



Nr 1/2018

Cena: 2 pln

Ogłoszenia
s. 24

Mikołaj dla
wszystkich
s. 2

Wigilia w
Internacie
s. 3

Sport
s. 22-23

Magia świąt
s. 4

Rozrywka
s. 20-21

Cyfrowobezpieczeni
s. 5-6

Language corner
s. 16-19

Bezpieczeństw
o przede wszystkim
s. 7

Wywiad miesiąca
s. 13-15

Unicef – konkurs
s. 8-9

Współpraca z
KPP
s. 12

Pij mleko...
s. 11

Viva Frida
s. 10

MIKOŁAJ DLA WSZYSTKICH



6 grudnia 2017 r. od rana w naszej szkole panował świąteczny nastrój w oczekiwaniu na odwiedzinę Mikołaja. Brak śniegu nie przeszkodził Świętemu i od pierwszej godziny lekcyjnej na korytarzach szkolnych słyszeć było dzwonek i charakterystyczny głos: „Ho, ho, ho”. Zawitał do nas święty Mikołaj w towarzystwie dwóch Śnieżynek i wielkim workiem na prezenty, który nasi uczniowie napełniali słodyczami, które trafiły do dzieci z domów dziecka! To wielki gest z ich strony, który wywołał na twarzach dzieci uśmiechy i radość w ich sercach. W imieniu „Christmas team” chcielibyśmy bardzo podziękować każdemu, kto rzucił coś od siebie.



Sebastian Lupa, II w

WIGILIA W INTERNACIE SZKOLNYM

Wigilia internetowa odbyła się 20.12.2017 roku. Świętowanie rozpoczęło przedstawienie przygotowane pod bacznym okiem pani Joanny Prętki. Dzięki dobrze odegranej roli na twarzach wszystkich obecnych zagościł uśmiech. Następnie w szkolnej stołówce odbyła się kolacja wigilijna, gdzie mogliśmy zjeść tradycyjne wigilijne potrawy przygotowane przez nasze wspaniałe kucharki. Dodatkowo mogliśmy skosztować mandarynek i kilku słodkości. Wspólne kolędowanie i dzielenie się opłatkiem jeszcze bardziej wprowadziło nas w świąteczny nastrój. Mamy nadzieję, że każdy będzie miło wspominał ten magiczny czas, spędzony w gronie przyjaciół.



Julia Marek, II w

MAGIA ŚWIĄT

W ostatnim czasie w naszej szkole odbył się konkurs fotograficzny zorganizowany przez panią Joannę Prętkę, który dotyczył magii świąt. Konkurs spotkał się z dużym zainteresowaniem wśród uczniów a w szczególności wśród mieszkańców internatu. Zgłaszane prace były bardzo oryginalne i widać było, że uczestnicy włożyli w nie całe siebie. Głównym atutem zdjęć były proste rozwiązania zastosowane w ujęciu tematu. Konkurs pozwala kultywować i pielęgnować tradycje związane ze Świątami, ale także zmobilizował naszych uczniów do szukania ciekawych rozwiązań przy wykorzystaniu nowoczesnych technik codziennego użytku. Wszystkie zgłoszone prace zostaną objęte licencją Creative Commons, zgodnie z założeniami projektu „Jesteśmy cyfrowobezpieczni”. Wyniki poznamy w marcu.

Z niecierpliwością czekamy na wyniki konkursu i 3mamy kciuki za wszystkich uczestników!
☺! ☺ Bardzo dziękujemy wszystkim uczestnikom za poświęcony czas.



Anna Walkowiak, II w

CYFROWO BEZPIECZNI



W dzisiejszych czasach, czyli w tak zwanej „Erze komputerów” nie ma pewnie osoby, która nie wiedziałaby czym jest Internet i do czego służy, ale z pewnością nie każdy zna jego wszystkie właściwości. W naszym cyklu pt. „Cyfrowo-bezpieczni” postaramy Wam się przybliżyć ten temat jeszcze bardziej, tym czasem dzisiaj trochę więcej informacji o tym, czy w ogóle jest popularny spam.

CZYM JEST SPAM

Spam tłumaczony z języka angielskiego znaczy po prostu mielonka; są to niechciane lub niepotrzebne wiadomości elektroniczne. Najbardziej rozpowszechniony jest spam za pośrednictwem poczty elektronicznej. Istotą spamu jest rozsyłanie dużej ilości informacji o jednakowej treści do nieznanym sobie osób. Nie ma znaczenia, jaka jest treść tych wiadomości.

CIEKAWOSTKA: *SPAM* to nazwa konserwowej mielonki wieprzowej produkowanej nieprzerwanie od lat 30. XX wieku przez amerykańską firmę Hormel Foods. Wcześniej mielonka tej firmy nazywała się po prostu *Hormel Spiced Ham*, jednak ta nazwa została zmieniona do *SPAM*, by zwiększyć atrakcyjność produktu (nowa nazwa być może wywodzi się od skrócenia **Spiced Ham** lub w innej wersji od słów *Shoulder Pork and Ham*, które opisują zawartość konserwy). Zgodnie z oczekiwaniami, powołana do życia marka odniosła znaczący sukces, a produkt stał się między innymi kluczowym elementem racji żywieniowych wojsk USA w czasie II wojny światowej, co zapewne przyczyniło się do dalszego wzrostu jego znaczenia kulturowego.

Penie każdy z nas choć raz borykał się z problemem jakim jest spam, na szczęście nowe technologie wprowadzają sposoby, które pozwalają nam radzić sobie z tym.

CZY WIESZ ŻE:

- Nigdy nie obejrzysz całego YouTube W przeciągu każdej minuty, w serwisie YouTube pojawia się około stu godzin nowego materiału wideo. Oznacza to, że na obejrzenie wszystkich filmów umieszczonych na stronie jednego tylko dnia, trzeba by było przeznaczyć ponad szesnaście lat.
- Podczas wspinaczki na Mount Everest, można korzystać z szybkiego Internetu w standardzie LTE. Co więcej, sieć działa nawet na szczycie najwyższej góry świata.
- Pierwszy baner reklamowy pojawił się w sieci w 1994 roku jako część kampanii telekomunikacyjnego giganta, firmy AT&T.
- Po czterech latach od wynalezienia Internetu, korzystało z niego już 50 milionów osób. Zdobyć takiej samej publiczności zajęło telefonowi 75 lat, radiu 38 lat, telewizji 13 lat, a grze Angry Birds 35 dni.

Anna Walkowiak, II w

BEZPIECZEŃSTWO PRZEDĘ WSZYSTKIM

Konkurs, konkurs za konkursem!!!

12 grudnia kilka osób z naszej szkoły wzięło udział w Pierwszej Wielkopolskiej Olimpiadzie o Bezpieczeństwie. Brali w niej udział: Milena Ziemba, Inez Pawelka, Dawid Rajkiewicz, Julia Marek, Jakub Mądry, Magda Łukaszewska oraz Marysia Stawicka. Tylko jednej osobie nie udało się przejść do kolejnego etapu. Przed naszymi uczestnikami jeszcze dwa etapy. Konkurs oparty jest głównie na wiedzy o straży miejskiej. Pod opieką Pana Jerzego Selety uczniowie przygotowują się do niego, by pokazać, że Przygodzice też potrafią!

Główną wygraną w olimpiadzie jest indeks do WSB na wydziale bezpieczeństwa.

To wielka szansa dla naszych maturzystek!

Trzymajcie kciuki ! 😊



Magda Łukaszewska, II w

KONKURSY W RAMACH UNICEF



Ogłaszam konkursy w ramach akcji UNICEF „Spraw, aby dzieci z Syrii przetrwały zimę”. Konkursy odbywać się będą w kilku kategoriach (do wyboru przez uczniów): plakat, film lub prezentacja multimedialna oraz esej.

Myślą przewodnią dwóch pierwszych kategorii (plakat oraz esej) są słowa Jana Pawła II **„CZŁOWIEK JEST WIELKI, NIE PRZEZ TO, CO POSIADA, LECZ PRZEZ TO, KIM JEST; NIE PRZEZ TO, CO MA, LECZ PRZEZ TO, CZYM DZIELI SIĘ Z INNYMI”**.

1. Plakat może być wykonany w dowolnej technice plastycznej (rysunek, malarstwo, collage, grafika komputerowa) lub w technikach mieszanych.

2. Esey należy przesłać w wersji elektronicznej, w pliku Word, za pośrednictwem poczty elektronicznej na adres koordynatora konkursu podając w tytule „konkurs”.

3. Trzecia kategoria to prezentacja multimedialna lub film. Tematem tego konkursu jest problem wiarygodności źródeł internetowych. Do wyboru macie dwa tematy:

1) *PRAWDA CZY MANIPULACJA – ŹRÓDŁA INFORMACJI DOSTĘPNE W INTERNECIE.*

2) *NAJGORSZE KŁAMSTWO W INTERNECIE TO TAKIE, KTÓRE UKRYWA SIĘ POD FASADĄ PRAWDZIWOŚCI*

Prace mogą być wykonywane indywidualnie bądź w zespołach 2-osobowych. Prezentacja zgłoszona do konkursu powinna być wykonana w programie PowerPoint (pakiet programu Microsoft Office) bądź w programie Impress (pakiet OpenOffice) lub w Prezi, zapisana w formacie umożliwiającym otwarcie jej bezpośrednio w w/w programach (z rozszerzeniem *.ppt, *.odp jak również jako prezentacja z rozszerzeniem *.pps). Prezentację w Prezi należy pobrać na komputer lokalny (rozszerzeniami *.exe). Film powinien być wykonany w formie mp4. Jego długość nie powinna przekraczać 10 minut. Jako nazwę plików należy wpisać swoje nazwisko i imię. W prezentacji powinny być zawarte informacje o wykorzystywanych materiałach źródłowych oraz o autorach pracy. Kryteria oceniania prac wykonanych indywidualnie i zespołowo są takie same. Prace należy dostarczyć na CD lub pendrivie.

4. Miejsce i termin składania prac: wszystkie prace należy dostarczyć, zgodnie z regulaminem do nauczyciela organizującego konkurs DO DNIA 31.01.2018 roku!!!!!!!

CZEKAJĄ NA WAS CIEKAWY NAGRODY!!!!!!!!!!!!!!

**WSZELKICH INFORMACJI DOTYCZĄCYCH KONKURSÓW ORAZ ADRES E-MAIL NA KTÓRY NALEŻY WYSYŁAC PRACE KONKURSOWE UDZIELAJĄ:
Pani Joanna Zbroja oraz Pani Ewa Szpot.**

Joanna Zbroja

VIVA FRIDA!!!



9 stycznia 2018r. odbyła się wycieczka przedmiotowa do Poznania. Wycieczkę zaczęliśmy od zwiedzania Starego Rynku, gdzie później spędziliśmy godzinną przerwę w pijalni czekolady Wedla. Później spacerkiem udaliśmy się do Centrum Kultury ZAMEK, gdzie obejrzelśmy wystawę poświęconą Fridzie Kahlo i Diego Rivera, po której oprowadziła nas Pani przewodnik. Widzieliśmy piękne i oryginalne obrazy namalowane przez Fridę jak i przez jej męża. Zapoznaliśmy się z ich wspólną historią. Po zakończonej wystawie poszliśmy do Galerii Stary Browar, gdzie mieliśmy czas wolny. Na tym zakończyliśmy naszą wycieczkę.

Dziękujemy serdecznie niezastąpionemu Panu Byzi za wspaniałą wycieczkę oraz Paniom Zbroi i Janoś za opiekę nad nami.

Pij mleko, będziesz wielki

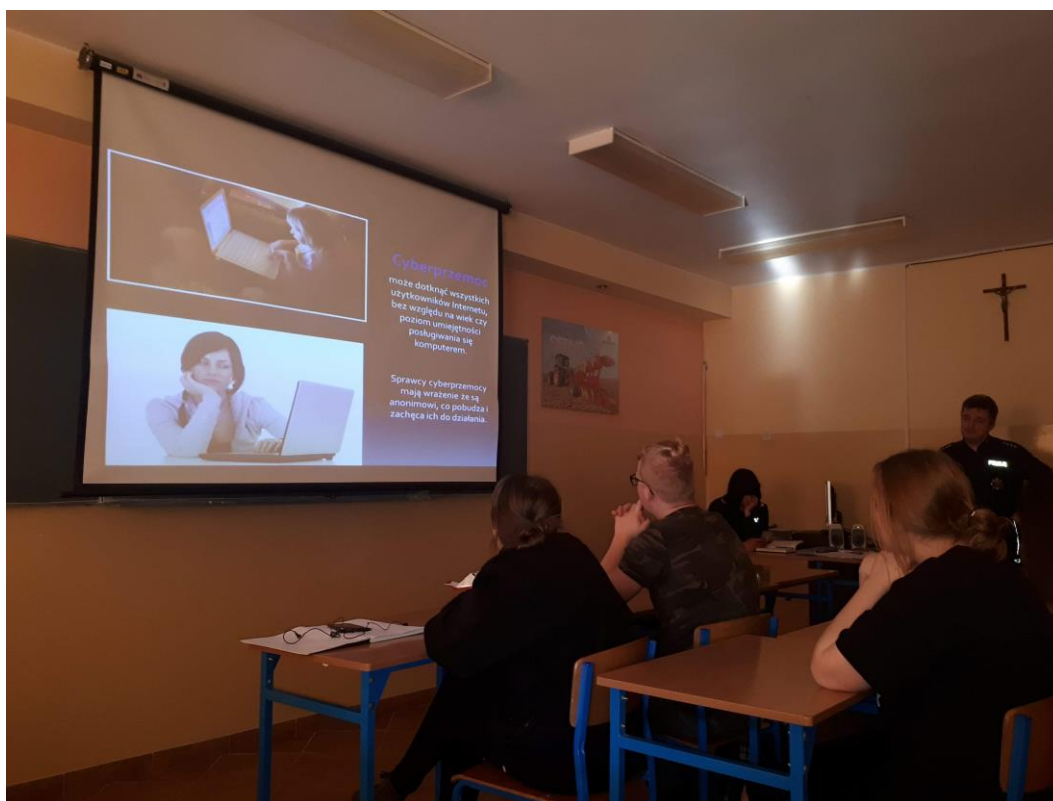
Klasa trzecia technikum poznaje laboratorium

W ostatnich dniach uczniowie klasy trzeciej technikum mogli uczestniczyć w wycieczce zorganizowanej przez panią Lidię Jakubiak do Laboratorium Oceny Mleka i Pasz działającej przy Polskiej Federacji Hodowców Bydła i Producentów Mleka, które od kilku lat znajduje się w Kobiernie pod Krotoszynem. Wycieczka zorganizowana była głównie po to, by pokazać naszym uczniom jak wyglądają najnowocześniejsze techniki w profesjonalnym laboratorium. Wielu uczniów klas technicznych w naszej szkole na co dzień nie ma dostępu do tak nowoczesnych technik, dlatego wycieczka była dla nich nie tylko pomocą w nauce ale i świetną zabawą. Pierwszym elementem wycieczki był wykład na temat ogólnego funkcjonowania laboratorium. Następnie nasi koledzy oglądali i poznawali od wewnątrz pracę oraz główne cele najlepiej wyposażonej placówki naukowej w Polsce. Chłopcy przyswajali najnowocześniejsze techniki hodowli i żywienia zwierząt. Największą ciekawostką okazała się informacja o możliwości czyszczenia szklanych buteleczek, do których pobiera się próbki mleka za pomocą ultradźwięku. Rolnicy mogą przywozić próbki mleka do laboratorium, gdzie dzięki rozwiniętej technice za kilka godzin otrzymają informację, która pomoże im w prowadzeniu gospodarstwa. Widać było, że chłopcy z zaciekawieniem przyswajali nowe informacje, które z pewnością pomogą im w zarządzaniu swoimi gospodarstwami. Mamy nadzieję, że wiedza jaką zdobyli przyda im się w przyszłości.



Współpraca z KPP

Dla uczniów klas pierwszych Liceum Ogólnokształcącego przy Zespole Szkół Ponadgimnazjalnych Centrum Kształcenia Ustawicznego w Przygodzicach zorganizowano zajęcia profilaktyczne przeprowadzone przez nadkomisarza Krzysztofa Kulę z Powiatowej Komendy Policji w Ostrowie Wielkopolskim. Tematyką prelekcji była odpowiedzialność karna nieletnich, środki psychoaktywne oraz cyberprzemoc. Tegoroczna prelekcja jest kontynuacją cyklu zajęć profilaktycznych realizowanych w naszej szkole we współpracy z KPP. Uczniowie z chęcią i wielkim zainteresowaniem brali udział w zajęciach profilaktycznych. Cieszymy się na dalszą współpracę.



Monika Białas

WYWIAD MIESIĄCA



Bohaterem wywiadu miesiąca został ulubieniec klas wojskowych Pan płk. Jerzy Seleta.

R: Ciężko było osiągnąć stopień wojskowy, który Pan ma?

J S: Może nie ciężko, ale systematycznie. Prawie 35 lat służby było potrzebne, żeby to osiągnąć. Początki są najtrudniejsze. Każdy, kto trafia do szkoły wojskowej, jest zdziwiony, że tak wygląda szkoła. Liczy się sprawność fizyczna, orientacja w terenie a dopiero po półtorej miesiąca zaczyna się nauka. Trzeba to wszystko połączyć. Dyscyplina, rozstanie z rodziną, separacja. Wszystko trzeba zaakceptować.

R: Co Pana skłoniło, by iść do wojska?

JS: Po pierwsze znajomi. Drugie: wojsko interesowało mnie zawsze. A trzecie: mój dziadek. On był moim mentorem. Myślałem o geodezji lub budowie mostów. Taki profil tam był.

R: Co Pan robił w wojsku?

JS: Głównie zajmowałem się tworzeniem map topograficznych. Pod koniec lat 80-tych do wojska weszły komputery. Razem z moim kolegą zajmowałem się opracowaniem map topograficznych w formie numerycznej.

R: Co trzeba zrobić by zostać zawodowym żołnierzem?

JS: Po pierwsze: nauka. Matematyka, język angielski i wyszkolenie fizyczne. Druga kwestia: dyscyplina. Nie można mieć żadnych problemów z prawem. Musi dopisywać zdrowie, na co wpływu nie mamy. Trzeba przejść szczegółowe badania fizyczne i psychologiczne. Początkiem jest złożenie wniosku do szkoły wojskowej, następnie należy podejść do egzaminu i go oczywiście zdać!

R: Wojsko kojarzy się z ciężkim sprzętem mechanicznym. Jeździł Pan może czołgiem?

JS: Tylko jako gość. Nie miałem okazji go prowadzić. To nie moja profesja ☺.

R: Najlepsze wspomnienia z wojska?

JS: Pływanie po morzu Północnym, zwiedzenie wszystkich cieśnin Duńskich, podpłynięcie pod koło biegunowe. Było to podczas wyjazdu na zajęcia, które miały trwać tydzień. Ale na miejscu okazało się, że spędziliśmy tam pół roku. Najbardziej cieszyło mnie samo doświadczenie pływania. Może nie były to najzabawniejsze chwile, ale te zapamiętałem najbardziej. Mogę dodać jeszcze do tego praktykę w podziemiach, w kopalni soli w Wieliczce. Były to zajęcia górnicze, dosyć ekstremalne, ale fajne.

R: A-K 47 to podstawowa broń. Ile czasu zajęło Panu złożenie jej?

JS: Oj nie pamiętam. Szybko to robiliśmy. Bawiliśmy się też na czas. To były sekundy. Składanie i rozkładanie robiło się z zamkniętymi oczami.

R: Ma Pan jeszcze swoje ubranie wojskowe? Galowe jak i bojowe?

JS: Mam, mam.

R: Pamięta Pan jakieś przyśpiewki wojskowe?

JS: Raczej nie. Bardziej to, co śpiewaliśmy do marszu. Np „Tylko jeden taki jest” (w tej właśnie chwili Pan Jurek zaczyna śpiewać ☺).

R: Jakie ma Pan hobby?

JS: Ogrodnictwo. Wszystko co związane z ogrodem. Książki, mam na myśli kryminały. Wszystko, co związane jest z przedmiotami ścisłymi.

R: Lubi Pan swoją pracę?

JS: Oczywiście! Pracuję od niedawna jako nauczyciel, więc jeszcze się nie wypaliłem.

R: Jest Pan wychowawcą obecnej klasy II W. Wiadomo, że jest to Pana pierwsza klasa. Czy jest Panu trudno?

JS: Inaczej niż dotychczas było. Nigdy nie miałem takiego bezpośredniego kontaktu z rodzicami, teraz mam. Wychowawstwo jest bardzo podobne do prowadzenia pododdziałów w wojsku. Podobne zasady, problemy. Strategia obeznana.

R: Może ma Pan jakiś pseudonim, którym chciałby się Pan z nami podzielić?

JS: Seler, oczywiście od nazwiska. W szkole mówili na mnie „Puciu”. Miałem tendencje do zaokrąglonych kształtów.

R: Tęskni Pan za czynną służbą w wojsku?

JS: Nie. Natomiast chciałbym, żeby służba była obowiązkowa dla wszystkich. Trwająca cztery miesiące. Żeby każdy mógł zobaczyć jak to jest. By każdy odbył strzelanie bojowe, poczuł proch i usłyszał strzał. Lepiej, żeby każdy umiał stanąć w obronie Ojczyzny.

R: Podoba się Panu życie na emeryturze?

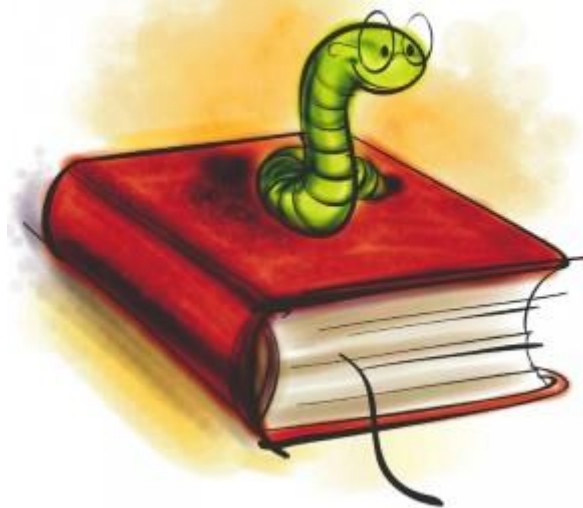
JS: Jak najbardziej! Zgrzeszyłbym, gdybym odpowiedział inaczej! 😊

R: Jak Pan myśli, jakie ma Pan kontakty ze swoją klasą?

JS: Dobrze. Bardzo dobrze. Z każdym się dogaduję.



LANGUAGE CORNER



16 facts about English language you haven't known so far.

- English actually originates from what is now called north west Germany and the Netherlands.
- “Go!” is the shortest grammatically correct sentence in English.
- The original name for butterfly was flutterby.
- About 4,000 words are added to the dictionary each year.
- The most common adjective used in English is ‘good’.
- The most commonly used noun is ‘time’.
- Month, orange, silver, and purple do not rhyme with any other word.
- The word ‘lol’ was added to the Oxford English Dictionary in 2011.
- The word ‘Goodbye’ originally comes from an Old English phrase meaning ‘god be with you’.
- More English words begin with the letter ‘S’ than any other letter of the alphabet.

- The longest English word that can be spelled without repeating any letters is 'uncopyrightable'.
- The longest word in English has 45 letters: 'pneumonoultramicroscopicsilicovolcanoconiosis'! It is a type of lung disease caused by inhaling ash and sand dust.
- In English, the @ symbol is usually called "the at sign" or "the at symbol".
- Swear words were nicknamed 'tongue-worms' in the 1600s.
- The word "queue" is pronounced the same way when the last 4 letters are removed.
- The word "mortgage" comes from a French word that means "death contract".

(I)

Wissenswertes über Österreich



10 faktów o Austrii, o których nie wiesz.

1

Prawie co czwarty mieszkaniec Austrii mieszka w Wiedniu. Kraj liczy 8 700 000 mieszkańców a w stolicy mieszka nieco ponad 1 800 000 z nich.

2

W Pałacu Schönbrunn jest aż 1 441 pokoi.

3

Cmentarz Centralny w Wiedniu (Wiener Zentralfriedhof) jest największy pod względem liczby pochowanych osób w Europie. Zajmuje tylko 2.5 km², ale na tej powierzchni jest aż 330 000 grobów, w których pochowano 3 miliony osób. Są tu między innymi groby Ludwiga van Beethovena, Johanna Brahmsa, Franza Schuberta, Straussów ojca i syna, Falco.

4

W Hallstatt poza jeziorem i uroczym miasteczkiem znajduje się kopalnia soli, w której wydobywa się ją od 7000 lat, z czego ostatnie 3000 to już prawdziwe górnictwo i drążenie tuneli.

5

Glock – to pistolety opracowane i produkowane przez austriacką firmę Glock GmbH. To glockiem 18 strzela w Terminatorze 3 młody John Connor, 34 ma w ręku Denzel Washington

w „Człowieku w ogniu”, Keanu Reeves w „Johnym Wick’u” docenił kilka modeli prując z nich bez opamiętania. Lista filmów, w których użyto tej austriackiej broni jest bardzo długa.

6

Malutka wioska położona w Górnej Austrii nosi nazwę Fucking.

7

W austriackim Tyrolu mała miejscowość o nazwie Serfaus z nieco ponad 1100 mieszkańcami może poszczycić się posiadaniem metra. Kolejka ma tylko 1200 metrów, ale jeździ jak należy pod ziemią.

8

Siedziba OPEC znajduje się od 1965 roku w Wiedniu.

9

W Wiedniu a dokładnie w Parku Pałacowym znajduje się najstarszy na świecie ogród zoologiczny (Tiergarten Schönbrunn), który powstał w 1752 roku.

10

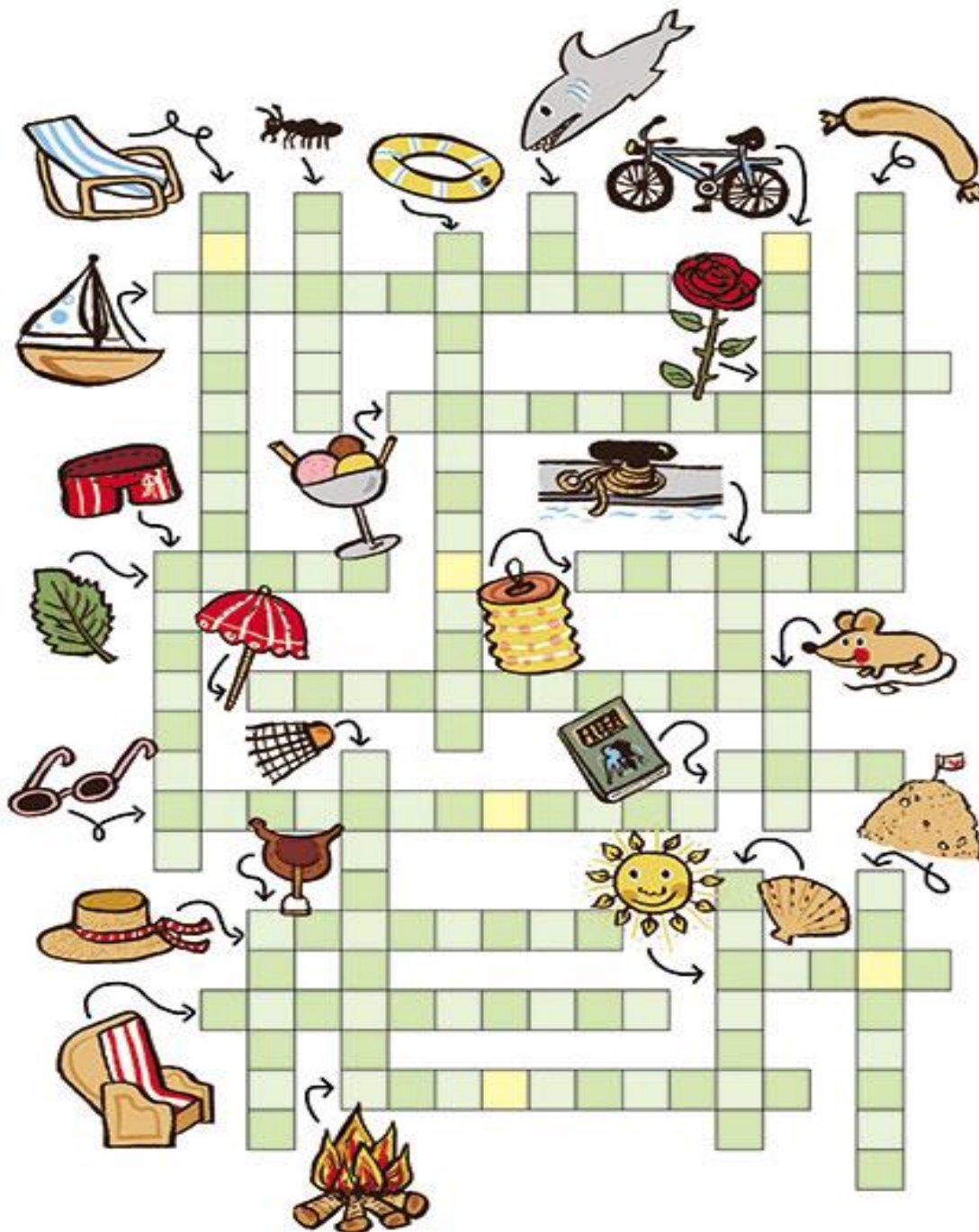
Tort Sachera obchodzi w tym roku 185 urodziny.



(I)

ROZRYWKA

Deutsch macht Spaß



(I)

NAME: _____

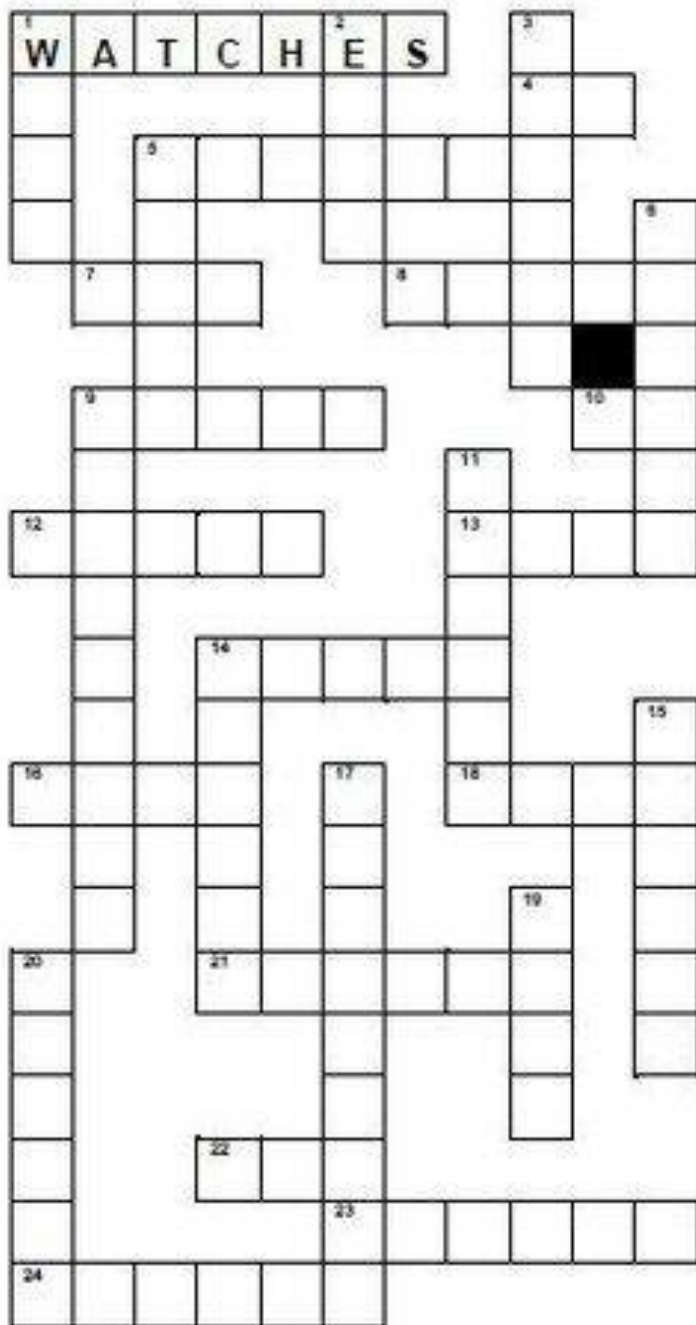
DATE: _____

GRAMMAR CROSSWORD

PRESENT SIMPLE



- Read the clues and fill in the missing words.



ACROSS

1. She usually ___ TV at 7 o'clock.
4. My brother ___ always hungry!
5. My friend ___ to music when he drives to work in the morning.
7. Sometimes I ___ lunch at college.
8. We ___ our house every Saturday.
9. I like to ___ about my childhood.
10. What do you usually ___ after class?
12. Do you ever ___ in class?
13. I don't like to ___ on the phone.
14. My sister likes to ___ the plants in our garden.
16. My mother ___ to work by car.
18. Does he ever ___ songs in the shower?
21. Cats make me ___! Atchool!
22. We ___ never late for class.
23. When do you ___ home from school?
24. He always ___ coffee in the morning.

DOWN

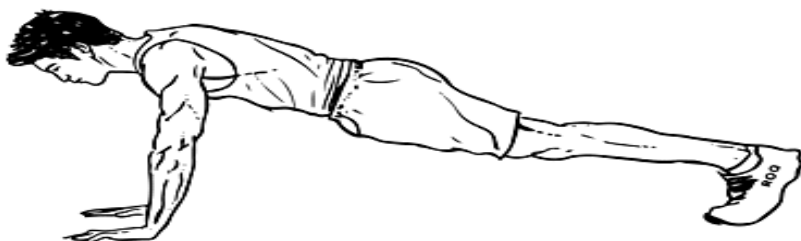
1. Does he ever ___ to work?
2. My father always ___ a big breakfast.
3. My little brother always ___ our mother good-bye before he goes to school.
5. I always ___ when I watch that TV show. It's very funny!
6. He always brings his key so he can ___ the door when he comes home.
9. We usually ___ our grandmother on the weekend.
11. Our class ___ at 8 o'clock.
14. He often ___ his car to keep it clean.
15. I usually agree with my friend, and he usually ___ with me.
17. She always ___ to do her homework. She never forgets.
19. Sometimes I ___ my sister do her homework.
20. I'm very forgetful, so my wife often has to ___ me to buy milk.

Permission granted to reproduce for classroom use. © www.esltopics.com

SPORT



Challenge



Wykonaj film jak robisz 20 pompek przez 5 dni i umieść go na Facebooku oznaczając stronę szkoły z opisem #skulnjuschallenge.

***Kolo ratunkowe będzie przyznane pierwszej osobie, która zgłosi się do Pani Radiczew po umieszczeniu na Facebooku ostatniego filmu. Termin umieszczania filmów: 02.02.2018.**

Jakub Mądry, II a

ZUMBA W SZKOLE

8 stycznia br. wychodząc naprzeciw zainteresowaniom i oczekiwaniom mieszkańców internatu postanowiono zorganizować zajęcia zumbi. Grupa dziewcząt mieszkających w internacie szkolnym wraz z wychowawcą Panią Joanną Prętką uczestniczyła w zajęciach tanecznych ZUMBA.

Trening prowadzony był przez wykwalifikowaną instruktorkę ZUMBA BASIC Level 1, która podczas zajęć łączyła elementy fitness z tańcami latynoskimi. Pani Agnieszka jest z zawodu fizjoterapeutką a z zamiłowania instruktorem zajęć fitness a także wykwalifikowanym instruktorem jumpingu (trampoliny) oraz stepu w klubie sportowym Let's Fitness w Ostrowie Wielkopolskim oraz Fabryka Formy w Kaliszu. W trakcie treningu licealistki wykonywały zróżnicowane układy taneczne. Łączyły w ten sposób elementy treningu cardio i aerobiku. Dzięki temu mogły zwiększyć swoją wytrzymałość i kondycję.

Zajęcia były dla dziewcząt ogromnym zastrzykiem pozytywnej energii (mimo iż po 15 minutach zajęć licealistki odczuwały zmęczenie, uśmiech nie zniknął im z twarzy)! Osoby, które są zainteresowane zajęciami z zumbi prosimy zgłaszać się do pani Joanny Prętki.

Dziękujemy Pani Agnieszce Szymczak za dynamiczne zajęcia, pozytywną energię i świetną zabawę w rytmie energetycznej muzyki.

Z pewnością chcemy więcej! 😊



Anna Walkowiak, II w

OGŁOSZENIA

1. 31.01.2018 odbędzie się na czwartej godzinie lekcyjnej w Świetlicy szkolnej Konkurs Wiedzy o Krajach Anglojęzycznych. Chętnych zapraszamy do zgłaszania się do p. M. Radiczew lub p. D. Wojcieszak do dnia 26.01.2018.
2. Ogłaszamy konkurs na kartkę walentynkową w języku angielskim. Gotowe kartki należy dostarczyć do p. D. Wojcieszak do dnia 01.02.2018.
3. Od 01.02.2018 w naszej szkole będą rozprawdane WALENTYNKOWE SERDUSZKA. Jeśli pragniesz wyznać swej lubej lub swemu lubemu skrywane uczucia zakup naszą WALENTYNKĘ (0,50 zł) a zostanie ona dostarczona wraz z drobnym upominkiem Twojemu OBIEKTOWI WESTCHNIEŃ dnia 07.02.2018.

Koło Ratunkowe*



*Nie dotyczy zapowiedzianych
kartkówek i sprawdzianów

Do wykorzystania jednorazowo do końca lutego.

Redakcja: mgr Małgorzata Janoś, mgr Maja Radiczew oraz mgr Dorota Wojcieszak