



PEWNI AK

NUMER 5 (8) MAJ 2014 r.



W numerze:

Tematy miesiąca

Z ostatniej chwili – konkursy
Czas zawodowców
Egzamin dojrzałości w ZS
Matura oczami matki i nauczycielki
Nauczmy się na pamięć tego kraju
Dlaczego warto uczyć się niemieckiego?
ARA – święto recytacji
ARA – święto poezji śpiewanej
Finalistki Ogólnopolskich Konkursów
Polonistycznych
Polski film dokumentalny
Postaw na niemiecki!
Tydzień Zdrowia
Tydzień Ekologiczny
Targi edukacyjne dla gimnazjalistów

Stałe rubryki

Okiem absolwenta

- Wypowiedź Klaudii Ungerman

Feel English

- Commit to be fit!

EINFACH(ES) DEUTSCH

- Ist Frühstück für die Schüler der Klasse
1a und 1b wichtig?

Nie(OBCY) Język Polski

- Podróż sentymentalna

Aktualności sportowe

- Lekkoatletyka
- Biegi sztafetowe
- Piłka siatkowa dziewcząt

Rozmaitości

- Spór o mur, czyli Fredro wiecznie żywy

Biblioteka Bramą do życia

Szkoła Bez Wagarów

- Szumy uszne



www.zslobez.pl

Nasze sukcesy w konkursach



Postaw na niemiecki!



My na targach edukacyjnych dla gimnazjalistów



OD REDAKCJI

Klasy trzecie liceum ukończyły w kwietniu szkołę, a w maju zdawały egzaminy dojrzałości. W związku z tym w redakcji *Pewniaka* też coś się zmieniło. Na „zasłużoną emeryturę” odeszły nasze redaktorki: Ewa Nazarek, Martyna Nazarek i Agnieszka Maciejewska. Będzie nam Was, Dziewczyny, bardzo brakowało. Dziękujemy!

Nie martwicie się jednak, nasi Czytelnicy! *Pewniak* nie zostaje bez kapitana. Pod koniec maja zawiązał się bowiem nowy zespół redakcyjny. Na jego czele stanęła Aleksandra Chłopik, uczennica kl. 2b LO, a wspierać ją będą: Paulina Banacka z kl. 2b LO i Elżbieta Olek z kl. 1a LO oraz Patrycja Artym z kl. 1b LO. Życzymy nam wszystkim owocnej współpracy.

Redakcja PEWNIKA

Serdecznie zapraszamy na

Festyn Integracyjny pod hasłem:



**„U KOŚCIUSZKI CZAS UPŁYNIJE
W INTEGRACJI NA FESTYNIE”**

który odbędzie się 7 czerwca 2014 r. od godz. 10⁰⁰ do 14⁰⁰
w Zespole Szkół im. T. Kościuszki w Łobzie
(dziedziniec i teren przyszkolny)

W PROGRAMIE:

- część artystyczna
- mikrofon dla wszystkich
- loteria (każdy los pełny)
- konkursy prowadzone przez policję i straż pożarną
- pierwsza pomoc
- konkursy
- gry i zabawy
- zwiedzanie szkoły
- kawa, herbata i ciasto



Anna i Adam Jeleńscy	Firma Handlowa Aleksander Bas	TONI Kantor wymiany walut	Helena Szewmer „Fair Play”	Sklep Spożywczo Przemysłowy Leszek Rokosz	Michna Lidia Artur Przedsiębiorstwo Handlowe "Git"

Weekendowe dylematy uczniów

Kiedy zaczyna się upragniony przez nas, uczniów, weekend, wielu zastanawia się, jak wykorzystać ten wolny czas. Zostaliśmy zaproszeni na imprezę, zaproponowano nam wyjście do miasta lub mamy już inne plany. Z drugiej strony nie możemy też całkowicie zapomnieć o szkole - zadanie domowe, wypracowanie, praca klasowa lub kartkówka. W piątkowe popołudnie jesteśmy jeszcze niezdecydowani, co wybrać. Jeśli nie zajmiemy się szkolnymi sprawami, to grozi nam zła ocena i konieczność jej poprawienia. Możemy jednak spotkać się ze znajomymi, z którymi się nie widzieliśmy przez cały tydzień, ponieważ uczą się w innym mieście. Nie przegapimy imprezy, na którą tak długo czekaliśmy. To, co wybierzemy, zależy tylko od nas. Czy warto poświęcić szkołę dla życia towarzyskiego? Na to pytanie musi sobie odpowiedzieć każdy sam. Chyba, że mamy fajnych nauczycieli, którzy wiedzą, że weekend to także czas odpoczynku i zadają nam akurat tyle, żeby nie mieć dylematów, a czasu wystarczyło i na szkołę i na przyjemności.

Kinga Piróg kl. 1a LO, Aleksandra Gęsikiewicz kl. 1b LO

W najbliższy weekend nie będziesz mieć dylematów! Przychodząc w sobotę na festyn, pogodzisz relaks z przyjemną formą zdobycia wiedzy. Spotkasz swoich znajomych i fajnych nauczycieli. Do zobaczenia!

**WYDAWCA: Zespół Szkół im. T. Kościuszki
w Łobzie**

**Zespół redakcyjny: Aleksandra Chłopik,
Elżbieta Olek,
Paulina Banacka,
Patrycja Artym**

**Foto: Ewa Nazarek, Aleksandra Puzyrewska
Opiekunowie: Anna Boguszevska-Wąsowicz,
Renata Schmidt, Barbara Król**

Gazeta w nakładzie 10 szt.

Dostępna na stronie: www.zslobez.pl





Zachodniopomorski Konkurs Matematyczny „WEKTOR 2014”

Znamy już wyniki Zachodniopomorskiego Konkursu Matematycznego „WEKTOR 2014”. Tematem tegorocznej edycji były: „Macierze i wyznaczniki”. **Tytuł laureata otrzymała Aleksandra Romej z klasy 2a LO.** W konkursie udział wzięli również: Małgorzata Matys – kl. 2a LO, Monika Olejnik – kl. 2a LO, Damian Krzaczkowski – kl. 2a LO.



Matematyczne Mistrzostwa Polski Dzieci i Młodzieży 2014

Nasz tegoroczny absolwent, **Maciej Sobótka**, (uczeń klasy 3a LO) zajął **II miejsce** w województwie zachodniopomorskim.

Do konkursów uczniów przygotowała pani Mirosława Parzygnat – nauczyciel matematyki.



VIII Ogólnopolski Konkurs Polonistyczny „Z ortografią na co dzień”

Aleksandra Chłopik z kl. 2b LO została laureatką ogólnopolskiego konkursu. Wkrótce – 6 czerwca pojedzie na uroczystość wręczenia nagród, która odbędzie się w Warszawie, w siedzibie Polskiej Akademii Nauk, w Pałacu Staszica. Opiekunem konkursu była pani Anna Boguszevska – Wąsowicz.

XXVII edycja Konkursu „Mój las”

27 maja w Szczecinie odbyło się uroczyste rozstrzygnięcie konkursu „Mój las” na szczeblu wojewódzkim. Uczniowie naszej szkoły mają w tym roku szczególne powody do satysfakcji i radości ze swojej pracy – wypadły najlepiej w swojej kategorii wiekowej. Zdobyły wszystkie nagrody, jakie były możliwe do zdobycia. Zajęły następujące miejsca:

I miejsce – Agata Lis (kl. 1b LO)

II miejsce – Patrycja Przepiórka (kl. 2a LO)

III miejsce – Elżbieta Olek (kl. 1a LO)

Nagrodzone prace zostały wytypowane do II etapu konkursu na szczeblu centralnym prowadzonym przez Zarząd Główny SITL i D w Warszawie.

Ponadto wyróżnienia otrzymały: Martyna Belina (kl. 2a LO) i Oliwia Krystosiak (kl. 1a LO). Opiekunem konkursu była pani Jolanta Abramowska – nauczyciel biologii.



Czas zawodowców



W niedzielę 1 czerwca 2014 r. pierwsza grupa uczniów Technikum Zawodowego rozpocznie praktyki zawodowe. Uczniowie kształcący się w zawodzie technik hotelarstwa z klasy II i III wyjadą na praktyki do renomowanych hoteli „ProVita” i „Leda” w Kołobrzegu. Natomiast uczniowie kształcący się w zawodzie technik informatyk z klasy III rozpoczną praktyki w koszalińskiej firmie komputerowej „Micro Serwis” oraz w Urzędzie Miejskim w Łobzie. Młodzież będzie miała możliwość wykorzystania w praktyce wiedzy teoretycznej zdobytej w szkole. Uczniowie cieszą się, ale i bardzo przeżywają ten wyjazd. Mają nadzieję, że dobrze się zaprezentują i sprostają wymogom pracodawców. Życzymy im **POWODZENIA!**



Egzamin dojrzałości w Zespole Szkół

Od 5 do 26 maja uczniowie liceum (76 os.) i technikum (22 os.) przystępowali do egzaminów maturalnych. W szkole odbyło się 12 egzaminów pisemnych, w trakcie których pracowało 19 zespołów nadzorujących oraz 19 egzaminów ustnych z języków. Maj był niewątpliwie miesiącem stresującym dla tegorocznych absolwentów szkoły i bardzo pracowitym dla nauczycieli, którzy dodatkowo w weekendy sprawdzali w Szczecinie matury pisemne.



Matura oczami matki i nauczycielki

Matura ustna dobiegła końca. Stres, nieprzespane noce, niedojadanie czy zajądanie się z powodu nerwów minęły. Ci abiturienti, którzy zdali, czekają na wyniki egzaminów pisemnych. Ci, którym się nie powiodło na egzaminach ustnych wiedzą, że będą musieli zdawać jeszcze raz. Jednak stres i niepokój dopadł nie tylko uczniów, ale także nauczycieli, a szczególnie jedną z nich.

Zawsze, gdy byłam wychowawczynią, śledziłam egzaminy swoich uczniów: denerwowałam się z nimi, cieszyłam, a niekiedy nawet płakałam. W tym roku tak się złożyło, że przeżywałam maturę swoich córek: Ewy i Martyny. Czas minął, jak z bicza strzelił. Pamiętam, kiedy zaczynały podstawówkę. Wtedy matura wydawała się tak odległa i nieistniejąca w naszej domowej rzeczywistości. Niestety, lata mijają i doczekaliśmy się najważniejszego egzaminu w życiu młodych ludzi. Przewidywałam, że będzie to ciężki rok, ale przez myśl mi nie przeszło, że tak bardzo. Dziewczyny przygotowywały się ostro. A to trzeba było podwyższyć sobie ocenę z potrzebnych na uczelnię przedmiotów, a z drugiej strony powtarzać i uczyć się do matury. Dodatkowe zajęcia w domu i poza domem pochłaniały czas, który mknął z prędkością światła. Jednak w tym ferworze nauki, potrafiły znaleźć czas na przyjemności – treningi siatkówki. Jeżeli chodzi o siatkówkę to nie odpuściły żadnego turnieju. Wieczorami w soboty i w niedziele miałyśmy kilka chwil na rozmowy. Oprócz planowania następnego tygodnia, rozmawialiśmy o maturach. Próbowaliśmy przewidzieć, co może się pojawić, ale nie przewidziałyśmy.

Dziewczyny pytały, co jeszcze muszą powtórzyć, ćwiczyłyśmy zestawy do matury ustnej z angielskiego i cały czas miałam wrażenie, że czegoś nie zrobiłyśmy. Wieczory mijały, a wraz z nimi pory roku. I nadeszła wiosna... Zakończenie roku szkolnego przyszło nie wiadomo kiedy. Kilka dni wolnego i zakwitły kasztany – znak, że rozpoczęły się matury. Na ulicach pojawili się abiturienti galowo ubrani: białe bluzki, czarne spódnice, garnitury i krawaty. Mój stres osiągnął apogeum i utrzymywał ten poziom od 5 aż do 21 maja. Oprócz nerwów związanych z egzaminami, musiałam dopilnować takich przyziemnych spraw, jak: białe bluzki, spódnice, żakiety, czy wszystko jest uprane i uprasowane. Czasami zapominałam, z jakiego powodu stoję przy desce do prasowania.

Przed każdym egzaminem symboliczny kop na szczęście i oczekiwanie na wyniki. Od córek docierały wiadomości: „Martyna weszła” pisała Ewa. „Ewka już tam siedzi” donosiła Martyna. A ja z sercem w gardle, czekałam w domu na wyniki. I tu najlepsze: rezultaty egzaminów dostawałam SMS-em, bo po wszystkim dziewczyny „leciały” na siatkę. Wreszcie nadeszła ulga – 21 maja ostatni egzamin z języka angielskiego. Emocje opadły. Na razie, bo czekamy na wyniki matury pisemnej.

Nadszedł czas na podejmowanie życiowych decyzji: jaki kierunek studiów wybrać? Trudno cokolwiek doradzić, bo nie wiadomo, gdzie będzie praca. Dziewczyny mają kilka wariantów, ale zobaczymy...

Barbara Smolska - Nazarek, nauczycielka języka angielskiego

Nauczmy się na pamięć tego kraju

Wielu z nas zastanawia się, jak obchodzić takie narodowe święta jak: Święto Niepodległości, Dzień Flagi, Narodowe Święto Konstytucji 3 Maja. Można obejrzeć kilka filmów w telewizji, zjeść lepszy obiad z rodziną, spędzić wspólnie czas przy grillu na łonie natury, a może po prostu poleżeć i poleniuchować. Czy w ten sposób okazujemy swoją postawę patriotyczną? Kto z nas wywiesza flagę narodową w okresie świąt? Kto z nas bierze udział w uroczystościach patriotycznych organizowanych przez władze lokalne? Muszę się uderzyć we własne piersi i przyznać, że te pierwsze opcje nie są mi wcale obce. W tym roku jednak wspólnie ze sporą grupą młodzieży z naszej szkoły aktywnie uczestniczyłem w obchodach Narodowego Święta Konstytucji 3 Maja. Bardzo ucieszył mnie fakt, że nie miałem większych problemów z namówieniem uczniów do udziału w tym przedsięwzięciu.

3 maja o godz. 12. w kościele parafialnym w Łobzie uczniowie Zespołu Szkół im. T. Kościuszki zaprezentowali 20-minutowe przedstawienie pt. „Nauczmy się na pamięć tego kraju” nawiązujące do wydarzeń z 1791 roku. Postanowiliśmy w tym roku do tradycyjnych recytacji i pieśni patriotycznych dodać pewien element teatralny. Rolę chłopów pańszczyźnianych odegrali Miłosz Rapacz i Patryk Gębicki. Na szczęście mimo energicznego wymachiwania przez nich kosami i widłami nie

doszło do zranienia nikogo z obecnych. Rolę mieszczerki odegrała Kasia Kłysiak, a wielkiego marszałka - Szymon Fojna. Mnie przypadła rola króla Stanisława Augusta Poniatowskiego, który przed ołtarzem ślubował dochowania ustaleń konstytucji i przy akompaniamencie werblisty (w tej roli Wojtek Wierzbowski) odczytywał najważniejsze uchwały konstytucji. Rola narratorów przypadła Oli Puzyrewskiej i Radkowi Kosińskiemu. Julia Poniewiera i Paulina Banacka okraśliły nasz występ pięknymi recytacjami wierszy patriotycznych. W naszej inscenizacji chrzest bojowy przeszedł szkolny chór pod wodzą Alberta Moroza i pierwszy raz pokazał szerszej publiczności, na co go stać. Muszę przyznać, że występ chóru wywarł na słuchaczach ogromne wrażenie. W całym przedsięwzięciu wzięła również udział Młodzieżowa Orkiestra Dęta z Łobeskiego Domu Kultury, wykonując pieśni patriotyczne.

Chciałbym również podziękować wszystkim uczestnikom przedstawienia za zaangażowanie i profesjonalizm. Serdecznie również namawiam do dalszej współpracy w celu promowania postaw patriotycznych i pokazania, że uczniów naszej szkoły stać na organizowanie imprez na wysokim poziomie artystycznym.

Robert Jaremko, nauczyciel języka angielskiego



Dlaczego warto uczyć się języka niemieckiego?

Języka niemieckiego zaczęłam uczyć się już w szkole podstawowej. W liceum zależało mi na kontynuacji, więc zapisałam się do klasy niemieckojęzycznej, wtedy bardziej z intuicji niż z przekonania. Nie miałam trudności z podjęciem decyzji, jaki język obcy będę zdawać na maturze. Choć uczyłam się również języka angielskiego, to byłam przekonana, że warto znać język naszego zachodniego sąsiada. Pamiętam pierwsze wyjazdy z rodzicami na zakupy do Prenzlau czy na turnieje szachowe do przygranicznego Torgelow. Cieszyłam się wtedy, że mogę zrozumieć innych i powiedzieć kilka zdań w tym języku. Stąd też postanowiłam zdawać język niemiecki na maturze. Owszem, język angielski jest również ważny, ale jego znajomość na poziomie turystycznym w zupełności mi zadowalała. Większy nacisk kładłam na język niemiecki. Moim marzeniem była kariera naukowa w dziedzinie stosunków polsko-niemieckich w kontekście historii i tym też tropem poszłam dalej po zdaniu matury (m.in. historii i języka niemieckiego).



Już na pierwszym roku studiów historii na UAM w Poznaniu mogłam uczestniczyć w kilkudniowej konferencji w Kolonii, gdzie wraz z innymi uczestnikami dyskutowaliśmy o przyszłości stosunków polsko-niemieckich, w języku niemieckim rzecz się rozumie. Ten wyjazd zmotywował mnie do intensywniejszej nauki tego języka. Już wówczas planowałam wyjechać na stypendium *Erasmus* do kraju niemieckojęzycznego. Będąc na drugim roku ubiegałam się o stypendium na wyjazd do Szwajcarii, do Zurychu. Niestety moje oceny pozwoliły jedynie na stypendium w Niemczech. Wybrałam Augsburg w Bawarii, ponieważ leży on wystarczająco daleko. Pomyślałam, że w ten sposób będę mogła poświęcić się nauce języka, nie wpadając w towarzystwo polonijne. Będąc jedyną stypendystką z Poznania w Augsburgu skazana byłam na posługiwanie się językiem niemieckim i coraz bardziej dialektem bawarskim. Śliczny krajobraz, otwartość Bawarczyków, międzynarodowe środowisko innych uczestników wymiany, spodobały mi się do tego stopnia, że rzuciłam studia w Poznaniu i rozpoczęłam od nowa studia w Augsburgu. Warunkiem było zdanie trudnego egzaminu z języka niemieckiego, który dzięki konwersacjom przygotowawczym z moimi niemieckimi przyjaciółmi udało mi się zdać. Po rocznym pobycie rozpoczęłam studia na kierunkach historii, etnologii i japonistyki. Zwłaszcza ten trzeci kierunek sprawił mi ogromną frajdę, gdyż uczyłam się dwóch języków naraz: japońskiego poprzez niemiecki. Znajomość niemieckiego, którą wyniosłam z liceum, dała mi pewność siebie i doskonały punkt wyjścia do realizacji marzeń.



W cztery lata uporałam się ze studiami, a kończąc je, napisałam pracę magisterską po niemiecku o pojednaniu polsko-niemieckim. Moja praca została wydana jako książka przez bawarskie ministerstwo szkolnictwa. Mimo znajomości języka japońskiego poświadczonej certyfikatem i otrzymanym stypendium na staż w Tokio, zdecydowałam się na pracę jako historyk, co było moim celem od czasów liceum. Wśród studentów niemieckich wyróżniałam się pochodzeniem z Polski, znajomością języka i mentalności Polaków. Tuż po studiach otrzymałam pracę jako asystentka profesora oraz stypendium doktoranckie. Pracowałam w projekcie międzynarodowym, w którym odpowiadałam za obszar Polski. To otworzyło mi drzwi do kariery naukowej historyka, specjalisty od stosunków polsko-niemieckich w XX wieku. Nie chcąc jednak zawęzić swoich zainteresowań tylko do Niemiec, odnowiłam kontakty z UAM. Mój doktorat z tego zakresu obroniłam w systemie międzynarodowym na obu uczelniach. Obrona odbyła się w Poznaniu, w obecności rektora uczelni augsburskiej, co było bardzo dużym krokiem na przód w uczelnianej współpracy międzynarodowej. Moja praca doktorska została wyróżniona i zgłoszona do konkursu o nagrodę Prezesa Rady Ministrów.

W okresie czterech lat doktoratu angażowałam się jako tłumacz w wiele projektów, które dały mi dużo doświadczenia. Często pytano mnie, czy jestem po germanistyce. Kiedy odpowiadałam, że nie, dodawano, gdzie się tak dobrze nauczyłam języka niemieckiego. Odpowiadałam, że w międzyczasie, ponieważ od początku moim celem była historia, a nie germanistyka. Kilka dni po obronie doktoratu dostałam pracę w Polskiej Akademii Nauk, na placówce zagranicznej w Berlinie, jako ekspert od stosunków polsko-niemieckich, gdzie od roku już pracuję. Musiałam niestety opuścić przepiękną Bawarię i przeprowadzić się do Berlina, ale za to otrzymałam nobilitujące stanowisko, we współpracy z MSZ, jako doradca historyczny. Oprócz tego pracuję nad własnym projektem habilitacyjnym z nadzieją zostania kiedyś profesorem historii Polski i Niemiec. Wykładałam również historię Polski na Freie Uni w Berlinie. Niemcom wcale nie przeszkadza Polka wykładająca im w ich języku historię sąsiada. Jedynie okres zaliczeń przykuwa ich do intensywniejszej nauki, ale jak sami mówią, zajęcia bardzo im pomogły w przezwyciężeniu własnych uprzedzeń. Na co dzień zajmuję się



Z ŻYCIA SZKOŁY

wieloma projektami, od polityki po spotkania z młodzieżą, ale najważniejszym z nich jest niwelowanie kwestii spornych w stosunkach polsko-niemieckich.

Moim mottem jest zrozumieć sąsiada: Niemiec Polaka i vice versa. Poprzez naukę języka niemieckiego mamy szansę zrozumieć mentalność innego narodu i uniknąć stereotypów, które niczemu dobremu przecież nie służą. Oczywiście, w przeszłości Niemcy wyrządzili nam dużo krzywd – oni o tym wiedzą. Polska i Niemcy mają odmienne spojrzenia na historię, gdzie indziej leżą punkty ciężkości. Ale te asymetrie nie powinny prowadzić do zamykania się we własnych okopach. Wręcz przeciwnie, otwarcie się na sąsiada i uczestniczenie w dialogu z nim, stwarza nam szansę do rozmowy o tym, co nas boli i o tym, czego oczekujemy od siebie i od Niemców. Nauka języka niemieckiego wyposaża nas w niezbędny instrument. Jest jak prawo jazdy, ponieważ ułatwia nam po prostu życie, a w wielu przypadkach otwiera przed nami karierę. Kontakty polsko-niemieckie będą się stale zacieśniać, a znajomość języka nam tylko w tym pomoże.

Mieszkam już 10 lat w Niemczech i choć automatycznie myślę i śnię w języku niemieckim, to wcale nie czuję z tego powodu dyskomfortu. Wiem, gdzie są moje korzenie – w Łobzie. Zachęcam uczniów szkoły do przygody z językiem niemieckim – jej skutków na pewno nie będziecie żałować, wręcz przeciwnie. Język niemiecki zwiększa szanse zawodowe, a często pozwala także znaleźć bratnią duszę, tak jak ja mojego bawarskiego partnera, z którym na co dzień skutecznie praktykuję polsko-niemieckie pojednanie.

Katarzyna Woniak, absolwentka szkoły, rocz. ur. 1983

ARA – święto recytacji

26 kwietnia w Szczecin – Dąbiu odbył się kolejny – wojewódzki - etap Ogólnopolskiego Konkursu Recytatorskiego. Naszą szkołę reprezentowały Elżbieta Olek i Paulina Banacka, laureatki etapu powiatowego. Konkurs był podzielony na cztery części, w których wybrane przez siebie utwory mogli zaprezentować zarówno uczniowie szkół ponadgimnazjalnych, jak i dorośli. Przesłuchania trwały cały dzień, w Klubie „Delta”.

A oto wrażenia jednej z uczestniczek – Eli: „Moim zdaniem wszyscy prezentowali w konkursie naprawdę wysoki poziom. Każdy musiał wygłosić wiersz oraz fragment prozy (całość ok. 10 minut). Repertuar był bardzo zróżnicowany. Według mnie większość uczestników konkursu mówiła bardzo ładnie. Niestety, regulamin przewidywał wyłonienie tylko trzech laureatów spośród kilkudziesięciu uczestników. Jury przyznało też kilka wyróżnień. Mnie i Paulinie nie udało się niczego zdobyć. Nie ukrywam, że trochę zadziwiła mnie decyzja jury, gdyż wśród wyróżnionych znalazły się osoby, które niepoprawnie akcentowały wyrazy (co w recytacji jest niedopuszczalne). Niemniej jednak, wyjazd do Szczecin - Dąbia uważam za udany. Był on dla mnie lekcją. Teraz będę wiedziała, na co zwrócić uwagę, przygotowując się do konkursu w przyszłym roku.



Paulina Banacka, kl. 2b LO i Elżbieta Olek, kl. 1a LO

ARA – święto poezji śpiewanej

25 kwietnia o godz. 16.00 w szczecińskim Klubie „Delta” odbył się Wojewódzki Turniej Poezji Śpiewanej. Brało w nim udział 7 uzdolnionych uczestników, którzy przeszli eliminacje powiatowe. Wśród nich znalazłam się i ja, co było dużym wyróżnieniem, zwłaszcza, że od dłuższego czasu poezja śpiewana w naszym mieście została zapomniana i dawno nikt z Łobza nie dostał się do etapu wojewódzkiego. Poziom wykonywanych utworów, z jakimi miałam okazję się spotkać w Szczecinie, był niezwykle wysoki. Do Ogólnopolskiego Turnieju Poezji Śpiewanej zakwalifikowały się: Ewelina Szalińska, Emilia Hadrzyńska oraz Żaneta Klingbeil. Niestety nie udało mi się przejść do kolejnego etapu, jednakże już samo uczestnictwo było ciekawym przeżyciem. Okazało się, że byłam najmłodszą wykonawczynią, co zaskoczyło komisję. Jedną z aktorek, która oceniała nasze występy, bardzo mnie pochwaliła i poleciła dalszy rozwój w tym kierunku. Szkoda tylko, że wśród jurorów nie było żadnego muzyka, co spowodowało, że to recytacja, a nie śpiew wysunęła się na pierwszy plan.



Patrycja Jaremko, kl. 1b LO

Finalistki Ogólnopolskich Konkursów Polonistycznych

17 maja w Instytucie Pedagogiki na Uniwersytecie Szczecińskim odbył się finał VII Ogólnopolskiego Konkursu Polonistycznego „Z ortografią na co dzień” oraz finał X Ogólnopolskiego Konkursu Polonistycznego „Z poprawną polszczyzną na co dzień”.

Wszystkich finalistów konkursu ortograficznego w naszej kategorii wiekowej było sześcioro, z czego trzy finalistki to uczennice naszego liceum: **Jagoda Molska (1b)**, **Aleksandra Chłopik (2b)**, **Klaudia Artym (2b)**. Cel konkursu to oczywiście sprawdzenie naszej wiedzy z dziedziny ortografii. Zadanie polegało na napisaniu dyktanda czytanego przez panią prowadzącą konkurs. Finał odbył się w jednej z sal uczelni. Dyktando zostało odczytane bardzo wyraźnie i powtórzone dwa razy. Konkurs upłynął w spokojnej atmosferze. Pisany ze słuchu tekst wydawał nam się łatwy, ponieważ pojawiło się w nim słownictwo, którego pisownię przećwiczyliśmy w trakcie zajęć przygotowujących do konkursu. Mam nadzieję, że wyniki będą dobre, ponieważ czułyśmy się dobrze przygotowane. Po 45 minutach konkursu rozdano nagrody (dyplomy finalistów, książki i gadzety). Cały konkurs zrobił na mnie pozytywne wrażenie. Polecam każdemu próbę wzięcia w nim udziału, bo umiejętność poprawnego pisania zawsze się przyda w życiu. Myślę też, że powinniśmy być dumni, ponieważ połowę finalistów piszących konkurs w Szczecinie stanowili uczniowie naszej szkoły.



Finał polszczyzny polegał na napisaniu w ciągu godziny opowiadania na podstawie podanych obrazków. Forma rysunków była zaskakująca w tym roku, ponieważ znacznie różniła się grafiką od tej z poprzednich lat. Obrazki miały przede wszystkim wiele detali, co, uważam, trochę utrudniało zadanie i ograniczało wyobraźnię. Oprócz tego uczestnicy dostali w zestawie cztery obrazki, a najczęściej ich ilość nie przekraczała trzech. W finale liczyła się szybkość pomysłu i sprawne napisanie poprawnego i bogatego w środki językowe opowiadania. Swojemu tekstowi należało również nadać tytuł. To nie jest proste zadanie, ponieważ pomysł na scalenie ze sobą wszystkich obrazków nie przychodzi najczęściej od razu. Jednak myślę, że wszystkim udało się to osiągnąć i każdy oddał swoje opowiadanie z poczuciem zadowolenia. Dla mnie jeszcze większym zaskoczeniem był wiek większości uczestników. Finał odbywał się dla dzieci i młodzieży we wszystkich kategoriach wiekowych. Najwięcej przybyło jednak uczniów szkół podstawowych. W kategorii gimnazjalnej i licealnej, wśród piszących w Szczecinie, znalazłam się tylko ja – **Aleksandra Chłopik**. Wyniki finału poznamy dopiero 1 czerwca.

Klaudia Artym i Aleksandra Chłopik, kl. 2b LO

PROJEKTY

Polski film dokumentalny

Klasa humanistyczna – 2b LO (pod opieką p. Anny Boguszewskiej - Wąsowicz) realizowała kilkietapowy projekt edukacji filmowej. Najpierw dobraliśmy się w 5-osobowe grupy, wybraliśmy liderów oraz filmy dokumentalne z **Filmoteki Szkolnej**. W naszym projekcie pod lupę wzięliśmy następujące produkcje: **Gadające głowy**, **Urząd**, **Siedem kobiet w różnym wieku** (filmy w reżyserii K. Kieślowskiego), a także **Egzamin dojrzałości** Marcela Łozińskiego i **Dokąd** Pawła Kędzierskiego. Kolejnym etapem projektu było zapoznanie się grup z filmem oraz przygotowanie dyskusji panelowej, którą następnie prezentowaliśmy na forum klasy. Członkowie grup oglądali i analizowali filmy oraz materiały **Filmoteki Szkolnej**. Nie było to łatwe zadanie, ponieważ każdy z zespołów musiał wybrać moderatora dyskusji oraz przygotować pytania i odpowiedzi dotyczące filmu. Po kilku tygodniach intensywnej pracy na forum klasy oglądaliśmy filmy każdej z grup oraz przeprowadzaliśmy dyskusje panelowe.

Następnym zadaniem każdej grupy było przygotowanie plakatu, który odnosił się do wybranego dokumentu, przybliżał problematykę i język danego filmu. Efekt tego etapu mogli zobaczyć wszyscy na korytarzu szkolnym. Ostatnim, i z pewnością najciekawszym, etapem naszego projektu było nagranie krótkiego filmu, który miał być zainspirowany przydzielonymi nam produkcjami. Napisanie scenariusza nie było łatwe, jednak po kilku dniach intensywnych obrad każda z grup miała już swój pomysł. Nakręcenie filmów i ich montaż udało się skończyć przed Dniem Otwartym Szkoły i nasze produkcje zaprezentowaliśmy na forum klasy, a jedną z nich obejrżeli też gimnazjaliści w pracowni humanistycznej. Każdy uczeń miał swój wkład w stworzeniu filmiku. W jednym z nich wystąpiła także p. Barbara Król. Uczniowie klasy 2b zgodnie twierdzą, że poza świetną zabawą, szczególnie przy kręceniu filmiku, wynieśli wartościową wiedzę na temat filmu montażowego, polskiej kinematografii i historii PRL-u.



Radosław Kosiński, kl. 2b LO

Postaw na niemiecki!

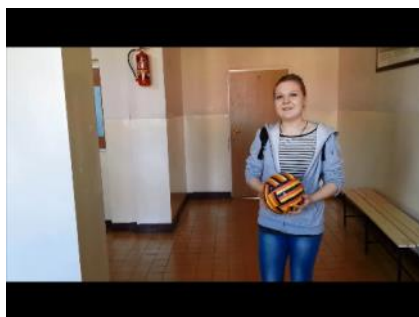
W przedostatnim tygodniu kwietnia klasa 2b LO zakończyła pracę nad filmem promującym naukę języka niemieckiego. Zaangażowanie całej klasy sprawiło, że w krótkim czasie udało nam się stworzyć ciekawy obraz mający zachęcić uczniów gimnazjum do obcowania z językiem naszych zachodnich sąsiadów. Film został wyświetlony w czasie Dnia Otwartego Szkoły w pracowni humanistycznej.

Pomysł zrealizowania filmu przedstawiła nam nasza wychowawczyni, pani Małgorzata Wojciechowska. Oczywiście, na początku trudno było nam zorganizować się i przełożyć konkretne myśli na papier, czyli w scenariusz. Podczas jego tworzenia w klasie panowała wesoła atmosfera. Pojawiało się wiele, nie zawsze do końca udanych pomysłów, jednak wśród wybuchających co chwila salw śmiechu udało nam się w końcu zmobilizować i wspólnymi siłami ułożyć poszczególne sceny, które zapisała nasza scenarzystka i reżyserka - Sandra Kornacka. Następnym etapem przedsięwzięcia było nakręcenie filmiku po uprzednim obsadzeniu naszych klasowych kolegów i koleżanek w wymyślonych przez nas rolach. Tym zadaniem zajął się Piotrek Jarzębski - koordynator projektu. Główną rolę w filmie zagrał Radek Kosiński, którego wyposażyliśmy w symboliczne rekwizyty. Ponadto

w naszym filmie pojawiają się niemal wszystkie osoby z naszej klasy. Kluczową sprawą w nagraniu obrazu jest również narracja, którą przygotowałam, a jej odczytaniem i nagraniem zajęły się Paulina Banacka oraz Roksana Popiela. W trakcie realizacji filmu widoczne było nasze coraz większe zaangażowanie i dzięki temu uwinęliśmy się z realizacją techniczną w dwa dni, mając przy tym oczywiście wiele frajdy. Osobną kwestię stanowił montaż scenek – to zadanie zostało powierzone Kacprowi Kamińskiemu i Dawidowi Iwaszce.

Na nasz filmik składają się zabawne scenki, potwierdzające, że warto znać język niemiecki. Udowodniliśmy, że bez jego znajomości nie wygracie miliona euro ☺ Przedstawiliśmy również ważne argumenty za tym, że warto zagłębiać się w tajniki tego wyjątkowego języka – w końcu bliskość granicy z Niemcami mówi sama za siebie. Jednocześnie podkreślamy, że w obecnym świecie nie wystarczy już tylko znajomość języka angielskiego. Istotna i konieczna jest także znajomość języka niemieckiego. Mój artykuł nie zobrazuje jednak naszego sposobu realizacji filmu, więc zachęcamy wszystkich chętnych do obejrzenia tego „minidziela”.

Aleksandra Chłopik, kl. 2b LO



PROJEKTY



Film dostępny na: www.zslobez.pl

Tydzień Zdrowia w naszej szkole



Jak co roku członkowie naszego szkolnego koła LOP zorganizowali Tydzień Zdrowia, tym razem pod hasłem „Wiosenne smaki zdrowia”. Dzień Zdrowia obchodzony jest na całym świecie 7 kwietnia już od 1950 r. (w rocznicę powstania Światowej Organizacji Zdrowia) w celu zwrócenia szczególnej uwagi na najbardziej palące i zaniedbane problemy zdrowotne społeczeństw na świecie.

Od lat organizujemy w szkole cykliczne akcje o charakterze prozdrowotnym. W tym roku na parterze prezentowaliśmy gazetki tematyczne mówiące o naszym uczestnictwie w programach ogólnopolskich, takich jak: „Różowa wstążeczka”, „Rzuć palenie razem z nami”, „Światowy dzień walki z AIDS”, „Dzień wegetarian”, czy „Jedz zdrowo, żyj zdrowo”. Na godzinach wychowawczych uczniowie klas pierwszych wysłuchali prelekcji przygotowanej przez p. Izabelę Niedzielę (pracownik Sanepidu) na temat zasad racjonalnego odżywiania. Dowiedzieliśmy się, że rozsądne odżywianie polega na takim planowaniu posiłków, abyśmy czuli się dobrze zarówno psychicznie, jak i fizycznie. Powinniśmy dostarczać naszemu organizmowi takiej ilości energii i składników odżywczych, aby mógł wykorzystywać swoje możliwości na 100 %. Pani Niedziela przekonywała nas, że wbrew pozorom nie jest to trudne, czasem wystarczy zmienić tylko parę nawyków, a efekty mogą być niezwykle. Natomiast p. Irena Praczyk – nasza pielęgniarka szkolna – przez cały tydzień mierzyła i ważyła chętnych uczniów, a potem wspólnie obliczaliśmy wskaźnik BMI. Można było również zmierzyć sobie ciśnienie.

Przedstawiciele wszystkich klas wzięli udział w teście wiadomości z zakresu zdrowego stylu życia. Pierwsze miejsce zdobyła **Aleksandra Puzyrewska** z 1a LO. W konkursie plakatomym zwyciężyła utalentowana plastycznie **Anna Gaura** z 1A TZ, natomiast dwa drugie miejsca zajęli: **Anna Kruczyńska** i **Łukasz Perdek** - z tej samej klasy. Wyróżnienia otrzymali: Marta Piszcz, Magda Cerkaska i Paweł Osiak. Nagrody ufundowane

zostały przez Szkolne Koło LOP „Trzykrotka”. Dużym zainteresowaniem cieszyły się lekcje matematyki i języków obcych, na których z powodzeniem realizowano równoległe zagadnienia zdrowotne.

Na zajęciach „zdrowej matematyki” prowadzonych przez p. Mirosławę Parzygnat uczniowie układali jadłospis na cały dzień, liczyli kalorie, obliczali wskaźnik BMI i co najważniejsze wyciągali wnioski. Pani Bożena Kordyl (nauczycielka wychowania fizycznego) wraz z dziewczętami klas drugich na długiej przerwie zaprezentowała ćwiczenia aerobiku. Trzeba przyznać, że chłopcy mieli ochotę dołączyć do swoich koleżanek. Do naszej akcji włączyli się jak zawsze nauczyciele języków obcych. Na lekcjach angielskiego i niemieckiego prezentowaliśmy zdrowe potrawy i nazywaliśmy w językach obcych różne produkty spożywcze. Uczniowie klas pierwszych przygotowali pouczające i wesołe hasła, które zaprezentowano na piętrze szkoły. Pierwszaki wykazały się pomysłowością. Uczniowie układali nie tylko hasła, ale i rebusy a nawet krótkie wierszyki.

Bardzo ciekawym elementem naszego Tygodnia Zdrowia był taniec belgijski zaprezentowany wszystkim na długiej przerwie. Wiele osób szybko dołączyło do tańczących par. Nic dziwnego, przecież ruch to zdrowie. Na lekcjach wychowania fizycznego odbywały się ponadto wędrowki po lesie z kijkami. Nordic walking jest coraz popularniejszą formą ruchu dla wszystkich grup wiekowych. Kochają go uczniowie, ich rodzice oraz dziadkowie. Spacer ścieżkami ekologicznymi może być o tej porze roku bardzo energetyczny. Daje możliwość bliższego kontaktu z przyrodą i poznania naszych łobeskich ścieżek ekologicznych. Tydzień Zdrowia uświadomił wszystkim, jak ważny jest zdrowy styl życia, w jaki sposób można wyeliminować błędy w codziennym odżywianiu, jak poprawić kondycję i że warto zjeść na drugie śniadanie owoce zamiast chipsów. Przestrzegając prawidłowych nawyków żywieniowych, zapobiegamy utracie zdrowia.

Członkowie szkolnego koła LOP



Tydzień Ekologiczny w szkole - Dzień Ziemi 2014

Światowy Dzień Ziemi 2014 był częścią ogólnopolskiej kampanii edukacyjnej dla klimatu pod hasłem „Zmieniaj nawyki - nie klimat!”. Dzień Ziemi to największe ekologiczne święto świata obchodzone od 1970 r., obecnie w 192 krajach. Obchody organizowane są od Singapuru do Rzymu i od Alaski po Australię, a organizatorzy ze wszystkich państw od wielu lat skupieni są w Earth Day Network, z siedzibą w Waszyngtonie. W Polsce Dzień Ziemi obchodzimy od 1990 r.

Akcja przypada na 22 kwietnia i prowadzona jest corocznie wiosną w celu promowania postaw ekologicznych w społeczeństwie. Polega głównie na uświadamianiu wszystkim, jak krucha jest nasza planeta. Akcję zaczęliśmy od przygotowania tematycznych gazetek ściennych. Uczniowie naszej szkoły biorą udział w różnorodnych akcjach proekologicznych. Wielu należy do szkolnego koła LOP „Trzykrotka”. Od sześciu lat wygrywamy wojewódzki konkurs na najlepsze szkolne koło LOP. Mamy wiele różnych, ciekawych pomysłów. Zbieramy nakrętki plastikowe (pomagając jednocześnie chłopcu po ciężkim wypadku oraz małemu dziecku z zespołem Downa ze Szczecina), puszki aluminiowe oraz zużyte baterie. Sprzątamy regularnie ścieżki leśne w ramach akcji Leśny Patrol, teren wokół szkoły, a zimą dokarmiamy zwierzęta leśne.

W ramach obchodów Dnia Ziemi Jacek Antoniewski uczestniczył w etapie wojewódzkim XXIX Olimpiady Wiedzy Ekologicznej w Szczecinie. Na parterze i piętrze przygotowaliśmy gazetki okolicznościowe informujące o celu i historii obchodów Dnia Ziemi, prezentowaliśmy naszą gazetkę szkolną „Eko-Świat i my”, którą tworzymy już od 1993 r. Kulminacyjnym punktem dnia było spotkanie młodzieży z leśnikiem Nadleśnictwa Łobez, który najpierw wysłuchał sprawozdania z działalności naszego szkolnego koła LOP, a potem wygłosił ciekawą prelekcję dotyczącą pracy leśnika oraz aktualnych problemów gospodarki leśnej powiatu. W opinii uczniów ciekawie opowiadał o swojej pracy, a uczniowie zadawali wiele pytań.

Po spotkaniu z leśniczym niektórzy uczniowie ruszyli do łobeskich lasów na tzw. wiosenne sprzątanie, które stało się u nas tradycją. Przedstawiciele szkolnego koła LOP zwrócili się do dyrektora PUK-u w Łobzie z prośbą o ufundowanie specjalnego kosza na puszki aluminiowe. Pomysł spodobał się i w maju możemy liczyć na dodatkowy pojemnik. W ramach Tygodnia Ekologicznego opiekunka naszego koła - p. J. Abramowska zorganizowała także konkurs plakatowy, który zostanie rozstrzygnięty 5 czerwca, czyli w Światowym Dniu Ochrony Środowiska.

Szkolne Koło LOP „Trzykrotka”



Zbieramy puszki aluminiowe - rozstrzygnięcie konkursu dla klas trzecich LO i czwartej TZ

W ramach udziału w konkursie na najaktywniejsze w województwie zachodniopomorskim szkolne koło LOP większość uczniów w szkole przystąpiła do szkolnego konkursu zbiórki surowców wtórnych. Uczniowie zbierali puszki aluminiowe i nakrętki plastikowe. Miło nam poinformować, że wśród uczniów klas kończących naukę w naszej szkole w roku szkolnym najbardziej aktywni i najwięcej puszek zebrali następujący uczniowie:

- I miejsce **Magdalena Wielgan** z klasy 3c LO (1903 puszek),
- II miejsce **Marcin Niedźwiedzki** z klasy 3a LO (1500 puszek),
- III miejsce **Patrycja Karłowska** z klasy 3a LO (1080 puszek),
- IV miejsce **Anna Kłosowiak** z klasy 3b LO (850 puszek).

Nagrody zostały wręczone zwycięzcom na uroczystym apelu pożegnania klas trzecich.



Jolanta Abramowska, opiekun szkolnego koła LOP

Targi edukacyjne dla gimnazjalistów

13 maja 2014 r. nasza szkoła wzięła udział w Targach Edukacyjnych dla uczniów klas trzecich Gimnazjum Integracyjnego im. Adama Mickiewicza w Łobzie. Celem przedsięwzięcia było zapoznanie gimnazjalistów z ofertami edukacyjnymi różnorodnych szkół ponadgimnazjalnych. Swoją ofertę edukacyjną prezentowało wiele szkół naszego województwa. Do wyboru naszej szkoły przekonywała gimnazjalistów pani Renata Schmidt wraz z uczniami klasy 1 a LO. W czasie prezentacji został pokazany film promocyjny nakręcony przez tych uczniów.



W ramach współpracy z Gimnazjum Integracyjnym im. A. Mickiewicza w Łobzie, drukujemy fragment artykułu gimnazjalistów:

„Z całą pewnością oferty szkół zainteresowały łobeskich gimnazjalistów na tyle, aby już niedługo mogli oni z pełną świadomością wybrać szkołę ponadgimnazjalną. Kolejny raz okazało się, że inicjatywa Targów jest strzałem w dziesiątkę, a placówki starały się stać na wysokości zadania, chociaż naszym skromnym zdaniem, najlepiej zaprezentował się ZS im. Tadeusza Kościuszki w Łobzie – było konkretnie, dowcipnie i z pomysłem. Organizatorce Giełdy, pani Magdalenie Śniadeckiej, serdecznie dziękujemy i liczymy na kolejną edycję w następnym roku szkolnym.”

Redakcja gazetki szkolnej „u Mickiewicza”



Wypowiedź pani Klaudii Ungerman - absolwentki naszej szkoły i Miss Polski w 2008 roku



Jak przebiegała Pani edukacja po ukończeniu szkoły średniej?

Po ukończeniu szkoły średniej rozpoczęłam studia na Uniwersytecie Szczecińskim, na Wydziale Nauk Ekonomicznym i Zarządzania. Studiowałam w trybie stacjonarnym zarządzanie, specjalność Zarządzanie Zasobami Ludzkimi. Po ukończeniu licencjatu, po rocznej przerwie, rozpoczęłam studia magisterskie na tym samym kierunku, ale już o specjalności Business Management. Studia magisterskie kontynuowałam na tej samej uczelni, ale już w trybie niestacjonarnym.

Czym się Pani obecnie zajmuje zawodowo?

Obecnie zajmuję się modelingiem. W trakcie studiów dorabiałam sobie jako modelka, ale już od paru lat zajmuję się tym zawodowo. Od 2009 roku modeling stał się moim sposobem na życie. Obecnie wszystko poświęcam modelingowi, biorę udział w pokazach mody, sesjach zdjęciowych, showroomach. Czasami jest to praca związana z telewizją. Pracuję w Polsce, jak również za granicą.

Co Pani ceni najwyżej w swojej pracy?

W swojej pracy cenię najbardziej kontakt z ludźmi. Modeling jest branżą, w której w każdej chwili zmieniają się współpracujący ze mną ludzie. Muszę się szybko zaklimatyzować w nowym miejscu pracy jak i poznać nowych ludzi. Cenię także cierpliwość, opanowanie i otwieranie się na nowe doświadczenia. W czasie swoich podróży poznaję obyczaje i kulturę krajów i doskonale język obcy.

Jak Pani wspomina po latach pobyt w Zespole Szkół im. T. Kościuszki w Łobzie?

Okres nauki w Zespole Szkół wspominam bardzo miło. Mam piękne wspomnienia z czasów liceum. W tym okresie zaprzyjaźniłam się z osobami, z którymi do tej pory utrzymuję kontakt. Kadra nauczycielska była sympatyczna i ugodowa, zawsze chętna do pomocy i otwarta na nowe pomysły.

Dlaczego, Pani zdaniem, warto się uczyć przez całe życie?

W wielu zawodach uczenie się i zdobywanie nowych kwalifikacji jest koniecznością. Zdobywając wyższe wykształcenie i wiedzę, można zarabiać więcej pieniędzy, a tym samym podnieść swój poziom życia. Człowiek, który uczy się przez całe życie jest bogatszy o wiedzę i doświadczenia. W naszym świecie wszystko się bardzo szybko zmienia, a my musimy podążać za tymi zmianami, np. komputeryzacją, uczyć się języków obcych, podróżować. Człowiek, który uczy się przez całe życie, jest otwarty na nowe doświadczenia, ma nowe pomysły, staje się pewniejszy siebie i może czuć się bezpiecznie, gdyż poradzi sobie w każdej sytuacji.





Commit to be fit! - Health vocabulary quiz

Summer is coming! Surprisingly, This year summer has come quite soon. With a new upcoming season, you should definitely make some 'healthy' resolutions about your lifestyle. Please, start with this short quiz...

1. If you don't want to _____, try not to eat sweets.
a) put on weight b) get weight c) lose weight d) cut weight
2. The best thing to improve your physical condition is to _____ every day in the gym.
a) make sports b) work out c) work d) spend time
3. The doctor told me to reduce coffee and _____ fatty food.
a) look for b) eat c) cut down on d) buy
4. The opposite of GMO is _____ food.
a) tasty b) organic c) unhealthy d) tasteless
5. A healthy diet does not contain _____.
a) vitamins b) vegetables c) exotic fruit d) fats and sugar
6. You shouldn't smoke. Every cigarette _____ your life.
a) lengthens b) shortens c) improves d) smokes
7. Prolonged smoking may lead to _____.
a) swollen tonsils b) a common cold c) lung cancer d) diarrhoea
8. Vegetables and _____ are the most important element of a healthy diet.
a) chips b) crisps c) candies d) fruit
9. A _____ gives people advice on what diet is the best for them.
a) nutritionist b) beautician c) manicurist d) nurse
10. If you want to look slimmer, you must _____ weight!
a) lose b) fatten c) put on d) gain



The thought of a rest, wonderful weather, long days and busking in the sun sounds optimistic and builds up energy. We've got only a month for holidays to come. That's enough time to take care of your summer silhouette. If you've made a resolution that you need to lose some weight before the holidays start, don't put your plans aside. The transition period between spring and summer is a golden opportunity to make your wish come true. There's nothing else for me to do now but wish you strenuous preparation for holidays.

Małgorzata Matys, kl. 2a LO

Correct answers: 1a, 2b, 3c, 4b, 5d, 6b, 7c, 8d, 9a, 10a.

EINFACH(ES) DEUTSCH

Ist Frühstück für die Schüler der Klasse 1a und 1b wichtig?

Die Frage „Lebt man zum Essen, oder isst man, um zu leben?“ ist sehr alt. Die Schüler unserer Klasse haben über ihre Frühstücksgewohnheiten gesprochen. Wir haben eine Umfrage in der Deutschstunde durchgeführt und folgende Fragen gestellt:

- Was isst du gern zum Frühstück?
- Was trinkst du morgens?
- Nimmst du auch ein Pausenbrot mit?
- Frühstückst du jeden Tag vor der Schule? Warum?



Ela isst Müsli mit Milch zum Frühstück gern. Sie trinkt morgens Tee. Ela nimmt immer das Pausenbrot zur Schule. Sie frühstückt jeden Tag, weil sie später nicht hungrig sein will.

Ania isst wie Ela Müsli mit Milch zum Frühstück gern. Sie trinkt Orangensaft am Morgen. Ania nimmt gewöhnlich das Pausenbrot zur Schule. Sie frühstückt jeden Tag vor der Schule, sie will den Körper mit Energie morgens versorgen.

Grzegorz isst ein Butterbrot zum Frühstück gern. Er trinkt auch Tee dazu. Er nimmt einen Apfel zur Schule. Er frühstückt jeden Tag vor der Schule, weil er hungrig am Morgen ist.



Ola isst zum Frühstück ein Schinkenbrot gern. Morgens trinkt sie auch Tee dazu. Sie bringt normalerweise ein Pausenbrot mit. Ola frühstückt jeden Tag vor Schule. Ihrer Meinung nach ist das sehr wichtig für die Gesundheit.

Patrycja isst Müsli mit Milch zum Frühstück gern. Sie trinkt morgens Orangensaft. Patrycja nimmt zur Schule gewöhnlich Obstkuchen mit. Sie frühstückt jeden Tag vor der Schule weil sie morgens Hunger hat.

Michalina isst zum Frühstück Rührei gern und trinkt Tee. Sie nimmt zur Schule einen Apfel mit. Morgens frühstückt sie nicht, weil sie keinen Hunger hat.

Kinga frühstückt jeden Tag vor der Schule. Sie isst Müsli mit Milch und trinkt dazu Früchtetee. Für sie ist Frühstück sehr wichtig. Kinga isst in der Schule Pausenbrot mit Käse, manchmal auch Schokoriegel.

Marcelina frühstückt nicht jeden Tag weil sie keine Zeit hat. Sie isst immer das Frühstück am Wochenende. Normalerweise nimmt sie auch Pausenbrot zur Schule mit.

Dagmara isst oft Müsli mit Milch zum Frühstück gern und von Zeit zu Zeit isst sie Sandwich mit Schinken und Tomaten. Immer trinkt sie morgens grünen Tee. Normalerweise nimmt sie zur Schule ein Brötchen mit Schinken und Obst. Sie frühstückt jeden Tag, weil ein Frühstück die wichtigste Mahlzeit für sie ist.

Wir haben festgestellt, dass leider nicht alle von uns sich gesund ernähren. Manche von uns vergessen morgens zu frühstücken oder ein Pausenbrot zur Schule mitzunehmen. Wir hoffen, dass jetzt jeder von uns bewusst ist, dass Frühstück die wichtigste Mahlzeit sein soll. Die Ernährungsexperten fordern, dass sie Jugendliche frühstücken sollen, sonst sind sie nach drei Stunden müde und unkonzentriert.

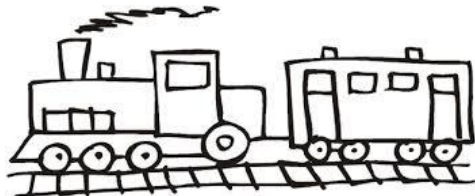


Marcelina Świrska i Anna Misiejuk, kl. 1b LO

NIE(OBCY) JĘZYK POLSKI

W kwietniu trzy uczennice liceum: Aleksandra Chłopik, Marcelina Świrska i Justyna Muszyńska wzięły udział w Wojewódzkim Konkursie Dziennikarskim „Blżej niż myślisz”. Poniżej prezentujemy pracę konkursową Oli. Temat felietonu: **Papier czy e-book? Czy sądzisz, że w przyszłości wydania elektroniczne spowodują upadek wydawnictw tradycyjnych?**

Podróż sentymalna



Wsiadam do pociągu, którym mam się udać w dość daleką podróż. Patrzę na swoich współpasażerów i domyślam się, rzuciwszy okiem na ilość bagaży, że ich cel również nie leży tak blisko. W przedziale obrazek z XXI wieku – pod oknem młody chłopak z laptopem na kolanach, na środku kobieta około trzydziestki pisząca coś w telefonie, obok jej córka, na oko ośmiolatka, wpatrzona w telefon wcale nie gorszy niż mamy. Koło drzwi staruszek z książką w ręku (tak bardzo wyróżniający się na tle całego towarzystwa!), a naprzeciwko niego młoda kobieta, może studentka, z urządzeniem średniej wielkości w ręku. Przyglądam się jej. Nic nie klika, od czasu do czasu tylko przewija coś palcem i zdaje się być skupiona na treści zawartej w tym urządzeniu. Po chwili domyślam się, że trzymany przez nią ekranik to ostatni hit na rynku technologii – e-book.

Z początku uderzył mnie ten kontrast. Naprzeciw siebie siedzi dwoje ludzi, których różni nie tylko wiek, ale też przełom elektroniczny. Starszy pan dzierży w ręku grubą książkę, na pewno ciężką. Dziewczyna natomiast trzyma w dłoniach leciutki ekranik, którego pamięć potrafi pomieścić nawet tysiąc takich książek.

Według mnie taki e-book to piękny wynalazek. W dobie cyfryzacji każdej sfery życia popularność czytania drastycznie spada, więc uważam, że twórcy ekraniku idealnie wstrzelili się ze swoją propozycją zwalczania tej tendencji do unikania dłuższego tekstu pisanego. Dodatkowo dowiedziałam się, że powłoka tego urządzenia jest wykonana z takiego materiału, który nie uszkodzi w znacznym stopniu wzroku, tak jak np. wpatrywanie się w komputer. Nie sposób pominąć także aspektu materialnego. Książka ściągnięta na e-booka oznacza niższy koszt niż ta z tradycyjnej księgarni. Wydając jedynie 20 - 30 zł, umieścimy w naszym e-booku powieść, która w wydaniu papierowym będzie nas kosztować 40 - 50 zł. To dość widoczna różnica. Można rzec - same zalety!

Moja dusza podążająca jednak za tradycyjnością jest niepokorna! Na przekór wszystkim mówię cały czas „TAK” tylko książkom w wydaniach papierowych. W e-booku miałabym praktycznie to samo: te same litery, ta sama treść, ten sam autor. A jednak papier zapisany tekstem to coś o wiele więcej. Odpowiedź jest bardzo prosta - w każdą „moją” książkę wkładam pewien element duszy, który już na zawsze tam zostaje, wnika między wersy i przesiąka zapachem kartek. Później te kartki oprawione w okładkę kładę na półce, ale nigdy ich tam nie zostawiam na zawsze. Po jakimś czasie znów po nie sięgam, otwieram i wspominam. Bo książka to nie tylko miejsce historii wymyślonej przez autora, ale również wspomnień czytelnika. A te wspomnienia to każde zagięcie (które zrobił młodszy brat w akcie złości dwa lata temu), każda plamka (np. z kawy, gdy chce się jednocześnie leżeć, czytać i pić kawę) czy też każde podkreślenie tekstu ołówkiem (np. mojej mamy, która podkreśliła kilkanaście lat temu najpiękniejsze cytaty z „Małego Księcia”). Mój regał jest zapełniony więc moimi historiami, które wiążą się z dzieciństwem, czasami podstawówki i obecnym etapem życia, kiedy wchodzę w dorosłość.

Jeszcze wierzę, że nie pozostałam w swoich odczuciach osamotniona.

Myślę, że obok mnie żyją nadal ludzie, dla których książka to coś więcej niż stos kurzących się kartek. Nie chcę wiedzieć, jaki los spotka papierowe wydania za 100 lat, ale wiem, że w najbliższej przyszłości nic im nie grozi. Tradycyjne wydawnictwa będą drukować kolejne tomy papierowych perełek, zadowolając następne pokolenia (takich, myślę, nie zabraknie) miłośników książek.

Sięgam więc z optymizmem do torebki, aby wyciągnąć opasły tom „Lalki” i spoglądam porozumiewawczo na staruszkę. Ten podnosi wzrok i dostrzegam lekki uśmiech. W dłoniach trzyma „Pana Tadeusza”. Kto by pomyślał, że na tak małej przestrzeni przedziału kolejowego pogodzą się ze sobą dwie przeciwstawne sobie epoki?

Właśnie w tym momencie tworzymy jedną fortecę, której nikt na razie nie jest w stanie zburzyć.

Aleksandra Chłopik, kl. 2b LO



Dziewczyny nie zawiodły - IV miejsce w wojewódzkiej licealiadzie

Na stadionie w Stargardzie Szczecińskim odbyły się Finały Wojewódzkiej Szkolnej Ligi Lekkoatletycznej. To najbardziej masowa impreza sportowa dla młodzieży szkół ponadgimnazjalnych. W tym roku szkolnym do współzawodnictwa przystąpiło 78 placówek, z czego do finałowej rozgrywki zakwalifikowało się 15 najlepszych szkół. Wśród czołowych drużyn nie zabrakło dziewcząt reprezentujących Zespół Szkół im. T. Kościuszki w Łobzie. W wyniku rywalizacji nasza drużyna lekkoatletyczna uzyskała 1096 punktów i zajęła IV miejsce w województwie. Zmagania sportowe młodzieży przebiegały w 6 konkurencjach. Do każdej z nich szkoła miała prawo zgłosić po dwie zawodniczki.

Skład i wyniki reprezentacji Łobza:

100 m - Marta Lisik (14,70 s) i Julia Poniewiera (14,87 s)
400 m - Aleksandra Romej (65,45 s) i Ewelina Łowkiet (73,53 s)
800 m - Michalina Kulczewska (2:46,77 min) i Marta Piszcz (2:53,62 min)
Skok w dal - Laura Deuter (4,30 m) i Marcela Pietruszczyk (3,96 m)
Pchnięcie kulą - Ilona Mitura (7,61 m) i Izabela Wiśniewska (9,44 m)
Sztafeta 4x100 m - Marta Lisik, Aleksandra Romej, Ewelina Łowkiet, Julia Poniewiera (55,80 s).

Ekipa naszych lekkoatletek walczyła na bieżni, skoczni i rzutni z wielkim sercem i wolą zwycięstwa. Godnie reprezentowała barwy szkoły, osiągając wiele wartościowych rezultatów. **Spośród dwunastki startujących łobeskich zawodniczek najwyższe miejsca na stadionie w Stargardzie osiągnęły: Iza Wiśniewska z 1a ZSZ – 1. miejsce w pchnięciu kulą; Aleksandra Romej z 2a LO – 3. miejsce w biegu na 400 m; sztafeta 4x100 m – 3. miejsce; Laura Deuter z 1A TZ – 4. miejsce w skoku w dal.**

Reprezentację szkoły do zawodów przygotowała nauczycielka wychowania fizycznego - Ewa Łukasik.

Wojewódzkie biegi sztafetowe

26 maja, na stadionie tartanowym w Stargardzie Szczecińskim odbyły się zawody lekkoatletyczne pod



nazwą Finały Wojewódzkie w Biegach Rozstawnych. Finały obejmowały sztafety 4x100 m i sztafety szwedzkie 100x200x300x400m w kategorii szkół podstawowych, gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych. Łącznie wystartowało 180 czteroosobowych zespołów, mistrzów wszystkich powiatów w naszym województwie. W kategorii szkół ponadgimnazjalnych Powiat Łobeski reprezentowali sportowcy Zespołu Szkół im. T. Kościuszki w Łobzie przygotowani przez p. Ewę Łukasik i p. Mariusza Włodarza.

Wyniki naszych drużyn:

Sztafeta 4x100 m dziewcząt - VI miejsce (Paulina Smolarek- 1A TZ, Laura Deuter - 1A TZ, Dagmara Węzik - 1a LO, Julia Poniewiera - 1a LO)

Sztafeta szwedzka 100x200x300x400m dziewcząt – VII miejsce (Marta Lisik – absolwentka, Ewelina Łowkiet – absolwentka, Marta Piszcz - 1A TZ, Michalina Kulczewska – absolwentka)

Sztafeta 4x100 m chłopców – IX miejsce (Mateusz Maziarz – absolwent, Maciej Siemaszko - 1a LO, Damian Krzączkowski - 2a LO, Miłosz Rapacz - 1a LO)

Sztafeta szwedzka 100x200x300x400 m chłopców – XI miejsce (Mariusz Wolniak - 2A TZ, Remigiusz Kubacki - 1A TZ, Patryk Gębicki - 2A TZ, Piotr Urbański - 2A TZ).

Wojewódzka Licealiada w Piłce Siatkowej Dziewcząt

26 marca w Stargardzie Szczecińskim odbyły się zawody regionalne w ramach licealiady. Rozpoczęły się ok. godziny 10. Drużyna dziewcząt z Łobza była w „Grupie A” z Czaplinkiem i Stargardem Szczecińskim. Pierwszy mecz grałyśmy z gospodarzami. Walka była wyrównana. Musiałyśmy zagrać tie-breaka, którego wygrałyśmy! Emocje były ogromne. Następnie odbył się mecz w „Grupie B”, który Walcz przegrał ze Szczecinem wynikiem 1:2. Gospodarze niestety nie wyszli z grupy. Nasz mecz z przeciwnikiem okazał się nieudanym starciem, gdyż przegrałyśmy z Czaplinkiem 2:1 w setach, a naprawdę niewiele brakowało. Naszą szkołę reprezentowały: Martyna Nazarek (kapitan) - 3c, Ewa Nazarek - 3c, Ewelina Pituch - 3c, Ilona Mitura - 2A TZ, Ela Olek – 1a, Anna Wiśniewska - 2b, Martyna Belina - 2a, Iza Wiśniewska - 1az. Ostatecznie zajęłyśmy czwarte miejsce. Opiekunem naszej drużyny była pani Ewa Łukasik.

Elżbieta Olek, kl. 1a LO



Tadeusz Różewicz urodził się 9 X 1921 r. w Radomsku. Autor „Ocalonego” i „Kartoteki” był wybitnym polskim poetą, dramaturgiem, scenarzystą filmowym, prozaikiem, satyrykiem, tłumaczem poezji węgierskiej. Różewicz to jeden z najwszechstronniejszych i zarazem najbardziej znanych w kraju i na świecie twórczych kontynuatorów literackiej awangardy. Był wielokrotnie wymieniany jako kandydat do Nagrody Nobla. Zmarł 24 kwietnia 2014 r.

„Świat stracił jednego z największych poetów. To również olbrzymia strata dla wrocławskiej kultury”.

Różewicz był poetą powagi, żaloby i tematów najważniejszych, ale równocześnie potrafił mieszać tonacje swoich wierszy: powagę z żartem czy zgryźliwością, nierzadko – w ostatnich zwłaszcza latach – szeroko czerpał z języka codziennego, języka mediów, prasy, języka zbrukanego, częstokroć trywialnego – ponownie pochwytywał stan naszego ducha, współczesnej ludzkiej kondycji. Poprzez to zmieszanie tonacji, niejednoznaczność języka, stawał się często bardzo bliski młodym poetom.

Impresja pisana Różewiczem

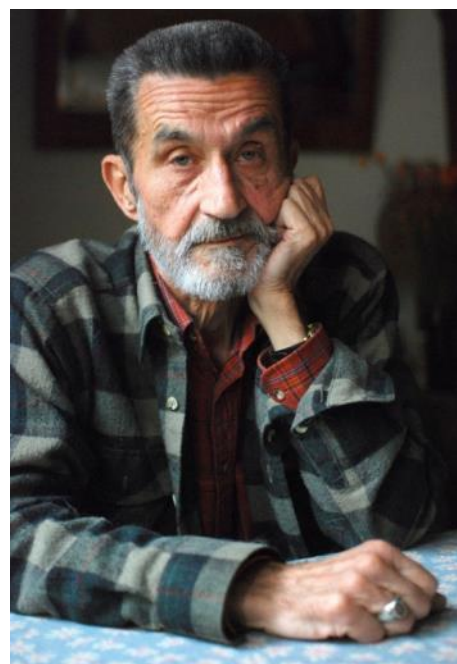
Kiedy umiera poeta
Mistrz!
to jakby zamilkł świat
uśmiech dziecka znika
prowokator nabiera pewności
polityk oddycha z ulgą
kapłan staje się złotoustym
policjant luzuje pas
chwilowy walc samopas
bo przyszło wielkie światło
zimne i okrutne
o nieznanej godzinie
ale walc samopas
na krótki czas
bo Poeta - Mistrz
choć umarł łagodny
to nie zerwał nici
i znów załśni
wielkim światłem
w pustym pokoju

24. 04. 2014 r.
M. Tołwińska-Woźniak

Na naszych oczach w bardzo bolesny sposób zamyka się pewna epoka historii polskiej poezji. Mowa oczywiście o tym niezwykłym pokoleniu, do którego należeli Miron Białoszewski, Zbigniew Herbert, Wisława Szymborska i zmarły właśnie Tadeusz Różewicz.

Marek Nowakowski (urodzony w 1935 r. w Warszawie) to jeden z najważniejszych prozaików polskiej literatury powojennej, mistrz małych form narracyjnych, twórca realizmu peryferyjnego. Zmarł 16 maja 2014 r. „*Pasażerowie małomówni raczej. Boi się człowiek człowieka. Kapusie wyszli na wierzch, zaczęli węszyć i premie za czujność pobierać. Wiozłem jednego takiego*” – mówi taksówkarz, jeden z bohaterów słuchowiska, powstałego na podstawie zbioru opowiadań Marka Nowakowskiego **Raport o stanie wojennym**. Scenariusz słuchowiska napisał sam autor zbioru – uważny obserwator i krytyk współczesnej rzeczywistości, celujący w opisach codziennych realiów i ludzi żyjących „na swoją miarę”. Takie są też pisane w latach 1982-84 opowiadania z tomu *Raport...*, które przyniosły Nowakowskiemu europejski rozgłos. Pisarz portretuje w nich życie przeciętnych obywateli. Zbiera ich głosy, przedstawia różne stanowiska wobec wprowadzenia stanu wojennego. Te specyficzne, fabularyzowane zapiski z życia są istotnym dokumentem tamtych czasów.

Informacje zebrała: Barbara Król, bibliotekarz



W niedzielę, 27 kwietnia, grupa 50 uczniów z kilku klas liceum (w większości 1b i 2b - klasy humanistyczne), wraz z nauczycielkami, pojechała na wieczorny spektakl do Bałtyckiego Teatru Dramatycznego w Koszalinie, na „Zemstę”. Młodzież miała okazję poczuć atmosferę prawdziwego teatru, obejrzeć wystawę zdjęć, stylowe foyer, czy teatralną scenę z kurtyną. Oprócz tego uczniowie utrwalili swoją wiedzę na temat tzw. lektury z gwiazdką, czyli obowiązującej na egzaminie maturalnym, a czytanej i omawianej w gimnazjum. Ponieważ spektakl uczniom się spodobał, dlatego zamieszczamy poniżej recenzję napisaną przez Olę.

Spór o mur, czyli Fredro wiecznie żywy

Zemsta to sztuka wyreżyserowana przez Tomasza Grochoczyńskiego na podstawie słynnej komedii Aleksandra Fredry. Dwugodzinny spektakl jest wystawiany na deskach Bałtyckiego Teatru Dramatycznego w Koszalinie. Inscenizacja to przykład klasycznej adaptacji dramatu romantycznego twórcy. Na scenie podziwiamy więc słynny spór o mur pomiędzy Cześnikiem Raptusiewiczem i Rejentem Milczkiem. Przy okazji pojawiają się inne błahe kłótnie o zamek lub po prostu o to, kto ma rację. W tej napiętej atmosferze pomiędzy nieprzepadającymi za sobą sąsiadami rodzi się miłość Klary i Wacława – bratanicy Cześnika i syna Rejenta. W związku z nią pojawia się wiele nowych komicznych sytuacji.

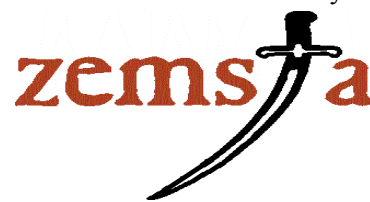
Moim zdaniem *Zemsta* to naprawdę ciekawe przedstawienie, które jest klasyczną adaptacją komedii Fredry. Spełnia swoje podstawowe zadanie – bawi widzów dzięki wątkom błahych kłótni głównych bohaterów. Ten cel został osiągnięty przede wszystkim dzięki bezbłędnej grze aktorskiej. Cześnika ujrzymy więc jako gwałtownego i niepomamowanego choleryka i raptusa, natomiast Rejenta jako cichego, na pozór spokojnego, ale w rzeczywistości cwane go człowieka, który swoją przebiegłość ukazuje zwłaszcza w scenie spisywania zeznań w sprawie rzekomego pobicia robotników. Największą uwagę przykuwa jednak postać Papkina. Opowieściami o swoim męstwie i odwadze próbuje wzbudzić szacunek, jednak dość szybko okazuje się, że można je włożyć między bajki, gdy wychodzi na jaw tchórzostwo bohatera. Według mnie ta kreacja stanowi jeden z największych atutów spektaklu i sprawia, że widz co chwila śmieje się z przywar Papkina i jednocześnie podziwia dykcję aktora. Oderwaniem od ciągłych waśni jest wątek zakazanej miłości Klary i Wacława. Aktorzy bardzo realistycznie, ale i trochę z przymrużeniem oka przedstawili romantyczne uczucie i typowe wady płci.



Mówiąc o spektaklu, nie sposób pominąć scenografii. Ta również została bardzo dobrze przemyślana i przenosi nas w czasy końca XVIII wieku. Ważnym elementem jest stojący w tyle sceny mur, przypominający powód głównego sporu. Elementem scenografii, który mi się szczególnie spodobał, są schody, po których bohaterowie, zależnie od sceny, skradają się, biegną, uciekają czy też, tak jak Klara i Wacław, całują się. To świetne rozwiązanie techniczne, które dopełnia i dynamizuje wiele scen.

Ale oczywiście nie tylko scenografia przenosi nas ponad dwa stulecia wstecz. Szczególną uwagę przykuwają kostiumy bohaterów. Cześnik oraz Rejent prezentują typowo sarmacką garderobę – w oczy od razu rzuca nam się kontusz wraz z charakterystycznym pasem. Tym, co jednak najbardziej mnie urzekło, były stroje damskie w przedstawieniu. Klara, ubrana w skromną białą suknię, wyglądała bardzo ładnie oraz adekwatnie do wieku oraz charakteru. Jednak, kiedy na scenie pojawiła się Podstolina, to ona skupiała na sobie wzrok widzów. Miała bowiem na sobie gorsetową, bordową suknię, która charakteryzowała się niezwykle rozłożystością. Ubiór bohaterki odwzorowuje jej charakter – duży temperament, zmysłowość, dojrzałość. Z miłości do Wacława, z którym kilka lat wcześniej romansowała, chwilami nie zachowuje się jak poważna dama. Kostiumy wszystkich bohaterów dopełniają ich charaktery, co idealnie przeniosło na scenę nastrój i realizm komedii Aleksandra Fredry.

Z pewnością warte pochwały są wszystkim kreacje aktorskie w spektaklu: od ról epizodycznych, np. pijanego kucharza, przez knujących przeciwko sobie Cześnika i Rejenta, aż po próbującego przypodobać się wszystkim Papkina. Jeszcze długo po wyjściu z teatru będą nam towarzyszyć ulubione teksty głównych postaci, czyli słynne *Mocim panie Cześnika* oraz *Niech się dzieje wola nieba, z nią się zawsze zgadzać trzeba* Rejenta. Spektakl mogę polecić wszystkim, którzy przeczytali *Zemstę* Fredry, ponieważ przenosi realia komedii wprost na deskę teatru. Na pewno nikt się nie zawiedzie, a wielu może przyjść do głowy refleksja, że twórczość hrabiego Fredry nic a nic się nie zestarzała. Dookoła wciąż pełno „cześników” i „rejentów”.



Aleksandra Chłopik, kl. 2b LO

Już drugi rok realizujemy w naszej szkole Program Poprawy Frekwencji „Szkoła bez wagarów”. Oprócz nieprzyjemnych konsekwencji, jakie niesie ze sobą wysoka absencja w szkole, program przewiduje nagrody – „złote karty” dla klasy o najwyższej frekwencji w miesiącu oraz uczniów ze 100% obecnością na zajęciach lekcyjnych. Karta zwalnia zwycięską klasę z obowiązku przygotowania się do zajęć jednego dnia. Taki sam przywilej daje również uczniom ze 100% frekwencją.

W kwietniu 2014 roku klasą z najniższą absencją w szkole i jednocześnie zwycięzcą okazała się **III b LO – 92,6%**. Kolejne miejsca przypadły odpowiednio klasom: **I b LO – 86,8%, III c LO i III a ZSZ – 86,7%**.

INDYWIDUALNA ZŁOTA KARTA – kwiecień 2014 r.

Klasa	Osoby ze 100% frekwencją na zajęciach lekcyjnych
Ia LO	Rapacz Miłosz, Puzyrewska Aleksandra, Macoch Błażej
Ib LO	Gęsikiewicz Aleksandra, Kamińska Martyna, Krzemień Grzegorz, Lis Agata, Sobańska Andżelika
Ila LO	Krzączkowski Damian
Iib LO	Iwaszko Dawid, Chłopik Aleksandra, Kamiński Kacper, Sikorska Kamila
IIla LO	Wawrzekiewicz Karolina, Latawiec Dawid, Słodkowski Paweł
IIib LO	Kicińska Joanna, Przybylska Katarzyna, Saczyński Wojciech
IIic LO	Dziuba Dawid, Nazarek Martyna, Wielgan Magdalena, Pituch Ewelina
IA TZ	Smolarek Paulina
IIA TZ	Lewicki Adam, Chojnacka Klaudia, Kacprzak Anna
IIIA TZ	Śluz Paulina, Pietkiewicz Paula, Stachniuk Magdalena
IVA TZ	Maciejewski Patryk, Romańczyk Przemysław, Mądraszek Ewelina, Mądraszek Ewa, Ostaszewska Paulina, Śmigielska Paulina
Ila ZSZ	Wysocka Martyna



Szumy uszne, czyli prawda o słuchawkach

Warunki cywilizacyjne i kulturowe sprawiają, że żyjemy w coraz większym hałasie. Nasze naturalne mechanizmy obronne przystosowują nas do tych nowych, niekorzystnych warunków, ale nie może to trwać w nieskończoność. Szumy uszne, na które cierpi coraz więcej osób, to zniwo, jakie zbiera technologia. Już od dawna wiemy, że dźwięki to silne stresory. Mogą prowadzić nie tylko do uszkodzenia słuchu, ale także do obniżenia samopoczucia, zaburzeń koncentracji i umiejętności skupiania się, a w skrajnych sytuacjach do nerwicy i depresji. Pogorszenie wyników

w nauce, problemy w życiu osobistym – czy ktoś powiązałby je z hałasem?

A jak jest z odtwarzaczami muzyki, którymi tak chętnie posługujemy się w codziennym życiu? Jeśli słuchamy muzyki przez słuchawki bezpośrednio wkładane do uszu, jesteśmy narażeni najbardziej, gdyż cała energia trafia do głębszych struktur ucha środkowego i wewnętrznego. Słuchawki obejmujące całą małżowinę uszną są nieco lepsze, ale należy to uzależnić od tego, jak głośno słuchamy muzyki. Jadąc pociągami jesteśmy narażeni na około 80dB „z otoczenia”, a muzyka, której chcemy słuchać, musi mieć jeszcze większą głośność. Należy przypomnieć, że od 85dB zaczyna się poziom szkodliwy dla ludzkiego ucha. Próg bólu to około 140dB. Zatem słuchanie muzyki w tych warunkach jest zdecydowanie złym pomysłem. Bez żadnej przesady można powiedzieć, że nasze społeczeństwo głuchnie. Coraz więcej młodych osób zgłasza się do laryngologów, ponieważ ma problemy ze słuchem, zwłaszcza szumem. Obecne możliwości leczenia tych dolegliwości są ograniczone, dlatego najskuteczniejsza jest **prewencja pierwotna** – słuchanie muzyki nie przez słuchawki, a klasycznie, w zaciszu domowego ogniska.

Maciej Kopryna, pedagog szkolny