



Zwariowana Siódemka

Gazetka szkolna
przy Szkole Podstawowej nr 7
w Tczewie
Maj 2021
(gazetka wydawana w okresie kwarantanny)



Z ŻYCIA SZKOŁY
CO? GDZIE? KIEDY?
(BYŁO...JEST...BĘDZIE...)

- Pasowanie klas pierwszych na czytelników
- Lekcja z DJ Wiktorią
- Wracamy !!!
- Egzamin Ósmoklasisty
- Patroni 2021 roku - w tym numerze Krzysztof Kamil Baczyński
- Temat numeru - "Pokonaj nieśmiałość!"
- Biblioteka poleca...

Pasowanie klas pierwszych na czytelników szkolnej biblioteki

Dnia 5 maja 2021 roku uczniowie klasy I A i I B zostali pasowani przez panią wicedyrektor Katarzynę Bazę na czytelników naszej szkolnej biblioteki.



Najpierw odbyły się lekcje biblioteczne, na których to pierwszaki poznali bibliotekę, czytelnię, zapoznali się z regulaminami, nauczyli się szanować i dbać o książki oraz dowiedzieli się, jak wypożyczać książki.



Po złożeniu uroczystej przysięgi nowi czytelnicy zostali pasowani przez panią wicedyrektor na czytelników, a następnie otrzymali dyplomy i małe upominki.





Po podpisaniu „Karty czytelnika” wypożyczyli swoją pierwszą książkę.



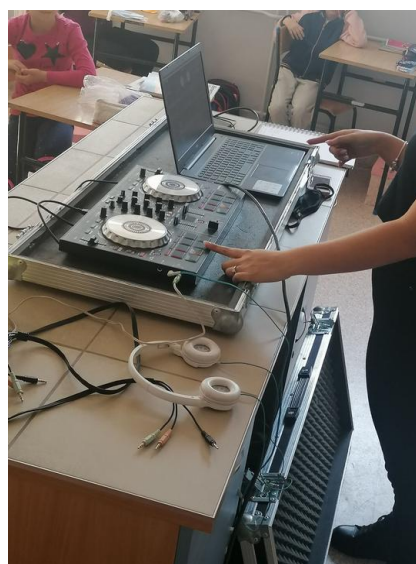
Życzymy klasom pierwszym samych sukcesów w nauce i prawdziwej miłości do książek.

Do zobaczenia w bibliotece!

Od redakcji

Lekcja z DJ Wiktorią

Klasa 3a poznała tajniki didżejów i ich umiejętności. Poznała klubowe rytmy i muzykę elektroniczną, miksowanie dźwięków. To była wspaniała lekcja i doskonała zabawa.



Muzyka ewoluuje w ekspresowym tempie. Ciężko nadążyć za tymi wszystkimi zmianami, ale termin DJ znany jest każdemu, kto choć raz przekroczył próg klubu muzycznego. Didżej to osoba, która zajmuje się łączeniem i miksowaniem utworów, aby stworzyć płynny set z wykorzystaniem różnych efektów. Ma do dyspozycji profesjonalny sprzęt, ale może posługiwać się też wszystkim, co tylko podpowie mu wyobraźnia.



Dziękujemy za wspaniałą lekcję muzyki p. Wiktorii, która jest DJ.

Opracował Szymon Podjacki

Wracamy !!!

Po ponad siednomiesięcznej przerwie od szkolnego budynku i stacjonarnej nauki (zwanej przez nas normalną) wróciliśmy od 17 maja do szkoły. Co prawda hybrydowo, czyli na początku klasy czwarte i szóste, a od 24 maja wróciły klasy piąte, siódme i ósme.

W szkole ciągle panuje atmosfera pandemii - maseczki, dystans między poszczególnymi klasami (nie możemy się ze sobą mieszać, na boisku są wyznaczone sektory dla każdej klasy), no i oczywiście dezynfekcja.



Nasze wrażenia w pierwszych dniach stacjonarnej nauki....

We wtorek wróciliśmy do szkoły. To była wielka radość ze spotkania z kolegami z klasy i nie tylko! Jednak był to strach i zamieszanie z powodu sprawdzania wiedzy, mimo tego powrót był bardzo radosny i miły. Na pewno brakowało nam zabaw na przerwach, ale z pewnością nie tęsknimy za niezapowiedzianymi kartkówkami w szkolnych ławkach.

W szkole nie było nas tak długo, że niektórych trudno było poznać, zwłaszcza w maskach. Większość urosła, zmieniła fryzury a niektórym to nawet głos się zmienił, czyli przechodzą mutację.

W środę po raz pierwszy zobaczyliśmy na żywo panią Iwonę Jurasińską - naszą nową panią od matematyki. Pani Iwona zaczęła nas uczyć już w czasie zdalnej edukacji - dlatego nigdy jej nie widzieliśmy. Musimy nadmienić, że pani jest osobą bardzo

kreatywną, sympatyczną, a przede wszystkim inteligentną, tworzy wyjątkowo ciekawe lekcje matematyki. W czwartek mieliśmy lekcję matematyki "na żywo", były różne zagadki w grupach i wszyscy dostali dobre oceny.

Lekcje w szkole są lepsze, bo znowu można zobaczyć przyjaciół oraz nauczycieli. Można spokojnie odpowiadać na zadane pytania, bez lęku, że mikrofon się wyłączy lub tym podobne dziwne historie ze sprzętem...

Ale niektórzy uważają, że lepsze było zdalne nauczanie, bo można było wstawać pięć minut przed lekcjami.



Najważniejsze jednak, że już jesteśmy w szkole i oby już tak zostało - po prostu normalnie...

Egzamin Ósmoklasisty

Szkoła ciągle funkcjonuje w reżimie sanitarnym ze względu na pandemię koronawirusa (czyli maseczki, dystans, dezynfekcja i jeszcze wiele innych obostrzeń).

W takiej też atmosferze nasi ósmacy (dodając na marginesie po ponad siedmiomiesięcznej nauce zdalnej) przystąpili do Egzaminu Ósmoklasisty.

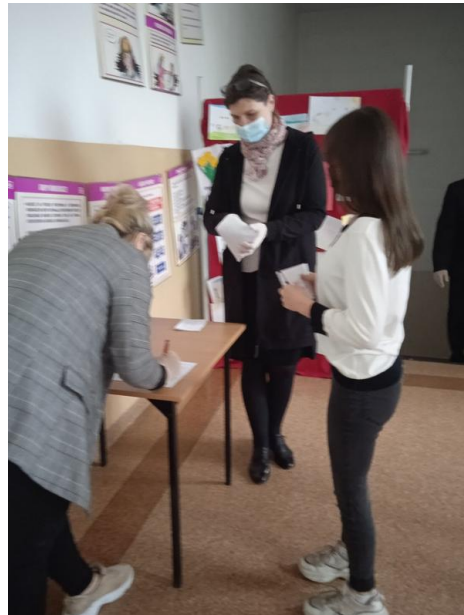
Najpierw spotkanie z panem dyrektorem na sali gimnastycznej (we wszystkie dni egzaminów padał deszcz).





Następnie przedstawicielka uczniów, czyli Zosia Sawczak i jedna przewodnicząca z komisji udali się do pana dyrektora po testy.

Losowanie miejsc i gotowi...



Ostatnie chwile przed otwarciem testu...



Dnia 25 maja 2021 odbył się egzamin z języka polskiego, 26 - z matematyki (ponoć "królowej nauk - oj, będzie się działo!), na zakończenie, czyli 27 maja - język nowożytny, czyli w naszej szkole język angielski.

A oto komentarze na żywo...

25 maj 2021 rok - po języku polskim:

1. I jak Wam poszło? - dobrze, nieźle, jako tako....
2. Czy pytania były trudne? - były łatwiejsze niż na próbnym
3. Co sprawiło Ci największy problem? - wypracowanie
4. Ogólne wrażenia po egzaminie... - spoko!



26 maj 2021 rok - po matematyce:

1. I jak Wam poszło? - kiepsko, tak sobie, nieźle, rozwiązałem tylko zadania zamknięte....
2. Czy pytania były trudne? - były bardzo trudne, do rozwiązania, jakoś dałem radę...
3. Co sprawiło Ci największy problem? - zadania zamknięte
4. Ogólne wrażenia po egzaminie... - trochę się boję, nie za bardzo, w porządku!



27 maj 2021 rok:

1. I jak Wam poszło? - super, dobrze, OK....
2. Czy pytania były trudne? - łatwe, do rozwiązania...
3. Co sprawiło Ci największy problem? - nic
4. Ogólne wrażenia po egzaminie... najłatwiejszy egzamin,
było super...



Od redakcji

Patroni 2021 roku

Patronami roku 2021 Sejm Rzeczypospolitej Polskiej ustanowił - kardynała Stefana Wyszyńskiego, pisarza Stanisława Lema, poetów - Cypriana Kamila Norwida, Krzysztofa Kamila Baczyńskiego, Tadeusza Różewicza. Sejm przyjął też uchwałę ustanawiającą 2021 Rokiem Konstytucji 3 Maja.

W poprzednich numerach zaprezentowaliśmy postać Stanisława Lema oraz Konstytucję 3 Maja.

W tym numerze "Zwariowanej siódemki" przybliżymy Wam
postać

[Krzysztofa Kamila Baczyńskiego.](#)



Krzysztof Kamil Baczyński herbu Sas (ps. „Jan Bugaj”, „Emil”, „Jan Krzyski”, „Krzysztof”, „Piotr Smugosz”, „Krzysztof Zieliński”, „Krzyś”; ur. 22 stycznia 1921 w Warszawie, zm. 4 sierpnia 1944 tamże) – polski poeta czasu wojny, podchorąży Armii Krajowej, podharcistrz Szarych Szeregów, jeden z przedstawicieli pokolenia Kolumbów, w czasie okupacji związany z pismem „Płomienie” oraz miesięcznikiem „Droga”. Zginął w czasie powstania warszawskiego jako żołnierz batalionu „Parasol” Armii Krajowej.

Dzieciństwo i edukacja

Był synem Stanisława Baczyńskiego, działacza Polskiej Partii Socjalistycznej, żołnierza Legionów Polskich, oficera wywiadu tzw. dwójki WP, pisarza i krytyka literackiego oraz Stefanii z domu Zieleńczyk, nauczycielki i autorki podręczników szkolnych, katoliczki pochodzącej ze zasymilowanej rodziny żydowskiej. Świadomość żydowskiego pochodzenia znalazła później, w czasie Zagłady, odbicie w twórczości poety.

Krzysztof Kamil Baczyński urodził się i mieszkał początkowo w kamienicy przy ul. Bagatela 10. Był chorowity – w dzieciństwie chorował na astmę, miał słabe serce, był stale zagrożony gruźlicą. Od 1931 uczył się w Państwowym Gimnazjum im. Stefana Batorego, a następnie w tej samej szkole w 1937 rozpoczął

naukę w nowo utworzonym dwuletnim liceum ogólnokształcącym, w klasie o profilu humanistycznym. W maju 1939 otrzymał świadectwo dojrzałości.

Już w czasie gimnazjalnym Baczyński odznaczał się wielkim znawstwem także współczesnej mu literatury. Wiadomo, że fascynował się „Ferdydurke” Gombrowicza i napisał własny wariant („Gimnazjum imienia Boobalka I”). Znał też ponadprzeciętnie literaturę francuską, a w późniejszych latach pisał także wiersze po francusku. W jego klasie uczyli się późniejsi żołnierze warszawskich Grup Szturmowych Szarych Szeregów: Tadeusz Zawadzki „Zośka”, Jan Bytnar „Rudy” i Maciej Aleksy Dawidowski „Alek”. W latach 1934-1935 był harcerzem działającej przy szkole 23 Warszawskiej Drużyny Harcerskiej „Pomarańczarnia”. W czasie nauki w gimnazjum działał w Związku Niezależnej Młodzieży Socjalistycznej „Spartakus”, pół legalnej organizacji uczniów szkół średnich pod patronatem PPS. Był wówczas wraz ze swoim przyjacielem Konstantym Jeleńskim sympatykiem trockizmu. Używał wtedy pseudonimu „Emil”. Nie lubił chodzić do szkoły, bywał tam rzadko i z tego też powodu miał słabe oceny. Od 1937 członek Komitetu Wykonawczego „Spartakusa”, był także współredaktorem pisma „Strzały” - wydawanego od lutego 1938 organu tej organizacji, na łamach

którego zadebiutował jako poeta wierszem „Wypadek przy pracy”.

Konspiracja

Wybuch wojny uniemożliwił mu podjęcie studiów w Akademii Sztuk Pięknych. Marzył o karierze grafika lub ilustratora. W okresie okupacji niemieckiej mieszkał przy ul. Hołówki 3. Po utworzeniu w 1940 getta w Warszawie pozostał z matką po aryjskiej stronie, ryzykując, w razie wykrycia żydowskiego pochodzenia, rozstrzelanie na miejscu. 3 czerwca 1942 wziął ślub z Barbarą Drapczyńską w kościele św. Trójcy na Solcu. Od jesieni 1942 do lata 1943 studiował polonistykę na tajnym Uniwersytecie Warszawskim. Zajmował się pracą dorywczą: szklął okna, malował szyldy, pracował u węglarza na Czerniakowie, przyjmował telefonicznie zlecenia w Zakładach Sanitarnych. Uczył się także w Szkole Sztuk Zdobniczych i Malarstwa.

Od lipca 1943 sekcyjny w II plutonie „Alek” 2. kompanii „Rudy” batalionu „Zośka” AK w stopniu starszego strzelca pod ps. „Krzysztof”, „Zieliński”. Porzucił studia polonistyczne, aby poświęcić się konspiracji i poezji. Twierdził, że jeśli będzie mu to dane, to do nauki powróci. W mieszkaniu miał skrytkę na broń, w której trzymał Thompsona, dwa Steny, MP 40, granaty,

materiały minerskie, a także podręczniki, mapy i prasę konspiracyjną.

Uczestniczył w akcji wykolejenia pociągu niemieckiego (jadącego z frontu wschodniego do Berlina) na odcinku Tłuszcz - Urle (kryptonim „TU”) 27 kwietnia 1944. Akcja ta spowodowała 26-godzinną przerwę w ruchu. Po ukończeniu turnusu Szkoły Podchorążych Rezerwy Piechoty „Agricola” rozkazem jej komendanta, por. „Gustawa” z 25 maja 1944 otrzymał stopień starszego strzelca podchorążego rezerwy piechoty. Jednocześnie był kierownikiem działu poezji miesięcznika społeczno-literackiego „Droga”, wydawanego od grudnia 1943 do kwietnia 1944. Rozkazem dowódcy 2. kompanii batalionu „Zośka” pchor. Andrzeja Romockiego „Morro”, z 1 lipca 1944 zwolniony z funkcji z powodu *małej przydatności w warunkach polowych* z jednoczesną prośbą o objęcie *nieoficjalnego stanowiska szefa prasowej kompanii*. Kilka dni później przeszedł do harcerskiego batalionu „Parasol” na stanowisko zastępcy dowódcy III plutonu 3. kompanii. W „Parasolu” przyjął pseudonim „Krzyś”.

Wybuch powstania warszawskiego zaskoczył go w rejonie pl. Teatralnego - został tam wysłany po odbiór butów dla oddziału. Nie mogąc przedostać się na miejsce koncentracji macierzystej jednostki (Wola - Dom Starców przy Karolkowej), przyłączył się

do oddziału złożonego z ochotników, którymi dowodził ppor. „Leszek” (Lesław Kossowski - dowódca reduty „Ratusz-Pałac Blanka” na odcinku kpt. „Gozdawy”).

Śmierć

Krzysztof Kamil Baczyński poległ na posterunku w pałacu Blanka 4 sierpnia 1944 w godzinach popołudniowych (ok. 16), śmiertelnie ranyony przez strzelca wyborowego ulokowanego prawdopodobnie w gmachu Teatru Wielkiego. Pochowany pierwotnie na tyłach pałacu. Po wojnie ciało przeniesiono na Cmentarz Wojskowy na Powązkach.



W powstaniu warszawskim, 1 września 1944, zginęła także żona Baczyńskiego - Barbara Drapczyńska.

Poezja

W okresie okupacji niemieckiej ogłosił 4 tomiki poezji: *Zamknięty echem* (lato 1940), *Dwie miłości* (jesień 1940), *Wiersze wybrane* (maj 1942), *Arkusz poetycki Nr 1* (1944) i składkę *Śpiew z pożogi* (1944) oraz wiele utworów w prasie konspiracyjnej. Jego wiersze pojawiły się także w antologiach poezji wydawanych konspiracyjnie: w *Pieśni niepodległej* (1942) i *Słowie prawdziwym* (1942).



Uważa się, że dojrzałość poetycką osiągnął jesienią 1942. Uznany powszechnie za jednego z najwybitniejszych poetów czasów okupacji. Jerzy Andrzejewski, jego przyjaciel, zadedykował mu tom opowiadań „Noc”. Na wieść o wstąpieniu Baczyńskiego do oddziału dywersyjnego Stanisław Pigoń powiedział Kazimierzowi Wyce: *Cóż, należymy do narodu, którego losem jest strzelać do wroga brylantami*, a Jerzy Zagórski wspomnienie o nim zatytułował *Śmierć Słowackiego* (1947). Tadeusz Gajcy pisał

o nim: *Poeta o nucie dostojnej*. Krzysztof przyjaźnił się z poetą Jerzym Kamilem Weintraubem; dedykował mu wiersz „Jesienny spacer poetów”. Weintraub, podobnie jak Wyka, należał do osób, z którymi Krzysztof rozmawiał o poezji.

Poezja Baczyńskiego najpełniej wyraża cechy pokolenia Kolumbów. Dla nich konsekwencją wybuchu wojny była konieczność poradzenia sobie z tym wstrząsem i odnalezienie własnej postawy wobec tych wydarzeń. Jego wiersze pomimo silnego związku z czasem wojny, ukazują swój uniwersalny wymiar. Dzieje się tak m.in. dlatego, że nie pisał o swojej epoce wprost, lecz w konwencji apokaliptycznej i onirycznej, a także dlatego, iż poruszał problemy ponadczasowe, takie jak rzeźbienie duszy i psychiki człowieka, refleksja nad młodością i dojrzewaniem (w tym przypadku drastycznie przyspieszonym przez wojnę), poszukiwanie wartości mogących stanowić fundamenty dorosłego życia. Krzysztof Baczyński w wierszach często stosował liczbę mnogą, przemawiając w swoim i generacji imieniu. Pisał wiersze katastroficzne, ze środka „spełniającej się apokalipsy”, pragnąc zmierzyć się ze swoją epoką i czasem historycznym. Ukazywał wojnę pełną onirycznych i symbolicznych obrazów, widząc ją jako siłę niszczycielską dla dotychczasowych systemów wartości i norm moralnych, a wprowadzającą nowe, okrutne prawa. Był nieufny wobec tradycyjnej poetyki - uważał,

że jest niewskazana wobec ogromu zniszczeń i cierpień narodu. Miał świadomość zagłady własnej i jego pokolenia; jednocześnie nie dramatyzował nad tym losem. Pragnął zminimalizować skażenie wojną, jej wpływ na własną psychikę. Chciał zmycia tego piętna poprzez obcowanie z mityczną arkadią jako światem czystym, nieskażonym, pozbawionym krwi, okaleczenia i śmierci. Ton jego poezji jest zróżnicowany: obok wierszy dotyczących przeżyć okupacyjnych, pisał także te oddzielone od tych wydarzeń, pełne nadziei i piękna. Są pełne rozbudowanych metafor, elementów ze świata baśni, mikroprzyrody, otoczone aurą nastrojowości.

Baczyński posługiwał się urozmaiconą wersyfikacją, stosując różne formaty wiersza sylabicznego, sylabotonicznego i tonicznego, w tym trzynastozgłoskowiec i siedmiozgłoskowiec, jak również zróżnicowane strofy.

Zachowały się wszystkie jego dzieła: ponad 500 wierszy, kilkanaście poematów i około 20 opowiadań. Najbardziej znane wiersze Baczyńskiego to: *Elegia o... [chłopcu polskim]*, *Mazowsze*, *Historia*, *Spojrzenie*, *Pragnienia*, *Ten czas*, *Pokolenie*, *Biała magia*, *Gdy broń dymiącą z dłoni wyjmę...*, *Polacy*. Jego wiersze były śpiewane m.in. przez Ewę Demarczyk (utwór *Wiersze wojenne*, *Deszcze*, *Na moście w Avignon*), Janusza Radka,

Michała Bajora, Grzegorza Turnaua, zespół Lao Che (utwór *Godzina W*) i Ankh. Fragment jego wiersza *Historia* posłużył za tytuł filmu *Jeszcze słysząc śpiew i rżenie koni...*



Zachowało się również kilkaset rysunków i grafik Baczyńskiego, jak na przykład ilustracje do poszczególnych wierszy poety, projekty okładek własnych tomików, kolekcja rysunków z psem Baczyńskiego, studium kocich łebków czy rysunki o tematyce orientalnej.

Życie i twórczość Baczyńskiego stały się tematem kilku filmów, m.in. *Dzień czwarty*, w którym poetę zagrał Krzysztof Pieczyński i *Baczyński* w reżyserii Kordiana Piwowarskiego (z tytułową rolą Mateusza Kościukiewicza).

Temat numeru

POKONAJ NIEŚMIAŁOŚĆ

Taki jestem !!! Spełniaj marzenia, działaj !!!



Drżenie rąk, ścisk w gardle i paniczna myśl w głowie: Ucieknę stąd! Oni na mnie patrzą! Oni mnie oceniają! Kto choć raz nie doświadczył wywołanego nieśmiałością ataku paniki - ten jest szczęściarzem. Na szczęście z nieśmiałością można walczyć.

8 sposobów na pokonanie nieśmiałości:

1. **Nie unikaj kontaktu z innymi.** Mówiąc językiem psychologii: ćwicz umiejętności społeczne. Choć czasami miałbyś ochotę schować się do mysiej dziury - postępuj wbrew swojemu organizmowi i intuicji. Załóż sobie, że

codziennie podejmiesz choć jedną próbę kontaktu. Początkowo łatwiej może Ci być nawiązać kontakt bezosobowy: wysłać SMS albo wiadomość przez komunikator. To też się liczy... na początek. Później zwiększ skalę trudności. Załóż, że codziennie pod byle pretekstem odezwiesz się do co najmniej jednej osoby - i choćby wszystko sprzysięgło się przeciwko Tobie, dotrzymuj swojego postanowienia. Zobaczysz, że po kilku próbach nawiązanie kontaktu będzie łatwiejsze!

2. **Wyrzuć z głowy myśl: "Co oni o mnie myślą?"**. Pamiętaj, że naukowcy dawno udowodnili, że **inni z reguły w ogóle nic o nas nie myślą**. (Smutna) prawda jest taka, że **większość ludzi myśli... o sobie**. Tak więc kiedy wahasz się, czy iść na imprezę, bo nie wiesz, czy jesteś dobrze ubrany - pamiętaj, że większość obecnych tam osób będzie zajęta wyłącznie swoim wyglądem - a nie Twoim!

3. **Przestań zajmować się ciągle sobą**. Przenieś uwagę na innych ludzi. Wiele osób nieśmiałych jest również w dużym stopniu egocentrycznych, bo ciągle rozmyślają, co inni o nich myślą, co robią itd. Zajmij się w końcu tymi innymi ludźmi! Zapytaj koleżankę o problemy z matematyką, posłuchaj, co kolega mówi o nie najlepszej relacji z ojcem, wysłuchaj skarg na chłopaka, który nie zwraca uwagi.

Przestań myśleć ciągle o sobie! Kiedy będziesz więcej wiedział o innych ludziach i ich sprawach - łatwiej Ci będzie nawiązać z nimi naturalny kontakt.

4. **Pracuj nad mową ciała.** Czy myślisz, że wszyscy, których otwarte zachowanie tak podziwiasz, od razu się tacy urodzili? Na pewno nie! Wiele osób po prostu wyćwiczyło taki styl bycia przed lustrem. Nic nie stoi więc na przeszkodzie, żebyś zrobił to samo. Stań i poćwicz - śmiałe spojrzenie prosto w oczy, wyprostowane plecy, stanowczy ton głosu i naturalny uśmiech. kiedy już wypracujesz mowę ciała, jaką chcesz, są duże szanse, że taki sposób bycia wejdzie Ci w krew - i stanie się Twoim naturalnym.

5. **Poćwicz podtrzymywanie rozmowy.** Osoby uczące języka obcego często spotykają się z tzw. rozmowami sterowanymi. Taka rozmowa polega na tym, że często jedna osoba zadaje pytanie, a druga ma obowiązek zareagować w określony w scenariuszu sposób, np. dopytać o szczegóły czy wyrazić zainteresowanie tematem (*Naprawdę?! Nigdy bym nie przypuszczała!*) . Wiele z takich rozmów, szczególnie przygotowujących do egzaminów ustnych, brzmi sztucznie (kto np. na wieść, że kolega był na lodach, krzyczy: *To niewiarygodne! Wspaniała wiadomość!*). Ale takie rozmowy mają jedną niezaprzeczalną zaletę. Sprawiają, że

konwersacja przebiega płynnie i między rozmówcami zachowany jest kontakt. Ćwicz takie rozmowy na dowolny temat. Układaj sobie w głowie scenariusze, a kiedy przyjdzie do realnej rozmowy, pamiętaj: zwykle jest ona dużo łatwiejsza i naturalniejsza niż ta z Twojej głowy!

6. **Zadawaj pytania otwarte i chwal.** Prawda jest taka, że większość ludzi lubi mówić - i to mówić o sobie. Jeśli będziesz pytał: *A Ty co o tym sądzisz? A jak Ty myślisz?*, a jeszcze do tego dorzucisz komplement w rodzaju: *Bo Ty zawsze tak wszystko umiesz podsumować, szanse, że ludzie będą zachwyceni rozmową z Tobą - bardzo rosną.*

7. **Nic na siłę.** Jeśli uznasz, że mimo Twoich wysiłków rozmowa nie przebiega tak, jakbyś sobie tego życzył - po prostu ją skończ. I nie zakładaj, że skoro ta jedna rozmowa się nie udała, to jesteś beznadziejnym rozmówcą i nie warto próbować dalej. Śmiało, pewne siebie osoby, które tak podziwiasz, też mają za sobą wiele nieudanych kontaktów. Ale one ich nie rozpamiętują i nie analizują. Po prostu idą dalej.

8. **Czerwienienie się czy jękanie nie są żadnym problemem.**

A precyzyjnie mówiąc, one są problemem dla Ciebie. Większość Twoich rozmówców w ogóle nie zwróci na to

uwagi. Jak już ustaliliśmy, oni są skoncentrowani głównie na sobie, nie na Tobie i Twoich małych potknięciach.

Czy nieśmiałość zawsze jest wadą?

Nie! Nieśmiałość będzie wadą tylko wtedy, jeśli Ty będziesz tę cechę za wadę uważał. Jeśli zdecydujesz się zaakceptować to, że nie jesteś tak głośny i przebojowy jak koledzy - te cechy mogą się stać Twoją największą zaletą.

W dzisiejszych czasach ludzie chętnie przebywają z tymi, którzy mają wysoki poziom empatii (umiejętność wczucia się w położenie drugiej osoby) i raczej słuchają niż mówią. Tych, którzy chcą mówić, jest bardzo dużo. Cichych słuchaczy - wielu osobom brakuje.

Pamiętaj, że **nieśmiały** nie znaczy **introwertyk**. Introwertyk to osoba, która po prostu lubi być w swoim towarzystwie. Osoba nieśmiała chciałaby być bardziej towarzyska, "wyjść do ludzi" - ale wewnętrzne blokady jej w tym przeszkadzają.

O czym rozmawiać?

Wiele nieśmiałych osób w nieskończoność pyta siebie, o czym mogliby rozmawiać z innymi. Najłatwiej po prostu rozmawiać o tym, o czym albo Ty albo Twój rozmówca (a najlepiej i Ty

i Twój rozmówca) lubicie rozmawiać, o tym, co Was interesuje. Jeśli nie ma takiej rzeczy, bo gdy przychodzi do rozmowy, w głowie masz taką pustkę, że nie potrafisz wydusić z siebie słowa - naśladowaj innych. Czy Twoi koledzy najchętniej rozmawiają na korytarzu o nowej grze komputerowej? O koleżance? O surowej nauczycielce? Dowiedz się więcej o tych tematach i pewnego dnia naturalnie włącz się do rozmowy!

Sposoby dla nieśmiały!

Pierwsze dni ...(w szkole, na obozie, w nowej grupie)

- **Dosiądź się do nowych ludzi.** Nie zamykaj się w paczce tych, z którymi przyjechałeś albo których znasz z poprzedniej szkoły.
- **Skorzystaj z pracy w parach albo w grupach,** kiedy zada taką nauczyciel. To szansa na poznanie nowych ludzi.
- **Poznaj nowe towarzystwo początkowo słuchając, o czym rozmawiają.** Niekoniecznie musisz brać czynny udział w rozmowie. Może okaże się, że macie ze sobą więcej wspólnego, niż początkowo sądziłeś?

Ćwiczenie ostatniej szansy!

Jeśli czujesz, że zbliża się **Atak Nieśmiałości** - sięgnij po **Tratwę Ratunkową**. To specjalne ćwiczenie opracowane przez psychologów właśnie na takie sytuacje.

Zadbaj, żeby zawsze nosić przy sobie symbol tego, w czym czujesz się dobrze, co jest Twoją mocną stroną. Jeśli zawsze jesteś komplementowany za umiejętność słuchania - zrób sobie breloczek w kształcie słuchawki. Jeśli pięknie rysujesz, noś przy sobie kredkę, na którą jak tylko spojrzysz - uśmiechasz się do siebie.

Te drobne gadżety pomogą Ci odzyskać pewność siebie w trudnej sytuacji - i lepiej sobie z tą sytuacją poradzić!

Od redakcji(przygotowano na podstawie Victora)

Biblioteka poleca...

Przede wszystkim przypominam wszystkim uczniom i rodzicom o stronie:

lekturymp3.pl

Znajdziecie tu audiobooki, słuchowiska i filmy - oczywiście za darmo.

Recenzje książek

do przeczytania lub wysłuchania

W tym numerze proponuję następujące książki:

"Kura Adela" - Joanna Krzyżanek

Polecam dla klas 0 - III oraz rodzicom



W tej książce razem z kurą Adelą będziemy...

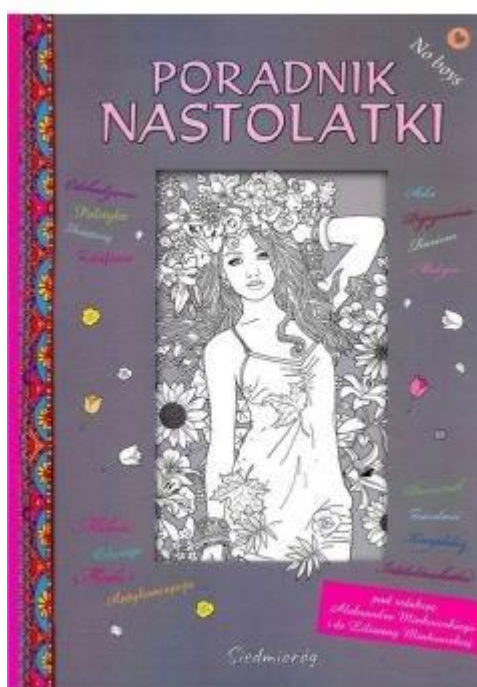
- pisać wyrazy z literami k, t, y na początku i końcu wyrazów,
- rozszyfrowywać wyrazy, by się dowiedzieć, kim chciałby być krasnoludek,
- dodawać liczby, by dowiedzieć się, co zjadły na deser Ymelka i Adela,
- będziemy pomagać krasnoludkom liczyć, przeliczać i porównywać,

- rozwiązywać krzyżówki, by się dowiedzieć, kim nie chciała być kura. Dowiem się także, co dostał tata trol, czego nie potrafił narysować mały trolek i dlaczego krasnoludek płakał.

"Poradnik nastolatki" -

Aleksander Minkowski i Lilianna Minkowska

Polecam dla dziewczyn w wieku 13-15 lat



Niełatwo być nastolatką. Co krok to problemy, pytania, wątpliwości. Często brak Ci odwagi albo się wstydzisz zapytać – i jest to zrozumiałe. Nie możesz przecież otwierać szeroko drzwi do swojego intymnego świata.

Zmienia się Twoje ciało. Obserwujesz te zmiany z niepokojem, niekiedy z lękiem. Co o nich wiesz? Co czeka Cię jeszcze?

Odkrywasz w sobie nieznane dotąd uczucia i pragnienia. Chwilami aż się boisz samej siebie. Koleżanki, zwłaszcza te starsze, opowiadają niestworzone rzeczy. Ile w tym prawdy, a ile bzdur? Co odrzucić, a co wziąć sobie do serca?

Najbliższym Ci i najżyczliwszym człowiekiem jest mama, ale jak z nią rozmawiać o sprawach wstydliwych? Czy zrozumie, nie zgorszy się, nie potępi? Czym różni się jej pokolenie od Twojego?

Masz zastrzeżenia do swojego wyglądu, a coraz bardziej Ci zależy, żeby się podobać, zwłaszcza chłopcom. Całkiem niedawno wcale o tym nie myślałaś, teraz nie daje Ci to spokoju. Czy są sposoby, aby poprawić swój wygląd? Jakie? A może się mylisz i nie ma co poprawiać?

Ubrać się odpowiednio to też niełatwa sztuka. Warto wypracować własny styl, dopasować makijaż i uczesanie do typu urody. Kto podpowie, mądrze doradzi?

Chłopcy. Znaczą dla Ciebie coraz więcej, a przecież tak mało o nich wiesz. Jak rozpoznać wartościowego, odróżnić ziarno od plew? Kto jest uczciwy i szczery, a kto ściemnia? Na co można

pozwolić sobie i jemu, gdzie są granice, których przekroczyć nie wolno?

Miłość. Niby wiesz o niej wszystko. I wiesz, że nic nie wiesz. Czy to, co poczułaś do Niego, to już prawdziwa miłość, czy tylko zauroczenie, które wkrótce minie? Czy istnieje miłość bez przyjaźni? A miłość na zawsze? Miłość od pierwszego wejrzenia?

Fizyczne zbliżenie, seks. Może już to przeżyłaś. Albo masz jeszcze przed sobą. Kto skacze do wody, nie wiedząc, jaka jest głęboka? Można skrzyknąć kark. Nie ma tematów tabu i nic, co ludzkie, nie powinno być Ci obce. Czym jest pożądanie? Kiedy seks może dać szczęście? Jak być w zgodzie ze swymi zasadami moralnymi?

Boisz się samotności. Każdy się boi. Jak jej uniknąć? Jak się wyzwolić, gdyby Cię dopadła? Na kogo można i należy w życiu liczyć?

Obok miłości sprawą najważniejszą między ludźmi jest przyjaźń. Miłość i przyjaźń mają jedną cechę wspólną: są tylko wtedy prawdziwe, gdy wolisz dawać, niż brać. Altruizm? Szczególna forma egoizmu? Jedno i drugie, ponieważ sprawianie radości bliskiej osobie sprawia radość Tobie.

Pytań a pytań! Dopiero uczysz się żyć i sytuacji nieznanych piętrzy się mnóstwo. Chcemy Ci służyć radą, pomocą. Szczerze i bez pruderii. Mówimy otwarcie o wszystkim, co ważne dla Ciebie. W sprawach kontrowersyjnych namawiamy do przemyśleń. W codziennych - dajemy praktyczne rady.

Poradnik nastolatki powstał pod redakcją znanego pisarza dla młodzieży Aleksandra Minkowskiego i doktor Lilianny Minkowskiej, ale współtworzył ją cały zespół konsultantów, między innymi psycholog, seksuolog, prawnik, dietetyk i pedagog. Autorzy postawili sobie za cel nie tylko podzielenie się swoją wiedzą, ale także nawiązanie z czytelniczką mądrego dialogu na niemal dwieście ważnych tematów, także tych trudnych i kontrowersyjnych.

"Geno i Czarna Pieczęć madame Crikken"

- Moony Witcher

• Polecam dla klas IV - VI



Geno Hastor Venti jest nieśmiałym jedenastolatkiem od urodzenia mieszkającym w niewielkiej i spokojnej wiosce, Dolnym Dzwonie. Wychowuje go wuj, który musiał zastąpić mu rodziców porwanych w tajemniczych okolicznościach. Pewnej nocy Geno słyszy dziwne hałasy dochodzące z ulicy. Od tego momentu zaczyna się jego znajomość z madame Crikken, ekscentryczną kobietą, która wprowadzi go do równoległego świata, Arx Mentis. Jest to instytucja zajmująca się badaniem i rozwijaniem mocy mentalnych, skupiająca w swoich murach najwybitniejsze umysły.

Miłej lektury.....

Gazetkę redagują pod opieką p. Zdzisławy Mszanowskiej:

Szymon Podjacki - redaktor naczelny, Kinga Bobrowska, Wanda Garska oraz wszyscy uczniowie SP 7, którzy wyślą jakiś tekst.

Opracowanie graficzne - p. Dorota Żyśko