GŁOS WIELKOPOLSKI junior

Zaplecze

Gimnazjum w Sierakowie im. A.O. Przyjmy-Przyjemskiego
ul. Przyjemskiego 35
63-900, Rawicz

Numer 7 11/14

WWW.JUNIORMEDIA.PL

ORGANIZATOR PROJEKTU GRUPA WYDAWNICZA polskapresse

PARTNER Fundacja Orange

Ruszamy w nowym roku szkolnym!

Pierwszy numer naszej gazetki już do Was leci:) Niestety, nie udało nam się wydać go w październiku, ale szybko nadrobimy zaległości i teraz już zamierzamy pracować systematycznie!

Mamy nadzieję, że nasze artykuły zachęcą Was do regularnej lektury.

Pozdrawiamy!
Zespół redakcyjny gazetki "Zaplecze"

Uczeń Gimnazjum w Sierakowie medalistą Mistrzostw Polski

27 i 28 września w Zielonej Górze odbyły się Mistrzostwa Polski Młodzików w lekkoatletyce. Gimnazjum w Sierakowie reprezentował uczeń klasy IIIc, Kacper Grzelczak. Należy on do klubu MUKS „Kadet" Rawicz. Dzięki pomocy swojej trenerki, pani Aldony Świtały Kacper zdobył brązowy medal w biegu na 300m przez płotki. Dystans ten przebiegł w czasie 39,56s. Gratulujemy osiągnięcia!

Inauguracja nowego roku szkolnego

2 października 2014 roku w rawickim kinie „Promień" odbyła się inauguracja nowego roku szkolnego Rawickiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku. W tej uroczystości wzięli udział studenci oraz zaproszeni goście. Wystąpili także chórzyści z młodzieżowego chóru „Kameleon" oraz Koła Śpiewaczego im. Bolesława Dembińskiego w Miejskiej Górce. Dyrektor Gimnazjum w Sierakowie wygłosił przemowę i życzył studentom szczęścia i udanego kolejnego roku nauki.

Agata Nadrowska

Solidarna Szkoła

Odsłonięta tablica **Agata Nadrowska**

Dnia 12 września 2014 roku w Gimnazjum w Sierakowie odbyło się odsłonięcie certyfikatu „Solidarna Szkoła" uzyskanego przez naszą szkołę. Na tej uroczystości obecni byli członkowie Szkolnego Klubu Europejskiego „Epsylon" wraz z opiekunami oraz dyrektor gimnazjum, Piotr Mosiek. Pan Maciej Łukowiak w kilku zdaniach omówił projekt, w którym szkoła uczestniczyła przez cały poprzedni rok szkolny. Polegał on na udowodnieniu przez serię wydarzeń zorganizowanych przez gimnazjum, że szkoła jest solidarna. Klub Europejski dołożył wszelkich starań, by tak się stało; zorganizowaliśmy charytatywny mecz, spotkanie z myśliwymi, sprzedaż sałatek itp. Finałem naszych wszystkich akcji było wręczenie choremu uczniowi tabletu, który na pewno przyda mu się podczas pobytu w szpitalu. Nauczyciel podkreślił także, że to nie ostatni taki projekt, w którym Szkolny Klub Europejski będzie brał udział. Po tej uroczystości członkowie klubu udali się na spotkanie organizacyjne, na którym wybrano nowy samorząd.

Agata Nadrowska

Zaburzenia odżywiania
Choroba XXI wieku

„Potrafię określić, gdzie to wszystko się zaczęło. Nie wiem jednak kiedy, bo tego typu rzeczy nie zaczynają się nagle, w jednej chwili. Są raczej jak woda piętrząca się za tamą, przeczuwasz je, ale nie potrafisz im zapobiec. Wreszcie tama pęka”
- Judith Fathallah (z książki *Chuda*)

BULIMIA. Gdyby wśród grupy nastolatek rzucić takie hasło, pewnie w odpowiedzi usłyszelibyśmy: „Przecież mnie to nie dotyczy”. No właśnie, czy rzeczywiście jest tak, że ta sprawa jest nam aż tak odległa? Czy naprawdę nie mamy z nią nic wspólnego? Nadal uważasz, że nie? Jak to? Czy nie jest tak, że to dziewczyny w twoim wieku, tak- twoim, cierpią na tą chorobę? Co gorsza, one na nią umierają... Jak to możliwe? Jak to możliwe, że mając tak obszerną wiedzę na temat tej dolegliwości, wpadają w nią? XXI wiek to świat pełen wyidealizowanych obrazów. Która z was, przeglądając katalog modowy, nie marzyła o tym, by wyglądać jak ukazana tam modelka? Która z was nie chciałaby mieć świadomości, że wzrok mężczyzn i zazdrosnych koleżanek skupia się właśnie na niej? Często wystarczy takie zdjęcie, które, jak wiadomo, jest „poprawione”, „ulepszone”, by dziewczynka, bezbronna, chcąca dążyć do idealności, zrobiła wszystko dla poprawy swojego ciała. W poszukiwaniu odpowiedniej diety udają się w wirtualny świat, który, jak wiadomo, jest dla nich potęgą. Jak schudnąć bez tortur, bez głodówek, bez wyrzeczeń? Po co sobie zawracać głowę jakimiś durnymi kaloriami, skoro można stracić na wadze, jedząc WSZYSTKO. Brzmi kusząco, prawda? Nawet sobie nie zdajesz sprawy, czego to jest początek. Zaczyna się niewinnie. Obiad u babci, objadłaś się do granic możliwości. Czujesz, że spodnie nie są już tak luźne jak zawsze. Jesteś ociężała, pełna. Nienawidzisz siebie, za to, że wpakowałaś w siebie tyle jedzenia. Uciekasz do łazienki, klękasz przy toalecie i słyszysz głos płynący z głębi swojej podświadomości: „Ty gruba świnio! Jesteś gruba, cholernie gruba! Wszyscy się z Ciebie śmieją! Nikt nie ma ochoty się z Tobą zadawać, odpychasz ich swoim wyglądem! Kiedy to do Ciebie dotrze?! Zamiast zacząć się odchudzać, to zjadasz kolejną, ogromną porcję tych tłustych świństw!” Łzy płyną ci po policzkach, a serce mocniej bije. Aż nagle w głowie zradza się pomysł... Przecież niejednokrotnie widziałaś, jak przez wywoływanie wymiotów możesz dojść do tego, czego pragniesz. Bez chwili zastanowienia wkładasz palec do ust. Zaczęło się. Właśnie zupełnie nieświadoma wplątałaś się w błędne koło. Nie dopuszczasz do siebie tej myśli, przecież wszystko kontrolujesz, bynajmniej tak ci się wydaje. No właśnie, wydaje ci się. Od tego momentu wszystko staje się prostsze. Jesz, ile, co i w jakiej ilości masz ochotę, po czym biegniesz to łazienki i wszystko zwracasz. Tak mija dzień, drugi, trzeci... Wszystko pięknie, ładnie, tylko jak długo tak można? Cieszysz się, bo widzisz, jak waga idzie w dół. Co z tego? Nie masz świadomości, że wyniszczasz swój organizm doszczętnie. Wypłukujesz wszystko. Owszem, jedzenie, ale razem z tym wszystkie witaminy, substancje odżywcze. Twój organizm jest pusty. Z czasem takie „płukanki” organizmu stają się rozwiązaniem twoich problemów. Wymiotujesz, bo kłótnia z rodzicami, wymiotujesz, bo nie dogadujesz się z rówieśnikami, bo ktoś znowu nazwał cię „grubą”, bo ktoś ci dokuczył, bo nieszczęśliwie się zakochałaś. Masz wrażenie, że cały świat obrócił się przeciwko tobie. Uciekasz w świat, który nie zawodzi, w którym nie ma bólu, nie ma emocji. Twierdzisz, że razem z twoim przekleństwem uchodzą także z ciebie problemy. Spoglądasz z dumą w lustro, wszędzie wystające kości, twoja twarz jest blada. Jesteś tak zafascynowana tym obrazem, że nie widzisz, jak się staczasz. Z dnia na dzień tracisz szansę na wyzdrowienie. Co ja mówię... Przecież ty wcale tego nie chcesz. Stoisz przed lustrem i co widzisz? Jesteś szczęśliwa? Omdlenia, bóle głowy, ataki obżarstwa... To twoja codzienność. Tego chcesz? Chcesz, żeby twój organizm był wyniszczony, do takiego stopnia, że nie będziesz miała ochoty ani siły wstać z łóżka?

Wiesz co? Rzeczywiście ten tekst powstał z myślą o tym, żebyś zastanowiła się, zanim podejmiesz jakąkolwiek dietę na własną rękę. Zapamiętaj, wygląd nie jest miernikiem wartości. To nie działa tak, że ktoś, kto jest ładniejszy, szczuplejszy, ma markowe ubrania, jest lepszym człowiekiem. Sama musisz to sobie uświadomić. Może masz moje słowa za głupią paplaninę, za kolejne kazanie. A może weźmiesz to sobie do serca. A, jeszcze jedno. Dlaczego wyśmiewasz się z kogoś, kto nie ma idealnej figury, kto waży kilka kilogramów więcej niż Ty? Jesteś świadomy, że właśnie twoje słowa mogą posunąć go do kroku w tą albo inną chorobę? Nie myślałeś nigdy o tym w taki sposób, prawda? Może pora zastanowić się nad sobą, nad tym, czy naprawdę chcesz wpakować się w to bagno. Siebie lub kogoś innego. Tylko pamiętaj, że nie zawsze jesteś w stanie się z tego wydostać. To wciąga, obsesja idealności. Ważne, by w porę się opamiętać.

Mam wrażenie, że coraz więcej w życiu tracę. Panicznie już boję się samotności, bo to właśnie "pustka" najbardziej przyciąga chorobę. Więcej

Karolina Otwinowska – *Historia mojego (nie)ciała*

Marika Skrzypek

WYWIAD Z KACPREM GRZELCZAKIEM

Agata Nadrowska: Kiedy zaczęła się twoja przygoda ze sportem?

Kacper Grzelczak: Moja przygoda ze sportem zaczęła się trzy lata temu, gdy przestałem trenować koszykówkę.

A.N.: Czy w przyszłości zamierzasz zostać zawodowym sportowcem?

K.G.: Na razie nie mam konkretnych planów na przyszłość. Raczej zamierzam robić to, co kocham i co jest dla mnie najważniejsze.

A.N.: Gdzie trenujesz i kto cię trenuje ?

K.G.: Trenuję na rawickim stadionie OSiRu, a moją trenerką jest p. Aldona Świtała

A.N.: Skąd pomysł na uprawianie akurat tej dyscypliny?

K.G.: Do trenowania lekkoatletyki namówiła mnie moja obecna trenerka, powiedziała, abym przyszedł na trening. Stwierdziłem, że to dobry pomysł i tak zaczęła się ta przygoda.

A.N.: Czy stresowałeś się przed startem w mistrzostwach?

K.G.: Przed mistrzostwami nie stresowałem się specjalnie. W otoczeniu najbliższych i przyjaciół czułem się pewnie. Przed startem byłem zrelaksowany, a nawet miałem czas na wyjście do restauracji.

A.N.: Ile czasu trwały twoje przygotowania do mistrzostw?

K.G.: Moje przygotowania do mistrzostw trwały rok. Sport uprawiam 5 razy w tygodniu, a treningi trwają średnio po 2 godziny.

A.N.: Jak zareagowała twoja rodzina na wiadomość o sukcesie?

K.G.: Moja rodzina na mistrzostwach była razem ze mną, na wiadomość o moim sukcesie bardzo się cieszyła.

A.N.: Czy masz jakieś inne osiągnięcia?

K.G.: Oprócz Mistrzostw Polski Młodzików, w których zdobyłem brązowy medal, startowałem w Mistrzostwach Makroregionu, Mistrzostwach Wielkopolski, a także innych tego typu zawodach.

A.N.: Jakie jest twoje największe marzenie ?

K.G.: Moim największym marzeniem jest start w igrzyskach olimpijskich.

A.N.: Życzymy ci zatem spełnienia marzeń i kolejnych sukcesów.

Agata Nadrowska

Gimnazjada

Gimnazjada **Agata Nadrowska**

Dnia 20 października br. na basenie w Rawiczu odbyły się Mistrzostwa Powiatu Gimnazjady. Uczniowie naszej szkoły startowali w nich indywidualnie, a także w sztafecie. Nasi zawodnicy: Jagoda Szponik z klasy II b, Oliwia Maciejak z klasy II c, Kinga Skotarek z klasy II b, Ewa Bogdańska z klasy III f, Ewa Heinze z klasy, Hubert Krzysztofiak z klasy II a, Marcin Jankowiak z klasy II a, Bartosz Gil z III a oraz Aleksander Golembka i Szymon Szynalski z II a odznaczyli się wyjątkowymi umiejętnościami współpracy i w sztafecie ostatecznie zwyciężyli z reprezentacją rawickiego Gimnazjum nr 1. Z radością weszli na podium i odebrali puchar. Zawodnikom życzymy kolejnych sukcesów.

Agata Nadrowska

Ruszamy w "Młodych Przedsiębiorczych"!

Trzeci rok z rzędu nasze gimnazjum startuje w projekcie CEO "Młodzi Przedsiębiorczy. W tym roku reprezentuje nas ekipa: Ewa Specht, Anna Poniewiera, Karolina Sidor, Marta Pruchnik, Rafał Olszak i Michał Hądzlik z klasy II E. Życzymy powodzenia!

"Imperium Parówek" M. Stańko

TRADYCJE POLSKIE

„Wszystkich Świętych i Dzień Zaduszny”

Współcześnie dni pamięci o zmarłych obchodzimy raz w roku, zgodnie z zaleceniami Kościoła katolickiego. Na kilka dni przed świętem ludzie porządkują groby swoich bliskich i zdobią je kwiatami. Dawniej sprzątano również domy w obawie przed złymi duchami.
W uroczystość Wszystkich Świętych, 1 listopada, zgodnie z rytuałem kościelnym, wierni uczestniczą we mszy, idą na cmentarz, gdzie zapalają znicze na mogiłach. Nawiedzają groby również następnego dnia, czyli we właściwe Święto Zmarłych.
Dawniej wierzono, że dusze ludzi , którzy odeszli, przebywają w tych dniach wśród żywych. W XIX wieku w przeddzień Dnia Zadusznego pieczono pierogi i chleby, bób, kaszę – potrawy te zostawiano wraz wódką na stole jako poczęstunek dla dusz zmarłych.
Ludzie przekazywali sobie opowieści o spotkaniach z duszami, które błąkały się po lasach, cmentarzach i w pobliżu kościołów. Wierzono, że istnieje silny związek między światem żywych i światem zmarłych. W noc zaduszkową kościoły powinny być otwarte, a żaden człowiek, z obawy przed śmiercią, nie powinien przestępować progu kościoła.

WOLNY

ŹRÓDŁO: Encyklopedia Tradycji Polskich, Renata Hryń – Kuśmierek, Zuzanna Śliwa

Starożytne cywilizacje - Egipt

Egipt, choć to brzmi niewiarygodnie, powstał dzięki suszy i powiększaniu się obszaru pustyni. Jeszcze 9000 lat p.n.e. padały tu obfite deszcze. Ludność utrzymywała się z polowania. Kiedy deszcze ustały, wszystkie duże zwierzęta przeniosły się na południe Afryki. Mieszkańcy musieli poszukać nowego sposobu utrzymania: było nim rolnictwo.
początkowo Egipt istniał jako dwa odrębne kraje: Górny i Dolny.Dolny Egipt zajmował deltę Nilu, natomiast Górny skupiał się na południu, na wąskim pasie ziem uprawnych w dolinie Nilu.
W starożytnym Egipcie faraonowie byli królami. tron przechodził z ojca na syna. Zakres ich władzy był ogromny - faraonowie stali na czele rządu, armii, wymiaru sprawiedliwości i kapłanów.
Starożytni Egipcjanie czcili każdego króla jak boga. Podczas trwającego ponad 3000 lat panowania faraonów krajem rządziły 32 królewskie dynastie. Symbolem królestwa było berło w kształcie kija, używanego przez pasterzy do poganiania stada. Drugi atrybut władzy - bicz - przypominał cep do zboża, i symbolizował urodzaj. Faraon na czole nosił koronę z kobrą i symbolicznym okiem boga Re.

Ania P

Źródło: „Starożytne cywilizacje – starożytny Egipt”

Klasy matematyczne na politechnice

24 września duża grupa gimnazjalistów (50 osób z klasy pierwszej oraz trzeciej, pod opieką p. Alicji Maciejak oraz p. Magdaleny Stańko) dotarła rankiem do budynków Politechniki Wrocławskiej, gdzie trwał Festiwal Nauki. Tutaj część uczniów udała się na laboratoria z zakresu wytwarzania kosmetyków, na których dziewczęta miały okazję samodzielnie przygotować odżywki do włosów, szampony oraz peelingi z produktów łatwo dostępnych w każdym sklepie, także spożywczym. Reszta uczestników wycieczki wzięła udział w zajęciach teoretyczno – warsztatowych pod tytułem „Dobre i złe strony konfliktów". Po krótkim wstępie teoretycznym młodzież uczyła się w praktyce trudnej sztuki negocjacji, gdy w grę wchodzą sprzeczne interesy różnych grup społecznych.
Po powyższych zajęciach cała grupa spotkała się w budynku C-13, gdzie na parterze swoje stanowiska miały koła naukowe studentów uczelni. Uczniowie z zainteresowaniem oglądali pokazy laserów, samochód napędzany azotem, gabinet cieni oraz brali udział w różnych konkursach, w których zdobywali drobne nagrody. Konkursy dotyczyły wiedzy z zakresu różnych przedmiotów szkolnych, jak też np. układania kostki Rubika.

O godzinie 12 część grupy udała się na pokaz chemiczny pod tytułem „Radość eksperymentowania", prowadzony przez studentów chemii. Pokaz obejmował zaprezentowanie słuchaczom kilkunastu eksperymentów chemicznych, których skutki były efektowne (obłoki pary, spalanie banknotu, spalanie magnezu, ogrody chemiczne, wytwarzanie „sztucznej krwi", osadzanie srebra metalicznego w probówce). Następnie uczestnicy dobrali się parami i wzięli udział w zabawie, która polegała na odgadnięciu rodzaju polimeru na podstawie jego właściwości: badali kolor otrzymanej próbki, jej przejrzystość, giętkość, odporność na zarysowania, efekt spalania – kolor płomienia oraz zapach dymu, jak też gęstość na podstawie zanurzania w wodzie. Pary, które najszybciej odgadły typ tworzywa otrzymały w nagrodę słodkie upominki oraz na pamiątkę probówki z osadzonym srebrem metalicznym.

Laboratorium chemiczne **M. Stańko**

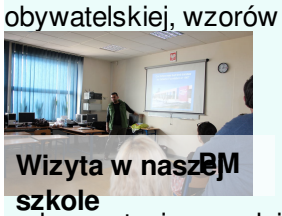
Około godziny 14 grupa opuściła mury Politechniki Wrocławskiej z postanowieniem kolejnej wizyty w najbliższym czasie i zgłębienia kolejnych tajników wiedzy.

M.

Środki unijne płyną!

Ogromnym sukcesem zakończyło się ubieganie przez Gimnazjum im. Adama Olbrachta Przyjmy – Przyjemskiego w Sierakowie o udział w realizacji kolejnego programu współpracy międzynarodowej. Na początku października br. Agencja Narodowa Programu ERASMUS+ oficjalnie potwierdziła udział szkoły w trzyletnim programie edukacyjnym: *21st Century European*. Złożony wniosek aplikacyjny został bardzo wysoko oceniony i na tej podstawie na realizację projektu przyznane zostały placówce z unijnej kasy środki w wysokości **42.095,00 €**. Warto zaznaczyć, iż międzynarodowe spotkanie poświęcone przygotowaniu formularza aplikacyjnego odbyło się w marcu 2014 roku właśnie w Gimnazjum w Sierakowie.

W ramach realizacji zadania sierakowska placówka będzie miała okazję współpracować ze szkołami reprezentującymi następujące państwa: z Czech, Grecji, Hiszpanii, Holandii (główny koordynator projektu), Niemiec, Norwegii, Portugalii, Słowacji oraz Turcji. Celem projektu jest między innymi podniesienie świadomości uczniów związanej z zagadnieniami: aktywności obywatelskiej, wzorów życia rodzinnego, innowacji technologicznych oraz



Wizyta w naszej szkole **PM**

wykorzystania w codziennym życiu technologii informacyjno – komunikacyjnych, kuchni poszczególnych państw oraz ich kultury, ze szczególnym uwzględnieniem sztuk plastycznych i muzyki, aktywnego spędzania czasu wolnego poprzez sport i rekreację, jak również migracji w poszczególnych krajach. Istotnym celem jest także wymiana doświadczeń w zakresie kształtowania twórczych osobowości działalność uczniów poprzez działalność edukacyjną, jak również popularyzacja nauczania języka angielskiego wśród młodzieży europejskiej.

Pierwsze spotkanie organizacyjne odbędzie się pod koniec listopada br. w Niemczech w miejscowości *Meiningen* i będą w nim uczestniczyć szkolni koordynatorzy projektu; z ramienia sierakowskiej placówki w warsztatach uczestniczyć będzie Pani Patrycja Chudzińska – nauczycielka języka angielskiego. Do tego czasu wszystkie uczestniczące w projekcie szkoły organizują zespoły nauczycielskie i uczniowskie zaangażowane w realizacje przedsięwzięcia.

Gimnazjum w Sierakowie po raz kolejny przystępuje do realizacji międzynarodowego przedsięwzięcia; wcześniej realizowało już kilkuletnie projekty: *Energia w rękach konsumentów* , *Zdrowy Europejczyk,* czy też *Historia nauczycielką życia*. Ogromne zaangażowanie w realizację tych zadań spotykało się zawsze z uznaniem ze strony współpartnerów projektów, jak również przekładało się na osiągnięcia szkoły chociażby w zakresie uzyskanych wyników na egzaminie zewnętrznym (szkoła nieprzypadkowo osiągnęła najwyższy w całym powiecie wynik z języka angielskiego, który jest językiem obowiązującym w unijnych przedsięwzięciach edukacyjnych).

Piotr Mosiek, dyrektor Gimnazjum