

**W numerze:**

- Dzień Matki - najpiękniejsze święto majowe
- Jak radzić sobie ze stresem?
- Wywiad z p. Małgorzatą Banaszczak
- To była interesująca lekcja! O końcu świata rozmawiamy z p. Magdaleną Michalską

# Szaferówka

Miesięcznik Gimnazjum nr 6  
im. prof. Władysława Szafera w Płocku  
ul. Jachowicza 20  
09 - 402 Płock  
szaferowka@gmail.com



## Happening z okazji Dnia Ziemi

9 maja 2011 r. na Starym Rynku odbył się happening z okazji Dnia Ziemi. Impreza była inicjatywą Gimnazjum nr 6 w Płocku oraz Regionalnego Centrum Edukacji Ekologicznej. Hasło tegorocznej uroczystości brzmiało: „**Nasza planeta - nasz dom. Las całkiem blisko nas.**” Organizatorzy zadbali, by naukę połączyć z zabawą, a treści ekologiczne przedstawić w interesującej formie.

Uwagę mieszkańców zwrócił już przemarsz ulicą Tumską kolorowego korowodu. To nasi uczniowie prezentowali swe ekologiczne stroje - symbole naturalnego bogactwa planety. Przebrani za kwiaty, drzewa, zwierzątka rozdawali ulotki na temat ochrony lasów. Przybyłych na Rynek powitali organizatorzy, m. in. p. Grażyna Rutkowska - dyrektor G6.

## Konkursy, zawody, wystawy...

Licznie zgromadzoną młodzież i dzieci z płockich przedszkoli zapraszano do udziału w konkursach, zawodach, zachęcano do oglądania wystaw, stoisk, przedstawień teatralnych. Przygotowano różnorodne konkursy plastyczne, wiedzowe, sportowe, uczone udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej, zachęcano do segregacji odpadów. Tak bogata

oferta edukacyjna to plon wieloletniego uczestnictwa naszej szkoły w programie „Trzymaj formę”, którego celem jest kształtowanie prozdrowotnych nawyków wśród dzieci i młodzieży poprzez promocję zasad aktywnego stylu życia, prawidłowego odżywiania. Zdobytą w ten sposób wiedzę „szóstkowicze” chętnie przekazywali podczas happeningu swym młodszym kolegom.

## Ekologia ma znaczenie, które bardzo sobie cenię!

### Nasi wspaniali wolontariusze

Doskonałym pomysłem naszych szkolnych wolontariuszy było propagowanie idei adopcji zwierząt, do czego zachęcało hasło „Przygarnij zwierzaka biednego, a uczynisz coś dobrego.” Plakaty i ulotki miały zaznajomić płocczan z akcją i zachęcić do przyłączenia się do niej.

Maluchy z płockich przedszkoli chętnie przystępowały do rozmaitych konkursów, rozwiązywały przyrodnicze zagadki, zastanawiały się, co można zrobić, by nasza planeta była czysta i pełna życia, recytowały wiersze, układały ekologiczne hasła, odgadywały przysłowia, śpiewały piosenki propagujące ideę ochrony środowiska. Zorganizowano także loterię fantową, której celem było wsparcie schroniska dla zwierząt. Akcja „Pomóż Ciapkowi”

to przedsięwzięcie, które na trwałe wpisało się już w ekologiczną tradycję naszej szkoły. Dużym zainteresowaniem cieszyła się też wystawa zwierząt chronionych przygotowana przez Miejski Ogród Zoologiczny w Płocku. Przybyli na happening chętnie oglądali pokonkursową wystawę prac fotograficznych wykonanych w związku z konkursem „Bioróżnorodność czterech pór roku Mazowsza”. Prace umieszczono w holu UMP.

Wspieraniu postaw proekologicznych służyła też zbiórka elektrośmieci. Imprezę wzbogaciły występy grup teatralnych, zaś pokaz aerobiku przypominał, że ruch to zdrowie. Nauce i zabawie towarzyszyła rywalizacja. Trofea były rozmaite, ale najcenniejsze to chyba te „zielone” - sadzonki drzew. Świetna organizacja to wielka zasługa prowadzącej - p. Małgorzaty Banaszczak, która porwała nas w wir ekologicznej zabawy.





Za nami pierwsze dni maja - jednego z piękniejszych miesięcy w roku. W maju kwitnie wiele kwiatów, dookoła więcej słońca i zieleni. A uczniowie muszą mobilizować się do wzmożonej pracy, bowiem lada chwila nauczyciele rozpoczną wystawianie ocen.

Trzecioklasiści z niecierpliwością oczekują wyników egzaminów gimnazjalnych oraz stają przed trudnym wyborem przyszłych szkół. Rozpoczęło się logowanie... To trudna decyzja, dlatego warto ją dobrze przemyśleć.

Większość klas wyrusza na planowane wycieczki, natomiast przyszli absolwenci rozpoczynają wielkie przygotowania do balu, który odbędzie się 2 czerwca 2011r. Serdecznie zapraszamy wszystkich nauczycieli!

W naszej szkole wiele się dzieje i o tym właśnie chcielibyśmy Was poinformować. Przygotowaliśmy relację z obchodów Dnia Ziemi, chcemy przypomnieć Wam o ważnych dniach, podyskutować o życiu i jego kresie.

Trochę rozrywki, odrobina nauki, szczypta refleksji. Zapraszam serdecznie.

**Martyna Twardowska, redaktor naczelna**

## Zjawiska atmosferyczne

**Deszcz** powstaje, gdy łączące się kropelki chmury na skutek wzajemnych zderzeń są na tyle duże, aby pokonać opór powietrza i spaść na ziemię. Najmniejsze kropelki deszczu, określane jako **mżawka**, opadają na ziemię tak powoli, że wydają się stać w powietrzu. Największe kropelki mają prawie 6 mm średnicy.

**Grad** powstaje, gdy drobne kropelki wody

znajdujące się w górnej, zimnej części chmur, zamarzają, tworząc grudki lodu.

**Rosa** tworzy się po ciepłym dniu, gdy po zmroku powierzchnia ziemi ochładza się.

**Szron** powstaje, gdy punkt rosy przypada poniżej punktu zamarzania, czyli poniżej 0C.

## Redakcja: III c i III b Gimnazjum nr 6 w Płocku

Martyna Twardowska - redaktor naczelna;  
Aneta Pyrzyńska - zastępca redaktor naczelnej;  
**Ekologia:**  
Dominika Gajos;

## Psychologia:

W. Olejnik;

## Aktualności:

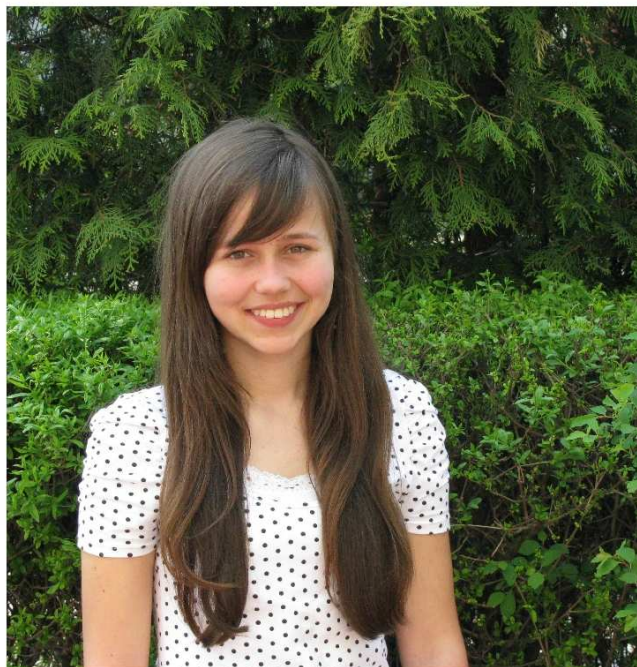
A. Piórkowska;

## Kultura i rozrywka:

D. Piskorz, A. Jezierska, M. Tyszkiewicz, Sz. Obrębalski.

**Wywiady:** P. Łukowska, P. Adamkiewicz

**Pani Magdalena Michalska - opieka**



## Jacy jesteście?

**To pytanie zadaliśmy Wam, teraz czas na odpowiedzi.**

**Najczęściej wybierane przyszłe szkoły:**

Małachowianka: 21%  
III LO: 20%  
Jagiellonka: 16%  
V LO: 13%  
VII LO: 7%  
Technikum: 11%  
Ekonomik: 9%  
ZSZ: 3%

## Wymarzony profil przyszłej szkoły (licea):

Biologia i chemia: 30%  
Matematyka z informatyką: 20%  
Polski z historią: 16%  
Matemat. z fizyką: 13%  
Polski i WOS: 10%  
Matematyka z geografiami: 6%  
Wychowanie fiz.: 2%  
Inne: 3%

## Nauka zawodu:

Mechanika: 29%  
Budownictwo: 22%  
Gastronomia: 19%  
Fryzjerstwo: 17%  
Krawiectwo: 9%  
Inne: 4%

## Dzień Matki - Pamiętajmy !

**Dzień Matki** - święto, które obchodzimy co roku **26 maja**. W Polsce po raz pierwszy obchodzone było w **1923 w Krakowie**. Dzień ten jest wyrazem szacunku, miłości oraz podziękowania za trud włożony w wychowanie.

Dzień Matki obchodzony jest nie tylko w Polsce. Świętują również w: Grecji, Bułgarii, Szwecji, Norwegii a także we Włoszech. Wszystkie mamy otrzymują laurki, kwiaty oraz inne upominki od swoich dzieci. My już teraz zachęcamy Was do

sprawienia przyjemności swojej mamie. Dziewczyny mogą upiec ciasto lub posprzątać mieszkanie, zaś chłopcom proponujemy kupno dużego bukietu tulipanów. Nie zapomnijcie o szczyrych życzeniach!

Konstytucja 3 maja to ustawa regulująca ustrój prawny Obojga Narodów. Została ustanowiona ustawą rządową, którą przyjął sejm **3 maja 1791r.** Zaprojektowana w celu zlikwidowania ówczesnych wad systemu

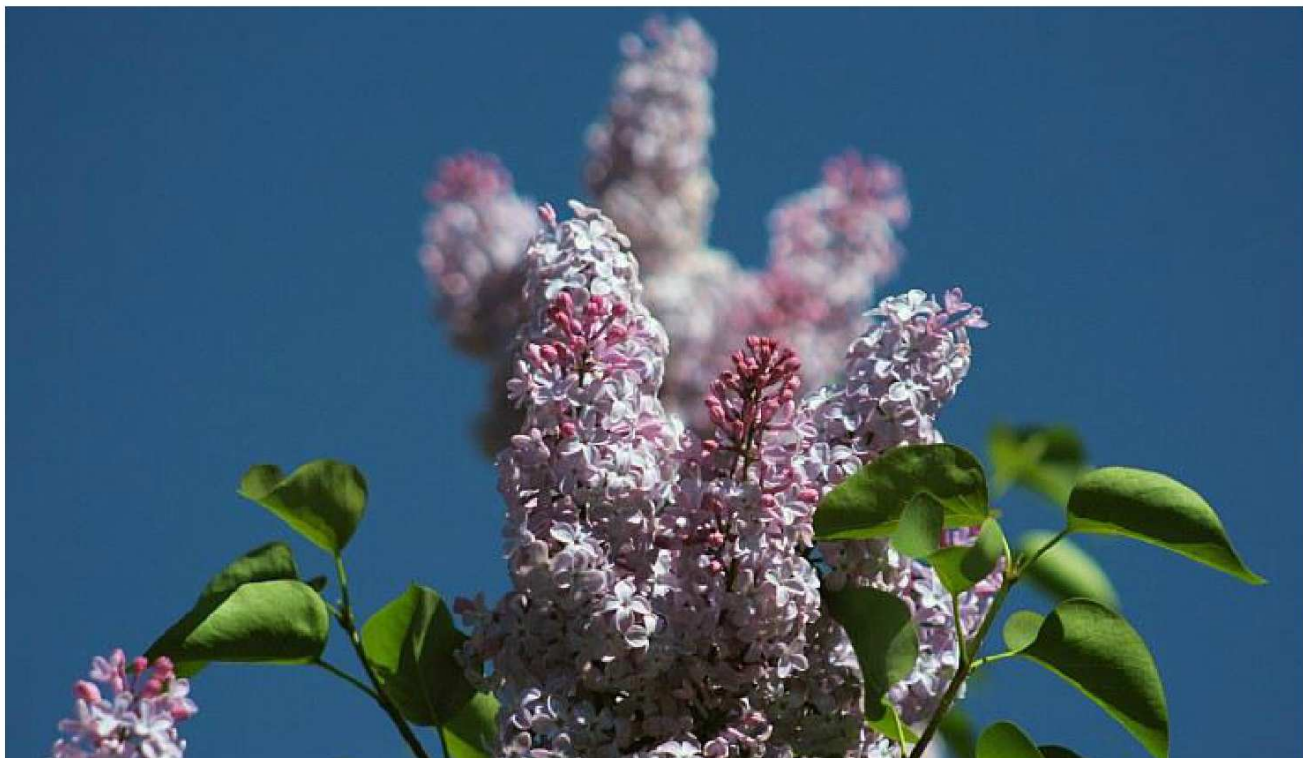
politycznego. Co roku w dniu uchwalenia konstytucji w wielu miastach w Polsce składane są wieńce. W naszej szkole również obchodziliśmy to ważne święto. Przygotowano audycję radiową, a także odbył się apel na sali gimnastycznej.



## Kącik EKO

Nadszedł kolejny miesiąc zbliżający nas do zakończenia roku szkolnego. Jest to długo wyczekiwany moment zarówno przez uczniów, jak i nauczycieli. Z tej okazji nasza redakcja przygotowała dla Was ciekawostkę związaną z tym wspaniałym okresem. Na pewno przyda Wam się informacja zawarta w naszym artykule, szczególnie wiosną, gdy właśnie zakwita opisana przez nas roślina. Sprawdź, czy na pewno wiesz, jak ona się nazywa?

**Lilak pospolity** - Jest on jednym z rodziny oliwkowatych, który do Europy został sprowadzony z Turcji w XVI wieku. Jest on szeroko rozgałęzionym krzewem, posiadającym ciemnozielone, szerokojajowate liście. Kwiaty lilaków mają niebieskawioletowy kolor oraz są przyjemnie pachnące. **UWAGA!** Roślinie tej często sugerowane jest pokrewieństwo z bzem. Należy pamiętać, że lilak i bez należą do zupełnie innych rodzin! lilak - oliwkowate, bez - bzurowate.





Zbliżający się koniec roku szkolnego wzbudza w uczniach mieszane uczucia. Jedni cieszą się na nadejście upragnionych wakacji, inni zgrzytają zębami na samą myśl o zaliczaniu zaległych sprawdzianów, kartkówki czy prac klasowych. Dla wielu jest to ostatnia deska ratunku, żeby zmienić swoje oceny z poszczególnych przedmiotów. Fakt ten powoduje, że uczniowie odczuwają presję związaną z poprawą swojej średniej. Właśnie w tym momencie stres bardzo mocno wpływa na nasz organizm. Okres poprawek nie trwa jednak długo, ale wiedzieć trzeba, że stres długotrwały ma wiele negatywnych skutków. Do najczęstszych należą: choroby serca, zawały, nadciśnienie, zaburzenia rytmu serca, nerwice, bezsenność. Wszystkie te skutki są groźne dla zdrowia młodego człowieka. Jednak stres jest potrzebny, ponieważ to doskonały środek motywujący do działań. Często podejmujemy się rozwiązania trapiącego nas problemu dopiero, gdy mamy przysłowiowy "nóż na gardle".

Jeśli chcesz dbać o swoje zdrowie, musisz pomyśleć o redukcji stresu do minimum. Oto kilka praktycznych rad, jak można unormować poziom stresu, żeby nie zagrażał twojemu zdrowiu.

### Dobre samopoczucie to podstawa!

Bądź optymistą! Pozytywne myślenie to bardzo dobra metoda na pozbycie się stresu. Chwila w ciszy i osamotnieniu działa naprawdę kojąco na nerwy, zwłaszcza kiedy mamy mało czasu na relaks. Również śmiech i radosne chwile ze znajomymi sprawiają, że podejście do źródła naszego stresu staje się przystępniejsze. Łatwiej wtedy oswoić się z myślą, że na pewno się uda, a zapomina się o możliwości poniesienia porażki.



### Odżywiaj się zdrowo!

Niedobór magnezu niekorzystnie wpływa na nasz układ nerwowy. Jedzcie zatem czekoladę, fasolę czy orzechy.

### Sport

Aktywność fizyczna jest doskonałym sposobem rozładowania emocji. Sporty mają duży wpływ, pomagają pozbyć się napięcia.

### Na łonie natury

Kontakt z naturą odpręża, jest przyjemny, relaksuje, powoduje, że człowiek nabiera ochoty do działania, oswoja się ze swoimi problemami

### Przyzwyczaj się

Stres należy redukować, ale nigdy się go nie pozbedziemy. Musimy więc się przyzwyczaić i starać się nad nim zapanować.

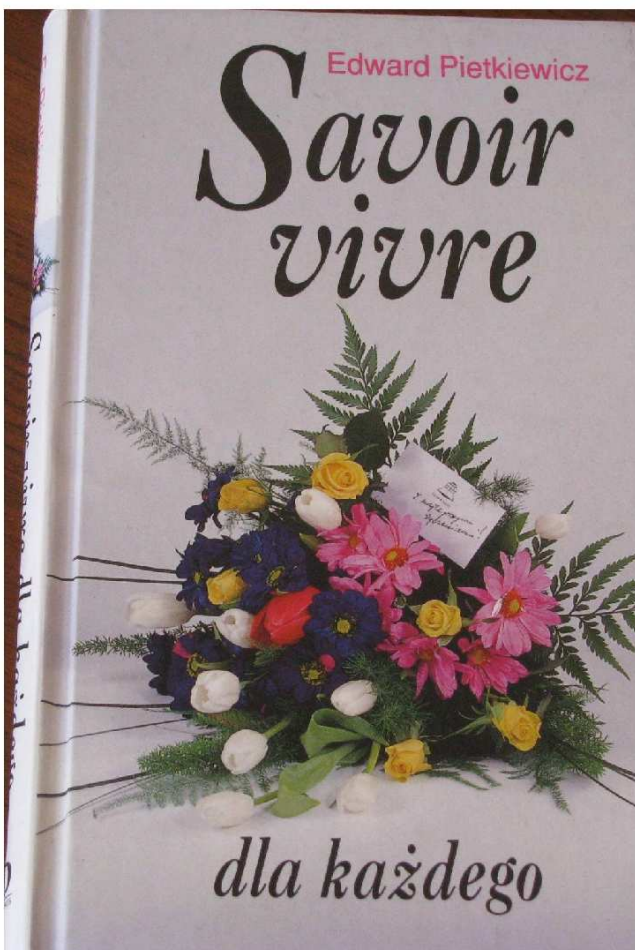
### Najwyższe szczyty (góry) [m]:

**Mount Everest** [8,850]  
**K2** [8,611]  
**Kanchenjunga** [8,586]  
**Największe jezioro [km2]:**  
**Morze Kaspijskie** [394,299]

### Największe miasta i rzeki

**Największe miasta pod względem ludności:**  
**Szanghaj**, Chiny 13,278  
**Bombaj**, Indie 12,622  
**Buenos Aires**, Argentyna 11,928  
**Największe rzeki [km]:**  
**Nil** [6,671]  
**Amazonka** [6,400]  
**Jangcy** [6,300]  
**Missisipi** [5,969]

### Najwyższe góry i największe jezioro



## Kącik savoir - vivre'u

### Tłoczenie się i przepychanie

1. Codziennie możemy obserwować zatłoczone ulice i chodniki. Jedni przechodnie chcą iść szybciej, inni nieco wolniej. Wszyscy jednak powinni stosować się do istniejącego tempa, iść równo, nie zygzać i nie potrać nikogo. Złe świadczy o przechodniu przepychanie się do przodu i trącanie innych łokciami czy teczką.  
2. Pamiętajmy, że chodnik nie jest miejscem przeznaczonym

do kontaktów towarzyskich i prowadzenia dłuższych pogawędek. Przy spotkaniu znajomych następuje uścisk dłoni, krótka rozmowa.  
3. Zdarza się czasami, że niechcący potrącimy przechodnia, nadepnemy komuś na nogę. Nie możemy wtedy zapomnieć o słowie „przepraszam”.  
4. Idąc chodnikiem, trzymamy się jego prawej strony. Na ulicach ruchliwych idziemy w dwójkę, na mniej ruchliwych możemy iść w trójkę. Unikamy chodzenia w czwórkę, w piątkę nie chodzimy w ogóle.

## Kącik polonistyczny

### Forma poprawna:

Książki leżały na stole i pod stołem / pod nim;

### Forma błędna:

Książki leżały na i pod stołem;

### Forma poprawna:

Cofnijcie się;

### Forma błędna:

Cofnijcie się do tyłu;

### Forma poprawna:

breloczek;

### Forma błędna:

bryloczek;

### Forma poprawna:

Doktorostwo spóźnili się na zebranie;

### Forma błędna:

Doktorostwo spóźniło się na zebranie;

### Forma poprawna:

Do dokumentów trzeba dołączać

zajęcia;



### Forma błędna:

dołanczać;

### Forma poprawna:

Dzieci wyjadą na wakacje, a my w tym czasie zrobimy remont kuchni;

### Forma błędna:

w międzyczasie;

### Forma poprawna:

nerwów;

### Forma błędna:

nerw.



Pytanie o koniec świata towarzyszyło człowiekowi chyba od zawsze. Jaki będzie, kiedy nastąpi, co się z nami stanie? My również zadajemy sobie czasem te pytania, więc ucieszyliśmy się bardzo, kiedy pani Magdalena Michalska powiedziała, że właśnie na ten temat porozmawiamy. Lekcja rozpoczęła się interesująco, bo naszą uwagę zwróciły gazety przytwierdzone do tablicy i drzwi. Porażeni czytaliśmy informacje o katastrofach drogowych, lotniczych, klęskach ekologicznych, powodziach, trzęsieniach ziemi, zamachach terrorystycznych. Staraliśmy się wyobrazić, co czuli wówczas ludzie, których to dotknęło i odpowiedź mieliśmy jedną - to chyba jest właśnie koniec świata. Nasze odczucia spotęgowało doczytanie fragmentu Apokalipsy św. Jana i pokaz zdjęć ilustrujących przepowiadane wydarzenia. Skażone wody, martwe ryby i ptaki, płonące lasy, trawy, zniszczone przez grad plony wywarły na nas wrażenie. Kiedy pani zapytała nas o odczucia, mówiliśmy o strachu, przerażeniu, niepokoju i takie odpowiedzi wypełniły nasze klatki piersiowe. Nastrój grozy towarzyszył nam również, kiedy oglądaliśmy tryptyk Hansa Memlinga „Sąd ostateczny”. Obraz potępionych, którzy ginęli w czeluściach piekielnych, dał nam sporo do myślenia. Chyba każdy z nas po cichu obawiał się najgorszego. W niewesołych nastrojach pozostalibyśmy do końca dnia, gdyby pani nie odczytała nam pewnego wiersza. „Piosenka o końcu świata” Czesława Miłosza wprowadziła nas w klimat codzienności, zwyczajności, przewidywalności.

## Wywiad z panią Małgorzatą Banaszczak

Nasze gimnazjum jest powszechnie znane jako szkoła ekologiczna. Starając się uświadomić ludziom problem ochrony środowiska, często bierzemy udział w akcjach propagujących dbanie o różne składniki przyrody. W tym roku jednym z takich przedsięwzięć był happening. Aby przybliżyć Wam jego cel, o wywiad poprosiliśmy p. Małgorzatę Banaszczak.

**- Dziękujemy, że zgodziła się pani odpowiedzieć nam na kilka pytań. Czy to był pierwszy happening, w którym brała pani udział?**

- Nie, absolutnie nie. Już ósmy albo dziewiąty raz w nim uczestniczyłam.

**- A w roli prowadzącej? Czy w takim**



**charakterze mogliśmy już panią zobaczyć?**

- Tak, prawie zawsze kiedy w nim uczestniczyłam. Raz tylko happening prowadziła pani Ewa Bembenista i raz pani Sówka.

**- Pod jakim hasłem w tym roku**

**przebiegał happening?**

- Odpowiedź na to pytanie uzależniona jest od kierunku spojrzenia. Według naszej szkoły było to hasło: "Las blisko nas", ale ten rok ma hasło: "Planeta nasz dom"

**- Proszę nam teraz opowiedzieć**

**o zachowaniu najmłodszych, czy przedszkolaki chętnie brały udział w przygotowanych zabawach?**

- Tak, oczywiście możliwość wygrania jakiegoś lizaka czy cukierka na pewno motywowała ich do udziału, ale i bez tego wyrażały chęć uczestnictwa.



## Innego końca świata nie będzie...

Jakże wielkie było nasze zdziwienie, kiedy usłyszeliśmy, że w dniu końca świata może być tak zwyczajnie, że pszczoła może krążyć nad kwiatem nasturcji, że rybak może naprawiać swą sieć, a kobiety mogą

spokojnie spacerować. Wizja ta sprawiła, że przestaliśmy się bać. Nasze życie to przecież nasz świat i istniał on będzie do kresu naszych dni. To od nas zależy, czy będzie piękny, czy będzie piękny, radosny, wypełniony szlachetnością.

**- Czy uważa pani, że takie przedsięwzięcia są potrzebne?**

- Jak najbardziej. Uważam, że takie akcje, które zapraszają do udziału najmłodszych, pomogą już we wczesnych latach dzieciństwa kształtować postawy ekologiczne. Happening jest także

skierowany do ludzi dorosłych, przechodniów. Przekazuje on im, jak ważną sprawą jest ochrona środowiska, że to nasz problem i powinniśmy go rozwiązać.

**- Dziękujemy za rozmowę i prosimy o więcej takich akcji.**

## Porady Wioli

### Droga Wiolu!

Piszę, bo już naprawdę nie wiem, do której szkoły ponadgimnazjalnej pójść. Proszę, doradź mi, co mam zrobić, dodam, że interesuje mnie środowisko i zwierzęta w nim żyjące. A jeśli nigdzie mnie nie przyjmą? :( Weronika

### Weroniko!

Jeżeli interesuje Cię biologia, to zaloguj się do szkoły posiadającej klasę z tym przedmiotem i dopytaj dokładnie o ten profil. Nie poddawaj się, na pewno dostaniesz się do któregoś liceum, pamiętaj o wszystkich ważnych terminach! Powodzenia :)



## Kącik poetycki

### Paula Adamkiewicz klasa III b

#### Żegnajcie

Trzy lata minęły szybko jak dobre chwile pełne nadziei, trosk, niezwykle miłe. Teraz nadszedł czas

rozstania, odejdziemy, aby nieprzerwanie móc rozwijać się, aby przecierać nowe szlaki życia, aby nie przerwać nici naszej wicia. Jednak odchodząc, nie zapominajmy, przyjaźni zdobytych nie zostawiamy, pamięci o starej szkole nie zatracamy.