

SCHOOL Stuff

Nr 2(2), kwiecień 2024 SP nr 138 w Łodzi

K

wiecień jest uznawany za miesiąc zdrowia, bowiem m. in. obchodzimy w tym miesiącu Światowy Dzień Zdrowia. A przecież każdy chyba wie, że wzmacnia zdrowie nie tylko dobre odżywianie się czy czyste środowisko, lecz również sport, który nie tylko poprawia kondycję, lecz także humor oraz zwiększa motywację dążenia do sukcesów.

Uczniowie naszej szkoły pewnie się z tym zgodzą, ponieważ aż 64,3% uczestników sondażu stwierdziło, że uprawia sport regularnie. Wśród naszych uczniów nie brakuje również zawodowych sportsmanów, którzy podzielili się z naszą redakcją swoimi sukcesami w sporcie.

JESTEŚMY DUMNI!



Ala Kucińska, uczennica 5b klasy opowiedziała naszej reporterce, czy trudno uprawiać *kickboxing*:

„Myślę, że na początku może to się wydawać trudne, ale już po kilku zajęciach jest łatwiej.

Na początku chciałam chodzić na karate, ale zobaczyłam ofertę z kickboxingu i zapisałam się na to. Zaczęłam trenować od początku roku szkolnego. Obecnie trenuję 2 razy w tygodniu i w wakacje mam zamiar po raz pierwszy wziąć udział w zawodach.

W przyszłości chciałabym ćwiczyć to zawodowo albo uczyć innych. Lubię ten sport, ponieważ uczy on samoobrony, no i można fajnie się rozwijać dzięki temu sportowi.”



Ines Brokos, uczennica klasy 5b

„Trenuję jazdę konną prawie 5 lat. Jak zaczęła się moja przygoda ze sportem? - Moja mama zajmowała się dziećmi na koloniach w stajni, zabierała mnie tam, gdy byłam mała.

Za swoje największe osiągnięcie uważam zdobycie odznaki „Jeźdź konno” oraz zajęcie drugiego miejsca w zawodach zręcznościowych. Chciałabym też pojechać na Cavaliadę i tam wystąpić oraz skakać przez wysokie, duże przeszkody.

Czy wiąże z jazdą konną swoją przyszłość? - W pewien sposób tak. Chciałabym zostać weterynarzem i leczyć między innymi właśnie konie.”



Stanisław Brocki

z klasy 7a podzielił się z nami, jak to jest trenować *tenis stołowy*:

„Zaczęłam trenować aż 4 lata temu i od razu wiedziałem, że będzie to sport, który pokocham. Gram nie tylko w szkole, lecz ćwiczę również po lekcjach, poświęcam ma treningi około 3 godzin tygodniowo.

Myślę, że mój największy sukces to zwyciężenie kilku turniejów.

Nie posiadam idola, który trenowałby tenis stołowy, lecz moim autorytetem, inspiracją jest mój trener.”



Patrycja Prasal,
uczennica klasy 8a

Moja przygoda z gimnastyką zaczęła się w wieku siedmiu lat, kiedy jako małe dziecko bardzo chciałam chodzić na gimnastykę, poprosiłam mamę, a ona mnie zapisała.

Najwyższe osiągnięcie w sporcie to drugie miejsce w międzynarodowym turnieju w gimnastyce artystycznej „Lśniąca Gwiazda”.

Na razie nie myślałam jeszcze, czy chciałabym z gimnastyką związać swoją przyszłość, po prostu sprawia to przyjemność i jest moja pasją.

Osobom, które chciałyby zacząć trenować, chciałabym powiedzieć, żeby nie bali się spróbować. Wiadomo, że z początku może nie być łatwo, ale jeśli podoba się ten sport i chcieliby spróbować swoich sił, myślę, że warto.”

Rozmawiały Marta Klymchuk, Lidia Gębicka, Wiktoria Majcher,
Veronika Hatilova, Beata Pietrzyk, Ewa Grzegorek,
Tatiana Stępnia, Alicja Latanska



Igor Ziółkowski z klasy 7a podzielił się z nami, *jak to jest trenować hokej.*

„Trenuje hokej już od dawna - 4 lata. *Od razu wiedziałem, że będzie to coś, co stanie się moim hobby.* Na treningi poświęcam około 4h tygodniowo ale często w jeszcze jeżdżę na mecze.

Myszę, że *mój największy sukces to zwyciężenie w turnieju „Jantor CUP Katowice”*

Na ten moment moim idolem jest rosyjski hokeista i trzykrotny olimpijczyk - Aleksander Owieczkin, natomiast moją inspiracją od dawna jest Conor Bedard



Ola Bednarska, uczennica klasy 6b

„Już 2 lata uprawiam siatkówkę. Na pozór wydaje się ten sport łatwy, ale za 2 lata mogę

stwierdzić, że *nie jest taki łatwy, jak się wydaje.* Na szczęście nigdy jeszcze nie miałam kontuzji i mam nadzieję, że nie dostanę.

Motywuje mnie jednak to, że na co dzień widzę pozytywne efekty. Grałam w zawodach i w lidze młodziczek Województwa Łódzkiego, a za *największy swój sukces uważam zajęcie 11 miejsca w Łodzi.*

Moimi idolami w tym sporcie są Alessia Orro i Tomasz Fornal.”



Agata Giżyńska, uczennica klasy 4b

„Trenuje akrobatykę około trzech-czterech lat. Dlaczego postanowiłam wybrać ten konkretny sport? - *zawsze myślałam, że fajnie jest tak, gdy ktoś się Ciebie spyta „Czy potrafisz zrobić gwiazdę?”, a ty mu pokazujesz, że umiesz.*

Jestem jedną z cheerleaderek w szkole oraz chodzę na dodatkowe zajęcia gimnastyczne, trenuję też w domu godzinę dziennie.

Jest to tylko moje hobby, a za *największy swój sukces uważam zrobienie gwiazdy na jednej ręce.*

Za swojego idola w tej dziedzinie uważam moją koleżankę Julkę Gawrońską z klasy 4b.”



Zosia Oczepa, uczennica klasy 6a opowiedziała, dlaczego wybrała łyżwiarstwo:

„Jestem w tym sporcie już 7 lat. Trenuje na lodowisku Bombonierka w Łodzi.

Wybrałam ten sport bo kiedyś *moja babcia trenowała*, ale nie dokończyła marzenia i chciałam zrobić to za nią i zakończyć jej *wielkie marzenie.*

Bardzo go kocham nieważne, jak wcześniej rano trzeba stać wchodzę tam z uśmiechem . Jest to nie tyle moje hobby, lecz pasja.”

Marysia Frątczak, uczennica klasy 4a

„Akrobatykę uprawiam 4 lata, w tym roku będzie 5. Dlaczego wybrałam właśnie ten sport? - bo moja kuzynka robiła gwiazdy i ja też zawsze chciałam spróbować. Trenuję w tygodniu 3-4 godziny. Traktuję to raczej jako hobby, ale *kiedy tańczę lub robię jakieś tricke jestem szczęśliwa. Zawsze jak się stresuję jak zaczynam tańczyć – to przestaje.*”

Rozmawiały Alicja Latanska, Tatiana Stępnia, Wiktoria Majcher, Veronika Hatilova, Viktoria Kushnir, Zlata Badasen, Marta Klymchuk, Lidia Gębicka



3apytaliśmy naszych nauczycieli, jaką rolę w ich życiu odgrywa sport? Okazało się, nie tylko wśród naszych uczniów nie brakuje sportowców, lecz również wśród nauczycieli, bowiem uprawiali oni zawodowo siatkówkę, piłkę nożną, koszykówkę, a nawet tenis ziemny!

Pani Sylwia Brokos, nauczycielka wf

- Dlaczego według Pani warto uprawiać sport?

Uważam, że w dobie obecnej sytuacji gdzie królują telefony, internet i telewizja, sport jest bardzo ważny, szczególnie na świeżym powietrzu, gdyż dotlenia nasze szare komórki i pozwala zdrowo i sprawnie żyć.

Sport kształtuje charakter, uczy samodyscypliny oraz poprawia nastrój. Każdy nawet najmniejszy wysiłek daje dużo satysfakcji, a jeśli ktoś mówi, że nie lubi uprawiać sportu, to może jeszcze po prostu nie znalazł odpowiedniej dla siebie dyscypliny.

- Jaka jest Pani droga sportowa?

Gdy byłem młoda, nie byłem typowym sportowcem. Bardzo chciałam, ale nie zawsze mi to wychodziło. Lubiłam jeździć na rolkach, rowerze, grać w piłkę nożną na podwórku z sąsiadami, robić tak zwane fikołki na trzepaku, ale niestety robiłam to dość niezdarnie. U mnie każdy, nawet najmniejszy upadek wiązał się z kontuzją, a w konsekwencji ze złamaniem i gipsem - przez to, że szybko rosłam, moje kości były bardzo wrażliwe na urazy, dlatego też moja mama próbowała znaleźć dla mnie sport, według niej mniej kontuzjogenny – *na początku był to taniec ludowy, a później – balet.* Chodziłam tam, bo przyjaciółki chodziły, ale w głowie miałam to, że baletnice nie są wysokie i czułam, że tam nie pasuję.

Później nadszedł czas na basen – nauczyłam się pływać, jestem ratownikiem, ale większego sensu wtedy nie widziałam w pływaniu w tą i z powrotem. Kolejna już była siatkówka. Wiadomo, na początku szału nie było, ale trenerzy mieli takie przysłowie „*Żyrafa i słoń może nauczyć się tańczyć, lecz mrówka nie nauczy się rosnąć, a w siatkówce wzrost i ciężka praca są kluczem do sukcesu*”. I tak się to zaczęło: treningi 5razy w tygodniu po 1,5 godziny, w weekendy - mecze i turnieje. Pierwsze rezultaty były widoczne już po miesiącu od kwalifikacji do kadry Łodzi. Gdy się tam dostałam, okazało się, że *nie jestem aż tak wysoka, jak mi się zdawało i jestem jedną z niższych zawodniczek.* Później kadra Polski. Medale, zwycięstwa, turnieje



w różnych zakątkach kraju i poza nim. Uważam, że *lata w których trenowałam zawodowo to były najlepsze lata mojego życia.*

- Jaką rolę w Pani życiu odgrywa sport teraz?

Aby tak zupełnie nie rezygnować z bycia czynnym sportowcem, jestem nauczycielem wf. Oprócz ćwiczenia i grania z uczniami biegam, jeździmy całą rodziną bardzo dużo na rowerach. Ćwiczę też na siłowni, dalej gram w siatkówkę niestety tylko rekreacyjnie

Marzy mi się ukończyć kiedyś kurs trenerski i utworzyć własną drużynę siatkarską.

Pani Agnieszka Figurska, nauczycielka języka polskiego

- Jaką rolę w Pani życiu odgrywa sport?

Ogromną. Trenowałam tenis ziemny. Zaczęłam grać w drugiej klasie szkoły podstawowej, jak byłam malutka, więc wymagało to ode mnie, jak wy to mówicie, ogarnięcia lekcji. Trenowałam trzy, później cztery razy w tygodniu. Jak byłam w siódmej klasie, sama dojeżdżałam na korty do Parku Poniatowskiego rowerem. Nauczyło mnie to wielu rzeczy, na pewno większej dojrzałości. Nowi ludzie, obozy sportowe - był to zdecydowanie świetny czas.

- Jakie było Pani największe osiągnięcie?

Czwarte miejsce w kategorii młodzików w Łodzi.

- Czy miała Pani jakiegoś idola/idolkę w tej dziedzinie?

No jasne! Wśród mężczyzn to Wojciech Fibak, John McEnroe, Borys Becker, a wśród kobiet Martina Navrátilová.



Pan Marcin Turlakiewicz, nauczyciel wf

- Jak zaczynała się Pana kariera piłkarska?

Za młodego chłopca rozpocząłem treningi w łódzkim Widzewie. Później moja przygoda z piłką przebiegała przez *MKS Metalowiec Łódź, Włókniarz Łódź*, w wieku seniorskim *Zawisza Rzgów* i jeszcze w

tym zespole Województwa Wielkopolskiego również uczestniczyłem.

- Jakie towarzyszą Panu emocje podczas gry?

Po tym pytaniu pierwsze, co nasuwa mi się na myśl, to pewien skok mocno odczuwanej adrenaliny, chęć rywalizacji sportowej, współzawodnictwa. Wytwarza się taka, jak to mówią, choroba szczęścia, endorfiny skaczą, to ja właśnie odczuwam coś takiego po grze. Jest mi dobrze, jestem zmęczony, ale jest dobrze. Dla mnie osobiście jest to najlepsze lekarstwo na wszelkiego rodzaju

stresy, problemy. Bardzo polecam taki sposób na odstresowanie się.

- Zdaniem Pana, piłka nożna jest grą skomplikowaną?
Nie jest na pewno łatwa. Jak się u nas w kraju mówi: „Na 38 milionów Polaków mamy 38 milionów trenerów w piłkę nożną”, niby każdy się na tym zna, ale siedząc z pilotem przed telewizorem wszystko wydaje się łatwe. Natomiast piłka nożna ma swoje tajemnice i ktoś, kto ją trenuje, na pewno nie powie, że to łatwy sport. A już na pewno nie jest prosta dla trenera.

- Jakie sukcesy osiągnął Pan w tym sporcie?
W dziedzinie piłki nożnej nie udało mi się na zbyt wysoki szczebel dotrzeć, w piłce seniorskiej był to Czwarty Szczebel rozrywkowy, ale udało mi się zdobyć Mistrzostwa Polski w mistrzostwach Uniwersytetów Polskich, udało mi się być złotym, srebrnym i brązowym medalistą, bo nie jeden raz w tych mistrzostwach uczestniczyłem, reprezentując Uniwersytet Łódzki. Chyba to jest mój największy sukces.

- Ma Pan jakiś rady, co robić, żeby osiągnąć sukces?
Jest jedna taka recepta, która może nie w 100% gwarantuje sukces, ale bardzo nas do tego przybliża, to przede wszystkim *musimy robić to co kochamy*, i jeśli trenujemy – musi nam to sprawiać przyjemność. Możemy trenować w odpowiednich warunkach, które nam się podobają, bądź z jakąś osobą, którą bardzo lubimy - wtedy takie spotkania na treningach dają dużo przyjemności i łatwiej udaje się dotrzeć do sukcesu.

Pani Irena Wiercińska, nauczycielka geografii

- Jak długo Pani uprawiała siatkówkę?
Siatkówkę uprawiałam przez czas chodzenia do liceum, czyli 4 lata.

- Co uważa Pani za swój największy sukces sportowy?
W szkole z drużyną z mojej klasy zajęliśmy wicemistrzostwa, czyli drugie miejsce – srebrny medal. A prywatnie to, że umiem jeździć na nardach, umiem pływać i 2 lata temu zaczęłam jeździć na nardach biegowych.

- Czy ktoś z Pani rodziny uprawia taki sport?
Nie. Mój mąż biega na orientację, też grał w koszykówkę, a przede wszystkim pływał przez wiele lat. Siatkówkę nie.

Pan Marcin Olejniczak, nauczyciel wf

- Może Pan opisać piłkę plażową w kilku zdaniach?
Jest to bitsocker, piłka plażowa, czyli sport bardzo widowiskowy (polecam każdemu, aby sprawdził jak to jest). Trzeba być sprawnym fizycznie, by przebiec się po piasku, jeszcze trzeba za tą piłką biegać, grać, strzelać.

Oglądając samo spotkanie bitcockerowe wydaje się, że to jest bardzo łatwy kawał chleba, natomiast jest to ciężki sport, ale bardzo przyjemny, widowiskowy i sprawiający radość.

Podczas meczy gra muzyka, są pewne trybuny, ładna słoneczna pogoda, otoczka, gdzie naprawdę przy grze jest miła atmosfera.

- Co uważa Pan za swoje największe osiągnięcie?
Zdobyłem 7 mistrzostw Polski w BIG SOCCERA, 6 pucharów Polski. Emocje, które towarzyszyły mi pod czas gry, to spełnienie marzeń.

- Podzieli się Pan radami, jak osiągnąć sukces?
Generalnie trzeba mieć wytrwałość, cierpliwość dążenie do wyznaczonego celu, chęć, charakter, podnoszenie swoich umiejętności. Polskie sportowcy podnoszą Polskę i możemy brać z nich przykład.



*Rożmawiały Beata Pietrzyk, Ewa Grzegorek,
Veronika Hatilova i Oleksandra Pryshchepa*

DZIEJE SIĘ W SZKOLE

Na żółto, zielono, różowo, a nawet fioletowo!

W ostatnim tygodniu kwietnia w naszej szkole odbył się Kolorowy Tydzień – akcja, polegająca na ubieraniu się do szkoły codziennie w różnych kolorach.

„Kolorowy Tydzień został zorganizowany przede wszystkim dla zabawy. Bardzo fajnie było obserwować uczniów szkoły w różnokolorowych ubraniach, a nie tylko na czarno lub bialo. W maju zamierzamy zrobić więcej ciekawych dni tematycznych, by wzbogacić interes do uczestniczenia do szkoły.” – podzielił się z redakcją jeden z organizatorów akcji.



Kolorowy tydzień okazał się nie tylko zabawą, która wywołała dużo pozytywnych emocji, lecz również prawdziwym wyzwaniem dla wszystkich uczniów: *„Podobał mi się kolorowy tydzień, ponieważ to zawsze jakieś wyzwanie, które urozmaica zwykły tydzień szkolny”*.

Veronika Hatilova

OGŁOSZENIE

Drogi Uczniu kl. 4-8!

**Lubisz fotografować
przyrodę?**

**Weź udział w konkursie
fotograficznym**

**"WIOSNA W
OBIEKTYWIE"!**



Regulamin konkursu:

1. Prace konkursowe muszą być pracami własnymi, niepublikowanymi wcześniej oraz nieprezentowanymi w innych konkursach. Dostarczenie pracy konkursowej jest jednoznaczne ze złożeniem oświadczenia o tych faktach.
2. Każdy uczestnik może zgłosić do konkursu jedną pracę.
3. Prace zgłoszone do konkursu zostają własnością organizatora.
4. Zdjęcie powinno być wydrukowane na papierze fotograficznym w formacie 15x21 i naklejone na biały karton techniczny A4.
5. Tematyka prac powinna być ściśle związana z ideą konkursu, to jest przedstawieniem piękna wiosny.
6. Podpisane z tyłu fotografie imieniem, nazwiskiem i klasą należy składać do pani Moniki Renc lub Iulii Gunko-Klich do 20.05.2024 r.

**Liczmy na Wasze
zaangażowanie i kreatywność!
Powodzenia!**

*Monika Renc
Iuliia Gunko- Klich*

DZIEJE SIĘ W SZKOLE



DZIEJE SIĘ W SZKOLE

Wiersze Juliusza Słowackiego, Adama Mickiewicza, Juliana Tuwima, Wisławy Szymborskiej, a nawet Marka Grechuty – w 47 Liceum Ogólnokształcącym w Łodzi odbył się konkurs recytatorski dla obcokrajowców.

18 kwietnia 2024 roku uczennice naszej szkoły Veronika Hatilova i Viktoria Fomenko wybrały się wraz z Panią Julią na konkurs poezji śpiewanej, recytacji i czytania performatywnego pod tytułem „Słowiańska Dusza”, organizowanego w 47 LO w Łodzi.

Podczas wydarzenia mieliśmy przyjemność usłyszeć wiele niesamowitych recytacji takich słynny polskich poetów, jak Adam Mickiewicz czy Juliusz Słowacki oraz piosenek Szanty i Tamta dziewczyna Sylwii Grzeszczak.

„Myślę, że będzie ciężko nam – jurorom – wybrać laureatów, zwycięzców, ponieważ był bardzo wyrównany poziom, nie mniej jednak jakoś musimy się tutaj zgrać i wybrać najlepsze interpretacje utworów”

- Kamil Dyjankiewicz, organizator konkursu „Słowiańska Dusza”

Uczennice naszej szkoły wyrecytowały wspaniale wiersze: **Viktoria Fomenko** urzekała

Pawlikowskiej-Jasnorzewskiej, za którego interpretację **zdołała 3 miejsce**. Z kolei **Veronika Hatilova** zachwyciła wszystkich strofą Juliana Tuwima „Colloquium niedzielne na ulicy” zdobywając **1 miejsce i nagrodę publiczności**.

Skąd pomysł na zorganizowanie konkursu recytatorskiego dla uczniów zza granicy, opowiedział nam jeden z organizatorów Kamil Dyjankiewicz:



„Jestem rusycystą i uczę rosyjskiego w naszej szkole. Do tej pory organizowałem konkursy z języka rosyjskiego, natomiast od dwóch lat w związku z tym, że dużo obcokrajowców znajduje się w naszym kraju, w naszym mieście postanowiłem zorganizować konkursy również dla nich z języka polskiego, którego uczę po za rosyjskim na co dzień jako języka obcego.”

Obie laureatki z naszej szkoły otrzymały dyplomy i miłe upominki – książki o tradycjach i kulturze Polski, kostkę Rubika i przypinki. Po ogłoszeniu wyników uczennica Veronika Hatilova udzieliła również wywiadu, który można posłuchać na antenie Radia Łódź.

Wiktoria Majcher



Gazetka szkolna SP 138 w Łodzi

93-491 Łódź, ul. Dubois 7/9

tel. 42 684 20 48

e-mail: gazetka.sp138@gmail.com

http://www.sp138.edu.lodz.pl/index.htm

Nakład 50 egz.

Nad numerem pracowały:

Wiktoria Majcher

Veronika Hatilova

Ewa Grzegorek

Tatiana Stępnik

Alicja Latanska

Viktoria Fomenko

Beata Pietrzak

Lidia Gębicka

Marta Klymchuk

Zlata Badasen, Viktoria Kushnir

Oleksandra Pryshchepa

Olha Holub

Julia Gunko-Klich, opiekun kola