

„ŁAŃCUCH ŻYCZLIWOŚCI”

21 listopada obchodzony jest jako Światowy Dzień Życzliwości i Pozdrowień. Przyłączając się do idei tego dnia i w ramach konkursu Małego Samorządu uczniowie wszystkich klas wykonali pełne dobrych życzeń i pozdrowień „łańcuchy



życzliwości. Tymi pomysłowymi łańcuchami oraz fragmentami cytatów udekorowaliśmy szkolny holl.



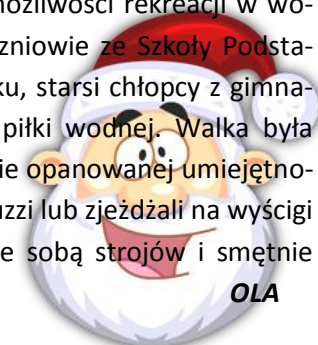
Wszyscy nosiliśmy znaczki – „uśmiechnięte buźki”, a podczas przerw słuchaliśmy piosenek o przyjaźni, szacunku i tolerancji. Oby taki klimat życzliwości panował przez cały rok! 😄😄😄😄😄😄😄😄😄😄😄😄😄

1 grudnia – ŚWIATOWY DZIEŃ WALKI Z AIDS



Mikołajki na basenie!

2 grudnia 2014r. z okazji zbliżających się Mikołajek mieliśmy możliwość wspólnej zabawy na basenie "Słowianka". Wszyscy, którzy tego dnia chcieli skorzystać z możliwości rekreacji w wodzie świetnie się bawili. Najmłodszy uczniowie ze Szkoły Podstawowej pławili się w ciepłutkim brodziku, starsi chłopcy z gimnazjum i szkoły zawodowej grali mecz piłki wodnej. Walka była bardzo zacięta i wymagała siły i świetnie opanowanej umiejętności pływania. Inni relaksowali się w jacuzzi lub zjeżdżali na wyścigi z rur. Niektórzy niestety nie zabrali ze sobą strojów i smętnie spoglądali na szalejących w wodzie.



OLA

8 grudnia 2014r. w naszej szkole odbył się kiermasz ciast świątecznych. Ciasta były upieczone przez kolegów i koleżanki z naszej szkoły. Ceny były przystępne na każdą kieszeń. Zarobione pieniądze przeznaczone zostaną na działalność samorządu szkolnego. Wszystkim nam bardzo smakowało ;) Chcemy więc takich słodkich dni.

KORNI



8GDH Tropiciele Lasu



W sobotę- 6 grudnia odbyło się w naszej szkole spotkanie instruktorów i kadr drużyn Gorzowskiego Obwodu ZHR . W spotkaniu tym uczestniczyła 7 GDH i 230 GDH. Spotkanie to miało na celu integrację harcerzek i harcerzy oraz przybliżenie działania naszej drużyny środowisku harcerskiemu Gorzowa. Mówiliśmy o różnych trudnościach i barierach, które jako harcerze musimy prze-



łamywać, żeby czuć się ze sobą jeszcze lepiej. Teoretyczną część zajęć prowadziła p. pedagog Krzysisława Ziska, a część warsztatową- dh. Bożena Adamowska i dh. Dorota Trześniowska. Podczas zajęć harcerze mogli zrozumieć jakie uczucia towarzyszą tym, którzy na co dzień mają przeżywają trudności wynikające z obniżonej sprawności. Zajęcia te wywołały wiele emocji.

Warsztaty zostały zorganizowane w ramach Akcji „Wolontariat harcerski”. Mamy zamiar kontynuować takie

działania podczas zimowiska drużyny w Zakopanem oraz w czasie pracy śródrocznej. Spotkanie odbyło się w dniu Mikołajek. Na pamiątkę tego wydarzenia „Siódemki” wręczyły „Ósemkom” czekoladowe Mikołaje, a potem wspólnie piekliśmy i dekorowaliśmy pierniki.

Musimy stwierdzić nieskromnie, że po kilku „piernikowych zbiorcach” wszyscy „Tropiciele lasu” są Mistrzami Pierniczeków:)

DOTA



W niedzielę **14 grudnia** odbyła się **Wigilia Narodów**, w której uczestniczyły drużyny: zastępowa- Dominika Kulczyk i przyboczna- Kornelia Młynarek wraz z opiekunkami- panią Agnieszką Gromadecką i panią Iwoną Syską. Spotkanie rozpoczęło się o godz. 15:00 w MCK. W Wigilii Narodów uczestniczyli Bośniacy, Litwini, grupa z Dąbrówki Wielkopolskiej i Górale Czadecy.

Dzięki tej pięknej Wigilii Narodów mogliśmy poznać zwyczaje świąteczne, spróbować przygotowywanych potraw oraz zobaczyć stroje ludowe i usłyszeć gwarę. Spotkanie bardzo nam się podobało :)

KORNI



Dnia **3.11. 2014r.** odbył się V Turniej Tenisa Stołowego im. Andrzeja Grubby.

Wyniki zawodów:

Szkoła Zawodowa:

1. Maciej Stachowiak 2. Marek Rus 3. Mateusz Madej

Dziewczyny Open:

1. Anna Jurgielewicz 2. Olga Tutak 3 Paulina Niedzwiedz .

SPP:

1. Łukasz Chajka 2.Mateusz Kania 3.Kamil Szymczak

SP:

1. Piotr Dobrzyński 2.Michał Kaczmarek 3.Przemek Piaseczny
Z.L.



OGŁASZAMY KONKURS NA FOTOREPORTAŻ !!!!

Termin:10.11.2014- 07.01.2015

Temat: **Sposoby na ciekawy i aktywny wypoczynek**

Uczestnicy : uczniowie klas gimnazjum , szkoły zawodowej oraz uczniowie klas przysposabiającej do pracy.

Zadanie konkursowe : wykonać 3 fotografie przedstawiające kolejność zdarzeń w trakcie ciekawego i aktywnego wypoczynku (rajdy, spacer, treningi, wycieczki rodzinne, dyscypliny sportowe itp.) Zdjęcia fotoreportażowe powinny być opatrzone opisem (jedno, dwa zdania) .

Pomocy technicznej przy obróbce zdjęć udzielają :
p.J.Chmiel, p.D.Skołuda, p.E.Błaszowski.

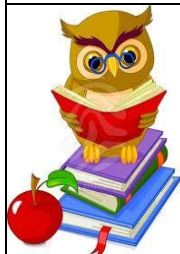
Jeśli chcesz poprawić swoją kondycję fizyczną, odporność i miło spędzić czas możesz zapisać się na zajęcia **Nordic Walking** , które odbywają się w każdą trzecią sobotę miesiąca o godz.10⁰⁰ .

Korzyść:

osoby uprawiające marsz z kijkami zażywają więcej ruchu oraz przebywają dłużej na świeżym powietrzu, co przekłada się na większą odporność, znaczne wzmocnienie organizmu, lepsze dotlenienie, zmniejszenie problemów zdrowotnych oraz poprawę nastroju i samopoczucia. **ZAPRASZAMY!** **D.S.**



"KonkurSowa"



W listopadowym Konkursie wygrała **Wiktoria Kamińska** i otrzymuje ona nagrodę główną, natomiast większości poprawnych odpowiedzi udzieliła **Marta Gajewska** i otrzymuje ona już po raz drugi nagrodę pocieszenia.

"KonkurSowa" zachęca wszystkich uczniów do uważnego czytania i tropienia odpowiedzi na pytania konkursowe. Następne zadania będą na Was czekać w kolejnym numerze naszej gazetki. **"KonkurSowa"**



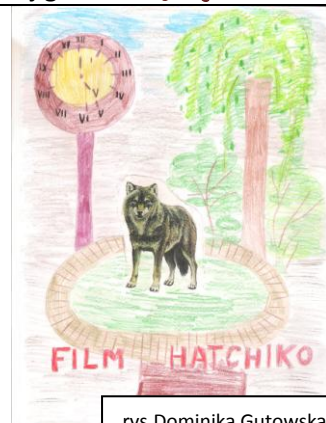
rys.Wiktoria Kamińska

Hejka! Oglądaliśmy film „Sala Samobójców”. W tym filmie mogliśmy ujrzeć losy Dominika Santorskiego (Jakub Gierszał) nastolatka, który w życiu poszukuje miłości i akceptacji. Jego rodzice nie dają mu miłości i nie mają dla niego czasu. Wkrótce Dominik z braku akceptacji wśród rówieśników znajduje sposób na odcięcie się od świata. Ważnym punktem

w życiu głównego bohatera jest postać Sylwii. Dominik z czasem zakochuje się podczas regularnych spotkań w sieci internetowej. Zamyka się on w swoim pokoju, nie chodzi do szkoły. Pod koniec filmu popełnia samobójstwo, truje się tabletkami i alkoholem i umiera. Film przemawia jak najbardziej do młodych ludzi.

Kasia Sendor

Na zajęciach oglądaliśmy film „Mój przyjaciel Hachiko” Lassego Hallstroma. Drodzy uczniowie chcemy Was zachęcić do oglądania bardzo fajnego, interesującego, chociaż smutnego filmu. Możemy w skrócie coś o tym filmie opowiedzieć. Mały piesek wysłany z Japonii do Ameryki zagubił się. Znalazł go profesor muzyki i przygarnął. Pies bardzo się z nim zżył i był mu wierny. Zawsze odprowadzał profesora na pociąg gdy jechał do pracy i na niego czekał. Pewnego dnia profesor nagle w pracy zmarł i nie wrócił pociągiem. Wierny pies Hachiko czekał i wiele lat spędził na stacji kolejowej czekając na swojego pana. Hachiko pozostaje symbolem psiej wierności i oddania, a jego poruszająca historia nieustannie sprawia, że wrażliwym ludziom wilgotnieją oczy.



rys.Dominika Gutowska

Tomek Zabielski

Wywiad z...

Panią Mileną Olszewską



- Dzień dobry! Jesteśmy z redakcji "Ambasadorka"- szkolnej gazetki, którą tworzymy w ZSS nr 14. Z pewnością naszych czytelników zainteresują informacje na Pani temat, bo wiemy, że jest Pani jedną z najlepszych polskich łuczniczek. Jaką szkołę Pani ukończyła?- Ukończyłam LO w Czarnkowie, a następnie studia pedagogiczne w Gorzowie na PWSZ.

- Co sprawiło, że zainteresowała się Pani sportem?- Podczas zajęć na studiach poznałam p. Teresę Byczkowską, która zaproponowała mi kontakt z łucznikami, którzy szukali nowej "świeżej krwi", czyli nowych zawodników. Tak właśnie trafiłam na pierwszy trening. Na ten pierwszy trening poszłam tak naprawdę po to, aby nie zrobić p. Teresie Byczkowskiej przykrości. Spodobało mi się i zostałam.

- Czy łucznictwo było Pani pierwszą dyscypliną, którą Pani uprawiała?- Od razu trafiłam do sekcji łuczniczej i była to moja pierwsza dyscyplina sportu, która uprawiałam i uprawiam do dziś. Już jako dziecko interesowałam się sportem. Wielu dyscyplinom kibicowałam, ale sama nie angażowałam się.

- Jakich cech wymaga łucznictwo i ile lat Pani trenuje?- Na pewno wymaga cierpliwości, powtarzalności, konsekwencji, ale też analizy własnego ciała i każdego oddanego strzału. Mój trener zawsze powtarza, że aby być dobrym łucznikiem na dobrym poziomie i odnosić sukcesy, to potrzeba około 10 lat. Mi udało się osiągnąć trochę szybciej i po około 5 latach zaczęłam odnosić swoje pierwsze sukcesy. Bardzo intensywnie pracowałam.

- Jaki sukces uważa Pani za największy? Ciężko tak rozgraniczyć, który jest najważniejszy, bo każdy inne znaczenie. Można między nimi postawić znak równości, ale marzeniem każdego sportowca jest medal z igrzysk paraolimpijskich.

- Jak Pani radzi sobie ze stresem?- Stres pojawia się zawsze, bardziej może przed zawodami. Mi najbardziej pomaga takie wyciszenie, tak jak wcześniej wam mówiłam. Czytanie książek lub słuchanie muzyki, albo rozmowa z kimś o moim stresie. A w czasie zawodów, gdy biorę łuk do ręki ten stres znika. Staram się przed zawodami nie nakręcać się, ale wyciszyć.

- Co Pani robi, jeśli nie uda się zdobyć złotego medalu?- Wtedy myślę już o kolejnym treningu. Wiem, co jest do poprawy i co muszę nadgonić i jakie nowe metody można wykorzystać, aby jednak zdobyć ten najważniejszy medal. Analizujemy również to, co poszło nie tak i wyciągamy wnioski. Myślimy już o kolejnych zawodach i nie rozpamiętujemy porażki, tylko skupiamy się na tym, co może być lepiej.

- Co najbardziej lubi Pani robić w wolnym czasie?- Najbardziej w wolnym czasie lubię spotykać się z przyjaciółmi, organizować wspólne wyjazdy, wypady po za miasto. Lubię bardzo czytać książki i słuchać muzyki, poznawać nową literaturę i muzykę.

- Czy Pani ma swoje ulubione potrawy? - Moją ulubioną potrawą, którą zawsze pierwsza przychodzi mi do głowy to wątróbka. (śmiech). Uwielbiam wątróbkę, ale lubię też poznawać nowe smaki. Lubię jeść- co widać zresztą:) Nie ma rzeczy, których nie lubię, ale wątróbki nigdy nie odmówię.

- Jaka wyprawa turystyczna była najciekawsza w Pani życiu?- Najciekawsza podróż była do Tajlandii, dlatego że wiadomo to już inny kontynent. Byłam poza Europą. Spotkałam się z odmienną kulturą. Najprawdopodobniej nigdy w życiu sama nie pojechałabym, ale dzięki temu, że trenuję łucznictwo mogłam w taką podróż się wybrać. To była najciekawsza podróż, dlatego że inna kultura, inna mentalność ludzi. Mogłam zobaczyć ten cały kolorowy świat. To piękne -poznać i zobaczyć coś nowego. To była najpiękniejsza podróż.

- Do jakich zawodów Pani teraz trenuje?- Najważniejszymi zawodami, na które teraz się szykujemy to Mistrzostwa Świata, które odbędą się za niecały rok w Niemczech. Tak więc jest to w miarę blisko, nie będzie aż dalekiej podróży. Są to zawody na tyle ciekawe, bo będziemy walczyć o to, kto poleci na następne Igrzyska Paraolimpijskie do Rio de Janeiro, które odbędą się za 2 lata. Dlatego te zawody są takie ważne, nie są ważne na tyle medale, co wejście do ścisłej czołówki, która poleci do Rio de Janeiro w 2016 roku.

- Życzymy więc Pani powodzenia! Dziękujemy za rozmowę.(oklaski).

KORNI