niedotlenienie mózgu nie okazywało się zabójcze.



Delfiny, foki lub walenie mogą przebywać pod wodą ponad godzinę. Inne ssaki wodne np: norki, bobry potrafią wstrzymać oddech na kilkanaście minut. Zwierzęta te mają wiele ciekawych przystosowań, jak choćby dwukrotnie większy niż u innych ssaków stosunek objętości krwi do całkowitej masy ciała. Mięśnie ssaków wodnych zawierają też więcej mioglobiny. Podczas nurkowania spada tempo pracy ich serca, a w większość wolno krążącej krwi kierowana jest do narządów wrażliwych na niedotlenienie (do mózgu i serca). Narządy odporniejsze na niedotlenienie, głównie skóra i mięśnie szkieletowe, są słabiej zaopatrywane w krew. Przed zanurzeniem foki, ani walenie nie nabierają do płuc dodatkowych porcji powietrza. Zawarty w nich azot mógłby być powodem choroby kesonowej.



UŚMIECHNIJ SIĘ

O TYM, JAK MICKIEWICZ MIEJSCA HITLEROWI USTĄPIŁ

Po zajęciu Warszawy Hitler szuka odpowiedniego miejsca na pomnik dla siebie. Usiadł na cokole Chopina, ale koło Łazienek pusto – nie ma go kto podziwiać! Idzie na Nowy Świat i proponuje Kopernikowi, żeby zszedł. Kopernik wzrusza ramionami :

– *Ani myślę – mówi – zrobiliście ze mnie volksdeutscha!*

Hitler idzie więc do króla Zygmunta i chce go zepchnąć z wysokiej kolumny.

*Ja ci radzę, Adolfie – mówi król – widoków stąd z góry żadnych,
bo zamek spalony, od Wisły wieje...Idź lepiej do Mickiewicza,
tam co dzień leżą świeże kwiaty.*

Mickiewicz godzi się z ochotą na odstąpienie swego miejsca i schodzi z cokołu głośno się zaśmiewając. Hitler staje na cokole w bohaterskiej pozie, poprawia się raz i drugi, spoglądając z coraz większą wściekłością na wciąż śmiejącego się Mickiewicza i wreszcie zniecierpliwiony tupie nogą :

Z czego się śmiejesz ?!

Zejdź z cokołu i sam zobacz odpowiada Mickiewicz.

Hitler schodzi, schyla się i czyta napis :

TWÓRCY „DZIADÓW” - NARÓD.

Kto to jest hipokryta? - pyta nauczycielka ucznia.

Hipokryta to ten, kto mówi, że chętnie chodzi do szkoły –
odpowiada Jasio.

TESTAMENT

Kobieta na łożu śmierci dyktuje testament: „ Proszę, aby moje zwłoki poddano kremacji, a prochy rozsypano na parkingu McDonalda...”

Dlaczego? - dziwi się notariusz.

*Chcę mieć pewność, że co niedziela dzieci będą odwiedzały
miejsce mojego wiecznego spoczynku...*

CIEŻKI PRZYPADEK

Psychiatra mówi do kolegi:

*Miałem ostatnio ciężki przypadek. Był u mnie facet, który
twierdzi, że Polacy zdążą wszystko przygotować
na „Euro 2012 ”.*

ZAGADKA Z BRENNEJ

Gdzie w Warszawie będą rozgrywane mecze w ramach
„ Euro 2012” ?

Na zielonej trawce.

Przeziębienia można uniknąć Apsik, apsik, apsik!!!

Co to jest przeziębienie?

To wirusowe zapalenie górnych dróg oddechowych. Objawia się bólem gardła, pobołowaniem nóg, bólami głowy. Po krótkim czasie pojawia się katar i stan podgorączkowy.

Jak odróżnić przeziębienie od grypy?

Przeziębienie pojawia się stopniowo, a chory dość szybko wraca do zdrowia. Natomiast grypa występuje nagle – bardzo silne bóle gardła, mięśni, zmęczenie i osłabienie, bóle brzucha, wysoka gorączka. Po grypie występują powikłania płucne lub inne.

Jak zarażamy się grypą?

Drogą kropelkową, będąc w bliskim kontakcie z chorym.

Jak zarażamy się przeziębieniem?

Przez styczność z wydzieliną dróg oddechowych chorego, przez kontakt z jego skórą, przedmiotami, których dotykał, np. kłamki, telefonu, stołu.

Jak uniknąć przeziębienia?

*Nie dotykajmy swojej twarzy, gdy ktoś w pobliżu jest przeziębiony, myjmy ręce po powrocie do domu, unikajmy zatłoczonych miejsc, nie przegrzewajmy się, bierzmy witaminy, oczywiście nie palmy, czyli **prowadźmy higieniczny tryb życia.***

Informacji i rad udzieliła: szkolna higienistka pani Maria Szczurek



Opętają demony

*A gdy opętają demony
Kiedy krew popłynie z oczu
Kiedy usta stracą swój blask
Gdy morze wyleje swe wody
Kiedy diament straci swój połysk
Kiedy wypowiedz słowo ostatni raz
A myśli przestaną istnieć
Marzenia się nie spełnią
A serce wypali
Kiedy dłonie zszarzeją
A ludzie poznają szacunek
Nigdy nie zdobędę księgi życia
Nigdy nie dowiem się czym jest śmiech
Nigdy nie zadam bólu
Nigdy nie przestanę się bać
Znienawidzę myśli które tak opętały
Zabiję czas którego wciąż brak
Zasnę by wstać
Życ by doczekać końca
Płakać by wylać łzy
Być by zginąć
Mieć serce by kochać
Kochać by cierpieć
Znać ból który uśmierza rany
Znać tajemnice życia
Powrócić do świata skończyć z bólem
Skończyć z bólem
Odszukać szczęście
Zabić brak myśli
Zostawić otwarte drzwi
Zapalić świece
Spojrzeć w oczy
Wybić lustro pełne łez
Nie bać się strachu
Zamknąć świat w dłoniach..*



Selene, 17 lat

Dnia 26.09.2008 klasy 2g i 4g wzięły udział w koncercie z cyklu Szkoła na Parnasie pt. „Romantyzm-czas narodów”.

Serdecznie zapraszam wszystkie klasy do udziału w szkolnych koncertach:

7.11.2008 „Muzyka Polska”
19.12.2008 „Z folkiem na ty”
16.01.2009 „Ze wspomnień papy Haydna”
27.03.2009 „ Szklana harfa czy anielskie organy”
15.05.2009 „ Wielki finał”

Koszt: 7 zł

- *Jeśli nie jesteś przekonany czy muzyka klasyczna jest dla Ciebie, sprawdź to!*
- *Jeżeli w tramwaju, w domu, na ulicy czy (nie daj Boże!!!) w szkole masz na uszach słuchawki i poruszasz się jedynie w rytmie techno, hip-hopu czy disco-polo, spróbuj czegoś innego!*
- *Jeżeli o Chopinie wiesz tylko tyle, że zagrał go Adamczyk w filmie „ Chopin. Pragnienie miłości”, to te koncerty są dla Ciebie!*
- *Jeżeli pod pojęciem sztuka rozumiesz jedynie bazgranie po zeszytach, gdy nudzi Ci się na lekcji, to przyjdź, posłuchaj i zobacz!*

Marta Madejska

