

ŻYCIE SZKOŁY

INFORMATOR ZESPOŁU SZKÓŁ SZKOŁY PODSTAWOWEJ I GIMNAZJUM im. Jana Pawła II W PĘPOWIE

Nr 63. Cz. 2. Szkoła podstawowa
klasy IV-VI i gimnazjum

marzec – kwiecień 2016



STRONA GŁÓWNA ZESPOŁU SZKÓŁ: www.zspepowo.edu.pl

Mieszko I zmienił bieg historii ...

Pod takim tytułem uczniowie naszej szkoły pracują w projekcie z okazji 1050. Rocznicy Chrztu Polski. ***Celem jest zdobycie i pogłębienie wiedzy na temat historii Polski, a zwłaszcza Chrztu Polski oraz budowanie szacunku do tradycji i dziedzictwa narodowego.*** Działania zostały rozłożone w czasie i obejmują następujące zajęcia dla uczniów: projekcję filmu, konkurs plastyczny, konkurs wiedzy, wykonanie makiet grodów, gazetki ściennej oraz wcielenie się w przeróżne postacie z czasów Mieszka.

22 marca rozpoczęliśmy realizację projektu od obejrzenia filmu pt. "Wyspa władców". W tym dniu również uczniowie zmienili swój codzienny ubiór na średniowieczny strój.



Dziękujemy Rodzicom, nauczycielom, pracownikom szkoły, uczniom za pomoc w realizacji zadania. Zapraszamy i zachęcamy do kolejnych działań w najbliższym czasie.

Koordynatorki projektu

„Bądź bezpieczny w sieci”

W marcu, w ramach Programu „Bezpieczna Szkoła – Bezpieczny Uczeń +”, uczennice klasy Ia G: Katarzyna Klementowicz, Aleksandra Skrzypczak oraz Olga Maciejewska, przygotowały prezentację multimedialną pod tytułem „Bądź bezpieczny w sieci”.

W spotkaniu brali udział uczniowie z klas 4-6 z nauczycielami.

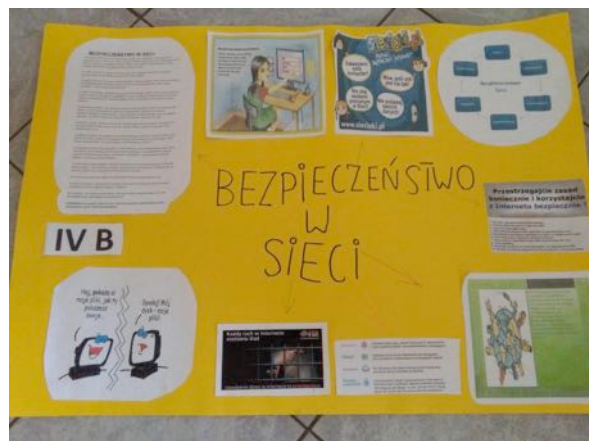
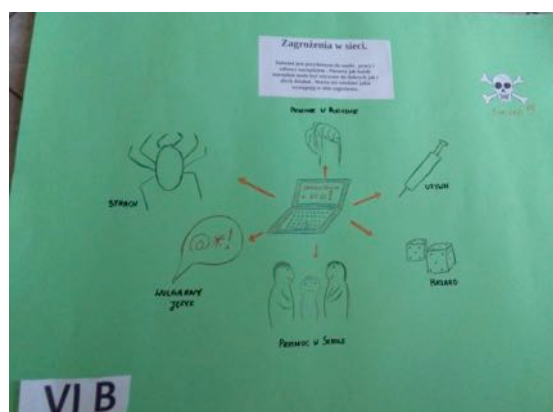
Głównym celem programu było zapoznanie uczniów z możliwościami, jakie daje Internet i zagrożeniami płynącymi z sieci. Spotkanie służyło także przygotowaniu młodych internautów do bezpiecznego korzystania z sieci oraz wskazaniu na konieczność stosowania zabezpieczeń do nieodpowiednich stron.

Podczas prezentacji uczennice zwróciły szczególną uwagę na to, że w czasie surfowania w Internecie każdy powinien pamiętać o szanowaniu innych jego użytkowników oraz respektowaniu ich praw.

Ważne jest, aby uczniowie zdawali sobie sprawę z zagrożeń, jakie niesie za sobą rozwój cyberprzestrzeni.



Na podstawie prezentacji uczniowie szkoły podstawowej przygotowali plakaty.



Ewa Fabisiak, Agata Milewska

WYPRAWA DO „SERCA WIELKOPOLSKI”

1 kwietnia br. pięćdziesięcioosobowa grupa uczniów wraz z opiekunami udała się na wycieczkę do historycznej stolicy Wielkopolski. Pierwszym jej etapem było Muzeum Arkadego Fiedlera w Puszczykowie. Uczniowie obejrzeli wiele rekwizytów muzealnych,

które są zdobyczami z podróży z najdalszych zakątków świata, oraz egzemplarze książek, gdyż Fiedler był pisarzem i podróżnikiem. W ogrodzie przylegającym do muzeum wycieczkowicze zwiedzili replikę statku Krzysztofa Kolumba – Santa Maria, wykonaną w skali 1:1 oraz uzyskali informację, że została ona zwodowana na lądzie. Uroczystego aktu przecięcia wstęgi dokonał książę de Veragua – Krzysztof Kolumb - potomek w linii prostej słynnego odkrywcy Ameryki. Wyjątkowym miejscem była piramida, która odwzorowuje piramidę Cheopsa, będącą jednym z siedmiu cudów świata starożytnego zachowanym do dziś. Budowla w Puszczykowie jest dwadzieścia trzy razy mniejsza od oryginału w Gizie. Uczniowie usłyszeli wiele ciekawostek o budowlu, a przede wszystkim o wielkiej, pozytywnej energii kumulującej się w jej wnętrzu.

Kolejnym etapem wyprawy była Poznańska Bazylika Archikatedralna znajdująca się na wyspie - Ostrów Tumski, która otoczona jest korytem Warty i Cybiny. Historia budowli sięga początków chrześcijaństwa w Polsce, czyli drugiej połowy X wieku i panowania biskupa Jordana. Ten punkt wycieczki był związany z aktualnym projektem uczniów naszej szkoły dotyczącym 1050. Rocznicy Chrztu Polski. Zwiedziliśmy wnętrze katedry, a w odrestaurowanych podziemiach obejrzelśmy film dotyczący historii bazyliki i Chrztu Polski. Najstarsza katedra w Polsce jest pomnikiem chrześcijańskiej kultury. W 1983 r. Jan Paweł II powiedział: „Zdaję sobie sprawę, że miejsce, na którym stoję, odegrało podstawową rolę nie tylko w historii chrześcijaństwa, ale także w historii państwa i kultury polskiej”.

Następnie udaliśmy się na stadion INEA w Poznaniu, na którym tego dnia odbywał się mecz Lech Poznań – Śląsk Wrocław. Przed sportowym spotkaniem uczniowie przez pewien odcinek drogi mogli śledzić eskortowany przez policję autokar gości. Następnie oglądali piłkarzy Lecha Poznań wysiadających z autobusu i udających się do szatni. Tego dnia na stadionie była prowadzona charytatywna akcja („5 dla Piątka”) na rzecz byłego bramkarza Kolejorza, Waldemara Piątka, który zмага się z wirusowym zapaleniem wątroby typu C. Podczas meczu nie brakowało emocji i kibicowania. Chociaż spotkanie zakończyło się niekorzystnym wynikiem dla Kolejorza, to uczniowie byli szczęśliwi, gdyż po jego zakończeniu mogli przybić „piątki” z piłkarzami. W późnych godzinach wieczornych, w rozśpiewanym autobusie, wróciliśmy do Pępowa.

Program i cele wycieczki zostały całkowicie zrealizowane. Bardzo dziękujemy wszystkim, którzy przyczynili się do urzeczywistnienia naszej wyprawy.



Organizatorzy

CO SŁYCHAĆ W BIBLIOTECE?

Obrazki z Ziemi Świętej

Po raz kolejny gościła w naszej szkole pani Halina Radoła – esperantystka i podróżniczka. Tym razem opowiedziała nam o swojej podróży do Ziemi Świętej. Relację wzbogaciła prezentacją multimedialną pt. „Obrazki z Ziemi Świętej” oraz pamiątkami przywiezionymi z wycieczki.

Wspomnieniami prelegentka podzieliła się z uczniami klas: VIa, VIb, IIb G i IIc G.

Spotkanie było możliwe dzięki współpracy Gminnej Biblioteki Publicznej w Pępowie z biblioteką szkolną.





Ewa Fabisiak

Bernadeta Kaźmierczak

Wycieczka do Krainy Tysiąca Jezior

W dniach 20 - 22 kwietnia 2016 r. 45-osobowa grupa uczniów pod opieką organizatorów przebywała na zielonej szkole. Miejscem docelowym naszej wyprawy był ośrodek wypoczynkowy „Gwarek”, w którym znajduje się Centrum Aktywnego Wypoczynku. Położony on jest w centrum Mazur, nazywanych Krainą Tysiąca Jezior, w malowniczej miejscowości Piękna Góra nad jeziorem Tajty, w województwie warmińsko – mazurskim. W odległości 3 km od naszej bazy, pomiędzy jeziorami Kisajno i Niegocin, znajduje się miejscowość Giżycko, nazywana żeglarską stolicą Polski, którą również odwiedziliśmy. Centrum Aktywnego Wypoczynku przygotowało dla nas bogaty program zajęć animacyjnych. W jego realizację byli zaangażowani doświadczeni animatorzy. Plan dnia nie pozostawiał miejsca na nudę. W naszym programie znalazły się następujące zajęcia: integracyjne, park linowy, szkoła komandosów i przetrwania, ścianka wspinaczkowa, pokaz miotania ogniem, ognisko, pieczenie kiełbasek, gry teleturniejowe oraz wspólny śpiew i taniec wszystkich uczestników będących w ośrodku. W drodze powrotnej zatrzymaliśmy

się w Toruniu, pięknym mieście Kopernika i piernika, położonym nad Wisłą. Udaliśmy się do Planetarium, żywego Muzeum Piernika oraz na posiłek do Maka.

Oto fragmenty wspomnień, relacji, sprawozdań uczestników wycieczki.

Na wycieczkę wyjechaliśmy 20 kwietnia o godzinie 4.00. Wszyscy wesoło spędziliśmy czas w autokarze, śmiejąc się i śpiewając. Gdy zmęczeni dojechaliśmy do ośrodka wypoczynkowego, czekało nas nie lada zaskoczenie. „Gwarek” okazał się pięknym ośrodkiem wypoczynkowym. Obok niego znajdował się park linowy. Po drugiej stronie budynku było piękne, otoczone lasem jezioro, plac zabaw i ścianka wspinaczkowa..

Następnie udaliśmy się na pyszny obiad. Potem pojechaliśmy nad jezioro do Giżycka, gdzie zrobiliśmy wspólną sesję zdjęciową. Kolejną atrakcją były zajęcia „Team building”. Podzieliliśmy się wtedy na dwie drużyny. Naszym pierwszym zadaniem było przejście labiryntu. Musieliśmy poruszać drewnianym labiryntem w ten sposób, aby kulka trafiła do wyznaczonego miejsca. Kolejne zadanie polegało na przeniesieniu pacholka bez użycia rąk.(...)

Julia Waleńska kl.VIb

Julia Sobuś kl.VIb

W środę, 20 kwietnia br. o godzinie 3.45 spotkaliśmy się przed szkołą w Pępowie. O godzinie 4.00 wyjechaliśmy na Mazury. Na miejsce dotarliśmy około godziny 14.30. Następnie zjedliśmy obiad, a potem poszliśmy na „Team Building”, czyli budowanie grupy. Na początku podzieliliśmy się na dwie grupy: Fejmy Fryty i Smerfy. Wtedy bawiliśmy się w wiele gier zespołowych. W jednej z nich za pomocą skrzyń musieliśmy przedostać się na drugą połowę boiska tak, żeby żadna osoba z grupy nie spadła ze skrzyni. Po chwili odpoczynku poszliśmy na ognisko, gdzie mogliśmy zobaczyć pokaz ognia. Następnie była impreza, na której robiliśmy mnóstwo zdjęć. Były tam także różne maskotki i clowny.(...)

Julia Kołodziejczak kl.Vb

(...) Nadszedł czas na ognisko z kielbaskami i animatorem. Wspólnie śpiewaliśmy i tańczyliśmy. Kiedy już zasłużyliśmy na kielbaski, piekliśmy je, a potem piliśmy ciepłą herbatę. Specjalnie dla nas, jak dla vipów, pan Tomek wykonał pokaz ognia. O godzinie 21.45 wszystkie osoby zakwaterowane w ośrodku zostały zaproszone na plac główny i tam wspólnie się bawiliśmy. Na koniec było wspólne selfie na facebooka i wszyscy udaliśmy się do swoich łóżek.(...)

Wiktoria Mierzyńska kl.VIb

Pierwszego dnia pobytu na wycieczce zobaczyliśmy Giżycko. Na początku weszliśmy na punkt widokowy, z którego podziwialiśmy piękne widoki panoramy giżyckiej.

Po wspólnym zdjęciu na tle dużego jeziora, pojechaliśmy do Ośrodka Wypoczynkowego „Gwarek”. Wieczorem mieliśmy zaplanowane zabawy. Pierwsza drużyna FC SMERFY pobiła nowy rekord w labiryncie. FRYTOM za to, udało się wygrać w konkurencji ze skrzynkami.

To był bardzo udany dzień, który na długo pozostanie w naszej pamięci.(...)

Aleksandra Baranowska kl.VIb

(...)W ogromnym namiocie zostaliśmy podzieleni na dwie grupy: Smerfy i Fryty. Ja byłam w Smerfach. Naszym pierwszym zadaniem było doprowadzenie małej kuleczki przez mini labirynt do dziurki. Pobiliśmy rekord czasowy!

Potem mieliśmy przenieść słupek gumowy bez dotykania. Było to bardzo trudne! Budowaliśmy też wodociągi i przenosiliśmy skrzynki. Następnie było ognisko z animatorem. Pan Mateusz pokazał nam taniec z ogniem. Był to niezapomniany widok! (...)

Daria Klemens kl.Vb

(...)Następnego dnia, kiedy się obudziliśmy, zjedliśmy śniadanie i poszliśmy zrobić sobie zdjęcie nad jeziorem. Później rozpoczęły się atrakcyjne zajęcia. Zostaliśmy podzieleni na dwie grupy. Moja grupa poszła na park linowy. Wraz z koleżankami ustawiliśmy się na końcu kolejki. Kiedy nadeszła moja kolej, weszłam do góry, aby pokonać pierwszą przeszkodę. Bardzo się przestraszyłam i miałam zamiar się cofnąć, lecz osoby stojące na dole dodawały mi otuchy. Muszę przyznać, że po pokonaniu drabinek, reszta trasy była bardzo prosta. Kiedy wszyscy pokonali park linowy, zamieniliśmy się z drugą grupą i poszliśmy na survival.(...)

Oliwia Nowacka kl.VIb

(...)Drugiego dnia pobytu na Mazurach mieliśmy w planie wiele atrakcyjnych zajęć. Dzień rozpoczęliśmy od śniadania. Wchodząc do jadalni, ujrzelśmy duży stół szwedzki. Znajdowały się tam różnego rodzaju smakołyki: pieczywo, sery, szynki.

Pierwszymi zajęciami był survival. Poszliśmy w głąb lasu, gdzie zostaliśmy podzieleni na grupy. Pan, który prowadził zajęcia, zadał nam zadania. Musieliśmy zbudować szałas, zrobić ognisko, wymyślić znak SOS, nazwę plemienia, pułapkę na dziką kurę i pupilka. Po sprawdzeniu zadań, prowadzący ogłosił wyniki. Wygraną drużyną okazały się FALAFELE. Następnie udaliśmy się na park linowy.(...)

Przed wyjazdem przyszła do autokaru miła pani z kadry, która powiedziała, że byliśmy najlepszą grupą i liczy na to, że za rok wrócimy do Pięknej Góry. (...)

Daria Szuba kl.VIa

(...)Po powrocie do ośrodka kolejną atrakcją były zajęcia „Team building”, które miały na celu przede wszystkim integrację, współzawodnictwo oraz świetną zabawę.

Po kolacji, wieczorową porą spotkaliśmy się wszyscy przy ognisku z kielbaskami i animatorem. Była muzyka, dużo zabawy, śpiewu, tańca i zero nudy. Na zakończenie dnia wujek Popek umilił nam wieczór.

Następnego dnia, w czwartek, po pysznym śniadaniu kolejna przygoda - survival, uczyliśmy się jak przetrwać w ekstremalnych warunkach, zbudować schronienie, szalasy, zastawiać sidła na zwierzynę.

Kolejnym zajęciem była przygoda na Ściance Wspinaczkowej, następnie Park Linowy – ekstremalna przygoda na wysokości. Lekki dreszczyk i skok adrenaliny to coś niezwykłego i wspaniałego. Trochę zmęczenia, ale bardzo zadowoleni udaliśmy się na obiad. Brak miejsca i czasu na nudę, następne zajęcia aktywne i kreatywne – Szkoła Komandosów. Mieliśmy stać się niewidocznymi dla wroga, pomalowane twarze i leśna zabawa w podchody. Upoceni i brudni wróciliśmy na kolację.

Na zakończenia dnia intelektualne show – Intelshow, podczas którego nasze szare komórki zostały uaktywnione. Wybieraliśmy kategorie gier i sprawdzaliśmy ilość punktów.(...)

Amelia Koncewicz kl.IVa

(...)Po survivalu mieliśmy Szkołę Komandosów. Każdy z nas miał pomalowaną twarz, a później zostaliśmy podzieleni na dwie drużyny i bawiliśmy się w chowanego. Szkoła Komandosów wszystkim bardzo się podobała. Następnie byliśmy na ścianie wspinaczkowej. Wieczorem, około godziny 20.00 braliśmy udział w rozgrywkach umysłowych. Byliśmy podzieleni na trzy drużyny i musieliśmy wymyślić nazwę drużyny. Graliśmy w teleturnieje telewizyjne: „Familiadę”, „Milion w dwie minuty”, „Jaka to melodia?”, „Jeden na jeden”. Na koniec wspólnie zaśpiewaliśmy piosenkę „Jutro znowu będzie pomidorowa...” Ta piosenka stała się hitem naszej wycieczki.(...)

Maria Fabisiak kl.IVa

(...) Drugiego dnia udaliśmy się na śniadanie, następnie na park linowy. Gdy skończyliśmy, poszliśmy na zajęcia survivalu. Otrzymaliśmy tam zadania: zbudowanie szalasu, przygotowanie ogniska, zrobienie pułapki na dzikie kury oraz znaku SOS. Po wykonaniu wyżej wymienionych zadań poszliśmy na obiad. Po obiedzie wróciliśmy do lasu na zajęcia- Szkołę Komandosów. Pan przewodnik przekazał nam farbki i zlecił pomalowanie twarzy. Potem podzieliliśmy się na dwie grupy. Jedna grupa chowała się, a druga szukała. Gdy skończyliśmy, poszliśmy na ściankę wspinaczkową, a później na kolację.(...)

(...) Ta wycieczka bardzo mi się podobała, ponieważ dostarczyła wielu niezapomnianych wrażeń.

Dominika Hauza kl.Vb

(...)Dzień III

Przed godziną 10.00 wyjechaliśmy z Pięknej Góry i ruszyliśmy w stronę Torunia.

W mieście Mikołaja Kopernika odwiedziliśmy Planetarium. Następnie udaliśmy się pod pomnik słynnego astronoma, gdzie zrobiliśmy pamiątkowe zdjęcie. Oczywiście, wycieczka nie mogła obejść się bez wizyty w Mcdonalds, gdzie się później wybraliśmy. Mieliśmy też chwilę czasu na zakupienie pamiątek. Następnie poszliśmy do Muzeum Żywego Piernika, gdzie wysłuchaliśmy kilku ciekawostek na temat pierników. Później sami mogliśmy upiec takie pierniki. Około godziny 19.30 wyjechaliśmy z Torunia. Do Pępowa wróciliśmy zmęczeni, ale zadowoleni.(...)

Maria Bzodek kl.Vb

(...)Trzeciego dnia wykwaterowaliśmy się, zjedliśmy śniadanie i wyjechaliśmy w stronę domu. Po kilku godzinach jazdy dotarliśmy do Torunia. Poszliśmy tam do Planetarium. Po skończonym seansie poszliśmy do McDonalds. Następnie przeszliśmy uliczkami Torunia do Muzeum Żywego Piernika, w którym wykonaliśmy własnego piernika oraz nauczyliśmy się robić ciasto piernikowe. Z Torunia wyjechaliśmy o godz.19.30.

W autobusie było wesoło, zabawnie, miło i sympatycznie.

Była to najlepsza wycieczka szkolna. Bardzo mi się podobały zajęcia w ośrodku i piękne krajobrazy Mazur.(...)

Dominika Marciniak kl.Vb

(...) W drodze powrotnej udaliśmy się do Torunia. Byliśmy w Planetarium, McDonalds i w muzeum, w którym robiliśmy samodzielnie pierniki. O godzinie 24.00 wróciliśmy do domu.

Wycieczka bardzo mi się podobała, ponieważ było fajnie, miło i wesoło. Najciekawszą atrakcją dla mnie był park linowy.

Wiktoria Konieczna kl.Vb

(...)W Toruniu było pięknie. Byliśmy w Planetarium, a potem w Muzeum Piernika. Na pamiątkę sami zrobiliśmy swój piernik.

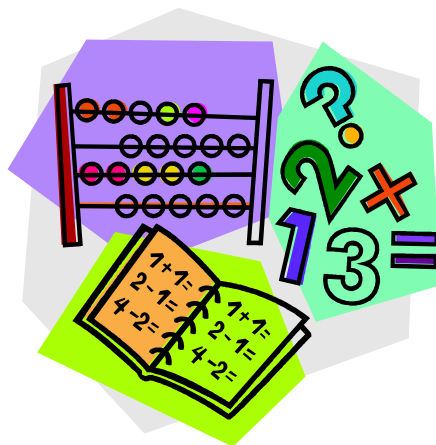
Jeszcze raz chciałabym pojechać do Pięknej Góry i Torunia. Najbardziej podobał mi się park linowy, Planetarium, survival i „Team buliding”.

Julia Mierzyńska kl.Vb





Powiatowy Konkurs Matematyczny „Myślenie w cenie”



19 kwietnia 2016 roku w Szkole Podstawowej numer 1 w Gostyniu po raz kolejny odbył się Powiatowy Konkurs Matematyczny „Myślenie w cenie”. Konkurs skierowany był dla uczniów klas szóstych. Naszą szkołę reprezentowali: Wiktoria Mierzyńska z klasy 6b, Fryderyk Maciejewski z klasy 6a i Aleksander Olszak, również z klasy 6a. Nie udało się, niestety, zdobyć miejsca na podium, ale szóstoklasiści chętnie uczestniczyli w tym konkursie. Mieli do rozwiązania sześć zadań o podwyższonym stopniu trudności. Każde z innej dziedziny matematyki. W ten sposób mogli sprawdzić swoje możliwości, rywalizując nie tylko w swojej klasie i w klasach równoległych, ale także wśród rówieśników z innych

szkół. Konkurs wyzwolił aktywność uczniów, rozbudził większe zainteresowanie matematyką.

Celem konkursu było: rozbudzanie zainteresowań matematycznych, uwrażliwianie dzieci na problematykę zadaniową, dostarczenie radosnych przeżyć i zadowolenia z osiągnięcia sukcesu, zachęcenie uczniów do poznawania zasad zdrowej rywalizacji. Serdeczne gratulacje !



**Kamila
Dzierżgowska**

Poranek patriotyczny

29 kwietnia uczniowie szkoły podstawowej uczestniczyli w poranku patriotycznym. Wydarzenie to nastąpiło z okazji zbliżającego się Święta Narodowego Trzeciego Maja.

W tym dniu uczniowie klas 4-6 przybyli do szkoły w strojach galowych przyozdobionych kotylionami patriotycznymi. W ich wykonaniu wykazali się wielką pomysłowością, gdyż tym razem każdy uczeń miał wykonać ozdobę samodzielnie. Uroczystość rozpoczęła się odśpiewaniem hymnu narodowego. W dalszej części spotkania nastąpiło nagrodzenie uczniów biorących udział w konkursie wiedzy i w konkursie plastycznym na temat rocznicy chrztu Polski. W konkursie wiedzy zwycięzcami zostali: Aleks Błaszyk, Maria Fabisiak, Wanessa Knula, Amelia Koncewicz, Kinga Rolnik, Mikołaj Maciołka, Julia Kołodziejczak, Piotr Ratajczak, Julia Sobuś. W konkursie plastycznym nagrody otrzymali: Kinga Rolnik, Julia Kołodziejczak, Wiktoria Konieczna, Karolina Paris, Anna Wachowiak, Fryderyk Maciejewski, Oliwia Nowacka, Julia Waleńska.

Całość spotkania została uświetniona przez występ chóru gimnazjalnego, który zaprezentował piękny repertuar, oraz wspólne odśpiewanie pieśni patriotycznej „Witaj, majowa jutrzeńko”. Pani dyrektor Cyryla Krajka pochwaliła uczniów za udział, zachowanie, zaangażowanie oraz stwierdziła, że: „Każde dziecko, powinno uczyć się właściwej postawy patriotycznej na całe życie”.







Lidia Muszyńska

1 marca – Dzień Pamięci Żołnierzy Wyklętych

Od kilku lat w ramach obchodów Narodowego Dnia Pamięci Żołnierzy Wyklętych uczniowie gimnazjum w ZSSPiG im. Jana Pawła II w Pępowie angażują się w różnorakie działania, których celem jest z jednej strony kultywowanie wartości i ideałów, jakimi kierowali się żołnierze II konspiracji z lat 1944 – 1963, z drugiej zaś kształtowanie wyobraźni i rozwijanie uzdolnień naszych uczniów. Na cykl działań związanych z tematyką „żołnierzy niezłomnych” złożyły się w tym roku 3 seanse filmowe zorganizowane w lutym przez koło teatralne dla uczniów gimnazjum, konkurs plastyczny i wystawa oraz podsumowujący te działania apel patriotyczny.



Zainteresowani historią gimnazjaliści mogli obejrzeć dwa wyśmienite filmy Ryszarda Bugajskiego: „Przesłuchanie” i „Generał Nil” oraz „Folwark Zwierzęcy” wg G. Orwella. Uczniowie obdarzeni zdolnościami artystycznymi wzięli udział w konkursie plastycznym „Żołnierze Wyklęci – pomorscy konspiratorzy”, którego celem było upowszechnienie wiedzy na temat działalności i losów ppor. Feliksa Selmanowicza ps. „Zagończyk” oraz ppor. Zdzisława Badochy ps. „Żelazny”, żołnierzy 5 Wileńskiej Brygady AK mjr. Zygmunta

Szendzielarza „Łupaszki”. Uczestnicy konkursu mieli wykonać rysunek w formie plakatu obrazującego życie i działalność niepodległościową oraz heroiczną postawę „Zagończyka” podczas śledztwa i rozprawy sądowej czy też bohaterską śmierć „Żelaznego”. Prace konkursowe oceniała Komisja w składzie: p. Bernadeta Kaźmierczak, p. Ewa Fabisiak, p. Mirosława Bigaj. W gronie laureatów znaleźli się następujący uczniowie: I miejsce ex aequo: Julia Fabisiak kl. IIb i Paulina Wojciechowska kl. IIIb, II miejsce ex aequo: Aleksandra Skrzypczak kl. Ia i Patryk Grzelczak kl. IIIb, III miejsce - Zuzanna Pieprzyk kl. Ia, wyróżnienie - Karolina Małecka kl. IIb.



Prace laureatów eksponowane były na specjalnej wystawie, która stanowiła również tło dla apelu patriotycznego podsumowującego wszystkie opisane powyżej działania. Oprawę artystyczną apelu stworzyli członkowie koła teatralnego pod kierunkiem p. M. Bigaj oraz szkolny chór pod batutą p. L. Żelaznego. Laureatom konkursu plastycznego nagrody wręczała p. dyrektor Cyryła Krajka.



Rok Sienkiewicza w naszym gimnazjum

18 grudnia 2015 r. Senat RP przyjął uchwałę ustanawiającą rok 2016 Rokiem Henryka Sienkiewicza. "Poprzez swoją twórczość, publicystykę i działalność społeczną budził świadomość narodową, uczył dumy z polskości, umiłowania ojczyzny i zdolności do poświęceń" – podkreślili senatorowie. Okazją do ustanowienia Henryka Sienkiewicza patronem 2016 roku jest 100. rocznica śmierci i 170. rocznica urodzin pisarza, który był i jest ambasadorem polskości, m.in. za sprawą niosącej uniwersalne wartości powieści "Quo vadis". Kiedy w 1905 r. Henryk Sienkiewicz odbierał literacką Nagrodę Nobla za całokształt twórczości, Polski nie było na mapie. Pierwszy w naszej historii laureat Nagrody Nobla w dziedzinie literatury powiedział wtedy słowa, które usłyszał cały świat, słowa, które mogą być mottem każdego z jego dzieł: *Głoszono ją umarłą, a oto jeden z tysięcznych dowodów, że żyje. Głoszono ją podbitą, a oto nowy dowód, że umie zwyciężyć.*



17 marca 2016 r. w ramach obchodów Roku Sienkiewicza koło teatralne we współpracy z Gminną Biblioteką Publiczną w Pępowie zorganizowało spotkanie uczniów pępowskiego gimnazjum z aktorem Zbigniewem Walerysiem (odtwórcą roli Pawła z Tarsu w filmie „Quo vadis”). Aktor przybliżył młodym słuchaczom postać Henryka Sienkiewicza, zaprezentował kilka fragmentów jego utworów i podzielił się wspomnieniami z planu filmu „Quo vadis” w reżyserii Jerzego Kawalerowicza. Uczniowie słuchali z wielkim zaciekawieniem, a na koniec spotkania podziękowali p. Z. Walerysiowi pieśnią „100 lat” odśpiewaną z okazji jego imienin.



Po spotkaniu z aktorem uczniowie w holu szkoły podstawowej obejrżeli film „Quo vadis”.

Mirosława Bigaj



Biała jak mleko, czerwona jak krew...

9 marca 2016 r. grupa 50 gimnazjalistów z ZSSPiG w Pępowie pod opieką swych polonistów obejrzała w kinie w Krobi film włoskiego reżysera Giacomo Campottiego nakręcony na podstawie bestsellera Alessandro D'Avenia "Biała jak mleko, czerwona jak krew".

O czym jest ta historia? O miłości, o przyjaźni, o wierze, o więziach i wsparciu, czyli o sprawach ważnych dla każdego nastolatka i nie tylko... W rzeczywistość szkoły, podrywów i trudności w dogadywaniu się z rodzicami nagle wdziera się śmiertelna choroba. Film ten nie kończy się happy endem - Beatrice, ukochana Leo, umiera – jednak jest to historia z ważnym przesłaniem. Filmowy Leo swoją decyzją, by oddać szpik, zainspirował bardzo wielu ludzi, którzy we Włoszech masowo zaczęli się rejestrować w bazie dawców szpiku. Oby taki zryw powtórzył się i w Polsce, gdzie co godzinę z ust lekarza ktoś słyszy diagnozę: białaczka. A konieczność przeszczepu oznacza, że wszystkie inne metody leczenia zawiodły.

W tej chwili w naszym kraju jest zarejestrowanych ponad 770 tys. potencjalnych dawców. I choć ta liczba może robić wrażenie, to potrzeby są o wiele większe, ponieważ prawdopodobieństwo znalezienia swojego bliźniaka genetycznego wynosi 1:20000. Trzeba więc o tych sprawach mówić. Cieszę się, że udało nam się zorganizować wyjazd na film G. Campottiego. Kto wie, może wśród młodych widzów, którzy go z nami obejrzel, znajdą się w niedalekiej przyszłości dawcy szpiku?

Mirosława Bigaj

Film „Biała jak mleko, czerwona jak krew” w reżyserii Giacomo Campottiego bardzo mi się spodobał. Poruszał wiele tematów interesujących zarówno młodzież, jak i dorosłych. Ukazuje kruchość życia ludzkiego, pokazuje jak wiele może zmienić choroba. Śmierć Beatrice zjednoczyła i pouczyła pozostałych bohaterów; Leo pogodził się z Wandalem, Sylvia związała się z Leo i każdy z nich zdał swój „egzamin z życia”. Jednak czy tylko śmierć lub choroba pomagają nam zrozumieć sens życia, czerpać radość z małych, błahych rzeczy?

Czy tylko śmierć potrafi wstrząsnąć nami na tyle, by zmienić swe postępowanie? Nie sędzę. Projekcja zachęca nas również do zostania dawcą szpiku. Nic nas to nie kosztuje, a możemy komuś uratować życie. Każdy z nas może zostać czyimś bohaterem.

Zuzanna Kubiak, kl. II a

Jak pępowscy gimnazjaliści rocznicę Chrztu Polski obchodzili...

W tym roku obchodzimy 1050. rocznicę Chrztu Polski. Aby poszerzyć wiedzę uczniów naszej szkoły na temat tego niezwykle ważnego wydarzenia, nauczyciele historii wraz z uczniami przeprowadzili szereg działań edukacyjnych, na który składały się wycieczki edukacyjne, konkursy, wystawy i projekcje filmowe oraz podsumowujący powyższe działania apel patriotyczny.

22 kwietnia grupa 40 gimnazjalistów pod opieką p. A. Wojciechowskiej, p. M. Bigaj i p. T. Jarusa udała się na wycieczkę edukacyjną do Poznania. Uczniowie zwiedzili m.in. Ostrów Tumski z najstarszą w Polsce katedrą, w podziemiach której oglądali pozostałości po pierwszych murowanych budowlach we wczesnopiastowskim grodzie, jaki znajdował się w tym miejscu w czasach Mieszka I – pierwszego historycznego władcy Polski. Następnie podzieleni na dwie grupy zwiedziliśmy bardzo nowoczesne muzeum - „Brama Poznania”, przybliżające zwiedzającym początki państwa polskiego za pomocą różnorodnych środków multimedialnych.





W kwietniu, w ramach cyklu działań związanych z rocznicą Chrztu Polski, uczniowie gimnazjum wzięli udział w dwóch konkursach: konkursie plastycznym i konkursie wiedzy. Konkurs plastyczny przeprowadzony został w dwóch kategoriach: prezentacja komputerowa i plakat. Prezentujemy wyniki konkursów:

Wyniki konkursu historycznego „Chrzest Polski. Pamiętamy”

W kategorii prezentacja multimedialna Komisja konkursowa w składzie: p. Mirosława Bigaj i p. Tomasz Jarus spośród 40 prac wyłoniła następujące grono laureatów:

1. Tomasz Kopciński kl. IIIb (Kształtowanie się polskiej administracji kościelnej do poł. XI w.)
2. Julia Fabisiak kl. IIb (Archeologiczne i historyczne dowody na chrzest Polski)
3. Patryk Grzelczak kl. IIIb (Wierzenia Słowian przed przyjęciem chrztu Polski)

Wyróżnienia:

Maria Andrzejewska kl. IIb (Wierzenia Słowian przed przyjęciem chrztu Polski)
Martyna Siama kl. IIb (Zabytki sztuki romańskiej w Polsce w X-XII w.)
Zuzanna Kubiak kl. IIa (Wierzenia Słowian przed przyjęciem chrztu Polski)
Maciej Markowski kl. IIIb (Archeologiczne i historyczne dowody na Chrzest Polski)
Weronika Miedzińska kl. IIb (Zjazd w gnieźnieński i jego znaczenie)
Agnieszka Grzelczak kl. IIb (Zabytki sztuki romańskiej w Polsce w X-XII w.)
Aleksandra Skrzypczak kl. Ia (Zjazd gnieźnieński i jego znaczenie)

Wojciech Waleński kl. Ia (Postępy chrystianizacji w Polsce do poł. XI w.)

Mikołaj Plackowski kl. Ia (Wierzenia Słowian przed przyjęciem Chrztu Polski)



W kategorii plakat Komisja konkursowa w składzie p. B. Kaźmierczak, p. E. Fabisiak i p. M. Bigaj spośród 30 prac wyłoniła następujące grono laureatów:

1. Weronika Kuźnicka kl. IIIb (Apostołowie Polski)

Eryk Łyszczak kl. IIb (Kto spisywał dzieje Polski. Najstarsze źródła do dziejów Polski wczesnopiastowskiej w X-XIII w.)

2. Dawid Kaczmarek kl. Ia (Archeologiczne i historyczne dowody na Chrzest Polski)

Bartłomiej Szymkowiak kl. IIc (Skutki przyjęcia przez Polskę chrześcijaństwa)

Paulina Wojciechowska kl. IIIb (Skutki przyjęcia przez Polskę chrześcijaństwa)

3. Dagmara Gleń kl. IIc (Apostołowie Polski)

Krzysztof Małecki kl. IIIb (Geneza przyjęcia chrztu przez Polskę)

Wyróżnienia:

Natalia Małecka kl. IIa (Apostołowie Polski)

Izabela Stanisławska kl. IIc (Archeologiczne i historyczne dowody na Chrzest Polski)

Dawid Kupczyk kl. IIIa (Zabytki sztuki romańskiej w Polsce w X-XIII w.)

Olaf Różalski kl. IIa (Kto spisywał dzieje Polski. Najstarsze źródła do dziejów Polski w X-XII w.)

Wiktoria Nowacka kl. IIa (Postępy chrystianizacji w Polsce do poł. XI w.)

Agnieszka Cieślak kl. IIc (Zabytki sztuki romańskiej w Polsce w X-XII w.)

Hanna Gruszczyńska kl. IIc (Wierzenia Słowian przed przyjęciem chrztu Polski)

Jakub Małecki kl. IIa (Apostołowie Polski)

Anna Mehr kl. IIIa (Wierzenia Słowian przed przyjęciem chrztu Polski)

Maja Kowalkowska kl. Ia (Zabytki sztuki romańskiej w Polsce w X-XII w.)

Zuzanna Pieprzyk kl. Ia (Geneza przyjęcia chrztu przez Polskę)



W konkursie wiedzy o chrzcie Polski wzięło udział 141 gimnazjalistów, których zadaniem było wypełnienie kuponu z pytaniami konkursowymi. Można było uzyskać 22,5 pkt., aby zdobyć nagrodę trzeba było uzyskać minimum 21pkt. 63 uczniów gimnazjum uzyskało wymagane minimum i znalazło się w gronie laureatów. Maksymalny wynik uzyskało 8 uczniów gimnazjum: z klasy IIIb – Martyna Cieplik, Tomasz Kopciński, Weronika Kuźnicka, Martyna Sarbinowska, z klasy IIb - Katarzyna Grzelczak, Klaudia Lewandowska i Martyna Siama oraz uczennica kl. IIc - Aleksandra Chudzińska.



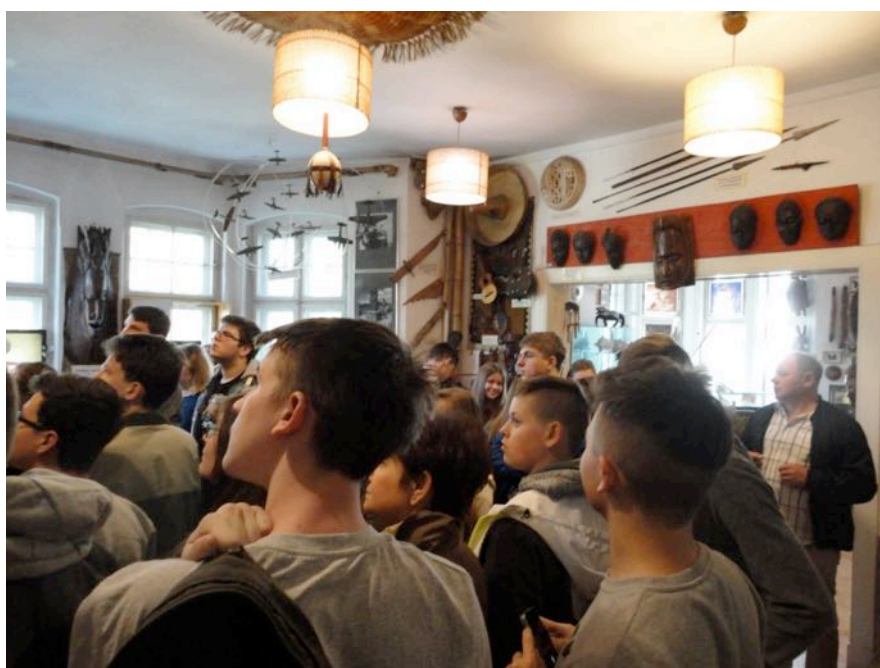
W piątek, 29 kwietnia w holu gimnazjum odbył się apel patriotyczny z okazji Święta 3 Maja, połączony z podsumowaniem cyklu działań upamiętniających 1050. rocznicę Chrztu Polski. Uczestnicy apelu mogli obejrzeć zwycięskie prezentacje komputerowe. Oprawę artystyczną apelu stworzył chór szkolny pod kierunkiem p. L. Żelaznego. Scenografię stanowiła wystawa plakatów poświęconych rocznicy Chrztu Polski. Na apelu p. dyr. Cyryła Krajka wręczyła wszystkim laureatom konkursów rocznicowych nagrody książkowe, ufundowane przez ks. proboszcza Kazimierza Małką, za co korzystając z łamów *Życia Szkoły* serdecznie dziękujemy.

Mirosława Bigaj



Wycieczka do Puszczykowa i Poznania

W piątek, 22 kwietnia 2016 r. odbyła się całonocna wycieczka szkolna do Poznania. Wzięło w niej udział 40 gimnazjalistów pod opieką p. M. Bigaj, p. A. Wojciechowskiej i p. T. Jarusa. Na początek, w drodze do stolicy Wielkopolski, odwiedziliśmy Muzeum Arkadego Fiedlera w Puszczykowie. Tam czekał już na nas przewodnik, który z zapałem oprowadzał naszą wycieczkę i opowiadał nam o życiu i działalności swego dziadka – pisarza i podróżnika.



Zobaczyliśmy wiele interesujących przedmiotów pochodzących z różnych zakątków świata i poznaliśmy ich historię.



Na dworze obejrzelśmy m.in. pomnik Buddy pomniejszony dziewięciokrotnie oraz Santa Marię - statek Krzysztofa Kolumba w skali 1:1.





Z Puszczykowa udaliśmy się w stronę Poznania. Tam pomaszerowaliśmy na Stary Rynek, by zachwycać się jego pięknem i choć na chwilę odpocząć.



Następnie przeszliśmy do poznańskiej katedry, gdzie podziwialiśmy wspaniałe wnętrza, a w podziemiach jej dawne ruiny. Kolejnym punktem w planie naszej wyprawy była

wizyta w Muzeum *Brama Poznania*, gdzie rozszerzyliśmy swoją wiedzę o Ostrowie Tumskim oraz o pierwszych latach istnienia państwa polskiego. Ze szczególną uwagą oglądaliśmy krótkie filmy o dziejach Polski. Wychodząc z muzeum, ujrzelśmy piękny widok płynącej rzeki Warty, który utkwił w mojej pamięci.

Stamtąd wyruszyliśmy do Muzeum Powstania Poznańskiego Czerwca 1956 r., gdzie przez chwilę mogliśmy poczuć atmosferę panującą tamtego pamiętnego dnia na ulicach Poznania. Dzięki tej wizycie przybliżyliśmy sobie jeszcze bardziej naszą współczesną historię i wzbudziliśmy w sobie ducha patriotyzmu.



Później dotarliśmy do McDonalda, aby krótko przed ostatnią atrakcją zaspokoić głód. Głównym celem naszej wycieczki był Teatr Animacji, w którym obejrzelśmy spektakl

o Julii Pastranie – najbrzydszej kobiecie świata. Występ ten zaskoczył nas, ale okazał się miłym przeżyciem.

Wycieczka była „strzałem w dziesiątkę” i ciekawą formą zdobywania wiedzy. Wróciliśmy do domu wyczerpani, ale z uśmiechami na twarzy oraz dumą, że uczestniczyliśmy w tej wycieczce.

Aleksandra Skrzypczak kl. Ia

Nasze recenzje po spektaklu *Pastrana* w Teatrze Animacji w Poznaniu

Lalkowo - aktorski spektakl Teatru Animacji w Poznaniu pt. "Pastrana", w reżyserii Marii Żynel, ukazuje prawdziwą historię Julii Pastrany, nazywanej "najbrzydszą kobietą świata" lub "kobietą z brodą". Dziś choroba tej dziewczyny ma już ładnie brzmiącą nazwę: hipertrichoza. Dramat ten zrobił na mnie wielkie wrażenie. Był ciekawy i niezwykle zaskakujący, ponieważ widz momentami miał sprzeczne odczucia. Nie wiadomo było, czy należy się śmiać, czy płakać z tej tragedii. Dramatyczna historia tej niezwykle inteligentnej kobiety rozgrywa się w dwóch czasach. Akcja dzieje się przed i po jej śmierci. Przejmującym wydarzeniem był moment, gdy Pastrana występowała przed publicznością w cyrku, zachowując się jak dzikie zwierzę z dżungli. W tym momencie najbardziej zrobiło mi się jej żal. Głównie dlatego, że to mąż Julii - Teodor - zmuszał ją do tego podstępem. Zależało mu tylko na pieniądzach. Po śmierci żony i dziecka wypchał ich ciała, jakby nie byli ludźmi tylko zwierzętami. Ich zmumifikowane ciała obwoził potem po świecie w gablotach, to było okropne!

W rolę głównej bohaterki - Julii Pastrany – doskonale wcieliła się Julianna Dorosz. Jej postawa, ruchy ciała i mimika twarzy były dopracowane do perfekcji. Ważną rolę w tym spektaklu odegrały też światła i muzyka Michała Siwaka; tworzyły na scenie niesamowity nastrój.

Uważam, że spektakl „Pastrana” skłania do refleksji. Pokazuje, że "nie można oceniać książki po okładce", uczy tolerancji dla ludzi o odmiennym wyglądzie. Przedstawienie to uzmysławia nam, jak dużo się zmieniło w postrzeganiu osób "nienormalnych", chorych

na hipertrichozę. Warto obejrzeć ten spektakl, ponieważ dzięki niemu każdy może się przekonać, że nasze problemy z wyglądem to nic w porównaniu do problemów Julii Pastrany.

Agata Siemowska kl. IIIc

Dramat „Pastrana” Maliny Prześlugi ukazuje rzeczywisty obraz życia młodej Meksykanki, okrzykniętej najbrzydszą kobietą świata. Przez całe życie zmagająca się z chorobą. Większość jej ciała była pokryta włosami, miała małpią twarz, jednak wewnątrz czuła się kobieca, czarująca i pełna gracji. Znała trzy języki obce, śpiewała jak anioł.

Rolę Pastrany świetnie zagrała Julianna Dorosz, była bardzo przekonująca. Julia i jej mąż Teodor byli ubrani w stroje typowe jak na tamte lata (początek XX w.) Jednak osoby grające postacie drugoplanowe miały na sobie barwne, oryginalne i niecodzienne stroje. Nastroju grozy i tajemniczości dodawały momentami efekty specjalne, takie jak kolorowe światła, gęsty dym oraz muzyka. Ona także pomagała wyobrazić sobie ból „odmieńców” występujących w cyrku, którego dyrektorem był Teodor Lent (w tę rolę wcielił się Artur Romański). Interesowały go tylko pieniądze, nie zależało mu na szczęściu żony. Dziwne, drugoplanowe postacie, takie jak Pudel, Rosa czy Klaun doskonale uzupełniają tę historię oraz dodają niesamowitości. Pies prawie we wszystkich scenach rozmawia z Julią. Rosa bezwstydnie okazuje swoje dziwactwo, jakim jest posiadanie trzech piersi, a Klaun często płacze się po scenie. Szokujące dla widzów są sceny, w których Julia przechodzi do kostnicy, gdzie już jako martwa jest przygotowywana do pogrzebu. Gdy Julia Pastrana zmarła, mąż wypchał jej ciało i woził po świecie w gablocie. Dlatego pochowano ją dopiero 153 lata po jej śmierci.

Spektakl bardzo mi się spodobał i z chęcią obejrzałabym go ponownie. Uważam, że ukazując nam sceny z życia Julii Pastrany, dramat ten czegoś ważnego nas uczy; pokazuje, że nie powinniśmy odsuwać się od ludzi, których los obdarzył innym wyglądem zewnętrznym. Unikając takich osób stajemy się nietolerancyjni, a przecież to nie ich wina, że tacy się urodzili. Nie należy ich traktować jak odmieńców, którzy wzbudzają nasze obrzydzenie i nadmierną ciekawość. Takie osoby również mają uczucia. Pastrana to doskonały przykład człowieka, który mimo swojej odmienności fizycznej, umie okazać nam głęboko ludzkie cechy swej osobowości - wrażliwość, delikatność, czułość.

Michalina Hądzlik kl. IIIc

Cieszę się, że mogłem obejrzeć ten spektakl, chociaż był on trudny w odbiorze dla młodego widza. Bardzo zaskoczyła mnie bliskość aktora z widzem. Scena i widownia stanowiły całość, nie było między nimi żadnej granicy. Były nawet takie momenty, że aktorzy zbliżali się do widzów, nawiązywali kontakt wzrokowy i nie tylko. Zaczęło się od występu klauna, który próbował wykonać kilka sztuczek. Ta postać towarzyszyła pozostałym aktorom też w innych scenach. Następnie pojawiła się tytułowa bohaterka z psem (bardzo ciekawa charakterystyka aktora). Z ich żywiołowej rozmowy poznaliśmy dramatyczną historię Julii. Dowiedzieliśmy się też nieco o jej mężu, który wyraźnie unikał odpowiedzi na pytanie, czy ją kocha. Nietrudno było zauważyć, że ożenił się z nią tylko dla pieniędzy, które przynosiły mu jej występy w cyrku. Nie cieszył się na wieść o tym, że zostanie ojcem. Był to nieczuły materialista i niewierny mąż. Według mnie spektakl był najlepszym punktem wycieczki.

Krzysztof Malecki kl. IIIb

Rozstrzygnięcie nie było łatwe

Dnia 7 kwietnia 2016 r. w holu Szkoły Podstawowej miało miejsce podsumowanie konkursu świątecznego, którego celem było podtrzymywanie i kultywowanie tradycji wielkanocnych, czerpanie radości z własnej pracy twórczej i możliwość prezentacji wielkanocnych ozdób.

Na konkurs wpłynęło około 230 prac. Wszystkie były bardzo ciekawie zaaranżowane, niezwykle, misternie wykonane i wyjątkowe. Wielkanocne dzieła, które mieliśmy możliwość podziwiać przez okres 3 tygodni, przedstawiają umiejętność posługiwania się licznymi technikami rękodzielniczymi i sporą wyobraźnią. Wszyscy uczestnicy konkursu zasłużyli na wyróżnienie. Wyłoniono również laureatów, których prace szczególnie spodobały się komisji konkursowej. Zostali oni nagrodzeni pięknymi dyplomami i teczkami do prac plastyczno-technicznych oraz zeszytami „ze sprężynką”. Każdy uczeń biorący udział w konkursie otrzymał również słodkie łakocie. Nad wyborem najpiękniejszych ozdób świątecznych pracowała komisja jurorska w składzie: p. Hanna Grobelna, p. Bernadeta

Kaźmierczak, p. Lidia Muszyńska i p. Jolanta Nowacka. Wyłonionych i wyróżnionych zostało 18 prac, których twórcami byli: z **Gimnazjum** - Martyna Cieplik, Jakub Dąbrowski, Natalia Górską, Natalia Kołodziejczak, Filip Kryś, Julia Paluszkiewicz, Paweł Sobuś, Klaudia Stachowiak, Katarzyna Waleńska, ze **Szkoły Podstawowej** – Kacper Bartkowiak, Maria Fabisiak, Damian Gierlik, Amelia Koncewicz, Eryk Kucman, Zofia Kuczyńska, Aleksandra Małecka, Oliwia Olejniczak, Amelia Wajn. Serdecznie dziękujemy Radzie Rodziców za ufundowanie nagród rzeczowych i słodkich niespodzianek, a panu Pawłowi Andrzejewskiemu za zaprojektowanie i wykonanie dyplomów oraz tradycyjną fotorelację z podsumowania konkursu.



Dziękujemy wszystkim uczestnikom za zaangażowanie i zapraszamy do udziału w konkursach rękodzielniczych w przyszłym roku szkolnym.

Elżbieta Andrzejewska



VII Ogólnopolski Bieg Katyński w Pępowie

W tym roku przypada 76. rocznica Zbrodni Katyńskiej i 6. rocznica Katastrofy Smoleńskiej. Już po raz siódmy formą upamiętnienia ofiar obu katyńskich tragedii stał się w Pępowie Ogólnopolski Bieg Katyński. Odbył się on w piątek, 8 kwietnia 2016 r. w centrum Pępowa, w cieniu posadzonych w 2009 r. „dębów katyńskich”, upamiętniających zamordowanych w 1940 r. przez sowieckie

NKWD por. W.P. Józefa Rzepkę i dwóch aspirantów Policji Państwowej - Antoniego Busza i Franciszka Nadstawka.

W VII Ogólnopolskim Biegu Katyńskim w Pępowie wystartowało około 400 uczestników, głównie uczniów Zespołu Szkół w Pępowie. Gościliśmy też kilkudziesięciu zawodników z innych miejscowości. Uczestnicy biegu otrzymali pamiątkowe plakietki i posiłek, a zwycięzcy – medale i nagrody. Na zakończenie odbył się masowy bieg rekreacyjny, bez ograniczeń wiekowych. Każdy uczestnik tego biegu otrzymał pamiątkowy dyplom i mógł wziąć udział w losowaniu nagród.

Kierownikiem zawodów był pan Jacek Migdalski, który zajął się stroną techniczną – sportową całego przedsięwzięcia. Moim zadaniem było znaleźć dla Biegu Katyńskiego patronów i sponsorów, dzięki którym idea mogła stać się rzeczywistością. Wzorem lat ubiegłych VII Bieg Katyński w Pępowie odbył się pod wspólnym Patronatem Szkoły, Gminy i Parafii w Pępowie. Wójt Gminy Pępowo p. St. Krysicki, pomógł nam pozyskać środki na medale, pamiątkowe plakietki i część nagród oraz skoordynował działania strażaków, policji, pracowników Urzędu i CS-K. Z kolei firma Emilgrana Poland Sp. z o.o.(Siedlec) oraz Powiatowy Bank Spółdzielczy w Gostyniu sfinansowały większość nagród dla uczestników biegu. Pragnę podziękować wszystkim, którzy pomogli nam w realizacji tego niezwykłego przedsięwzięcia. Dziękuję również wszystkim uczestnikom VII Biegu Katyńskiego w Pępowie; nie każdy mógł stanąć na podium,

ale wszyscy stoczyli walkę z pokusą „nicnierobienia” i z własną słabością, a wysiłkiem włożonym w pokonanie trasy ok. 1000 – 1500 m godnie upamiętnili ofiary Katynia i Smoleńska.

Mirosława Bigaj

Dziękujemy sponsorom za wsparcie finansowe:

Panu Wójtowi St. Krysiemu i Radzie Gminy Pępowa,

Firmie Emilgrana Poland Sp. z o.o. (Siedlec),

Powiatowemu Bankowi Spółdzielczemu w Gostyniu,

Radzie Sołeckiej wsi Pępowa

Gminnej Spółdzielni Samopomoc Chłopska w Pępowie

Radzie Rodziców ZSSPiG w Pępowie

Firmie p. Justyny Waszak,

Firmie p. Ireneusza Matyli

Dziękujemy za pomoc w organizacji biegu:

p. Jolancie Nowackiej za opiekę medyczną nad uczestnikami biegu,

p. Jackowi Ślaskiemu – kierownikowi CS-K w Pępowie za plakietki, dyplomy w biegu masowym oraz pomoc przy zakupie nagród i stworzeniu oprawy technicznej biegu,

Strażakom, policji, pracownikom CS-K i Urzędu Gminy w Pępowie

p. Tomaszowi Jarusowi za dyplomy

p. Karolinie Grześkowiak za medale

p. Danucie Radole za pomoc w zorganizowaniu kącika medycznego

p. Ewie Migdalskiej za prowadzenie biura zawodów

Dyrekcji i nauczycielom Zespołu Szkół w Pępowie, którzy zaangażowali się w organizację biegu i otoczyli opieką jego uczestników oraz wszystkim, którzy w jakikolwiek sposób wsparli organizację VII Ogólnopolskiego Biegu Katyńskiego w Pępowie.



Foto: Paweł Andrzejewski



Foto: Paweł Andrzejewski



Foto: Paweł Andrzejewski



Foto: Paweł Andrzejewski





Foto: Paweł Andrzejewski



Foto: Paweł Andrzejewski

Organizatorzy Biegu Katyńskiego

Mirosława Bigaj

Jacek Migdalski

WYNIKI VII BIEGU KATYŃSKIEGO

Pępowo, 8 kwietnia 2016

Wyniki biegów:

Dziewczyny (2000)

1. Karolina Frydryszak
2. Weronika Mikołajska
3. Julia Bajon

Dziewczyny (2001-2002)

1. Zuzanna Olejniczak
2. Aleksandra Zagrajek
3. Aleksandra Maćkowiak

Dziewczyny (2005 i młodsze)

1. Wiktoria Okręt
2. Dominika Gleń
3. Blanka Mazurek

Dziewczyny (2003-2004)

1. Milena Maćkowiak
2. Karolina Szałata
3. Daria Kordek

Chłopcy (2000)

1. Jakub Marciniak
2. Jakub Danielczyk
3. Kacper Klupś

Chłopcy (2001-2002)

1. Karol Dworacki
2. Jan Kempa
3. Adrian Kwiatkowski

Chłopcy (2003-2004)

1. Eryk Kwiatkowski
2. Patryk Stachowski
3. Albert Betowski

Chłopcy (2005 i młodszy)

1. Emil Krajka
2. Mateusz Łyszczak
3. Gaspar Kokot

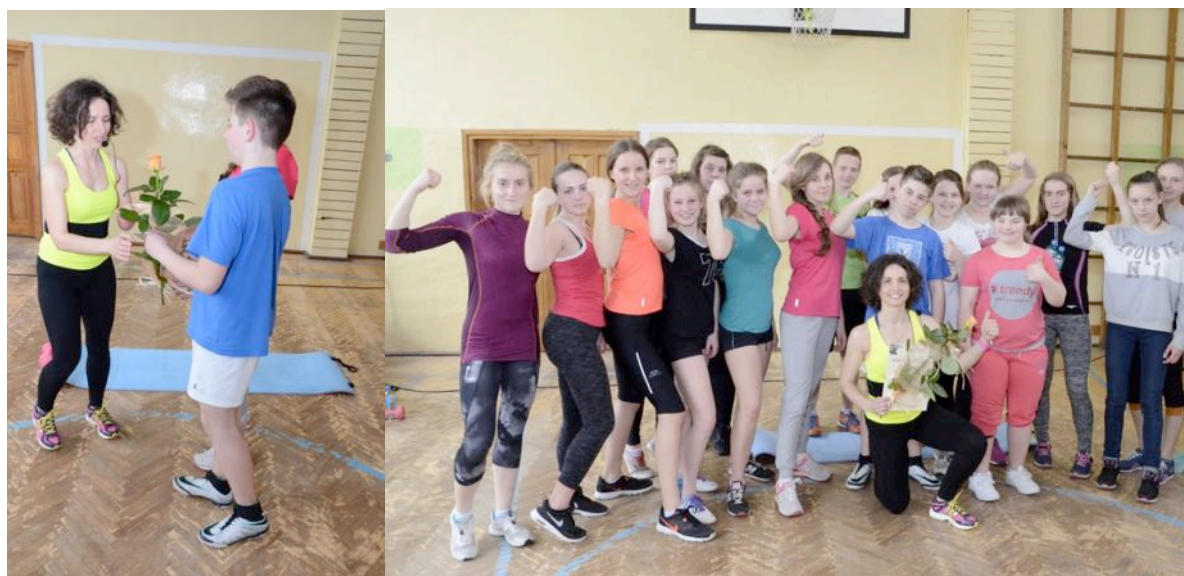
Być w formie, być fit.

Dość dużą popularnością cieszy się spędzanie czasu w sposób aktywny, w ruchu. Nie zawsze musi to być bieganie, wycieczki rowerowe czy basen. Coraz bardziej popularną formą aktywności ruchowej jest fitness. Stąd grupa aktywnych uczniów biorąca udział w zajęciach koła zainteresowań „To i owo” wyraziła chęć wzięcia udziału w warsztatach fitness. Zaprośiliśmy na spotkanie panią Agnieszkę Gabryszak-Madzia, instruktora tej popularnej formy aktywnego spędzania czasu wolnego. Pani Agnieszka w czwartkowe popołudnie zaraziła wszystkich swoją pasją. Najpierw opowiedziała o zdrowym stylu życia, udzieliła cennych wskazówek dotyczących zdrowego sposobu życia oraz prawidłowego uprawiania sportu i rekreacji. Omówiła także piramidę zdrowego żywienia i podkreśliła, jak ważną rolę w życiu pełni zdrowe odżywianie i „nawadnianie” organizmu. Następnie udzieliła odpowiedzi na kilka nurtujących młodzież pytań. Kulminacyjną częścią spotkania były warsztaty fitness. Miłośnicy aktywności stanęli przy swoich karimatach i rozpoczęła się prawdziwa eksplozja ćwiczeń, począwszy od rozgrzewki z podskokami i podstawowymi elementami choreograficznymi, aż po ćwiczenia wzmacniające wybrane partie ciała. Były też ćwiczenia rozciągające i rozluźniające. Dwugodzinne spotkanie z panią Agnieszką wyzwoliło u wszystkich wiele radości i endorfin, czyli hormonu szczęścia. Zadziwiające było to, że im bardziej ćwiczący byli zmęczeni, tym chętniej szczerze się do siebie uśmiechali.

Muzyka i wspaniała atmosfera motywowały wszystkich do aktywności. Każdy z uczestników warsztatów mógł odreagować negatywne emocje i poprawić swoją sprawność fizyczną. A wszystko po to, aby być fit. Aby fit stało się stylem życia!

E.P. Andrzejewscy





Relacje uczestników:

Na zajęciach było wspaniale. Pani cały czas motywowała nas do działania, kazała nam się nie poddawać. Dla każdego znalazło się odpowiednie ćwiczenie. Nie było osoby, która nie dałaby sobie z nimi rady. Na twarzach gościły uśmiechy i zadowolenie z siebie. Każdy stał się pewniejszy siebie i uwierzył dzięki tym zajęciom w swoje możliwości.

Natalia Kołodziejczak kl. III B

Warsztaty według mnie były bardzo ciekawe. Najpierw dowiedziałam się kilku interesujących faktów, których nie wiedziałam na temat zdrowego trybu życia. Ćwiczenia, które wykonaliśmy, były bardzo fajne. Pomimo zmęczenia czułam się bardzo dobrze. Niektóre ćwiczenia były bardzo trudne, lecz każdy ćwiczył jak tylko mógł. Bardzo podobały mi się warsztaty, a najbardziej ćwiczenia.

Weronika Kuźnicka kl. III B

Pani Agnieszka przeprowadziła z nami ciekawą pogawędkę na temat zdrowego odżywiania. Dowiedzieliśmy się interesujących rzeczy. Wszyscy słuchaliśmy z zaciekawieniem. Następnie rozpoczęły się ćwiczenia. Wykonywaliśmy je z radością. Zajęcia były bardzo ciekawe. Będę je wspominać z uśmiechem na twarzy.

Martyna Sarbinowska kl. III B

Zajęcia fitness pozwoliły nam aktywnie i miło spędzić popołudnie. Pani Agnieszka udzieliła nam wielu cennych rad dotyczących zdrowego odżywiania oraz aktywności fizycznej. Wykonywane ćwiczenia sprawiły nam wiele radości i poprawiły humor. Bardzo nam się podobało. Mamy nadzieję, że takie zajęcia będą się w naszej szkole częściej odbywać.

Martyna Cieplik kl. III B

Warsztaty były bardzo fajne. Dowiedzieliśmy się wielu ciekawostek dotyczących zdrowego stylu życia. Trenowaliśmy pod okiem pani instruktor. Nauczyliśmy się nowych ćwiczeń oraz jak je poprawnie wykonywać. Wszystkim bardzo się podobało, mimo że trening nie należał do łatwych.

Agnieszka Grzelczak kl. II B

14 kwietnia spotkaliśmy się z instruktorką fitness. Na początku opowiadała nam o zdrowym odżywianiu i odpowiadała na pytania. Następnie przeszliśmy do ćwiczeń. Zajęcia bardzo mi się podobały. Poznałam wiele fajnych ćwiczeń. Mam nadzieję, że jeszcze kiedyś odbędą się takie warsztaty w naszej szkole

Kasia Grzelczak kl. II B

Zajęcia bardzo mi się podobały. Pani udzieliła nam wskazówek na temat zdrowego życia i aktywności fizycznej. Mieliśmy okazję poćwiczyć pod okiem profesjonalnej instruktorki. W zajęciach brały udział dziewczyny jak i chłopcy. Każdy bardzo dobrze sobie radził, mam nadzieję, że jeszcze raz będę miała okazję uczestniczyć w takich zajęciach.

Nikoła Suchanecka kl. II B

Warsztaty fitness bardzo mi się podobały. Cenne wskazówki dotyczące zdrowego trybu życia na pewno nam się przydadzą. Mieliśmy też okazję poćwiczyć pod okiem profesjonalnej instruktorki, która pomagała nam w poprawnym wykonywaniu ćwiczeń. Wszyscy świetnie sobie radzili. Mam nadzieję, że będę miała okazję jeszcze raz brać udział w takich warsztatach.

Julia Fabisiak kl. II B

Z GABINETU HIGIENY SZKOLNEJ

„Palić nie palić? – oto jest pytanie”

Jak co roku, odbył się w marcu 2016 roku etap szkolny konkursu dla uczniów klas V szkoły podstawowej pod stałym hasłem: **„Palić nie palić – oto jest pytanie?”**. Tym razem zadaniem konkursowym było samodzielne przygotowanie *memu* o tematyce antynikotynowej. **I miejsce** w konkursie zajęła praca **Oliwii Olejniczak z kl. V a**, która została zakwalifikowana do etapu powiatowego i przesłana do Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Gostyniu. Kolejne miejsca w konkursie zajęły prace: **Darii Klemens z kl. V b - II miejsce**, **Aleksandry Małeckiej z kl. V b - III miejsce**, oraz dwie prace zostały wyróżnione: **Oliwii Łagódki z kl. V a i Dominiki Marciniak z kl. V b**. 12 kwietnia odbyło się wręczenie dyplomów i nagród z etapu szkolnego.

5 maja otrzymaliśmy z PSSE w Gostyniu informację, że w etapie powiatowym konkursu wzięły udział prace z 13 szkół podstawowych, w którym praca Oliwii nie zajęła żadnego miejsca. Laureatką konkursu została Wiktoria Nowak z Zespołu Szkoły Podstawowej im. Prof. Józefa Zwierzyckiego i Gimnazjum w Krobi, której praca reprezentuje powiat gostyński na etapie wojewódzkim konkursu.

Wszystkim uczestnikom konkursu na etapie szkolnym serdecznie gratulujemy!





7 kwietnia – Światowy Dzień Zdrowia

Co roku **7 kwietnia** obchodzimy **Światowy Dzień Zdrowia**. Każdego roku motyw przewodni Światowego Dnia Zdrowia poświęcony jest innej tematyce. W tym roku motywem przewodnim była **profilaktyka i leczenie cukrzycy**, a hasłem tegorocznej kampanii: **„POKONAJ CUKRZYCĘ”**.

Wraz z rosnącym rozpowszechnieniem cukrzycy, coraz ważniejsze staje się posiadanie wiedzy o tym, jak można zminimalizować ryzyko wystąpienia choroby, a także o sposobach jej wykrywania i leczenia.

Niemal 350 mln osób na całym świecie cierpi na cukrzycę - chorobę przewlekłą, do której dochodzi, gdy organizm nie wytwarza wystarczającej ilości insuliny lub nie jest w stanie skutecznie wykorzystywać własnej insuliny w procesie metabolizmu cukrów pochodzących ze spożywanej żywności. Insulina to hormon regulujący poziom cukru we krwi, będącego źródłem energii potrzebnej nam do życia. Jeżeli glukoza nie może przeniknąć do komórek organizmu, w których jest spalana jako energia i pozostaje w krwiobiegu, jej stężenie może wzrastać do szkodliwego poziomu.

Rozróżniamy dwa główne typy choroby. Osoby cierpiące na cukrzycę typu 1 na ogół w ogóle nie wytwarzają własnej insuliny i dlatego, aby przeżyć, muszą przyjmować insulinę w formie iniekcji. Chorzy na cukrzycę typu 2, którzy stanowią około 90% wszystkich przypadków zachorowań, najczęściej wytwarzają własną insulinę, ale w niewystarczającej ilości lub ich organizm nie jest w stanie jej właściwie wykorzystywać. Osoby chore na cukrzycę typu 2 na ogół mają nadwagę i prowadzą siedzący tryb życia.

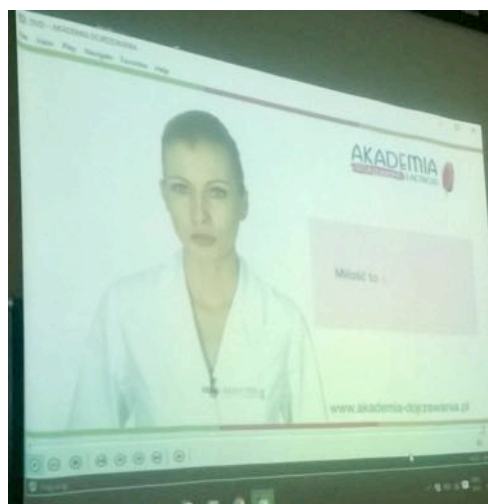
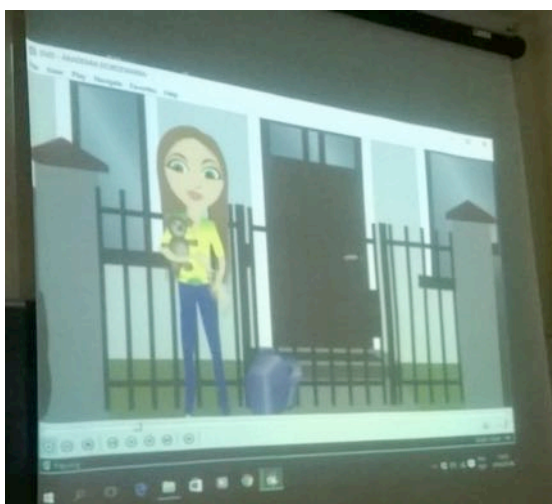
Długotrwale utrzymujący się we krwi wysoki poziom glukozy powoduje uszkodzenie narządów wewnętrznych i może być przyczyną ataku serca, udaru mózgu, niewydolności nerek, impotencji oraz zakażeń prowadzących do amputacji kończyn.

Przy zastosowaniu właściwego leczenia wpływ cukrzycy na życie chorego można zminimalizować. Nawet osoby cierpiące na cukrzycę typu 1 mogą cieszyć się długim życiem w zdrowiu, jeżeli będą ściśle kontrolować poziom cukru we krwi.

Akademia Dojrzewania

„Akademia Dojrzewania” to program edukacyjny dla dziewcząt w klasach gimnazjalnych dotyczący okresu dojrzewania. W marcu i kwietniu 2016 roku przeprowadzono cykl pogadanek i filmików dla dziewcząt klas II i III gimnazjum, na zakończenie których

każda z uczestniczek otrzymała próbki produktów marki Lactacyd.



Jolanta Nowacka
Pielęgniarka w środowisku
nauczania i wychowania

**Redakcja, opracowanie i skład komputerowy: Joanna Gózdź,
Marlena Wachowiak**

Teksty: Grono Pedagogiczne

Patronat: Dyrektor Zespołu Szkół

Cyryla Krajka