

diologii

Miesięcznik pedagogiczny

Nr 3 (230)
Marzec 2019
Szczecin
ISSN 2300-9691



Okładka: Iwona Sarnicka
pixel

Jeśli nie my to kto?
EKOsojusznicy



Pracownia Tańca Etnicznego
w Pałacu Młodzieży
„Aloha Hawaje”

Zdjęcia: Monika Wilczyńska



„Dialogi” Miesięcznik**Pedagogiczny**

e-mail:

dialogi@palac.szczecin.pl

Wydawca:

Pałac Młodzieży –
Pomorskie Centrum
Edukacji

Redagują:*Ewa Karasińska*

(redaktor naczelna)

Ryszard Goclan

(redaktor techniczny)

Kolegium redakcyjne:*Paweł Bartnik**Katarzyna Fenczak**Róża Czerniawska-
Karcz**Bogdan Matłowski**Wiesław Seidler*

Zastrzegamy sobie
prawo do skracania,

opracowań,

redagowania

i adiustacji tekstów

oraz zmiany ich

tytułów.

Za treść ogłoszeń
odpowiedzialności

nie ponosimy.

Adres redakcji:

Pałac Młodzieży – PCE

al. Piastów 7

70-327 Szczecin

tel. 91 422 52 61

Strona internetowa:

[https://pe.szczecin.pl/
chapter_201347.asp](https://pe.szczecin.pl/chapter_201347.asp)

W numerze:

- * **Ekologia –
problem globalny** 4-6



- * **Od malucha
do przyrodnika** 7



- * **Rośliny i ich znaczenie
w życiu człowieka** 8-9



- * **Powietrze i woda ważna
rzecz, więc smogowi
mówię precz** 9-10



- * **Dbamy o środowisko** 11-13



- * **Dbamy o czystość** 14-16

- * **Kuchnia przedszkolaka
kluczem do zdrowia** 17-18



- * **Relaks z książką** 19

- * **CUD** ⁽⁶⁾ 20-21

- * **Ogrodowa Opera** 21



- * **Dziecko wobec śmierci** 22-23



- * **Z wiatrem w żaglach** 24-30

Warsztaty, konferencje, spotkania, projekcje**Sala do wynajęcia**

Pałac Młodzieży oferuje do wynajęcia salę multimedialną na 50 osób. Sala znajduje się w budynku nowej siedziby, przy al. Piastów 7 (centrum Szczecina). Wyposażona jest w nowoczesny sprzęt techniczny, m.in. projektor, rzutnik multimedialny i nagłośnienie w systemie dźwiękowym dolby surround. Można tu zorganizować m.in. warsztaty, konferencje, spotkania, projekcje. Gwarantujemy pomoc techniczną przy obsłudze.

Warunki wynajmu i terminy rezerwacji – w sekretariacie PM-PCE, tel. 91 422 52 61



Szkoła Podstawowa Nr 1 Ekologia – problem globalny

„... to, co tak cieszy oczy i raduje ducha może ulec zniszczeniu”.

Jan Paweł II

Propagowanie ekologicznych postaw wśród dzieci i młodzieży, uwrażliwienie na dbałość o środowisko, a także ukierunkowanie na rozbudzenie zainteresowań szeroko pojętymi zależnościami między organizmami, a otoczeniem powinno być istotnym elementem pracy dydaktyczno-wychowawczej szkoły. W obecnych czasach problem ekologii stał się problemem globalnym. Zwrócenie uwagi na treści ekologiczne powinno mieć wpływ na przyszłość mieszkańców Ziemi. Życie w harmonii człowieka z przyrodą zostało zakłócone. Skutki tego możemy dostrzec już dzisiaj: zanieczyszczenia powietrza – smog, zanieczyszczenia wody, gleby, emisja gazów cieplarnianych, wymieranie gatunków roślin i zwierząt, zmiana klimatu, problem z odpadami. Podejmowanie akcji na skalę światową leży w gestii liderów państw, odbywa się na szczeblu międzynarodowym.

W naszej szkole możemy podejmować lokalne działania proekologiczne, które mogą w przyszłości zaowocować działaniami globalnymi. Dbamy o środowisko poprzez różnorodne akcje, wyjścia, rajdy, lekcje lub zajęcia dodatkowe. Jedną z takich



form były wieloletnie **zbiórki makulatury, zużytych baterii, elektrośmieci, nakrętek**. Cieszyło nas duże zaangażowanie dzieci, młodzieży, rodzin i społeczności lokalnej. Nasi uczniowie i ich rodziny mają satysfakcję z tego, iż zbierając makulaturę oszczędzili ścięcia wielu drzew oraz wodę, którą trzeba by było zużyć w papierni. O ekologii pamiętamy nie tylko podczas różnych akcji, wyjść, wycieczek. Codziennie segregujemy śmieci, korzystając z wystawionych na każdym piętrze specjalnych pojemników oznaczonych odpowiednim kolorem i napisem. Zgodnie z powiedzeniem „*czym skorupka za młodu nasiąknie...*” dzieci uczą się nawyku oddzielania odpadów, przenoszą to na grunt domowy. W ten sposób przyczyniają się do ograniczenia zanieczyszczenia gleby, wody i powietrza.

Uczniowie każdego dnia dowiadują się, jak troszczyć się o naszą planetę. Wiedzą, że należy oszczędzać wodę, papier, prąd. Przypominają im o tym kolorowe naklejki obrazków-informacyjne umieszczone w szkolnych łazienkach i salach.

Poszerzając ofertę edukacyjną szkoły **zapraszamy** do naszej placówki **specjalistów** z zakresu ochrony środowiska z różnych instytucji. Pracownicy Izby Celnej przeprowadzali spotkania poświęcone m. in. dziko żyjącym gatunkom roślin i zwierząt zagrożonych wyginięciem (CITES). Uczniowie klas starszych uczestniczyli w zajęciach „Plastik off”, podczas których zwrócono uwagę na ogromny problem globalny zanieczyszczenia Ziemi drobinami plastiku w glebie i wodzie. Nasi wychowankowie uświa-





domili sobie, że konieczne jest odejście od używania torebek foliowych, naczyń jednorazowych. W tym celu na szkolnym Festiwalu Zdrowia zaprezentowaliśmy zalety picia dobrej, mineralnej wody oraz źródła jej zanieczyszczeń.

Stałym elementem edukacji ekologicznej jest udział w licznych **konkursach przyrodniczych**: szkolnych, międzyszkolnych (np. „Przyjaciel przyrody”, „Eko-zabawka”), a także ogólnopolskich (np. „Eko-Planeta”, „Nasza Ziemia- środowisko przyrodnicze wczoraj, dziś i jutro”). Uczniowie, przygotowując się do nich pod kierunkiem nauczycieli, poszerzają swoją wiedzę poza podstawowe zagadnienia, a także uświadamiają problem cywilizacyjnych zagrożeń środowiska naturalnego.

Kolejnym działaniem jest cykliczna akcja **Sprzątania Świata**, prowadzona w soboty. Uczniowie pod opieką nauczycieli wychodzą w teren posprzątać okolice Szczecina. Młodzież poinstruowana o zasadach bezpieczeństwa, zaopatrzona w jednorazowe rękawiczki błyskawicznie zapełnia worki odpadami. Szczególnie zaśmiecone są tereny wokół kąpielisk miejskich po sezonie letnim. Znajdowaliśmy np. zużyte grille, zniszczone parasole przeciwsłoneczne, jednorazowe plastikowe opakowania.

W naszej szkole prężnie działają **organizacje PTTK, LOP**, w ramach których odbywają się cieka-



we rajdy turystyczne. Organizowane są w soboty i zraszają dzieci z różnych poziomów klas, w różnym wieku. Celem tych działań jest rozpowszechnianie form proekologicznego spędzania wolnego czasu, a także możliwość obcowania z przyrodą, dostrzegania jej piękna i nabywanie wiedzy empirycznej.

Organizowaliśmy także wyjazdy edukacyjne poza teren Szczecina, m.in. do **Ośrodka Edukacji Przyrodniczo-Leśnej w Kliniskach**, gdzie na profesjonalnie przygotowanej ścieżce dydaktycznej uczniowie poznawali tajemnice lasu. W **Ośrodku Szkoleniowo-Badawczym Ostoja** dzieci uczestniczyły w warsztatach „Energia Słońca”, podczas których poznawały zagadnienia dotyczące energii odnawialnej (m.in. kolektory słoneczne, ogniwa fotowoltaiczne), budowały modele samochodów solarnych. Dużą frajdę sprawiła dzieciom przejażdżka gokartem napędzanym energią słońca. W naszej ekologicznej podróży nie może zabraknąć wizyt w **Eco-Generatorze, Ekoporcie**, które poszerzają wiedzę uczniów na temat wykorzystania odpadów do wytwarzania energii. Wychowawcy organizują liczne wycieczki przyrodnicze, zielone szkoły m.in. do obszarów objętych ochroną przyrody (np. Iński Park Krajobrazowy, Drawski Park Krajobrazowy).

Jesteśmy szkołą położoną w centrum miasta, otoczoną licznymi budynkami. W związku z tym od





wielu lat dbamy o to, aby upiększać teren wokół niej. Założyliśmy **szkolny ogródek**, który pielęgnowany jest przez uczniów pod czujnym okiem opiekunów. Corocznie pojawiają się nowe nasadzenia, systematycznie odbywają się w nim prace porządkowe. W upiększanie terenu szkoły włączają się także rodzice, którzy zasadzili przy boisku szkolnym kilka drzewek ozdobnej wiśni Kanzan. Aktywnie uczestniczyliśmy w miejskich konkursach i akcjach dotyczących zagospodarowania terenów zielonych np.: „Zielona Szkoła – Przygoda z Przyrodą” zajmując III miejsce oraz „Zielona Szkoła – Nasza przygoda z bioróżnorodnością” – wyróżnienie.

Wiosenną wizytówką Szczecina stały się kwitnące krokusy. Nasza szkoła także chce ją tworzyć, dlatego wzięliśmy udział w „Krokusowej Rewolucji”, która jednocześnie była dla naszych uczniów lekcją przyrody i prospołecznych zachowań.

Kolejnym planowanym przedsięwzięciem jest zorganizowanie **ekokiermaszu**, podczas którego sprzedawane będą torby bawełniane na zakupy wykonane przez uczniów wraz z rodzinami w ramach szkolnego konkursu. Celem tego działania jest przyczynienie się do poprawy stanu środowiska poprzez rezygnację z kupowania reklamówek foliowych. Dochód uzyskany ze sprzedaży toreb przeznaczony zostanie na zakup roślin do naszego ogródka.

Kształtowanie nawyków mądrego korzystania z zasobów środowiska naturalnego jest obecnie koniecznym elementem edukacji społecznej. Mamy nadzieję, że nasze działania na gruncie szkolnym przyczynią się do zwiększenia ekoświadomości naszych uczniów, a także całej społeczności lokalnej. Wpajając od najmłodszych lat ideę ekologii, rozwijamy w młodym człowieku odpowiedzialność za swoje czyny i decyzje.

Renata Antkowiak
Ewa Żydownik-Błażejewska
 – nauczycielki ze Szkoły Podstawowej Nr 1



Szkoła Podstawowa Nr 51

Od malucha do przyrodnika

Bliższa i dalsza przyroda, to dziedzina życia, która w piękny sposób umożliwia kształtowanie u dzieci wrażliwości estetycznej i postawy proekologicznej. To świat roślin, zwierząt, słońce, wiatr czy deszcz, wszystko to, co nas otacza i zachwyca każdego dnia. Przyroda szczególnie przyciąga uwagę dzieci poprzez swoją paletę barw jak również dźwięki. Należy jednak pamiętać o tym, że, by wciąż, przez kolejne tysiące lat mieć, co podziwiać, trzeba o tę przyrodę dbać. Podejście to staramy się zaszczepiać już u małych dzieci, od najwcześniejszych lat.

W związku z tym Oddziały Przedszkolne Szkoły Podstawowej Nr 51 przy ul. Mikołajczyka w Szczecinie wzięły udział w akcji „**Krokusowa Rewolucja**”. Każde dziecko z oddziału (a jest ich całkiem sporo, bo aż 115) posadziło kilka cebulek krokusów przed budynkiem szkoły. A to wszystko po to, byśmy na wiosnę, przyozdobili nasz teren przyszkolny pięknym dywanem kwiatów. Już dziś dzieci z niecierpliwością wypatrują krokusów i cieszy ich każdy kolejny pączek pręźnie wybijający się spod ziemi. Dodatkowo wzięliśmy udział w akcji „**Karmnik**”, w której otrzymaliśmy karmnik dla ptaków wraz z montażem. Dzieci miały możliwość uczestniczyć w spotkaniu z przedstawicielami Lasów Miejskich na temat dokarmiania ptaków zimą, dzięki czemu poczuły się odpowiedzialne za stworzenia ważne dla naszego ekosystemu. Włączyliśmy się również do akcji „**Szkolne Ogródki Marvit**”. Jest to program dla dzieci, niosący ze sobą naukę zdro-

wego odżywiania, zwracający uwagę na istotę aktywnego spędzania czasu wolnego, gdzie można robić to poprzez pracę właśnie w ogrodzie. W ramach projektu, na zielonym terenie szkolnym powstanie Ogródek Warzywny i Ziołowy, którego zbiory będą wykorzystywane przez stołówkę przedszkolną oraz podczas zajęć organizowanych przez firmę Marvit, związanych ze zdrowym odżywianiem. Oprócz tego dzieci będą mogły brać udział w pracach porządkowych w ogrodzie, co, jak można się domyślić sprawi im ogromną radość. Jak wiemy, dla małego dziecka, pomoc w takich pracach jest nie lada wyzwaniem i przyjemnością. A żeby tego nie było mało, zapisaliśmy się na zajęcia „**Fascynujący Świat Pszczół i Mrówek**”, aby nasze maluchy miały okazję poznać rolę tych niesamowitych owadów. Podczas prelekcji na temat pszczoł prowadzonej przez **Aleksandra Rębacza** można dotknąć prawdziwego plastra pszczelego, spróbować pszczelich produktów, a nawet zajrzeć do wnętrza ula! Oprócz tego dzieci poznają również prawdziwy świat mrówek, ich zwyczaje, budowę ciała, pracę. Jesteśmy pewne, że nasze przedszkolne maluszki będą zadowolone i podekscytowane. Zaś już niedługo, bo 15 kwietnia 2019 r. wybieramy się do Gospodarstwa Agroturystycznego w Smętowicach, by dzieci miały możliwość zabawy i relaksu na łonie natury oraz obejrzenia rozmaitych zwierząt zamieszkujących owe gospodarstwo.

*Izabela Kaczmarczyk
Martyna Dogoda*

*– Szkoła Podstawowa Nr 51 w Szczecinie,
oddziały przedszkolne ul. Mikołajczyka 20*



Szkoła Podstawowa Nr 63

Rośliny i ich znaczenie w życiu człowieka

W roku szkolnym 2018/2019 Szkoła Podstawowa Nr 63 z Oddziałami Integracyjnymi w Szczecinie przystąpiła do realizacji projektu „*Rośliny i ich znaczenie w życiu człowieka*”. Projekt został podzielony na kilka etapów. Celem projektu jest pogłębienie świadomości uczniów, jak ważną i istotną rolę w naszym życiu spełniają rośliny. Uczniowie jednocześnie zwracając będą uwagę na współpracę w grupie, sposoby komunikacji i wyznaczanie w nich zadań oraz pełnionych ról. Projekt rozpoczął się od przekazania każdej klasie sadzonek kwiatów. Uczniowie w tym samym czasie dostali powierzone zadania do wykonania. Każdy miesiąc odkrywa nowe wiadomości o roślinach. Poniżej zamieszczone są informacje o zadaniach, które już zostały zrealizowane oraz tych, które będą realizowane później.



Etapy realizacji projektu

Etap I. – LISTOPAD

Każda klasa podzieliła się na 5 grup. Każda z grup otrzymała sadzonki kwiatów. Zadaniem uczniów było samodzielnie wyznaczyć sobie rolę i zadania w grupie. Uczniowie uzyskiwali informacje, jaki gatunek rośliny otrzymali, wyszukiwali informacji o warunkach, jakie trzeba danej roślinie zapewnić. Zadaniem uczniów było również wykonać fotografię danej rośliny, aby móc później porównywać efekty pracy. Technika i forma pracy przedstawienia informacji dotyczących roślin była dowolna. Uczniowie mogli wykonywać prezentacje, wykonywać album itp.

Etap I zakończył się w listopadzie. Jego celem było sprawdzenie wiedzy, jaką uczniowie posiadają o gatunku rośliny, którą otrzymali.

Etap II. – GRUDZIEŃ

Zadaniem uczniów było uzyskiwanie informacji na temat roli i znaczenia roślin w życiu człowieka. Zima jest okresem, w którym zanieczyszczenie powietrza przekracza dopuszczalne normy. Jak ważne są rośliny w naszym otoczeniu? Czy warto je mieć w swoich domach, szkołach, miejscach pracy? Jak ważną rolę pełni? Co to jest smog?

Na te i pozostałe pytania uczniowie wspólnie wyszukiwali odpowiedzi, pamiętając jednocześnie o dalszej pielęgnacji otrzymanej rośliny. Swoje spostrzeżenia dołączali do pierwszej części przedstawionej z listopada.

Etap III. – STYCZEŃ

W styczniu uczniowie wyszukiwali informacji dotyczącej sposobów rozmnażania roślin. Bardzo ważnym było, aby odszukali informację dotyczącą sposobu rozmnażania danej rośliny, którą otrzymali. W tym miesiącu każda z grup organizowała sobie ziemię i doniczki, które będą niezbędne do sadzenia roślin z końcem lutego, początkiem marca. W tym miesiącu uczniowie wyznaczali w każdej grupie osobę odpowiedzialną za opiekę nad rośliną podczas ferii zimowych. Wyznaczona osoba na okres ferii zimowych zabierała roślinę do domu.

Etap IV – LUTY

W lutym uczniowie przesadzali rośliny do większych doniczek. Zadaniem ich było również zmierzenie rośliny i porównanie jej przyrostu.

Etap V – MARZEC

W marcu uczniowie będą wyszukiwać informacji na temat wpływu klimatu na dane gatunki roślin. Istotną rolę w tym miesiącu odgrywać będzie proces fotosyntezy.

Etap VI – KWIECIEŃ

W kwietniu uczniowie będą wyszukiwać informacji dotyczącej wykorzystywania roślin przez człowieka. Należy również zmierzyć roślinę i porównać jej przyrost od momentu przesadzenia do nowej doniczki.

Etap VII – MAJ

W tym miesiącu uczniowie przygotowują podsumowanie projektu.

Etap VIII – CZERWIEC PODSUMOWANIE PROJEKTU

Zakończenie projektu odbędzie się w czerwcu podczas festynu rodzinnego. Wspólnie z samorządem szkolnym będą podsumowane efekty. Zwrócimy uwagę na przyrost roślin oraz zapewnienie im optymalnych warunków.

W naszej szkole w danym roku szkolnym powstały również obrazy z żywych kwiatów. Na dzień dzisiejszy mamy ich już 12. Powiesiliśmy na korytarzach szkoły. Naszym zadaniem jest ukazanie, że rośliny można wykorzystywać również w sposób bardziej oryginalny, nietypowy.

W maju wspólnie z uczniami będziemy sadzić z żywych kwiatów napis naszej szkoły. W tamtym roku użyliśmy do tego 200 sadzonek begonii, w tym roku nad wyborem gatunku kwiatów jeszcze się zastanawiamy. W roku szkolnym 2018/2019 podejmujemy wiele działań mających na celu zwiększenie świadomości o roślinach. Chcemy jednocześnie, aby nasza szkoła z każdym miesiącem stawała się coraz bardziej zielona. Osobą realizującą projekty jest **Sebastian Busa**.



SOSW Nr 2

Powietrze i woda ważna rzecz, więc smogowi mówię precz

Od wielu lat w Specjalnym Ośrodku Szkolno-Wychowawczym Nr 2 w Szczecinie prowadzi się różnorodne zajęcia z zakresu edukacji ekologicznej. Jedną z form jest cykliczny konkurs ekologiczny dla Szkoły Przyspasabiającej do Pracy Nr 2 wchodzącej w skład SOSW Nr 2. Każdorazowo konkurs ten obejmuje inną tematykę z zakresu ochrony przyrody i ma swoje przewodnie hasło np.: „Góra śmieci świat nam szpeci”, „Ziemia planetą życia”, „Kiedy woda czysta cały świat korzysta”. Konkurs ten odbywa się dwuetapowo. Każda klasa, czyli ekipa konkursowa, otrzymuje od organizatorów konkursu materiały i zadania do opracowania przed finałem konkursu. Podczas finału konkursu klasy spotykają się w szkolnej auli i wykonują różne zadania związane z tematyką konkursu.

Ostatni konkurs odbył pod hasłem „**Powietrze i woda ważna rzecz, więc smogowi mówię precz**”. Tym razem młodzież zajmowała się problemem smogu i jego skutkami dla przyszłości Ziemi. Finał konkursu rozpoczęli aktorzy ze szkolnego koła teatralnego, którzy zaprezentowali uczestnikom konkursu zmodyfikowaną bajkę „Czerwony Kapturek” w której poruszane były problemy związane z czystością powietrza w różnych miejscach Ziemi. Następnie uczniowie SPdP Nr 2 (niepełnosprawni intelektualnie w stopniu umiarkowanym) przystąpili do rywalizacji wykonując różne zadania konkursowe.



10

Zadania te miały na celu między innymi:

- uświadamianie młodzieży, że od tego co robi człowiek zależy jakość życia na Ziemi,
- utrwalenie wiadomości związanych z problemami ochrony środowiska,
- kształtowanie nawyków związanych z gospodarką odpadami,
- kształtowanie umiejętności współpracy w zespole,
- rozwijanie sprawności manualnej,
- ćwiczenie zmysłów

Wśród zadań konkursowych było: stworzenie „smogowego drzewa”, rzut baterią do specjalnego pojemnika przeznaczonego do tego celu, segregacja materiałów przeznaczonych do palenia w piecu lub w ognisku, ćwiczenie głosu, słuchu i wyobraźni oraz rozpoznawanie drzew, które tworzą na Ziemi lasy mieszane wytwarzające tlen niezbędny do życia. Doświadczenie chemiczne przeprowadzone przez klasy pokazało uczestnikom konkursu jak ważne do życia jest czyste powietrze. Uczestnicy konkursu obejrżeli też film o sposobach w jaki można dbać o środowisko, w którym żyjemy. Wszystkie klasy wykazały wielkie zaangażowanie i zdobyły maksymalną ilość punktów. Wszyscy uczestnicy konkursu otrzymali nagrody, które ufundowali sponsorzy dla których ochrona środowiska jest bardzo ważna.

Ta forma edukacji ekologicznej sprawdza się w warunkach pracy z młodzieżą niepełnosprawną intelektualnie w stopniu umiarkowanym. Młodzież w dużym stopniu przyswaja treści, które poruszane były w trakcie konkursu i potrafi odnieść je do codziennego życia. I jest to kolejny krok w kształtowaniu postaw proekologicznych wśród młodzieży.

Halina Czosnowicz

– Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy Nr 2



Przedszkole Publiczne Nr 27

Jeśli nie my to kto? Dbamy o środowisko

Ziemia to trzecia, licząc od Słońca, oraz piąta pod względem wielkości planeta Układu Słonecznego. Pod względem średnicy, masy i gęstości jest to największa planeta skalista Układu Słonecznego. Ziemia jest zamieszkała przez miliony gatunków, w tym przez człowieka. Jest jedynym znanym miejscem we Wszechświecie, w którym występuje życie. Wspaniałe krajobrazy, przepiękne kolory, cuda stworzone przez naturę, rośliny i zwierzęta... Ingerencja człowieka w środowisko naturalne doprowadziła do realnego zagrożenia, co czyste, dziewicze, nieskazitelne. Coraz szybciej rozwijające się technologie sprawiły, że stajemy się przewodnikiem prądu elektrycznego! A wszystko za sprawą jakże wydaje się potrzebnych urządzeń dnia codziennego: telewizora, telefonu komórkowego, lodówki, telewizora, łóżka wodnego, anteny, alarmu, kucharek mikrofalowych, radia, golarek, radarów, zgrzewarek, suszarek do włosów, itd. To nic innego jak tak zwany „smog elektromagnetyczny”. Do tej listy dołączyć można również: samochody i wydostające się z nich spaliny. Dostają się one do powietrza i stają się czynnikami wywołującymi takie kataklizmy, jak: kwaśne deszcze, smog, efekt cieplarniany, itd... Niewątpliwie większość z odkrytych wynalazków i zjawisk jest potrzebna w życiu człowieka, lecz należy jednocześnie maksymalnie minimalizować szkodliwy ich wpływ na i tak stojące na skraju wyniszczenia środowisko. Mówiąc o degradacji i dewastacji środowiska nie



można pominąć katastrof ekologicznych, czyli złamania równowagi dynamicznej układu ekosystemu środowiska przyrodniczego na skutek uszkodzenia lub zniszczenia jego struktury, bądź funkcji w takim zakresie, że uniemożliwione jest działanie naturalnych mechanizmów. Każde z tych zagrożeń ma wpływ na człowieka i będzie miało wpływ na każde następne, przychodzące na świat pokolenie. Bez świadomości ekologicznej, na bardzo wysokim poziomie, staniemy się samo destruktywni. Nikt, oprócz nas samych nie sprawi, że Ziemia, fauna, flora, otaczający nas cały ekosystem zostanie możliwie, wysoce odbudowany.

Edukacja dzieci z zakresu ochrony i kształtowania środowiska człowieka powinna więc stanowić składową część działalności dydaktyczno - wychowawczej i wychowawczo – opiekuńczej nauczyciela i rodziców, a także powinna inspirować ich do samoedukacji

Edukacja dzieci już od najmłodszych lat życia jest podstawowym warunkiem racjonalnego postępowania w duchu szacunku do przyrody i jej ochrony tu i teraz oraz w przyszłości, a także odpowiedniego postępowania wobec innych i siebie celem zachowania zdrowia psychicznego i fizycznego. Tworzenie sytuacji wyzwających potrzebę działania na rzecz przyrody jest więc niezmiernie ważne.

Od kilku lat zajmuję się w moim przedszkolu takimi akcjami, jak: zbieraniem





nakrętek plastikowych dla chorego chłopca. Od września 2018 do stycznia 2019, zebraliśmy 12 dużych worków. Zbieramy również makulaturę, która systematycznie wywożona jest do firmy "Remondis". Pieniążki za makulaturę zostają przekazane do naszego szczecińskiego TOZ czyli Towarzystwa Opieki nad Zwierzętami. W zbiórkę nakrętek i makulatury zaangażowane jest całe przedszkole. Od trzylatka po nauczycieli i rodziców. Tak więc plastik i papier są segregowane. Dzięki nim niesiemy pomoc ludziom i zwierzętom. Jednak największą radość mam kiedy prowadzę tak zwane EkoWalentynki. Pomysłodawcą i organizatorem ogólnopolskim jest pan Dominik Dobrowolski. W tym dniu jestem...EkoWalentynką. Prowadzę zajęcia na temat segregacji śmieci. Każda z grup wykonuje również pracę plastyczną z odpadów eko. Podczas trwania „EkoWalentynek” chcemy pokazać, że na najwspanialsze uczucie, zasługuje również Ziemia, a codzienna troska o otaczający świat jest najlepszym dowodem miłości do naszej planety. Nasze przedszkolaki wyraziły tę miłość nie tylko ubiorem w kolorze czerwonym ale także szeroką wiedzą z zakresu ekologii. Odpowiadają na pytania: Komu można pomóc?. Po co się pomaga? W jaki sposób? i w końcu, Jak żyć aby dookoła było czysto? Dzieci dowiedziały się do jakich pojemników można wrzucić papier, szkło kolorowe, szkło bezbarwne, metal, plastik.. segregowały różne przedmioty i układały na przygotowanych kartkach o tym samym kolorze, co pojemniki, dzieliły na sylaby słowo Ziemia oraz bateria, segregacja. Wskazywały głoski w nagłosie i wygłosie. Za wszystkie działania dzieci otrzymały słodki podarunek, oczywiście w kształcie walentynkowego serduszka. Jesteśmy EKO.

Nasz zwykły-niezwykły dzień w przedszkolu zaczynamy zawsze sprawdzeniem stanu jakości pogody aplikacją „Kanarek”. Dzieci są



zaangażowane w to działanie, ponieważ to one przede wszystkim muszą mieć świadomość tego czy w danym dniu powietrze jest czyste oraz czy w związku z pojawiającym się na aplikacji kolorem można wyjść na plac przedszkolny. Informacja o stanie jakości powietrza jest wyraźnie wyeksponowana kolorem: czerwonym, pomarańczowym/żółtym i zielonym.

Wraz ze zmieniającą się porą roku i nadchodzącą wiosną, teren wokół przedszkola, za sprawą bratków, mieni się wieloma kolorami. Dzieci przy niewielkiej pomocy nauczyciela sadzą kwiaty. Możemy wówczas nie tylko zmienić wystrój terenu przedszkolnego ale również omówić budowę bratka, wymienić z jakich części się składa oraz co potrzebne jest roślinom do życia.

Dbając o środowisko, dbamy również o własne zdrowie. Zęby są potrzebne do gryzienia, siekania, do jedzenia. Po posiłku nasze dzieci myją je aby były czyste i zdrowe. Każdy ma swój kubeczek, do którego nalewa wodę. Wiemy dobrze, że woda nie musi płynąć pełnym strumieniem z kranu. Po czynnościach higienicznych czas na zajęcia dydaktyczne. Omawiamy między innymi warunki atmosferyczne panujące na dworze. Sprawdzamy, które światło będzie nam bardziej potrzebne. Słoneczne czy sztuczne. Jeśli za oknami jest przejrzyste niebo i świeci słońce, natychmiast gasimy światło. Wiemy, że źródło światła zewnętrzne (słoneczne) jest najbardziej wartościowym ze światła.

Przed nami wiosna. Częstsze wyjścia na dwór. Przed każdym wyjściem omawiamy z dziećmi kodeks bezpiecznej zabawy oraz przypominamy, jak ważny dla estetycznego wyglądu jest czysty teren placu, gdzie stoją pojemniki na śmieci, gdzie i w czym rośliny czują się najlepiej. Utrwalanie wiadomości spowoduje zapamiętanie i wysoce prawdopodobne wykonywanie tego, co utrwalone.

Zbliżające się warsztaty ekologiczne w naszym przedszkolu Ekolandia.edu podpowiedzą dzieciom, co wybrać aby być zdrowszym i żyć zdrowo oraz zwiększą świadomość naszego/ich wpływu na środowisko. Ideą warsztatów bowiem jest podnoszenie poziomu świadomości ekologicznej i kształtowanie postaw ekologicznych społeczeń-



stwa poprzez promowanie zasad zrównoważonego rozwoju. To także edukacją ekologiczną w zakresie selektywnej zbiórki odpadów komunalnych, idea zero waste oraz ekologiczny tryb życia. Podczas dwudniowych warsztatów zasadzimy w naszym ogrodzie drzewo. Niezwykłe drzewo. Jego niezwykłość polega na tym, że rośnie bardzo wysokie, posiada duże liście i daje bardzo dużo tlenu. Przyroda jest wspaniała, a kolor zielony uspakaja. Jesteśmy EKO i chcemy pomagać przyrodzie każdego dnia.

Kamila Insadowska

– nauczycielka wychowania przedszkolnego



Przedszkole Publiczne Nr 77

Dbamy o czystość

Jednym z ważnych zadań przedszkola jest rozbudzanie zainteresowań przyrodniczych dzieci, uwrażliwianie ich na piękno przyrody, a także budzenie świadomości ekologicznej oraz kształtowanie nawyków i postaw proekologicznych. Kontakt z przyrodą stanowi dla dziecka źródło wrażeń i przeżyć, wywołuje chęć aktywnego działania, co daje możliwość zapoznania go z podstawowymi zasadami ochrony środowiska. Poznając przyrodę i rządzące nią prawa dziecko dostrzega również czynniki sprzyjające i zagrażające jej istnieniu. Dostarczaniu wiedzy musi towarzyszyć praktyczne działanie, w toku którego dziecko uświadamia sobie, że człowiek poprzez swoje nieodpowiedzialne zachowania niszczy przyrodę, ale także może i powinien o nią dbać. Niezwykle ważne jest też to, aby takie działania nie były przypadkowe, a ich realizacja odbywała się systematycznie przez cały okres edukacji przedszkolnej dziecka.

W bieżącym roku szkolnym nasze działania skupiły się głównie wokół recyklingu i właściwej gospodarki odpadami. Wpływ na to miały obserwacje przedszkolaków poczynione podczas spacerów w okolicy placówki. Niestety, zarówno trawniki w pobliżu sąsiadujących z przedszkolem szkół, jak i teren parku są bardzo zanieczyszczone. Dzieci zauważyły, że większość śmieci to puszki i butelki po napojach oraz opakowania po słodyczach. Stąd wniosek, że przyczynili się do tego młodzi ludzie, którzy uczą się w placówkach znajdujących się obok przedszkola lub mieszkają w pobliżu. Nie brakowało tam też odpadów pozostawionych przez osoby dorosłe. Planując pracę wzięliśmy pod uwagę te smutne wnioski i od września realizujemy projekt pt. „*Co mogą zrobić dzieci, by nie rosła góra śmieci?*”.

Naukę dbania o czystość otoczenia oraz racjonalnego gospodarowania odpadami zaczęliśmy od zajęć w terenie. Starsze przedszkolaki uczestniczyły w projekcie „*Spotka-*

nia edukacyjne w EKOPORCIE”, zorganizowanym przez Wydział Gospodarki Komunalnej i Ochrony Środowiska Urzędu Miasta Szczecin we współpracy z Centrum Informacji Turystycznej „Smaragdowe – Zdroje”. Celem projektu było przybliżenie tematyki gospodarki odpadami w powiązaniu z ochroną środowiska. Dzieci zwiedziły Ekoport ucząc się jednocześnie segregacji odpadów, poznały odpady niebezpieczne i zagroże-





nia związane z ich nieodpowiednim składowaniem. Wszystkie przedszkolaki wzięły również udział w odbywającej się co roku akcji „*Sprzątanie świata*”. Najmłodsze w naszym przedszkolu Krasnale zadbały o czystość ogrodu, natomiast starsze dzieci posprzątały najbliższą okolicę. Przedszkolaki zbierały papierki, worki foliowe, kartoniki i butelki segregując jednocześnie śmieci tak, aby można było po powrocie wyrzucić je do odpowiednich pojemników.

Ucząc się odpowiedzialności za czystość własnego otoczenia nasi wychowankowie podjęli się również sprzątania terenu w ramach akcji społecznej „*Godzina dla Szczecina*”. Działanie to było pomysłem dzieci, które podczas codziennych spacerów zaobserwowały, jak szybko posprzątaną przez nich teren został ponownie zaśmiecony.

Podczas zajęć dydaktycznych przedszkolaki wykonywały też prace plastyczne z surowców wtórnych ucząc się w ten sposób, jak można je ponownie wykorzystać. Krasnale stworzyły kolorowe stonogi z wytlóczek od jajek; Chochliki zmontowały dwa laptopy wykorzystując do

tego kartony po pizzy oraz plastikowe nakrętki; Skrzaty wykonały bałwanki ze skarpet i rolek po papierze toaletowym oraz krokodyły z pudełek po jajkach, a ponadto wspólnie zrobili bałwana z plastikowej butelki, który ozdobił kąciek przyrody. Natomiast w filii naszego przedszkola dzieci stworzyły postać Kopciuszka oraz leśniczego z bajki o Czerwonym Kapurku w formie dużych plakatów, które następnie posłużyły do wykonania zdjęć.

Zwieńczeniem podjętych do tej pory działań był „*Dzień bez zabawki*”. Naszym celem było zachęcenie dzieci do pracy twórczej i pokazanie im, że można wspaniale się bawić nie korzystając jednocześnie z gotowych zabawek. Przedszkolaki przyniosły do przedszkola różnorodne materiały i surowce wtórne, z których następnie tworzyły zaprojektowane wcześniej zabawki. Powstały w ten sposób niepowtarzalne, oryginalne dzieła, którymi dzieci bawiły się do końca dnia.

Projekt „*Co mogą zrobić dzieci, by nie rosła góra śmieci?*” to oczywiście tylko część działań związanych z ochroną przyrody podejmowanych



w placówce. Podczas zajęć dydaktycznych przedszkolaki poznawały sposoby dbania o czystość wody, powietrza i gleby, przez całą zimę dokarmiały ptaki, zbierały karmę dla zwierząt ze schroniska. Zadania te realizujemy współpracując ze środowiskiem lokalnym, m.in. z Ośrodkiem Szkoleniowo-Badawczym w zakresie energii odnawialnej w Ostoi uczestnicząc od kilku lat w organizowanych tam warsztatach ekologicznych.

Kształtowanie postaw proekologicznych u dzieci to długotrwały proces. Aby uwrażliwić je na piękno przyrody oraz nauczyć dbania o środowisko potrzebne są systematyczne działania w tym zakresie, ścisła współpraca przedszkola, domu i środowiska lokalnego oraz najważniejszy według mnie czynnik, a mianowicie osobisty przykład ludzi dorosłych prezentowany codziennie dzieciom. Tylko w ten sposób wychowamy pokolenie ludzi świadomych zagrożeń, ale także potrafiących zapobiegać im.

Katarzyna Malinowska

– nauczycielka Przedszkola Publicznego Nr 77
w Szczecinie



Przedszkole Publiczne Nr 50

Kuchnia przedszkolaka kluczem do zdrowia

Jak namówić dziecko do spróbowania potraw, na które do tej pory nie chciało nawet spojrzeć? Jak przekonać przedszkolaka do zjedzenia pietruszki czy szpinaku? Jak uświadomić maluchom, że pyszna jest nie tylko pszenna bułeczka z nutellą, a równie smaczna może być kanapka z ziarnami i twarogiem? Pozwolić mu na przygotowywanie tego, co na co dzień dostaje gotowe! Niekiedy dziecko nawet nie wie, co otrzymuje na talerzu, a wiemy, że to co nieznanne nie wzbudza naszego entuzjazmu. Kiedy jednak można samodzielnie przygotować owocowo-warzywny koktajl lub upiec prawdziwy chleb, jedzenie nabiera nowego smaku. Bo, kto nie chciałby zjeść na deser własnoręcznie przygotowanego jogurtu lub wypić soku, który przed chwilą został samodzielnie wyciśnięty i doprawiony pietruszką? Idąc tym tropem nauczycielki z Przedszkola Publicznego Nr 50 od tego roku szkolnego postanowiły stworzyć kuchnię przedszkolaka, w której każdy maluch i starszak, będzie mógł poczuć się, jak prawdziwy kucharz, a co za tym idzie przekonać się, że to, co zdrowe może być naprawdę pyszne! W przedszkolnych salach już nie słychać przy posiłkach słynnego „bleeee...” a jedynie słowa zachwytu „jakie to dobre”.

Narodowy Program Zdrowia na lata 2016-2020 przyjął za cel operacyjny m.in. poprawę sposobu żywienia, stanu odżywienia oraz aktywności fizycznej społeczeństwa. Dotyczy to również dzieci. Dzieciństwo bowiem jest okresem w życiu człowieka, w którym kształtują się jego nawyki oraz przyzwyczajenia, w tym kulinarne. To one decydują o jego późniejszym stylu życia. Dlatego tak istotne znaczenie ma edukacja zdrowotna dziecka w przedszkolu.

Jednym z zadań przedszkola jest racjonalne i regularne żywienie oraz wdrażanie dzieci do kulturalnego spożywania posiłków. My jednak chcieliśmy iść o krok dalej. Obecnie dzieci z Przedszkola Publicznego Nr 50 w Szczecinie objęte są autorskim programem zdrowotnym „*Kto o zdrowie swoje dba, ten wesołe życie ma*” w ramach którego m.in. realizują „Kuchnię przedszkolaka” – samodzielnie przygotowują posiłki, a następnie je konsumują.

W zajęciach uczestniczą wszystkie przedszkolaki, czyli dzieci od 3. do 6. roku życia.

Dzieci z niecierpliwością i entuzjazmem oczekują na comiesięczne zajęcia kulinarne w przedszkolu. Jak nam się to udaje? Otóż, stwarzamy rytuał, oczekiwanie, wzbudzamy pozytywne zainteresowanie. W tym dniu można robić to, na co mama zazwyczaj nie pozwala, czyli brudzić się, mieszać i rozsypywać, chlapać, kroić, miksować, odmierzać, włączyć przycisk na urządzeniu elektrycznym, smakować potraw przed ich ukończeniem. No cóż...sama radość!

Co robimy?

- świeże soki owocowe
- koktajle owocowo-warzywne
- jogurtowe smoothie z owocami
- sałatkę jarzynową
- sałatkę owocową
- fitkanapki
- chleb
- zdrowy deser jogurtowy
- owocowe szaszłyki
- kompot...

W działania chętnie i sumiennie angażują się także rodzice naszych wychowanków. To oni często zaopatrują w dany dzień grupy przedszkolne w potrzebne surowce oraz produkty żywnościowe. W swoim programie uwzględniamy również potrzeby dzieci z alergią pokarmową. Do przygotowywanych posiłków wykorzystujemy wówczas zamienniki, np. jogurt roślinny, mleko roślinne, masło bez laktozy czy mąkę bezglutenową.

Dodatkowo przywiązujemy uwagę do kształtowania prawidłowych postaw związanych z kulturą spożywania posiłków i obowiązującą etykietą. Jako nauczyciele wychowania przedszkolnego wiemy, że sytuacje, w których zachowania wychowanków przy stole znacznie odbiegają od przyjętych norm, są codziennością każdej placówki. Staramy się być krzewicielami prawidłowych wzorców trudnej sztuki jedzenia.



Jako zespół wychowawczy Przedszkola Publicznego Nr 50 w Szczecinie w planowany i zamierzony sposób stwarzamy sytuacje wychowawcze wywołujące proces rozwojowy zdrowotnego wychowania dziecka oraz kierujemy tym procesem. Jako dorośli bacznie obserwujemy dzieci oraz śledzimy badania ankietowe i doniesienia naukowe. Wiemy, że dzieci spożywają zbyt wiele produktów wysokoenergetycznych, cukru i jego przetworów, tłuszczu, zwłaszcza zwierzęcego. Mamy do czynienia z nadmiernym przyjmowaniem energii i niedostatecznym jej wydatkowaniem (często dzieci ruszają się tylko w przedszkolu, w domu - oglądają bajki przed telewizorem, grają na tablecie itp.). Mamy nadzieję, że takimi działaniami przyczynimy się również do walki z otyłością wśród dzieci.

Zwracamy podopiecznym uwagę, że kluczem do naszego zdrowia jest codzienna aktywność fizyczna oraz odpowiednia dieta. Wśród niej nie powinno zabraknąć warzyw i owoców. Pragniemy, aby to same dzieci, przy naszym wspomaganii, nauczyły się przygotowywania wartościowych posiłków. To dzieci mają nauczyć się wybierania tego, co zdrowe. Tym samym, chcemy nakłonić je do zwiększenia swoich preferencji żywieniowych.

Podczas realizacji „*Kuchni przedszkolaka*” dzieci zdobywają szeroką wiedzę i nabywają wiele umiejętności. Wiele z założeń programowych już się udało.

Dzieci:

- wiedzą na czym polega zdrowe odżywianie,
- są w stanie wymienić prozdrowotne składniki żywności,
- rozumieją potrzebę spożywania warzyw i owoców,
- są świadomi konieczności mycia rąk przed każdym posiłkiem oraz mycia warzyw i owoców przed spożyciem,
- znają produkty spożywcze szkodzące zdrowiu,
- twórczo i aktywnie uczestniczą w przygotowywaniu dań oraz przekąsek,
- potrafią kulturalnie zjeść posiłek,
- nabywają umiejętność prawidłowego postępowania się sztucami,
- mają możliwość korzystania ze sprzętu elektrycznego pod nadzorem osoby dorosłej,
- znają takie terminy jak m.in.: „dieta”, „dietetyk”, „zdrowie”, „zdrowy jadłospis”, „piramida żywieniowa”, „witaminy”,
- wiedzą, na czym polega praca dietetyka (dzieci brały udział w spotkaniu z panią dietetyk - jedną z mam naszych wychowanków)
- rozwijają zmysły – próbują i smakują nowych, nie znanych jeszcze owoców, warzyw,

- określają wygląd, smak i zapach żywności oraz porównują je,
- rozwijają koordynację wzrokowo-ruchową,
- wyrabiają odpowiednią sprawność motoryczną,
- kształtują swoje upodobania,
- czerpią radość z doświadczeń kulinarnych,
- dbają o oprawę i estetykę potraw oraz stołu,
- doświadczają radości z pochwały i aprobaty od osób, które częstują przygotowanymi posiłkami,
- budują wspólnotę i zacieśniają więzi,
- odczuwają przyjemność spożywania posiłku przy wspólnym stole.

Z naszego doświadczenia wynika, iż dzieci z przyjemnością sięgną po zdrowe posiłki, pod warunkiem, że jedzenie będzie atrakcyjnie podane – kusić będzie zarówno wyglądem, jak i zapachem – oraz będzie spożywane w gronie najbliższych osób. Biesiadowanie, rozumiane jako celebrowanie posiłków, to jedna z najcenniejszych umiejętności odgrywająca kluczową rolę zarówno w życiu rodzinnym, jak i towarzyskim. A co najważniejsze mają szansę na przygotowywanie tego, co za chwilę ze smakiem skosztują.

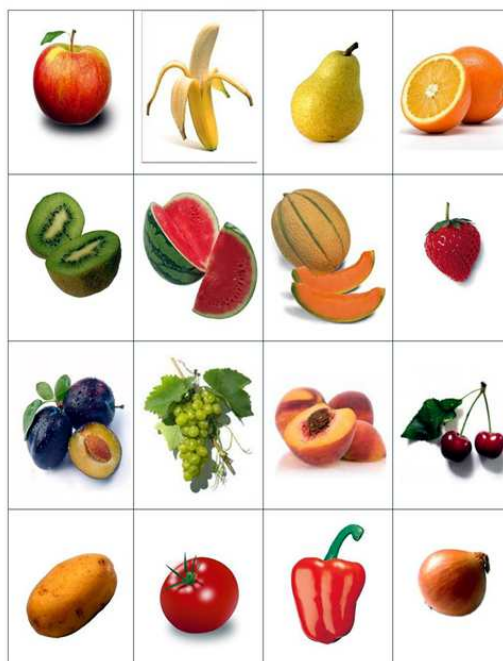
Jesteśmy przekonani, że takie działania wzbogacają ofertę edukacyjną naszego przedszkola oraz angażują i integrują naszą przedszkolną społeczność.

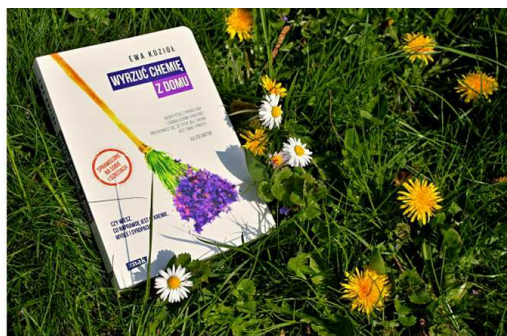
Paulina Jakowienko-Wiśniewska

– nauczycielka Przedszkola Publicznego Nr 50
w Szczecinie

Urszula Marcinkiewicz

– Dyrektor Przedszkola Publicznego Nr 50
w Szczecinie





SzczecinCzyta.pl

Życie zgodnie z naturą, bez chemii... Czy to w ogóle jest możliwe? Z książką Ewy Kozioł z pewnością będzie Wam łatwiej. Jednak warto wiedzieć, że to lektura niebezpieczna. Po jej przeczytaniu inaczej spojrzycie na swój ulubiony krem.. Kto wie, być może wyląduje razem z innymi środkami w koszu na śmieci.. Zaczniecie też litrami kupować ocet i spędzać dużo czasu w sklepie z olejkami eterycznymi. Jesteście na to gotowi?

„Nie warto niszczyć zdrowia swojego ani swoich najbliższych, ulegając sile wszechobecnej reklamy” – pisze we wstępie autorka. To fakt. Pomyśl ile razy zachęcona reklamą kupiłaś „rewelacyjny środek, który usunie każdy brud”? Potem zatykałaś nos czyszcząc łazienkę wierząc, że Twoje poświęcenie jest tego warte, bo przecież właśnie usuwasz „zabójcze wirusy i bakterie”!“Zastanów się też, dlaczego twój płyn do płukania tkanin pachnie tak intensywnie? **„Codziennie spędzamy kilkanaście godzin w domach pełnych trujących oparów i substancji.”***

Wystarczy przeczytać etykietę na jednym ze środków do czyszczenia jaki macie w łazience. Z pewnością jest tam mowa o składnikach niebezpiecznych dla środowiska, drażniących skórę, drogi oddechowe. ...

Czy aby za wzrost alergii i spadek odporności nie są odpowiedzialne te wszystkie substancje, którymi nafaszerowane są środki czystości i kosmetyki, których używamy?

„To co dziś nazywamy ekologią, niegdyś było normą”

Ewa Kozioł nie kupuje od kilku lat płynu do mycia naczyń ani proszku do prania. Jak zapewnia w jej domu jest wciąż czysto, a bakterie nie unicestwiły jej rodziny. Autorka za przykładem naszych babć wykorzystuje m.in. sodę oczyszczoną, szare mydło i ocet. W połączeniu z olejkami zapachowymi i ziołami, tworzy mieszanki, których używa do sprzątania.

Książka „Wyrzuć chemię z domu” składa się z ośmiu rozdziałów. Przeczytacie w nich nie tylko

o tym jak dbać o dom /za pomocą prostych i tanich środków, które sami możemy zrobić/, ale również o siebie i swoich bliskich.

Obok sprawdzonych receptur /np. na proste mydło w płynie, pomarańczowo- goździkowy płyn do naczyń, sosnowy płyn do mycia podłóg w kuchni/, znalazły się tu również tabele z nazwami substancji, które znajdziecie w kosmetykach i środkach czystości. Zestawienia zawierają krótki opis szkodliwego działania tych związków na nasz organizm. „Niestety, to że jakiś produkt znalazł się na półce sklepowej nie oznacza, że jest bezpieczny. Choć producenci zapewniają, że użyte w małych ilościach składniki nie spowodują żadnych szkód w naszym organizmie, wystarczy policzyć ile jak często serwujemy je sobie na skórę... Czy na pewno w takim stężeniu i połączeniu są dla nas bezpieczne?” Jeśli nie chcesz rezygnować z kupowania kremów do twarzy, może po prostu warto baczniej przyjrzeć się etykietom i wybierać te, które zawierają jak najmniej środków konserwujących..

„Czy domowe kosmetyki mogą być skuteczne?”

Autorka zapewnia, że tak! W zależności od rodzaju skóry proponuje używanie oleju sezamowego, oliwy z oliwek, oleju kokosowego, czy z pestek winogron. Oczywiście tłoczonych na zimno. Maseczki, toniki, peelingi, wonne olejki do ciała – to wszystko możesz przyrządzić sama we własnej łazience. Życie w harmonii z naturą jest bardzo proste i tanie!

Ewa Kozioł jest mamą trójki dzieci, dlatego nie zabrakło w książce specjalnego rozdziału dla rodziców. Pisze m.in. o wyprawce i środkach do pielęgnacji maluchów oraz dlaczego warto unikać komercyjnych produktów. Czy naprawdę już od narodzin należy pielęgnować skórę dziecka i wcierać w nią oliwki i balsamy? Odpowiedzi na te pytania znajdziecie w książce.

Kolejne rozdziały mówią o tym, jak dbać o zdrowie przy wykorzystaniu ziół i innych naturalnych specyfików, a nawet jak zaprojektować swój naturalny przydomowy /albo balkonowy/ogródek.

W ostatnim rozdziale autorka rozprawia się z konsumpcjonizmem, zachęcając do minimalizmu i prostoty. Nawet w domu pełnym dzieci jest to możliwe. Najważniejsze by minimalizmu uczyć już od najmłodszych lat.

Dla Ewy Kozioł, momentem przełomowym, gdy zapragnęła zmiany w swoim życiu były narodziny córki. Na swoim blogu Zielony Zagonek i teraz w swojej książce, podzieliła się z czytelnikami swoim sposobem na życie bez chemii i komercji. Jestem pewna, że dla wielu osób może to być wspaniałym bodźcem do zmian. „To czy pójdziecie w ślady autorki, zależy tylko od was. Pamiętajcie, że nie chodzi o to, by obsesyjnie tropić niebezpieczne składniki w otaczających nas produktach, ale o to by być świadomym konsumentem i przestać wierzyć, że tylko drogie kosmetyki zapewnią nam zdrowie i urodę.

***cyt. z książki**

*Monika Wilczyńska
SzczecinCzyta.pl*

10-lecie Akademii Edukacji Przedszkolaka
Pałac Młodzieży – PCE w Szczecinie

Czego Uczą Dzieci ⁽⁶⁾

Nie bójmy się uczuć

Chcę poświęcić ten rozdział nie tylko empatii jako umiejętności współodczuwania lecz znaleźć w nim miejsce dla uczuć. Moim zdaniem empatia to dar. Czasem może być „błogosławieństwem” bo jesteśmy w stanie pomagać i wspierać innych, w trudnych chwilach a czasem „przekleństwem” bo zajmując się uczuciami innych zapominamy o swoich własnych a to niebezpieczna pułapka. Uczucia to nasza energia, która z nas wpływa. Ta energia ma potężną moc, taką jak miłość i nienawiść. Uczucia w naszym życiu pełnią różne role. Gdy ogarnia nas radość i jesteśmy szczęśliwi to informują nas, że wszystko jest w porządku. Kiedy jesteśmy smutni i jest nam źle to sygnał, że mamy jakiś problem. Mogą nas też motywować, gdy czujemy zagrożenie i mobilizować do ucieczki przed zagrożeniem, gdy się lękamy. Wreszcie, dzięki nim poznajemy siebie – gdy się do nich przyznajemy i stajemy z nimi „twarzą w twarz”, albo gdy je ignorujemy i nie zwracamy na nie większej uwagi. Poznajemy swoją odwagę poprzez sposób nieskrępowanego ich wyrażania ale także swoją słabość, gdy je odpychamy i tłumimy w sobie. Dzięki uczuciom uświadamiamy sobie, co tak naprawdę w nas „siedzi”, co myślimy i czego pragniemy. To taki sygnalizator na naszej drodze życia. Jeśli nie zwracamy na nie uwagi, to może skończyć się tragicznie.

Jak nauczyć dzieci uporać się ze swymi uczuciami?

Pokażmy dzieciom, że nie boimy się rozmawiać o uczuciach – jeśli nasz syn często płacze to nie klepmy go po ramieniu mieszając jednocześnie zupę w garnku i nie mówmy mu: synu, „chłopaki nie płaczą”, jeśli nasza córka często wpada w gniew to nie mówmy jej w



przerwie między jednym a drugim serialem: córeczko, „złość piękności szkodzi”. Te „średniowieczne frazesy”, którymi częstowali nas dziadkowie i rodzice mogą zrobić dużą krzywdę. Dla naszych dzieci sprzeczki, konflikty i przykrości doznawane w przedszkolu i w szkole są niekiedy olbrzymim problemem, z którymi same często nie potrafią sobie poradzić. Pomóc może nam empatia i intuicja, ale nie każdy ją ma. Wystarczy wówczas cierpliwie wysłuchać, okazać zrozumienie, troskę i ciepło. Gdy nasze dzieci będą czuły, że akceptujemy je, takimi jakimi są, to nie będą tłumić i wstydić się swoich uczuć. Możemy wspierać nasze dzieci w trudnym procesie uporania się ze swoimi emocjami, jeśli nazwiemy uczucia, które mogą odczuwać w różnych sytuacjach i uświadomimy im, że uczuć nie należy się bać. Uczmy nasze dzieci, że istnieją nie tylko pozytywne uczucia, które dominują w ich dziecięcym świecie ale również te bolesne. Nie bójmy się mówić o smutku, bólu, strachu, lęku i gniewie. Tłumaczymy, że emocjonalne zamknięcie w bolesnych chwilach jest szkodliwe, niezdrowe i destrukcyjne. Mówmy, jak ważne jest zaakceptowanie swoich uczuć. Uczucia to nie działanie, to jakby fala energii, która na nas spływa a na którą nie mamy wpływu. Gdy nasze dzieci dowiedzą się o tym, będzie im łatwiej je odczytywać, analizować a przede wszystkim chronić siebie poprzez prawidłowe reakcje na nie.

Uczmy swoje dzieci adekwatnego reagowania na uczucia. Możemy to zrobić tylko poprzez pokazywanie im, jak my sobie z nimi radzimy. Jak przeżywamy radość i smutek a jak radzimy sobie ze złością i gniewem oraz co robimy, gdy się boimy. Dziecko to wszystko wychwyci i zakoduje jako sposób uporania się ze swoimi uczuciami. Bądźmy więc odpowiedzialni, bo niewłaściwe radzenie sobie z emocjami może zaważyć na zdrowiu psychicznym naszego dziecka. Pamiętajmy, że tłumienie uczuć ich nie usuwa ale sprawia, że przybierają na sile i mogą wymknąć się spod kontroli. Wyobraźmy sobie, że negatywne uczucia są jak chwasty, gdy się ich systematycznie nie pozbywamy to się rozrastają. Nie chrońmy dzieci przed spontanicznym wyrażaniem swoich uczuć. One są gotowe i chcą uczyć się, jak radzić sobie w skomplikowa-

nym świecie emocji.....Czy domowe konflikty rozwiążemy poprzez żywe dyskusje i wymianę zdań? Czy może w gniewie i złości potrafimy tylko krzyczeć, obrzucać bliskich inwektywami, rzucać talerzami i kopać w meble? Zróbmy sobie rachunek sumienia w tym obszarze, ponieważ najprawdopodobniej nasze dziecko będzie reagować w przyszłości tak, jak my teraz. Jeśli w smutku i żalu zamykamy się w sobie, izolujemy od bliskich to tracimy szansę na pomoc i wsparcie. Gdy pokazujemy dzieciom uczuciowe wycofanie, w chwilach bólu to być może nasze dzieci też zbudują w przyszłości szczelny mur, przez który się nie przedostaniemy.

Pamiętajmy, że uczucia każdego z nas są tylko naszą własnością. Nikt nie może nas zmusić do określonych uczuć. Inni mogą tylko przyczyniać się do tego, co w danej chwili czujemy ale nie oni je w nas wzbudzają. Nikt nie może zmienić naszych uczuć, nikt za nie odpowiada tylko my sami. Uczucia to reakcje na sytuacje, w których się znajdujemy i jeśli dopuścimy je do głosu, to powiedzą nam wiele o nas samych, o naszych związkach z bliskimi, zmotywują nas do podjęcia określonych działań a nawet do zmiany myślenia w imię ochrony siebie. Zaufajmy sobie, troszczmy się o siebie i nie bójmy się czuć!

Iga Kamela
– nauczyciel Akademii Edukacji Przedszkolaka w Pałacu Młodzieży oraz animator zajęć muzycznych w szczecińskich placówkach oświatowych

PSM I ST. Im. Tadeusza Szeligowskiego Ogrodowa Opera

Możemy pochwalić się realizacją pod nazwą „*Rewitalizacja ogrodu przy Państwowej Szkole Muzycznej I st. im. Tadeusza Szeligowskiego w Szczecinie wraz z zagospodarowaniem terenu na cele edukacyjne – etap I i II*”.

Dostaliśmy dofinansowanie projektu z kilku źródeł:

Rewitalizacja Etap I – Gmina Miasto Szczecin i Wojewódzki Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Szczecinie;

Rewitalizacja Etap II – Środki własne i Wojewódzki Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Szczecinie.

Stworzona w ten sposób nasza mała „Ogrodowa Opera” służy nam zarówno w celach edukacyjno-przyrodniczych jak i rekreacyjnych.

Arkadiusz Kruszczyński
– Sekretarz Szkoły



VII LO w Szczecinie

Dziecko wobec śmierci

Tylko nieznanne przeraża człowieka. Ale dla tego, kto stawia mu czoło, ono już nie jest nieznanne.

A. de Saint-Exupery

Jako pedagog i opiekun Szkolnego Klubu Wolontariusza uważam za niezwykle ważne, podejmowanie zagadnień związanych z kresem życia, zwłaszcza w kontekście cierpienia i nieuleczalnej choroby. W naszej kulturze śmierć jest tematem tabu, zwłaszcza, jeśli mamy na myśli potrzeby człowieka umierającego. Refleksja związana ze śmiercią rodzi również trudne pytania natury etycznej, chociażby dotyczące eutanazji. Dzieci i młodzież dorastają często w przekonaniu, że śmierć dotyczy ludzi starych, a rodzice starają się chronić własne dzieci przed zderzeniem z rzeczywistością śmierci, ukrywając informacje na temat choroby w rodzinie, czy też nie stwarzając możliwości pożegnania się z umierającym członkiem rodziny.

Zagadnienia tanatologiczne powinny być poruszane w placówkach oświatowych na wszystkich etapach edukacyjnych, uwzględniając oczywiście emocjonalny i intelektualny etap rozwoju dzieci i młodzieży. Pozwala to mówić o człowieku całościowo, uwzględniając wielowymiarowość egzystencji oraz godność osoby ludzkiej.

Wychowanie do śmierci jest w istocie rzeczy wychowaniem do życia – stwierdził Przemysław Paweł Grzybowski w tekście dotyczącym kształcenia tanatologicznego (*Jak rozmawiać z uczniami o końcu życia i wolontariacie hospicyjnym* (2009): red. Binnebesel J., Janowicz A., Krakowiak P., Gdańsk). Ta myśl odsyła nas w stronę potrzeby otwierania uczniów na tematy cierpienia, choroby i śmierci, uświadamiania nieuchronności tych procesów, czy też zwracania uwagi na infantyлизację zagadnień dotyczących przemijania przez kulturę współczesną.

Jakie możliwości popularyzowania zagadnień tanatopedagogicznych stwarza szkoła czy przedszkole?

We wszystkich dziedzinach sztuki podejmowano motyw przemijania na przestrzeni wieków. Śmierć pojawia się również w szeroko pojętej popkulturze. Młodzi ludzie spotykają się nieustannie z bohaterami gier komputerowych, komiksów, którzy umierają, aby

po chwili, w magiczny sposób powrócić do życia. Śmierć w tych tekstach kultury jest więc zjawiskiem chwilowym i odwracalnym. Trudno jest w tej sytuacji zmierzyć się z odejściem kogoś bliskiego, czy nieuleczalną chorobą kolegi lub koleżanki.

Wielu nauczycieli musi staję wobec problemu odejścia i choroby w różnych sytuacjach szkolnych. Niekiedy trzeba przygotować zespół klasowy na powrót dziecka nieobecnego w szkole ze względu na śmierć kogoś bliskiego, czy też oswoić z tematem choroby, która dotyka ucznia lub jego rodzinę.

Myślę, że nauczyciel ma do dyspozycji różne narzędzia, które pozwalają mówić o zagadnieniu cierpienia i umierania w sposób poważny i nie naruszający godności osoby ludzkiej. Mam tu na myśli bogactwo literatury, filmów czy malarstwa, które pozwala na refleksję związaną ze śmiercią.

W szkole podstawowej na zajęciach języka polskiego omawiana jest lektura autorstwa L.M. Montgomery pt. *Ania z Zielonego Wzgórza*. W jednym z rozdziałów bohaterka przeżywa odejście bliskiej osoby – Mateusza. Jest to okazja do rozmowy o emocjach związanych ze śmiercią, o procesie żałoby.

Książka F.H. Burnetta pt. *Tajemniczy ogród*, może prowokować do rozmów o zmaganiach z chorobą bohatera powieści – Colina. Praca z lekturą umożliwi poruszenie zagadnień związanych ze wspieraniem osoby chorej i lękiem związanym z chorowaniem.

W szkole ponadpodstawowej okazją do poruszania tematyki tanatologicznej jest dużo więcej. Począwszy od biblijnej Księgi Hioba, do najnowszych tekstów kultury, mam na myśli chociażby film Kingi Dębskiej *Moje córki krowy*.

Szansą na edukowanie dzieci i młodzieży w tematyce cierpienia i śmierci jest również wolontariat na rzecz hospicjum. Nie musi to być wolontariat bezpośredni, szczególnie, gdy mamy na względzie angażowanie dzieci młodszych. Akcje charytatywne, wykonanie kartek świątecznych, rysowanie lub pisanie listów do chorych rówieśników, to również okazja do poznawania idei ruchu hospicyjnego. Star-



sza młodzież może zaangażować się w wolontariat akcyjny np. kwestowanie podczas Pól Nadziei, a niektóre osoby po odpowiednim przygotowaniu w wolontariat bezpośredni.

Zachęcam Państwa do rozmów z dziećmi i młodzieżą na te trudne tematy. Do zapraszania gości na spotkania i prelekcje np. wolontariuszy pracujących w hospicjum, psychologa. Jest wiele materiałów audiowizualnych przybliżających tę tematykę, które można znaleźć na stronie www.hospicja.pl

Naprzeciw nauczycielom wyszło również Zachodniopomorskie Centrum Doskonalenia Nauczycieli, organizując konferencję: *Jak rozmawiać z uczniami o śmierci?*

Proponuję listę tekstów i kilka tytułów filmowych, które mogą zainspirować do przygotowania zajęć dotyczących śmierci, choroby i procesu przeżywania żałoby. Znajduje się w tym zestawieniu kilka pozycji z literatury pięknej, ale także poradniki, opracowania naukowe.

- Aakeson K.F., Eriksson E. (2014): *Esben i duch dziadka*, Poznań
- Badani J. (2007): *Śmierć? Każdemu polecam*, Kraków.
- Baum H. (2006): *Czy babcia jest Brutt niebie? O przeżywaniu rozstań Brutt smutki*, Kielce
- Brett D. (2006): *Bajki, które leczą*, część 1, Gdańsk.
- Burnett F.H. (2002): *Tajemniczy ogród*, Warszawa.
- Erlbruch W. (2008): *Gęś, śmierć i tulipan*, Warszawa.
- Jankelevitch V. (2005): *To, co nieuchronne. Rozmowy o śmierci*. Warszawa.
- Kaluga A. (2014): *Zorkownia*, Kraków.
- Keirse M. (2005): *Smutek dziecka. Jak pomóc dziecku przeżyć stratę i żałobę?* Radom.
- Keirse M. (2007): *Życie z chorobą*, Radom.
- Krakowiak P. (2006): *Zdążyć z prawdą. O sztuce komunikacji w hospicjum*, Gdańsk.
- Malica M. (2004): *Bajki terapeutyczne dla dzieci*, Warszawa.
- Montgomery L. M. (2003): *Ania z Zielonego Wzgórza*, Warszawa.
- Pikardie R. (1999): *Zanim powiem do widzenia*, Poznań.
- Tartan S. (2009): *Dokąd odchodzisz?* Gdańsk.
- Sałapata M. (2006): *Śmierć-nieodłączny element ludzkiego istnienia*, Edukacja 4.
- Schmidt E. (2007): *Oskar i Pani Róża*, Kraków.
- Stark U., Hoglund A. (2008): *Czy umiesz gwizdać Joanno?* Poznań.
- Świwała M., Kławsuś P. (2009): *Podróż za horyzont. Pięć lat później*, Gdańsk.



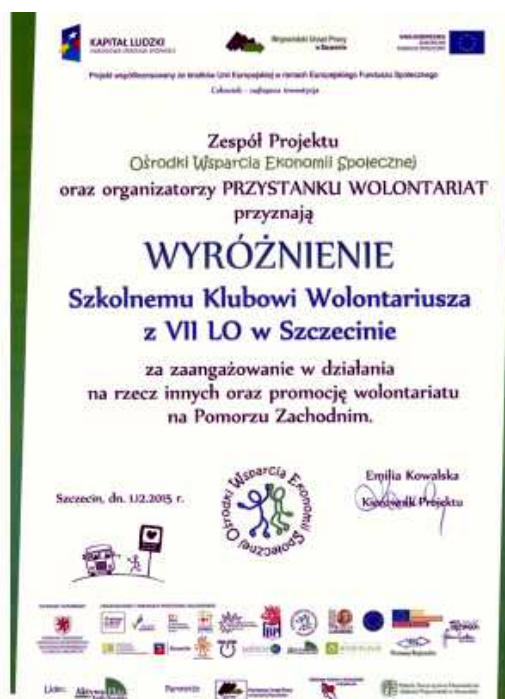
- Terakowska D. (2001): *Poczwarka*, Kraków.
- Urbańska B. (1999): *Dzieci i śmierć, Charaktery II*.
- Wille I. C. (2000): *Życie czy śmierć. Stare i nowe tajemnice eutanazji*, Gdańsk.
- Zięba M. (2007): *Moja mama ma raka*, Warszawa
- Zwierzyńska-Matzke T. (2002): *Czasami wolam w niebo*, Warszawa.

Warto również obejrzeć:

- Adamek M.: *I nie opuszczę cię, aż do śmierci*
- Ciupo Dębiska.: *Most do Terabithii*
- Dębska K.: *Moje córki krowy*
- Kędzierzawska D.: *Pora umierać*
- Nichols M.: *Dowcip*
- Szumowska M.: *33 sceny z życia*
- Templeton S.: *Piotruś i wilk*

Anna Piasecka-Szymankiewicz

– nauczycielka języka polskiego w VII LO w Szczecinie. Koordynator Szkolnego Klubu Wolontariusza



Szczeciński Program Edukacji Wodnej i Żeglarskiej „Morze przygody – z wiatrem w żaglach”

Realizacja konkursu w SP 14 w Szczecinie „Wielcy Podróżnicy i Odkrywcy – Wojciech Jacobson”

21 lutego w naszej szkole odbył się po raz XI Międzyszkolny Konkurs „*Wielcy Podróżnicy i Odkrywcy*” w tym roku gościliśmy osobiście bohatera konkursu – **kpt. Wojciecha Jacobsona**. Poza gościem uczestnikami imprezy byli reprezentanci szkół podstawowych: 5, 14, 23, 44, 45, 56 oraz dwie drużyny z SP11, którzy przybyli do nas wraz z opiekunami. W składzie jury znaleźli się natomiast kapitanowie: **Mieczysław Ircha** i **Jerzy Kaczor**.

Honorowego gościa przywitała Pani wice dyr. **Małgorzata Juskiewicz**.

Gość przywitał uczestników, a potem swobodnie, ciekawie odpowiedział na zadane przez nich pytania.

Następnie rozpoczęły się konkurencje teoretyczne przy stolikach. Zespoły miały za zadanie:

- rozwiązać test o życiu, podróżach i osiągnięciach Wojciecha Jacobsona, ułożony przez panią Jolantę Gałęzowską,
- zaszyfrować hasło alfabetem Morse’a „Żeglarstwo to sposób na życie”,



– rozwiązać krzyżówkę ze słownictwem żeglarskim, z hasłem „Pogoria” i dodatkowo udzielić odpowiedzi na pytanie – *W jaki sposób Wojciech Jacobson związany był z Pogorią?*

Po ukończeniu tych zadań, zespoły przystąpiły do wykonania pracy plastycznej pt „Arktyczna wyprawa Wojciecha Jacobsona”, podczas której kolejno podchodziły do sędziów i tam każdy z drużyny losował zdjęcia żaglowca i określał jego typ oraz losował kartę z zapisaną nazwą węża, który musiał pod czujnym okiem jurorów poprawnie zawiązać.

Prace plastyczne okazały się bardzo ciekawe. Najpiękniejszy obraz zdaniem naszego gościa honorowego stworzyła drużyna z SP 5 i tę pracę



opracowaną otrzymał Wojciech Jacobson jako pamiątkę naszego spotkania.

Zwycięzcami konkursu okazali się gospodarze SP14, II m. zajęły SP 5 i SP 44, a III m. przypadło jednej z drużyny SP 11.

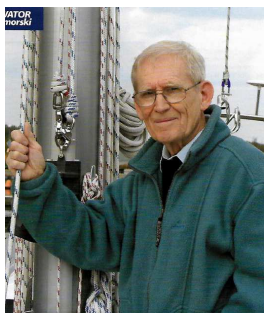
Wanda Stefanowska
– opiekunka SKEM

* * * * *

Wojciech Jacobson

– mgr inż. chemii, nauczyciel akademicki, żeglarz, sędzia regatowy, instruktor żeglarstwa, członek Bractwa Wybrzeża #44.

Pochodzi z rodziny w której żeglarstwo było tradycją. Jego ojciec i starsi bracia żeglowali na własnym jachcie mieczowym. On sam zaczął pływać po Wiśle w Toruniu ma żaglowce „Utopia”. Jednak prawdziwe żeglarstwo zaczął uprawiać w Szczecinie. W 1965 roku otrzymał patent jachtowego kapitana morskiego. W 1949 roku na obozie żeglarskim w Trzebieży poznał Ludomira Mączkę. Zaprzyjaźnili się i w późniejszych latach odbyli kilka rejsów. Razem z Ludkiem popłynęli na jachcie „Maria” przez Atlantyk na Karaiby, a potem przez Kanał Panamski dotarli do Peru. Po powrocie z rejsu napisał książkę „*Marią do Peru*”. W drugiej połowie lat 70 pomaga przygotować „Poloneza” na Operację Żagiel 76. Znalazł się w załodze jachtu w rejsie do USA, kapitanem był Krzysztof Baranowski. W 1982 uczestniczył w Operacji Żagiel na żaglowcu „Pogoria”. Rok później znowu popłynął na „Marii”. Razem z Ludkiem żeglowali wzdłuż Ameryki Południowej do Gujany Francuskiej. W czasie tej żeglugi dostali propozycję od Janusza Kurbiela, aby uczestniczyć w wyprawie na jachcie „Vagabond II”. Mieli pokonać przejście Północno-Zachodnie, trasą z Pacyfiku na Atlantyk. Trasę tą próbowali



pokonać trzykrotnie, lód stanowił skuteczną blokadę. Dopiero w czwartym sezonie udało im się dotrzeć do wąskiej Cieśniny Bellota. Byli pierwszymi Polakami, którzy przeszli przez North West Passage. Wprowadzając jacht do Brestu przeżyli niezwykle silny sztorm tropikalny Helene (wiatr powyżej 12°B). Mieli trzy niebezpieczne wywrotki, utracili wiele urządzeń nawigacyjnych. W Polsce tę wyprawę uznano za Rejs Roku 1988, a ich obu uhonorowano Srebrnymi Sekstantami. Przez 11 lat współpracował z kanadyjską Szkołą pod Żaglami. Pływał z młodzieżą w COŻ Trzebież i w Libii. Uprawiał również żeglarstwo regatowe.

Na jachtach i żaglowcach przepłynął ponad 260 tys. mil morskich, żeglując po wszystkich oceanach świata.

W swoim dorobku ma wiele nagród i wyróżnień.

1985 – Srebrny Sekstant za rejs Le Havre – Kanał Panamski – Vancouver na s/y Vagabound II.

1988 – Srebrny Sekstant za pokonanie przejścia Północno-Zachodniego na S/y Vagabound II.

1989 – nagrodę Grot Masztu Bractwa Kaphornowców.

2010 – laureat nagrody Conrad 2009 przyznawanej przez Bałtyckie Bractwo Żeglarzy.

2010 – laureat nagrody „Chwała Mórz – Kaperski Topór Bojowy” przyznawany przez Bractwo wybrzeża.

2011 – Ambasador Szczecina.

2016 – nagroda Super Kolos.

Materiał opracowano na podstawie wywiadu Krystyny Pohl z Wojciechem Jacobsonem wydany w Obserwatorze Morskim oraz materiałów otrzymanych od W. Jacobsona.



Wilczki Morskie

Od kilku miesięcy dzieci z naszego Koła Morskiego intensywnie przygotowują się do bycia żeglarzem. Uczą się wielu ważnych rzeczy o tematyce morskiej i dotyczących żeglarstwa, uczestniczą w spotkaniach i warsztatach morskich i potrafią już naprawdę bardzoooooo dużo. Dlatego podjęliśmy decyzję, że najwyższy czas aby przeszły prawdziwe **Pasowanie na Małego Żeglarza**. Odbyło się ono 20 lutego. Na te uroczyste wydarzenie przybyli zaproszeni goście: **Kapitan Mieczysław Ircha, Dyrektor naszego przedszkola** i rodzice dzieci z naszego Koła Morskiego. Pan Kapitan i Pani Dyrektor zmienili się w **Neptuna** i **Neptunkę** i zasiedli na niebieskich tronach, rodzice zaś ozdobieli morskimi elementami też stali się aktywną częścią pasowania. Dzieci pięknie ubrane w morskie stroje, bardzo przejęte stanęły przed gośćmi. Okazało się, że czeka je test i sprawdzian na prawdziwego Małego Żeglarza, a zadania ukryte zostały w zawieszonych i ponumerowanych butelkach. Pierwsze zadanie zostało wydobyte przez czcigodnego Neptuna, a był to **Test Siły**. Dzieci musiały pokazać swoją sprawność przeciągając liny, przechodząc po wąskiej równoważni, zrobić łódeczki z papieru i przesunąć je do celu podmuchem. Następnym był **Test Koleżeństwa**, wydobyty przez Neptunkę, w którym żeglując na coraz mniejszym żaglow-



cu dzieci musiały troszczyć się nawzajem o siebie, a w razie czego uratować kolegę z toni morskiej. Trzecim zadaniem był **Test Wiedzy** – rodzice zadawali kolejno dzieciom pytania i zagadki, a dzieci musiały zdać egzamin z pojęć morskich i żeglarskich (burta, rufa dziób, maszt, rej, żagle, kapitan, szanta, bandera, itp.). Ostatnim testem był **Test Muzyczny** – jak na prawdziwych przyszłych Żeglarzy przystało dzieci musiały zaśpiewać dwie szanty i zatańczyć taniec morski. Wszystkie próby przeszły bez zastrzeżeń, złożyły uroczyste przyrzeczenie i zostały pasowane trójzębem przez Neptuna na Małego Żeglarza. Od



Neptunki otrzymały pamiątki z Pasowania i kolorowanki. Rodzice i dziadkowie, którzy przybyli na uroczystość byli wzruszeni i zachwyceni, że ich pociechy już tyle potrafią. Uroczystość zwieńczył wspólny tort z morskim motywem. To były naprawdę niezapomniane chwile. Jak dobrze, że czekają już na nas kolejne spotkania, atrakcje i morskie lekcje. Ahooooj!!! – *anka*

„Laur Konkursu Przyjazny Brzeg” dla Szczecina

Szczecin po raz kolejny został wyróżniony w prestiżowym konkursie PTTK „Przyjaznego Brzegu”.



Do stolicy Pomorza Zachodniego trafił jeden z trzech „Laurów”, z okazji XV-lecia Konkursu Nagrody Przyjaznego Brzegu – o czym już pisaliśmy wcześniej.

Wręczenie nagród w konkursie PTTK „Przyjazny Brzeg” odbyło się podczas tegorocznej 31. edycji Targów Wiatr i Woda w Warszawie. Wśród nagrodzonych znalazło się też miasto Szczecin. W związku z rocznicową, XV edycją konkursu, wśród Nagród znalazły się specjalne trzy „Laury XV-lecia Konkursu Nagrody Przyjaznego Brzegu”, jako dowód uznania za wieloletnie konsekwentne działania na rzecz promocji krajowej turystyki wodnej. Właśnie jednym z tych „Laurów” uhonorowano „Miasto Szczecin - za konsekwencję w otwieraniu Polski na morze”. Nagrodę dla Szczecina odebrał **Jerzy Raducha**, wicedyrektor ds. organizacji imprez i współpracy międzynarodowej Centrum Żeglarskiego. – *Bardzo nam miło, że Szczecin po raz kolejny został doceniony, zwłaszcza przy okazji jubileuszowej, bo XV edycji konkursu – mówi Krzysztof Soska, zastępca prezydenta Szczecina. – Laur jest dla nas wyróżnieniem i nagrodą za dotychczasową pracę, a także ogromną motywacją do dalszych działań i kontynuacji morskich projektów...*

Rok temu „Przyjaznym Brzegiem” Szczecin został nagrodzony za doskonale przygotowanie i organizację III. finału The Tall Ships Races 2017.

Celina Wołosz

– rzecznik prasowy Centrum Żeglarskie



Warsztaty Szantowe „Szant kilka dla Morskiego wilka” cz. 2

12 lutego tego roku nasze Wilczki Morskie, miały okazję wziąć udział w drugiej części morskiego spotkania muzycznego. Dzieci z Koła Morskiego cały czas aktywnie uczą się morskich i żeglarskich umiejętności i znają już wiele szant, dlatego z wielką radością przywitwały znów **Wacława Jechimowicza na drugiej części Warsztatów Szantowych**. Zaśpiewały naszemu gościowi kilka utworów a potem Pan Wacław zaśpiewał dla dzieci. Tym razem śpiewając skupił się na tekstach piosenek, tłumacząc wszelkie treściowe zawikłania i ciekawostki. Dzięki temu Wilczki Morskie dowiedziały się ważnych rzeczy min. o wielorybach, latających rybach, sztormach, podwodnych skałach, Królu Mórz – Neptunie i utrwaliły żeglarski elementarz. Słuchanie szant z akompaniamentem gitary i bujanie się w ich rytmie to naprawdę wielka przyjemność, coraz bardziej łapiemy żeglarskiego bakcyła.

„...niosą groźne treści, hej ahoj; morskie opowieści, hej ahoj;

Ale wiedz kolego, hej ahoj, bać się nie ma czego, hej ahoj??”

Ahoooj!

Anka Grutkowska



Jubileusz 60-lecia "Żagli"... ...z Wiatrem, Wodą i Szczeci- nem

To było naprawdę wielkie nie tylko krajowe ale i międzynarodowe święto miłośników wody, wiatru i żagli, czyli **31. Tragi Sportów Wodnych i Rekreacji WIATR i WODA**, które odbyły się od 28 lutego do 3 marca 2019, w Warszawskim Centrum EXPO XXI. Swoją mocną udział w imprezie miał też morski i żeglarski Szczecin, a swoistym „naszym dniem szczecińskim” była sobota **3 marca**. Na głównej targowej scenie, w prezentacji Szczecina i w rozmowie z Redaktorem Naczelnym „Żagli” Waldemarem Heflichem wystąpił wicedyrektor Centrum Żeglarskiego Jerzy Raducha, i przedstawiciel Zarządu ZOZZ Wiktor Głowacki.

Okazją do tych wystąpień i prezentacji było uhonorowanie Szczecina „*Laurem XV-lecia Konkursu Nagrody Przyjaznego Brzegu*”, a odebrał ją właśnie Jerzy Raducha, wicedyrektor ds. organizacji imprez i współpracy międzynarodowej Centrum Żeglarskiego (o czym więcej na naszej stronie, w osobnej relacji Celiny Wołosz, Rzecznika ZSTW). Także podczas Targów celebrowany był niecodzienny **Jubileusz 60-lecia** wiodącego na tym polu **Magazynu Sportów Wodnych „Żagle”**, a ich **Redaktor Naczelny Waldemar Heflich** też odebrał w sobotę jedną z Nagród Przyjaznego Brzegu! Gratulujemy...

Wśród rocznicowych upominków, wyróżnień i podziękowań dla Zespołu Redakcyjnego „Żagli”, za dobrą robotę na rzecz żeglarskiej Polski, był też nasz specjalny List Gratulacyjny (w załączeniu), który w imieniu całego zachodniopomorskiego środowiska żeglarskiego przekazał Jubilatowi – na ręce Red. W. Heflicha – przedstawiciel Zarządu ZOZZ kol. Wiktor Głowacki, wraz z życzeniami dalszych sukcesów i zaproszeniem na Ogólnopolską Inaugurację Sezonu Żeglarskiego PZZ 2019, za-

planowaną na 10 maja br., w nowo uruchamianym po remoncie Porcie Jachtowym Trzebież...

Dodam, że jednym z terenowych korespondentów „Żagli” jest też Rzecznik Prasowy ZOZZ kol. Wiesław Seidler (WS)

Zdjęcia z Targów: Krzysztof Łobodzie
– ZSTW



Sz. Pan Waldemar Heflich
Redaktor Naczelny Magazynu „Żagle”



W imieniu całej społeczności żeglarskiej Szczecina i Pomorza Zachodniego składamy na Pana ręce serdeczne gratulacje z okazji wspaniałego Jubileuszu 60-lecia MAGAZYNU „ŻAGLE”, mającego już trwale miejsce na żeglarskiej mapie kraju! Dziękujemy z całego serca Panu i całemu Zespołowi Redakcyjnemu za tę wieloletnią dobrą robotę i dobrą służbę, na rzecz morskiej i żeglarskiej Polski. Zapraszamy do częstego odwiedzania i promowania naszego Zachodniopomorskiego Szlaku Żeglarskiego, zapraszamy do żeglarskiego Szczecina i do Portu Jachtowego Trzebież, zapraszamy na niezwykle i nie mniej atrakcyjne całe nasze Pojezierze Zachodniopomorskie... Jeszcze raz gratulujemy i życzymy dalszych sukcesów redakcyjnych i żeglarskich, na chwałę Polski i Biało-Czerwonej...

Sekretarz ZOZZ
Wiesław Seidler

Prezes ZOZZ
Zbigniew Zalewski



Szczecin, 02 marca 2019

Węzły

„Pamiętaj, że nie ma sensu czekać z nauką wiązania węzła do czasu, w którym będziesz go naprawdę potrzebować”

Richard Hopkins, członek Międzynarodowego Cechu Wiążących Węzły.

Umiejętność wiązania węzłów poprzedza zdolność ludzi do rozpalania ognia, a może nawet od precyzyjnego wyrażania myśli i uczuć. Prymitywne kultury wykorzystywały węzły do wykonywania siideł i sieci, budowania schronień, przeciągania ładunków, wyrobu ubrań, wiązania niewolników.

Wiązanie węzłów to inaczej z łaciny „nodologia”, a z greki „kompologia”. Najstarsze przedmioty, które jak się przypuszcza wymagały połączenia za pomocą sznurka to dwa wahadła znalezione w miejscowości Repolsthöhle w Austrii. Wiek znaleziska szacowany jest na 300 000 lat. Plemiona Nootka i Clayoquot z zachodniego wybrzeża Kanady wyrabiały liny wielorybnicze grubości 100-125 mm i długości do 360 m. Wykonywali też uchwyty do harpunów z wielorybich ścięgien. W Grecji w IV stuleciu przed Chrystusem Orybazjusz opublikował 18 węzłów polecanych w chirurgii. Największej jednak wyobraźni wymagało pismo węzełkowe stworzone przez Inków. Wykorzystując system dziesiętny zapisywali liczby na sznurach nazywanych kipu, gdzie zamiast cyfr były węzły. Kipu używano zamiast pisma i stanowiło dokument dla miejscowego rządu. Kawałek zwierzęcego jelita przywiązane do drewna tworzył procę.

Wiązanie węzłów podniesione zostało do rangi sztuki w XVIII wieku z początkiem wielkich odkryć geograficznych oraz rozwojem handlu. W miarę jak statki zapuszczały się coraz dalej i dalej, rejsy stawały się coraz dłuższe i niejednokrotnie wynosiły kilka miesięcy. Czas wolny żeglarzy bardzo się wydłużał. Większość z nich była analfabetami, więc nie mogli czytać książek. Poszli w stronę rzemiosła - budowali modele, rzeźbili w kości wielorybów, szyli, wyplatali kosze i wyplatali liny. Sztuka wiązania węzłów była zjawiskiem międzynarodowym i obecnym na każdym statku niezależnie od religii i narodowości jego załogi. Oprócz funkcji praktycznych węzły od dawna były używane jako metafora w sztuce i w literaturze. Starożytni Grecy i Rzymianie szczególnie cenili sobie węzeł refowy, który często stanowił motyw na ubraniach i biżuterii epoki.

Węzły bywają też trudne do rozwiązania czego najbardziej znanym przykładem jest mitycz-

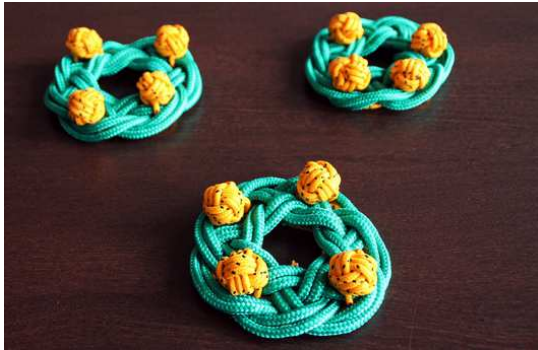
ny węzeł gordyjski. Węzłem tym związano rydwan króla Gorgiasza, którego końce były niewidoczne. Legenda mówiła, że kto rozwiąże ten węzeł podbije Wschód wraz z Persją. Wielu próbowało rozwiązać węzeł, ale bez skutecznie, dopóki Aleksander Wielki nie przeciął go jednym cięciem miecza. Marynarze wierzyli że węzły mają magiczną moc, w ty moc kontrolowania wiatru. Tak zwane węzły wiatru wiązane na kawałkach sznurka były sprzedawane przesadnym marynarzom, aby rozwiązywali je w momencie, gdy uznają, że jest to właściwa chwila. W miarę jak tężał wiatr, rozwiązywano węzeł, aby sprowadzić ładną pogodę.

W 1982 roku powstał Międzynarodowy Cech Wiążących Węzłów, który liczy ponad 1000 członków. W książce Clifforda Ashleya „*Book of Knots*” zawartych jest około 3800 węzłów. Jednak tak naprawdę kompletnej listy węzłów nie ma. Jedne węzły odchodzą w zapomnienie, inne zyskują popularność. Węzły dzielone są ze względu na pełnione przez nie funkcje – na trzy główne grupy – zwięzy (kiedy łączymy dwie liny), mocowania (kiedy mocujemy linę do pachotka), a inne określamy jako węzły (stopery, skręty, pętle).

Według książki rekordów Guinnessa najszybszy czas zawiązania 6 węzłów przypisywany jest Clintonowi R. Baileyowi seniorowi i inwalidzie, żołnierzowi marynarki wojennej z Pacific City ze stanu Oregon w USA. Wspomniane węzły to: węzeł ratowniczy, wyblinkowy, płaski, palowy podwójny, szotowy i skrót zwykły podwójny. Jego czas z 1977 r, wynosi 8,1 sekundy.



Węzeł Heraklesa (znany jako refowy) fascynował artystów od czasów starożytnych. Ta złota biżuteria datowana jest



Z pokładu „Daru Młodzieży”

Po Miami przyszedł czas na Bahamy i urokliwe Nassau, które niegdyś było miastem korsarzy i piratów. Miejsce to w obecnych czasach łączy w sobie niesamowity urok Bahamów z nowoczesnością. Z Nassau połączona jest mostem wysepka Paradise Island, miejsce imponujących hoteli, kasyn, plaż i rozrywki. Znajduje się tu piękny hotel w którym za noc w najdroższym apartamencie trzeba zapłacić 25.000 dolarów. Po wyjściu z Nassau obraliśmy kurs na Ponta Delgada. Atlantyk i Trójkąt Bermudzki, przez który dane było nam przepływać uraczyły nas sprzyjającym wiatrem. Trochę nas wybujało i niektórzy musieli zmagać się z chorobą morską, ale z każdym dniem byliśmy coraz bliżej Europy. Łatwo było zorientować się, że jesteśmy coraz bliżej celu, bo zaczęli odwiedzać nas nasi dobrzy znajomi - del-finy. W towarzystwie wesoło bawiących się przy dziobie przyjaciół, po 17 dniach żeglugi dotarliśmy do Azorów. Na pięknej portugalskiej wyspie byliśmy świadkami wielkiej tradycyjnej bitwy na balony z wodą z okazji końca karnawału. Zapełniono aż 70 kg foliowych woreczków (UWAGA - to waga pustych woreczków) Cała zabawa trwała około 4 godzin. Udaliśmy się też na wycieczkę po wyspie, która powstała na skutek wybuchów do dziś aktywnych, ale na szczęście uśpionych wulkanów. W ich kraterach można podziwiać lazurowe wody przepięknych jezior. Cała wyspa jest niesamowicie zielona. Jest to jedyne miejsce w Europie gdzie rosną ananasy. Aktualnie pożegnaliśmy port Ponta Delgada i ruszyliśmy w dalszą drogę. Przed nami Zatoka Biskajska i Kanał La Manche którego zwieńczeniem będzie wizyta w Londynie. Życzcie nam pomyślnych wiatrów i zagłądajcie czasami na facebooka Rejsu Niepodległości. Zamieszczam też linki, żebyście mogli zobaczyć co się u nas działo.

Pozdrawiam Was bardzo serdecznie.

Błażej Giermakowski

<https://youtu.be/Eb1ImQbrjoo>

<https://www.facebook.com/RejsNiepodleglosci/videos/410334206198846/>





Pałac Młodzieży
**Pałacowy Uniwersytet
Fantastyczny**
Zdjęcia: Monika Wilczyńska





Pracownia Tańca Etnicznego
w Pałacu Młodzieży
„Aloha Hawaje”

Zdjęcia: Monika Wilczyńska

