

Gazetka szkolna Szkoły Podstawowej nr 26 w Rzeszowie

NASZA "26"

Czas goni nas...



I już po świętach, i już nowy rok, jest po pierwszym półroczu i po feriach... niedługo wakacje...

Zastanawialiście się czasem nad upływem czasu? Ciągłe czekamy na COŚ. Na weekend, na kolejny tydzień, na święta, na urodziny, na wakacje... na dorosłość, na miłość... Tymczasem życie umyka nam na czekaniu!

Kochani Uczniowie! Jesteście młodymi ludźmi, pewnie nigdy nie zastanawialiście nad przemijaniem. Może to i lepiej :). Uczcie się jednak doceniać okres, w którym jesteście. Przed Wami piękny (choć trudny) czas dojrzewania, przyjaźni, miłości, nauki. Czas podejmowania decyzji dotyczących Waszej przyszłości. Czas, który zostanie w Waszych sercach na długo. Uczynicie go szczęśliwym, wykorzystajcie go dobrze. ŻYJCIE! Nie czekajcie! Żyćcie! :)

mgr Małgorzata Oczóś

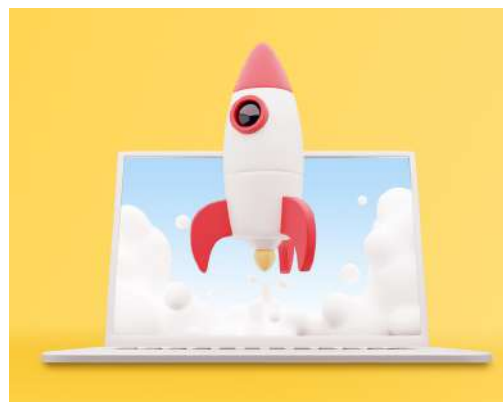
A w tym numerze przeczytacie o:

- bibliotecznej akcji "Biblioteka - dobre miejsce dla człowieka";
- AI - szansie czy zagrożeniu w edukacji?;
- kosmicznej lekcji w SP 26;
- Międzynarodowym Dniu Języka Ojczystego;
- szkolnej telewizji i... o tym jak można się włączyć w jej działanie :);
- tym, jak ważna jest pasja;
- istotnej roli AKCEPTACJI;



KOSMICZNA LEKCJA

Szkola
nie z tej ziemi



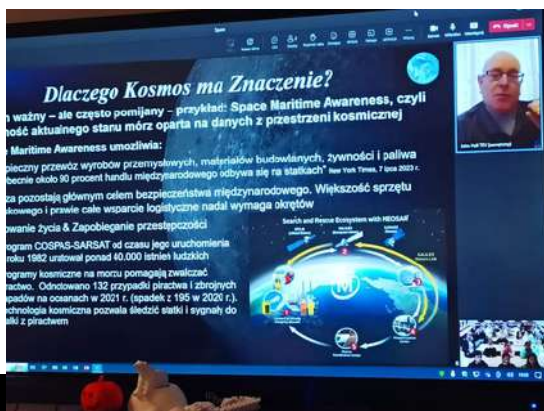
Pod takim hasłem uczniowie naszej szkoły biorą udział w wielu wydarzeniach związanych z tematyką kosmiczną, która choć nie jest wprost ujęta w podstawie programowej nauczania w szkołach podstawowych, może przygotować uczniów do wyboru dalszej drogi rozwoju lub po prostu zainspirować do własnego rozwoju. Wiedza ze wszystkich przedmiotów, umiejętności i kształtowane postawy służą młodym do poznawania, badania i zrozumienia zjawisk zachodzących we Wszechświecie.

Kosmiczną przygodę rozpoczęliśmy w grudniu 2023r. lekcją on-line w języku angielskim, prowadzoną przez pana Johna F. Halla, wieloletniego dyrektora w NASA. Kolejnym krokiem był udział naszych uczniów z klasy 3b, 4b, 5a, 5b i 7a w nagraniu do programu edukacyjnego TVP Rzeszów „Edu Przystanek” w styczniu 2024r, gdzie pokazaliśmy jak tematykę kosmiczną można wprowadzić przy nauczaniu matematyki, języka angielskiego, edukacji informatycznej, techniki oraz doradztwa zawodowego.

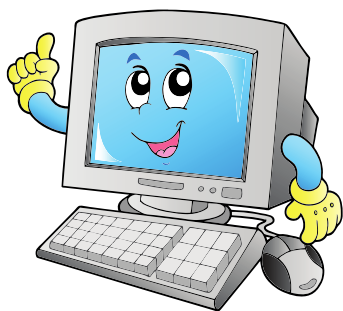
Ale to nie koniec niezemskiej wyprawy. Paxi, maskotka Europejskiej Agencji Kosmicznej, towarzyszy nam na zajęciach języka angielskiego oraz już wkrótce, przeniesie nas w przestrzeń na lekcjach informatyki. Stworzymy miniaturę systemu solarnego podczas akcji „Zafascynuj się kosmosem”, wykorzystamy technologię VR na zajęciach doradztwa zawodowego i być może, po raz drugi w tym roku weźmiemy udział w Lekcjach nie z tej Ziemi. Póki co, wznieśliśmy się ponad ziemię, uczestnicząc w wirtualnej wyprawie do Krakowa, gdzie braliśmy udział w konferencji JobInAir, podsumowującej projekt „VirtuAir Reality - projektowanie przyszłości w zawodach lotniczych z wykorzystaniem wirtualnej rzeczywistości lotniska” w podkrakowskim Porcie Lotniczym Balice.

Nasi uczniowie mierzą przecież wysoko... :)

Opracowała: mgr Anna Pańtak - Krzeszowska



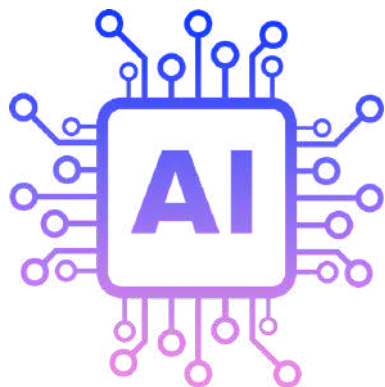
SZTUCZNA INTELIGENCJA: NASZ NOWY KUMPEL W NAUCE



Cześć! Dzisiaj opowiem Wam o czymś bardzo ciekawym, co nazywa się sztuczną inteligencją, ale żeby było prościej, nazwijmy ją po prostu "AI". AI to jak komputerowy kolega, który może nam pomóc w nauce.

Dlaczego AI jest fajna?

- Zawsze gotowa do pomocy: AI jest jak korepetytor, który jest z nami cały czas, nawet w nocy!
- Robi naukę ciekawszą: Dzięki AI możemy się uczyć na wesoło, grając w edukacyjne gry komputerowe.
- Pomaga nauczycielom: Dzięki AI nauczyciele mają więcej czasu na zabawę z nami w szkole, bo komputer pomaga im w sprawdzaniu prac.



Ale czy AI ma jakieś wady?

- Nie zastąpi prawdziwych przyjaciół: AI to nie człowiek i nie może z nami pogadać czy pocieszyć, gdy jesteśmy smutni.
- Musimy uważać na nasze dane: Kiedy korzystamy z AI, musimy pamiętać, żeby nie podawać nikomu naszych tajemnic.
- Nie może robić wszystkiego za nas: AI to tylko narzędzie, które nam pomaga, ale to my musimy się uczyć i myśleć.

Jak mądrze korzystać z AI?

Używajmy AI jako pomocnika: AI to jak kalkulator, który pomaga nam w liczeniu, ale to my musimy znać tabliczkę mnożenia.

Bądźmy krytyczni: Kiedy AI coś nam podpowie, zastanówmy się, czy to ma sens.

Rozwijajmy swoje umiejętności: AI nie nauczy nas rysować, śpiewać czy być dobrym kolegą.

Pamiętajcie, że AI to świetna sprawa, ale to my jesteśmy najważniejsi w nauce. Używajmy AI jako narzędzia, które nam pomaga, ale nie zapominajmy, że to my mamy być mądrzy i kreatywni. Niech AI będzie naszym pomocnikiem, a nie zastępcą w nauce. Bawcie się dobrze z AI, ale pamiętajcie, żeby też uczyć się samodzielnie!

Opracowała: AI
pod czujnym okiem mgr Małgorzaty Oczkoś ;)



BIBLIOTEKA – DOBRE MIEJSCE DLA CZŁOWIEKA

Nasza szkoła przystąpiła do Ogólnopolskiego Programu dla Bibliotek „Biblioteka – dobre miejsce dla człowieka”, którego celem są m.in.: promocja czytania, aktywizacja bibliotek szkolnych, wsparcie pozytywnego wizerunku biblioteki szkolnej jako przyjaznego i bezpiecznego miejsca w szkole.



W ramach projektu odbywają się różne atrakcje czytelnicze dla uczniów:

Od grudnia w bibliotece zorganizowana jest **strefa „Bookflix”**, której nazwa nawiązuje do popularnej platformy streamingowej. Jest złożona z dwóch części.

Pierwsza część to gazetka ścienna pod hasłem „Polecane przez was” z wydrukowanymi okładkami książek zaproponowanymi przez uczniów (listę książek tworzy się na podstawie kart rekomendacji, które dostępne są dla uczniów w bibliotece) – gazetka jest aktualizowana raz w miesiącu. Druga część strefy to prezentacja książek na regałach ekspozycyjnych według kategorii: „Nowości”, „Biblioteka poleca”, „Najpopularniejsze książki”, „Najczęściej wypożyczone książki” (dotyczy książek niebędących lekturami szkolnymi). Celem akcji jest zintegrowanie środowiska szkolnego; stworzenie możliwości wypowiedzenia się uczniów na temat ich ulubionych książek oraz współtworzenia gazetki i ekspozycji w bibliotece; stworzenie przestrzeni w bibliotece, dzięki której uczniowie będą mogli szybko znaleźć nowości biblioteczne; promowanie czytelnictwa.

PRZYPOMINAMY
w bibliotece
dostępne są
wszystkie numery
„Naszej26”



BIBLIOTEKA – DOBRE MIEJSCE DLA CZŁOWIEKA cd.

Po feriach rozpoczęto kolejną akcję czytelniczną pod hasłem „W bibliotece damy ci spokój – Cicha godzina w bibliotece”.

Polega na przedstawieniu biblioteki jako bezpiecznego miejsca, azylu od nadmiaru bodźców, hałasu i stresu.

W dzisiejszych czasach uczniowie borykają się z wieloma trudnościami natury psychicznej – są przebodźcowani, cierpią z powodu nadmiaru informacji i nomofobii (lęku przed utratą telefonu komórkowego), odczuwają stres wynikający z wymagań edukacyjnych i rówieśniczych, czują się samotni i zagubieni.

Dlatego tak ważne jest pomaganie i wspieranie dzieci i młodzieży w dbaniu o ich dobrostan poprzez zapewnienie w szkole zacisznego miejsca, by mogli oderwać się od pędzącego, głośnego otoczenia. Jak podkreślają pomysłodawcy akcji, „w bibliotece, jak wiadomo, nie stawiamy stopni, ale – co ważniejsze – naprawdę nie oceniamy. Korzystanie z biblioteki nie służy żadnemu wytyczonemu celowi w postaci przyszłego egzaminu, nie niesie za sobą żadnej presji wyniku. Z kolei samo czytanie książek (...) jest jednym z najefektywniejszych sposobów odpoczynku i pozbywania się stresu (...)”. Celem akcji jest promowanie nawyków i metod korzystnych dla ogółu uczniów, które pomogą im w codziennym funkcjonowaniu oraz wypromowanie biblioteki szkolnej jako spokojnego, bezpiecznego i przyjaznego miejsca w szkole.

Cicha godzina w bibliotece” odbywa się w każdy czwartek od 14:00 do 15:00 (także na przerwach!). W tym czasie można w ciszy czytać książki/czasopisma, wykonywać zadania domowe; wyciszyć się; zrelaksować się i odpocząć od nadmiaru bodźców. Nie można rozmawiać ze sobą ani z bibliotekarzem; nie ma także możliwości wypożyczenia książek (przez osoby nieuczestniczące w „Cichej godzinie”).



**Kolejne akcje w ramach programu już wkrótce!
Zapraszamy!**

Opracowała: mgr Anna Domin

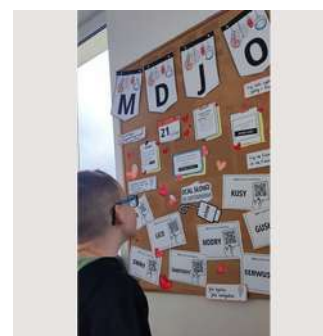


MIĘDZYNARODOWY DZIEŃ JĘZYKA OJCZYSTEGO

MIĘDZYNARODOWY DZIEŃ JĘZYKA OJCZYSTEGO



Międzynarodowy Dzień Języka Ojczystego, obchodzony 21 lutego, to wyjątkowa okazja do świętowania i doceniania naszego języka polskiego. Ustanowiony przez UNESCO w 1999 roku, dzień ten przypomina nam o bogactwie i różnorodności językowej świata oraz o konieczności ochrony języków zagrożonych wyginięciem. Jest to czas, aby zastanowić się nad wartością języka w rozwoju dziedzictwa kulturowego i jego roli w kształtowaniu naszej tożsamości narodowej.



W naszej placówce Międzynarodowy Dzień Języka Ojczystego był okazją do podjęcia szeregu inicjatyw promujących miłość do języka polskiego. Nauczyciele- poloniści zorganizowali ciekawe lekcje języka polskiego, a wychowawcy świetlicy okazjonalne zajęcia. Uczniowie mogli zgłębiać tajniki polszczyzny, odkrywać jej niezwykłość, a także lekcje zamieniły się w przestrzeń pełną gier i zabaw słownych, które nie tylko bawiły, ale również uczyły.

Korytarze szkoły ozdobiły liczne materiały edukacyjne, w tym plakaty i gazetki, które przypominały o znaczeniu języka ojczystego i zachęcały do dbałości o poprawność językową.

Międzynarodowy Dzień Języka Ojczystego to nie tylko przypomnienie o wartościach języka, ale również zachęta do jego aktywnego używania i pielęgnowania. Działania nauczycieli w naszej szkole pokazały, że język polski jest żywy i bliski sercu każdego ucznia. Niech ten dzień będzie dla nas wszystkich inspiracją do codziennego odkrywania piękna naszego języka ojczystego.

Opracowała: mgr Małgorzata Oczóś



SZKOLNA TELEWIZJA – NASZA 26 –
Wasze okno na szkolny świat :)

Mamy dla Wszystkich fantastyczną wiadomość!
Nasza szkoła ma teraz własną telewizję.
Nazywa się "Nasza 26" i jest to coś,
czego nie można przegapić!

WOW



"Nasza 26" to nowy, ekscytujący projekt, stworzony po to, aby dzielić się z Wami najważniejszymi informacjami z życia naszej szkoły. Od nauki przez sport aż po sztukę. Pamiętajcie, że każdy z Was może stać się częścią tej niezwykłej przygody! Jeśli chcesz współtworzyć szkolne wiadomości, zgłoś się do pana Piotra, który jest inicjatorem i głównym redaktorem naszego programu.

Dołączcie do nas i bądźcie na bieżąco z "Naszą 26"!
Śledźcie nasze odcinki i bądźcie świadkami tego,
co najlepsze w naszej szkole!

Odcinki dostępne są na stronie internetowej szkoły i szkolnym facebooku :)

Opracował: mgr Piotr Smotryś



PASJA W ŻYCIU MŁODEGO CZŁOWIEKA –
SŁOWO PANI PSYCHOLOG :)

W osiągnięciu równowagi ogromne znaczenie ma rozwijanie własnego hobby

1. Hobby redukuje stres i pozwala odpocząć

Rozwijanie pasji jest wspaniałą formą odpoczynku. Ważne, aby w życiu mieć coś, co nas odpręża, pozwala się zrelaksować, zapomnieć o trudach dnia codziennego i problemach. Rozwijanie zainteresowań jest właśnie taką chwilą zapomnienia, w której przestajemy myśleć o rzeczach niezwiązanych z naszą pasją. Hobby powinno wpływać na nas kojąco i pozwolić się wyciszyć, podnieść nas na duchu, a jednocześnie dodać energii i siły do działania. Na rozładowanie stresu wpływają różne formy aktywności fizycznej, ale także prace manualne czy dobra lektura, która przeniesie nas w zupełnie inną rzeczywistość.

W przypadku aktywności fizycznych na naszej pasji dodatkowo zyskuje również zdrowie fizyczne, psychiczne i kondycja. Poza tym wykonywanie przyjemnych czynności wpływa na nas pozytywnie i obniża poziom stresu. A jak wiadomo, permanentny stres może przyczynić się do rozwoju wielu chorób cywilizacyjnych, takich jak na przykład depresja. Oddając się hobby, nigdy nie będziemy mieć poczucia zmarnowanego czasu.

2. Dodatkowe zajęcia pomagają w zarządzaniu własnym czasem

Im mniej czasu na coś mamy, tym więcej udaje nam się zrobić. Chodzi o dobrą organizację pracy i motywację, by zmieścić się w określonym przedziale czasowym. Za taką motywację może właśnie posłużyć rozwijanie hobby – te przysłowiowe 5 minut tylko dla nas. Staje się to też pewnego rodzaju nagrodą za to, że udało nam się wyrobić ze wszystkimi obowiązkami i z czystym sumieniem możemy oddać się przyjemnościom.

3. Rozwija i uczy nowych rzeczy

Każdemu hobby towarzyszy nauka i rozwijanie nowych umiejętności.

Doskonaląc się w jakiejś dziedzinie, chętniej się uczymy i więcej zapamiętujemy. Poszerzamy naszą wiedzę i horyzonty, poszukując informacji na dany temat. Czytając branżowe artykuły i książki, odwiedzając miejsca związane z naszą pasją czy oglądając filmy poświęconej danej tematyce. Pozwala nam to być na bieżąco z nowinkami i stale poszerzać swoją wiedzę, zmuszając przy tym umysł do wzmożonej aktywności intelektualnej. Czas poświęcony na rozwój hobby to świetna inwestycja w siebie. Możliwe, że w przyszłości zaowocuje zdobyciem wymarzonej pracy. Pasja może stać się naszym źródłem utrzymania, co jest chyba jedną z najlepszych rzeczy w życiu. Nigdy tak naprawdę nie wiemy, kiedy nasze umiejętności i wiedza z danej dziedziny nam się przydadzą i co dzięki nim zyskamy.



PASJA W ŻYCIU MŁODEGO CZŁOWIEKA –
SŁOWO PANI PSYCHOLOG :) – cd

4. Pasja umacnia pewność siebie i wpływa na wyższe poczucie własnej wartości

Rozwijanie pasji umacnia pewność siebie i utwierdza nas w poczuciu własnej wartości. Pasja zapewnia poczucie celu, sprawia, że dążymy do bycia lepszą wersją siebie. Jest nieustającym treningiem pomagającym w realizowaniu kolejnych planów. W momencie, kiedy uda nam się spełnić nasze dążenia, poprawia się nasza samoocena i wzrasta poziom zadowolenia z życia. Sukcesy są świadectwem wytrwałości, zaangażowania i samozaparcia w dążeniu do celu i spełnienia. Dają powód do dumy. Powtarzalność czynności związanych z hobby sprawia, że doskonalimy się na tym polu i stajemy się ekspertami w danej dziedzinie. Pasja umacnia nas też w poczuciu, że mamy coś swojego, coś, co nas definiuje. Pomaga określić, co jest dla nas ważne w życiu, niezależnie od roli, jaką pełniemy: pracownika, męża, córki – jesteśmy kimś więcej, a hobby staje się czymś, co mamy tylko dla siebie. Jest to najlepsza forma samorealizacji i zaspokojenia potrzeb wewnętrznych.

5. Hobby buduje relacje

Posiadanie hobby sprzyja nawiązywaniu nowych znajomości, poznawaniu ludzi, którzy podzielają nasze zainteresowania i z którymi możemy wymieniać się doświadczeniami. Często poznawane w ten sposób osoby to nasze bratnie dusze. Zawarte w ten sposób znajomości mogą zaowocować długą i piękną przyjaźnią. Jeśli dodatkowo jesteśmy osobami nieśmiałymi, które nieczęsto wychodzą do ludzi, to właśnie uprawiając hobby, można stworzyć sobie wiele okazji do poznawania nowych osób. Rozpoczęcie rozmowy i nawiązanie relacji z drugą osobą o tych samych zainteresowaniach będzie dużo łatwiejsze.

6. Ważna rola rodziców

Najważniejszym, co rodzice mogą dać młodemu człowiekowi rozwijającemu swoje zainteresowania i talent, wydaje mi się coś, co może brzmieć banalnie, ale jest ogromnie ważne: wspierająca obecność. Co to znaczy? To zainteresowanie tym, co interesuje młodego człowieka, autentyczna ciekawość tego, co robi, co przeżywa. Nawet jeśli ten młody człowiek jest już takim specjalistą w swojej dziedzinie, że z trudem rozumiemy, co mówi – nasze szczere zainteresowanie buduje w nim poczucie własnej wartości, która jest niezwykle ważna w dążeniu do sukcesu.

opracowała: mgr Kinga Kreft-Płodzień



O TYM, JAK WAŻNA JEST AKCEPTACJA... Odrzucenie przez rówieśników w szkole – jak pomóc?

Brak akceptacji niektórych uczniów przez rówieśników to problem tak stary jak samo istnienie szkolnictwa, ale wciąż aktualny i groźny. Nieakceptowane dziecko zwykle samo sobie nie poradzi z odrzuceniem przez innych, co może mieć poważne konsekwencje dla jego psychiki. Każdy z nas może się spotkać z brakiem akceptacji, na większą lub mniejszą skalę. Z problemem tym borykamy się nierzadko w szkole bądź grupie rówieśniczej. Dzieci, które zostają odrzucone przez innych uczniów w swojej klasie, czują się bezbronne, zaszczute. Nie chcą chodzić do szkoły, przeraża ich nowy rok szkolny, nie lubią rówieśników, mają objawy psychosomatyczne przed pójściem do szkoły, a nawet stany depresyjne.

Przyczyny odrzucenia dziecka przez klasę?

Najczęstszą przyczyną odrzucenia dziecka przez rówieśników jest inność. Nieakceptowane bywają dzieci, które są nowe w klasie, źle się uczą lub - wręcz przeciwnie - są bardzo zdolne i faworyzowane przez nauczycieli. Nielubiane są dzieci agresywne, ale i zbyt nieśmiałe. Brak akceptacji może także dotyczyć sfery materialnej, dyskryminacji rasowej, narodowej lub społecznej. Przyczyn jest wiele...

Objawy odrzucenia przez grupę

Odrzucenie dziecka wpływa negatywnie na jego samoocenę, motywację do nauki. Jest przyczyną zaburzeń zachowania, niechęci do szkoły, niskich wyników w nauce. Dzieci nie potrafią poradzić sobie z tym problemem same, wówczas stają się agresywne, zaczynają unikać szkoły, w której czują się nieakceptowane. Zaczynają wagarować, prowokują konflikty.

Objawy wskazujące na istnienie problemu to:

- odrzucenie ucznia przez klasę,
- częste konflikty z rówieśnikami,
- nadpobudliwość,
- odosobnienie,
- brak przyjaciół,
- samotność podczas przerw,
- często agresja skierowana przeciwko rówieśnikom, bądź skierowana na siebie
- częste wpadanie w złość,
- problemy z zachowaniem w czasie lekcji i na przerwach.



O TYM, JAK WAŻNA JEST AKCEPTACJA...cd.

UWAGA!

Drogi UCZNIU/UCZENNICO!

Jeśli czujesz się nieakceptowany, odrzucony, osaczony bądź hejtowany przez swoich rówieśników przyjdź do gabinetu psychologa /pedagoga porozmawiać.

Każdy zasługuje na szacunek.

Czasem jedna rozmowa może rozwiązać wiele problemów.

opracowała mgr Kinga Kreft-Płodzień

