LUBELSKI kurier junior

KAMERA

Gimnazjum nr 11 w Lublinie

WWW.JUNIORMEDIA.PL

ORGANIZATOR PROJEKTU GRUPA WYDAWNICZA polskapresse

PARTNER OPERON WYDAWNICTWO PEDAGOGICZNE

KONIEC WAKACJI

PRZYGODA Z MAXEM

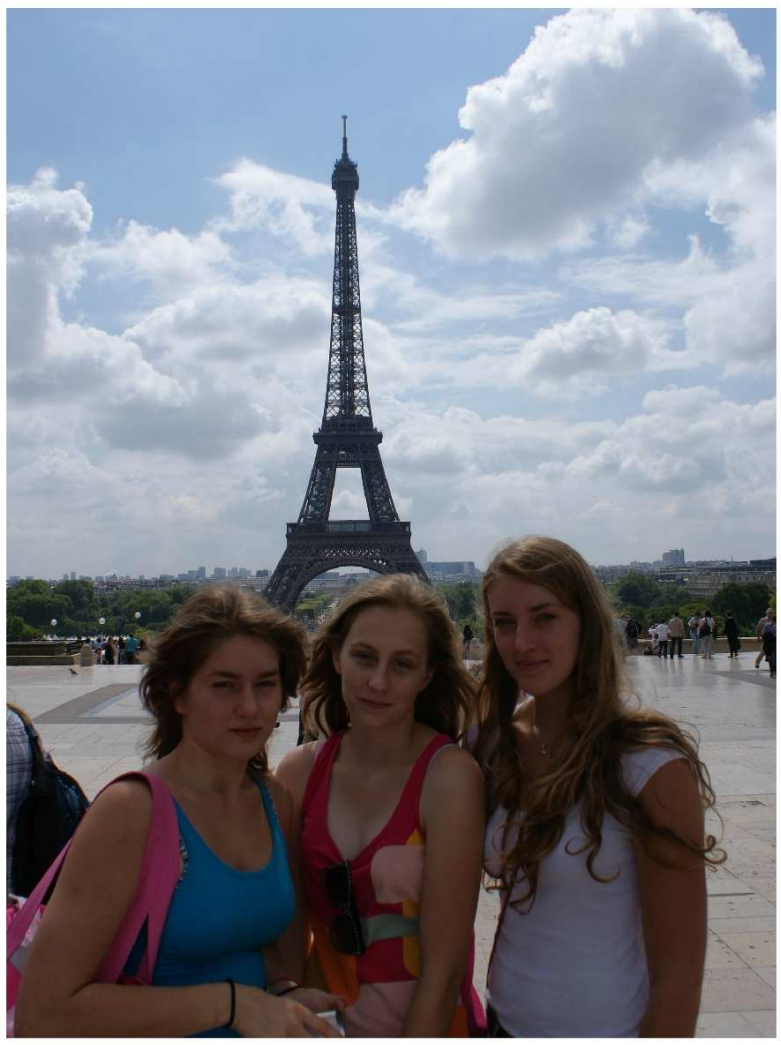
Tegoroczne wakacje jak zwykle spędziłem u moich kochanych dziadków na wsi. Byłem tam cały lipiec. Moi dziadkowie posiadają gospodarstwo, więc pomagałem im w żniwach. Było to dla mnie ogromne przeżycie. Możliwość jazdy traktorem dawała mi wiele satysfakcji. Dziadek pewnego wieczoru zabrał mnie na spacer. Było już prawie ciemno, gdy znaleźliśmy potrąconego przez samochód psa. Bez zastanowienia postanowiliśmy mu pomóc. Dziadek wziął go na ręce i poszliśmy z nim do pobliskiego weterynarza. Okazało się, że pies nie jest w najlepszym stanie i nie wiadomo czy przeżyje.Weterynarz opatrzył psa i poprosił, byśmy się nim opiekowali, aż wyzdrowieje. Nie wiedzieliśmy, jak się wabi, więc nazwaliśmy go Max. Jego zdrowie z dnia na dzień polepszało się. Bardzo się do niego przywiązałem i on do mnie również.

Krzysztof_Kuśmierz

POWRÓT DO SZKOŁY

Jak zwykle 6 rano pobudka do szkoły, dobrałam ładnie ubranie, ogarnęłam włosy, zjadłam śniadanie. Stoję na przystanku, wydaje mi się, że wszyscy na mnie patrzą, ale w duchu mówię sobie Natalia ogarnij się, nikt się na ciebie nie patrzy". Jestem w szkole i znów to samo - milion spojrzeń skierowanych w moją stronę; nawet pierwszaki. Jestem pewna, że rozmawiają na mój temat. Jakim prawem?! Idę do mojej klasy i nikt się ze mną nie wita,. Czuję się jak jakaś obca w tej szkole. Najchętniej zapadłabym się pod ziemię. Usłyszałam jakiś dźwięk, melodię... w każdym razie jest coraz głośniej, a na dodatek czuję, jakby ktoś lizał mnie po twarzy Coraz bardziej mokra panikuję. Jedno szturchnięcie i jestem w rzeczywistym świecie. Mroczny sen zniknął. Na szczęście. Nie zniosłabym kontynuacji. I tak jak we śnie: dobrałam ładnie ubranie, ogarnęłam włosy, zjadłam śniadanie. Jak się później okazało wszyscy w szkole mnie rozpoznali,choć miałam przefarbowane włosy. Wcale nie czułam się obco, nie miałam się czego bać. Koleżanki opowiadały wrażenia z wakacji.Wszystkie zakochane, oczywiście. Na szczęście zły sen nie okazał się jawą, nie chciałabym przeżyć tego w realnym świecie.

Natalia Krysa



Przygoda z Roxim

Pewnego razu, gdy szedłem na spacer ze swoim nowym pupilem, zauważyła nas mała dziewczynka, która była z mamą. Obie rozpoznały psa. Max na ich widok szalał z radości: skakał, szczekał i kręcił się wkoło. Okazało się, że ma na imię Roxi i zaginął im dwa tygodnie temu. Pobiegł z okolicznymi psami do lasu i więcej się nie pojawił. Z bólem serca oddałem go ich prawowitym właścicielom. Jednak oni zaproponowali, że będę mógł odwiedzać Roxiego. Ta wiadomość bardzo mnie ucieszyła. W trakcie moich odwiedzin był równie szczęśliwy. To było bardzo miłe. Teraz wiem, że warto mieć psa. Najlepiej ze schroniska, bo można mu dużo ofiarować i będzie odwzajemniać przyjaźń.
Wakacje u dziadków zawsze dawały mi wiele wrażeń, ale te były naprawdę wyjątkowe. Nauczyłem się pomagać i jestem z siebie w jakiś sposób zadowolony. W następne wakacje także pojadę do moich dziadków.

Krzysztof_Kuśmierz

OBÓZ MŁODZIEŻOWY

W czasie wakacji 2011 roku uczniowie naszej szkoły uczestniczyli w obozie młodzieżowym w Hiszpanii. Program obejmował zwiedzanie Paryża, Carcassonne , Barcelony. Wspaniała zabawa miała miejsce w miasteczku wodnym w Loret de Mar oraz w miasteczku rozrywki Gardeland we Włoszech.

Katarzyna Kozioł

WAKACYJNE PASJE

Pierwszą myślą młodzieży, mającej wielkie plany na przyszłość związane ze sportem, było poświęcenie wakacyjnego czasu dla swojego hobby.

OBÓZ SPORTOWY

Przed wakacjami wszyscy zastanawialiśmy się, gdzie chcielibyśmy wyjechać. Dla mnie wymarzonym i zrealizowanym planem był wyjazd na obóz sportowy. Obozy sportowe, wbrew pozorom, to nie tylko codzienne treningi i bieganie w terenie. Organizowane są także wycieczki po okolicy i do miast w celu zwiedzania. Możliwe jest też pójście do aqua parku lub inne atrakcje.

W planach dnia są oczywiście 2-3 treningi, w tym trening w terenie. Wszystkie zajęcia są inne: raz trzeba pracować z całych sił, innym razem trenerzy pozwalają na luźne ćwiczenia.

Treningi rozpoczynają się od rozgrzewki: bieganie, rozciąganie itp. Potem są ćwiczenia na dobre podania i rzuty, następnie nauka taktyki.

Niestety zdarzają się złamania lub kontuzje, ostatnim razem było ich trzy. Każdy musi być na to przygotowany. Wówczas potrzebna jest długa przerwa w treningach.

Często na osiedlu, plaży czy górach widzi się grupę ludzi, którzy trenują, biegają. Zazwyczaj takie zajęcia w godzinach porannych są traktowane jako rozruch. Takie ćwiczenia są potrzebne, żeby nie mieć zakwasów i przygotować się na kolejne dni trenowania.

Właściwy trening zaczyna się od rozgrzewki a kończy na różnych ćwiczeniach np. .siłowych. Na obozie sportowym korzysta się również z pływania w morzu lub jeziorze.

Do ćwiczeń plenerowych chętnie przyłączają się różni wczasowicze, którzy też chcą poćwiczyć.

Nie można jednak zapomnieć, że na takie obozy trzeba być przygotowanym. Zależnie od dyscypliny sportu musimy wybrać odpowiednie buty oraz drugą parę do biegania. Należy także zabrać kilka strojów do ćwiczenia.

Po powrocie uczestnicy obozów zawsze mają dużo do opowiedzenia. rodzinie i znajomym. Wrażenia są prawie nie do opisania, a rezultaty trenowania od razu widoczne. Czas spędzony w taki sposób, chyba każdy chciałby powtórzyć. Warto namówić przyjaciół na taki obóz, bo wtedy ma się wspólne ciekawe wspomnienia.

Oto przykładowy plan dnia:

7 30 - pobudka i rozruch
8 00 - śniadanie
10.00 - trening na sali
12 30 - plaża
13 45 - obiad
14 00 - 15:00 - cisza poobiednia
16 00 - trening na sali
18 30 - kolacja
23 00- 6 00 - cisza nocna

Wiktoria Olszewska

WAKEBOARDING

Nazywam się Filip Czerniec, uczę się w klasie IIIc. Od dwóch lat trenuje wakeboarding. Co to takiego? Wakeboarding, najprościej rzecz ujmując, to sport polegający na płynięciu po powierzchni wody przy pomocy specjalnie skonstruowanej deski, trzymając się liny zaczepionej na wyciągu lub motorówce. Moja przygoda zaczęła się od nart wodnych., Początkowo było fajnie, ale z czasem zacząłem się nudzić. Spróbowałem więc deski. I to było to! W ciągu zeszłego sezonu nauczyłem się panować nad deską oraz podstawowych trików. W tym roku zdobyłem Mistrzostwo Polski oraz Puchar Polski w kategorii junior młodszy. Ukoronowaniem tego sezonu był mój udział w XIII mistrzostwach Europy w Belgradzie, gdzie z dwoma kolegami byliśmy pierwszymi Polakami, którzy uczestniczyli w tak prestiżowych zawodach. Mam nadzieję, że w przyszłym roku będę jeszcze lepszy! Wszystkich chętnych odsyłam do strony www.youcanwake.com lub www.wakeboard.com.pl, tam dowiecie się więcej o wakeboardingu. Na stronie http://awakeclothing.com/pl/team/wakeboard/filipczerniec znajdziesz filmiki ze mną w roli głównej. Zapraszam w nowym sezonie, który zacznie się w maju przyszłego roku nad Zalewem Zemborzyckim.

Informację przygotowała

Aleksandra_Artyszko

WAKACYJNE MIGAWKI

Byłem w górach. Mogłem się wspinać i być blisko chmur.
Mariusz

Z kolegami poszliśmy na ryby. Wzięliśmy długi kij, zardzewiały krzywy gwóźdź i długi sznur. Zrobiliśmy wędkę, ale ryby w ogóle nie brały.
Dominik

Pojechałem na dziesięciodniowy kurs grafiki komputerowej.
Kacper

Oglądałem bardzo stare parowozy, nawet z czasów komunizmu.
Bartek

Byłam nad Jeziorem Białym bez rodziców i musiałam być odpowiedzialna.
Karolina

Jeździłem rowerem nowymi ścieżkami nad Zalew Zemborzycki. W basenach

nauczyłem się pływać. Strzeliłem dwie bramki w meczu z Dolną Panny Marii.
Bartek..

W wakacje byłam u dziadka, najukochańszej osoby.
Agata

Byłem na pięciu meczach Motoru Lublin.
Adrian

Anna Rubacha

WAKACJE Z BOGIEM

WAKACJE GRUPY OAZOWEJ Z PARAFII ŚW. RODZINY

OAZA

W tym roku blisko 300 młodych ludzi z naszej diecezji uczestniczyło w tegorocznych rekolekcjach Ruchu Światło Życie! Forma i treść rekolekcji dostosowane są do każdego wieku i stanu. Jedną z najliczniejszych tegorocznych grup stanowiła młodzież z Oazy Nowego Życia. W dniach 13-29 lipca osiemdziesiąt dwie osoby zamieszkały w Sulowie, w atmosferze wielkiej radości, zrozumienia, w zacisznym zakątku kraju, w gronie oddanych przyjaciół, by właśnie tam odnaleźć prawdziwą Miłość i uczyć się rozeznawać Jej wolę w swoim życiu. Prowadziło nas w tym czasie dwóch księży moderatorów, ciesząc się nieocenionym wsparciem animatorów, kleryków, sióstr zakonnych i księdza diakona. W czasie tych 16 dni Pan Bóg przez ich posługę dokonywał w nas prawdziwej przemiany serc. Tak umocnieni wracamy teraz do swoich środowisk codziennego życia, jak każdy znów niechętnie rozstajemy się ze słońcem i z niedowierzaniem spoglądamy na szkolne obowiązki, z którymi trzeba nam się ponownie zmierzyć. Ale to co stało się naszym udziałem w trakcie trwania Oazy Żywego Kościoła 2011, zapisało się w nas jako prawdziwe doświadczenie Mocy i Miłości. Świadomi wielkich dzieł jakie się dokonały pragniemy pogłębiać to doświadczenie uczestnicząc w spotkaniach przy swojej parafii. Ta wielka radość jaka nas przepełnia domaga się dzielenia i wielkim pragnieniem każdego z nas jest Twoje spotkanie z Bogiem Miłości, w którym my odnaleźliśmy już swoje szczęście. Dlatego zapraszamy Cię na spotkania Oazy młodzieżowej przy parafii św. Rodziny.

Oazowiczka

Artykuł przygotowała:
Adrianna_Kołtun

Rekolekcje a kolonie

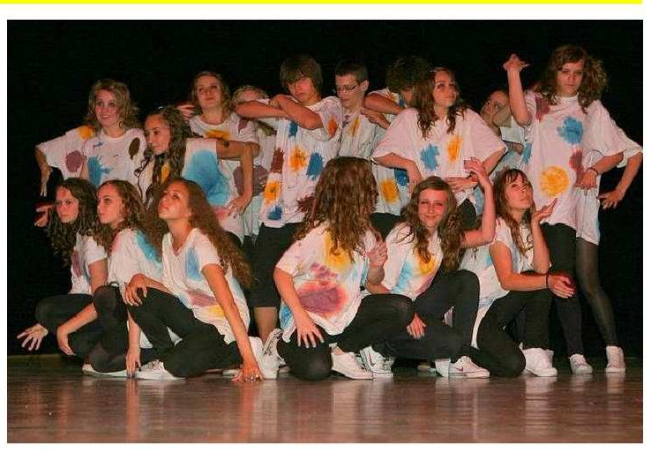
Wakacje. Z pewnością każdy człowiek ma swoją wyjątkową definicję tego nieprzecenionego czasu, szereg wielobarwnych wspomnień i skojarzeń wypełnia wyobraźnię. Owe 2 miesiące przedstawiają nie lada wartość, w związku z czym najłatwiej przychodzi czas taki stracić.
Jest jednak także możliwość, by bez względu na różne letnie preferencje przeżyć najbardziej niezapomniane 16 dni.
Oazowicze to ludzie dokładni tacy jak Ty i ja, uwielbiają dobrą zabawę, lubią poszaleć z przyjaciółmii. Śmiech bez ograniczeń nie jest im bynajmniej obcy z tą różnicą, że doświadczają tego wszystkiego dużo bardziej, ponieważ w swoim życiu (wielu spośród nich właśnie uczestnicząc w tego rodzaju rekolekcjach) spotkało żyjącego i bezustannie troszczącego się o nich Boga!
Kto choć raz uczestniczył w formacji rekolekcyjnej, ten doskonale wie, że największą Radość i Szczęście rozlewa Bóg w swoim Kościele przez Ducha Świętego i udziela ich tym, którzy tego pragną.

Relację oazowiczów przygotowała:
Adrianna_Kołtun

Underground Dance Studio

Studio Tańca UDS, istniejące w Lublinie od 2007 roku powszechnie znane z programu telewizyjnego "Mam Talent!", gdzie wystąpiła grupa reprezentacyjna.

UDS jest szkołą tańca nowoczesnego dla dzieci, młodzieży jak i dorosłych. Osobiście uczę się tam trzeci rok i szybko stało się to moją pasją. Zajęcia pozwalają zwiększyć sprawność i technikę tancerza. Jest niezwykle ważne, żeby między wszystkimi była zgodność podczas wspólnych formacji. Instruktorzy są po wielu szkoleniach i każdy specjalizuje się w poszczególnych stylach. Co roku w połowie czerwca organizowana jest specjalna gala taneczna UDS, gdzie występują wszystkie grupy. Nawet początkujący mogą przekonać się o tańczeniu w formacji przed publicznością. Jest to dla każdego wspaniałym przeżyciem i pomaga zwalczyć stres przed innymi kolejnymi



występami. Zapisanie się 3 lata temu do Underground Dance Studio było moją najlepszą decyzją dotychczas i na pewno jeszcze przez długi czas nie zrezygnuje z zajęć. Taniec pozwala mi zapomnieć o problemach i wyrazić siebie, oraz sprawia mi wielką radość. UDS jest miejscem nawiązywania wielu przyjaźni.

FerGo

STOPKA
Sławomir Błażewicz Redaktor
Junior Gazety
Anna Rubacha dziennikarz
Natalia Krysa dziennikarz
Wiktoria Olszewska dziennikarz
Kamila Artyszko dziennikarz
Katarzyna Kozioł dziennikarz
Weronika Rokicka dziennikarz
Aleksandra Artyszko dziennikarz
Arkadiusz Kukier dziennikarz
Krzysztof Kuśmierz dziennikarz
Adrianna Kołtun dziennikarz

D B A M Y O Ś R O D O W I S K O

Oszczędzanie energii w gospodarstwie domowym

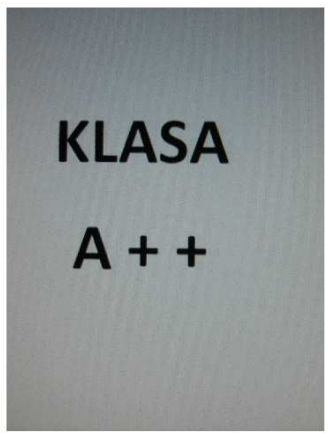
KORZYŚCI

Oszczędzanie energii polega na zmniejszeniu jej zużycia przy jednoczesnym zachowaniu takich samych rezultatów z jej użytkowania. Mniejsze zużycie energii ma wiele pozytywnych stron: można zaoszczędzić pieniądze i równocześnie pomóc środowisku. Rozsądne używanie energii pomoże nam zachować zasoby, aby wystarczyły dłużej na przyszłość. W przeciętnym domu do oświetlenia zużywa się ok. 36% ogółu energii elektrycznej jaka jest w nim wykorzystywana. Oszczędzanie energii związane jest z wyłączaniem urządzeń elektrycznych, gdy z nich nie korzystamy jak również z gaszeniem światła w pomieszczeniach, w których nikt nie przebywa. Najlepszym rozwiązaniem jest stosowanie świetlówek kompaktowych. Jak wykazały badania zużywają one pięciokrotnie mniej energii elektrycznej niż tradycyjne żarówki jarzeniowe. Dzięki zastosowaniu świetlówek kompaktowych możliwie jest zaoszczędzenie do 80% energii, która jest wykorzystywana na oświetlenie mieszkania. Projekt edukacyjny Piotra Nalewaja pod kierunkiem pani Ewy Ćwik przygotowała:

Kamila Artyszko

Porady dla użytkowników urządzeń RTV i oświetlenia

Urządzenia RTV
Wyłączanie zasilania wyłącznikiem głównym.
Stosowanie programatorów czasowych, odłączających zasilanie po określonym czasie.
Nieużywanie w tym samym czasie różnych urządzeń.
Stosowanie listew zasilających, pozwalających na odłączenie od sieci kilku urządzeń na raz w przypadku dłuższego niekorzystania z nich.
Oświetlenie
Stosowanie lamp i żarówek energooszczędnych w miejscach, w których mają świecić przez dłuższy czas.
Stosowanie żarówek tradycyjnych w miejscach, w których mają świecić krótki czas.
Właściwy dobór mocy źródła światła w zależności od wielkości pomieszczeń i potrzeb naświetlenia.
Wyłączanie oświetlenia w miejscach opuszczanych przez osoby.
Stosowanie automatycznych włączników i wyłączników świateł (np. na podczerwień) przed wejściami do domów.



Porady dla użytkowników urządzeń AGD

Urządzenia AGD - lodówka
Zakup lodówki w najbardziej ekonomicznej klasie.
Zadbanie o stan uszczelek.
Wkładanie już schłodzonych produktów do lodówki.
Ustawienie lodówki z dala od źródeł ciepła.
Rzadkie otwieranie drzwiczek zamrażarki.
Właściwa regulacja stopnia chłodzenia.
Urządzenia AGD - kuchenka elektryczna
Zakup kuchenki w najbardziej ekonomicznej klasie.
Gotowanie potraw w małej ilości wody.
Dopasowanie naczynia do płyty grzejnej.
Urządzenia AGD - pralka
Zakup pralki w najbardziej ekonomicznej klasie.
Stosowanie odpowiedniego programu prania.
Odkamienianie.
Urządzenia AGD - zmywarka
Zakup zmywarki w najbardziej ekonomicznej klasie.
Dostosowanie odpowiedniego programu zmywania.
Odkamienianie.

Dzień bez samochodu

W czwartek 22.09.2011 r. z okazji Europejskiego Dnia bez Samochodu na Placu Litewskim w Lublinie odbył się festyn pod hasłem "Wybierz wygodną alternatywę! Nie warto zamykać się w samochodzie". Zaplanowano pokaz akrobacji rowerowych, znakowanie jednośladów, oraz przejażdżkę w alkogoglach, które pozwalają sprawdzić jak niebezpieczne jest kierowanie pod wpływem alkoholu. O godz. 15.00 z palcu wyruszył rajd rowerowy. Cykliści przejechali Alejami Racławickimi, Głęboką, Filaretów, Zana do alei Jana Pawła II a następnie wrócili przez Narutowicza i Lipową do centrum. Imprezę zakończył wybór najlepiej ubranych rowerzystów. Na festynie nasze gimnazjum reprezentowały w licznym składzie klasy 2C i 3C pod opieką pani Marty Karykowskiej.

Weronika Rokicka