

# PAUZA

GAZETKA SZKOLNA SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 4  
W ŚWIDNIKU



## ZAWARTOŚĆ WYDANIA

Instrukcja obsługi pamięci- 2

Z uczniami jest dużo zabawy- 4

Zimowy szal karnawałowy- 6

Krótko i na temat- 7



## SŁOWO WSTĘPU

Autor: Agnieszka Lubowiecka

Wiosna tuż, tuż. Za nami bal karnawałowy, walentynki, tłusty czwartek i Dzień Kobiet. Przed nami wiosenne porządki, Wielkanoc i egzamin w klasie ósmej. W niniejszym wydaniu przeczytacie o tym, co wydarzyło się w naszej szkole w minionych tygodniach. Poznacie zainteresowania pewnego nauczyciela oraz dowiedziecie się, jak się uczyć, żeby się nauczyć. Zapraszamy do lektury!



# Instrukcja obsługi pamięci

Autorki: Karolina Trepiak i Milena Wisowata, 8a

**Jak? Kiedy? Ile razy? Jak długo? Po co? Te pytania zadają sobie wszyscy uczniowie, którzy dowiadują się, że za tydzień będzie sprawdzian. Pytania dotyczą oczywiście uczenia się, czyli zapamiętywania ważnych treści. O tym, jak się uczyć, żeby się nauczyć, opowie nam pani Anna Wicijowska- Falenta, nasz szkolny psycholog.**

**Karolina Trepiak:** Jaki jest według Pani najskuteczniejszy sposób na uczenie się?

**Anna Wicijowska- Falenta:** Moim zdaniem najbardziej efektywny sposób to taki, który jest zgodny z własnymi preferencjami, własnym stylem uczenia się.

Warto pamiętać o podstawowych zasadach efektywnej nauki takich jak: brak „rozpraszaczy” w miejscu nauki (np. telefon powinien być wyciszony), systematyczności, czyli nieodkładaniu nauki na ostatnią chwilę, dzieleniu materiału na partie. Efektywnej nauce sprzyjają aktywne metody takie jak, np. testowanie siebie z wiedzy, którą chcemy opanować i zapamiętać. Zamiast wielokrotnego czytania tekstu, można po pierwszym przeczytaniu spróbować go sobie opowiedzieć na głos lub zadać pytanie, jakiego spodziewalibyśmy się od nauczyciela (sposób Feynmana).

Na efektywność nauki wpływ ma również styl uczenia się, który opiera się na założeniu, że osoby różnią się między sobą pod względem tego, który z kanałów zmysłowych jest najbardziej skuteczny.

Wyróżnia się 4 style uczenia się: słuchowcy, którzy lepiej się uczą, gdy coś usłyszą; wzrokowcy, którzy lepiej się uczą, gdy coś zobaczą; kinestetycy, którzy lepiej się uczą, gdy czegoś doświadczą i czuciowcy, którzy lepiej się uczą, gdy coś pocują. Oczywiście w praktyce dużo osób przejawia style mieszane.

Ja mam dużo cech wzrokowca, czyli gdy coś zobaczę w książce, to potrafię sobie przypomnieć, np. stronę, gdzie znajduje się dla mnie ważna informacja. Lubię się uczyć, gdy mam przygotowane graficznie notatki, np. mapy myśli lub fiszki z nowymi dla mnie pojęciami czy słówkami w obcym języku.

**Milena Wisowata:** Jak dobrać metody uczenia się do własnych potrzeb?

**AW-F:** Wzrokowcy przede wszystkim zwracają uwagę na wygląd notatek. Jak już wspominałam, jeśli coś jest napisane na kolorowo, czytelnie, to łatwo jest im to zapamiętać. Zwracają oni też uwagę na to czy, np. na ich biurku jest porządek, czy nie leży na nim zbyt wiele przedmiotów. Obrazki, plakaty czy fiszki to też dla nich atrakcyjny materiał, z którego dużo się dowiadują. Cenne są dla nich przykłady z codziennego życia.

Słuchowcy powinni dużo zapamiętywać z lekcji, zwłaszcza, gdy ktoś opowiada w sposób interesujący i ciekawy. Pomaga im też mówienie do siebie, powtarzanie na głos czy słuchanie różnych nagrań, audiobooków. Słuchowcy z łatwością uczą się języków obcych. Pamiętają dobrze to, co usłyszą lub co sami opowiedzieli. Chętnie uczą się w grupie bądź z drugą osobą, poprzez zadawanie pytań i odpowiadanie na nie.

**KT:** A jak uczą się kinestetycy?

**AW-F:** Ten typ ludzi uczy się poprzez ruch, działanie. Są to osoby, które, np. na chemii będą czuć się dobrze podczas robienia eksperymentów. Wiadomo, że nie każdy materiał jest możliwy do opanowania poprzez poruszanie się, ale takim osobom pomagają, np. chodzenie po pokoju, ruszanie czegoś w dłoniach, stukanie, bo wtedy wpadają w rytm i łatwiej jest im się skoncentrować na nauce.

Do nauki zachęca ich zarówno działanie, jak i współzawodnictwo. Często stają się niespokojni, gdy konieczne jest siedzenie przez dłuższy czas w jednym miejscu.

Wyróżnić można także osoby posiadające wysoką wrażliwość na uczucia własne i innych oraz doznania fizyczne.

Czuciowcy zwracają uwagę na komunikację niewerbalną. Bardziej odbierają emocje innych osób niż ich słowa. Zachowują się dość ekspresyjnie, więc często gestykują. Lubią opowiadać o własnych przeżyciach, dlatego odnosząc się do nich, szybciej zapamiętują treści.

Informacje odbierają najlepiej w formie języka mówionego. Ponadto lepiej przyswajają wiedzę, gdy coś zanotują lub narysują. Ucząc się zgodnie ze stylem preferowanym przez nasz mózg, mamy większe szanse na przyswajanie wiedzy. Aby nauka stała się efektywna, warto zadbać o dobrą atmosferę i nastawienie. Często słuchowca w dobry nastrój wprowadzi posłuchanie ulubionej muzyki, kinestetyka – aktywność fizyczna, a wzrokowca – uporządkowana przestrzeń wokół siebie.

**MW:** Czy uczenie się dzień lub kilka godzin przed sprawdzianem jest skuteczne?

**AW-F:** To zależy, jaki cel ma to uczenie się. Jeżeli celem jest napisanie kartkówki na pozytywną ocenę, to osoba, która przede wszystkim zrozumiała materiał i ma dobrą koncentrację uwagi oraz pamięć krótkotrwałą, nie powinna mieć większego problemu z taką nauką. Pytanie tylko, czy po 3-4 dniach, tygodniu będzie dobrze pamiętała ten materiał?

Jeżeli komuś zależy nam na tym, aby zapamiętać coś na dłużej, warto wiedzieć, że z pamięci krótkotrwałej musi to zapisać się w pamięci długotrwałej. Do tego niezbędne są powtórki. Brytyjski badacz technik uczenia się Tony Buzan opracował styl pięciokrotnych powtórek: tuż po nauce, godzinę później, kilka godzin później, na drugi dzień, tydzień później i miesiąc później. Wszystko zależy od tego na jakiej skuteczności nam zależy.

Czy chodzi nam wyłącznie o oceny, czy trwałość zapamiętywania. Kodowaniu informacji w pamięci długotrwałej sprzyjają też tzw. mnemotechniki i inne metody efektywnej nauki. Ale o tym więcej w kolejnym wydaniu gazетки.

**KT:** W takim razie, czy sądzi Pani, że systematyczne uczenie się jest lepsze?

**AW-F:** Systematyczna nauka jest konieczna, jeżeli chcemy zapamiętać coś na dłużej. Jeżeli chcemy pamiętać coś za pół roku, to ważne jest powtarzanie materiału co jakiś czas. Nasz mózg działa tak, że gdy czegoś na wykorzystujemy, to po prostu o tym zapominamy i tym samym zwalniamy miejsce na nowe informacje w pamięci krótkotrwałej.

**MW:** Ile godzin poświęcała Pani na uczenie się po szkole będąc w podstawówce/gimnazjum?

**AW-F:** To dobre pytanie. Muszę sięgnąć pamięcią do dawnych czasów... Myślę, że średnio około 2-3 godzin dziennie i na pewno trochę dłużej przed sprawdzianami.

**KT i MW:** Bardzo dziękujemy za udzielenie wywiadu.



# A co na to uczniowie?

Przeprowadziliśmy ankiety wśród uczniów naszej szkoły. Zapytaliśmy ich o sprawdzone sposoby uczenia się. Oto one!

*Przede wszystkim ważna jest systematyczność, czytanie tematu po każdej lekcji i powtarzanie go. Wtedy nauka nie jest już taka trudna.*



*Czytam temat w podręczniku, podkreślam ważne informacje, przepisuję je na kartkę i powtarzam.*

*Zazwyczaj mam ustawiony czas nauki na 25 min. i 5 min. przerwy. Podczas 5- minutowej przerwy zawsze wstaję od biurka, przechodzę się po domu i rozciągam. A moja nauka wygląda tak, że czytam tematy z podręcznika, na kartkę wypisuję najważniejsze rzeczy z danego tematu i po każdym rozdziale oglądam podsumowanie tematu na You Tubie.*

*Preferuję kolorowe notatki i dobrze widoczne hasłowe nagłówki, fiszki i bardzo śmieszne bądź nawet głupie skojarzenia. Bardzo lubię korzystać też z aplikacji do nauki (...).*

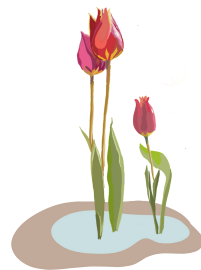


*Robię notatki, zaznaczam kolorowymi zakreślaczami ważne informacje.*

*Czytam podręcznik i robię notatki zazwyczaj dzień przed klasówką lub sprawdzianem.*

*Czytanie tematu, wypisywanie najważniejszych informacji lub rzeczy, których nie mogę zapamiętać. Uczę się dzień wcześniej, wieczorem, ale nie wiem, czy to dobry pomysł, bo zawsze dostaję 3.*

*Robienie ładnych przejrzystych notatek pomaga w przyjemniejszej nauce. Robienie fiszek ze słówkami na angielski czy hiszpański. Sprawdzanie się poprzez robienie quizów.*



*Uważne słuchanie na lekcji.*

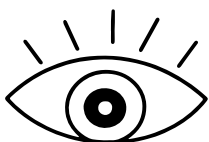
*Do nauki języków obcych: słówko w języku obcym + tłumaczenie + mały rysunek (ułatwia zapamiętywanie).*

*Plakaty i prezentacje.*

Ankiety opracował Michał Schneider, 6b

## A Ty, jaki sposób uczenia się wybierasz?

Jeśli nie jesteście pewni, który styl uczenia się jest dla Was najlepszy, wykonajcie test. Wiele z nich znajdziecie w internecie. Możecie poprosić o poradę wychowawcę lub panią Anię, naszego szkolnego psychologa. AL



# Z uczniami jest dużo zabawy

Autor: Michał Schneider, 6b



Mijacie go codziennie na szkolnym korytarzu. Nosi ze sobą dużą torbę. Uczy historii, wiedzy o społeczeństwie i edukacji dla bezpieczeństwa. Jego nazwisko przywołuje na myśl poważnego i szlachetnego ptaka. Czy już wiecie, o kim mowa?

Zapraszam na krótki wywiad z panem Łukaszem Czapłą.

**Michał Schneider:** Co Pana skłoniło, żeby zostać nauczycielem historii?

**Łukasz Czapła:** Bardzo trudne pytanie, Michale. Myślę, że jest to praca z młodymi ludźmi, którzy szukają odpowiedzi na różne pytania. Ja mogę im pomóc znaleźć odpowiedzi. Poza tym bardzo przyjemnie pracuje się z młodzieżą.

**MS:** Jakie ma Pan zainteresowania poza historią?

**ŁC:** Poza historią interesuje mnie czytanie książek niezwiązanych z historią, na przykład opowieści science fiction lub fantasy, oglądanie filmów w domu, chodzenie do kina na różnego rodzaju filmy.

**MS:** Co lubi Pan w pracy nauczyciela, a czego Pan nie lubi?

**ŁC:** Lubię pracę z młodzieżą i dziećmi, a nie lubię wszelkiego rodzaju dokumentów, których jest cała masa.

**MS:** Czy miał Pan jakąś zabawną historię w karierze nauczyciela?

**ŁC:** Codziennie mam jakąś zabawną historię, w każdej klasie. Z uczniami jest dużo zabawy.

**MS:** Dziękuję za poświęcony czas i udzielenie wywiadu.



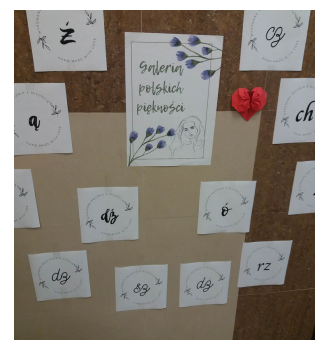
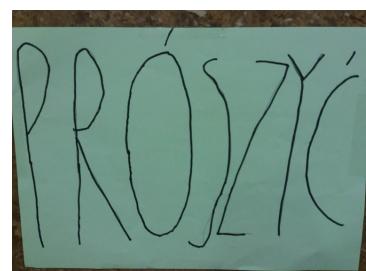
## Międzynarodowy Dzień Języka Ojczystego



W 1999 roku UNESCO ustanowiło dzień 21 lutego Międzynarodowym Dniem Języka Ojczystego. Obchody tego święta związane są z ochroną różnorodności językowej na świecie.

W tym roku w naszej szkole MDJO świętowaliśmy przez cały tydzień. Na korytarzach szkoły pojawiły się informacje na temat tego święta, a także słowa, których pisownia przysparza niemałych kłopotów. Edukacją kolegów zajęli się uczniowie klasy 6a oraz członkowie Szkolnego Koła Dziennikarskiego.

W niektórych klasach odbyły się lekcje akcentujące wyjątkowość naszego języka ojczystego, np. w klasie 4a ("Potworna lekcja"), czy w klasie 3a (Konkurs Pięknego Czytania). Na lekcjach języka polskiego dla obcokrajowców także mówiliśmy o wyjątkowości polszczyzny i języka ukraińskiego. Uczniowie świetnie radzili sobie z polskimi łańcami językowymi, prezentowali również podobne w języku ukraińskim. Oprócz tego dzieci rozwiązywały quizy i obejrzały krótkie filmiki pt. "Błyskawiczne dzieje polszczyzny". AL





## Ranking zestawów LEGO

Autor: Michał Schneider, 6b

### 1. „Hulkbuster bitwa o wokandę”

Ten zestaw jest przykładem na to, że w tak niewielkiej skali można zbudować dobrego mechanicznego mecha\*. Zestaw jest przeznaczony dla dzieci w wieku od 8 lat.

### 2. „Złoty smoczy motocykl jaya”

Zestaw pochodzi z serialu „Lego Ninjago”. Powstaje z niego bardzo dobry pojazd, do którego dodano niesamowite minifigurki. Z minikonstrukcji dołożono tylko kryształowego pająka. Zestaw przeznaczony jest dla dzieci w wieku od 7 do 10 lat.

### 3. „Statek kosmiczny Boba Fetta”

Zestaw jest inspirowany serialem „Księga Boba Fetta”. Jest bardzo ciekawy, chociaż mam do niego kilka uwag, np. zamiast pocisków są miotacze.... groszków. Zestaw jest przeznaczony dla lat dzieci w wieku od 9 do 11 lat.

\*mech (mecha) – w science-fiction określenie człekokształtnych robotów bojowych



Fot. Canva



Fot. Canva

## Rusz głową!

Drodzy Czytelnicy!

Rozwiążcie rebus i krzyżówkę. Zapiszcie na kartce wyjaśnienia obu haseł. Kartkę przynieście do pokoju nauczycielskiego. Podpiszcie odpowiedzi imieniem, nazwiskiem i klasą. Termin zgłaszania rozwiązań upłynie 17.03.2023r. Spośród wszystkich prawidłowych odpowiedzi wylosujemy i nagrodzimy słodko 3 zwycięzców.



### Rebus

Autor: Basia Lubowiecka, 8a



~~W~~



~~CHEWKA~~



~~KIER~~



~~Ż~~



~~A~~



W

Z=R

~~E~~



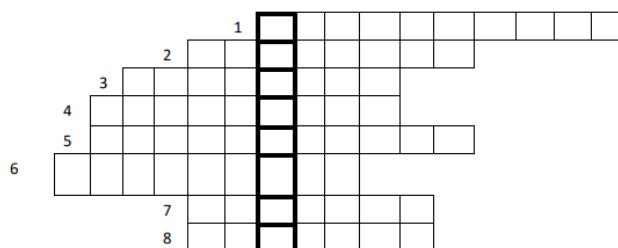
~~A~~

Y Z Y = U

Hasło:.....

### Szkolna krzyżówka

Autor: Gabrysia Wójcik, 6b



1. Książki, cisza, dwie panie
2. Jedzenie, sztuczce, kucharki
3. Przerwa, długi, gwar
4. Mapa, globus, rzeki
5. Krople żołądkowe, fluoryzacja, biały fartuch
6. Zabawa, dzieci, odrabianie lekcji
7. Odpoczynek, relaks, wspomnienia
8. Szafki, kluczyk, ubrania

Hasło:.....

# Zimowy szal karnawałowy

Autor: Gabriela Krupa, 8c



Dnia 9 lutego w Szkole Podstawowej nr 4 im. gen. Władysława Sikorskiego w Świdniku odbyła się zabawa choinkowa, która dostarczyła niezapomnianych wrażeń uczniom oraz nauczycielom.

## Nie małe urwanie głowy

Rozpoczęcie 2023 roku obfitowało w wiele interesujących i angażujących aktywności. Przede wszystkim mowa tu o balu karnawałowym, który przy pomocy zaangażowanych uczniów – spragnionych odreagowania od szkolnych obowiązków – został zrealizowany. Dzięki działaniom Samorządu Uczniowskiego udało się przygotować wspaniałe dekoracje w postaci girland z balonów oraz grafik zachęcających do tańca. Dziękujemy wszystkim nauczycielom, małym i dużym uczniom, którzy włożyli mnóstwo pracy i serca, aby tegoroczny bal został odebrany jak najlepiej!



## Muzyka jak na zawołanie

Warto wspomnieć o muzyce, która odegrała bardzo ważną rolę podczas zabawy. Przecież tylko przy dobrze znanych piosenkach, zaczynamy tańczyć i świetnie się bawimy. Pojawiły się znane przeboje, mistrzowsko dobierane i miksowane przez DJ-a. Ponadto uczniowie mieli okazję poruszać się do znanej nam wszystkim belgijki. Starsi uczniowie uczyli młodszych kolegów i koleżanki stawiania kroków i ruszania się w rytm piosenki. Tamten wieczór należał do Szkoły Podstawowej nr 4!



Nie zapominajmy, że lata dziecięce to nie tylko beztroskie chwile, lecz i poważne obowiązki. Tegoroczni ósmoklasiści doskonale zdają sobie sprawę z "małej matury", którą będą musieli napisać w tym roku. Jednakże wszystkim należy się odpoczynek i chwila relaksu w tym stresującym i pracowitym okresie – "bo przywilejem młodości jest radość i zabawa...".



Autor: Ola Kiczyńska, 3b

## Ach, co to był za bal!

Niedawno w naszej szkole odbył się bal karnawałowy. To pierwsza tak duża impreza szkolna, w której brałam udział. Sala została pięknie udekorowana, a do tańca przygrywał DJ. Byłam ogromnie podekscytowana! Czułam się jak w bajce, ponieważ dookoła mnie tańczyły księżniczki, superbohaterowie, zwierzęta i nawet kilka Wednesday. Razem z nami bawiła się nasza kochana Wychowawczyni. Dzięki temu atmosfera była jeszcze bardziej magiczna. To był wyjątkowy dzień! Bawiłam się wspaniale!



# Krótko i na temat



## Etap wojewódzki konkursów przedmiotowych



Miło nam poinformować, że troje uczniów naszej szkoły awansowało do wojewódzkiego etapu przedmiotowych konkursów kuratorskich.

Gabrysia Krupa z kl. 8c weźmie udział w konkursie polonistycznym, Dominik Kłopotowski z kl. 8b – w konkursie matematycznym oraz Ania Leśny z kl. 8a – w konkursie matematycznym i chemicznym. Trzymamy kciuki i życzymy powodzenia! AL



### Występ w TVP Lublin

2 marca w TVP Lublin w audycji porannej "Poranek między Wisłą i Bugiem" wystąpiła Wasza koleżanka – Nikola Kosior z klasy 8c. Zaśpiewała piosenkę pt. "Love in the dark". AL



### Walentynki



W naszej szkole 14 lutego z okazji walentynek Samorząd Uczniowski zorganizował pocztę walentynkową. Każdy, kto chciał, mógł wysłać walentynkę swojemu przyjacielowi, którą później członkowie samorządu wręczali adresatom. Ten dzień był bardzo przyjemny i romantyczny. Czekamy na następne walentynki w przyszłym roku! GW



Fot. Canva

### Tłusty czwartek

W tym roku tłusty czwartek wypadł 16 lutego. Słodkich pyszności nie zabrakło na naszych lekcjach. Tego dnia każda klasa przygotowała słodkości, którymi wspólnie się częstowaliśmy. Nasz coroczny zwyczaj poznali także uczniowie z Ukrainy, którzy zachwycili się smakiem pączków i faworków. BL

*Czy wiesz, jak spalić kalorie po zjedzeniu jednego pączka? Pobiegnij szybko do sklepu po kolejne dwa pączki!*



### Szkolna strefa relaksu

W naszej szkole na korytarzach pojawiły się nowe kanapy i krzesła. Kanapy powstały dzięki pracy uczniów i pani Kingi Teterycz – Iwanickiej. Szkolne meble są bardzo wygodne i sprzyjają relaksowi. Znajdziecie je na parterze. Nowe zielone krzesła znajdują się na pierwszym piętrze. Dzięki nim możemy odpocząć w czasie przerw. AL i MS

### Dzień Kobiet

Tradycyjnie 8 marca obchodziliśmy w naszej szkole Dzień Kobiet.

Dziewczęta otrzymały od swych kolegów drobne upominki, słodczyce lub kwiaty.

Niektóre klasy ten dzień spędziły poza szkołą, świętując Dzień Kobiet, np. w kinie. AL





# Krótko i na temat

## Szczęśliwy numer

Po kilkuletniej przerwie wróciła do nas akcja "Szczęśliwy numer". Każdego dnia o 7.30 losowany jest numer i wywieszany na tablicy ogłoszeń Samorządu Uczniowskiego. Uczeń, który w dzienniku ma ten właśnie numer, jest zwolniony z odpowiedzi ustnych, a z niezapowiedzianych kartkówek może poprosić o niewpisanie oceny. Szczegóły akcji na stronie internetowej naszej szkoły. AL



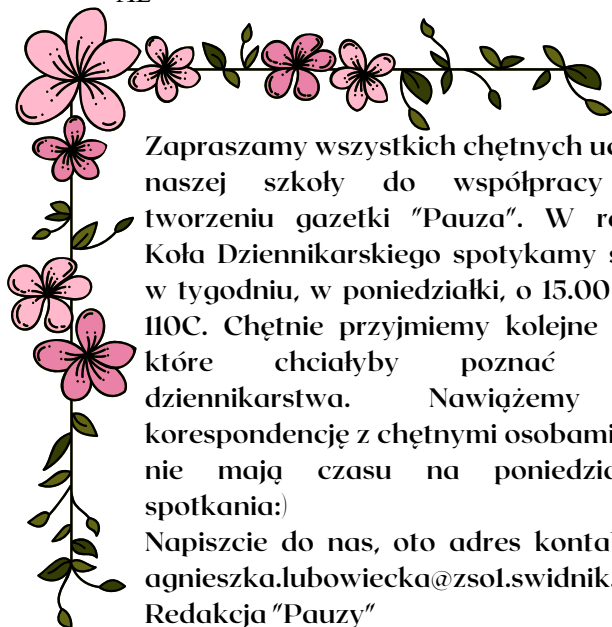
## Konkurs recytatorski

8 marca w II LO w Świdniku odbył się XXVII Wojewódzki Konkurs Recytatorski Poezji Krzysztofa Kamila Baczyńskiego. Miło nam poinformować, że uczennice naszej szkoły zaprezentowały się wyśmienicie. **Weronika Morawska** z klasy 8c zajęła **I miejsce** w kategorii szkół podstawowych, a **Basia Lubowiecka** i **Jagoda Taras** z klasy 8a zostały wyróżnione. Gratulujemy i życzymy kolejnych sukcesów! AL



## Szachy w naszej szkole

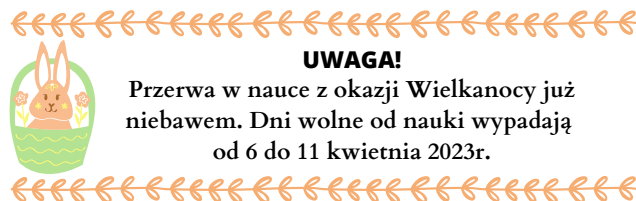
Uczniowie naszej szkoły w szachy grają już od dawna. Dzieje się to za sprawą dwóch panów- Piotra Jusińskiego i Łukasza Czemerysa. W tym roku naukę gry w szachy rozpoczęli uczniowie klasy 1b. Będą się szkolić przez dwa lata. Dzięki tej logicznej grze uczniowie nauczą się rozumieć konsekwencje swych działań, będą analizować i planować, a także zmierzać się z dwoma smakami życia : wygraną i porażką. A Wy gracie w szachy? AL



Zapraszamy wszystkich chętnych uczniów naszej szkoły do współpracy przy tworzeniu gazetki "Pauza". W ramach Koła Dziennikarskiego spotykamy się raz w tygodniu, w poniedziałki, o 15.00 w sali II0C. Chętnie przyjmujemy kolejne osoby, które chciałyby poznać tajniki dziennikarstwa. Nawiążemy też korespondencję z chętnymi osobami, które nie mają czasu na poniedziałkowe spotkania:)

Napiszcie do nas, oto adres kontaktowy:  
[agnieszka.lubowiecka@zso1.swidnik.pl](mailto:agnieszka.lubowiecka@zso1.swidnik.pl)  
Redakcja "Pauzy"

Redakcja "Pauzy":  
Michał Schneider, 6b  
Gabriela Wójcik, 6b  
Barbara Lubowiecka, 8a  
opiekun Koła Dziennikarskiego-  
Agnieszka Lubowiecka



### UWAGA!

Przerwa w nauce z okazji Wielkanocy już niebawem. Dni wolne od nauki wypadają od 6 do 11 kwietnia 2023r.



### Bądź na bieżąco z SP4!

Zapraszamy do odwiedzania naszej szkolnej strony internetowej ([sp4.e-swidnik.pl/](http://sp4.e-swidnik.pl/)) oraz do śledzenia wydarzeń na fanpagu szkoły na Facebooku

W tym numerze gazetki wykorzystano elementy graficzne pochodzące z programu Canva. Zdjęcia uczniów naszej szkoły pochodzą z FB szkoły lub są wykonane na potrzeby niniejszego wydania "Pauzy".