

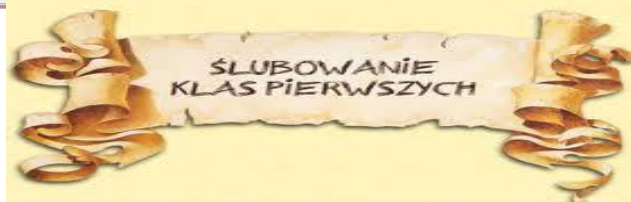
WYKRZYKNIK !



Czasopismo Rzeczpospolitej Uczniowskiej

SP 10 Włocławek

Co nowego w 10?



Maluchy z Dziesiątki złożyły uroczyste ślubowanie i oficjalnie dołączyły do grona uczniów. Pierwszoklasiści z trzech klas w obecności gości - władz oświatowych naszego miasta, dyrekcji szkoły oraz rodziców zostali przyjęci do grona uczniów. Na ten szczególny moment czekali z niecierpliwością. Oznacza on bowiem oficjalne przyjęcie najmłodszych uczniów do społeczności szkolnej. Uroczystość rozpoczęła się od części artystycznej. Była ona okazją do tego, by najmłodszy uczniowie pochwalili się swoimi talentami.

Pierwszoklasiści recytowali wiersze, śpiewali, grali na flażoletach, a także tańczyli. Po programie artystycznym, przygotowanym przez uczniów pod opieką swych wychowawczyń, odbyła się część oficjalna. Jej punktem kulminacyjnym było ślubowanie, które na sztandar szkoły złożyli przedstawiciele wszystkich klas pierwszych. Po ślubowaniu dyrektor szkoły oraz pani zastępca prezydenta miasta dokonały pasowania na uczniów.

Wewnątrz numeru:

- 1 CO SŁYCHAĆ W 10?
- 2 ZE SZTUKĄ ZA PAN BRAT
- 3 WF z klasą
- 4 RADY I PORADY Jesienna chandra
- 5 PASJE



Dzieci ślubowały sumiennie wywiązywać się z uczniowskich obowiązków i przynosić swojej szkole dumę. Poza tym uczniowie otrzymali pamiątkowe dyplomy pasowania na ucznia klasy pierwszej, szkolne legitymacje ufundowane przez Radę Rodziców, a od starszych kolegów z Samorządu Uczniowskiego jabłka – symbol zdrowia.

Opr. I. Bronowska, wych. kl. I a



Pierwsza zielona szkoła za nami



www.um.torun.pl 16 XI 2013

W dniach 4-6 listopada uczestniczyłam w „zielonej szkole” w Barbarce pod Toruniem. Wybrały się tam klasy: 2,3,4b i 5b. Ku mojej wielkiej radości, w trakcie podróży do miejsca pobytu, widziałam jelenia. Poczułam, że pobyt w Bar-

barce zapowiada się ciekawie. O tym wydarzeniu niezwłocznie poinformowałam smsem rodziców. Bardzo się ucieszyłam i chciałam, aby i oni cieszyli się ze mną. Codziennie odbywały się zajęcia i warsztaty na tematy ekologii i przyrody. Rozpoznawaliśmy różne gatunki ptaków leśnych, dużych i małych zwierząt.



www.um.torun.pl 16 XI 2013

Dowiedzieliśmy się o warunkach ich życia. Nauczyliśmy się, jak rozpoznawać i znajdować różne zwierzęta w lesie oraz ich gniazda. Dowiedzieliśmy się, jak odróżnić prawdziwy stary las od młodej zasadzonej przez ludzi szkółki leśnej. Dużą atrakcją dla nas było oprowadzanie na polskich kucykach. Mogliśmy w czasie wolnym od zajęć korzystać z dużego placu zabaw, na którym chętnie spędzaliśmy czas.

E. Kacprowicz, kl. V b



ANDRZEJKI

TUŻ, TUŻ....

Niedługo andrzejki. Czy wiecie, że andrzejki zwane są też *Jędrzejkami* lub *Jędrzejówkami*. W nocy z 29 na 30 listopada, czyli w wigilię świętego Andrzeja (jest on patronem Szkocji, Grecji i Rosji) odbywa się wieczór wróżb. Niegdyś wróżby andrzejkowe miały charakter matrymonialny i przeznaczone były dla niezamężnych dziewcząt. Musicie wiedzieć, iż ich męskim odpowiednikiem były katarzynki. Ze względu na wspomniany charakter odbywały się początkowo w odosobnieniu – czyli każda panna indywidualnie sobie wróżyła. Później wróżono sobie zbiorowo, ale zawsze traktując wróżbę poważnie. Z czasem zmienił się charakter wróżb - dziś zabawa gromadzi osoby różnej płci, a wróżby traktuje się z przymrużeniem oka.

W naszym kraju pierwsza wzmianka literacka o nim pojawiła się w 1557. Jak widzicie, było to bardzo dawno temu. Świadczy to o tym, że ten zwyczaj jest bardzo stary. Jeśli chodzi o rok liturgiczny, to andrzejkowy dzień ten przypada na końcu lub na początku roku liturgicznego. Jest ostatnią okazją do zorganizowania ostatnich hucznych zabaw przed rozpoczynającym się adwentem. Oto niektóre andrzejkowe wróżby i zabiegi magiczne.



Jedną z nich jest wlewanie wosku na zimną wodę, najczęściej przez ucho od klucza i wróżenie z kształtu

otrzymanej zastygłej masy czy cienia rzuconego przez nią sylwetki przyszłego wielbiciela lub przedmiotów wskazujących na jego zawód.



Kolejna zabawa polega na stawianiu od ściany do progu butów panien, jednego za drugim: a but, który pierwszy znalazł się na progu, wskazywał pannę, która jako pierwsza miała wyjść za mąż.



[https://www.google.pl/search?q=andrzejki+grafika&source=16 XI 2013](https://www.google.pl/search?q=andrzejki+grafika&source=16%20XI%202013)

Na jednej kartce zapisane były imiona dziewczyn, a na drugiej chłopców; dziewczyna przekłuwała z czystej strony kartkę z imionami chłopców – przekute imię wskazywało przyszłego męża, chłopcy natomiast przekuwali kartkę z imionami dziewczyn i wskazywali imię swej przyszłej żony; losowanie przedmiotów, podobnie jak podczas uroczystości związanej z roczkiem dziecka, które by wskazywały na przeszłość, np. obrączka – szybkie zamążpójście, różaniec- życie w zakonie. Na Kujawach znany był jeszcze inny zwyczaj. Mianowicie dziewczyny ustawiały się w kółko, do środka wpuszczano gęsiora z zawiązanymi oczyma, a panna, którą jako pierwszą skubną lub do której pod-

szedł, miała wyjść najszybciej ze wszystkich panien za mąż. Wesołej i udanej zabawy.

Red.

Młodzi włocławianie o Ojczyźnie

O naszej ojczyźnie wierszem i piosenką



Dnia 14 listopada w naszej szkole odbyły się apele z okazji Narodowego Święta Niepodległości. Wszyscy uczniowie spotkali się w sali gimnastycznej w galowych strojach, w ten sposób okazując wdzięczność za wolną ojczyznę i pokazując swój patriotyzm. Na początku pani dyrektor w kilku słowach wprowadziła nas w odpowiedni nastrój tego święta, następnie odśpiewaliśmy hymn oraz obejrzelśmy spektakl w wykonaniu uczniów naszej szkoły. Z wielkim zainteresowaniem, pośród ciekawej dekoracji, wysłuchaliśmy recytacji wierszy w wykonaniu

uczniów klasy VI b i pieśni patriotycznych śpiewanych przez szkolny chór. Nasze koleżanki przepięknie wykonały takie utwory jak: „Ojczyzna”, „Przybyli ułani”, „Piechota”, pieśni o legionach i pierwszej kadrowej. Występ zakończono odśpiewaniem „Roty”. W ten oto sposób oddaliśmy szacunek Polakom, którzy zginęli podczas walki o wolność naszego kraju. Program został przygotowany pod kierunkiem p. H. Kowalczykiewicz, p. B. Abrolat i p. M. Traczyka

P. Napiórkowska, kl. IV a

„Naród , który przestaje śpiewać, przestaje istnieć” (O. Kolberg)

Ta myśl przewodziła wspólnemu śpiewaniu pieśni patriotycznych podczas uroczystości, jaka miała miejsce 7 listopada br. w Gimnazjum nr 9. Wspólne śpiewanie przez uczniów, nauczycieli, zaproszonych gości i członków zespołu „Echo Kujaw” było ciekawym sposobem uczczenia Narodowego Święta Niepodległości i wyrazem szacunku dla naszej polskiej tradycji i historii. Na zaproszenie swoich starszych kolegów wzięli udział w spotkaniu uczniowie klas IV a i IV b oraz V b pod opieką s. H. Lipińskiej i p. K. Żywicy.

Red. A. Zacharek



Kotylion

na Święto Niepodległości



<https://www.google.pl/search?q=kotylion+narodowy+pol+ski&source> 16 XI 2013

Z okazji Święta Niepodległości Samorząd Uczniowski ogłosił konkurs na Najciekawszy Kotylion. W konkursie wzięli udział uczniowie klas II- VI. Szczególnie piękne kotyliony wykonali uczniowie klasy II b. Było ich 16 i wszystkie zostały nagrodzone. Z klasy III a na nagrodę zasłużyły prace wykonane przez Szymona Czuprynika, Patrycję Zdradę i Faustynę Groblewską. Również nagrodzone zostały kotyliony Marity Grunwald z klasy IV a, Adriana Brodeckiego i Gabrysi Plank z klasy IV b, Damiana Filipskiego i Natalii Wojtylak z klasy V b oraz Mateusza Wódrzewskiego z klasy VI b. Nagrodzone kotyliony zostały wyeksponowane w szkolnej gablocie.

Op. SU, I. Składanowska

ZE SZTUKĄ ZA PAN BRAT

DNI I NOCE

CHRUP OWOCE



Dnia 29 października 2013r we wtorek, moja klasa – 5b wybrała się do Biblioteki Publicznej im. Zdzisława Arentowicza Filii nr 2. Filia ta mieści się przy ulicy Dziewińskiej. Na miejscu przywitały nas panie bibliotekarki z przemiłą panią nauczycielką plastyki ze Szkoły Podstawowej nr 18. Mieliśmy tam bardzo ciekawe zajęcia na temat „Zdrowego Odżywiania się”. Zostaliśmy podzieleni na grupy. Rozwiązaliśmy wesołe łamigłówki i zadania. Jedno z wielu zadań polegało na wycinaniu i przyklejaniu elementów z gazety. Rozmawialiśmy o zdrowym odżywianiu, porach posiłków i właściwych owocach i warzywach do posiłków. W trakcie zajęć powstały stworzone przez nas różne

ciekawe stwory i postacie z owoców wyciętych z gazet. Na podsumowanie spotkania wszyscy od pań dostaliśmy soczki.

Ela Kacprowicz, kl. V b



MUZYCZNIE I FILMOWO

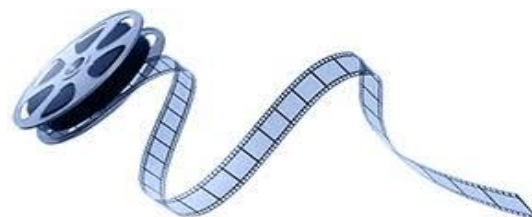


7 listopada w czwartek odbyły się w naszej szkole dwa koncerty muzyki filmowej pt.: „W świecie filmu” i „Czy znasz tę melodię?”. Pan Jacek Gaudyn – wykonawca i prezenter - zaprezentował dzieciom z oddziałów przedszkolnych i uczniom klas I-VI utwory muzyczne zagrane w wersji instrumentalnej. W programie zostały zaprezentowane instrumenty takie jak obój, róg angielski i saksofon altowy. Uczniowie wysłuchali melodii z filmów: „Ranczo”, „Gwiezdne wojny”, „Samo życie”, „Shrek”, „Piraci z Karaibów”, „Hary Potter”. Poza tym rozwiązywali zagadki muzyczne i wspólnie śpiewali niektóre utwory, m. in. „Konika na biegunach” i piosenkę finałową.

Red. Z. Traczyk, kl. V a



Nasza przygoda z filmem



W piątek 15 listopada 2013 r. uczniowie klasy Vc wraz z wychowawczynią p. G. Kobielską wybrali się do kina na film pt. " Percy Jackson" wyświetlanym w formacie 3D. Przed projekcją miały miejsce warsztaty, mające przybliżyć uczniom technikę tworzenia efektów wizualnych i dźwiękowych. Uczniowie mieli za zadanie przebrać się za bohaterów filmu oraz współtworzyć efekty specjalne. Najlepsi " aktorzy" otrzymali książki, na podstawie których zrealizowany był film. Było interesująco i zabawnie.

Red. G. Kobielska, wychowawca kl.



Zajęcia plastyczne inaczej

W dniach 17 i 24.09. 2013r. uczniowie naszej szkoły z klas: 1a, 3a, 3b oraz 3c wzięli udział w zajęciach plastycznych odbywających się w Galerii Sztuki Współczesnej we Włocławku, pro-

wadzonych przez p. Małgorzatę Jabłońską. Dzieci miały możliwość zwiedzenia wystawy grafiki i rysunku p. Magdaleny Kaczmarek. Autorka zajmuje się rysunkiem, malarstwem oraz grafiką artystyczną a w szczególności linorytem.



Następnie uczniowie obejrżeli wystawę prac malarza Ryszarda Chmiela pt. „Obrazy”. Technika, którą się posługuje artysta to kredki woskowe. Na zakończenie wizyty w Galerii wszyscy wykonali prace plastyczne przedstawiające swoje ulubione zwierzęta.

Red. D. Łuczak

WF Z KLASĄ



We wrześniu 2013 r. nasza szkoła, jako jedna ze 150 z całej Polski, przystąpiła do pierwszej pilotażowej edycji programu pod nazwą "WF z klasą". Jest to program Centrum Edukacji Obywatelskiej reali-

zowany przy medialnym wsparciu " Gazety Wyborczej" i portalu Sport.pl. Ta ogólnopolska akcja edukacyjna ma zmienić myślenie o lekcjach w f w polskich szkołach. Poziom aktywności fizycznej dzieci i młodzieży jest coraz niższy. Lekcje WF -u prowadzone w mądry i nowoczesny sposób są szansą na odwrócenie tego niebezpiecznego trendu.

Szkoła nie może być nastawiona tylko na promowanie sportowych talentów. Jeśli lekcje WF -u wiążą się ze stresem, biciem rekordów i ciągłą rywalizacją, mogą na całe życie zniechęcić do aktywności ruchowej. Nauczyciele w współpracy z uczniami mają za zadanie wypracować nowe sposoby prowadzenia lekcji wychowania fizycznego. Zajęcia – tak obowiązkowe, jak i dodatkowe – powinny być ciekawsze, bardziej zróżnicowane, bliższe oczekiwaniom młodych ludzi. Wychowanie fizyczne to przecież nie tylko gry zespołowe, ale także taniec, aerobik, turystyka rowerowa i piesza. Nasz program ma pokazać, że ze sportu w szkole każdy może czerpać przyjemność.

W ramach tego projektu uczniowie kl. I – VI mieli za zadanie wypełnić ankiety dotyczące wychowania fizycznego. Następnie odbyła się szkolna debata, w czasie której przedstawiciele klas podzielili się swoimi spostrzeżeniami dotyczącymi lekcji wf ,i wraz z koordynatorkami

akcji na terenie naszej szkoły- p. Iwoną Bronowską i p. Grażyną Kobielską, opracowali swoje propozycje udoskonalenia i uatrakcyjnienia zajęć sportowych i rekreacyjnych w szkole. Wszystkie zadania systematycznie opisujemy na blogu SP 10 , wszystkich zainteresowanych zachęcamy do zapoznawania się z naszymi dokonaniem. Zapraszamy do zapoznania się z **Blogiem SP10**. Podsumowanie pierwszego etapu programu nastąpi w grudniu 2013 r., o jego wyniku poinformujemy Państwa na naszej stronie internetowej i na łamach Naszej gazetki szkolnej.

Opracowanie: G. Kobielska, I. Bronowska



Poniżej prezentujemy niektóre nasze sportowe działania.

Red. G. Kobielska, koordynator

RAJD Z LATARKAMI

W środę 6 listopada 2013r. popołudniem i wieczorem uczniowie z klas 5a i 6b wraz z p. Urszulą Zielińską i p. Krzysztofem Żywicą wzięli udział w „Rajdzie z latarkami” organizo-

wanym przez wrocławski oddział PTSM z okazji Święta Niepodległości.



Trasa biegła z jez. Widoń- Warząchewkę Królewską- Warząchewkę Polską i wyniosła ok.10km. Mimo padającego deszczu i nieprzewidzianych przygód po drodze dotarliśmy do celu, gdzie czekały na nas kiełbaski i ognisko.

Red. K. Żywica



W dniu 21 września 2013 r.w Zespole Szkół Elektrycznych we Wrocławku odbył się finałowy turniej piłki siatkowej pod nazwą „Moje Mistrzostwa”. W imprezie sportowej uczestniczyło trzynaście reprezentacji wrocławskich szkół podstawowych.SP nr.10 reprezentowali chłopcy i dziewczęta w nowych strojach siatkarskich pod opieką p.Grażyny Kobielskiej i p.Andrzeja Gołębieskiego. Młodzież szkolna stoczyła zawziętą walkę i w klasyfikacji końcowej dziewczęta zajęły VI miejsce,a chłopcy IV miejsce.Na zakończenie turnieju wszyscy uczestnicy otrzymali pyszną pizzę.Wszyscy bawiliśmy się bardzo

dobrze. Spędzony czas na aktywności fizycznej spowodował, że nie musieliśmy się nudzić siedząc w domu i grając na komputerze. Dzięki takim imprezom sportowym mogliśmy nawiązać nowe znajomości z kolegami i koleżankami z innych szkół. Teraz mijając się na ulicy nie jesteśmy anonimowymi ludźmi tylko bliskimi kolegami. Jest to dobry przykład na to, że sport integruje i łączy.



Red. A. Golebieski, nauczyciel wf



NASZE LITERACKIE POMYSŁY

GRZMOT I BŁYSK

Żyli sobie dwaj bracia Grzmot i Błysk. Byli bogami. Mieli królestwo w niebie nad chmurami. Zawsze żyli w zgodzie i szczęściu.



Pewnego dnia obydwaj zobaczyli piękną dziewczynę. Zaczęli się o nią kłócić. Błysk rzucił błyskawicą, a Grzmot zagrzmiał i rzucił piorunem. Ludzie na ziemi się wystraszyli, ponieważ widzieli takie coś po raz pierwszy. Podczas kłótni powtórzyło się to kilka razy. Wszyscy na ziemi bardzo się bali, ale także byli pod wrażeniem takiego pięknego widoku i tak wielkiego światła. Zastanawiali się, co to było i jak się nazywało. Bracia się pogodzili i doszli do wniosku, że nie warto się kłócić.

Zawsze, gdy dochodziło do kłótni, to zjawisko się powtarzało, a ludzie po kilku razach stwierdzili, że to zjawisko nazwą burzą. I w taki sposób powstała burza.

Nicola Zawadzka, kl. V b



Mit o Zeusie

Zeus, potężny bóg, zawsze gdy któreś z jego rodzeństwa lub dzieci mocno go denerwowało, pokazywał swoją ogromną siłę.



Pewnego dnia dzieci Zeusa- Apollo i Artemida- przekomarzali się, które z nich jest lepsze i ważniejsze. Zaczęło się od niewinnych rozmów, później była kłótnia, a następnie chodzenie do swoich bliskich i dopytywanie się o opinię innych w tej sprawie. W tym czasie Zeus jeszcze smacznie spał. Artemida i Apollo zaczęli Aresa, który był obok. Gdy on nic nie odpowiedział, oni nadal się sprzeczali. Było coraz głośniej. Ogromny hałas obudził Zeusa. Wstał z łóżka bardzo zdenerwowany, złapał swój piorun i zaczął uderzać w podłogę. Trójka rodzeństwa bardzo się wystraszyła.

Za każdym razem, gdy Zeus uderzał, cały wszechświat aż drżał, a wszędzie widać było straszne błyski i panował ogromny hałas. Tak właśnie powstała burza. Teraz za każdym razem gdy na ziemi jest burza możemy się domyślać, że Zeus znów się denerwuje na swoje dzieci.

U. Ratajczak, kl. V b



W LEŚNYM LABIRYNCIE

...I nagle znalazłam się gdzieś pomiędzy drzewami , głęboko w lesie.... chyba. Nie pamiętam, żebym kiedykolwiek tutaj była. W którym kierunku trzeba iść? Zastanawiałam się przez chwilę i pomaszero wałam przed siebie,

W oddali widać było wystające korony drzew. Ruszyłam w drogę.



- Hop , hop – zawołałam - hop , hop!!!

Nagle zobaczyłam zbliżającą się postać. Przedem stał mały okrągłutki człowieczek. Na głowie miał wysoki kapelusz.

- Kim jesteś?- zapytał. - Jak masz na imię?

- Jestem Lenka-odpowiedziałam pochylając głowę nad krasnoludkiem.

- A co tu robisz? – krzyknął.

- Właściwie nie wiem, znalazłam się tutaj przez przypadek. Mógłbyś pomóc mi się wydostać z tego lasu?

-Oczywiście, ruszaj za mną.

Małutki człowieczek prowadził mnie przez gęstwiny drzew, krzewin i roślin. Wszystko to wyglądało jak ogromny labirynt. Gdzieś było słychać odgłosy ptaków, zwierząt i mieszkańców tego lasu. Dźwięki dochodziły do nas coraz głośniej i wyraźniej. Nagle uświadomiłam sobie, że rozumiem ich mowę.

Dźwięczne melodie zwierzęcych głosów zaczęły układać się w ciekawą rozmowę.

- Czy ty to rozumiesz? Czy wiesz o czym rozmawiają te zwierzęta - zapytałam swojego przewodnika.

Ale on nie odpowiadał, tylko maszerował przed siebie. Kroczyliśmy dalej i dalej nachylając się od czasu do czasu, aby przedostać się przez coraz gęściejsze krzewy. Droga stawała się kręta i wąska. Szliśmy pod górę, aby potem się z niej śliznąć w ciemne szczeliny. Wydawało się, że szczeliny się nie skończyły. Aż nagle krasnal przystanął i zwrócił twarz w moim kierunku.

- Jesteśmy na miejscu - wyszeptał.
Tutaj zdziwiłam się i rozglądając się przy tym badawczo. Wokół niej nie było już tylu drzew. A te wysokie, sięgające do samych chmur, były nieliczne.
- Tutaj?- powtarzałam.
W tym momencie spostrzegłam to, co już od dawna widział mój towarzysz. Przed nami stały zwierzątka. Było ich chyba ze sto. Wpatrywały się w nas przenikliwym wzrokiem, jakby chciały o coś zapytać.
- I co teraz? – zapytałam - Czego one od nas chcą?
- Niczego - odpowiedział krasnal. - Zupełnie nic.
Przyszły nas tylko przywitać i pomóc przedostać się do zaczarowanego królestwa.
- Ale ja nie mogę - krzyknęłam - Nie mogę. Muszę wracać do domu.
- Lenka, Lenka - wstawaj- usłyszałam nagle. Ktoś szarpie mnie za ramię.
-Już czas do szkoły, córeczko.
Otworzyłam oczy. Rozejrzałam się dookoła. To był sen. To był tylko sen.
- Już idę mamó - odrzekłam i zaczęłam się ubierać

Wiktoria Matuszewska, kl. V b

NASZE SUKCESY

małe i duże

V Międzyszkolny Konkurs Recytatorski

„O Księdzu Jerzym wierszem”

W dniu 18 października 2013 r. w Sanktuarium Męczeństwa błogosławionego ks. Jerzego

Popiełuszki we Włocławku odbył się V Międzyszkolny Konkurs Recytatorski „O księdzu Jerzym wierszem”. Naszą szkołę reprezentowali:

Karolina Nawrocka uczennica klasy V a - która zajęła I miejsce w kategorii szkół podstawowych, Miłosz Bronowski uczeń klasy IV a – który otrzymał wyróżnienie. Do konkursu uczniów przygotowała s. Halina Lipińska.

Red. S. Halina Lipińska

„ List do ojca. List Taty”

Pod takim tytułem odbyła się 2. edycja konkursu zorganizowanego przy współpracy Komisji i Polityki Społecznej z Fundacją im. Cyryla i Metodego, pod patronatem marszałka Bogdana Borysewicza. Nasi uczniowie w tymże konkursie w etapie okręgowym zajęli następujące miejsca: Julia Matusiak z kl. VI b – I m.; Elżbieta Kacprowicz z kl. V b - II m.; a III m. zajął Filip Junatowski z kl. V b. Podsumowanie etapu okręgowego odbyło się 8 listopada, nagrody wręczył i ufundował senator Andrzej Person. A list Julii Matusiak został przesłany do dalszego etapu – ogólnopolskiego. Jego rozstrzygnięcie będzie miało miejsce podczas gali laureatów 27 listopada, w gmachu Senatu RP. W gali uczestniczyć będzie nasza finalistka – Julka wraz z opiekunem, p. A. Zacharek.

Sukces pierwszoklasistów

Sukces pierwszoklasistów - 1 miejsce dla Oliwii Cichockiej z kl.1a, wyróżnienie dla Oliwii Radowskiej z kl.1c. W środę w Wojewódzkim Ośrodku Ruchu Drogowego odbyła się uroczystość wręczenia nagród IX edycji Międzyszkolnego Konkursu Plastycznego "Bezpieczny Pierwszak". Spośród 369 nadesłanych prac dwie prace plastyczne uczennic z naszej szkoły zostały wyróżnione i nagrodzone. Komisja składająca się z przedstawicieli: WORD, Komendy Miejskiej Policji oraz Straży Miejskiej wybrała pracę Oliwii Cichockiej z kl.1a, która zajęła I miejsce w konkursie, a wyróżnienie za wykonanie makiety otrzymała Oliwia Radowska z kl.1c .



Opr. I. Bronowska



WIERSZYKARNIA SUKCES MIŁOSZA

Miłosz Bronowski z kl. IV a (przygotowany przez p. A. Zacharek) zajął II miejsce w VIII Konkursie Recytatorskim dla Dzieci i Młodzieży „WIERSZYKARNIA”, który odbył się 12 listopada 2013 r. w Muzeum Kujawskiej i Dobrzyńskiej. Organizatorem konkursu było Centrum Kultury Browar B. Miłosz recytował wiersz Eweliny Bawej- Dzierżanowskiej pt. „Wrona i gawron” i prozę Marii Kownackiej „Kto jest czarodziejem?”. Brawa dla Miłosza



Z PROFILAKTYKĄ ZA PAN BRAT

PROFILAKTYKA

ZACHOWAŃ

AGRESYWNYCH

W ramach realizacji Miejskiego Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii na 2013 rok w klasach szóstych w dniu 16.10.2013 r. odbyły się dwugodzinne zajęcia warsztatowe (jako kontynuacja z ubiegłego roku szkolnego). Tym samym został zrealizowany program profi-

laktyczny pt. „STOP AGRESJI W SZKOLE”. W ramach programu przeszkolona została także rada pedagogiczna. Zajęcia zrealizowali psycholodzy z Centrum Psychoedukacji i Terapii Psychodynamicznej „INTRA” na zlecenie Wydziału Promocji i Polityki Społecznej Urzędu Miasta Włocławek.

opr. pedagog J. Dziezic



Wielka wyprawa

Klary i Lutosława oraz Blogerka

21 października dla uczniów klas I – III szkoły podstawowej nr 10 został zorganizowany program profilaktyczny pt. „Wielka wyprawa Klary i Lutosława” grany przez aktorów Impresariatu Artystycznego „Inspiracja” z Krakowa. Program promował umiejętność współpracy w grupie, pożądanych relacji rówieśniczych.



Dotykał problemu wykluczenia z grupy, dokuczania. Uczył zasad zachowania, kultury wobec rówieśników i starszych, akceptacji innych takimi jakimi są. Owa bajkowa podróż spotkała się z dużym zainteresowaniem ze strony uczniów, którzy w trakcie

programu byli aktywni, odpowiadali na pytania zadawane przez prowadzących, poprzez zabawę utrwaliли wiele przydatnych umiejętności w życiu codziennym.



Dla uczniów klas IV-VI został zorganizowany spektakl profilaktyczny pt. " Blogerka". Był opowieścią o brutalizacji życia w którym dorasta młodzież, gdzie młody człowiek pozostawiony sam sobie musi sprostać oczekiwaniom dorosłym. Niepowodzenia wywołują coraz większą frustrację, a brak zrozumienia ze strony najbliższych jest powodem poszukiwania akceptacji wśród różnych grup rówieśniczych. Pojawia się agresja, która z czasem staje się niemożliwa do opanowania. Jak i gdzie szukać pomocy w sytuacji wydawałoby się bez wyjścia? Na te pytanie można było znaleźć odpowiedź po obejrzeniu spektaklu.

Opr. D. Łuczak



„Promujemy zdrowe życie

w szkole i w domu”

Dzień bez papierosa, Kampania Antynikotynowa mają zwrócić uwagę społeczeństwa na szkodliwość palenia papierosów. Tytoń jest najczęstszą

przyczyną śmierci, której można by skutecznie uniknąć.

Niestety, według statystyk WHO, co roku z powodu palenia umiera na świecie ponad 5 milionów osób - to więcej niż łączna liczba umierających z powodu HIV/AIDS, malarii i gruźlicy. Co gorsza, tytoń to jedyny towar konsumpcyjny, który zabija jeśli stosuje się go zgodnie z przewidzianym przez producenta przeznaczeniem. Osoby palące żyją około 14 lat krócej od niepalących. Czynne i bierne palenie jest przyczyną wielu chorób. Nie wiem, czy wiecie, że Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) ustanowiła dzień 7 kwietnia **Światowym Dniem bez Papierosa** w 1987 roku (rezolucja WHA40.38). Rok później rezolucją WHA42.19 przeniosła święto na 31 maja. Co roku z tej okazji w naszym kraju odbywają się festyny antynikotynowe. Poza tym w trzeci czwartek listopada obchodzony jest również Światowy Dzień Rzucania Palenia, z inicjatywy amerykańskiego dziennikarza Lynna Smitha w 1974 roku, zatwierdzony przez *Amerykańskie Towarzystwo Walki z Rakiem*. Musicie wiedzieć, że ta akcja przyjęła się w wielu krajach na świecie, a w Polsce od 1991 r. Nasza szkoła również organizuje akcje i podejmuje różne działania zachęcające do niepalenia. Z tego powodu szkolna pielęgniarka przygotowała dla uczniów, nauczycieli, rodziców prezentację zachęcającą do życia bez tytoniu dostępną na stronie internetowej szkoły-
<http://www.sp10wloclawek.pl/>.



Dorośli, nie pozwólcie, aby ktoś inny palił przy Was i Waszych bliskich, zwłaszcza przy dzieciach! Sami również w trosce o zdrowie swoje i osób Wam najbliższych nie palcie!

Wybierz Życie Bez Tytoniu!

Red.



SZTUKA ZAMIAST

W dniu 15 października 2013 r uczniowie klasy V a z p. V. Tomczak i klasy V c z p. G. Kobielską, 7 listopada uczniowie klasy VI a wraz z wychowawcą p. J. Sikorską uczestniczyli w warsztatach plastycznych profilaktyczno – twórczych „Sztuka zamiast...” organizowanych przez Galerię Sztuki Współczesnej we Włocławku. Zajęcia obejmowały:- spotkanie ze specjalistą w dziedzinie profilaktyki - wprowadzenie podstawowych informacji o formie przestrzennej - działania twórcze z zastosowaniem różnych materiałów i technik plastycznych W czasie dwugodzinnych zajęć uczniowie uczestniczyli w zajęciach z pedagogiem na temat uzależnień, a następnie w warsztatach, w których sami mogli się wcielić w artystów. Z różnych materiałów, takich jak sznurek, drut, papier, drewno, plastik, blacha tworzyli rzeźby według własnej inwencji. Zajęcia te sprawiły uczestnikom ogromną radość. Zajęcia podobały się uczniom. Były ciekawą formą, bliską uczniom. Każdy uczestnik otrzymał certyfikat udziału w warsztatach.

Uczniowie klas VI b będą uczestniczyli w tych zajęciach w późniejszym terminie.

Red. E. Zasada



PIES – PRZYJACIEL, OBROŃCA



W ramach Światowego Dnia Ochrony Zwierząt 7 października uczniowie kl.:0a, 0b, 0c oraz IIa, IIb, IIc wraz z wychowawczyniami uczestniczyli w spotkaniu z pracownikami Schroniska dla Zwierząt we Włocławku. Goście przybliżyli dzieciom specyfikę i celowość pracy Schroniska. Przypomnieli zasady opieki nad psem, postępowania w przypadku zagrożenia ze strony psa. Jest to bardzo ważne, aby każde dziecko wiedziało, jak postępować, jak zachowywać się obcując z psem. Niewątpliwie wielką atrakcją był udział czworonoga w tymże spotkaniu. Aby wspomóc Schronisko w jego działalności wcześniej uczniowie kl. 0-III gromadzili i znosili karmę, zabawki, koce dla podopiecznych schroniska. Dary zostały wręczone przedstawicielom Schroniska. Spotkanie przebiegało w miłej i nietypowej atmosferze.

Red. D. Słomczewska, organizator spotkania



BEZPIECZNIE NA DRODZE

W dniach 7, 15 i 16 października 2013r na terenie WORD –u oraz 17 października 2013 r na terenie SP 10 odbyły się zajęcia na temat „Bezpieczeństwo na drodze” prowadzone przez p. Paulinę Kamińską. Uczniowie klas III i IV mieli zajęcia na terenie WORD –u, a uczniowie klas 0, I i II na terenie szkoły. W trakcie tych zajęć dzieci zostały zapoznane z sytuacjami, które przedstawiały zasady bezpiecznego poruszania się na drodze, ze znakami drogowymi oraz telefonami służb ratunkowych. Na zakończenie każdy uczestnik dostał element odblaskowy.

Red. E. Zasada

Nasze pasje



W tej rubryce będziemy prezentować pasje uczniów i nauczycieli.

Oto pierwsza prezentacja...

Hobby Eli Kacprowicz z kl. V b

Nazywam się Ela Kacprowicz. Chodzę do kl.5 b. Moimi pasjami jest muzyka i miłość do zwierząt a szczególnie do koni.

Muzyka towarzyszyła mi od najmłodszych lat. Od okresu kiedy stawiałam pierwsze kroki, w domu jest wideo na którym widać jak próbuję tańczyć. W wieku pięciu lat po pokazie muzycznym nauczycieli ze szkoły muzycznej w moim przedszkolu, zapragnęłam nauczyć się grać na fortepianie. Pani podpowiedziała mojej mamie, by posłać mnie do ogniska muzycznego, gdzie rozpoczęła się moja przygoda z muzyką. Razem z bratem przy każdej okazji i spotkaniach rodzinnych zachęcamy do wspólnego świętowania, grając na instrumentach. Ja na fortepianie, a brat na kontrabasie.

Spośród wszystkich zwierząt domowych najbardziej lubię konie. Często miałam okazję posłuchać wspomnień mamy o zajęciach Jej dziadków w gospodarstwie oraz przyglądać się obrazowi, który wisi u mnie w domu. Moje marzenie o jeździe konnej spełniło się. Mama dotrzymała obietnicy i co roku jestem uczestniczką obozów jeździeckich. Cieszę się bardzo ze swoich osiągnięć. Jeszcze nie wiem, być może, będę miała całe życie kontakt z tym bardzo mądrym zwierzęciem.



RADY I PORADY

Jesienna chandra

Listopad nie jest ulubionym miesiącem większości uczniów, rodziców i nauczycieli. Trudno wytrwać w sino-burej scenerii za oknem. Dawno zapomnieliśmy już o beztrójce, wakacyjnym luzie, słońcu. A terazcóż. Przeżyliśmy Święto Wszystkich Świętych, Dzień Niepodległości. Było tak jakoś smutno, szaro i przygnębiająco.



Słońce coraz rzadziej nam się pokazuje. Chętnie byśmy długo spali, oglądali telewizję

i co nieco podjadali. A tu niestety obowiązki - trzeba wstawać, zdążyć na określoną godzinę do szkoły, potem odrabiać lekcje, czasem zdążyć na zajęcia dodatkowe! Nie jest to łatwy czas dla wszystkich. Także nam rodzicom, nauczycielom nie jest lekko. Doba wydaje się być za krótka, a obowiązków nie ubywa.

DOŚĆ już marudzenia, poszukajmy sposobów na przeciwstawienie się nieciekawej aury, samopoczuciu, chandrze- nie dajmy się!

Jest pewna rada na jesienne stesy. Wiadomo, nie mamy czarodziejskiej różdżki, dzięki której cofniemy czas i znajdziemy się w innej, np. wakacyjnej rzeczywistości. To co nas choć

trochę ukoi to nasz bagaż wspomnień, powiedzmy z ciekawej podróży, wycieczki za miasto czy do babci na wieś. I tak naprawdę to nie ma znaczenia gdzie spędzaliśmy ostatnio miłe chwile, lecz jak się wtedy czuliśmy i z kim go dzieliliśmy.



Przypomnijcie sobie jeden z ciepłych, przyjemnych dni. Może byliście na plaży nad jeziorem, może nad morzem, a może poszliście na wycieczkę za Wisłę, do parku lub pojechaliście do cioci na wieś. Świeciło słońce, było kolorowo i pachnąco, wiał lekki wiaterek, który dmuchał przyjemnie w twarz. Czuliście się świetnie, mieliście dobry humor i nikt lub nic nie mogło wam przeszkodzić. Spoglądaliście przed siebie i na linii horyzontu widzieliście jak niebo łączy się z polem, morzem, drzewami. Słyszeliście odgłosy natury – gdzieś może kumkały żaby, klekotał bocian, brzęczały trzmiele, szumiała woda. Przypomnijcie sobie tamte zapachy, dotyk przyrody.

Przy wspomnieniach możecie zamknąć oczy, ułożyć się wygodnie siedząc lub lepiej leżąc. Ta umiejętność odstresowania się to **wizualizacja**. Spróbujcie w pochmurny, nieciekawy dzień, gdy wszyscy coś od was chcą, denerwujecie się - zastosujcie ucieczkę do fantastycznej przeszłości, innego wymiaru- to może pomóc na jesienną chandrę.



Istnieją jeszcze inne sposoby na poprawienie sobie listopadowego nastroju:

Dobry **sen** to podstawa naszego funkcjonowania w ciągu dnia. Niewyspanie = rozdrażnienie, brak koncentracji, słaba kondycja, a to z kolei prowadzi do obniżonego nastroju. Dlatego omawiając sposoby na jesienną chandrę musimy zacząć od najważniejszej



i podstawowej kwestii – **wysypiaj się!** Połóż się do łóżka wcześniej niż zazwyczaj. Wcześniej wypij kubek ciepłego mleka. I śpij na zdrowie!

Wiele z nas działa na baterie słoneczne. Czujemy chęci do życia tylko wtedy, gdy za oknem świeci słońce. Dlatego tak ważne jest, by jesienią maksymalnie **wykorzystać każdy promyk słońca**. Spędzaj więc dużo czasu na świeżym powietrzu i zadbaj, by w domu mieć stale odsłonięte okna.

Sport to zdrowie i szczęście, bo podczas aktywności fizycznej nasz mózg jest bardziej skory do produkowania naszych ulubionych hormonów - endorfin. Dlatego zawsze, kiedy masz kiepski nastrój wskakuj w dres i ruszaj na długi

spacer, pobiegaj, pograj w piłkę albo wsiadaj na rower. Smutki odejdą w niepamięć!

Jedzenie ma dobry wpływ na nasze samopoczucie, o ile jest odpowiednio dobrane. Humor poprawią ci produkty bogate w witaminy z grupy B (nabiał, jaja, orzechy, warzywa liściaste, ryby, banany), magnez (gorzka czekolada, rośliny strączkowe, orzechy, kasza gryczana). Unikajmy tłustego, kalorycznego jedzenia. Pamiętajmy o owocach i warzywach. One są cool!



Muzyka pomaga łagodzić stres. Dlatego kiedy czujesz, że wszystko idzie nie po twojej myśli, znajdź chwilę, by usiąść wygodnie w fotelu i włączyć swoją ulubioną płytę ukochanego wykonawcy.

Spotkanie z osobami, które są ci życzliwe, zawsze służą dobrą radą i potrafią rozśmieszyć w każdej sytuacji to najlepsze lekarstwo na smutki!



Strój to element, który powinniśmy traktować z uwagą. Ubieraj się kolorowo. Lekarze zalecają **żółty, błękit, zieleń**.

Śmieję się. Śmiech jest najlepszym lekarstwem na smutki. Ciesz się drobiazgami. Żyj chwilą, nie rozpamiętuj tego, co minęło.



Pamiętajmy- listopad się skończy, nadejdzie świąteczny grudzień, biały styczeń i luty, a potem - znów będzie w i o s n a. Hurra!!!!

Z jesiennymi, słonecznymi pozdrowieniami

pedagog szkolny Joanna Dziedziec



Zespół redakcyjny:

uczniowie i nauczyciele SP 10

Dziękujemy!!



Wykorzystano grafikę ze stron www.google I zdjęcia będące w posiadaniu szkoły.

