

### Felieton



czytaj str. 2

### Erasmus +



czytaj str. 4-5

### Teatroteka



czytaj str. 3

### FILMOTEKA



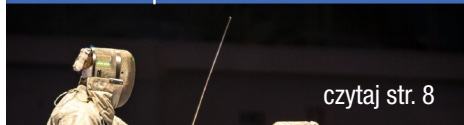
czytaj str. 3

### Rozmowy (nie)kontrolowane



czytaj str. 7

### Sportowe to i owo



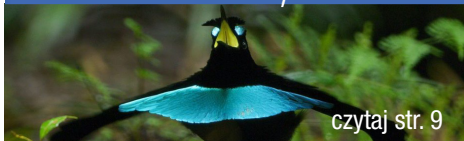
czytaj str. 8

### Skaner Muzyczny



czytaj str. 9

### Animalsy



czytaj str. 9

### IGOR POLECA



czytaj str. 12

## Radom pomaga

### Każde dziecko najbardziej boi się: ciemności, straty rodziców i wojny

To, że Rosja napadła na Ukrainę i trwa tam wojna, wiemy już wszyscy. Niestety, dla wielu ukraińskich dzieci koszmar wojny jest teraz rzeczywistością. Na ich domy spadają bomby, a większość czasu spędzają w schronach. Ciemność i strach o życie swoje i najbliższych wypełnia im każdy dzień i noc. Wróg nie odpoczywa, atakuje

znieuważa, w każdej sekundzie życia nie można się czuć bezpiecznie. Ciemność i strach to teraz ich życie. Najgorszy koszmar dziecięcej wyobraźni właśnie się spełnia. Bardzo wielu rodziców decyduje się na ucieczkę do Polski z pogroźnego w wojnie kraju. Niektórzy poza schronem nie mają, dokąd pójść, bo ich domy są spalone lub zburzone. W telewizji możemy oglądać bardzo przejmujące sceny pożegnań mężów z żonami i dzieci z ojcami, którzy zostają, by bronić swojej ojczyzny. Są też dzieci, które opuszczają Ukrainę pod opieką dalszej rodziny, ciotki lub babci, a ich obydwoje rodzice zostają, by walczyć. Dlatego gdy w progach twojej szkoły pojawi się Oleg, Jurij, Ludmiła lub Katia, pomyśl o tym wszystkim. Przygotuj się na spotkanie rówieśnika, który pomimo młodego wieku przeszedł już tyle. To dzieci takie jak ty. Jeśli wstydzisz się rozpocząć rozmowę, to po prostu się uśmiechnij, możesz też zapytać o imię. Bardzo pomocne może być użycie translatora w smartfonie, wspólne tłumaczenie słów to dobra zabawa. Codzienne doniesienia prasowe o śmierci kolejnych niewinnych ofiar sprawiają, że czujemy się bezsilni, a to nieprawda. Możemy coś zro-

bić, możemy sprawić, aby nasi sąsiedzi czuli się u nas jak mile widziani goście. Pomyśl, gdybyś ty był na ich miejscu, jakbyś się czuł? Stwórzmy im wśród nas drugi, tymczasowy dom, otoczony opieką i wsparciem. Dla tych, którzy chcieliby zrobić jeszcze więcej, istnieje możliwość dołączenia do wolontariatu. W Radomiu działa miejski

punkt pomocy obywatelom Ukrainy, mieści się on w Kamienicy Deskurów, przy ulicy Rynek 15. Czynny jest od poniedziałku do niedzieli w godz. 10.00 – 20.00. Zajmuje się koordynacją działań na rzecz obywateli Ukrainy trafiających do naszego miasta. W jednym miejscu tworzona jest baza adresów wolnych miejsc noclegowych, udzielane są informacje dotyczące legalizacji pobytu i pracy w Polsce,

opieki medycznej, psychologicznej i prawnej. W Kamienicy Deskurów trwa również zbiórka najpotrzebniejszych rzeczy, które trafiają do osób potrzebujących. Są tam organizowane zbiórki darów, które później jadą w busach bezpośrednio na front, m.in. do walczących skautów z Płasta, będącego ukraińskim odpowiednikiem naszego ZHP. Jak pamiętacie z lekcji historii, podczas II wojny światowej nasi harcerze oddawali życie za ojczyznę. Kto by pomyślał, że w XXI wieku przyjdzie nam oglądać podobne sceny. W obecnej sytuacji ważne jest, aby wziąć sobie do serca słowa filozofa, Alberta Schweitzera – „Szczęście to jedyna rzecz, która się mnoży, jeśli się ją dzieli”.

Julian Drotkiewicz 7a



## Szkolny kolejdoskop

### Bieg dla Ukrainy

W kilkunastu miastach w Polsce, również w Radomiu odbył się Bieg dla Ukrainy. Wzięło w nim udział około 120 osób. Każdy z uczestników dokonał wpłaty w wysokości od 20 do 50 złotych, by zyski z imprezy zasiliły konto Polskiej Akcji Humanitarnej. Uczestnicy pobiegli uliczkami Parku im. T. Kościuszki na dystansie pięciu kilometrów. Imprezę zorganizowało stowarzyszenie „Biegami Radom”. Tym razem nie



chodziło o miejsce na podium, ale przede wszystkim wsparcie dla obywateli Ukrainy i podkreślenie, że radomianie są w stałej gotowości do pomocy uchodźcom. W imprezie uczestniczyła niezawodna grupa szkolnych wolontariuszy i ich rodzice, którzy kibicowali i zabezpieczali trasę dla biegaczy. Nasi uczniowie pokazali, że są solidarni i wspierają Ukrainę. ■ Joanna Kaliszewska

W Centrum Młodzieży „Arka” na Starym Mieście wolontariusze ze Szkolnego Klubu Młodzieżowego Wolontariatu z PSP nr 34, ich rodzice oraz opiekun p. Joanna



Kaliszewska z ogromnym zaangażowaniem przygotowawali i pakowali rzeczy przeznaczone dla będących w ciężkiej sytuacji obywateli Ukrainy. Wszyscy stwierdzili, że są dumni, że mogą pomagać. ■ J. Kaliszewska

## Felieton

### Nasze TU i TAM

Budzimy się rano. Wstajemy. Włączamy ulubioną muzykę. Jemy śniadanie. A TAM wojna. Wychodzimy do szkoły. Dorośli spieszą się do pracy. Idą po zakupy do najbliższego sklepu. Kupują chleb, bułki i mleko. A TAM wojna. W szkole uczymy się języka



polskiego, czytamy i piszemy. Na matematyce dodajemy, mnożymy i dzielimy. Na muzyce śpiewamy, na lekcjach plastyki rysujemy. A TAM wojna. Wracamy do domu. Jemy obiad. Odpoczywamy, idziemy na spacer z psem, spotykamy się z koleżankami i kolegami. Spoglądamy w telefon. Odbieramy wiadomości. Umawiamy się do kina. A TAM wojna. Idziemy na basen, gramy w piłkę, ćwiczymy na siłowni, jeździmy konno. Odrabiamy lekcje. Przygotowujemy się do testu z angielskiego, sprawdzianu z chemii



### Młodzież zabiera głos

„Uważam, że nie powinno być na świecie tak, jak jest teraz. Obecna sytuacja na Ukrainie jest bardzo tragiczna, ponieważ giną niewinni ludzie. Moim zdaniem ludzie tracą życie bez powodu. Żyjemy w nowoczesnym świecie, więc myślę, że wszelkie konflikty powinny być rozwiązywane pokojowo i humanitarnie. Przez tę sytuację, na świecie zrobił się jeszcze większy chaos, coraz trudniej jest się porozumiewać z innymi, ponieważ każdy ma inne poglądy. Żyjemy w strachu przed tym, co przyniesie następny dzień.” (Amelia)

„Moim zdaniem wojna na Ukrainie jest niepotrzebna. Przynosi wiele strat. Dobrze, że Polacy pomagają osobom, które potrze-



i fizyki, kartkówki z geografii. A TAM wojna. Jemy kolację. Rozmawiamy z rodzeństwem i rodzicami. Już planujemy wspólny wakacyjny wyjazd. Myślimy o minionym i nadchodzącym dniu. Jesteśmy bardzo zmęczeni. Idziemy spać. A TAM wojna. Znowu rozpoczynamy nowy dzień. Przychodzimy do szkoły, która rozkwitła kolorami żółtym i niebieskim. Włączamy się w akcję Samorządu Uczniowskiego manifestującą naszą solidarność z Ukrainą. Nie chcemy być obojętni, nie jesteśmy bierni, choć nie rozumiemy tego świata. Pytamy: Dlaczego jest



TAM wojna? Kiedy TAM będzie pokój? Nikt nie potrafi nam tego wytłumaczyć. Jedynie cieszymy się, że Ania, Oleg, Nikita, Valerya, Katia są z nami TU. ■ red.

bują pomocy. Trzeba jak najszybciej zakończyć tę wojnę, ponieważ wiele osób z tego powodu cierpi.” (Zofia)

„Uważam, że to, co obecnie dzieje się na Ukrainie jest straszne. Mieszkańcy musieli uciekać ze swojego kraju i duża ich część postanowiła przyjechać do Polski, gdzie uzyskali pomoc. Polacy starają się pomagać, jak tylko mogą. Organizowanie zbiórek najpotrzebniejszych rzeczy na pewno bardzo pomogło. To straszne, że w tych czasach wybuchła wojna, której nikt się nie spodziewał.” (Amelia)

„Chciałabym, żeby wojna ta jak najszybciej się zakończyła, aby wszyscy ludzie byli bezpieczni w swoich domach.” (Nikola)

## Filmoteka

**Kiedy masz odpowiednią dźwignię, jesteś w stanie podnieść planetę- przekonuje film Denisa Villeneuve'a pt. „Diuna”, nagrodzony sześcioma Oskarami w 2022 roku**

W 2021 roku powstała ekranizacja kulturowej powieści Franka Herberta. „Diuna” to epicka powieść science-fiction, która w swoich czasach otrzymała wiele na-



gród literackich. Opublikowana w 1965 roku szybko zelektryzowała czytelników niezwykle złożonym i świeżym spojrzeniem na historię z kręgu science fiction. Denis Villeneuve reżyser filmu pt. „Diuna”, to Kanadyjczyk, który dokonał już jednego cudu, kręcąc po latach sequel „Łowcy androidów”. Był on nie raz porównywany

do klasycznego oryginału. Film jest drugą kinową adaptacją „Diuny” po filmie Davida Lyncha z 1984 roku, który okazał się tragiczną i komercyjną porażką. Akcja filmu toczy się tak wiele tysiącleci w przyszłość, że jest zasadniczo uniwersum fantasy. Ludzkość żyje w galaktycznym imperium, które prawie nie pamięta Ziemi. Każdy ma pola siłowe, które są odporne na szybko poruszające się pociski, dlatego muszą walczyć mieczami zamiast broni palnej. Statki kosmiczne mogą podróżować z prędkością szybszą niż światło, ale nie dlatego, że zbudowaliśmy wspaniałe silniki. Zamiast tego odkryli lek tak niesamowicie wilgotny, że wystarczająca jego ilość pozwala zapęścić przestrzeń umysłem. Wśród szlachetnych Rodów Diuny są Artydzi, rządzeni przez księcia Leto, typowego dobrego szlachcica, borykającego się z kłopotem z powodu moralności. Jego małżonką jest Lady Jessica, córka barona Vladimira Harkonnena nieświadoma swoich możliwości parapsychicznych. Paul Atreides, to ich 15-letni syn, który może być mesjaszem. Okazuje się, że najlepszym sposobem chłopca na przetrwanie jest wykorzystywanie manipulacji kulturowych w ramach przygotowań do tytułu. Paul ma wielu wrogów, ponieważ moralność księcia Leto sprawiła, że cała

jego rodzina została usunięta z ich domu i wysłana na planetę Arrakis. Na papierze to wielka promocja. Niestety w rzeczywistości Dom Artydów szykuje się do upadku. Jeśli więc widzowie oczekują po „Diunie” mrocznego widowiska, to po filmie najpewniej nie będą zgłaszać zastrzeżeń. Problem w tym, że powieściowy oryginał Herberta oferuje o wiele więcej. U niego anegdota o walce dobra ze złem jest tylko atrakcyjną fasadą, tak w ekranizacji poza formułą kosmicznej opery, są wątki o brutalnych polityczno - biznesowych mechanizmach, religijnym fanatyzmie oraz wyzysku środowiska naturalnego. Znajdą się w niej również filozoficzne rozważania nad ludzką naturą oraz wiecznie żywym mitem mesjanizmu. Wreszcie jest to opowieść, w której nawet pozytywne postaci na czele z głównym bohaterem (Timothée Chalamet) noszą w sobie dużo mroku. Denis Villeneuve w swoim fenomenalnym projekcie obsadził jednych z najbardziej utalentowanych aktorów w Hollywood. W głównej roli jako Paul Atreides- Timothée Chalamet, młoda, obiecująca gwiazda filmowa. W przeciągu swojej krótkiej kariery, zagrał w filmach z Meryl Streep, Leonardo DiCaprio, Jennifer Lawrence, Emmą Watson i nie tylko. W filmie wystąpili również: jako Lady Jessica (Rebecca Ferguson),

## Teatroteka

**27 marca obchodzony jest Międzynarodowy Dzień Teatru. Uczniowie klasy 5d obejrzeni sztukę pt. „Chłopcy z Placu Broni”**

W Teatrze Powszechnym im. Jana Kochanowskiego w Radomiu w repertuarze znajduje się spektakl pt. „Chłopcy z Placu Broni” według powieści Ferencza Molnára



w reżyserii Michała Derlatki. W rolach głównych występują: Przemysław Bosek jako Nemeček, Alan Bochnak jako Gereb, Piotr Kondrat jako Czonakosz, Adam Majewski jako Feri Acz, Łukasz Mazurek jako Boka, Mateusz Michnikowski jako Kolnay, Mateusz Paluch jako Weiss oraz Natalia Samo-

lik jako Ona. Sztuka została przeniesiona do czasów teraźniejszych i nawiązywała do wydarzeń Radomskiego Czerwca 1976 roku oraz aktualnych wydarzeń na Ukrainie. Przedstawiono dwie grupy chłopców walczących o swój plac. Bronią oni placu jak swojej ojczyzny, dając przykład wierności, sprawie przyjaźni, lojalności i odwagi. Walczą jak patrioci nawet za cenę życia. Kostiumy i scenografia Michała Dracza są dobrze dobrane do adaptacji sztuki, nadają jej realności i przenoszą uwagę widza na scenę. Choreografia według pomysłu Michała Cyrana jest dynamiczna i oddająca dramaturgię wydarzeń, np. scena w Ogrodzie Botanicznym, walka o plac i śmierć Nemeček. Gra aktorów jest spontaniczna i dająca wrażenie realności dialogów. Aktorzy dobrze identyfikują się z granymi przez siebie postaciami, są autentyczni w wyrażaniu emocji. Na uwagę szczególnie zasługuje postać

Nemeček w wykonaniu Przemysława Bosaka. Aktor przekazał emocje, które udzieliły się widzom. Zastosowano multimedia, które umiejscowiły akcję w okresie protestu robotników w Radomiu. Przedstawienie jest bardzo ciekawe, wzruszające i przedstawiające wartości, takie jak wierność ideałom, honor i przyjaźń, którymi powinniśmy



kierować się w życiu. Spektakl warto obejrzeć w radomskim teatrze.

■ Maksymilian Goździk 5d

## Reportaż z podróży

**Południowy Tyrol we Włoszech był celem podróży naszych uczennic w ramach projektu „Wspólna Europa-wspólne wartości”**

Swoją przygodę z projektem Erasmus+ przeżyły uczennice: Wanessa Nowak kl.8c, Iga Jodłowska kl.7f i Gabriela Jakubowska kl.7e. Pod opieką pani Sylwii Walkiewicz - Carboni i pani Olgi Pytlińskiej-Markowicz szczęśliwie dojechały do północnego Tyrolu we Włoszech i reprezentowały naszą szkołę w projekcie „Wspólna Europa - wspólne wartości”. Po długiej podróży, krótkim odpoczynku, z ochotą rozpoczęły zajęcia w zaprzyjaźnionej włoskiej szkole razem z przedstawicielami wszystkich szkół partnerskich.



Pierwszy dzień spędziły w szkole, gdzie włoscy koledzy przygotowali pokaz talentów. Po wspólnych zajęciach w szkole i pysznym obiedzie zwiedzały uroczę Bolzano. Był to dzień pełen wrażeń i atrakcji

Wtorek minął pod znakiem integracji, zabawy i licznych aktywności. Uczestnicy projektu mieli szansę spróbować swoich sił na ściankach wspinaczkowych, wjechali na górę Kronplatz (2275 m.n.p.m.) i zwiedzili muzeum fotografii. Nie było czasu na nudę!



„What a wonderful world!” to temat zajęć realizowanych w zaprzyjaźnionej, włoskiej szkole. Uczestnicy projektu wzięli udział w ciekawych lekcjach, a także zaprezentowali najciekawsze i najpiękniejsze miejsca w swoich krajach. Po pysznym obiedzie odbyli spacer po zamrożonym jeziorze Anterselva, zwiedzili centrum sportów zimowych Antholtz, w którym odbywają się corocznie zawody pucharu świata w biathlonie. Najwięcej emocji dostarczyła lekcja strzelania z profesjonalnego karabinku używanego w biathlonie. Mistrzynią okazała się pani

Olga Pytlińska-Markowicz, która trafiła pięć na pięć celów!

Gdzie można zobaczyć Otzię - Człowieka Śniegu? W Tyrolu Południowym, w Bolzano! To tu w muzeum umieszczono świetnie zachowaną, najstarszą mumię wydobytą z lodu. Otzi żył w epoce brązu czyli około 5 tys. lat temu. Uczniowie z Polski, Macedonii, Bułgarii, Hiszpanii i Włoch zwiedzali w muzeum poświęcone Otziemu, a następnie spacerowali urokliwymi uliczkami Bolzano.

Wszystko, co dobre, szybko się kończy. Ostatni dzień mobilności uczniów we włoskim Dobbiaco był pełen atrakcji. Rozpoczął się wspólnymi zajęciami i wywiadem do lokalnej gazety. Dużą atrakcją były również zajęcia techniczne, podczas których uczniowie własnoręcznie wykonali drewniane, pamiątkowe breloczki. Po uroczystym pożegnaniu wręczono certyfikaty uczestnictwa w mobilności. Ciężko było się rozstać, wszyscy wyjeżdżali z nadzieją, że zawarte przyjaźnie będą silniejsze niż dzielące ich kilometry. ■ Olga Pytlińska - Markowicz



On Sunday, March 13th, students: Wanessa Nowak (grade 8c), Gabriela Jakubowska (grade 7e) and Iga Jodłowska (grade 7f) started their adventure with Erasmus+ project. They arrived safely to South Tyrol accompanied by two teachers, Mrs Sylwia Walkiewicz Carboni and Mrs Olga Pytlińska-Markowicz and they were representing our school in the project „Common Europe - Common Values’. After the long travel they took some rest and from Monday - got work in the friendly Italian school together with all partner schools representatives.

Tuesday was full of integration, fun and loads of activities. The participants had a chance to challenge themselves on climbing walls, got to Kronplatz peak (2275m above the sea level) and visited the museum of photography. There was no time to be bored!

‘What a Wonderful World’ was the topic of that day’s activities and the main theme of

the mobility at the Italian school. The participants took part in interesting classes and presented the most beautiful places in their countries.



After a delicious lunch they went for a walk on the frozen lake Anterselva, visited the winter sports centre Antholtz which holds annual world cup biathlon championships. The most emotional part was the professional biathlon shooting. Mrs Olga Pytlińska-Markowicz appeared to be the champion, she scored 5 out of 5!

Where can you see Otzi the Iceman? In South Tyrol, Bolzano! Here at the museum the oldest wonderfully preserved, mummy recovered from the snow is placed. Otzi used to live in the bronze age about 5 000 years ago. The students from Poland, North Macedonia, Spain and Bulgaria visited Otzi at the museum on Tuesday. Then they walked through lovely streets of Bolzano.



The last day of the mobility to Italy brought woodworking workshops. The attendance certificates were given away, all participants said goodbye to each other and the future project activities were planned. It was hard to part, but we hope to meet at our school soon. It was a really exciting and inspiring week! ■ Sylwia Walkiewicz - Carboni

## Granada - Spain

**Our school has been realising two international cooperation projects. It is a valuable experience for students and teachers and a chance to broaden language and cultural skills**

**First day**

Pierwszy dzień mobilności upłynął w niezwykłej atmosferze. Nauczycielki Danuta Kuźmiuk, Beata Mastalerz i Iwona Wilk odwiedziły zaprzyjaźnioną szkołę w Huetor Vega (przedmieścia Granady w Hiszpanii), zapoznały się z tamtejszymi nauczycielami i odwiedziły uczniów podczas zajęć. Niezwykle ciekawym doświadczeniem była obserwacja mediacji prowadzonych przez uczniów szkoły. Ich celem było rozwiązanie konfliktu pomiędzy uczniami. Rolę mediatorów pełniło dwoje uczniów pod nadzorem pedagoga szkolnego. Nauczycielki odwiedziły także sąsiednią szkołę podstawową, w której uczniowie realizują ciekawe projekty proekologiczne. Odwiedziły także siedzibę władz Huetor Vega z przesympatyczną panią burmistrz. Ukoronowaniem pełnego wrażeń dnia było zwiedzanie dzielnicy Albaycin oraz wzgórza Sacromonte z ich klimatycznymi wąskimi uliczkami i białymi domkami.

**Second day**

Drugi dzień mobilności pełen był obserwacji pracy szkoły w Huetor Vega. Nie była to jednak zwykła obserwacja – nauczycielki zostały zaangażowane do udziału w innowacyjnych metodach pracy używanych w szkole. Pierwsza z nich o nazwie „dialogical talks” dotyczyła lekcji literatury hiszpańskiej. Uczniowie wcześniej przygo-

towali streszczenia mitów greckich, które odczytywali, po czym następowała dyskusja. Komentowano kompletność streszczeń, uzupełniano brakujące informacje, negocjowano, która wersja jest najbliższa treści mitu. Pracę moderowali sami uczniowie, nauczyciel wkraczał, jeśli tylko było to absolutnie niezbędne. Kolejne dwie lekcje prowadzone były metodą „community learning”. Uczniowie podzieleni byli na grupy, mieli do wykonania określone zadania, każdej grupie towarzyszył wolontariusz, który przyglądał się pracy i wypełniał kartę oceny. Oceniał sposób pracy oraz to, czy wszyscy byli zaangażowani, czy wszyscy pracowali aktywnie, czy nikt nie został wykluczony, czy potrzebna była pomoc nauczyciela bądź wolontariusza i czy zadanie zostało wykonane w całości. Po upływie określonego czasu wolontariusze zmieniali grupy. Co ciekawe, wolontariuszami są zwykle rodzice, dziadkowie, czasami też absolwenci szkoły. W ten sposób cała społeczność szkolna zaangażowana jest w proces edukacyjny. Dzisiaj w rolę wolontariuszy wcieliły się nauczycielki z naszej szkoły.

**Third day**

Trzeci dzień mobilności związany był z propagowaniem wybitnych dzieł światowej literatury. Nauczyciele szkoły w Huetor Vega co roku świętują Dzień Czytelnictwa i Literatury w kwietniu. Z okazji wizyty gości przesunięto uroczysty Lunch Literacki na środek. Co roku tematem przewodnim są dzieła Cervantesa, najbardziej znanego pisarza hiszpańskiego. Dla uhonorowania gości, tym razem obok Cervantesa zaprezentowano „Quo vadis” Henryka Sienkiewicza. Nauczyciele literatury przygotowali ulotki z cytatami z dzieł Cervantesa oraz Sienkiewicza związane z ucztowaniem, potrawami, zwyczajami kulinarnymi naszych narodów. Było nam niezwykle miło, że nasz noblista znajduje uznanie na drugim krańcu Europy.

**Fourth day**

Czwartek był dniem, w którym uczestniczki zapoznały się z kolejnymi atrakcjami Granady. Największą spośród nich była Alhambra – perła Andaluzji. Jest to kompleks pałacowy, którego najciekawszym elementem jest pałac Nasrydów. Przebogato zdobiony, sycący zmysły, doskonale oddający zaawansowaną kulturę swoich twórców zachwyił także nasze nauczycielki. Otoczony niezwykle urody ogrodami, z zapierającą dech w piersiach panoramą na zawsze zapisze się w ich pamięci, tym bardziej, że ich przewodniczką była niezastąpiona Carmen, nauczycielka ze szkoły w Huetor Vega.

**Fifth day**

Piąty ostatni dzień mobilności do Granady pełen był emocji związanych z pożegnaniem. Uczniowie pod kierunkiem nauczycieli przygotowali program artystyczny – była muzyka, śpiew i taniec. Szczególnie zachwyił nas pokaz tańca flamenco w wykonaniu jednej z nauczycielek – Sylwii. Były przemowy gospodarzy i gości, łzy wzruszenia, ostatnie rozmowy z uczniami, wiele podziękowań i planów przyszłej współpracy. Końcówka mobilności upłynęła na zwiedzaniu Malagi – stolicy Andaluzji, ze spacerem po niedokończonym dachu przepięknej romańsko-barokowej katedry, powolnym poznawaniem urokliwych krętych uliczek starego miasta i cudownym słońcem najpiękniejszej plaży del Sol – La Malagueta.

■ Iwona Wilk



## Okiem Stypendysty

**Zdrowa dieta to zdrowsza planeta - czyli jak o zdrową dietę dbają Australijczycy**

Dieta to słowo, które każdemu z nas kojarzy się przeważnie z odchudzaniem, a słowo dieta oznacza po prostu sposób odżywiania się. Oczywiście wyróżnia się różnego rodzaju diety o bardziej lub mniej restrykcyjnych zasadach, których celem jest redukcja masy ciała. Jednak słowo dieta ma o wiele szersze znaczenie. Co zatem oznacza zdrowa dieta? Określenia zdrowa dieta można



na przykład użyć, jeśli ktoś spożywa dużo warzyw i owoców. Jeżeli ktoś je żywność typu fast food, mówimy wtedy o niezdrowej diecie. Prawidłowa dieta musi być właściwie zbilansowana, czyli powinna zawierać wszystkie składniki niezbędne organizmowi do prawidłowego funkcjonowania. Poprzez to zmniejszamy ryzyko zachorowania na choroby oraz zapewniamy sobie dobre samopoczucie. Wypracowujemy sobie właściwe nawyki żywieniowe, które powinny nam towarzyszyć przez całe nasze życie.

**Kuchnia australijska**

Tradycyjna kuchnia australijska bazowała na angielskich potrawach przywiezionych przez emigrantów i zesłańców z Anglii. Kuchnia angielska nie była zaliczana do „zdrowych”. W związku z tym na talerzach Australijczyków najczęściej gościły takie potrawy jak: niedzielna pieczeń, kotlety z rusztu oraz inne potrawy mięsne podawane najczęściej z warzywami, które potocznie nazywano three veg – „trzy warzywa”. Były to ziemniaki, marchewka, groszek czy fasola, przygotowane w charakterystyczny sposób dla Anglików, czyli miękkie i długo gotowane. W czasie ostatnich trzydziestu lat na talerzach Australijczyków zaszły duże zmiany. Związane to było głównie z australijską polityką wielokulturowości i otwarciem Australii na przybyszów z zewnątrz. Reasumując, kuchnia australijska jest jedną z najbardziej urozmaiconych kuchni świata.

**Co ma wspólnego zdrowa dieta z naszą planetą?**

Sposób, w jaki obecnie produkujemy żywność na całym świecie, przyczynia się do 20-30% światowej emisji gazów cieplarnianych i odpowiada za 70% całego zużycia wody przez ludzi. Czy możemy dobrze zjeść i jednocześnie zadbać o Ziemię? Australijski przewodnik po zdrowym odżywianiu zaleca spożywanie różnych pożywnych pokarmów, w tym warzyw, owoców, zboża i chudego

mięsa, aby osiągnąć zrównoważoną zdrową dietę. Przewodnik ten wskazuje na potrzebę zwiększenia spożycia zbóż, roślin strączkowych, warzyw i owoców, podczas spożywania mięsa, ryb i produktów mlecznych w mniejszych ilościach. Mięso jest ważnym źródłem białka i niektórych mikrośladków pokarmowych, w tym żelaza, cynku i witamin, a mleko jest bogatym źródłem białka i wapnia.

Dlatego w przewodniku australijskim zaleca się dwa razy dziennie spożycie mleka i produktów mlecznych, a także dwie porcje mięsa, ryb i jaj. Niewystarczające spożycie białka może prowadzić do otyłości z powodu nadmiernego spożycia węglowodanów i tłuszczu, aby zaspokoić zapotrzebowanie na energię. Pokarmy roślinne są również niezbędne do utrzymania nas w zdrowiu. Dlatego australijski przewodnik po zdrowym odżywianiu zaleca wyższą konsumpcję pokarmów roślinnych każdego dnia. Może to zmniejszyć ryzyko chorób cywilizacyjnych oraz zwiększyć długość życia. W Sydney otwarto pierwszy w tym kraju supermarket, który zajmuje się rozdawaniem przeterminowanej żywności - informuje AFP. Trafiają do niego przeterminowane produkty wycofywane z półek przez supermarkety, a także np. żywność wycofywana z pokładów samolotów. Normalnie żywność ta trafiałaby do śmieci. Australijski rząd chce do 2030 roku zmniejszyć o połowę ilość żywności, która trafia na śmietnik. Do każdego z nas należy dokonywanie właściwych, zdrowszych wyborów, zarówno dla nas samych, jak i dla środowiska.

**Healthy diet means healthy planet... Healthy nutrition of the Australians**

People think that a word 'diet' means 'losing weight', but it actually means 'nutrition'. As a matter of fact we can name various diets. Some of them are more restrictive than others, but all lead to body mass reduction. However the word 'diet' has much wider meaning. So what does a healthy diet mean? We can say that someone keeps a healthy diet if they eat a lot of fruits and vegetables. The right diet is well-balanced and contains all of the ingredients that help our body function properly. If we keep the right diet we reduce the risk of illnesses and feel better. This way we develop healthy habits.

**Australian cuisine**

Traditional Australian cuisine was based on English meals brought to Australia by emigrants and exiles. English cuisine wasn't considered healthy. Australian dishes consisted mainly of roasts and other meat dishes served with vegetables. Those vegetables used to be called colloquially 'three veg'. The 'three veg' consisted of potatoes, carrot, peas or beans that were served in a typical English way. They were slowly cooked to get very soft. However, Australian cuisine changed a lot in the last thirty years. The change was a result of the change in the Australian politics that became multicultural. To sum up, Australian cuisine became one of the most diverse in the world.

**What is the connection between healthy diet and our planet?**

The food production all over the world is responsible for 20-30% of greenhouse gas emission and 70% of water usage. Is it possible to eat healthy and protect the Earth at the same time? The Australian nutritional guide book suggests eating a variety of food, such as vegetables, fruit, cereal and lean meat in order to obtain a healthy diet. The guidebook points out that we shall eat more cereal, legumes, vegetables and fruit and less meat, fish and dairy. Meat is an important source of micronutrients, such as iron, zinc and vitamins. Milk is a rich source of protein and calcium. That's why the Australian guidebook suggests we should eat dairy twice a day and also two portions of meat, fish and eggs daily. The shortage of protein in our diet may lead to obesity as a result of too much carbohydrates or fats while we need to build up energy. Plant foods are necessary for us to be healthy, which is why the Australian nutritional guide book recommends eating plant foods everyday. It may reduce the risk of civilization diseases and lengthen our life expectancy. In Sidney, they opened a supermarket that gives away food that passed their expiration date, as stated by AFP. This supermarket gets the expired food from other supermarket shelves and also planeboards. Normally, this food would go into bins. The Australian government wants to reduce food waste by half by 2030. It is everyone's responsibility to make healthy diet choices that influence both ourselves and our environment.

■ *Blanka Kamińska 7f*

Artykuł powstał w ramach realizacji projektu Stypendium Marszałka Województwa Mazowieckiego dla uczniów szczególnie uzdolnionych.

## Rozmowy (nie)kontrolowane

### Rozmowa z laureatką Konkursu Polonistycznego Nadią Rybak z klasy 7 b

#### Zostałaś laureatką Konkursu Polonistycznego Mazowieckiego Kuratora Oświaty. Co sprawiło, że zdecydowałaś się przystąpić do niego?

Zwyczajnie lubię czytać książki. Nauka języka polskiego także nigdy nie sprawiała mi trudności. Z pewnością istotną rolę w związku z wzięciem udziału w tym konkursie odegrała pani Małgorzata Morgaś, która uczy mnie języka polskiego. Poza tym konkurs to świetna okazja do sprawdzenia swoich umiejętności i wiedzy z języka polskiego. Przystępując do konkursu w siódmej klasie, chciałam zyskać nowe doświadczenie, które pomogłoby mi podczas egzaminu ośmioklasisty. Bardzo duży wpływ na tę decyzję miała możliwość uzyskania tytułu laureata lub finalisty, jednak to nie był główny cel. Myślę, że udział w konkursie to naprawdę dobry trening radzenia sobie ze stresem i ze względu na inne liczne korzyści uczniowie powinni częściej się na to decydować.



#### Komu poleciłabyś udział w konkursie?

Spróbowania swoich sił w Konkursie Polonistycznym polecam wszystkim uczniom klas siódmych i ósmych, którzy lubią czytać książki. Uważam, że to takim osobom konkurs będzie sprawiał najwięcej przyjemności, ponieważ będą mieli okazję poznać inne gatunki literackie oraz rozszerzyć swoją wiedzę.

#### Jak przygotowywałaś się do konkursu?

Konkurs składa się z trzech etapów: szkolnego, rejonowego i wojewódzkiego. Moje przygotowanie obejmowało przeczytanie książek do danego etapu i powtórzenie materiału z podręczników dla klasy 7 i 8. Ponadto zapoznawałam się z pozycjami filmowymi, a także dziełami malarskimi,

których znajomość wymagana była do każdego etapu. Warto było zapoznać się także z biografiami autorów dzieł zamieszczonych w programie konkursu. Wiązało się to z poświęceniem dużej ilości czasu na naukę. Mimo to, uważam, że było warto, chociażby dla samego doświadczenia.

#### Ile mniej więcej czasu potrzeba, by przygotować się do jednego etapu takiego konkursu?

Myślę, że to zależy od osoby i jej wiedzy. Właściwie, to powinno się je zacząć już po opublikowaniu listy lektur z danych etapów. Jest to zwykle między jednym miesiącem lub dwoma, czyli z pozoru dużo czasu, jednak trzeba wtedy powtórzyć wszystkie wiadomości poznane w klasach poprzednich oraz zapoznać się z nowymi, w moim przypadku z ósmej klasy. Dodatkowo należy znaleźć wymagane lektury i przeczytać je (najlepiej dwa razy). Podsumowując, na naukę jest niewiele czasu, ale przy odpowiedniej organizacji wystarczająco.

#### Czy według Ciebie zadania konkursowe były łatwe? Które sprawiły Ci większą trudność?

Zadania konkursowe były różne w zależności od etapu, jednak większość z nich wymagała dobrej analizy oraz znajomości zagadnień z języka polskiego. Oczywiście było także bardzo dużo poleceń sprawdzających wiadomości z lektur, bądź z życia ich autorów. Bardzo istotną rolę pełniła umiejętność dobrej argumentacji oraz czytania ze zrozumieniem.

#### Która książka z listy lektur konkursu podobała Ci się najbardziej?

Tegoroczny program merytoryczny był dość zróżnicowany. Z każdym kolejnym etapem lektury były coraz bardziej wymagające i skierowane raczej do dojrzałego odbiorcy. Niekiedy trzeba było się nieźle

„nagłówkować”, żeby zrozumieć ich przekaz. Bez wątplenia moimi ulubionymi książkami okazało się „Śledztwo na cztery ręce” Agathy Christie (drugi etap) oraz „Kroniki marsjańskie” Raya Bradbury (trzeci etap). Pierwsza książka opowiada o śledztwach prowadzonych przez małżeństwo zafascynowane sprawami kryminalnymi, a druga to zbiór luźno powiązanych opowieści o podboju Marsa przez ludzi. Polubiłam je, ponieważ najbardziej zapadły mi w pamięć i potrafiły wprowadzić czytelnika w niezwykły nastrój.

#### Jakie rodzaje książek lubisz czytać najbardziej?

Moimi ulubionymi książkami są te, które zawierają pewien przekaz. Istotne jest dla mnie intrygujące przedstawienie postaci oraz pokazanie ciekawego świata przez autora. Dlatego często sięgam po książki fantasy. Najważniejszą kwestią jest jednak interesująca fabuła, ponieważ to ona zachęca mnie do zajrzenia na kolejną stronę.

#### Jakie rodzaje filmów lubisz najbardziej oglądać?

W kwestii filmów jest podobnie jak z książkami, lubię gatunki fantasy oraz science fiction. Podobają mi się także filmy kryminalne (to właśnie za sprawą konkursu się do nich przekonałam) oraz różnego rodzaju blockbustery. Uważam, że dobry film to taki, przy którym się dobrze bawię i jednocześnie nie zapominam o nim po seansie. Musi skłaniać do refleksji. Dlatego spodobały mi się pozycje z programu merytorycznego konkursu, czyli „Na noże” Riana Johnsona oraz „Marsjanin” Ridleya Scotta.

#### Jakie są Twoje ulubione serie?

Moimi ulubionymi serialami są „Dr House” oraz „Sherlock Holmes”. Uwielbiam je za wyjątkową atmosferę oraz zaskakujące zwroty akcji. W dzieciństwie bardzo podobały mi się „Pingwiny z Madagaskaru”. Teraz także często do nich wracam.

#### Jakie są Twoje zainteresowania?

Czytanie książek oczywiście, jednak dodatkowo w wolnym czasie, którego niestety nie mam zbyt wiele, lubię rysować, słuchać muzyki, oglądać filmy i serie.

#### Dziękuję za rozmowę.

■ Julia Majer 8e

## Uśmiech losu – Kontroler jakości powietrza

**Dbanie o jakość powietrza w domach i innych budynkach jest bardzo ważne. Przebywanie w takich pomieszczeniach poprawia nasze zdrowie. Kontroler jakości powietrza bada na zlecenie jakość powietrza**

Powietrze, którym oddychamy, chodząc po ulicach naszych miast, jest zanieczyszczone, szczególnie w sezonie jesienno –



zimowym Dbaniem o jego jakość zajmują się specjaliści tacy, jak kontrolerzy jakości powietrza. Sprawdza on na zlecenie swojego klienta np. zawartość tlenu, dwutlenku węgla i czadu w danym pomieszczeniu lub budynku. Ocenia także temperaturę i wilgotność powietrza w badanych pomieszczeniach. Jeśli w danym miejscu będzie znajdować się za dużo jakiejś substancji, zostaną zainstalowane urządzenia oczysz-

czające. Temperatura też jest ważną rzeczą. Trzeba pamiętać, że im jest zimniej, tym powinna być wyższa, a im jest cieplej – niższa. Dlatego w przypadku, gdy w badanych pomieszczeniach musi być gorąco lub zimno, zaleca się dodanie wentylacji lub ogrzewania. Kontroler jakości powietrza zajmuje się również montażem tych urządzeń, które nie powinny zmieniać ruchu powietrza, który w wysokich temperaturach nie przynosi ochłody, a w zimnych dodatkowo wychładza. Powinien on umieć fizykę, żeby wiedzieć, jak działają urządzenia oraz ile maszyn i o jakiej mocy potrzeba, aby zapewnić odpowiedni klimat w konkretnym pomieszczeniu albo całym budynku. Musi znać normy, warunki, jakie powinny panować w różnych zakładach pracy np. salach muzealnych albo operacyjnych oraz znać się na urządzeniach oczyszczających powietrze z pyłów. W ten sposób kontroler jakości powietrza dba o zdrowie, które jest chronione przed negatywnym wpływem zanieczyszczeń. ■ *Lucja Morgaś 7a*

## Okiem Żyrafy

Konkurs Recytatorski dla klas 0-3 „Spotkanie z poezją” jak co roku cieszył się dużym zainteresowaniem uczniów. Każdą klasę reprezentowały 3 osoby, które wygrały eliminacje klasowe. Uczestnicy reprezentowali wysoki poziom przygotowania. Uczniowie z poszczególnych grup wiekowych, którzy zajęli I miejsca w konkursie będą reprezentować naszą szkołę w konkursie organizowanym przez Dom Kultury Borki. Są to: Jan Szubiński 0a, Alicja Kwaczyńska kl.1a, Antonina Iwaniuk kl.2c, Tatiana Gębka kl.3a, Maria Włodarczyk kl. 3c.



## Sportowe to i owo

**Szermierka dawniej zwana fechtunkiem to umiejętność władania bronią białą**

Wszystkim, którzy lubią sporty walki i precyzję, polecam szermierkę. Jest to tak zwany biały sport, w którym przy użyciu sportowej broni: szpady, floretu czy szabli trzeba trafić przeciwnika, nie będąc jednocześnie przez niego trafionym. W dawnych czasach umiejętność posługiwania się białą bronią służyła tylko do walki. Do sal treningowych szermierka trafiła pod koniec XIX wieku po wynalezieniu jej lekkiej odmiany, nadającej się do bezpiecznych ćwiczeń. I to właśnie wtedy szermierka stała się zajęciem sportowo-rekreacyjnym. Dziś jest sportem, w którym rozgrywa się zawody zarówno kobiet jak i mężczyzn w trzech broniach – szpadzie, florecie i szabli. Szpada i floret to bronie kolne. Nazwa ta oznacza, że zadaje się nimi trafienia przy pomocy pchnięć. Szabla jest bronią sieczno – kolną, tu trafia się zarówno cięciami, jak i pchnięciami. W szpadzie liczą się pchnięcia zadane w całe ciało. Jeżeli przeciwnicy trafiają się jednocześnie, to obaj dostają punkty. W szabli pole trafienia liczy się od pasa w górę łącznie z rękoma i maską. We florecie pole trafienia stanowi tułów (bez maski i rąk), a trafienie w inną

część ciała nie jest zaliczane i unieważnia akcję. Pojedynki szermierzy toczą się na metalizowanej planszy, a ich broń podłączona jest do aparatu elektrycznego sygnalizującego trafienia. Organizuje się zawody indywidualne i drużynowe. W turnieju indywidualnym przeprowadza się najpierw eliminacje grupowe, w których walczy się do 5 trafień, a potem walki pucharowe, toczone



do 15 trafień. Finał tworzy ósemka zawodników, którzy nadal systemem pucharowym walczą o miejsca na podium. Zawody kończy walka o pierwsze miejsce toczone przez dwóch najlepszych zawodników danego turnieju. Szermierka jest jedną z nie-

licznych dyscyplin sportowych towarzyszących od początku zmaganiom olimpijskim i nieprzerwanie znajdującą się w programie igrzysk. Polscy zawodnicy od dziesięcioleci odnoszą sukcesy i zdobywają medale na wszystkich najważniejszych zawodach świata, we wszystkich rodzajach broni i we wszystkich kategoriach wiekowych. Warto w tym miejscu wspomnieć o takich sportowcach jak: Ryszard Parulski - trzykrotny olimpijczyk i mistrz świata juniorów w szabli, Jerzy Pawłowski - sześciokrotny olimpijczyk i zdobywca tytułu najlepszego szablisty wszechczasów w klasyfikacji FIE oraz drugiego miejsca w klasyfikacji światowej wszystkich broni oraz Witold Woyda czterokrotny olimpijczyk i dziesięciokrotny medalista mistrzostw świata. Jedną z najlepszych florecistek świata jest Polka Sylwia Gruchała, która wielokrotnie zdobywała medale igrzysk olimpijskich, mistrzostw świata i mistrzostw Europy. Szermierka wymaga dokładności, skupienia i logicznego myślenia. Jeżeli nie boisz się wyzwania i jesteś wytrwali, to być może jest to sport dla Was.

■ *Szymon Czarniecki 5d*



## Skaner muzyczny

### Wspaniały festiwal, który rozwija muzycznie dzieci i młodzież - Ogólnopolski Festiwal Piosenki Majki Jeżowskiej w Radomiu

Majka Jeżowska to polska piosenkarka i autorka piosenek dla dzieci. Jej pełne imię i nazwisko to Maria Zofia Jeżowska, urodziła się 25 maja 1960 roku. Swoją karierę muzyczną zaczęła już od nastoletnich lat. W 1978 zdobyła nagrodę ZAKR-u na Festiwalu Piosenki Radzieckiej w Zielonej Górze. W 1979 uczestniczyła z piosenką „Notka w nutkę” w konkursie „Premier” na 17. Krajowym Festiwalu Piosenki Polskiej w Opolu, na którym otrzymała wyróżnienie za interesującą interpretację wykonanych piosenek. Zgłosiła także utwór pt.: „Od rana mam dobry humor”, który stał się motywem przewodnim całego wydarzenia i został zaśpiewany na otwarciu pierwszego dnia festiwalowego. W 1984 wykorzystana została tekst Agnieszki Osieckiej „A ja wolę moją mamę”, do którego skomponowała muzykę i nagrała piosenkę pod tym samym tytułem. Wydała też kilka albumów np.: „Bajkowo”, „Kolorowe Dzieci” czy „Kochaj Czworonogi”. Natomiast mało osób wie, że od 1999 roku w Młodzieżowym Domu Kultury im. Heleny Stadnickiej odbywa się Ogólnopolski Festiwal Piosenki Majki Jeżowskiej „Rytm i Melodia”. Jego celem jest popularyzacja twórczości Majki Jeżowskiej wśród dzieci i młodzieży oraz promowanie

młodych talentów wokalnych. Jeśli na początku dzieci śpiewały głównie „Laleczkę z saskiej porcelany” czy „A ja wolę moją mamę”, to coraz częściej sięgają po nieznanne utwory piosenkarki. „Czasem zaskakują nawet ją samą, bo śpiewają piosenki, które słabo już pamięta. Ale zawsze jest jej bardzo miło, gdy ktoś taką nieodkrytą piosenkę zaśpiewa”- przekonuje dyrektorka Młodzieżowego Domu Kultury, który jest organizatorem festiwalu. Jury ma niesamowity problem z wybraniem uczestników do przesłuchań konkursowych. Jeszcze większy mają Majka Jeżowska, Szymon Wydra i Andrzej Kisiel po przesłuchaniach. Wszyscy wykonawcy prezentują znakomitey poziom i wybór zwycięzców jest trudny. Dzieci, które uczestniczyły w festiwalu przekazują sobie, że w Radomiu jest miło, są super nagrody oraz przyjemna rodzinna atmosfera. Radom powinien być dumny z takiego festiwalu. „Dzieci naprawdę rozkwitają na scenie. Nawiązują się między nimi relacje, a to jest naprawdę wielką wartością tego wydarzenia”- mówi piosenkarka. Miejmy nadzieję, że festiwal będzie się odbywał dalej, a dzieci odnajdą się na scenie i pokażą swój talent.

■ Julia Skura 5d

## Szkolny Kalejdoskop

Uczniowie klasy 4e udowodnili, że bardzo dobrze znają treść książki Andrzeja Maleszki pt. „Magiczne drzewo. Czerwone krzesło”. Z imponującą precyzją odtworzy-



li przebieg wydarzeń w formie komiksów. Prace przedstawiały liczne i zabawne przygody, w których brali udział Tosia, Filip, Kuki oraz ciotka Maryla. Na lekcjach nie zabrakło też życzeń wypowiedzianych z nadzieją, że spełnią się dzięki czerwonym krzesłom wykonanym przez czwartoklasistów. Dominowało jedno: „Niech szóstkę z języka polskiego pojawią się w dzienniku”. Dodatkowo w przededniu Międzynarodowego Dnia Teatru uczniowie utworzyli Grupę Teatralną E4 i zaprezentowali spektakl odwołujący się do książki o magicznym czerwonym krześle. Nie zabrakło trafnie dobranych rekwizytów oraz odpowiedniej charakterystyki. Górny hol zamienił się w scenę teatralną. Publiczność nagrodziła młodych aktorów gromkimi brawami. Magia zadziałała, bo polonistka p. A. Michnicka odnalazła w dzienniku lekcyjnym same szóstkę! ■ red.

## ANIMALSY — Ozdobnik lirogłowy

### Ozdobnik lirogłowy, lirogłów (*Lophorina superba*) to gatunek ptaka z rodziny cudowronek (*Paradisaeidae*)

Ubarwienie ma brązowe lub czarne. Samiec jest czarny z połyskująco niebieskimi piórami na piersi, stroszonymi podczas toków, podobnie jak aksamitne pióra na wierzchu głowy. Samica ma wierzch ciała brązo-



wy, na spodzie prążkowana (podobnie jak wiele samic innych cudowronek), ale z rdzawą plamą na skrzydłach. Dorosłe osobniki osiągają 25 cm. Samce są nieco większe i cięższe od samic. Środowiskiem życia ozdobnika lirogłowego są górskie i podgór-

skie lasy tropikalne. Zamieszkuje terytorium państw takich jak Indonezja i Papua Nowa Gwinea. Ozdobnik lirogłowy w głównej mierze żywi się bezkręgowcami (owadami) oraz pokarmem roślinnym (owocami). Ozdobnik lirogłowy jest gatunkiem poligynicznym. Charakteryzuje go spektakularny pokaz godowy. Podczas toków samiec układa pióra w owal i wykonuje taniec, by przyciągnąć partnerkę. Do rozrodu przystępuje przez cały rok. Gnieździ się na drzewie. Gniazdo budowane jest z materiałów roślinnych. Samica składa do gniazda od 1 do 3 jaj. Samce zaciekle strzegą terytorium. Czas wysiadywania wynosi od 18 do 19 dni. Budową gniazda, wysiadywaniem jaj oraz opieką nad potomstwem zajmuje się wyłącznie samica. Młode usamodzielniają się po dwóch-czterech tygodniach. Osobniki

młodociane podobne są do samic. Jest gatunkiem terytorialnym. Jego liczebność maleje. Ozdobnik lirogłowy na liście IUCN ma status zagrożenia najmniejszej troski (kategoria LC). Do niedawna ozdobnik lirogłowy pozostawał jednym gatunkiem w rodzaju *Lophoria*. W ostatnich latach jego podgatunki (na podstawie różnic między innymi w tańcu godowym) zostały podniesione do rangi gatunków. Występuje u niego wyraźny dymorfizm płciowy. *Lophorina superba* to gatunek rajskiego ptaka. Na jego kołnierz składa się ponad 100 piór. Ozdobnik lirogłowy słynie z upierzenia *vantablack*, które jest tak ciemne, że pochłania 99,95% promieniowania słonecznego. Najnowsze badania wskazują, że ozdobnik lirogłowy to tak naprawdę dwa różne gatunki ptaków, a nie jeden. Ptaki uważane do tej pory za jeden gatunek podzielono teraz na dwa: wielkiego lirogłowa i lirogłowa Vogelkopa.

■ Michalina Stępień 5d

## Kolory życia - Nasza Pani

**Wywiad z panią Barbarą Podlewską – emerytowanym nauczycielem edukacji wczesnoszkolnej**

**Od kiedy i jak długo pracowała Pani w PSP nr 34?**

Pracę w PSP nr 34 rozpoczęłam we wrześniu 1978, a zakończyłam w sierpniu 2014 r.

**Co sprawiło, że rozpoczęła Pani pracę właśnie w PSP nr 34?**

To był przypadek, ale nie ukrywam, że



bardzo chciałam pracować w tej placówce, bo już w tamtym czasie szkoła miała dobrą opinię w środowisku.

**Jak wspomina Pani lata pracy?**

Lata pracy wspominam z sentymentem. Jako młody niedoświadczony nauczyciel zostałam otoczona opieką, pomocą i życzliwością. Tu zaprzyjaźniłam się z wieloma osobami i znajomości te przetrwały do dziś.

**Jak wyglądała nasza szkoła?**

Szkoła zawsze była zadbana, ukwiecona i kolorowa, ale nie posiadała takiego wyposażenia, jakim dysponuje obecnie.

**Jak bardzo, Pani zdaniem, zmieniła się szkoła?**

Zmiany są ogromne. Przebudowany został hol na pierwszym piętrze. Wybudowana została druga sala gimnastyczna. Niektóre pomieszczenia i sale zyskały nowe przeznaczenie, np.: sale do gimnastyki korekcyjnej i matematyczna, kolejne sale informatyczne i językowe. Sukcesywnie sale lekcyjne wyposażane były w tablice multimedialne.

**Czy była Pani wychowawcą klasy?**

Pracowałam jako nauczyciel nauczania początkowego, więc sprawowałam też obowiązki wychowawcy klasy.

**Co sprawiło Pani największą radość?**

Największą radość sprawiało mi obserwowanie rozwoju moich wychowanków. Cieszyły mnie ich sukcesy szkolne, osiągnięcia w konkursach, wspólne przeżycia podczas wycieczek, rajdów i zielonych szkół.

**Z jakimi trudnściami musiała się Pani zmierzyć?**

Największą traumę wywoływały przedwczesne odejścia rodziców uczniów albo też wypadki, jakim ulegały same dzieci.

**Czy jest uczeń, którego pamięta Pani do dziś?**

Pamiętam tych, których interesował otaczający świat, byli bardzo dociekliwi i zadawali mnóstwo pytań; tych, którzy mieli ciekawe pomysły inspirujące mnie do działania, a czasem nawet do pogłębiania własnej wiedzy. Najbardziej jednak zapamiętałam tych, którzy nieugięcie pokonywali trudności w nauce. Imponowali mi swoją pracowitością i sumiennością.

**Miała Pani inne plany i marzenia zawodowe?**

Nie miałam innych planów zawodowych. W trzeciej klasie szkoły podstawowej wymarzyłam sobie, że zostanę nauczycielką. Zastanawiałam się tylko czy wybrać geografię, czy pracę z małymi dziećmi.

**Jakie miała Pani osiągnięcia, nagrody?**

Nagradzana byłam przez Dyrektorów Szkoły.

**Jakie są Pani wspomnienia z czasu, kiedy Pani była uczennicą?**

Ja byłam uczennicą PSP nr 13. To w tamtym czasie była najnowocześnie wyposażona placówka w Radomiu. Jednak nie to sprawiło, że lubiłam chodzić do szkoły. To moje koleżanki i koledzy, weseli i trochę rozbrykani, ale zawsze uczynni (na klasówkach też) powodowali, że chętnie przebywałam w ich towarzystwie. Nie mogę pominąć moich kochanych nauczycieli, ciepłych, uprzejmych w stosunku do nas uczniów, tolerancyjnych, gdy można i wymagających, gdy trzeba.

**Jak spędza Pani obecnie swój wolny czas?**

Teraz jestem działkowniczką. Biegam z łopatą i grabiami. Czytam pisemka i książki o tematyce ogrodniczej. Poznają sposoby ekologicznej uprawy i ochrony roślin. Właśnie przymierzam się do przygotowania nowych rozsąd roślin na bieżący rok.

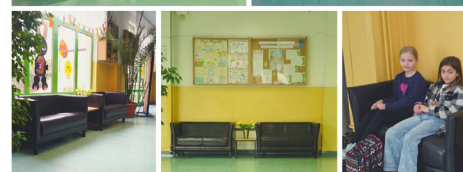
■ Marcin Galek 7a

## Szkolny Kalejdoskop

W ramach Szkolnego Budżetu Partycypacyjnego szkoła rozpoczęła realizację zwycięskich projektów. Na górnym holu pojawiły się sześciokątne stoliki i kolorowe, ergonomiczne krzesła, które przeznaczone są do odpoczynku, zjedzenia śniadania, grania w gry i towarzyskich rozmów. Dodatkowo służą one do wykorzystania podczas warsztatów, innowacyjnych lekcji i imprez szkolnych. Projekt „Korytarz szkolny przyjazny uczniom” zdobył 405 głosów. Pomysłodawcą była p.H. Kasprzyk – Mazgajczyk.



W szkole pojawiły się kolejne miejsca do odpoczynku. Na dolnym holu ustawiono wygodne, miękkie kanapy, które od razu zyskały dużą popularność. Chętnie odpoczywają na nich dzieci młodsze i starsi uczniowie. Również rodzice i dziadkowie przychodzący po swoje pociechy mogą tu przysiąść. Projekt „Komfortowa szkoła” zdobył 239 głosów, a pomysłodawcą była pani Dorota Michalska.



W następnej kolejności szkoła będzie przeprowadzała realizację zwycięskiego projektu zgłoszonego przez rodziców uczniów PSP34 - „Patio jako integracyjna strefa spotkań edukacyjno-kulturalnych wśród dobrodziejstw przyrody”, który otrzymał 448 głosów. Celem projektu jest wykonanie na wewnętrznym patio szkoły na drewnianych słupach zadaszenia, które umożliwi organizację lekcji na świeżym powietrzu lub „pikników” na przerwie śniadaniowej. Patio stanie się miejscem integrującym środowisko szkolne i lokalne od wiosny do jesieni. ■ red.

## Miła Street

Uczniowie klasy 1d powitali pierwszy dzień wiosny, uczestnicząc w warsztatach z pracownią „Madagaskar - animacje dla dzieci”. Pod okiem pań animatorek dzieci



wykonały piękne kompozycje lasu w słoiku, wykorzystując naturalne surowce. Zajęcia dostarczyły dzieciom wiele frajdy, a także praktycznej wiedzy. Dzieci dowiedziały się, w jaki sposób należy sadzić rośliny oraz jak je pielęgnować, aby właściwie rosły. Dodatkowo mogły wykazać się kreatywnością w tworzeniu własnej kompozycji, używając surowców dekoracyjnych w postaci szyszek, kory i kolorowych kamyczków. Warsztaty bardzo się dzieciom podobały. Opiekunem była p. M.Falkiewicz-Wójcik.

Z inicjatywy Samorządu Uczniowskiego zorganizowany został Kiermasz Świąteczny "Wielkanocne Pomaganie". W ten



sposób młodzież klas starszych oraz klas młodszych włączyła się we wspólną realizację projektu, który w naszej szkole jest imprezą cykliczną. W tym roku na otwarciu kiermaszu pojawiła się Wiceprezydent Miasta Radomia Katarzyna Kalinowska, która z uznaniem przyglądała się pracom wszystkich uczniów. Były to: kolorowe pisanki, kartki i ozdoby świąteczne, wiosenne stroiki oraz domowe wypieki. Atrakcją była

loteria fantowa, na której do wylosowania pojawiły się m.in. piłki z podpisami zawodników drużyny Cerrad Enea Czarni Radom. Na jednej z piłek nie zabrakło też podpisu pani dyrektor Danuty Kuźmiuk. Kiermasz cieszył się ogromnym zainteresowaniem uczniów i nauczycieli, którzy dziękowali przewodniczącej szkoły Amelii Krok z kl.8e za świąteczną inicjatywę. Opiekunami przedsięwzięcia były: p. M.Włodarczyk, p. D.Michalska, M.Kośla oraz p. A. Żyła, które życzyły wszystkim:

**„Wesołych Świąt Wielkiej Nocy!”**



## Fle(sz)kolny

2 kwietnia na całym świecie obchodzony jest Światowy Dzień Świadomości Autyzmu. Z inicjatywy świetlicy szkolnej odbyły się różnorodne zajęcia. Tego dnia, solidaryzując się z osobami cierpiącymi na autyzm, społeczność szkolna ubrała się na niebiesko, a szkoła ozdobiona została plakatami i dekoracjami również w kolorze niebieskim, symbolicznym dla autyzmu. Nauczyciele przeprowadzili zajęcia mające na celu zrozumienie zachowań i akceptację osób dotkniętych autyzmem. W świetlicy szkolnej oraz w klasach dzieci oglądały filmy i prezentacje tematyczne, odbyły się rozmowy,



i zabawy propagujące wiedzę na temat autyzmu. Wychowankowie świetlicy wykonali prace plastyczne w ramach konkursu: „Pomaluj świat na niebiesko”. Zorganizowany został szkolny „Bieg dla Autyzmu”, w którym brali udział nauczyciele oraz dzieci z oddziałów przedszkolnych i klas I-III.

W ramach Radomskiej Olimpiady Młodzieży uczniowie z kl. 5d Mateusz Macierzyński, Mikołaj Kowalczyki i Igor Baranowski wzięli



udział w rozgrywkach w tenisie stołowym. Po zaciętej rywalizacji zajęli 4 miejsce. Opiekunem była p. Beata Mastalerz.

Uczennice: Lena Skórnicka z kl.7a i Dorota Neska z kl.8a zostały laureatkami I i II miejsca etapu rejonowego Ogólnopolskiej Olimpiady Zdrowego Stylu Życia PCK.



Dodatkowo Lena, jako jedyna, będzie reprezentowała region radomski w etapie okręgowym Olimpiady w Warszawie. Ser-

decnie gratulujemy dziewczynkom dużej wiedzy na temat zdrowego stylu życia i życzymy dalszych sukcesów. Opiekunem była p. Ewelina Dębicka.



Na zajęciach doradztwa zawodowego w kl.8e odbyło się spotkanie z pracownikami Wojewódzkiego Urzędu Pracy w Warszawie, w którym uczestniczyli również reprezentanci wszystkich klas ósmych naszej szkoły. Doradcy zawodowi z tej instytucji zaprezentowali ósmoklasistom strategię planowania kariery zawodowej, omówili klasyfikację zawodów oraz przedstawili podział zawodów ze względu na dominującą w danym zawodzie treść pracy. W czasie swojej prezentacji scharakteryzowali dynamikę rynku pracy, a także zwrócili uwagę na mobilność uczniów podczas trwania edukacji. Dzięki spotkaniu uczniowie zrozumieli, że warto poznawać swoje mocne strony, bo to one są gwarancją naszego sukcesu zawodowego. Opiekunem była p. M.Morgaś.

## Gdzie ta keja?

### Trzymasztowa fregata „Dar Pomorza” należy do ostatnich weteranów wielkich żaglowców

Została zbudowana w 1909r. w Hamburgu i pływała jako „Prinzess Eitel Friedrich”, będąc statkiem szkolnym niemieckiej floty handlowej. W czasie I wojny światowej pełniła rolę bazy okrętów podwodnych w Kilonii. Później w ramach odszkodowań wojennych statek przekazano Francuzom,

którzy przemianowali go na „Colbert” i oddali baronowi de Forrest w zamian za jacht zarekwirowany w czasie wojny. Utrzymanie żaglowca było jednak ponad siły barona i stał on beczynnym w porcie St. Nazaire. W 1929 r. statek kupił polski komitet „Pomorze” z funduszy uzyskanych ze składki społeczeństwa polskiego i ofiarował go – z aktu darowizny wywodzi się nazwa „Dar Pomorza”- Szkole Morskiej. Zakupu dokonano za kwotę, która stanowiła ok. 8% ówczesnej wartości. Statek został wyremontowany i przebudowany w duńskiej stoczni w Nakschow, a także otrzymał silnik pomocniczy. W 1930 r. po raz pierwszy przyplłynął do Gdyni i od tej chwili ponad 50 lat służył jako żaglowiec szkolny polskiej marynarki handlowej. Drugą wojnę światową statek szczęśliwie przetrwał w Sztokholmie. Poprzednikiem „Daru Pomorza” był zbudowany w 1868 r. w stoczni angielskiej Birkenhead „Lwów”, który w latach 1920-1930 był kolebką polskich nawigatorów, jako pierwsza jednostka pod polską banderą odwiedził port Bałtyku, Morza Północnego, Śródziemnego, Czarnego oraz Atlantyku. Jako pierwszy też polski statek przekroczył równik w 1923 r. Pod polską banderą „Daru Pomorza” odbyły się 102 rejsy szkolne. Statek przepłynął pół miliona mil morskich – jest to odległość równa około 25 rejsom dookoła świata, zasłynął jako pierwszy statek w dziejach polskiej bandery handlowej, który opłynął dookoła świata, wyszkolił 13 384 studentów. W polskiej historii statku dowodziło nim sześciu komendantów: jako pierwszy – kpt.ż.w. Konstanty Maciejewicz-Matyjewicz, jako ostatni – kpt.ż.w. Tadeusz Olechnowicz. W 1977 roku widoczna stała się potrzeba kosztownego remontu i modernizacji żaglowca, połączonego z dostosowaniem konstrukcji do nowych



wymogów bezpieczeństwa. Koszt modernizacji miał być tylko nieco niższy od budowy nowego statku, wobec czego zdecydowano zbudować dla Wyższej Szkoły Morskiej w Gdyni nowy żaglowiec szkolny – późniejszy „Dar Młodzieży”. Ostatni rejs żaglowiec odbył w 1982 r. Zainteresowanie Polaków jego dalszymi losami było tak wielkie, że dwa lata później powstało Towarzystwo Przyjaciół

„Daru Pomorza”, którego celem jest zachowaniem żaglowca dla następnych pokoleń. Towarzystwo dba o konserwację statku, który został zakotwiczony w Gdyni jako muzeum i od 1983 r. jest udostępniony zwiedzającym. Uznany za jeden z najpiękniejszych żaglowców świata „Dar Pomorza” jest trwałym elementem morskiej historii Polski, jej klejnotem i dumą.

■ Julia Skura 5d

#### Filmoteka - ciąg dalszy ze strony 3

Księżę Leto (Oscar Isaac), Chani (Zendaya), Duncan Idaho (Jason Momoa), oraz Gurney Halleck (Josh Brolin). Jednak Denis nie był jedynym człowiekiem pracującym nad scenariuszem. Napisał go razem z Eric’iem Roth’em i Johnem Spaihts’em. Niesamowite zdjęcia wykonał Greig Frases. Nad muzyką pochylał się Hans Zimmer, a montażem i zasługującą na podziw scenografią zajął się Joe Walker i Patrice Vermette. Villeneuve- być może najwspanialszy stylistą współczesnego kina, po raz kolejny udowadnia, że może dokonać filmowego cudu. Raz jeszcze tworzy porywającą, niezwykle plastyczną wizję przyszłości. Sama nie jestem pewna, co podobało mi się najbardziej: pierwsze spotkanie z czerwcem pustyni (piaskalem), zamieszkującym tamtejsze pustynie, czy wyjątkowa panorama spalonej słońcem planety Arrakis. W finale otrzymujemy zapewnienie, że wszystko, co do tej pory zobaczyliśmy, to tylko preludium do właściwej historii. Pozostaje więc mieć nadzieję, że „Diuna” dostanie zielone światła od wytwórni na realizację sequela. Jest szansa, że drugi film ukaże bogactwo świata Herberta. ■ Zofia Komorowska 8e

## Igor poleca

### Ciasto czekoladowe

#### Składniki:

- \* 1,5 szklanki mleka
- \* 1 szklanka ksylitolu lub cukru
- \* 1/2 szklanki gorzkiego kakao
- \* 2 łyżeczki proszku do pieczenia
- \* 1/3 szklanki oleju
- \* 1 jajko
- \* 1/2 szklanki gorącej wody



#### Sposób przygotowania:

Mąkę przesiewamy przez sitko i mieszamy razem ze wszystkimi składnikami. Miksujemy na gładką masę i przelewamy do okrągłej tortownicy wyłożonej papierem do pieczenia. Pieczemy ok. 50 min. W temperaturze 175 stopni (piekarnik góra, dół). Smacznego!

■ Igor Baranowski 5d

## Stopka redakcyjna

Redakcja MONITOR 34  
Publiczna Szkoła Podstawowa nr 34  
ul. Miła 18, 26-600 Radom

www.psp34.radom.pl

REDAKTOR NACZELNY  
Julian Drotkiewicz

ZESPÓŁ REDAKCYJNY

Julia Skura, Marcin Gałek,  
Julia Majer, Igor Baranowski,  
Łucja Morgaś, Amelia Jaworska,  
Szymon Czarnecki, Michalina Stępień,  
Zofia Komorowska, Blanka Kamińska,  
Maksymilian Goździk

OPIEKA REDAKCYJNA  
Anna Michnicka

UKŁAD GRAFICZNY  
Halina Kasprzyk – Mazgajczyk

Wszystkie teksty i fotografie publikowane są na licencji CC BY – SA 3.0