



Czartek

marzec 2008
GIMNAZJUM NR 54
im. ADAMA KAZIMIERZA
ks. CZARTORYSKIEGO

W numerze:

- **Program Comenius**
- **Hiszpańska przygoda**
- **Prawda o kulturze Barbie**
- **24 godziny przed egzaminem**
- **Kącik muzyczny**

I Gimnazjum nr 54 to szkoła:

Dla naukowców i eksperymentatorów organizujemy szkolną Ligę Naukową, która pozwala mierzyć się z zadaniami wymagającymi samodzielnych poszukiwań.

Wielbicieli poszczególnych nauk znajdą pokrewne dusze na zajęciach kół: matematycznego, fizycznego, chemicznego, geograficznego i biologicznego.

Najzdolniejsi wystąpią o indywidualne toki nauczania z poszczególnych przedmiotów.

Humaniści opracują nowe hasła do słownika gwary szkolnej lub sparodiują któreś z wielkich dzieł literatury na kole polonistycznym. Będą kolorować białe plamy Historii. Na kole filozofów poszukają odpowiedzi na wielkie pytania ludzkości.

Spółecznicy włączą się w pracę Rady Uczniów i na terenie szkoły lub klasy przy wsparciu innych „pozytywnie zakręconych” zrealizują projekty konkursów, imprez, spotkań. Pomogą słabszym w nauce, wysłuchają.

Kochani!

Witamy Was w aurze nadchodzącej wiosny, a szczególnie serdecznie witamy szóstoklasistów przekraczających pierwszy raz próg naszego Gimnazjum. Życzymy Wam, aby to nie był ostatni raz. Szkoła, którą teraz oglądacie, jest niezwykła. Nauczyciele, jakich będziecie mieli okazję spotkać, są najoryginalniejszymi belframi po tej stronie Wisły. Uczniowie, choć nie zawsze posłuszni, są wymagający od siebie i otoczenia. Będziecie szczęściarzami, że dotrzwacie do finału budowy nowoczesnej sali gimnastycznej, z której starsze pokolenie uczniów, niestety, już nie skorzysta.

Życzymy wszystkim potencjalnym Czartorysiakom, aby mogli kontynuować dobrą tradycję naszego Gimnazjum.

A teraz kilka słów do zasiedziałych już trzecioklasistów, których czeka egzamin prawie-dojrzałości. Egzamin, który wzniesie Was na taką wysokość, do jakiej dążyliście przez trzy lata zdobywając nowe umiejętności, wiedzę i doświadczenia. Abyście w te wiosenne dni zachowali spokój i opanowanie, bo nic tak bardzo „nie zżera” jak strach. Połamania piór!

Redakcja

Uważni obserwatorzy szkolnego życia opiszą to, co widzą, i to, o czym myślą, w gazecie szkolnej.

Artyści będą śpiewać w szkolnym chórze, działać w kole teatralnym, szaleć w pracowni plastycznej. Zorganizują koncerty, spektakle i wystawy.

Sportowcy każdego popołudnia wezmą udział w zajęciach innego SKS-u – siatkowego, koszykowego, tenisa stołowego, piłki nożnej. A w piątki po południu będą walczyć na miecze w kole szermierki historycznej!

Poligłoci poszerzą swoje kompetencje językowe oraz wiedzę o ulubionych krajach przy okazji organizowanych konkursów językowych i wymian. Zdobędą laury w konkursach recytacji i piosenek obcojęzycznych.

Niezdecydowani i „nieodkryci” poszukają swojej dziedziny, znajdą ją i odniosą sukces

WAŻNE I AKTUALNE

Program Comenius

Projekt europejski finansowany przez program Comenius „Uczenie się przez całe życie” już trzeci rok jest realizowany przez Gimnazjum nr 54 w Warszawie. Tematem projektu jest „Praktyczne doświadczenie w szkolnej demokracji” i ma on na celu przybliżenie myśli demokratycznej oraz kształtowanie postawy świadomego obywatela. Koordynatorem i pomysłodawcą projektu jest p.Wioletta Kokocińska, nauczycielka Zespołu Szkół nr 54, która wspólnie z p. vice dyrektorem Moniką Dembińską i z nauczycielami z Danii i Włoch opracowywała założenie oraz zadania czuwając nad ich realizacją. W ramach spotkań projektowych uczniowie odwiedzili szkołę w Turynie i Vestervig (Dania). W Warszawie goszczono przedstawicieli uczniów, nauczycieli i dyrektorów już dwukrotnie w listopadzie 2005 i ostatnio w grudniu 2007.

Owocem już trzyletniej współpracy są artykuły i gazetka projektu Newsletter, liczne prezentacje dotyczące szkół, prac samorządu szkolnego, współpracy międzynarodowej, folder, reportaże zdjęciowe ze spotkań, wystawa prac plastycznych, nagranie wideo z międzynarodowej debaty „Granice szkolnej demokracji”, a także lepiej działające samorządy szkolne, efektywniejszych przepływ informacji oraz wymiana doświadczeń. W trakcie realizacji jest opracowanie przewodnika po samorządach szkolnych i międzynarodowa galeria zdjęć związanych z projektem i działalnością szkół uczestniczących oraz publikacja kalendarza projektu Comenius na rok szkolny 2008/2009.

Projekt oprócz ogromu pracy nauczycieli, uczniów i dyrektorów, których pomoc, a przede wszystkim wsparcie jest bardzo istotne, wniósł wiele pozytywnych przeżyć, doświadczeń oraz nawiązanie

międzynarodowych przyjaźni i okazję do doskonalenia języków obcych.

Zainteresowanych projektem europejskim zapraszamy na stronę internetową szkoły: www.gimnazjum54.scholaris.pl

Wioletta Kokocińska

Hiszpańska przygoda

W naszym Gimnazjum regularnie odbywają się wymiany międzynarodowe ze szkołą Colegio Salesiano w hiszpańskim miasteczku Ibi. Uczniowie naszej szkoły byli tam już wiele razy. Takie wyjazdy służą nie tylko szlifowaniu języka angielskiego (i hiszpańskiego☺), ale również pomagają zawierać przyjaźnie z ciekawymi ludźmi.

Hiszpanie to naród niezwykle serdeczny i gościnnie. Kontakty ze szkołą w Ibi są niezapomnianą przygodą, którą na pewno warto przeżyć. W Hiszpanii odbywają się wycieczki krajoznawcze, jak i również zajęcia w hiszpańskiej szkole. Uczniowie naszego Gimnazjum, mieszkając u hiszpańskich rodzin, ćwiczą język i doskonale się bawią. Niezapomniane są nie tylko zajęcia programowe. Nasi hiszpańscy przyjaciele dbają również o naszą rozrywkę. Codziennie więc można wyjść pospacerować po Ibi i spotkać się ze swoimi przyjaciółmi mieszkającymi u innych Hiszpanów. Kwietniowy pobyt w Ibi (mój pierwszy wyjazd do Hiszpanii) wspominam jako jedną z najwspanialszych podróży za granicę.

Ma się rozumieć, że uczniowie naszego Gimnazjum nie pozostają dłużni Hiszpanom. Drugą częścią wymiany jest pobyt hiszpańskich uczniów i ich opiekunów w Polsce. Wtedy to my możemy pokazać im swoją gościnność i zapoznać ich z naszym krajem. Jest to równie ekscytujące jak wyjazd do Hiszpanii, gdyż odbywamy z Hiszpanami wiele wycieczek poza Warszawę (w tym roku np.: w planie jest dwudniowa wycieczka do Krakowa), jak również pokazujemy im najróżniejsze zakamarki naszej stolicy. Wszystkich gorąco zachęcam do udziału w wymianie międzynarodowej z Hiszpanią. Może

okazja poznania takich ludzi i zobaczenia takich miejsc już nigdy się nie powtórzy? Naprawdę warto spróbować.

Agata Dróżdź

OKOLICE SERCA I ROZUMU

KULTURA BARBIE

„Dziwny jest ten świat”. Z owymi „dziwnościami” spotykamy się na co dzień. Na myśli mam slang i kreacje współczesnych nastolatków.

Myślę, że każdy się z tym spotkał, zarówno uczniowie jak i nauczyciele, choć może w mniejszym stopniu. Chodzi mi oczywiście o „kulturę Barbie”, piszczące, przesłodzone nastolatki, najczęściej formujące się na przełomie szkoły podstawowej i gimnazjum. Przykładowe zachowania to pisanie tak zwaną trawą, czyli używanie raz małej, raz dużej litery. Cały idiotyzm takiego pisania dorównuje niemożności przeczytania danej osoby.

Jak w prawie każdej kulturze, również w tej wytworzył się własny, niepowtarzalny slang. W języku Barbie zamiast 'kocham' pisze się 'koffam.' Szkoła to sql, kochanie – koffanie (oczywiście im więcej 'f' tym lepiej). Obowiązuje nadmiar całujących buziek ':*' a jako serduszko pisze się '<3'. W połączeniu jest to iście wybuchową mieszanką, od której większość osób ma ochotę w coś solidnie uderzyć.

Teraz czas na kwestię dotąd nieporuszaną: ubiór owych słodkich kobietek. Naturalnie – wszystko według najnowszych trendów w modzie. Najważniejsze wyposażenie każdej Barbie to nienaganne obuwie. W tym sezonie różowe, błyszczące balerinki, najlepiej z kokardą na czubie. Również obcisła bluzka w modny wzorek i super obcisłe džinsy, plus gruby, błyszczący pasek.

Nieskalanym bóstwem w kulturze Barbie są chłopcy. Zabawne, że niektóre koleżanki są nimi tak zaślepione, że aby im się przypodobać, są w stanie sięgnąć po papierosy. Zaraz po chłopcach na piramidzie wartości stoją przyjaciółki (choć głupota jest myśleć, że w ich przyjaźni liczy się lojalność lub zaufanie). Mniej więcej tak samo ważny jak przyjaciółki jest odpowiedni makijaż (w ilości przekraczającej normy społeczeństwa) – w końcu trzeba odpowiednio wyglądać. No i nie zapominajmy, że najnowszy tusz MaxFactor, po promocyjnej cenie, może zastąpić jakiegokolwiek wartości moralne. Jak również przyjaciółkę.

Zastanówmy się jednak, czy nie normalniej byłoby - zamiast rzucać się ze słodkim okrzykiem i ustami pokrytymi błyszczkiem – po prostu podać innej osobie rękę na przywitanie?

Paula Pietraszuk

24 godziny przed egzaminem.

Ostatnie 24 godziny przed egzaminem to bardzo ważny moment. To czas na zajęcie się sobą i zdobycie sił na wytrwałą pracę. Nie jest więc to czas na ostatnie powtórki i wkuwanie dat, wzorów lub formułek. Nauka w stresie nie jest rzeczą dobrą, jest duże prawdopodobieństwo, że i tak nic z tego nie zapamiętacie, a zmęczeni będziecie gorzej funkcjonować następnego dnia.

Jak więc efektywnie spędzić ten czas?

Specjaliści od radzenia sobie ze stresem strategie niwelowania go podzielili na trzy grupy strategie nastawione na zadanie, strategie nastawione na emocje i strategie nastawione na unikanie.

Strategie

nastawione

na

zadanie, to w przypadku egzaminu planowanie nauki, uczenie się, powtarzanie itp. - te strategie trzeba stosować przed egzaminem. Strategie nastawione na emocje to te, które pomagają nam rozładować napięcie czyli rozmowa z kimś bliskim, płacz, krzyk, uprawianie sportu, takie działania powinny pojawiać się wtedy, gdy przeżywane emocje są tak silne, że trudno nad nimi zapanować. Strategie nastawione na unikanie, to działania, które pomagają odwrócić uwagę od sytuacji stresującej może to być spacer, wyjście do kina, na koncert itp. – warto z nich korzystać przed trudnymi zadaniami i pracą.

W dniu poprzedzającym egzamin **powinniście więc zrobić coś, co sprawi wam przyjemność**, pójść do kina na wesołą komedie, spędzić czas w miłym towarzystwie, odwiedzić cukiernię itp. Warto spędzić trochę czasu na świeżym powietrzu – dotleniony umysł dużo lepiej pracuje. Jeśli mimo to ciągle myślicie o egzaminie i boicie się go, warto “wygadać się” przed kimś, kto Was zrozumie i wspomże.

Obowiązkowo należy wcześniej pójść spać. Wasz organizm potrzebuje około 8 godzin snu na dobę, jeśli jest go za mało, zdecydowanie gorzej funkcjonuje.

Przed snem koniecznie przygotujcie sobie wszystkie rzeczy potrzebne Wam następnego dnia na egzaminie – odpowiednie ubranie, długopisy, legitymacje szkolną, talizmany, ewentualnie chusteczki do nosa itp. Jeśli chodzi o strój to oczywiście ważna, aby elegancją podkreślał powagę sytuacji, ale musicie czuć się w nim swobodnie. Nowe niewygodne buty, zbyt ciasno zawiązany krawat lub inna przeszkadzająca część garderoby może skutecznie utrudnić koncentrację na zadaniach.

Rano konieczne jest dobre śniadanie (w moim domu tradycyjnie była to jajecznica), zjedzcie coś, co lubicie i co da Wam energię do pracy.

UWAGA!!! Nie eksperymentujcie!!! jeśli nie pijecie kawy, nie próbujcie robić tego przed egzaminem. W ogóle lepiej nie zmieniać w tym dniu żadnych swoich przyzwyczajzeń.

NIE WOLNO przyjmować żadnych środków pobudzających lub poprawiających pamięć. Przede wszystkim dlatego, że nie wiecie, jak zadziała po nich Wasz organizm, nie wiadomo, jakie będą ich efekty uboczne itp. Może być tak, że środek, który ma dać wspaniałe efekty, spowoduje, że będziecie tak pobudzeni, że nie będziecie mogli usiedzieć spokojnie i skupić się na zadaniu lub wręcz odwrotnie będziecie senni i zmęczeni. W takich sytuacjach naprawdę lepiej liczyć na własne siły.

Do szkoły wyjdźcie odpowiednio wcześniej, aby ewentualny korek, wypadek lub inne trudności nie spowodowały katastrofy. Spóźnienie to dodatkowy, niepotrzebny stres. Zbyt duże może uniemożliwić Wam zdawanie egzaminu.

A co zrobić już na sali egzaminacyjnej?

Wiadomo, że każde przeżywane przez nas uczucie składa się z dwóch elementów: poznawczej oceny sytuacji (np. boję się niedźwiedzia) i fizjologicznej reakcji organizmu (przyśpieszone bicie serca, wzrost ciśnienia krwi, płytki oddech). Wpływając na stan organizmu, możemy zmieniać interpretację sytuacji. Kiedy jesteśmy zdenerwowani napinamy mięśnie i skracamy oddech, kiedy jesteśmy spokojni oddychamy głęboko a nasze mięśnie są

rozluźnione. Dlatego tuż przed egzaminem powinniście przekonać samych siebie, że jest OK. A więc **oddychać spokojnie i starać się rozluźnić mięśnie**. Można także powtarzać sobie coś dodającego odwagi np. "jestem dobrze przygotowany" albo "Zrobiłem wszystko, co mogłem, aby

dobrze napisać" ten egzamin". Każdy z was musi znaleźć swoją afirmację, która będzie motywować go do działania.

Anna Tulczyńska

ARTYSTYCZNA KUŹNIA

Uwaga konkurs!

Jeśli lubisz czytać, masz bujną wyobraźnię,
jesteś człowiekiem pełnym pasji i marzeń, którymi lubisz się dzielić,

WEŹ UDZIAŁ W KONKURSIE LITERACKIM!

Napisz opowiadanie, w którym bohaterami będą

SMOK I KOŃ

Najciekawsze prace zostaną nagrodzone szóstkami z języka polskiego (jako ocenami częściowymi).