Gazeta Wrocławska junior

Supeł

Młodzieżowy Ośrodek Socjoterapii nr 2 we Wrocławiu
ul. Kielecka 51
54-029, Wrocław
Numer 15 04/14

WWW.JUNIORMEDIA.PL

ORGANIZATOR PROJEKTU GRUPA WYDAWNICZA polskapresse

PARTNER Fundacja Orange

Wbrew pozorom życie tancerza Opery Wrocławskiej nie polega na bieganiu przez osiem godzin dziennie w rajtuzach, przekonuje nasz kolejny gość w ramach programu „Spotkania".

Co słychać w grupie drugiej i trzeciej?

Opowiada: Ula Zdziarstek i Marta Hromiak

Jak wygląda jeden dzień życia zawodowego tancerze?

Co trzeba robić, by być w dobrej formie?

Jaka była najważniejsza rola?

Czy balet to ciężka praca?

Czy trudno pracuje się z młodzieżą?

Na te i wiele innych pytań, odpowiada nasz gość Tomasz Kęczkowski, tancerz Opery Wrocławskiej.

Na czym polega technika dekupaż i kto wykorzystuje ją podczas wykonywania swoich prac? - str. 6.

Tomasz Kęczkowski, tancerz Opery Wrocławskiej to kolejny gość „Spotkań"

Wbrew pozorom życie tancerza Opery Wrocławskiej nie polega na bieganiu przez osiem godzin dziennie w rajtuzach, przekonuje Tomasz Kęczkowski.

Ciągłe ważenie i stosowanie diet to kolejny mit, obalony przez naszego gościa. Prawdą jest natomiast fakt, że taniec to bardzo ciężka praca, a kariera w operze kończy się około 35 roku życia.

Dla Tomasza Kęcz - kowskiego taniec to pasja i sens życia, dlatego uczy tej wy - magającej umiejętności dzieci i młodzież. My także będziemy mogły wypróbować swoich sił podczas kolejnego spotkania z naszym gościem.

Tym razem nie będziemy tylko słuchać o tańcu, będziemy tańczyć. Już nie możemy się doczekać.

Przygotowała: wychowawca Kamila Gransort

Wywiad:

Od jakiego czasu trenuje Pan balet? Kiedy stwierdził Pan, że zostanie tancerzem i czy jest to marzenie z dzieciństwa?

Zacząłem tańczyć jak miałem cztery, może pięć lat i nie było to do końca moje marzenie. Taniec to był przypadek. Jako dziecko miałem problemy ze stopami i ktoś mamie podpowiedział, żebym poszedł na balet, bo mi to pomoże. Sam nie wiem, kiedy odkryłem, że chcę to robić.

Kilka pytań do naszego interesującego gościa.

Czy Pana rodzicie mieli kiedykolwiek pretensje o to, kim chce Pan zostać w przyszłości?

To raczej ja miałem pretensje o to, że rodzice wysłali mnie do szkoły baletowej i to jeszcze tak daleko od domu. Mama powtarzała, że to była moja decyzja, lecz ja przez długi czas miałem do nich żal. Z perspektywy czasu, cieszę się jednak, że moje życie się tak właśnie potoczyło.

Ile godzin dziennie Pan trenuje i czy są takie dni, kiedy ma Pan już dość tego, co robi?

Ćwiczę osiem godzin w pracy, a po pracy mam jeszcze treningi z dziewczynami, z którymi także tańczę. Wychodzi po dziesięć godzin dziennie. W liceum chciałem zrezygnować, co było związane z rodzicami, z buntem, z dziewczyną. Wątpliwości jednak przeszły i zostałem. Po szkole, jeszcze ze trzy razy chciałem rezygnować, ale było to na szczęście chwilowe.

Co Pan robi, żeby być w dobrej formie? Czy przestrzega Pan określonej diety?

Codzienne treningi rano i wieczorem pozwalają zostać w dobrej formie. Po kilku dniach wolnych od ćwiczeń człowiek czuje się, jakby nie trenował przez trzy miesiące. Dwa, trzy dni, to wystarczający czas na odpoczynek. Obalam też mit ścisłego przestrzegania diety. Jem normalnie, tyle że dieta jest bardziej dopasowana kalorycznie. Przed dużym wysiłkiem nie jem mięsa na przykład, bo ciężko się wtedy tańczy. Na pewno wypijam hektolitry wody. Niektóre koleżanki faktycznie maja obsesje na punkcie wagi. Głodzą się, a potem niestety często kończą w szpitalu.

Która rola była dla Pana najważniejsza?
Nie klasyfikuję ról, było ich bardzo dużo i z niektórymi się utożsamiam, a niektóre uważam za kiczowate. Ale nie ma takiego wyboru, że którąś postać będę tańczył, a którejś nie. Każda rola jest ważna, choć nie każdą lubię.

Jeden dzień z życia tancerza – jak wygląda dzień treningu a jak spektaklu?

Praca w operze zaczyna się o godzinie 10. Zaczyna się godzinną gimnastyką, potem jest 15 minut przerwy. Następnie odbywają się próby do danych spektakli. O godzinie 14 kończy się praca, ale spotykamy się ponownie o godzinie 18. Do godziny 22 odbywa się dalsza nauka, więc wieczorem każdy już tylko marzy, żeby położyć się do łóżka. Pracujemy od wtorku do niedzieli. Poniedziałek jest dniem wolnym, kiedy można pozałatwiać swoje sprawy.
W dzień spektaklu spotykamy się o 18 i zaczyna się charakteryzacja. Wszyscy się malują i kobiety, i mężczyźni. Nie jest to jednak zwykły makijaż, ponieważ jest dużo mocniejszy, aby wszyscy z widowni go widzieli. Z bliska to jednak nieładnie wygląda. Spektakl kończy się około 21:30. Kolejnego dnia wszyscy czują się jakby biegali przez pięć godzin, jest to potworny wysiłek fizyczny, którego publiczność nie widzi. Dlatego trzeba mieć niezłą kondycję.

Czy często doznaje Pan kontuzji?

Nie doznałem bardzo poważnych kontuzji. Skręcenia, problemy z kręgosłupem, to są normalne rzeczy, które zdarzają się dość często.

Uważa Pan balet za ciężką pracę?

Balet to bardzo ciężka praca, dlatego w wieku 35 lat tancerz przechodzi na emeryturę. Jego ciało jest już tak zdeformowane. Jest to zatem krótki i bolesny zawód. Alternatywą na życie jest potem nauka tańca, prowadzenie zajęć. Choć nie jest to też takie proste, bo to duża odpowiedzialność.

Dzieje się u nas, oj dzieje...

Uczy Pan także tańca na obozach, czy łatwo pracuje się z młodzieżą?
Na początku jest trudno, ale w miarę, jak się poznajemy, nawiązuje się więź i jest łatwiej. Jak widzę, że ktoś jest dobry, wymagam od niego więcej, co też nie jest łatwe. Przede wszystkim dzieciaki muszą wiedzieć, że robią to dla siebie, nie dla trenera. Muszą wymagać sami od siebie. Już od sześciu lat współpracuję ze szkołami, prowadzę zajęcia taneczne dla młodzieży, ale także dla ludzi dorosłych. To, że skończyłem szkołę baletową nie oznacza, że codziennie ubieram rajtuzy i biegam w nich przez osiem godzin. Moim zamiłowaniem jest przede wszystkim taniec nowoczesny.

Jeżeli Pana dziecko zapragnęłoby zostać tancerzem, odradzałby mu to Pan, czy wspierał w tej decyzji?

Nie ma mowy, żeby moje dziecko wyjechało poza dom i było bez rodziców. Nie ma takiej możliwości. Może tańczyć, ale we Wrocławiu.

Justyna Mucha z grupy pierwszej, tak wspomina wizytę naszego kolejnego gościa.

10.04.2014 odbyło się spotkanie z Tomaszem Kęczkowskim, tancerzem Opery Wrocławskiej. Opowiadał nam jak zaczynał swoją karierę i jak dalej ją rozwija. Jedno wie na pewno, nigdy nie wyśle swojego syna do takiej szkoły, do jakiej sam chodził, czyli do szkoły baletowej. Spotkanie z nim było bardzo sympatyczne i pokazało nam jak wygląda życie zawodowego tancerza.

Uwielbiamy się wspólnie bawić

Dnia 13.03.2014 odbyła się **„Piżama Party”**. Było bardzo wesoło i zabawnie. Każda z dziewczyn założyła na siebie strój nocny. Choć trochę dziwnie to wyglądało, ponieważ działo się w porze jasnej. Nikomu to jednak nie przeszkadzało, ponieważ była świetna zabawa i dużo humoru. Liczymy na więcej takich zabaw.

przygotowała: Justyna Mucha

Co słychać nowego?

Z pamiętnika grupy drugiej

26.03.2014

Dzisiaj rano pojechałyśmy do młodzieżowego domu kultury na próbę przedstawienia ,,Jak Wduś z krasnalami…. Wszystko nam się udało, tym bardziej, że musiałyśmy przyzwyczaić się do większej sceny, oświetlenia i dźwięku. Wszyscy byli zadowoleni z próby.

27.03.2014

Konkurs matematyczny klas trzecich był ciekawy. Pierwsze miejsce w parach zajęły: Ula Zdziarstek i Dominika Kołacińska oraz Magda Ptaszyńska i Dominika Ciastek. Jesteśmy zadowolone z przebiegu zdarzeń i cieszymy się z wygranych i ocen celujących z matematyki. Dzisiaj są też imieniny pani Lidki. Mamy dla niej niespodziankę.

31.03.2014

Dzisiaj przyszła do nas nowa koleżanka Klaudia. Miło ją przyjęłyśmy. Jutro jedziemy na wycieczkę (wszystkie klasy trzecie) i mamy nadzieję, że będzie chociaż ładna pogoda. Wszyscy się zastanawiają, czy to jednak nie ,,ściema", bo jutro 01.04., a więc Prima Aprilis.

01.04.2014

Wycieczka do obozy jenieckiego i muzeum Piastów w Brzegu? Tak! To była wycieczka wszystkich klas trzecich, czyli łącznie cztery klasy. Wszyscy się cieszyli, choć na początku myśleliśmy, że to żart, bo przecież był Prima Aprilis, ale jednak nie. Pogoda dopisała i humory także.

03.04.2014

Występ ,,Wdusia" był rewelacyjny. Mamy nadzieję, że dobrze nam poszło i że zajmiemy jakieś miejsce. Nie możemy się doczekać wyników.

Przygotowała: Ula Zdziarstek

Co słychać w grupie trzeciej?

Kasia H. i Marta H. z chórkiem zdobyły drugie miejsce w konkursie piosenki obcojęzycznej za piosenkę Ała Pugaczowa ,,Milion białych róż".

Kasia H. opuściła naszą placówkę. Spodziewałyśmy się, że tak może być. Pomimo tego było nam smutno.

Marzec minął w mgnieniu oka. Co wtorek chodzimy na basen i doskonalimy technikę pływania. W środę zaś jeździmy na tańce. Rozwijamy swoje umiejętności taneczne, których nabyłyśmy podczas poprzednich spektakli. Umacniamy także swoją koordynację ruchową.

Przygotowała: Marta Hromiak

Prace plastyczne naszych dziewcząt wykonane techniką dekupaż

praca 1 Gransort

praca 2 Gransort

Dekupaż, Decoupage — technika zdobnicza polegająca na przyklejaniu na odpowiednio spreparowaną powierzchnię (praktycznie każda powierzchnia: drewno, metal, szkło, tkanina, plastik, ceramika) wzoru wyciętego z papieru lub serwetki papierowej (technika serwetkowa). Decoupage klasyczny polega na naklejaniu wzoru z papieru i pokryciu go wieloma warstwami lakieru tak, aby wtopił się całkowicie i nie był wyczuwalny przy dotknięciu. W zamyśle ma on wyglądać jak namalowany. Słowo decoupage pochodzi od francuskiego czasownika „decouper" – wycinać.

pl.wikipedia.org

Prace plastyczne wykonane techniką dekupaż przez wychowanki grupy pierwszej. Pierwsza praca została wyróżniona w ogólnopolskim konkursie plastycznym ,,Człowiek przyjacielem swojego otoczenia". Została ona wykonana przez Paulinę Z. oraz Nikolę S. Kolejna praca, wykonana także przez Paulinę Z. oraz Natalię P., została wysłana na konkurs ,,Morski świat przyszłości", którego wyniki nie są jeszcze znane.

Trzymamy mocno kciuki za kolejne sukcesy plastyczne.

ZESPÓŁ REDAKCYJNY:

Amanda Amanowicz
Marta Hromiak
Justyna Mucha
Ula Zdziarstek

Opiekun gazetki:
Kamila Gransort