

Medaliści olimpijscy o integracji i sile marzeń



Witajcie! Jak ten czas szybko leci... Jeszcze niedawno cieszyliśmy się z ferii, walentynki minęły. Również teraz mamy wstrzymanie od głośnych zabaw, gdyż zaczął się Wielki Post. Tymczasem nauczyciele nie popuszczają, poziom stresu u trzecioklasistów niebezpiecznie wzrasta, a cała reszta niecierpliwie wygląda najbliższej przerwy w zajęciach - Świąt Wielkanocnych. Zachęcamy zatem do chwili relaksu z nowym numerem KINGA, w którym wiele o tym, co się w szkole działo, dzieje i będzie działo. Miłej lektury!
Redaktor

W numerze m.in.

* **Wiele jest serc w Podegrodziu... - podczas WOŚP zebrano 52 tys. zł - str. 3**
* **Dobra szkoła dobry zawód - poradnik trzecioklasisty - str. 2**

* **niepełnosprawni sportowcy o spełnianiu marzeń - str. 3**
* **nasi na zawodach w piłce siatkowej i inne wiadomości sportowe - str.4**

Finaliści konkursów przedmiotowych:

Okiem Dyrektora

Droga młodzieży!

Tym razem poruszymy problem czystości języka, którym zajmuje się od roku 1996 Rada Języka Polskiego powołana przez Prezydium Polskiej Akademii Nauk. 7-ego października 1996 roku Parlament RP uchwalił ustawę, która zobowiązuje wszystkie organy i instytucje publiczne oraz obywateli do ochrony języka narodowego. W myśl tej ustawy ochrona języka ma polegać m.in. na badaniu poprawności jego użytkowania i doskonaleniu go, na upowszechnianiu szacunku

do regionalizmów i gwar oraz przeciwdziałaniu ekspansji słów obcojęzycznych i wulgaryzmów. Również artykuł 141 kodeksu mówi o wykroczeniu: „kto w miejscach publicznych umieszcza nieprzyzwoite napisy, rysunki albo używa słów nieprzyzwoitych - podlega karze grzywny do 1500 zł. A jaka jest rzeczywistość? Wulgaryzacja polszczyzny z roku na rok przybiera coraz bardziej zastraszające rozmiary. Wystarczy wsłuchać się w rozmowy towarzyskie szkolnej młodzieży, by zauważyć brak zasad dobrego wychowania i kultury. Do niedawna wulgaryzmy były wyróżnikami językowymi osób prymitywnych, najczęściej z marginesu społecznego. Z przerażeniem patrzymy na powszechną agresję, wulgarne słownictwo oraz lekceważenie wszelkich norm i zasad życia

społecznego. Bulwersuje fakt, że w tych wyzwiskach w coraz większym stopniu uczestniczą bez żadnych oporów dziewczęta. Jeden z mieszkańców Podegrodzia opowiada, że kiedy był młodym chłopcem, „szczytem wszystkiego” było powiedzieć: „kurde”. Nawet, gdy zdarzyło się czasem przekląć, to już na pewno nie ośmieliłby się tak odezwać przy dziewczynie. Dzisiaj nie ma już żadnego znaczenia w jakim środowisku wygłasza się wulgaryzmy. Młodym ludziom często brakuje słów - widać niedostatek czytania, brak literatury w życiu. O wiele bardziej dba się o strój, fryzurę, nie zwracając uwagi na to, co najważniejsze - poziom językowej kultury. Zatem mówmy do siebie pięknym polskim językiem - językiem szacunku dla drugiego człowieka.
Dyrektor Krystyna Dąbrowska

matematyka:

Klaudia Kapusta (IIId)

informatyka:

Rafał Kaszuba (IIIc)

fizyka:

Maria Kwoka (IIIa)

Rafał Kaszuba (IIIc)

Wojciech Kulak (IIIb)

biologia:

Agnieszka Błaszczuk (IIIa)

wiedza o społeczeństwie:

Bartłomiej Potoczny (IIc)

Krystian Turek (IIc)

historia:

Bartłomiej Potoczny (IIc)

język angielski:

Damian Poręba (IIIb)

biblijny:

Anna Piszczek (IIId)

Bartłomiej Potoczny (IIc)

Michał Rams (IIIc)

Justyna Buczek (IIIc)

Patrycja Dyrek (IIIa)

Magda Piechura (IIIa)

Elżbieta Ligas (IIIa)

Poradnik trzecioklasisty...

Dobra szkoła - dobry zawód Zespół Szkół Zawodowych im. Św. Kingi w Podegrodziu - szkoła ze stuletnią tradycją

Szkole tej przyświecają zawsze te same cele - solidne i fachowe przygotowanie młodzieży do umiejętnego znalezienia się na rynku pracy oraz kontynuacji nauki na wyższych uczelniach. Szkoła sięga do korzeni, kultywuje tradycje. Zespół Szkół Zawodowych im. Św. Kingi w Podegrodziu posiada odpowiednią bazę dydaktyczną i bardzo dobrze przygotowaną kadrę pedagogiczną. Szkoła dysponuje: pracownią polonistyczną, matematyczną, biologiczną, historyczną, dwiema pracowniami informatycznymi, salą elarlingową oraz dwoma internetowymi centrami multimedialnymi dla nauczycieli oraz dla uczniów przy bibliotece szkolnej, boiskiem sportowym, kortem tenisowym, pracownią żywienia, pracownią językową.

W czasie czteroletniego cyklu kształcenia szkoła zapewnia młodzieży praktyki w renomowanych zakładach gastronomicznych i gospodarstwach agroturystycznych, m. in.: w hotelach *Perla Południa w Rytrze, Panorama w Nowym Sączu, Beskid w Nowym Sączu, Studnicka w Namestowie na Słowacji, w Sanatorium Uzdrawiskowym Budowlani w Szczawnicy* oraz w gospodarstwach agroturystycznych w: *Białce Tatrzańskiej, Gliczarowie Górnym, Małym Cichym oraz w Owieczce (gmina Łukowica)*. Zajęcia praktyczne odbywają się od II do IV klasy jeden dzień z tygodniu, ponadto uczniowie odbywają miesięczną praktykę wakacyjną po klasie II i III. Nowoczesna pracownia żywienia, spełnia standardy egzaminacyjne, jest wyposażona w najnowocześniejszy sprzęt, używany w renomowanych zakładach gastronomicznych, kelnerski do obsługi gości. Dwie nowoczesne pracownie komputerowe zapewniają doskonałe warunki do nauki uczniom Technikum Informatycznego, są one wyposażone w rzutniki, laptopy, tablice interaktywne, drukarki laserowe, atramentowe jak również

szerokopasmowy dostęp do Internetu. Szkoła organizuje praktyki zawodowe dla Technikum Informatycznego w znanych firmach komputerowych, reklamowych i drukarskich, m.in.: w Silver Computer w Nowym Sączu, Agencji Reklamowej i Drukarni ZAZA w Nowym Sączu oraz Firmie Cerebrum w Nowym

Sączu. W Zespole Szkół Zawodowych można otrzymać stypendia naukowe i socjalne, których celem jest zachęcenie młodzieży do zdobywania jak najlepszych wyników w nauce. Są to min: Stypendium Prezesa Rady Ministrów, Stypendium Braci Potoczków. O stypendium może ubiegać się uczeń, który ukończył pierwszy rok nauki i uzyskał dobre stopnie. Po skończeniu szkoły każdy absolwent ma możliwość zatrudnienia w zawodzie, gdyż umiejętności którymi dysponuje są nadal bardzo popularne i poszukiwane na rynku pracy, ma również możliwość podjęcia studiów wyższych na dowolnej uczelni i wybranych kierunkach. Mamy nadzieję, że nasz oferta, którą przygotowaliśmy na rok szkolny 2013/2014 spotka się z przychylnością absolwentów gimnazjów w Podegrodziu i Brzeznaj. Nasza placówka to szkoła środowiskowa, gdzie każdy uczeń jest traktowany jako indywidualność, a nie ginie w wielkim tłumie i jest anonimowy. Może rozwijać swoje zainteresowania i pasje w szkolnych kółkach zainteresowań (dziennikarskie, gastronomiczne, sportowe, informatyczne, językowe). Członkowie organizują kilkanaście razy w roku uroczystości, akademie, akcje charytatywne (koncert dla Bartka), tym samym starają się kultywować i krzewić wśród nich postawy patriotyczne obywatelskie, tradycje naszej gminy. Są przeprowadzane na terenie naszej placówki



ćwiczenia przeciwpożarowe. Szkoła organizuje także konkursy przedmiotowe, turnieje i przeglądy artystyczne, jak również szereg imprez rozrywkowych: rtudniówki, dyskoteki szkolne, wycieczki, Halloween, ślubowania klas pierwszych, mikołajki, andrzejkki)

* * *
Zapraszamy do odwiedzania naszej szkoły na stronie: www.zszpodegrodzie.pl oraz osobiście w budynku szkoły tel. 18 445-90-77

W przeglądzie grup kolędniczych w GOK - u w Podegrodziu dnia 5.01. 2013r. w kategorii młodzieżowej 1 miejsce zajęła "Grupa z turoniem", która zakwalifikowała się do powiatowego przeglądu w Mystkowie, który odbył się 19.01.2013 roku i tam nasi uczniowie zajęli 3 miejsce.

"Grupa z turoniem"
Karol Iwan 3c,
Łukasz Bodziony 3c,
Sylwester Ciągło 3c,
Łukasz Dyrek 3c,
Kondrat Sopata 3c,
Maciej Hejmej 3b,
Kamil Łatka (absolwent)
Nasza grupa otrzymała nagrodę w wysokości 200 zł

WIELKI POST...
Kościół wyznacza nam 40 dni Wielkiego Postu jako czas odczytania i przeżycia wielkich wydarzeń w historii ludzkości. Byśmy przypomnieli sobie na nowo, co w życiu jest najważniejsze, byśmy zaczęli lepiej żyć. Co ma nam w tym pomóc? Specjalne praktyki pokutne,

rekolacje, wyrzeczenia, posty, jałmużny, dobre uczynki.

Rekolacje naszej szkoły w dniach 20-22 lutego

W Wielkim Poście rozglądajmy się uważnie wokół siebie.

Integracja, nauka i zabawa - szkolne koło teatralne BIS

siwa8

11.02.2013r. w naszej szkole zorganizowane zostało spotkanie w ramach wieloletniej już współpracy Samorządu Szkolnego naszego gimnazjum z Ośrodkiem Terapii Zajęciowej "Promyk" w Gostycy. Szkolne koło teatralne BIS pod kierunkiem p. Masternak i p. Janur przygotowało dla podopiecznych ośrodka "Baśń o dwunastu miesiącach". Później wszyscy zostali zaproszeni na poczęstunek i zabawę przy dźwiękach muzyki. Każdy uczestnik otrzymał też drobny upominek w postaci kalendarza i długopisu. Cele, jakie przyświecają tej współpracy, to przede wszystkim szerzenie idei integracji społecznej w środowisku lokalnym, przełamanie izolacji społecznej dzieci niepełnosprawnych, wprowadzenie ich w dziedzinę kultury i po prostu bycie z tymi, którzy potrzebują miłości, ciepła, serdeczności, życzliwości i miłych wrażeń.

18 lutego br. klasa Ia obejrzała klasyczną inscenizację dramatu Szekspira "Romeo i Julia". Uczniowie mieli okazję ujrzeć znanych aktorów scen krakowskich. Zachwycali nie tylko ich znakomita gra aktorska, ale i bogate kostiumy oraz jak zwykle rewelacyjna muzyka. Uwagę zwracały też niebanalne, atrakcyjne pojedynki na szpady. Uczniowie mogli też porównać pomysł reżysera z oryginalnym tekstem lektury.



Nasi koledzy na Dniu Europejskim w Starym Sączu

Znajomość kultury, realiów oraz obyczajów krajów europejskich, czyli zmagania gimnazjów podczas Dnia Europejskiego w Liceum Ogólnokształcącym im. Marii Skłodowskiej Curie w Starym Sączu

Liceum Ogólnokształcące im. Marii SkłodowskiejCurie w Starym Sączu zorganizował imprezę pt. „Dzień Europejski”. Obchody miały miejsce 6-ego lutego 2013 roku w godz. 10:00-14:00. Udział w nich wzięli m.in. uczniowie z Gimnazjum w Gołkowicach, Nowym i Starym Sączu, Brzeznaj i Podegrodzia. Naszą szkołę reprezentowali: Agnieszka Błaszczyk, Patrycja Dyrek, Elżbieta Ligas (IIIa) i Michał Fiut (IIIb), którzy pod opieką pani Joanny Kowalskiej przygotowywali się do imprezy. W programie spotkania

znalazły się warsztaty z języka angielskiego „Travelling broadens your mind” oraz warsztaty pt. „Jestem Europejczykiem podczas których uczniowie mieli okazję zaprezentować swoją wiedzę o krajach Unii Europejskiej. Uczniowie naszej szkoły mogą się pochwalić zajęciem II miejsca w rywalizacji międzygrupowej. Każdy otrzymał dyplom uczestnictwa w warsztatach językowych oraz drobne nagrody. Gratulujemy!!!

Ze szkolnego podwórka...

Pokaz walki szermierczej niepełnosprawnych sportowców w naszej szkole

Na specjalne zaproszenie naszego Dyrektora pani K. Dąbrowskiej oraz pedagoga szkoły - p. A. Karpierz, Gimnazjum w Podegrodziu odwiedzili Stefan Małkowski oraz Arkadiusz Jabłoński wielokrotni mistrzowie Europy i Świata w szermierze na wózkach.

Spotkania z przedszkolakami, uczniami szkoły podstawowej i gimnazjum odbyły się 10-ego i 11-ego stycznia br. „Program AMS dla integracji istnieje od 2004 roku. Celem projektu jest przekonywanie młodzieży do tego, że poruszanie się na wózku inwalidzki nie może stać na

przeszkodzie w spełnianiu marzeń i realizacji wyznaczonych przez siebie celów. Zespół „Experyment, w którego skład wchodzi uczniowie Gimnazjum w Podegrodziu przygotowali występ, którym uroczystie powitali przybyłych gości. Z tej okazji kilka melodii zagrali

absolwenci szkoły zaproszeni przez opiekuna zespołu - pana Grzegorza Krawczyka. Występ wywarł olbrzymie wrażenie na uczestnikach spotkania - „Świetny set koncertowy - skomentował pan Arkadiusz - medalista Aten i Sydney. Szermierka szpada narodziła się w XVIII wieku we Francji i stała się jedną z pierwszych dyscyplin sportowych rozgrywanych na Igrzyskach Olimpijskich w Atenach. Zaproszeni goście posługując się własnymi przykładami oraz filmami przybliżyli młodzieży zasady tej sztuki walki, po czym sami rozegrali pojedynek. Swoich sił w szermierze próbowali także chętni uczestnicy zebrania tocząc

walki w rywalizacji międzyklasowej. Zabawa cieszyła się ogromnym zainteresowaniem. Ważnym elementem zebrania była również historia - przestroga przed niewłaściwymi zachowaniami, brawurą i głupotą, które mogą prowadzić do kalectwa. Na koniec uczniowie prosili mistrzów o autografy i pamiątkowe zdjęcia, a osoby, które brały aktywny udział w spotkaniu otrzymały drobne upominki. „Pamiętajcie: marzenia, pasje i odpowiedzialność są najważniejsze. Stan zdrowia ma duże znaczenie, ale nie może niszczyć waszych planów” - podsumował Stefan Makowski

WOŚP 2013

Dwa wielkie, złote serca, będące odzwierciedleniem wielkoduszności jego fundatora- właściciela hurtowni AGROHURT, a także srebrne „Serduszko Koniczynka” z wygrawerowanym logo WOŚP darowane przez państwo Buczków, były głównymi „gadżetami” licytacji - łącznie uzyskano z nich sumę 1000zł. W aukcji dostępne były również koszulki z autografami Tomka Kowalskiego - zwycięzcy tegorocznego „Must Be The Music”, boksera Pawła Kołodzieja oraz wielokrotnych medalistów olimpijskich w szermierze na

WOŚP 2013

wózkach - Arkadiusza Jabłońskiego i Stefana Makowskiego. Wielkim wyróżnieniem dla wolontariuszy WOŚP - u w Podegrodziu było otrzymanie od sztabu głównego w Warszawie limitowanej koszulki z wizerunkiem Einsteina, którą przyznaje się najbardziej zasłużonym sztabom w Polsce. W przetargu uzyskano z niej sumę 200zł.

"Chcemy pokazać dzieciom, że niepełnosprawność nie skazuje na siedzenie w domu, tylko że w życiu można robić coś z pasją"

KING: Skąd wziął się pomysł spotkań z dziećmi i młodzieżą w ramach programu "AMS dla integracji"?
Stefan Makowiecki: W 2004 roku Arek dostał propozycję, aby zrobić taki program. Na początku mieliśmy kilka pokazów dla dzieci ze szkół podstawowych, gdzie zdrowe i niepełnosprawne dzieci razem uczyły się szermierki. W 2006 roku zaczęliśmy jeździć do szkół kilka razy w roku. Dopiero trzy lata temu rozpoczęliśmy cykliczne wyjazdy po całej Polsce. Arkadiusz Jabłoński: Kiedy zdobywaliśmy medale i inne osiągnięcia firma AMS była z nas dumna, a że jesteśmy niepokorni i zawsze chcemy czegoś więcej, pozwolono nam stworzyć program

"AMS dla integracji". Przez to pokazujemy, że jesteśmy tacy sami jak inni, tylko inaczej się poruszamy. Osoby pełnosprawne rozumieją między innymi też to, że nie wolno stawiać na miejscach parkingowych dla niepełnosprawnych. To stwarza rodzaj integracji i zrozumienia pomiędzy nami, a osobami pełnosprawnymi.
KING: Jak jesteście przyjmowani w placówkach, które was zapraszają?
S.M.: Zrobiliśmy kiedyś w Tuszczu pokaz nie tylko z szermierką, ale i koszykówką na wózkach i innymi sportami. "Poradnik Domowy" opublikował artykuł o tym wydarzeniu. Tak odwiedzieli się o naszej pracy ludzie. Odtąd zaczęliśmy odwiedzać szkoły, gimnazja, licea i inne placówki.

A.J.: W 2011 roku obejrzało nasze pokazy 3 tys. osób, za to w 2012 odwiedziliśmy 60 placówek i zobaczyło nas 13 tys. osób.
KING: W jakim wieku słuchacie są "najlepsi" - Najbardziej aktywni, zaangażowani?
S.M.: Mamy dostosowany program odnośnie do grupy wiekowej. Byliśmy w żłobkach, przedszkolach, podstawówkach, gimnazjach, liceach, a nawet zakładach poprawczych. Do każdej grupy idziemy z innym przekazem.
A.J.: Nie ma prostej odpowiedzi na to pytanie, bo kiedy już nam się wydaje, że znaleźliśmy klucz, nagle jedziemy do innej miejscowości i wszystko jest tam na odwrót. W Podegrodziu, w

gimnazjum podobało mi się najbardziej rozmowy. Na początku młodzi ludzie nie byli chętni do rozmowy, ale im głębiej szliśmy w las, tym bardziej odpowiadali na nasze pytania. Wszystko zależy od tego, gdzie jedziemy i z kim mamy do czynienia. Uważamy jednak, że wszędzie trzeba pojechać, a jeśli choć jedna osoba zmieni swoje nastawienie, jest to nasze wielkie zwycięstwo.
KING: Co daje panom praca wolontariusza?
A.J.: Kochamy szermierkę i uważamy, że to ciekawy sport. Chcemy pokazać dzieciom, że niepełnosprawność nie skazuje na siedzenie w domu tylko, że w życiu można robić coś z pasją, a siedzenie na wózku w tym nie przeszkadza.

S.M.: Oczywiście oprócz pracy w firmie AMS i pracy wolontariuszy prowadzimy też normalne życie prywatne, przez co też udowadniamy, że jesteśmy potrzebni.
KING: Z jakimi opiniami spotykacie się realizując program AMS dla integracji?
A.J.: Wydaje nam się, że program nasz spotyka się z uznaniem, ponieważ do niektórych szkół dostajemy po dwa, trzy zaproszenia. Mamy szkołę w Radomiu, gdzie byliśmy już cztery razy, to samo w Warszawie.
Rozmawiały: Sylwia Siwulska i Magdalena Potoniec



Wiele jest serc w Podegrodziu... - podczas WOŚP zebrano 52 tys. zł

Odbył się on w niedzielę 13 stycznia - po raz dziesiąty w naszej szkole. W tym roku pieniądze były zbierane dla ratowania życia dzieci i godnej opieki medycznej seniorów.

Tradycyjnie imprezę poprowadzili: Jacek Kula i Jarosław Kowalski, którzy doskonale wiedzą, jak zabawić publiczność. Także i w tym roku w przygotowaniach pomogli strażacy z OSP w Podegrodziu oraz wolontariusze - uczniowie gimnazjum, którzy już od piątku chętnie brali udział w strojeniu sali. Wielu z nich wystąpiło również na scenie. Zespół Regionalny „Małe Podegrodzie, szkolny chór „Wiolino oraz zespół „Experyment zagrali koncert koled i pastorałek, natomiast „Kolebę z Turoniem przedstawili chłopcy z klasy IIIc gimnazjum, którzy mogą pochwalić się zajęciem I miejsca w tegorocznym Przeglądzie Grup Koledniczych w Gminnym Ośrodku Kultury w Podegrodziu. Uczestnicy finału z niecierpliwością oczekiwali również pokazu akrobatyki i sztuk walki w wykonaniu grupy „Astral. W tym roku w akcję włączył się także Zespół Szkół

Zawodowych im. Św. Kingi w Podegrodziu. Głównym punktem programu było wniesienie wielkiego, czerwonego tortu wykonanego przez cukiernię „Raj” w Gołkowicach, na którym iskrzyło się 10 petard symbolizujących jubileusz. Warto wspomnieć, że to właśnie dla Podegrodzia cukiernia Andrzeja Stawiarskiego z Gołkowiec upiekła pierwszy wielki tort w kształcie serca. Nikt się wtedy nie spodziewał, że będzie aż tak duży, by wystarczyć dla pięciuset osób. W poprzednich latach Pan Stawiarski nie odmówił również innym sztabom. I w ten sposób, piecze co roku po kilka tortów WOŚP-owskich. Impreza nie miałaby miejsca, gdyby nie nasi hojni sponsorzy, na których co roku możemy liczyć - mówi Barbara Skoczeń - szefowa sztabu.



Sport w szkole...

Z miłości do nart i białego szaleństwa - o wyprawie naszych kolegów na stok w Tyliczu

Pamiętając o szlachetnych ideach kultury sportu i rekreacji promowanej przed kilku laty w naszym gimnazjum przez klub TRANGO, a przede wszystkim dla zdrowia i przyjemności uczestników 9 lutego został zorganizowany wyjazd na narty do Tylicza. Stroną organizacyjną zajął się uczeń kl. III c Łukasz Dyrek, który z kolegami wybrał odpowiedni stok oraz zebrał listę chętnych. Opieką nad młodzieżą oraz organizacją finansową zajęli się p. Piotr Śledź i p. Jacek Kula. Doskonałe warunki śniegowe i łagodna pogoda sprzyjały bezpieczeństwu na stoku i przyjemności jazdy na nartach oraz dobremu samopoczuciu.

Międzygminne Zawody w siatkówkę Gimnazjum

**5.02.13 wtorek -
dzień pełen
pozytywnych
emocji i walki
w duchu fair play.**

W rozgrywkach wzięli udział gimnazjaliści ze szkoły w Tęgoborzy, Kamionki, Podegrodzia oraz w kategorii chłopców - z Gimnazjum w Świniarsku, a w kategorii dziewcząt z Chelmea.

29-ego stycznia obie drużyny z naszego gimnazjum pokonały zespoły z Brzeznej i w ten sposób wzięli udział w kolejnym etapie rozgrywek. Zawody rozpoczęły się o godz. 9:00 po przybyciu wszystkich

uczestników. Mecze rozgrywały się między dziewczętami, a chłopcami na zmianę i trwały do dwóch wygranych setów. O zwycięstwo toczyła się gorąca rywalizacja. Zarówno

w kategorii chłopców, jak i dziewcząt zwycięzcami okazali się zawodnicy z Gimnazjum w Tęgoborzy i będą oni reprezentowali powiat nowosądecki na etapie

powiatowym. Drugie miejsce zajęły gimnazjalistki z Podegrodzia oraz ex aequo - uczniowie ze szkoły w Świniarsku i Kamionce Wielkiej, na co wskazywał ten sam stosunek punktów, a to zdarza

się bardzo rzadko. Na koniec uczestnicy otrzymali dyplomy.

Mecze były bardzo ciekawe i zacięte, bo wszystkie drużyny były doskonale przygotowane.

Jesteśmy tu, żeby się bawić, więc grajmy fair" - przypomniał Mariusz Popiela - Prezes Uczniowskiego Klubu Sportowego „Krzemień” w Kamionce Wielkiej.



Zawody w koszykówkę i piłkę ręczną

zuzka1

W środę 6-tego lutego 2013 roku w Brzeznej odbyły się zawody gminne dziewcząt i chłopców w koszykówkę i piłkę ręczną. Dziewczęta przeszły do etapu międzygminnego w koszykówkę.

We wtorek 12-tego lutego 2013 roku w Piątkowej odbyły się zawody w koszykówkę dziewcząt i chłopców na etapie międzygminnym.

W rozgrywkach dziewcząt wzięli udział gimnazjalistki z Tęgoborzy, Podegrodzia, Królowej Górnej oraz z Chelmea. Wśród chłopców w rozgrywkach zagraли gimnazjaliści z Kamionki, Paszyna, Tęgoborzy oraz z Brzeznej. Samo uczestnictwo

w zawodach międzygminnych sprawiło, że zawodnicy mogli rozwijać swoje umiejętności obserwując bardziej doświadczonych przeciwników.

Wskazówki praktyczne:

- regularnie uczęszczaj na treningi,
- ucz się nowych sposobów gry,
- doskonal swoje umiejętności,
- obserwuj innych uczestników gry (współpracuj z drużyną, wyłapuj błędy przeciwników).

Wskazówki psychologiczne:

- wyznacz sobie cel,
- uwierz w swoje możliwości,
- koncentruj się na każdym momencie gry,
- nigdy się nie poddawaj

Z życzeniami rozwijania swoich pasji



**Skład redakcji w roku 2012/2013:
Redaktor Junior Gazety Elżbieta Ligas**

Dziennikarze:

Zuzanna Golonka
Karolina Olchawa
Oliwia Król
Sylwia Siwulska
Opiekun; Monika
Weremczuk

Nasz adres:
Zespół Szkół
PodstawowoGimnazjalnych
im. bł. O. St. Papczyńskiego

w Podegrodziu
33-386 Podegrodzie 6
tel. (18) 4459755
email:
gim_podegrodzie@iap.pl

Możecie również obejrzeć
naszą gazetkę na
platformie internetowej
www.juniormedia.pl