

SLO-Gan

nr 69



Spis treści

Szkoła Promocji Zdrowia.....	3
Apel ku pamięci Toniego Halika.....	4
Wirtualna podróż w świat Toniego Halika	5
Wakacje tuż, tuż.....	6, 7
Rajd „Nadnarwiańskim Szlakiem”	8, 9
Krzyżówka.....	10
Rozrywka.....	11

Redakcja

pod opieką mgr Bożeny Dobczyńskiej

K.K. J.D. J.D M.A. K.M. K.K.





Szkoła Promocji Zdrowia

Po dziesięciu miesiącach ciężkiej pracy i stresów nadchodzi tak wyczekiwany przez wszystkich uczniów czas – WAKACJE. Będzie to czas zabawy i nowych przeżyć. Każdy z Was musi zwracać uwagę na różne zagrożenia podczas wakacyjnego wypoczynku.

1. Wyjeżdżając, zawsze pozostaw najbliższemu informację, gdzie i z kim będziesz spędzać czas. Zostaw wszystkie możliwe numery telefonów.
2. Nie afiszuj się zbyt wiele posiadaniem dobrami. Podczas płacenia staraj się nie pokazywać zawartości portfela.
3. Podróżując pociągiem zawsze zajmuj miejsca z dala od podejrzanych osób. Nigdy też nie podróżuj autostopem sam. Nie wsiadaj do auta jeżeli kierowca od razu nie wzbudzi Twojego zaufania lub będziesz mieć jakiegokolwiek wątpliwości. Wracając z imprezy nocą nigdy nie korzystaj z ofert podwiezienia przez obcych.
4. Przebywając na plaży, pływalni, czy w wakacyjnym tłumie, uważaj na portfel, telefon. Jeśli bawisz się na imprezie, nigdy nie pozostawiaj swoich rzeczy bez opieki.
5. Zawsze i wszędzie pilnuj swoich napojów. Przypadki dosypywania i dolewania różnych specyfików są coraz większym problemem. Nigdy nie przyjmuj napojów od nieznanymi lub mało znanych Ci osób. Jeśli idziesz na parkiet, napoje zostaw pod opieką osoby zaufanej.
6. Nierzadko ostatni szkolny dzwonek, czy ostatni egzamin na studiach jest dla młodych ludzi sygnałem rozpoczynającym wielkie pijaństwo, a wraz z nim - wielkie ryzyko. Nie daj szans, aby wakacyjne picie powiększyło związane z tym statystyki tragicznych wydarzeń.

Apel ku pamięci Toniego Halika.

Społeczność II SLO w Ostrołęce uczciła po raz 23 pamięć o swoim wielkim patronie Tonym Haliku. Postać wielkiego podróżnika towarzyszy uczniom od wielu lat, stanowi wzór do naśladowania i autorytet, za którym warto podążać ku przysgodzie. Maj jest dla placówki wyjątkowy. Obchodzi ona bowiem dzień Patrona, ale też jubileusz 23-lecia istnienia szkoły, 21 rocznicę nadania imienia szkole i 19 rocznicę śmierci Toniego Halika.

Podczas uroczystego apelu z okazji dnia patrona dokonano także wręczenia dyplomów i słodkich upominków dla uczniów, którzy wyróżnili się podczas organizowanych konkursów, olimpiad tematycznych oraz zawodów sportowych.

W szkolnym konkursie wiedzy o patronie laureatami zostali:

I miejsce - Wiktoria Deptuła, Natalia

Szymańska, Wioletta Pieńkosz (klasa IIa), II miejsce - Izabela Parzych, Nicole Pazera, Krystian Nicewicz (klasa Ia), III miejsce - Magdalena Płóciennik, Dawid Botwina, Piotr Piórkowski (klasa Ib). Uroczystość ku pamięci dnia patrona odbyła się w czwartek 25 maja br w II SLO w Ostrołęce.



Wirtualna podróż w świat Toniego Halika

Tematem kolejnego Wieczoru w Arce był podróżnik Tony Halik. Podczas spotkania uczestnicy mogli wysłuchać wielu ciekawych informacji o tej niezwykle barwnej postaci, obejrzeć projekcję filmu poświęconego podróżnikowi oraz wysłuchać dedykowanych mu wierszy.

Tony Halik jest Patronem II Społecznego Liceum Ogólnokształcącego w Ostrołęce. Społeczność placówki bardzo często wspomina swojego opiekuna, organizując rozmaite wydarzenia z nim związane, czy wyprawy szlakami podróżnika, tworząc kronikę poświęconą patronowi lub zapraszając jego żonę Elżbietę Dzikowską, aby móc wspólnie wspominać m.in. rozliczne wyprawy małżeństwa obojga podróżników.

Wieczór w Arce poświęcony postaci Toniego Halika odbył się w czwartek 25 maja o godz. 18.00 w Miejskiej Bibliotece Publicznej w Ostrołęce, przy ul. Głowackiego.



Wakacje tuż, tuż...

Kiedy zbliżają się wakacje wiele osób zaczyna szukać miejsca, w którym można ciekawie spędzić urlop. Chociaż modne jest wyjeżdżanie za granicę, warto docenić również krajową ofertę turystyczną.

Klimat panujący nad polskim morzem sprzyja dbaniu o zdrowie niezależnie od pory roku czy panującej aury – właśnie dlatego znajduje się tu tak wiele ośrodków rehabilitacyjnych oraz uzdrowisk i sanatoriów. Przede wszystkim warto przyjechać nad Bałtyk, aby powdychać podczas spaceru zawarty w powietrzu jod. Warto wiedzieć, że największe

stężenie tego pierwiastka jest podczas sztormów, dlatego osoby planujące połączyć odpoczynek z dbaniem o zdrowie powinny spacerować po plaży nawet przy wietrznej pogodzie. Pobyt nad polskim morzem to również propozycja dla alergików – wiatr wiejący od Bałtyku nie zawiera żadnych alergenów. Takie wakacje będą więc nie tylko doskonałą okazją, aby lepiej poznać polskie wybrzeże i odpocząć, ale też sprzyjają podreperowaniu zdrowia.



Wyjazd z góry to czysta rekreacja, oznacza to, że podczas takiego wyjazdu przede wszystkim możemy zaznać dużo aktywności fizycznej i ta aktywność może pozytywnie wpłynąć na nasze zdrowie. Człowiek w górach może jeździć na nartach, na łyżwach, na snowboardzie, uprawiać nornic walking, biegać i tak dalej. Są tu także atrakcje, jak również świetna kuchnia, która zachwyca wszelkimi możliwościami połączeń smaków i aromatów.

To nastraja bardzo optymistycznie i sprawia,

że ludzie nad wyraz często wybierają się w góry. Niesamowite smaki, jakich można skosztować tylko tutaj, przyciągają tu ludzi nad wyraz często i sprawiają, że ludzie ci są wręcz zauroczeni tymi kulinarnymi klimatami. Można zaznać tu prawdziwego odpoczynku na łonie natury, bo chociaż większość miejscowości jest dosłownie oblegana przez turystów, to i tak nie ma to nic wspólnego ze zgiełkiem wielkiego miasta, jakiego możemy doświadczyć w innych miejscach.

WAŻNE TELEFONY

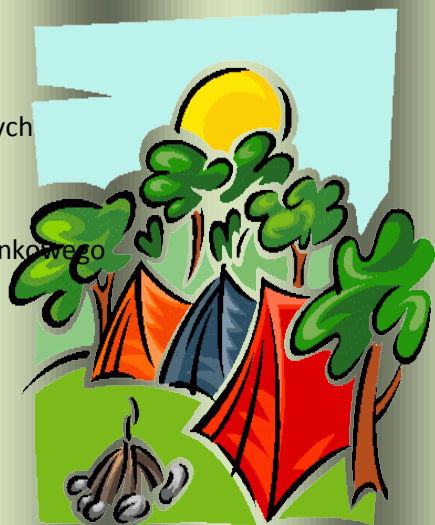
112 – telefon alarmowy służb ratowniczych

997 – telefon alarmowy Policji

998 – telefon alarmowy Straży Pożarnej

999 – telefon alarmowy Pogotowia Ratunkowego

601 100 100 – telefon alarmowy WOPR



Rajd

XVI Wojskowy Rajd
"Nadnarwiańskim
Szlakiem" Ostrołęka -
Rybaki - Ostrołęka
19 maja młodzież
naszej szkoły
uczestniczyła w

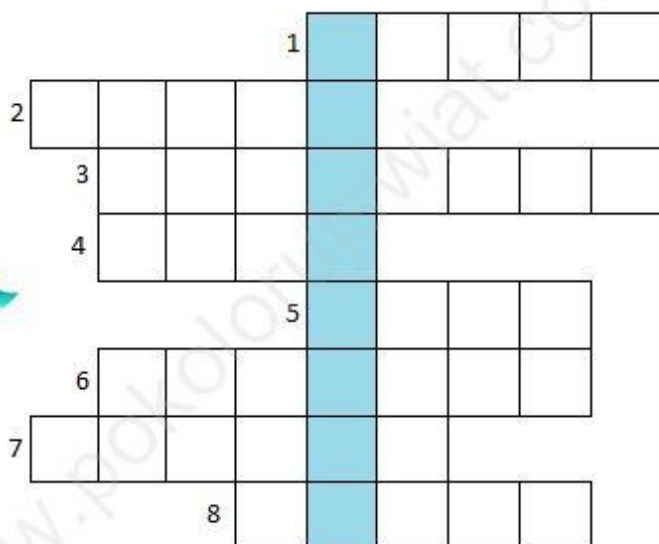


cyklicznej imprezie - Wojskowym Rajdzie "Nadnarwiańskim Szlakiem". Tegoroczny Rajd odbywał się pod hasłem „Pieszo chodzimy papierosów nie palimy”. To już 16 raz jak uczniowie wędrują przez łąki, pola, lasy pokonując swoje słabości rywalizują drużynowo w zakresie wiedzy i praktycznych umiejętności z zakresu udzielania pierwszej pomocy, pokonywania przeszkód terenowych, nauczania dowodzenia i współpracy w grupie. Rajd rozpoczął się symulowaną ewakuacją uczniów z budynku szkolnego, apelem przypominającym zasady poruszania się po drogach oraz pokazem akcji funkcjonariuszy ZK w Przytułach Starych. Osiem drużyn rajdowych pokonując trasę Rybaki - Ostrołęka rywalizowało ze sobą na punktach kontrolnych w następujących konkurencjach: czołganie/pętzenie, rozstawianie pałatki, okopywanie do postawy leżąc, nakładanie odzieży ochronnej OP1, ratownictwo medyczne i transport rannego na noszach, terenoznawstwo, rzut granatem, elementy musztry, elementy maskowania, pompki i strzelanie. Pod czujnym okiem nauczycieli: p.Marty Zyśk, p. Emilii Zyry, p. Bożeny Dobczyńskiej, p. Jolanty Ciszakowskiej, p.

Darii Piersy - Lendy, p. Rafała Mędelskiego, p. Wioletty Samełko oraz p. Iwony Mościckiej młodzież bezpiecznie dotarła do mety. Zwycięzcami w klasyfikacji drużynowej okazali się: I m-ce drużyna "Kowboje" z klasy IIA, II m-ce "Polskie Orły" klasa IIB, III m-ce "Dzikie Orły" klasa IA, IV m-ce "Pogromcy" klasa IIB, V m-ce "Orły matematyczne" klasa IA, VI m-ce "Wilki" klasa IB, VII m-ce "FC Gawrysie" z klasy IB, VIII m-ce "Biała Mewa" z klasy IIA. Dodatkowo przyznano wyróżnienia, medale złote, srebrne i brązowe dla wyróżniających się kadetów w konkurencjach: a) zakładanie masek: Kacprzyk Weronika, Tabaka Marcin, Piórkowski Piotr; b) okopywanie się: Pragacz Piotr, Kowalczyk Sebastian, Śledziwski Piotr; c) musztra: Ptak Albert, Głębocki Mateusz, Smółkowski Kamil; d) pomoc przedmedyczna: Botwina Dawid, Michalak Karolina, Niedźwiecki Damian; e) terenoznawstwo: Hajder Izabela, Kosiorek Wioletta, Kubeł Klaudia oraz najlepszych dowódców: Ciechowicz Natalia, Brzostek Patryk, Pieńkosz Wioletta. Wsparcie żołnierzy na punktach kontrolnych otrzymaliśmy z 8 Szczecińskiego Batalionu Radiotechnicznego w Lipowcu k/Szczytna oraz funkcjonariuszy z Zakładu Karnego w Przytułach Starych za co bardzo dziękujemy, ich profesjonalizm i zaangażowanie w znacznej mierze uatrakcyjnił Rajd i przyczyniło się do wyłonienia tegorocznych zwycięzców. Zmagania zakończyły się ogniskiem z pieczonymi kiełbaskami i wojskowa grochówką. Choć nie było lekko, a odciski na stopach będą odczuwalne jeszcze przez kilka dni, to nic nie zastąpi miłych wspomnień, które pozostaną na zawsze. Zwycięzcom gratulujemy i zapraszamy za rok.

Krzyżówka – Wakacyjna

1. Służy do grania, np. w siatkówkę,
2. Ma kierownicę, siodełko i dwa pedały,
3. Zbieramy je nad morzem,
4. Pyszne i zimne. W kubeczku lub na patyku,
5. Np. Alpy lub Beskidy,



6. Możesz polecieć nim na wakacje,
7. Co to za owoce? 
8. Egzotyczne drzewo na którym rosną kokosy.

HASŁO: _____



Matura z historii:

- Omów państwo Ostrogotów.
 - Nie wiem...
 - Dobrze, to omów państwo Wizygotów.
 - Też nie wiem.
 - Pytanie ratunkowe?
 - Jeśli można...
 - Porównaj państwo Ostrogotów z państwem Wizygotów.
-



Język polski:

"Pan Tadeusz" jako utwór nieśmiertelny. Opisz swój stosunek do literackiego arcydzieła, wychodząc od tezy, głoszącej że "There can be only one".

Matematyka:

Udowodnij, stosując odpowiednie założenia, w dowolnym zbiorze kwadratów można wskazać trójkątny okrąg o co najmniej dwóch środkach.

Geografia:

Wykaż, że najkrótsza droga prowadzona z Kaliningradu do Moskwy wiedzie przez polski korytarz tranzytowy i nie przechodzi przez Białoruś ani Litwę.



Serdecznie życzymy, aby nadchodzące wakacje były radosne, ciekawe, słoneczne, a przede wszystkim bezpieczne, by sprzyjały poznawaniu ciekawych miejsc i zawieraniu nowych przyjaźni. Życzymy, by wakacje były czasem zasłużonego i efektywnego wypoczynku, by wszyscy mogli nabrać sił, i zapału do pracy w kolejnym roku szkolnym.

Wesołych wakacji!