

Osiemnastka

Nr 46– styczeń 2012

PSP nr 18 w Radomiu, ul. Ofiar Firleja 14 tel (fax) 3451310

<http://www.szkolapodstawowa18radom.republika.pl>.

Jasełka

W ostatnim dniu nauki przed Świętami Bożego Narodzenia, jak co roku, uczniowie naszej szkoły przedstawili piękne jasełka, które wprowadziły nas w niepowtarzalny nastrój świąteczny.

Tego dnia w szkole realizowany był projekt edukacyjny „Boże Narodzenia dawniej i dziś”. Uczniowie nie mieli „zwykłych” lekcji. Przypominali sobie świąteczne zwyczaje, dzieli się w klasach opłatkiem, przygotowywali świąteczne ozdoby na szkolne choinki.



Zdjęcia z imprez szkolnych można zobaczyć na stronie internetowej szkoły
<http://www.szkolapodstawowa18radom.republika.pl>.

SZKOLNE WYDARZENIA od listopada do stycznia

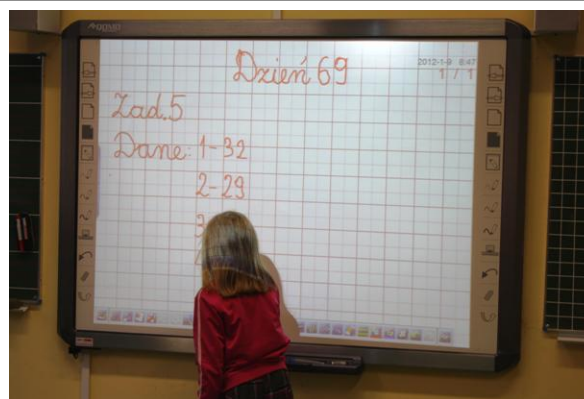
Wydatki z rezerwy budżetowej

W końcu września szkoła (za pośrednictwem organu prowadzącego) złożyła wniosek o zwiększenie części oświatowej subwencji ogólnej z 0,6% rezerwy w roku 2011 z tytułu wyposażenia w sprzęt szkolny i pomoce dydaktyczne pomieszczeń do nauki w nowo wybudowanych obiektach szkół i placówek oświatowych lub w obiektach pozyskanych w wyniku umów najmu lub dzierżawy oraz wyposażenia nowych pomieszczeń do nauki pozyskanych w wyniku modernizacji lub adaptacji.

Szkoła otrzymała z tego tytułu 145 tys. zł. Można je było wydać na wyposażenie nowych pomieszczeń. Środki nie mogły być przeznaczone dla oddziałów przedszkolnych.

Zakupiono książki do biblioteki szkolnej, sprzęt do wychowania fizycznego, pomoce dla klas I-III, tablice multimedialne z wyposażeniem), wyposażenie świetlicy szkolnej, sprzęt rtv, wykładzinę ochronną do sali gimnastycznej.

W salach nowego budynku założone zostały rolety.



Sale klas I-III zostały wyposażone w tablice interaktywne

SZKOLNE WYDARZENIA

**od listopada
do stycznia**

☆ 13 grudnia uczennice klasy VI Anna Nowak i Sylwia Majewska pod opieką Pani K. Kamińskiej-Sochaj wzięły udział w międzyszkolnym konkursie kołęd angielskich organizowanym przez PSP 7. W konkursie uczestniczyły dzieci z radomskich szkół, które zaprezentowały 23 piosenki o tematyce świątecznej. Anna Nowak, która przedstawiła piosenkę pt „Let it snow” zajęła 3. miejsce i otrzymała dyplom gratulacyjny oraz nagrody rzeczowe.



I Dawid Kalita(5a), Patrycja Dryja (5a)

II Ana Czyżycka (6b), Sandra Szczepańska (6a)

III Anna Nowak (6a) Karolina Chrzanowska (6a)

Wyróżnienia: Angelika Romanowska (5b), Klaudia Orlicka (5b), Julia Świgoń (5b)

☆ Piotr Sasin zajął 3. miejsce w konkursie plastyczno-fotograficznym „Okaż mi serce” Nasi ulubieńcy 2011 organizowanym przez Centrum Edukacji Ekologicznej. Wiktoria Kucharska uzyskała wyróżnienie w tym konkursie.

☆ W efekcie działań przeprowadzonych we współpracy z CEE w Radomiu szkoła uzyskała *Certyfikat za przeprowadzenie akcji „Sprzątanie świata- Radom 2011”* oraz *Certyfikat Opiekuna Zwierząt za udział w programie „Nasi ulubieńcy 2011”*

☆ Konkurs plastyczny dla dzieci świetlicowych „Świąteczna dekoracja świetlicy”

I. Kacper Rzeszut

II. Mateusz Nowicki

III. Weronika Makowska

☆ Konkurs dla klas pierwszych „Prawda czy fałsz”

I. Amelia Sieczkowska 2b, Michał Dybalski 2a

II. Mateusz Nowicki 2a, Wiktoria Opalaka 2b, Kacper Rzeszut 2a

III. Natalia Kryza 2a, Magdalena Ogrodniczek 2a, Emilia Romanowska 2a

☆ W międzyszkolnym konkursie plastyczno- literackim „Anioł” zorganizowanym przez PSP 6 pod patronatem ks. biskupa Henryka Tomasika w części plastycznej konkursu wzięło udział 13 osób



z klas IV-V. Uczestnicy konkursu to Renata Mażwa, Karolina Worosz, Patrycja Piwońska, Bartosz Kosno, Nina Religa, Joanna Nazar z klasy 4a, Zuzanana Zgutka z 4b, Aleksandra Rapczyńska, Natasza Nowak, Piotr Górski, Dawid Kalita, Aleksandra Dąbrowa z 5a, Mikołaj Firlej z 5b i Judyta Gibała z 5c.

Natasza Nowak uczennica klasy 5a zajęła 3. miejsce w tym konkursie Ponadto nagrodę zdobył Bartosz Kosno.

Konkursy szkolne



☆ W konkursie matematyczno – logicznym klas 3 wzięło udział 55 uczestników

Zwycięzcy konkursu (cz.1) :

1 miejsce- Julia Boniecka kl. 3b

2 miejsce – Mateusz Fundowicz kl. 3b , Mikołaj Lasota kl. 3c i Julia Figura kl. 3b

3 miejsce- Kacper Tarka kl.3b, Bartłomiej Wąsik kl. 3a i Magda Salomon kl. 3b

☆ Konkurs **plastyczno-językowy dla klas IV-VI**. Wśród 24 kart świątecznych, które wpłynęły na konkurs za najładniejsze uznano:



21 grudnia rozstrzygnięto konkurs organizowany przez samorząd uczniowski „Dekoracja świąteczna sal lekcyjnych”

Klasy IV-VI

1.sala nr 13 2. sala nr 5 3. sala nr 10

Klasy 0-III

1.sala nr 25 2. sala nr 22 3. sala nr 21 i 24



Szkolny konkurs ortograficzny klas VI

1. Karolina Chrzanowska (6a) 2. Anita Pikiewicz (6b)
3. Paulina Romanowska (6a)



Konkurs plastyczny dla klas 0-III „Dary Jesieni”

Kategoria praca malarska

Klasy 0

1. miejsce Jan Sasin

Klasy pierwsze

1. Patrycja Wasilewska 1b, 2 Wiktoria Żyła 1b, 3 Dawid Szepetowski i Patryk Staniaszek 1b, wyróżnienie: Dominika Skrok 1a i Tobiasz Bugajski 1a

Kategoria praca przestrzenna

1.Szymon Zgutka 2b, 2 Jolanta Motyka 2a, 3. Amelia Sieczkowski 2b, wyróżnienia: Marek Chmielewski 2b i Sylwia Jóźwik 2b



CO SŁYCHAĆ

W UKS MŁODZIK?

Od połowy listopada do 7 stycznia UKS Młodzik przeprowadził cykl turniejów Młodzik Cup. Oto zwycięzcy turniejów i wyniki naszych drużyn.



rocznik 1996 (trener- Jan Makowiecki)

- 1.Radomiak II Radom
- 2.MŁODZIK II RADOM**
- 3.Start Radom
- 4.MŁODZIK I RADOM**
- 5.Energetyk I Kozienice
- 6.KS Potworów
- 7.Gryfia Mirów
- 8.UKS Jankowice
- 9.Radomiak I Radom
- 10.Energetyk II Kozienice



rocznik 1998 (trener Łukasz Glista)

- 1.Korona II Kielce
- 2.Orlik Radom
- 3.MŁODZIK II RADOM**
- 4.MŁODZIK I RADOM**
- 5.Korona I Kielce
- 6.Junior Radom
- 7.Granat Skarżysko
- 8.Kosa Konstancin
- 9.Energetyk Kozienice
- 10.Lewart Lubartów

11.Pilica Białobrzegi

12.Plon Garbatka



rocznik 2000 (trener Jerzy Kobza)

- 1. Radomiak Radom**
2. Młodzik I Radom
3. Młodzik II Radom
4. Junior Radom
5. Plon Garbatka
6. Champion I Pionki
7. Orlik Radom
8. Lider Lipsko
9. Pilica Białobrzegi
10. Champion II Pionki



rocznik 2001 (trener Wojciech Gędej)

- 1.MŁODZIK I RADOM**
- 2.Radomiak Radom
- 3.Junior Radom
- 4.KS Błotnica
- 5.MŁODZIK II RADOM**
- 6.Legion Radom





rocznik 2002(trener Karol Bugajski)

1. Junior Radom
2. Radomiak Radom
3. Energetyk Kozienice
4. Broń Radom
5. Młodzik I Radom
6. KS Potworów
7. Orlik Radom
8. Młodzik II Radom



Młodzik 96 występował w „IV Barbórkowym Turnieju Halowej Piłki Nożnej Kozienice CUP 2011”. Organizatorem był miejscowy Energetyk.

1. Unia I Warszawa
2. Unia II Warszawa
3. **MŁODZIK II RADOM**
4. Gryfia Mirów
5. **MŁODZIK I RADOM**
6. Wisła Puławy
7. Varsovia Warszawa
8. Energetyk II Kozienice
9. Rakovia Warszawa
10. Energetyk I Kozienice
11. KS Warka
12. Jastrzęb Głowaczów

Drużyny Młodzika 98 zajęły dwa pierwsze miejsca w turnieju Orlik Cup.



Informacje o wynikach drużyn można znaleźć na stronach internetowych:
<http://młodzik18radom96.futbolowo.pl>
<http://młodzikradom98.futbolowo.pl/>

Biblioteka



W grudniu biblioteka dostała fundusze na zakup potrzebnych materiałów, mebli, zbiorów.

Została utworzona strefa cichego czytania dla klas 0-6: kącik z regalami, dywanem, nowymi pufami. Zostało wydzielone też miejsce do zabawy dla dzieci najmłodszych. W strefie dzieci

mają też możliwość rysowania, malowania, zabawy z książkami i maskotkami.

Planowane jest utworzenie drugiej strefy: strefy słuchania. Tu będzie możliwość słuchania audiobooków.

Kupione są /w trakcie realizacji/ ciekawe graficznie **przekładki, rozdzielacze do książek, podpórki kolorowe** będą służyły do czytelnego oznaczania zbiorów dostępnych dla uczniów.



Zostały kupione nowe zbiory w ilości dotąd niespotykanej w naszej szkole ☺ :

/za ok. 9 tys zł/. Zbiory zostały wybrane przez nauczycielki: D. Majkusiak i Z. Litwin, dostosowane do potrzeb nauczycieli i uczniów, po konsultacjach z nauczycielami / informacje zbierane w ciągu ostatnich 2 lat- potrzebne materiały i zbiory/. Wszystkie zakupy zostały dokonane w wysyłkowej księgarni, sprzedającej hurtowo dla szkół. Otrzymaliśmy rabat na zakupy oraz rabat od ceny ogólnej zakupów.

Kupione zostały:

- **audiobooki**, kilkadziesiąt egz. W tym są m.in. : bajki w formacie mp3, niektóre powieści, opowiadania /np. Oto jest Kasia, W pustyni i w puszczy, Kot w butach ../
 Audiobooki będą wykorzystywane na lekcjach oraz w bibliotece w strefie słuchania

- **bajki** dla najmłodszych
 - **opowiadania** dla najmłodszych, w tym o dinozaurach
 - **powieści młodzieżowe**: fantastyczne, przygodowe, obyczajowe, baśniowe, sensacyjne

/o duchach, strachach, tajemnicach zamków, lochach.../
 , m.in. seria: Dawno temu w ...

/ ciekawe historie ze starożytności, średniowiecza, kolejnych wieków w formie lekkiej/

- **pomoce do zajęć** jak: origami, sztuka tworzenia konstrukcji z rozmaitych materiałów /lampiony np./, słomkowe czary, wiatraczki

- **utwory dla uczniów i dla nauczycieli** do pracy z uczniami humorystyczne, dydaktyczne, z morałem, np. bajki Ezopa, Co to znaczy? /frazologia/, zabawne formy ciekawe graficznie, uczące frazeologii itp.

- **materiały dydaktyczne dla nauczycieli:** zabawy /festyny, zabawy na powietrzu, klasa zintegrowana, inscenizacje szkole, Jak zorganizować święto? itp...

- **słowniki ilustrowane polsko- angielskie**

- **albumy z różnych dziedzin ilustrowane, dla uczniów**

- **nowe zestawy lektur dla uczniów klas 1-3:**

***ks. Twardowski: Patyki i patyczki**

***W. Chotomska: Legendy polskie**

***K. Kieniewska-Kowaliszyn: Magda, Paweł i Ty**

***Makuszyński: Przygody Koziołka Matołka 1**

- **uzupełnienie innych lektur, wymiana części zużytych egzemplarzy**

Wszystkie zbiory będą dostępne po inwentaryzacji /wpisaniu do bazy danych, oznaczeniu itp./, na początku lutego.

Błędne nawyki żywieniowe dzieci i młodzieży



Błędne nawyki żywieniowe młodych ludzi to problem, z którym zmagają się nie tylko rodzice czy lekarze, ale także nauczyciele i dietetycy. Coraz częściej bowiem można spotkać dziecko z nadwagą czy też otyłością, a także pojawiają się wśród nich choroby, które w dawniejszych czasach dopadały osoby znacznie starsze. **Nieregularne spożywanie posiłków** to najczęstszy błąd popełniany przez dzieci w wieku szkolnym. Niejedzenia śniadań, kosztem dłuższego snu, oraz przejadanie się na wieczór, po zajęciach, sprzyja pogorszeniu przyswajania wiedzy i nabywania umiejętności.

Kolejnym istotnym błędem popełnianym przez młodzież szkolną jest **podjadanie**. Między posiłkami pojada około 90% młodzieży, a połowa z nich robi to kilka razy dziennie. To także ważny czynnik sprzyjający przekarmieniu i nadwadze.

Dzieci **unikają spożywania warzyw, owoców, produktów zbożowych czy też strączkowych**. W zamian w ich miejsce pojawiają się **hamburgery, frytki, chipsy i słodczyce**. Z tej racji, iż te produkty najczęściej można otrzymać w sklepach, lub też w barach szybkiej obsługi, znajdujących się w niedalekiej odległości od szkoły. Jedyną wyróżniającą się rzeczą, jest fakt, iż dzieci i młodzież, pochodząca ze wsi, rzadziej niż ich rówieśnicy z miasta, sięga po tego typu produkty spożywcze.

Preferencje żywieniowe młodych ludzi w kierunku żywności wysoce przetworzonej, sprawiają, iż pojawiają się różnego rodzaju niedobory witamin i składników mineralnych. One to mogą prowadzić do zaburzeń wzrastania i dojrzewania.

Niedobory witaminy D szczególnie wpływają na proces mineralizacji kości, tak szalenie ważny w przypadku dorastania.

Niestety zagrożenie niedożywienia częściej dotyczy młodych dziewcząt niż chłopców. Związane jest to oczywiście z idealną sylwetką, jaką chcą posiadać nastolatki. **Odchudzają się na własną rękę**, zwykle nie jedzą pierwszego śniadania.

Nierzadko tego typu sytuacje doprowadzają do skrajnego wykończenia organizmu młodej kobiety, co często może się skończyć anoreksją.

Natomiast głównym problemem żywieniowym chłopców jest chęć uzyskania większej masy mięśniowej. Zwykle to jedzą oni więcej niż dziewczęta, jednak jest to związane głównie z żywnością typu "Fast-food". Niepokojącym zjawiskiem jest **wzrost częstości sięgania po różne odżywki i suplementy diety**, pochodzące niekiedy z niepewnych źródeł. U chłopców też częściej niż u dziewcząt, odnotowuje się występowanie nadwagi, z racji zwiększonego spożycia tłuszczów i węglowodanów prostych.

Otyłość

Współczesny tryb życia i sposób żywienia stwarzają okoliczności sprzyjające rozwojowi otyłości. Choroba ta jest schorzeniem cywilizacyjnym wynikającym z zaburzeń adaptacji organizmu do stale zmieniających się warunków otoczenia. Organizm nie ma mechanizmów chroniących go przed nadmiarem pożywienia.

Otyłość ma przebieg stopniowy i często rozpoczyna się w młodym wieku, dlatego też działania prewencyjne powinny być podejmowane wcześniej, by nie dopuścić do wtórnych powikłań narządowych i metabolicznych. Najczęściej otyłość dotyczy całych rodzin, wysunięto przypuszczenia, że u jej podłoża leżą czynniki genetyczne.

Jak wynika z badań 70% dzieci ma przynajmniej jedno z rodziców otyłe, a 20- 30% obydwój rodziców. Otyłość uznawana jest za niebezpieczną, ponieważ stanowi czynnik ryzyka, m. in. cukrzycy typu 2, zaburzeń lipidowych, nadciśnienia tętniczego, choroby niedokrwiennej serca, nowotworów, prowadzi do zmian kostno- stawowych, pogarsza przebieg klinicznych chorób układu pokarmowego i oddechowego.

Badania pokazują, iż nadwaga oraz otyłość występuje u 7-15% dzieci i młodzieży w wieku od 7 do 18 lat. Skala tego problemu niestety coraz bardziej pogłębia się. Głównym czynnikiem odpowiedzialnym za występowanie tego problemu są ogromne błędy żywieniowe zarówno dzieci, jak i ich rodziców, a także niewielka aktywność fizyczna. Szerzące się restauracje typu „fast-food” kuszą całe rodziny do przyjsia na "smaczny", niezdrowy obiad, natomiast rozwój technologii i ogólnodostępność do komputerów i internetu, sprawia, że najmłodszy nie korzystają ze "świeżego powietrza". Szacuje się niestety, iż problem ten będzie niewątpliwie w przyszłości narastał. Dlatego też tak istotne jest, aby od najmłodszych lat, wyrabiać wśród swoich pociech zdrowy styl życia, który pozwoli ominąć pandemię otyłości i wszelkich chorób cywilizacyjnych.

Zalecenia żywieniowe dla dzieci w wieku szkolnym:

- Należy zapewnić co najmniej 4 posiłki dziennie z zachowaniem odpowiednich przerw między nimi.
- Pożywienie powinno być urozmaicone z wykorzystaniem odpowiednich ilości produktów z każdej z pięciu podstawowych grup: produktów zbożowych, mleka i przetworów mlecznych, mięsa, drobiu, wędlin, jaj, owoców, warzyw, tłuszczów roślinnych.
- Należy ograniczyć spożycie tłuszczów zwierzęcych, cukru oraz soli.
- Produkty, które powinny być spożywane w ograniczonych ilościach: frytki, hamburgery, cheeseburgery, pizza, chipsy, ciastka, torty, słodczyce i inne wysokotłuszczowe produkty.
- Pożądane produkty w żywieniu dzieci to: owoce, warzywa, soki, jogurty, napoje mleczne, sery, orzechy (bez soli) płatki śniadaniowe, salatkę warzywną z małymi dodatkami olejów roślinnych.
- Zwiększenie spożycia mleka i przetworów mlecznych, owoców, warzyw zapewni prawidłowy rozwój i osiągnięcie najwyższej szczytowej masy kostnej.

- Regularne pomiary wysokości i masy ciała są niezbędne do oceny prawidłowości rozwoju fizycznego.
- Upowszechnienie wśród dzieci potrzeby spożywania produktów zawierających konieczne do rozwoju składniki odżywcze, które zapewnią urodę i dobrą sylwetkę oraz kondycję fizyczną, jest ważnym elementem promocji dobrego stanu zdrowia w późniejszych latach życia.

PAMIĘTAJ!

Odżywianie ma podstawowe znaczenie życiowe dla organizmu. Musisz wiedzieć, że odżywianie decyduje o naszym stanie zdrowia. Jeśli pragniesz, żeby utrzymać dobre zdrowie to musisz zadbać, żeby w Twojej diecie znajdowały się pełnowartościowe posiłki. To co spożywamy każdego dnia warunkuje nasze zdrowie, równowagę psychiczną, kondycję fizyczną, dobre samopoczucie i wygląd.

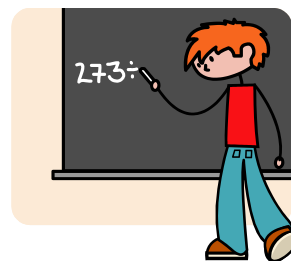
Wykorzystano materiały ze strony: <http://www.odzywianie.info.pl/>

Opracowały:

Katarzyna Skrzętek

Iwona Jastrzębska

wyniki klasyfikacji śródrocznej 2011/12



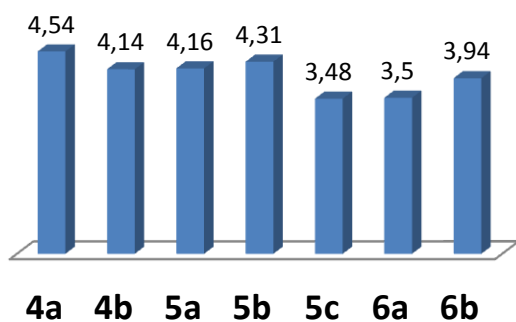
Uczniowie, którzy otrzymali średnia równą lub wyższą 4,75

4a	4b	5a	5b	6a	6b
Jakub Budniak	Anna Mortka	Aleksandra Dąbrowa	Mikołaj Firlej	Karolina Chrzanowska	Mateusz Czyszkowski
Julia Jadczyk		Partycja Dryja	Jakub Glista	Kacper Jagiela	Anna Czyżycka
Dawid Kalita		Piotr Górski	Anna Jaworska		Anna Glista
Bartosz Kosno		Natasza Nowak	Magdalena Kuczyńska	Anna Nowak	Aleksandra Korcz
Renata Mażwa			Kacper Lutek	Paulina Romanowska	Aleksandra Korcz
Katarzyna Pawlaczyk			Martyna Molendowska	Piotr Sasin	Kacper Mokosa
Patrycja Piwońska			Klaudia Orlicka		Przemysław Wieczorek
Oskara Piwoński					
Zuzanna Szyber					
Karolina Worosz					

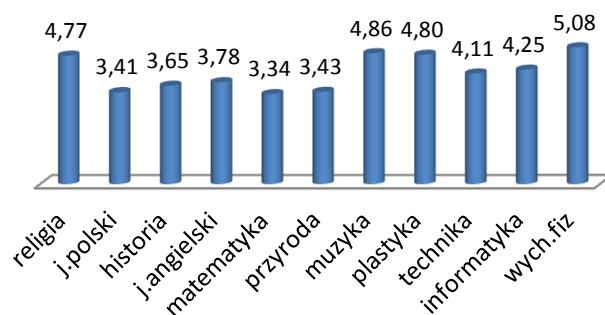
Ogólne wyniki klasyfikacji

	ilość ucz.	klasyf.	nklf	z ndst	>4,75	wz	bdb	db	pop	ndp	ng
4a	29	29	0	0	11	16	9	4	0	0	0
4b	29	29	0	3	1	0	13	10	6	0	0
5a	26	26	0	0	4	2	15	8	1	0	0
5b	24	24	0	0	7	4	12	3	4	1	0
5c	13	13	0	2	0	0	1	5	6	1	0
6a	27	27	0	4	5	2	7	10	3	3	2
6b	28	28	0	1	6	3	17	6	2	0	0
	176	176	0	10	34	11	65	42	22	5	2
				0,0568	0,19318	0,0625	0,3693	0,23864	0,125	0,02841	0,01136

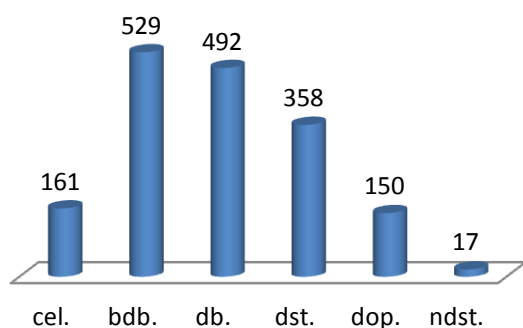
średnie klas



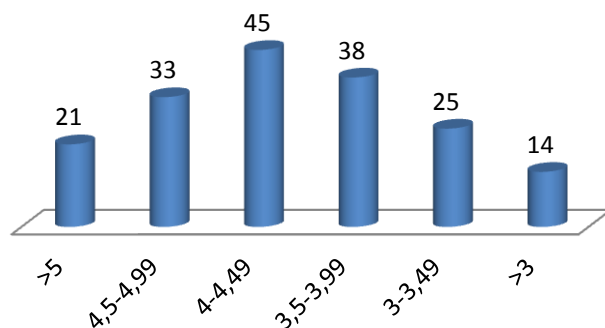
przedmioty



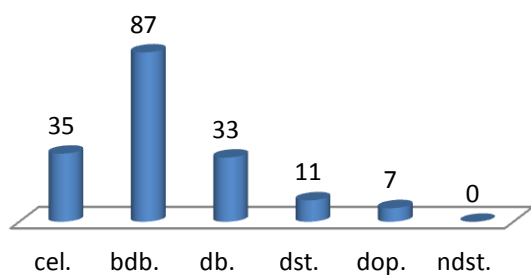
oceny ogólnie



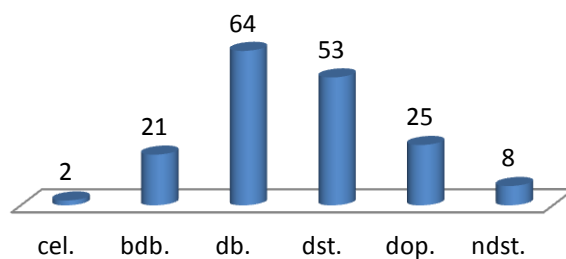
uczniowie według średnich



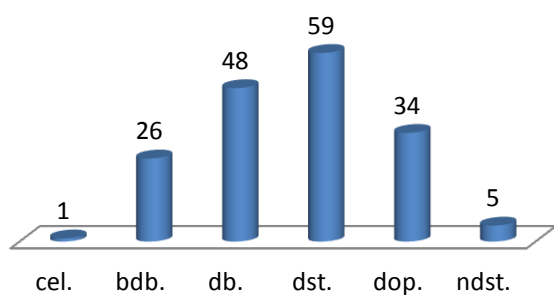
religia



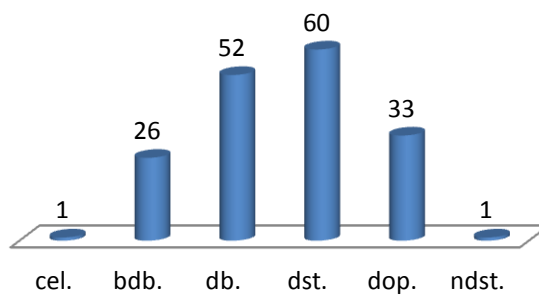
język polski



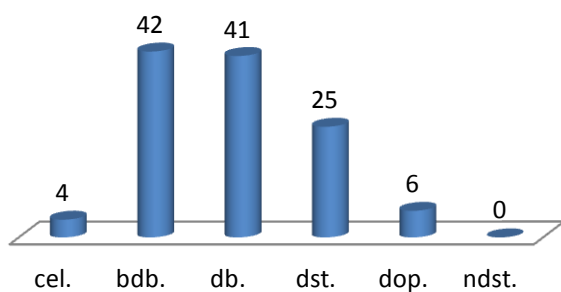
matematyka



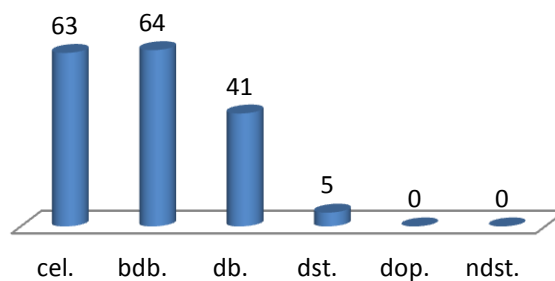
przyroda



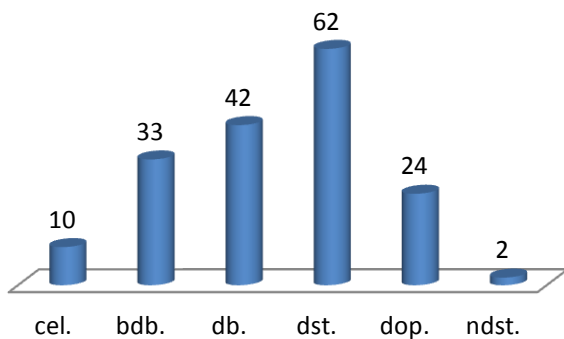
technika



wychowanie fizyczne



historia



język angielski

