



Nr 8 (96)
13 kwietnia 2007

forum młoty

O artykułach z Młoty możecie pogadać na stronie www.gj.com.pl

AGA ZARYAN

11.04, Poznań
Blue Note Jazz Club,
godz. 20.00

Koncert charytatywny:

OWAL, DEEP/BOBIK,

W.B.U.

12.04, Poznań
Deep, godz. 20.00

JORGI

13.04, Poznań
Blue Note, godz. 20.30

ARMIA & LAD CHE

14.04, Poznań
CK Zamek, godz. 19.00

123MINUTY

20.04, Poznań
Blue Note, 20.30

DZEM

21.04, Poznań
Eskulap, godz. 20.00

młoty

nieokrzesany dwutygodnik młodzieżowy

Młoty: Nieokrzesany dwutygodnik młodzieżowy, kontakt: adres redakcji z dopiskiem „Młoty” lub e-mail: mlyn@gj.com.pl

MŁYNOWCY: Karol Górski, Sylwia Grygiel, Daria Szypuła, Michalina Marczak, Tomasz Grygiel, Angelika Zaremba

STARSZA MŁYNOWA:
Anka Ulatowska

słodkie zniewolenie

Mój stosunek do czekolady jest taki, że po prostu ją KOCHAM! Nie wyobrażam sobie bez niej życia - mówi Agata. Podobnego zdania jest cała rzesza ludzi i trudno znaleźć kogoś, kto choć raz nie zasmakowałby tego niezwykłego przysmaku. Niektórzy twierdzą nawet, że są od czekolady uzależnieni...



Już starożytni Majowie uprawiali drzewa, z których robiono czekoladę. Nazwano je „Theobroma cacao” - czyli „napój bogów”. Za europejskiego odkrywcę czekolady uważa się Krzysztofa Kolumba, który otrzymał od Azteków worek tajemniczych ziaren. W 1580 r. powstała w Hiszpanii pierwsza fabryka czekolady. Od tej pory zmieniło się wiele - ale czekolada pozostaje wciąż tym samym smakołykiem, który wielu osobom zawrócił w głowie.

samo zdrowie

O tym, że czekolada jest zdrowa, wiadomo już od dawna. Jedna tabliczka zapewni 20 - 25% dziennego zapotrzebowania na magnez i wapń. Ponadto zawarte w wyrobach kakaowych około 600 substancji chemicznych chroni organizm przed rakiem, chorobami serca, pobudzają układ odpornościowy, łagodzą bóle reumatyczne i przeciwdziałają łagodnej depresji. Dowiedziano również, iż czekolada zarówno wzmacnia stany euforii, jak również działa uspokajająco, dodaje energii, poprawia nastrój i rozjaśnia umysł. Szczególnie chętnie sięgają po nią uczniowie. - *Młodzież sobie chwali, że w chwilach stresu sięga po tabliczkę czekolady i to pomaga. Na pewno dodaje energii. Wydaje mi się, że dobrze wpływa na organizm, ponieważ jest to jednak duży procent magnezu* - mówi Mariola Królak, pielęgniarka w Zespole Szkół Ogólnokształcących w Jarocinie. Fenyloetyloamina, zawarta w czekoladzie, ma działanie antydepresyjne. Ten sam

związek wydzielany jest przez mózg człowieka zakochanego. Wywołuje on uczucie szczęścia, powoduje poprawę nastroju, a nawet euforię. Dlatego czekolada traktowana jest jak afrodyzjak, co jednak nie zostało udowodnione naukowo. Minusy przysmaku to ubogi zasób błonnika, mogący doprowadzić do zaparcia, a także wysoka kaloryczność - zmora wszystkich odchudzających się. - *Jest dużo osób uczulonych na czekoladę i pochodne typu kakao - to może zaszkodzić i pojawia się wysypka* - dodaje pielęgniarka.

mleczną jedzą romantycy

Nowozelandzki psychoterapeuta Murray Langham stwierdził, że rodzaj ulubionej czekolady świadczy o osobowości człowieka. I tak na przykład po czekoladę mleczną się



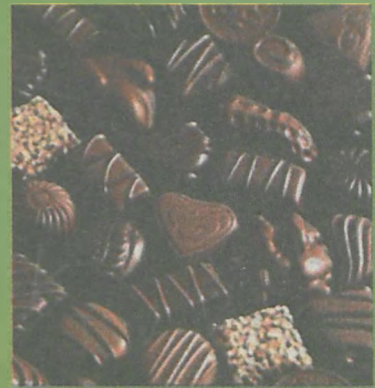
gają osoby romantyczne, gorzką zaś te, które cenią rzeczy dobrej jakości. Wybór białej czekolady świadczy o niezdecydowaniu. Okazuje się, iż nadzienie również nie jest bez znaczenia. Nadzienie kawowe lubią osoby niecierpliwie, toffi - zmysłowe, a pomarańczowe - sprawdzające się w sytuacjach nieprzewidywal-

nych. - *Moja ulubiona czekolada to kawowo-smietankowa albo mleczna* - mówi Agata. - *Jeżeli mnie najdzie ochota, to potrafię zjeść całą tabliczkę, albo nawet więcej* - dodaje. - *Najlepsza jest mleczna z całymi kawałkami orzechów* - tłumaczy Pati. Inne upodobanie ma Kasia. - *Bardzo lubię białą czekoladę, natomiast w zimowe wieczory piję gorącą. Trzeba sobie jakoś osłodzić życie* - mówi. Są i tacy, którym odpowiada każda postać niebiańskiego przysmaku. - *Uwielbiam czekoladę za jej smak i właściwości, obojętnie, w jakiej postaci, z jakimi dodatkami. Zawsze potrafi swoją słodyczą poprawić humor i zmobilizować, poprawić koncentrację* - tłumaczy Maria.

po prostu ją kocham

- *Mój stosunek do czekolady jest taki, że po prostu ją KOCHAM! Nie wyobrażam sobie bez niej życia. Coraz więcej się o niej dowiaduję: o miejscach, w których występuje. Ostatnio oglądałam nawet dokument, w którym pokazywano, co można zrobić z czekolady. Bardzo irytują mnie jednak wyroby czekoladopodobne* - wyznaje Agata. Faktycznie, trudno znaleźć kogoś, kto nie lubiłby czekolady albo chociaż raz jej nie spróbował. - *Muszę przyznać, że lubię skosztować od czasu do czasu czekoladę, chociaż wiem, że jest ona bombą kaloryczną* - mówi Kasia. Jedni jedzą, bo po prostu lubią, inni tłumaczą, że pomagają im w różnych dziedzinach życia. - *Uwielbiam czekoladę, ponieważ uważam, że jest swego rodzaju receptą na samotność* - tłumaczy Ania. - *Najchętniej sięgam po nią,*

gdy na dworze jest brzydka pogoda, albo brakuje mi magnezu np. po lekcjach - mówi Pati. - *Niestety, można się też od niej łatwo uzależnić* - stwierdza Maria. - *Kiedyś dochodziło do tego, że potrafiłam jednego dnia zjeść nawet dwie tabliczki. Teraz umiem korzystać z jej dobrych stron z umiarem, bo wiem, że tylko wtedy wpływa*



naprawdę korzystnie - dodaje. Oczywiście „opychanie się” czekoladą to nie tylko domena kobiet, mężczyźni również dają się skusić słodkiej przyjemności. - *Lubię każdy rodzaj czekolady* - mówi Dawid. - *Po prostu ma dobry smak. Czy jednak czekolada naprawdę może doprowadzić do uzależnienia? - Słodycze ogólnie uzależniają, ale czekolada? Nie słyszałam* - mówi Mariola Królak. Jeżeli ktoś zjada duże ilości słodkiego wyrobu, nie musi się martwić o swoje zdrowie, ponieważ „przejedzenie się” nie jest groźne. - *Nic nie powinno się stać. Są osoby, które lubią czekoladę i jedzą w dużych ilościach. Zresztą, jest ona smakowo bardzo dobra* - dodaje pielęgniarka.

DARIA SZYPUŁA



Centrum Informacyjno-Doradcze
63-200 Jarocin, ul. Wolności 1A

dla młodych i aktywnych

kategoriach:

- Rodzaje uniwersytetów.
- Historyczne przykłady uniwersytetów, które już nie istnieją, a odegrały w historii Europy, czy poszczególnych państw i narodów, znaczącą rolę.
- Rola uniwersytetów kiedyś i dziś.
- Twoja wizja uniwersytetu przyszłości.
- Projekt architektoniczno-plastyczny uniwersyteckiego kampusu.
- Sławni studenci i absolwenci

europejskich uniwersytetów.

- Twoja wizja kierunków, który chciałbyś studiować (czego się uczyć, w jakich badaniach uczestniczyć, jakie zdobyć umiejętności, wiedzę, kompetencje). Formy uczestnictwa w konkursie są następujące: pisemna rozprawka, praca lub projekt plastyczno-architektoniczny (w dowolnej technice), esej, praca pisemna.

Po raz drugi odbędzie się wyjątkowa kampania autostopowa po ośmiu krajach naszego kon-



tyntentu Eurizons 2007. Podróż autostopem w gronie pięćdziesięciu młodych Europejczyków będzie połączona z intensywną kampanią na rzecz zrównoważonego rozwoju i globalnej odpowiedzialności. Wyprawie towarzyszyć będą publiczne dyskusje, warsztaty, koncerty, uliczny teatr, clowning i street art. Autostopowicze wyruszą na przełomie sierpnia i września z Rygi do Brukseli, uczestnicząc w zorganizowanych na trasie przejazdu imprezach, które odbędą się w siedmiu miastach (Ryga, Kraków, Żilina, Praga, Freiburg, Bazylea, Nancy). Przystankiem końcowym podróży będzie Bruksela, gdzie spotkają się z przedstawicielami Parlamentu Europejskiego, aby przedstawić im swoje pomysły i postulaty realizacji zobowiązań podjętych przez państwa sygnatariuszy Milenijnych Celów Rozwoju. Termin zgłoszeń mija 15 kwietnia, organizatorzy pokrywają w pełni koszty wyżywienia i noclegu. Polskim partnerem jest Polska Akcja Humanitarna, formularze aplikacyjne dostępne są na stronach www.pah.org.pl/83241.html oraz www.eurizons.net/apply.

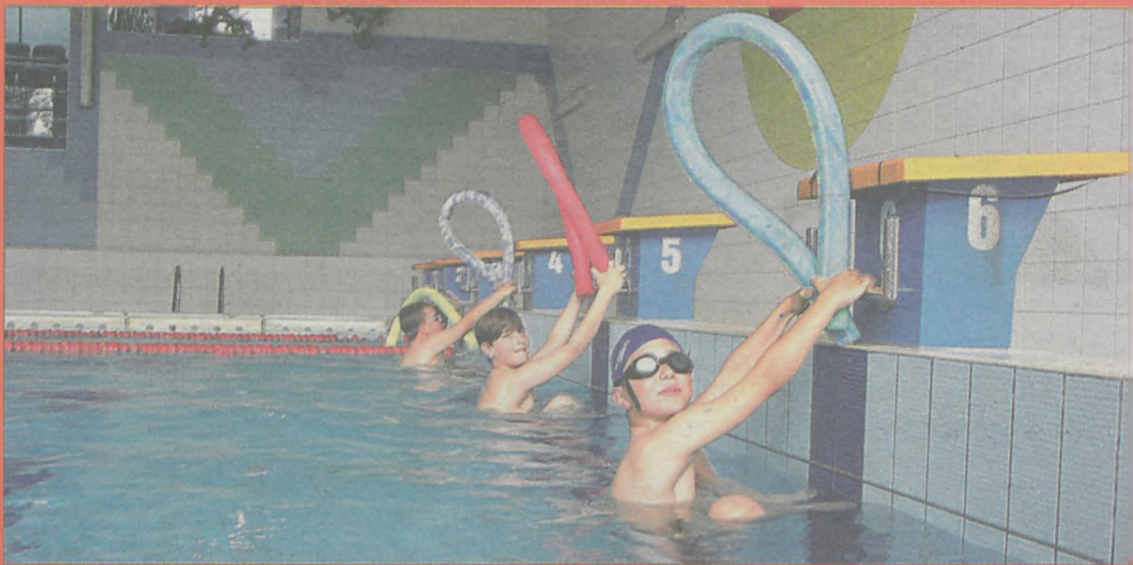
Centrum Informacyjno-Doradcze jest czynne w poniedziałki i piątki od godz. 11.00 do 13.30; Jarocin, ul. Wolności 1A

baSen... czy na pewno dla wszystkich?

Na potrzeby setek uczniów zarówno z jarocińskich szkół, jak i z całej gminy, pływalnia kilka godzin w tygodniu, w formie zajęć z wychowania fizycznego, zastępuje tradycyjną salę gimnastyczną. Jednak są w mieście placówki, które z różnych przyczyn nie mogą zapewnić uczniom możliwości korzystania z tej formy zajęć. Paradoksalnie do jednej z nich należy znajdująca się w odległości ok. 100 m od basenu „piątka”.

Na odnowioną kilka lat temu pływalnię uczęszcza wielu uczniów, nie tylko z samego Jarocina, ale także z całej gminy - dowożeni specjalnymi autobusami, pod opieką nauczycieli, w formie zajęć z wf-u dwie godziny w tygodniu spędzają doskonaląc naukę pływania: - *Na co dzień praktycznie nie uprawiam żadnej dyscypliny - przyznaje uczennica II klasy Gimnazjum Społecznego w Jarocinie. - Te dwie godziny na basenie raz w tygodniu to mój jedyny kontakt ze sportem.*

Wśród uczniów Zespołu Szkół nr 5, w klasach IV-VI szkoły podstawowej i I-III gimnazjum przeprowadziłam sondę „Czy w ramach zajęć z wychowania fizycznego chciałbyś chodzić na pływalnię?” Wyniki są jednoznaczne - na 354 pytanych uczniów, prawie 3/4 (72%) uważa, że to dobry pomysł, a jedynie 28% społeczności szkolnej w przedziale wieku od 10 do 16 lat jest na „nie”. - *Myszę, że w ten sposób polubiłabym bardziej wf. A przy okazji można trochę schudnąć - śmieje się uczennica kl. III. - Pływanie zalecił mi nawet mój lekarz - powiedział 12-letni Marcin.*



„PIĄTKA” do basenu ma najbliższą, ale uczniowie nie korzystają z tej formy zajęć.

Jedynymi wybrańcami „piątki” są klasy I-III szkoły podstawowej, z czego klasy II otrzymują na ten cel pełne dofinansowanie z gminy. Dlaczego? Ponieważ uczą się pływać od tak zwanego „zera”. Cała reszta, czyli klasy IV-VI oraz gimnazjum cztery godziny wf-u spędzają na sali gimnastycznej, stadionie lub w parku. Na basen uczęszczać mogą wyłącznie prywatnie lub na profesjonalne zajęcia w klubie sportowym „Pirania”. Jednak, co ciekawe, na dziesięciu pytanych: „Czy regularnie chodzisz na pływalnię?”, jedynie trzech odpowiedziało twierdząco. Dlaczego uczniowie pozostałych klas ZS nr 5 nie chodzą na basen? - *Problem jest przede wszystkim natury finansowej - mówi nauczyciel wychowania fizycznego Marek Durczak. - Uczniowie i ich rodzice*

deklarują, że będą regularnie opłacać naukę pływania, ale niestety różnie to potem bywa. Poza tym zimą, kiedy zaczynają się mrozy i śniegi, wielu uczniów rezygnuje, a tu znowu zaczynają się problemy z pieniędzmi. Jednak mimo to, co prawda nie w ramach wychowania fizycznego, lecz na zajęciach Szkolnego Klubu Sportowego każdego roku w okresie od października do grudnia odbywają się zajęcia na pływalni. Mają one na celu doskonalenie pływania oraz przygotowanie uczniów do zawodów szkolnych. Wszyscy chętni mogą się zapisać, jednak pobierana jest za to opłata - wyjaśnia.

O przyczyny obecnego stanu rzeczy zapytałam również dyrektora Wojciecha Wawrockiego. - *Od klasy IV wszyscy nauczyciele mają już obowiązek realizować konkretny*

program nauczania z wychowania fizycznego. Są to na przykład gry zespołowe, lekkoatletyka czy gimnastyka. Nauka pływania nie jest w ogóle ujęta - są to więc zajęcia dodatkowe i nieobowiązkowe. Poza tym realizacja tego przedsięwzięcia jest możliwa pod warunkiem, że przedstawiciele danej klasy, czyli w tym wypadku tzw. trójka klasowa bądź Rada Rodziców, zawrą umowę z dyrekcją MOSiR-u. Dyrektor zwrócił uwagę, że niezbędna jest wtedy zgoda nauczyciela prowadzącego wf, który musi umieścić zajęcia pływania w swoim programie nauczania przedmiotowego. Poza tym całkowitą odpowiedzialność finansową muszą ponosić rodzice, zadeklarować, że pieniądze będą wpłacane w ustalonym terminie itd. - Ważnym punktem jest dostosowanie planu zajęć. W ramach

obowiązkowych zajęć z wf lekcja byłaby przeprowadzana według ułożonego przez nauczyciela programu nauczania, czego nie należy mylić z rekreacją czy niekontrolowanym poruszaniem się uczniów w wodzie. Umiejętności podlegałyby również ocenie - mówi Wawrocki. Ostatecznym terminem ustalenia i załatwienia wszystkich spraw formalnych jest dokładnie 15.04.2007 r., ponieważ wtedy trzeba zorganizować i ustalić plan na kolejny rok szkolny.

Czy jest więc szansa, że uczniowie Zespołu Szkół nr 5 w Jarocinie będą chodzili na basen? - Zależy to przede wszystkim od finansów - rodzice zadeklarują, że będą wpłacać pieniądze na zajęcia swoich pociech i to najlepiej z góry, a my znajdziemy chętnego nauczyciela, który będzie opiekunem w czasie zajęć na pływalni - nie ma problemu. Każdy taki pomysł może zostać poridany pod dyskusję, np. na Radzie Rodziców - mówi Wawrocki.

Uczniowie mają więc nadzieję, że tak jak wielu ich rówieśników z innych szkół, w ramach wychowania fizycznego dwie godziny na tradycyjnej sali gimnastycznej zastąpią zajęciami na pływalni. Z pomocą, zaangażowaniem rodziców oraz nauczycieli mają na to duże szanse. Poza tym, oprócz oczywistych korzyści dla naszej sylwetki, zdrowia i odporności, basen może okazać się zachętą dla tych uczniów, którzy nie są mistrzami lekkoatletyki, długodystansowcami, ani fanatykami sportu czy samego wychowania fizycznego.

OLGA ŚWIDERSKA

ponad 50 litrów od młodych

Krew lała się strumieniami! A wszystko przez akcję „750 litrów krwi na 750-lecie miasta Jarocina” przeprowadzoną w marcu w Zespole Szkół Ogólnokształcących oraz Zespole Szkół Ponadgimnazjalnych nr 1. Honorowych krwiodawców poznać można było po uśmiechu na twarzach i... czekoladach w reklamówce.

W tygodniu poprzedzającym akcję z młodzieżą klas trzecich w jarocińskim „ogólniaku” spotkali się przedstawiciele Rejonowego Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa w Kaliszu, by promować oddawanie krwi. Spotkania poskutkowały, gdyż zgłosiło się 62 pełnoletnich uczniów chętnych podzielić się tym, co najcenniejsze.



Organizacją akcji zajęło się Szkolne Koło Polskiego Czerwonego Krzyża - członkowie z klasy 1d wraz z opiekunem Waldemarem Szybą, który również oddał krew. Krwiodawcy objęci byli profesjonalną opieką, a „po wszystkim” mogli wypić kawę lub sok i zjeść coś słodkiego - sponsorem produktów był PCK Zarząd Rejonowy w Jarocinie. Cała akcja odbywała się w specjalnie przygotowanych do tego celu salach pawilonu. Ostatecznie krew oddało 50 osób, zebrano 22,250 l.

Ci, którzy oddali krew, otrzymali wyniki badań i podziękowania od PCK. Inicjatorem akcji była dyrektorka ZSO - Dorota Andrzejewska, na prośbę Rejonowego Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa w Kaliszu. Także uczniowie ZSP nr 1 w Jarocinie mieli

okazję zrobić coś dobrego. Szkolne Koło PCK zorganizowało Dzień Honorowego Krwiodawstwa. Każda pełnoletnia osoba mogła oddać krew. Wystarczyło przyjść z dowodem osobistym do szkolnej auli, wypełnić ankietę i poddać się badaniom lekarskim. Nawet organizatorzy byli zaskoczeni tak dużym zainteresowaniem ze strony młodych. Zgłosiło się 89 uczniów, z których krew oddało 72. Zebrano ponad 30 litrów.

- *To jest fajny cel, bo dzisiaj oddaję krew, a kiedyś mogę tej krwi potrzebować ja czy ktoś z moich bliskich. Nigdy nie wiemy, w jakiej sytuacji możemy się znaleźć. W każdej chwili może być ta krew potrzebna - przekonuje Marzena Glapa, uczennica „jedyńki”, która była jedną z ochotniczek. Mariusz mówi tak: - Była taka akcja organizowana i stwierdziłem: „Czemu nie?”. Krew się zawsze przyda. Młodzież zapytana o powód, na pierwszym miejscu stawia pomoc innym. - To jest zrobienie czegoś dobrego dla kogoś innego - argumentował Jacek Andrzejczak.*

Wśród oddających krew najwięcej było nowicjuszy. - *Dziś oddałem krew, bo uważam, że można zrobić coś dobrego w życiu, chociaż raz - powiedział Piotrek i stwierdził, że na jednym razie nie poprzestanie. - Wcześniej takie akcje już były, w cyklach co 2-3 lata, ale jeżeli będzie zainteresowanie ze strony młodzieży, to jesteśmy w stanie robić to co roku - tłumaczy Maria Szymanek, opiekunka Szkolnego Koła PCK. Aby młodzież mogła podjąć świadomą decyzję o oddaniu krwi, dwa dni wcześniej także w „jedyńce” zorganizowano pogadanki na ten temat.*

RIGGI I KAROL GÓRSKI

o Kościuszcze na wesoło



MŁODZIEŻ UDOWODNIŁA, że przedstawienie o patronie nie musi być nudne.

Pod koniec marca jarociński ogólniak obchodził święta patrona szkoły. Pierwszoklasiści mieli w JOK-u swoją małą akademię, którą udowodnili, że szkolne przedstawienia wcale nie muszą być nudne.

W tym roku zamiast sztampowego wymieniać dat i opowiadania historii, zorganizowano zabawne przedstawienie opowiadające etapami o życiu bohatera spod Raclawic. Uczniowie byli zaskoczeni bogatymi strojami i humorystycznym akcentem występu. - *Kościuszeko jak żywy! - śmieje się Ola. Dyrektorka Dorota Andrzejewska uważa, że to najlepszy sposób, by poszerzyć wiedzę młodzieży. - Takie mówienie o Tadeuszu Kościuszcze na lekcji historii nie wszystkim się kodyje. A myśle, że taka forma humorystyczna, szczególnie przedstawienie miłości Kościuszki, była przyjęta przez wszystkich bardzo mile. Pani prof. Ewa Florczyk i uczniowie bardzo się napracowali - chwaliła zespół.*

Po części artystycznej, jak co roku, przyszedł czas na część konkursową. Każdą pierwszą klasę reprezentowały drużyny 3-osobowe, które musiały popisać się sporą wiedzą o swoim patronie, ale również i historii szkoły. Uczniowie chwilami szokowali odpowiedziami i ciężko było wyłonić zwycięzców. Zdarzały się też wpadki - jedna grupa pomyliła imię pani dyrektorki, która w zeszłym roku odeszła na emeryturę. W końcu wygrała klasa 1d, która przez konkurs przeszła bezbłędnie. Karolina Grodzka, Agnieszka Cyraniak i Grzegorz Andrzejczak byli bardzo dobrze przygotowani. - *Szukaliśmy odpowiedzi w Internecie. Pytaliśmy nauczycieli. Jesteśmy klasą humanistyczną, dlatego było to dla nas interesujące - przyznaje Karolina. W nagrodę drużyna otrzymała puchar i uznanie pani dyrektorki. - Poziomy wiedzy był bardzo wysoki. Myśle, że klasa 1d zasłużyła na wygraną. Od początku wykazywali bardzo pewne odpowiedzi. Widziałam ich liderkę tydzień przed uroczystością, jak biegła po szkole i szukała informacji - komentuje dyrektorka Andrzejewska.*

Dzień patrona okazał się dla LO bardzo owocny. Szkoła udowodniła, że dba o tradycje. Nikt się nie nudził, a wiedza na pewno zakodowała się w niejednej główce.

MICHALINA