

# PG3 info

TEMAT NUMERU:

## AKROBATYKA



gimnastyka  
**akrobatyka**



W tym numerze m.in.

Klasa III D

Wywiady z Uczniami

Akrobatyka

FIFA 2016

Erasmus

Dodatek matematyczny

Ciekawostki

## Klasa III D



*Klasa bardzo zróżnicowana. Aktywizujecie się, udzielacie społecznie, na terenie szkoły, macie upodobania i szczególne charaktery, bardzo określone.*

Klasa 3D liczy 27 uczniów. Naszym wychowawcą jest pan Konrad Ulita. Jesteśmy jedną z dwóch klas w szkole uczących się w połowie języka francuskiego. Nasza klasa jest połączeniem najróżniejszych osobowości. Od osób cichych i spokojnych do osób głośnych i przebojowych. Od tych uczących się bardzo dobrze, do tych uczących się trochę gorzej. Jesteśmy klasą bardzo zróżnicowaną i jest to idealne połączenie. Mamy wiele nietypowych zainteresowań i talentów, o których tylko nieliczni wiedzą. Choć często mamy różne zdania na dany temat, to zawsze umiemy się dogadać. Często prowadzimy na lekcjach zaciekle dyskusje, co nie zawsze podoba się nauczycielom. Nie można powiedzieć, że jesteśmy klasą idealną, zdarza nam się rozmawiać na lekcjach, być nieprzygotowanym, ale mocno się staramy. Przez te 3 lata bardzo się ze sobą zżyliśmy, trudno nam będzie się teraz rozstać. Niektóre znajomości przerodziły się w przyjaźnie i możliwe, że przetrwają jeszcze wiele lat.

*Kinga Sakowicz z klasy 3 D*

### **Co powiedzieli nauczyciele o III D?**

- *Jesteście bardzo fajną klasą. Bardzo zróżnicowaną, ponieważ część osób jest zdecydowanie szalona, a część spokojna i cicha. W waszej klasie jest kilka osób bardzo twórczych, którzy nie pokazują na forum szkoły, że posiadają bardzo bogate zainteresowania. Jest też grupka osób, które, niestety, poza telefonem nie mają innych upodobań.*
- *Bardzo lubię pracować z klasą IIID. Zawsze przed lekcją z tą grupą, myślę o zajęciach z przyjemnością, ponieważ są w niej młodzi ludzie bardzo aktywni, zaangażowani w pracę na lekcji i przygotowani do niej, co sprawia, że ta praca przynosi satysfakcję nauczycielowi. Myślę, że młodzież w grupie, z którą pracuję jest pełna pomysłów, szalonych, ale dobrych pomysłów. Jest w tej klasie dużo indywidualności, które mimo cech charakterystycznych dla poszczególnych osób, świetnie współpracują ze sobą.*
- *Klasa IIID, cóż mogę powiedzieć? Jestem wychowawcą od trzech lat. Klasa jest ogólnie zgrana, ale wyjątki również się pojawiają. Szczególnie grupa dziewcząt ciągnie do przodu cały wózek i organizuje wszystkie imprezy, przedsięwzięcia. Problemów wychowawczych nie mam, może poza nielicznymi.*

## Wywiad z **Gabriela Walczuk** - uczennica z pasją



fol. Gabriela Walczuk z klasy III D

**Weronika Oszejca:** Mogę zadać ci kilka pytań?

**Gabriela Walczuk:** Jasne.

**W.O.:** Jaka jest twoja pasja?

**G.W.:** Trenuję akrobatykę sportową, skoki na ścieżce.

**W.O.:** Powiesz w skrócie, co to jest?

**G.W.:** Akrobatyka to dyscyplina, która dzieli się na cztery części: planszę, skoki na ścieżce, skoki na trampolinie i double mini, który nie jest uprawiany w Polsce. Generalnie we wszystkich tych częściach wykonuje się elementy takie jak: z nóg na

nogi, nóg na ręce itp., często są łączone z tańcem, np. na planszy, wykonywane na różnych przedmiotach jak skoki na trampolinie lub ścieżce.

**W.O.:** Ile czasu trenujesz akrobatykę?

**G.W.:** W wieku sześciu lat zaczęłam trenować gimnastykę, trwało to rok albo dwa lata, a później trenowałam akrobatykę. Zazwyczaj liczę to jako całość, jako dziesięć lat, bo to co dała mi gimnastyka, dało mi duże podstawy do tego, co robię teraz w akrobatyce.

**W.O.:** Są jakieś dyscypliny, które pomagają wam w ćwiczeniach?

**G.W.:** Ostatnio mamy zajęcia z baletu, ale to dopiero początek, bo nie wiadomo, czy się przyjmie. Podstawy baletu pomagają nam poznać własne ciało, przyzwyczajamy się do większego obciążenia ciała, obciążania palców, prostowania kolan i kontroli ciała.

**W.O.:** Ile masz treningów? Ile trwają?

**G.W.:** Mam we wtorki, czwartki, piątki i soboty, czyli cztery razy w tygodniu. Przeciętny trening trwa dwie godziny, poza piątkiem, bo wtedy jest półtorej godziny.

**W.O.:** To całkiem sporo. Jak znajdujesz czas na naukę i czas dla siebie?

**G.W.:** Jeżeli chodzi o łączenie akrobatyki i szkoły, nie jest to trudne, bo treningi są w takich godzinach, że w tym czasie i tak nie uczyłabym się, więc to mi nie koliduje w żaden sposób z odrabianiem lekcji. A czas wolny jest trochę gorzej zorganizować, wiadomo, jest to trochę trudne. Po szkole jestem zmęczona, a jeszcze muszę iść na trening, gdzie męczę się jeszcze bardziej. Następnie wracam do domu i zajmuję się nauką. W dni kiedy mam treningi, nie mam kiedy wyjść gdzieś ze znajomymi, bo nie mam czasu, a gdybym jeszcze to wciskała, byłabym kompletnie wyczerpana.

**W.O.:** Jak wygląda trening?

**G.W.:** Na początku, kiedy wszyscy już zbiorą się na sali, biegamy długo po ścieżce, wykonujemy krążenia, robimy rozgrzewkę w miejscu, zazwyczaj każdy indywidualnie, ponieważ wszyscy trenujemy na tyle długo, że wiemy, jakie partie ciała, jak długo i w jaki sposób trzeba rozgrzewać. To zajmuje nam około piętnastu do dwudziestu minut. Później stajemy w kolejce na początku ścieżki i każdy wykonuje elementy, które zazwyczaj wie, jak robić, ze względu na długi czas trenowania. Zaczynamy od prostszych np. przewrotów, stania na rękach, przerzutów bokiem. Następnie stopniowo przechodzimy do trudniejszych elementów, w tym czasie staramy się je łączyć, by powstał cały układ, składający się z ośmiu elementów. Staramy się nie ćwiczyć cały czas tego samego, tylko uczymy się różnych elementów, uczymy się wplatać je w układy. Później wykonujemy trening siłowy czyli ćwiczenia na wzmocnienie mięśni i na siłę. Po skończonym treningu rozciągamy wszystkie partie ciała.

**W.O.:** Jeździsz na zawody? Osiągasz sukcesy?

**G.W.:** Tak, jeżdżę. Jeżeli chodzi o sukcesy, to wszystko zależy, na jakie zawody pojedę. Wiele razy stałam na podium na mniejszych i większych zawodach. W czerwcu zajęłam pierwsze miejsce na Mistrzostwach Polski Seniorów. W zawodach Międzynarodowych zazwyczaj jestem w finałach, w pierwszej czwórce.

## Znaczenie imion

W naszym cyklu przedstawiamy znaczenie popularnych imion. W tym numerze prezentujemy imiona na literę J - Julię (w naszej szkole obecnie 12 uczennic nosi to imię) oraz Jakuba (znaleźliśmy aż 20 chłopców o tym imieniu w PG3).

**JULIA** - Imię ma źródło w starożytnym Rzymie. Julia jest zazwyczaj obojętna i kulturalna. Na ogół posiada dużo wdzięku i delikatności. Jednocześnie potrafi być wesolutka i błyskotliwa. W pojedynkach słownych jest twardą przeciwniczką i trudno skłonić ją do zmiany opinii. Do dzieł czat noszących to imię możemy zwracać się, używając zdrobnień Jula, Julka, Julcia.

**JAKUB** - To popularne imię pochodzi prawdopodobnie od arabskiego słowa „jakub”, którego tłumaczenie to „drozd skalny”. Zdrobniła forma tego imienia to Kuba i jest ona zdecydowanie częściej niż forma podstawowa. Chłopcy o tym imieniu to indywidualiści, którzy rzadko słuchają, co mówią inni, a już z pewnością nie są zainteresowani robieniem zwyczajnych rzeczy. Są z natury żywiołowi, ciekawi świata oraz posiadają wszechstronne uzdolnienia. Ich temperament nierzadko upędza osoby noszące to imię w kłopoty, z którymi najczęściej sami starają się sobie radzić.

**W.O.:** Akrobatyka jest twoją pasją czy częścią życia, rutyną?

**G.W.:** Zdecydowanie stała się rutyną. Oczywiście nadal jest moją pasją. W dzieciństwie to była zabawa, na treningi przychodziło się, by zwyczajnie się pobawić, wtedy to było typowe hobby. Z czasem przerodziło się w obowiązek. Trenuję już bardzo długo, trening stał się dla mnie oczywistością. Im jestem starsza, tym więcej pojawia się obowiązków. Tak też stało się z akrobatyką.

**W.O.:** Czy wyobrażasz sobie życie bez akrobatyki?

**G.W.:** Jeżeli miałby to być tylko tydzień, krótki okres to tak. Zazwyczaj w wakacje nie ma treningów, więc nie ma problemu. Jednak kiedy pomyślę tak na dłuższą metę i zacznę się zastanawiać nad tym... Jeżeli miałabym zrezygnować z tego teraz, od tak nie byłabym w stanie tego zrobić ze względu na wszystkie wspomnienia, które mnie łączą z akrobatyką, wszystkie uczucia, przeżycia, osiągnięcia. Na treningach poznałam moich najlepszych przyjaciół. Przez długi czas dobrych znajomych i przyjaciół miałam tylko tam. Zawsze nazywamy to naszą „akrobatyczną rodziną”, bo znamy się już wszyscy naprawdę bardzo dobrze i długo, uwielbiamy spędzać ze sobą czas. Treningi są też dla nas dużym ułatwieniem, jeżeli chodzi o utrzymywanie kontaktów i dobrych relacji.

**W.O.:** Wiążesz swoją przyszłość z akrobatyką?

**G.W.:** Życia z akrobatyką nie łączę. Nie jest to przyszłościowy sport ani dyscyplina olimpijska, była nią do 2011 r., wtedy odbyła ostatnia olimpiada, w Białej Podlaskiej, od tamtej pory na olimpiadach jest jedynie plansza. W pełni z akrobatyki nie zrezygnuję, na pewno. Jeżeli w mojej okolicy byłyby zawody przyszedłabym, popatrzyłabym i porozmawiałabym z ludźmi, których na pewno będę jeszcze znać. Sama raczej nie będę trenować, bo jest to duże obciążenie i psychiczne, i fizyczne.

**W.O.:** Czy chcesz powiedzieć coś jeszcze?

**G.W.:** Tak, chciałabym zachęcić wszystkich do odnajdywania ciekawych, nietypowych dyscyplin sportowych, dlatego że jest ich naprawdę wiele, są też takie, o których się nie mówi, które nie są nagłaśniane tak jak np. piłka nożna, która jest bardzo znana. Naprawdę warto czasem poszukać głębiej, bo dzięki różnicowaniu dyscyplin można znaleźć coś dla siebie, coś, co będzie nietypowe i dzięki temu bardzo wyjątkowe i oryginalne.

**W.O.:** Dziękuję bardzo.

**G.W.:** Proszę bardzo.



## O sobie...

Akrobatykę sportową trenuję od 8 lat, jednak początek mojej pasji miał miejsce trochę wcześniej.

Pamiętam ten dzień, kiedy na zajęcia w przedszkolu przyszli do nas studenci Akademii Wychowania Fizycznego wraz z trenerami sekcji – wtedy jeszcze gimnastycznej. Pod ich okiem wykonywaliśmy różne ćwiczenia, najlepsi z nas zostali zaproszeni na „test sprawności”, tym razem już na sali gimnastycznej. Na tym spotkaniu wypadłam naprawdę dobrze i od razu zostałam przyjęta do sekcji dla młodzików.

Początkowo, przez około rok, trenowaliśmy same podstawy, były to raczej zabawy rozwijające sprawność i koordynację, zapoznanie się ze sportem. Z czasem grupa kruszyła się, ostatecznie zostało nas około 10-15 osób. Wtedy już na poważniej zaczęliśmy trenować gimnastykę sportową, organizowaliśmy pokazy, a nawet raz wystartowaliśmy na ogólnopolskich zawodach w Krakowie. Niestety, sekcja z różnych przyczyn rozpadła się, przez parę miesięcy mieliśmy przerwę.

Po pewnym czasie z naszymi rodzicami skontaktował się nowy trener, który utworzył sekcję akrobatyki sportowej. Znowu, początkowo była to raczej zabawa, poznanie – tym razem – akrobatyki, jednak umiejętności zdobyte podczas trenowania poprzedniej dyscypliny dały nam świetną podstawę do opanowania tej nowej.

Nasza grupa długo kształtowała się, dochodzili do nas zawodnicy z kolejnych naborów.

Na międzywojewódzkie i ogólnopolskie zawody zaczęłam jeździć w wieku 8 lat, jednak wtedy, tak jak reszta grupy, startowałam i na ścieżce akrobatycznej, i na trampolinie, i na planszy. Jakiś czas później najlepszych akrobatów przejął nowy trener, z którym skupiliśmy się już tylko na ścieżce; ostatecznie pozostali, którzy nadal trenowali na planszy, wykruszyli się. Od tamtej pory, oprócz zawodników, niewiele się zmieniło.

Dzisiaj nasza sekcja liczy około 20 młodszych akrobatów i 7-kę reprezentantów kadry wojewódzkiej, spośród których tylko ja utrzymałam się od czasów naszej pierwszej sekcji sprzed 10 lat.

Gabriela Walczuk z klasy 3d

**Weronika Brodacka:** Jakie są wasze pasje?

**Weronika Oszajca:** Pasja humanistyczna, czyli aktorstwo, recytacja, ogólne zainteresowanie językiem polskim, a także muzyka.

**Gabriela Wieczorek:** Nie wiem, co jest konkretnie moją pasją, bo interesuję się wszystkim po trochu, ale głównie są to zainteresowania artystyczne. Bardzo lubię śpiewać, tańczyć, malować, jestem też harcerką.

**W.B.:** W jaki sposób realizujecie swoje pasje?

**W.O.:** Chodzę na koło teatralne.

**G.W.:** Chodzę na śpiew do Pana Olesiejuka od tych ferii. Jestem w harcerstwie już szósty rok i chyba w to jestem najbardziej zaangażowana. Przez kilka lat chodziłam na koło plastyczne w podstawówce i częściowo w gimnazjum, ale już nie chodzę, jednak bardzo miło to wspominam!

**W.B.:** Jak wasze zainteresowania pomagają wam w codziennym życiu?

**W.O.:** Interesuję się językiem polskim, dzięki temu mam lepsze oceny z tego przedmiotu. Chodzę na koło teatralne, biorę udział w konkursach recytatorskich i krasomówczych, sprawia to, że mam większą zdolność wypowiedzania się, potrafię ubierać wszystko w słowa.

**G.W.:** Harcerstwo to tak naprawdę wychowanie młodzieży przez młodzież. Kiedy dołączyłam do harcerstwa w trzeciej klasie szkoły podstawowej byłam w zastępie po opiekę mojej zastępowej. Wtedy poznawałam tajniki harcerstwa poprzez zabawę i kontakt z naturą. Natomiast teraz to ja jestem zastępową i mam pod sobą własny zastęp - 3 świetne dziewczyny, które aktualnie kończą szóstą klasę szkoły podstawowej. Teraz ja przekazuję im moje harcerskie doświadczenie. Na przykład idziemy do lasu, tam uczymy się rozpałać ognisko czy budujemy same szałas! Oprócz tego, że dziewczyny uczą się bardzo dużo ode mnie, ja też uczę się sama na przykład cierpliwości, kiedy rozrabiają i nie dadzą czasem mi dojść do słowa się z nimi wytrzymać. Jeśli mam coś dla nich zorganizować, to spoczywa na mnie duża odpowiedzialność. To wszystko przydaje mi się w realnym życiu.

---

## Wywiad z Weroniką Oszajcą i Gabrielą Wieczorek.

---



**W.B.:** Czy wiążecie swoją przyszłość z waszymi zainteresowaniami?

**W.O.:** Planuję pójść na profil humanistyczny do liceum, a później dalej pójść w kierunku humanistycznym na przykład studia pedagogiczne, czy coś w tym rodzaju.

**G.W.:** Mam w planach pójść do liceum na kierunek matematyczno-fizyczno-geograficzny. Chciałabym w przyszłości połączyć nauki ścisłe z moimi artystycznymi zdolnościami, na przykład byłaby to architektura lub grafika. To byłoby super!

**W.B.:** Czy wasze zainteresowania sprawiają, że brakuje wam na coś czasu, czy może pomagają w jego organizacji?

**G.W.:** Teraz już nie, ale wcześniej był czas, że byłam przytłoczona ilością obowiązków, nie miałam nawet chwili, żeby odetchnąć, teraz już tak nie jest, poukładałam sobie wszystkie sprawy. Kiedyś było tak, że miałam w tygodniu tańce, angielski, plastykę, jeszcze coś, nie dało się tego wytrzymać, do tego dochodziła jakaś zbiórka, trzeba było wszystkiego pilnować. Z czasem wszystko sobie ułożyłam, teraz już wiem na co uważać i jest dobrze.

**W.O.:** Bardzo cieszę się z moich zainteresowań, bo czasami nauczyciele zwalniają mnie z lekcji na próby do przedstawień, które zabierają mój czas, dzięki czemu mogę spędzić w bardziej kreatywny i produktywny sposób. Bywają dni, kiedy po szkole nie wracam do domu, bo mam coś do załatwienia, a potem wracam na próbę. Chętnie się udzielam w ten sposób. To zabiera mi czas, ale jest pozytywne, bo nie marnuję go na przykład na siedzenie w internecie.

**W.B.:** Jakie odniosłyście sukcesy do tej pory?

**W.O.:** Dla mnie sukcesem jest wystawione przedstawienie, które spodobało się ludziom. Było ich bardzo dużo, zarówno z koła teatralnego jak i tych na przykład z panem Jarząbkowskim. Sukcesem jest dla mnie również integracja z osobami, które występują w przedstawieniach. Dodatkowo, może niewielkim osiągnięciem jest to, że trzy lata pod rząd zajęłam pierwsze miejsce w konkursie krasomówczym.

**G.W.:** Dla mnie sukcesem jest samo to, że ktoś mnie doceni i zauważy. Uwaga takiej osoby jest dla mnie miodem na serce. Zajmuję też pierwsze miejsca, wyróżnienia w różnych konkursach i jest to wielka motywacja.

**W.O.:** Pochwalę się za Gabrysię. Ostatnio zajęła trzecie miejsce w konkursie pieśni patriotycznej, w szkole wiszą jej rysunki, kiedyś wygrywała doży konkursów plastycznych, na przykład zajęła pierwsze miejsce w konkursie o Janie Pawle II.

**W.B.:** Co powiedziałybyście osobom, które chcą podzielić wasze zainteresowania?

**G.W.:** Warto inwestować w siebie i robić to, co się lubi, bo włożony w pracę wysiłek na pewno się kiedyś opłaci.

**W.O.:** Moim zdaniem to, co może wydawać się stratą czasu, tak naprawdę jest jego zyskiwaniem, bo coś co robimy teraz, w przyszłości może skutkować dobrą pracą, czy chociażby satysfakcją i dumą z siebie samego. Warto ćwiczyć to, co się już potrafi, bo przez rozwijanie swoich pasji może powstać coś naprawdę wielkiego!

**W.B.:** Dziękuję za wywiad!

**W.O.,G.W.:** Proszę!

Weronika Brodacka z klasy 2a



⇒ Akrobatyka cyrkowa

⇒ Akrobatyka konna

⇒ Akrobatyka lian

⇒ Akrobatyka na słupie

⇒ Akrobatka narciarska

⇒ Akrobacje powietrzne  
na desce

⇒ Akrobatyka rowerowa

⇒ Akrobatyka sportowa

⇒ Akrobatyka  
spadochronowa

## Koniecnie...

„**Koniecnie**” ma dwie strony. Raz coś wychodzi i zależy od nas – wtedy coś **koniecnie** potrzebuje. Druga zaś jego strona odnosi się do nas z zewnątrz. Ktoś, bądź coś ode mnie **koniecnie** potrzebuje, muszę coś **koniecnie** zrobić, czy też muszę coś **koniecnie** mieć.

„**Koniecnie**” też często jest używany jako forma grzecznościowa – często myślimy, że musimy gdzieś **koniecnie** dodać „**koniecnie**” np.: „Przyjdź do mnie **koniecnie!**”, „Oczywiście **koniecnie** przyjdę!” „Jeśli już **koniecnie** muszę, czy też jeśli już tak **koniecnie** chcę być taki [...] grzeczny, to przecież mógłbym użyć innego, mniej przymusowego przysłówka – a tu nie, musiałem **koniecnie** tak powiedzieć! To była ironia. Wcale nie musiałem. A w każdym razie – **niekoniecnie.**”

W oparciu o książkę Jerzego Bralczyka „Mój język prywatny”  
Patrycja Dadacz z klasy 2 a

## Rodzaje akrobatyki

Istnieje kilka rodzajów akrobatyki, która z perspektywy osób podziwiających wygląda doskonale. W ogóle samo słowo akrobatyka przywodzi na myśl jedynie trudne, bardzo absorbujące i wymagające ogromnej siły, motywacji oraz zaangażowania układy ćwiczeń oraz pokazów. Rodzaje takich ćwiczeń akrobatycznych uwarunkowane są różnym podłożu. Oczywiście stopień trudności zależy od zaangażowania. Niekiedy można wziąć pod uwagę jedynie podstawowe ćwiczenia akrobatyczne, innym razem można przygotować się do bardziej zaawansowanych układów, które wymagają zdecydowanie więcej poświęcenia. Czasami akrobatyka to dziedzina na tyle trudna, że zdarzają się także poważne wypadki oraz kontuzje. Dobrze jest jednak zachować maksymalny stopień bezpieczeństwa podczas wykonywania takich wyczynów. Wśród licznej grupy akrobatyk można wymienić takie jej rodzaje jak m.in.:

⇒ **Akrobatyka cyrkowa** – stanowi dyscyplinę sztuki cyrkowej i polega na prezentowaniu trudnych ćwiczeń gimnastycznych. Wykonują oni m.in. ćwiczenia na trampolinach, linach, ruchomych trapezach i na podwieszonych u sklepienia kołach. Akrobaci cyrkowi wykonują także przeskoki między przyrządami, salta, „pętlę śmierci” (do której wykorzystywane są pojazdy mechaniczne np. rowery lub motocykle), a także chodzą i jeżdżą po linie.

⇒ **Akrobatyka konna** – wykonuje się ją podczas jazdy konnej. Dotyczy ona takich akrobacji jak m.in.: zeskoki, wskoki na konia, jazda stojąc (przodem, tyłem, pojedynczo, w piramidach składających się z kilku osób), przewijanie się pod brzuchem lub pod szyją konia. Dawniej jej zadaniem było doskonalenie sprawności jeździeckich, które miały później być wykorzystywane do celów wojskowych.

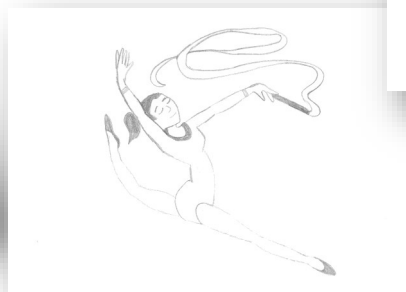
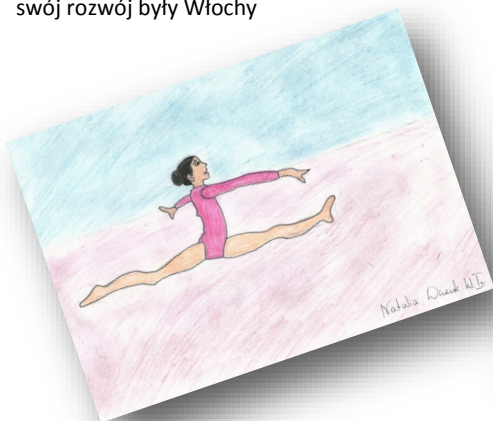
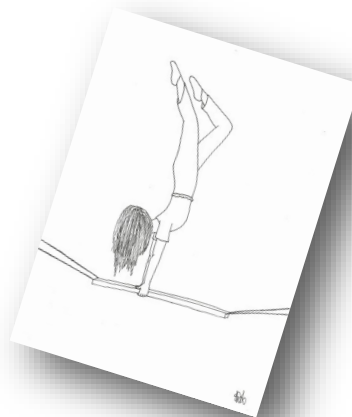
⇒ **Akrobatyka lian** – pochodząca z Chin sztuka akrobacji wykonywana na skraju konwi lian, która służyła do przechowywania alkoholu wykorzystywanego podczas uroczystości z dużą liczbą gości. Akrobacja polegała na tym, że wykonujące ją osoby stawały na rękach na skraju lian i poruszając się po krawędzi, wykonywały różne figury.

⇒ **Akrobatyka na słupie** - pochodząca z Chin sztuka akrobacji prezentowana na słupie mającym na szczycie mały podest. Była wykonywana podczas igrzysk i festiwali baixi.

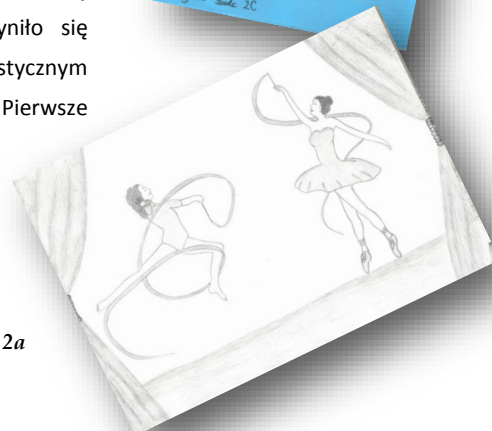
Gabriela Marczuk z klasy 2a

# Akrobatyka sportowa

Jest to jeden z najstarszych sportów w historii ludzkości, polegający na wykonywaniu układów gimnastycznych, których cechami dominującymi są siła, równowaga i gibkość. Znana była już w starożytnym Egipcie gdzie stanowiła jedną z części obrządku pogrzebowego. Na Krecie w II wieku p.n.e. uprawiano tauromachia, czyli akrobatykę na grzbietach byków. Akrobatyka występowała także z rytualnym tańcem, co miało na celu wywołanie podniecenia i wprowadzenie w trans. W Grecji była nazywana thaumata czyli cudowność (lub thaumato-pojia – pogoń za cudownością). Platon uważał, że sprzyja ona doskonaleniu osobowości. Natomiast Klaudiusz Galen (129-199 p.n.e.) sądził, że pewne jej elementy mają działanie profilaktyczne w utrzymaniu zdrowia i lecznicze np. w odzyskiwaniu zmysłu równowagi. W średniowieczu akrobatyka była także elementem uroczystości pogrzebowych. Akrobata wykonujący ćwiczenia zagrażające życiu był symbolem zwycięstwa życia nad śmiercią. Nie była ona popierana przez Kościół. Następnie w związku ze zmianą charakteru akrobatyki z metafizycznego na widowiskowy i wiążący się z pracą zarobkową, była ona traktowana jako popis dla uboższej ludności. Pod koniec średniowiecza, krajem gdzie akrobatyka przeżywała swój rozwój były Włochy



W II połowie XVIII wieku akrobatyka została przyswojona przez szybko rozwijającą się sztukę cyrkową, stając się dyscypliną o charakterze widowiskowym. W XX wieku rozwinęła się akrobatyka sportowa (m.in. dzięki wprowadzeniu jej do sportów takich jak np. jazda figurowa i tańce na lodzie). Na jej rozwój miał również wpływ renesans sztuki cyrkowej, gdzie pojawiły się elementy akrobatyki chińskiej mającej mniej siłowy charakter. W Polsce do jej rozwoju przyczyniło się Towarzystwo Gimnastyczne Sokół. W 1952 przy Polskim Związku Gimnastycznym powołano do życia Komisję Gimnastyki Artystycznej i Akrobatyki. Pierwsze mistrzostwa Polski odbyły się w 1957 w Białymstoku. W tym samym roku powstał Polski Związek Akrobatyki Sportowej (PZAS). W 1964 powołano Międzynarodową Federację Trampoliny (FIT), a w 1973 (m.in. z inicjatywy Polski) powstała Międzynarodowa Federacja Akrobatyki Sportowej (IFSA). Polska należy do obu federacji.



*Patrycja Kuczborska z klasy 2a*

## Mistrzostwa akrobatyczne

Akrobatyka sportowa to jedna z dyscyplin sportu gimnastycznego, której dynamiczny rozwój w Polsce i na świecie sięga początku XX wieku. Mistrzostwa świata w gimnastyce akrobatycznej rozegrane zostały po raz pierwszy w 1974 roku w Moskwie. Przez 60 lat Polska akrobatyka imponująco się rozwijała. Niewiele dyscyplin sportowych w naszym kraju posiada tak bogaty dorobek medalowy. Nasi reprezentanci brali udział we wszystkich Mistrzostwach Świata i Europy, a także w zawodach o Puchar Świata. Wrócili z nich z wieloma medalami. Zdobyli łącznie: Mistrzostwa Świata – 17; Mistrzostwa Europy – 26; Puchary Świata – 6.

Polska Akrobatyka to nie tylko sukcesy wynikowe zawodników, to także sukcesy w organizacji imprez mistrzowskich i międzynarodowych. W tym zakresie ta dyscyplina posiada ogromne doświadczenie. W Polsce organizowane były: Mistrzostwa Świata Seniorów i Juniorów, Mistrzostwa Europy Seniorów i Juniorów, Puchary Świata, Drużynowe Mistrzostwa Europy, Euro CAMP oraz liczne Turnieje Międzynarodowe, a miastami gospodarzami były: Poznań, Wrocław, Zielona Góra, Nowa Ruda, Rzeszów oraz Świdnica i Warszawa.

*Dominika Sidoruk z klasy 2a*

**Akrobatyka sportowa** jest to dyscyplina polegająca na wykonywaniu układów ćwiczeń gimnastycznych spełniających odpowiednie wymagania, w zależności od kategorii wiekowych. W skład akrobatyki wchodzi 4 „poddyscypliny”: skoki na ścieżce akrobatycznej, skoki na trampolinie, akrobatyka – potocznie nazywana planszą i double-mini. Zawodnicy startują w 6 klasach sportowych: pierwszy krok, klasa młodzieżowa, klasa III, klasa II, klasa I oraz klasa mistrzowska.

**Skoki na ścieżce** polegają na wykonaniu dynamicznego układu 8 elementów następujących bez przerwy, jeden po drugim, ze stóp na ręce i ze stóp na stopy. Zawodnicy startują na 25-metrowej ścieżce z 10-metrowym rozbiegiem, przedstawiają jeden układ obowiązkowy i jeden dowolny w eliminacjach oraz w finałach.

Akrobaci trenujący na **trampolinie** wykonują 10-elementowe układy w powietrzu, po odbiciu się od

siatki batutu (trampoliny). Konkurencje odbywają się tu indywidualnie lub grupowo, ponadto jest jeszcze konkurencja synchroniczna, w której dwójka zawodników przedstawia taki sam układ, skacząc na dwóch równoległych trampolinach jednocześnie.

W **akrobatyce sportowej** zawodnicy prezentują układy elementów akrobatycznych wplecionych w taneczno-muzyczną choreografię, trwające maksymalnie 2,5 minuty. Ćwiczenia te składają się z pięciu konkurencji: dwójek kobiet, dwójek mężczyzn, dwójek mieszanych, trójek kobiet i czwórek mieszanych; wykonywane są trzy układy: statyczny, dynamiczny i dowolny.

**Double-mini** polega na wykonaniu dwóch bardzo złożonych elementów, po rozbiegu i odbiciu z małej trampoliny, lądowanych na materacach; poddyscyplina ta nie jest uprawiana w Polsce.

*Gabriela Walczuk z klasy III d*

## Dieta akrobaty

*Dobra dieta akrobaty to odpowiednio zbilansowany jadłospis, który będzie pokrywał zapotrzebowanie na wszystkie składniki odżywcze (białka, węglowodany, tłuszcze oraz składniki mineralne i witaminy), pozytywnie wpłynie na funkcjonowanie organizmu.*

*Zaleca się:*

- 1) *Spożywanie 5 posiłków dziennie (śniadanie bezpośrednio po przebudzeniu, natomiast kolacja około 2-3 godziny przed snem).*
- 2) *Białko pochodzące z produktów mlecznych, (np. jogurt naturalny, ser twarogowy, mleko, kefir) mięsa (chude gatunki mięs np. drób), ryb oraz jaj.*
- 3) *Tłuszcze, głównie niezbędne nienasycone kwasy tłuszczowe (omega-3 oraz omega-6), których źródłem są oleje roślinne (spożywane na surowo np. jako dodatek do sałatek) oraz np. pestki dyni, nasiona słonecznika, migdały, orzechy.*
- 4) *Węglowodany pochodzące np. z pełnoziarnistego pieczywa, razowej mąki ( np. mąka orkiszowa), brązowego ryżu, pełnoziarnistych makaronów.*
- 5) *Spożywanie warzyw oraz owoców, które są źródłem wielu witamin i składników mineralnych niezbędnych do prawidłowego funkcjonowania organizmu.*
- 6) *Wypijanie wody około 1,5- 2 l na dobę.*

*Milena Wawryszuk z klasy 2a*



## Trudne lecz piękne

Tę dyscyplinę sportu, **zwaną tańcem na lodzie**, lubią oglądać wszyscy. Jest to jeden z rodzajów akrobatyki. Gracja, elegancja, piękne stroje, świetna choreografia i muzyka – to wszystko łączy się w piękny taniec, który zachwyci każdą duszę. Lecz nie jest to łatwe do osiągnięcia. Nie wyobrażamy sobie, jaką trzeba mieć sprawność fizyczną i koordynację ruchów, aby na śliskiej powierzchni jednocześnie tańczyć, biegać, wykonywać figury akrobatyczne. Przechodzić z jednej sekwencji w drugą, płynnie, bez żadnych potknięć!

Tak, to wszystko jest zdecydowanie trudne, ale nikt nie powie, że to jest niemożliwe!

Ludzie którzy kochają to co robią i starają się, na pewno osiągną swój cel. Nawet w młodym wieku można robić niesamowite rzeczy. Jazda figurowa jest bardzo popularna, więc dużo dzieci pragnie nauczyć się tańczyć na lodzie. Po wielu treningach oni zaczynają swoją karierę lodową i biorą udział w konkursach. Komuś w końcu udaje się dostać wyróżnienie, a niektórzy tańczą nawet lepiej niż dorośli.

Ten sport staje się szczególnie piękny, gdy wykonuje go para. Mężczyzna i kobieta stają się aktorami na lodzie. Pokazują jakieś historie, tańczą o miłości, czy starają się nas rozśmieszyć. Większość ludzi uważa, że jazda figurowa na lodzie jest najtrudniejsza. I mają rację, ponieważ w takim tańcu trzeba nie tylko mieć świetne mętności i poczucie rytmu, lecz też trzeba rozumieć swojego partnera.

*Anna Myronenko z klasy 2b*



## Ciężkawostki językowe

- ⇒ „W zdrowym ciele zdrowy duch” - tak przekonywali nas Rzymianie. „Niech żyje sport, sport, sport” śpiewano. „Sport to zdrowie” i już. Te i inne równie proste formuły powtarzano często i wierzono w ich ideologie. Dziś powyższe formuły mają raczej znaczenie żartobliwe, ironiczne – choć nasza świadomość nam mówi, że sport w jakimś stopniu jest receptą na zdrowie.
- ⇒ W jednym ze znanych nam słowników widnieje, aż trzynaście haseł odnoszących się do sportu. Innym zaś tylko osiem. Przyczyną może być czas wydania obydwu słowników, ponieważ ten drugi jest dużo „młodszy”.
- ⇒ „[...]Nie ma już w najnowszej polszczyźnie odnotowanych wcześniej [...] „sportsman” i „sportsmanki”, spolszczone „sportsmen” i „sportsmenka” są uznawane za książkowe. [...] Może to i normalne, w końcu słownictwo się ujednolica i mamy dzisiaj jednolitego „sportowca”. [...]”
- ⇒ Wiele form znikło z naszego języka tj.: sportówka, sportsmeńskim, czy też sportsmeństwie. Toteż nic dziwnego, że nie posługujemy się już wyrażeniem „sportować się” i zastąpiliśmy je nowym bo teraz się nie sportujemy, lecz sport uprawiamy.
- ⇒ Nie ma też „zachowania sportowego”, które kiedyś oznaczało wielki szacunek, kojarzył się ze szlachetną rywalizacją i uprawiany był dla zdrowia. Kiedy ktoś zachowywał się „po sportowemu”, było pewne, że nie miał na celu własnych korzyści, a nieuczciwość była mu obca.
- ⇒ „Dla sportu” zaś wyrażał chęć do zdrowia, jednak także ciekawą formę rozrywki.
- ⇒ Dziś jednak wyrażenia te zmieniły swoje znaczenie „po sportowemu” to raczej się ubieramy, niż zachowujemy.
- ⇒ Wyrażenie „dla sportu” straciło swoją szlachetność oznacza zazwyczaj przejawy agresji.
- ⇒ „[...]Znaczenie słowa „sport” nie zmieniło się zbytnio. Ale gdy je wypowiadam, szlachetna rywalizacja rzadziej się przypomina. Zdrowie też.”

*W oparciu o książkę Jerzego Bralczyka „444 zdania polskie”  
Patrycja Dadacz z klasy II a*

## Wszystkie moje wyjazdy...

...na zawody zazwyczaj wyglądają bardzo podobnie, ponieważ ich plan niemal zawsze ułożony jest tak samo. Spotykamy się w piątek wcześniej rano i razem z trenerem wyjeżdżamy jego samochodem w drogę. Podróż zazwyczaj trwa około 7 godzin, jednak dzięki świetnej atmosferze czas mija nam bardzo szybko i przyjemnie. Na miejscu jesteśmy już po południu, jednak nie mamy czasu na odpoczynek – od razu po wyjściu z samochodu zabieramy rzeczy na halę, gdzie mamy pierwszy trening. Mimo wspaniałej „akrobatycznej aury”, którą tworzą znajome dźwięki sprzętu, charakterystyczna muzyka do układów, zapach sali i mnóstwo przyjaciół z całej Polski, pierwszy trening zawsze jest bardzo ciężki i nerwowy. W ciągu dwóch długich godzin wyczuwamy ścieżkę, dopracowujemy układy, наносimy ostatnie poprawki i zmiany. Świadomość zbliżających się eliminacji przynosi ze sobą ogromny stres, który potęguje zmęczenie i fizyczne, i psychiczne, dlatego zakończenie treningu daje nam zawsze wielką ulgę. Po przyjeździe do miejsca zakwaterowania, które zazwyczaj znajduje się bardzo blisko hali, mamy czas na rozpakowanie się, zjedzenie kolacji, spędzenie czasu ze znajomymi i przygotowanie do snu. Późnym wieczorem, kiedy trenerzy skończą odprawę trenerską, przychodzą do swoich zawodników i informują ich o godzinach i kolejności startów, dają ostatnie wskazówki. W sobotę rano pakujemy się na starty. Po śniadaniu udajemy się na halę, gdzie około 8. mamy kolejny krótki trening. Zazwyczaj do startów zostają nam 2 godziny, które spędzamy, obserwując i dopingując zawodnikom na trampolinach i planszy, którzy swoje zaliczenia zaczynają już bardzo wcześniej rano. Kiedy wreszcie zostaje nam niewiele czasu do startów, przebieramy się w stroje gimnastyczne, czesemy się i rozgrzewamy. Po odczytaniu listy zawodników danego rzutu przez arbitra, ustawiamy się i zgłaszamy zastęp dla sędziów. Dostajemy od nich 10 minut na przećwiczenie obu układów, czas leci wtedy bardzo szybko, wszyscy pracują w ciszy i intensywnie. Później zostaje nam jedna z najcięższych części zawodów – samo oczekiwanie na start. Każdy z zawodników krąży wtedy nerwowo, przypomina i wizualizuje sobie swoje układy, wykonuje ostatnie wprawki do elementów. Nikt nie jest w stanie wydusić z siebie wielu słów, więc przez ten czas naszą jedyną formą kontaktu są nerwowe uśmiechy i ciche życzenia „Będzie dobrze”. Całe to napięcie mija, kiedy w końcu samemu staje się na rozbiegu i podnosi rękę, zgłaszając tym samym swoją gotowość do startu. Z głośników rozlega się wtedy głos informujący o występujących aktualnie zawodnikach, wszystko wydaje się nagle cichnąć, w głowie zostaje jedynie myśl o tym, że to jest właśnie ten moment, kiedy musisz dać z siebie wszystko, pokazać co potrafisz. Ostatni głęboki oddech i rozbieg. Może wydawać się to trochę nieracjonalne, ale

kiedy jest się już w trakcie wykonywania układu, nad którym ciężko pracowało się na dziesiątkach treningów, to nawet będąc do góry nogami kilka metrów nad ziemią, poczucie bezpieczeństwa i spokoju wewnętrznego jest o wiele większe niż podczas oczekiwania na start. Po ukończeniu pierwszego układu czas i stres szybko mija, drugi układ mamy za sobą.

Odmeldowujemy się u sędziów, analizujemy ostateczne wyniki. Od tej pory resztę dnia mamy wolną, nie licząc tylko uroczystego otwarcia zawodów, które odbywa się dopiero przed występem klas pierwszych i mistrzowskich. Wszyscy zawodnicy są odpowiednio ustawiani i wyprowadzani na halę z tabliczkami przedstawiającymi nazwy klubów sportowych. Reprezentanci trzech dyscyplin akrobatyki podnoszą flagę Polski przy dźwiękach hymnu narodowego, przemawiają ważniejsze osobistości takie jak Prezes Polskiego Związku Akrobatyki Sportowej oraz goście. Resztę czasu spędzamy zazwyczaj na hali, podziwiając układy setek zawodników, nagrywając ich, rozmawiając z innymi akrobatami. Późnym popołudniem często wychodzimy pozwiedzać miasto lub znowu spędzamy czas ze znajomymi, już w hotelu. Zazwyczaj w nocy zaczynamy też się pakować, bo następnego dnia nie ma na to zbyt dużo czasu. W niedzielę rano odbywają się finały – występują jedynie zawodnicy, którzy zajęli w eliminacjach miejsca od 1. do 8. Starty te są o wiele mniej stresujące niż poprzednie dni, jednak tym razem od najdrobniejszych szczegółów i od setnych części punktów zależy, kto utrzyma się na swojej pozycji, komu uda się wspiąć do góry, a kto, niestety, spadnie na niższe miejsce. Po startach szybko jemy obiad, a następnie wszyscy idziemy na dekorację i zakończenie zawodów. Około godzinę spędzamy wysłuchując wyników, robiąc zdjęcia oraz, jeśli udało nam się zająć czołowe miejsca, przyjmując medale i dyplomy. Od razu po dekoracji ustawiamy się pod banerami z zawodów lub na podium do ostatnich pamiątkowych zdjęć, po czym szybko żegnamy się ze wszystkimi przyjaciółmi i umawiamy na spotkanie na kolejnych zawodach. Nie mamy nawet czasu na smutek po skończonej imprezie i po rozstaniu ze znajomymi, bo w pośpiechu wracamy do hotelu po torby, przebieramy się i wracamy do samochodu. Droga powrotna nigdy nie jest aż tak radosna jak poprzednia – każdy dopiero wtedy odreagowuje całe to niesamowite przeżycie, wszystkie emocje, przygody i pożegnania oraz odsypia cały stres i zmęczenie. Dopiero po kilku godzinach powraca do nas energia i pewnego rodzaju radość z życia i ostatnie chwile naszej trzydniowej przygody spędzamy wygłupiając się, ciesząc i śpiewając tak, aby nie zmarnować i nie żałować już ani jednego momentu przed powrotem do domu.

Gabriela Walczuk z klasy III d

Bez kołaczy można się jakoś obyć. Nie wszyscy pamiętamy, co to takiego te kołacze, ale mamy wyobrażenie czegoś bardzo odświętnego i luksusowego. A przy tym ludowego. Jakiś korowaj albo coś w tym guście. Ludowe święto, może wesele. Pewnie to ciasto, białe, pszenne, słodkie. Ciekawe skąd się wzięło w przysłowiu o pracy. Bez pracy nie ma kołaczy. Bez pracy to i chleba pytlowego (też nie bardzo wiadomo, co to, ale brzmi bardzo codziennie i w związku z tym pracowicie) nie usłyszysz. Nieco dziwi ten smakołyk w poważnym ostrzeżeniu. Przypomina alternatywę Marii Antoniny, która podobno, usłyszawszy, że lud francuski nie ma chleba, radziła mu przerzucić się na ciastka. I nie wiadomo było, czy z krańcowej naiwności, czy z równie krańcowej i przewrotnej złośliwości - obie były tu trudno wyobrażalne. W XVI i XVII wieku obok sarkastycznych pouczeń przeciw wyrażeniom o możliwościach bez zasług ("Bez prace nie będą kołacze", "Żaden bez pracy nie dojdzie kołaczy") pojawiały się też wersje budzące oburzenie na luksusy bez wysiłku ("Bez prace nie przychodzą kołacze", "Bez prace on ma kołacze", "Bez prace chcę jadać kołacze"). A w ogóle nie powinniśmy sobie wyobrażać krainy pasibrzuchów, gdzie pieczone gołąbki lecą same do gąbki. Liczne przysłowia, choć studzące nasze marzenia o powszechnym dobrobycie bez konieczności ciężkiej pracy, trochę nam przywoływanym smacznych gołąbków, pieczeni ("Kto się do pracy leni, niewart jeść pieczeni") i kołaczy życie słodziły. A mogłoby wystarczyć kostyczne: "Kto nie pracuje, ten nie je". I już. Nasze przysłowie mieści się w szeregu przysłów i powiedzeń mówiących, czego to bez czego nie ma, w których to, czego nie ma, i to, bez czego, rymowały się, pokazując jeszcze wyraźniej, przez formalne cechy słów, te właśnie zależności. "Nie ma miłości bez zazdrości". "Nie ma karesu bez interesu". "Nie ma wolności bez Solidarności". Ten pracowity rym z kołaczami nie jest zbyt udany, ale właśnie dlatego może być bardziej przekonujący. Także dlatego, że skołnni jesteśmy bardziej ludową interpretację tu dawać, nie tylko przez ludowość kołacza, ale i przez ewentualność mazurzenia. Krótko mówiąc, trzeba pracować. W sytuacji powszechnej obfitości miejsc do pracy, a zwłaszcza obowiązku zatrudnienia, takie pouczenie brzmi bardzo rzetelnie, zgadzamy się, piętnujemy darmozjadów. Ale w sytuacji utrudnionego dostępu do pracy zaczynamy je nieco mniej rozumieć, a nawet może się ono wydać jakimś dziwnym i anachronicznym wariantem słów Marii Antoniny.

*Na podstawie tekstu Jerzego Bralczyka "444 zdania polskie"  
Dominika Kiryczuk z klasy 2c*

## Jaki powinien być akrobata?

Akrobatykę, tak jak większość dyscyplin, najlepiej jest zacząć trenować w jak najmłodszym wieku. Mamy wtedy dużo czasu na naukę i doskonalenie się, możemy dobrze wykonywać różne elementy wcześniej, więc nawet jako bardzo młode osoby mamy szansę na ogromne sukcesy. Jednak jeśli chce się trenować ten sport, nie wystarczy młody wiek. Przede wszystkim bardzo istotna jest tutaj dyscyplina - decydując się na trening, musimy zdawać sobie sprawę, że wiąże się to z regularnym w nich uczestnictwem, punktualnością, poświęcaniem czasu; należy liczyć się z tym, że na konto treningów często trzeba rezygnować z wielu innych spraw, wyjść, zajęć. Musimy być posłuszni trenerom, sumiennie wykonywać zlecane przez nich zadania, nawet jeśli wydają się nam ponad nasze siły. Bardzo ważna jest wytrwałość w dążeniu do celu i cierpliwość - żaden sukces nie przychodzi od tak, a często nauka prostych, wydawałoby się, elementów zajmuje bardzo dużo czasu. Aby trenować skoki na ścieżce, oczywiście trzeba być bardzo odważnym i pewnym swoich "kroków", bo w tym sporcie każda niepewność lub zawahanie w trakcie elementu może skończyć się poważną kontuzją. We wszystkim co robimy, musimy pamiętać też o skupieniu i dokładności, bo ułatwiają nam one wykonywanie elementów, zapewniają większe bezpieczeństwo a także poprawiają efekt wizualny naszego układu. Myślę, że duże ułatwienie miałyby też osoby, które

miały już styczność ze sportami wyczynowymi lub po prostu są w dobrej kondycji - nie męczą się szybko, są silne, wytrzymałe, rozciągnięte, jednak umiejętności te nie są żadnym warunkiem - każda z nich jest do wypracowania. Podobnie jest z panowaniem nad stresem i występami przed publicznością, które zdarzają się nie tylko podczas zawodów, ale też na wielu pokazach organizowanych przy różnych okazjach. No i ostatnią, chyba najważniejszą rzeczą, którą powinien posiadać przyszły akrobata jest po prostu chęć, pozytywne nastawienie i wiara we własne możliwości - dzięki nim jesteśmy w stanie bardzo wiele osiągnąć, bo w końcu chcieć, to przecież móc, prawda?:)



*Gabriela Walczuk z klasy III d*

## Nie taki język straszny...

W oparciu o tekst Jana Miodka „Nie taki język straszny - o polszczyźnie dla uczniów”. Nie ma sprawy! Kilka lat temu w Kazimierzu nad Wisłą miałem zebranie krajan z zagranicy. Prawie wszyscy, którzy byli poza Polską od 20 do 25 lat, zauważyli, że nadużywamy zwrotu „Nie ma sprawy”. Współczesne słowniki jeszcze go nie zanotowały i my zaledwie kilka lat temu nie znaleźmy tej frazy, a współcześnie ludzie w Polsce, gdy chcą uprzejmie powiedzieć, że załatwienie sprawy nie będzie kłopotem, mówią nie ma sprawy. Co sądzą o tym ludzie kulturalno - językowi? - pytali. Dozwolony on jest w języku stereotypowym - odpowiedziałem. Najważniejsze jest to, by nie popaść w zachwyt nim, zapomnieć o innych formach wyrażenia tych samych zagadnień: to nie problem, nie ma problemu, to drobnostka, to drobiazg, chętnie to załatwię, bez problemu to załatwię itp. Jeszcze jedna ważna rzecz. Ośmieszony ponownie w tym utworze temat jest tak natarczywym wyrazem, że zastępuje chwilami sprawę z naszego zwrotu. Wielokrotnie już słyszałem „Stary nie ma tematu, załatwię ci to!” Przed owymi przekonaniem chciałbym was ostrzec!

## Is it really a kind of sport?

Akrobatyka sportowa to jedna z tych dyscyplin sportu, która nie jest powszechnie znana i często mylona jest z gimnastyką sportową. Zapewne wielu z was miałyby kłopoty w odróżnieniu tych dwóch sportów. Jednak świat sportu pełen jest innych, jeszcze bardziej zagadkowych dyscyplin, które nawet nie mają polskich tłumaczeń, a nawet angielskie nazwy niewiele mówią o istocie danego sportu.

Czy wiecie na przykład, na czym polega amputee futbol? Pełna nazwa tego sportu to amputee football i jak nazwa wskazuje, zawodnikami są osoby po amputacji kończyn. W grze nie można używać protez, a zawodnicy posługują się kulami łokciowymi.

Kolejnym przykładem jest tetherball. Jest to amerykańska gra dla dwóch osób, w której gracze odbijają rękoma piłkę przywiązaną sznurkiem do 3-metrowego słupa.

Dla miłośników przyrody idealnym sportem wydaje się worm charming, czyli zaklinanie dżdżownic. W tej grze zawodnicy mają 30 minut na zachęcenie jak największej liczby dżdżownic do wyjścia spod ziemi. Pierwszy kwiecień dawno za nami, więc nie traktujcie tej informacji jak żartu. Worm charming doczekał się nawet corocznych mistrzostw świata organizowanych w Willaston w Wielkiej Brytanii.

Dla osób lubiących sport i prace domowe polecamy extreme ironing, sport polegający na prasowaniu w bardzo trudno dostępnych miejscach np. na szczytach skał, wisząc nad przepaścią, czy nawet pod wodą. Nie potrzeba żadnych wyszukanych sprzętów - wystarczy zwykłe żelazko i deska do

prasowania o szerokości 30 centymetrów i długości co najmniej 1 metra.

Jeśli natomiast rozpieiera was energia, to dobrym pomysłem jest uprawianie sportu o nazwie Shin-kicking, który narodził się w XVII wieku w Anglii. Jak sama nazwa wskazuje ten sport polega na kopaniu się po gołeniach. Dwoch zawodników staje naprzeciw siebie, chwytają się za barki i wymierzają sobie kopniaki w kość piszczelową. Wygrywa zawodnik, który znokautuje przeciwnika.

Dla tych z was, którzy mają silne ręce polecamy caber toss, czyli rzucanie 80-kilogramową kłodą drewna. Rzut polega na ciśnięciu drewnem tak, aby pień w locie obrócił się o 180 stopni i wbił się w ziemię.

Na świecie jest mnóstwo dyscyplin sportowych, które niekoniecznie wymagają od nas dużej siły, czasem ważniejszy jest spryt i pomysłowość. Rozejrzyjcie się uważnie i nawet jeśli nie znajdziecie interesującej dla was dyscypliny, być może sami wymyślicie kiedyś własny sport.

Powodzenia!



## Gimnastyka

Gimnastyka sięga swymi tradycjami starożytności. Ojczyzną jej nowoczesnego wydania jest Szwajcaria, gdzie w XIX wieku opracowano zasady sportowej rywalizacji gimnastyków. Jako odrębna dyscyplina już w programie pierwszych Igrzyskach Olimpijskich w Atenach, w roku 1896.

Obecnie gimnastyka dzieli się na trzy dyscypliny: gimnastyka artystyczna, sportowa i akrobatyka sportowa. Na każdą z nich składa się kilka konkurencji: ćwiczenia wolne i skoki oraz ćwiczenia z użyciem przyrządów: drążka, równoważni, kółek, itp. Wszystkie konkurencje gimnastyczne są niezwykle efektowne.

Gimnastyka artystyczna jest dyscypliną olimpijską, w której rywalizują głównie kobiety, w konkurencji indywidualnej i drużynowej. Wszystkim ćwiczeniom towarzyszy muzyka, która jest nieodłącznym składnikiem występu. Najważniejsze zawody w tej dyscyplinie odbywają się podczas Igrzysk Olimpijskich oraz mistrzostw świata i Europy.

Gimnastyka sportowa jest dyscypliną, której uprawianie umożliwiła wszechstronny rozwój muskularny ciała, zwłaszcza mięśni trójgłowych i dwugłowych kończyn, a także elastyczności wszystkich połączeń stawowych. Odniesienie sukcesu w tym sporcie jest uzależnione od rozpoczęcia treningu w wieku dziecięcym, a także od wytrwałości i systematyczności w pracy nad podnoszeniem sprawności całego ciała. Mam nadzieję, że zainteresowałam Was tym tematem i zgłębicie swoją wiedzę na temat tego sportu.

Zuzanna Kapela z klasy 3b

# Droga do sukcesu

Od paru dobrych lat zajmuję się gimnastyką. Jest to moje hobby. Od czasu gdy po raz pierwszy zobaczyłam w telewizji, jak jakaś kobieta robiła niesamowite akrobacje podczas olimpiady, wiedziałam, że też muszę zostać kimś takim jak ona. Wtedy wszystko się zaczęło... Chodziłam regularnie dwa razy w tygodniu na zajęcia z gimnastyki, na które zapisała mnie moja mama. Do domu wracałam zmęczona, lecz niesamowicie szczęśliwa. Wiedziałam, że to jest to, co chcę robić w życiu. Mijały tygodnie, miesiące, lata... A ja stawałam się coraz lepsza.

Miałam 14 lat, gdy w końcu nadszedł czas moich pierwszych zawodów. Bardzo się denerwowałam. Na początku, gdy tylko wstałam z samego rana, nie chciałam jechać. Tak się bałam, że coś nie wyjdzie. W końcu moja mama wyciągnęła mnie siłą z domu i pojechaliśmy całą rodziną do umówionego miejsca z moją trenerką. Dopingowała mnie słowami, że jestem najlepszą uczennicą, jaką do tej pory miała pod swoimi skrzydłami. Mama próbowała mnie uspokoić, gładząc dłonią moje plecy, jednak ja nadal trzęsłam się ze strachu i zdenerwowania.

Na swoje wejście czekałam około pół godziny. W końcu wysoki mężczyzna w czerwonym dresie wywołał moje imię, a ja posłusznie udałam się do sali gimnastycznej. Było tam pełno ludzi, przez co okropnie się zestresowałam. Mimo to ustawiłam się w odpowiednim miejscu na miękkim materacu i przygotowałam fizycznie i psychicznie do mojego pokazu. Uniostałam dłonie w gimnastycznym geście i odetchnęłam głęboko. Uśmiechnęłam się sama do siebie i wykonałam pierwszą akrobację, którą było salto w tył. Dalej poszło już gładko. Jednak na koniec gdy miałam stanąć równo na nogach, zachwiałam się. Przeraziło mnie to, że przez taki mały błąd mogę przegrać całe zawody. Gdy wychodziłam z sali, cała się trzęsłam. Poczulałam dłoń trenerki na moich plecach, która próbowała mnie uspokoić, jednak nadaremno. Czułam, że i tak nic z tego nie będzie. Usiadłyśmy z powrotem na nasze miejsca i czekałyśmy na ogłoszenie wyników.

Po około godzinie drzwi zamknęły się za ostatnim uczestnikiem, równie przerażonym jak ja. Zapadła cisza, gdy facet w czerwonym dresie wyszedł z sali i oznajmił, że jury będzie się teraz naradzało i poprosił o ciszę. Jednak gdy tylko zniknął za drzwiami, każdy wokół powrócił do rozmów. Każdy mówił mi, że będzie dobrze i poszło mi naprawdę świetnie. „Skąd wy możecie o tym wiedzieć skoro i tak was tam nie było?” pomyślałam.

Nie wiem, po jakim czasie drzwi od sali gimnastycznej ponownie się otworzyły, a przed nami pojawił się Czerwony Dres. Zaprośił wszystkich uczestników do środka, więc powlekliśmy się za nim jak na ścieżce. Sądząc po minach każdego, mogłam powiedzieć, że nie tylko mnie tak źle poszło. Ustawiliśmy się w rzędzie przed trójką dorosłych osób, którzy najprawdopodobniej byli członkami jury. Przywitali się z nami bardzo serdecznie. Następnie już bez owijania w bawełnę zaprosili do siebie 5 osób, a reszcie podziękowali za przybycie. Wśród tej szczęśliwej piątki byłam i ja. Z nerwów zaczęłam obgryzać skórki wokół paznokci, jeden chłopak płakał i śmiał się nerwowo, tak samo jak i niska szatynka. Wysoka blondynka patrzyła na nas dumnie niczym paw z uniesioną głową i szyderczym uśmiechem mówiącym „na pewno wygram, a wy jesteście już przegrani” (od razu ją znienawidziłam). Natomiast ostatnia osoba, którą był średniego wzrostu brunet, po prostu stała i patrzyła w oczy jury. Jedną z tych trzech osób trzymała w dłoni kartkę, na której zapewne były wyniki. Przewodniczący z uśmiechem na ustach zaczął wyczytywać imiona i nazwiska od trzeciego miejsca w górę. Myślałam, że serce wyskoczy mi z piersi, gdy okazało się, iż ta dumna blondynka zajęła drugie miejsce razem z zapłakanym chłopakiem. Trzecie miejsce należało do tej małej dziewczynki. Zostałam tylko ja i ten brunet. W jego oczach można było zauważyć tańczące iskierki szczęścia, a jego usta wykrzywiły się w śliczny uśmiech. Spojrzeliśmy na siebie i już wiedzieliśmy, do kogo należy pierwsze miejsce. Wtedy zostały wyczytane nasze imiona, a my niesamowicie szczęśliwi odebraliśmy nasze złote medale.

Od tamtych zawodów minęły już 3 lata. Teraz mam 17 lat oraz wiele pucharów i medali na koncie. Poznałam tam mojego obecnego chłopaka, z którym razem jeździmy na przeróżne zawody. Osiągnęłam to, co chciałam osiągnąć od małej dziewczynki oraz spełniłam swoje marzenia.

Julia Żuk z klasy 2b

## FIFA 2016



Komputerowa gra sportowa podejmująca tematykę piłki nożnej, stworzona przez studio EA Sports. Jest to dwudziesta druga część piłkarskiej serii FIFA. Twarzą okładki gry w Polsce został napastnik Ajaxu Amsterdam, Arkadiusz Milik (polak) i jego twarz widnieje obok wizerunku Lionela Messiego. FIFA 16 jest komputerową grą sportową o tematyce piłki nożnej. Gra doczekała się kilku usprawnień i nowości w porównaniu z poprzednią grą z serii FIFA. Dopiero w tej części gry doczekaliśmy się usprawnienia, jakie polega na wprowadzeniu do opcji gry gameplay'u kobietami. Obecnie wprowadzono 12 drużyn narodowych kobiet. Twórcy gry poprawili systemy: defensywy, podań oraz ten premiujący szybką grę i kontrataki. W obecnej części dodano również opcję dryblingu bez posiadania piłki, co znacznie usprawnia i ułatwia rozgrywkę oraz zaimplementowano możliwość przerywania wślizgu, a także poczyniono poprawki w systemie wykonywania strzałów i dośrodkowań. Dodano także wirtualnego trenera, który wyświetla wskazówki dla początkujących graczy. FIFA 16 w polskiej wersji językowej otrzymała nowy, usprawniony komentarz z udziałem Dariusza Szpakowskiego oraz debiutującego w tej roli Jacka Laskowskiego (we wcześniejszych wersjach gry był to Włodzimierz Szaranowicz). W grze udostępniono 50 licencjonowanych (w tym komplet dla angielskiej Premier League) oraz

28 fikcyjnych lig w tym te najbardziej popularne takie jak liga BBVA, BPL, Ligue, Bundesliga, Premier League, Ekstraklasa itd. W FIFA 16 rozbudowano tryb kariery (pozwała nam zarządzać całym zespołem bądź jednym zawodnikiem, budować własne składy bądź decydować o „przyszłości” zawodnika). Wprowadzono także indywidualne treningi dla wybranych zawodników, aby podnosić ich umiejętności. Dodatkowo komentatorzy mają nawiązywać do naszych poczyniń w grze na przestrzeni całego sezonu odnośnie m.in. wyników, formy piłkarzy czy dokonanych transferów. Nowościami są także raporty skautów dostępne przez cały sezon, a nie jak miało to miejsce w poprzedniej odsłonie serii, tylko kwartał, możliwość kontraktowania wolnych zawodników także poza oknem transferowym czy dowolna ilość zmian podczas meczów towarzyskich.

Marcel Małeńczuk z klasy 2a

# O akrobatyce sportowej

## Historia:

Akrobatyka sportowa to jedna z dyscyplin sportu gimnastycznego, której dynamiczny rozwój w Polsce i na świecie sięga początku XX wieku. Śledząc historyczne wydarzenia w tym zakresie i jej dynamiczny rozwój w Polsce, śmiało można powiedzieć, że polska akrobatyka, to akrobatyka światowa.

Wyodrębnienie akrobatyki, jako samodzielnej dyscypliny sportowej, a tym samym początek zorganizowanej formy działalności o zasięgu krajowym, to rok 1952, kiedy to w Sekcji Gimnastyki przy GKKF, powołana została Komisja Gimnastyki Akrobatycznej i Artystycznej. W marcu 1955 roku w Szczecinie, rozegrano „I Ogólnopolskie Zawody Klasyfikacyjne w Gimnastyce Akrobatycznej”. Już w grudniu tegoż roku, w Białymstoku, odbyły się „I Mistrzostwa Polski w Akrobatyce Sportowej”.

Ogromna praca i wysiłek wszystkich pasjonatów zaangażowanych w popularyzację naszej dyscypliny – pod kierunkiem Jana Rutkowskiego – zaowocowały powołaniem w roku 1957 Polskiego Związku Akrobatyki Sportowej. Działacze akrobatyki sportowej nie ograniczali swej pracy i aktywności jedynie do rozwoju oraz popularyzacji dyscypliny w kraju. Ich determinacja i zaangażowanie, wpływała na jej rozwój w Europie i na świecie, co zaowocowało powołaniem w 1973 roku Międzynarodowej Federacji Akrobatki Sportowej (IFSA). W tym historycznym etapie złote zgłoski historii niewątpliwie przypisujemy ówczesnemu Prezesowi Panu Marianowi Golemie oraz Wiceprezesowi Panu Konradowi Zielińskiemu, którzy wśród przedstawicieli 10 państw, byli współzałożycielami tej Federacji. Był to jednocześnie początek istnienia i wpływu polskiej koncepcji na rozwój i zmiany w naszej dyscyplinie. Do dziś nasi przedstawiciele są członkami komisji sportowych w strukturach organizacji światowych i europejskich a polscy akrobaci od 1974 biorą z powodzeniem czynny udział we wszystkich kolejnych Mistrzostwach Świata.

Kolejnym przełomowym momentem w historii akrobatyki to grudzień 1998 roku (Kongres w Mińsku z udziałem 28 państw), podczas którego podjęto decyzję o przystąpieniu IFSA do Międzynarodowej Federacji Gimnastycznej (FIG). W jej strukturach powołano Komisję Akrobatyki Sportowej, a jednym z jej członków został Pan Konrad Zieliński. Jednocześnie przeprowadzane były także zmiany organizacyjne w strukturach europejskich. W 1999 roku podczas Kongresu, który odbył się w Polsce (w Zielonej Górze), Eurosaf podjęła decyzję o przystąpieniu do Europejskiej Unii Gimnastycznej (UEG).

W konsekwencji wyżej przywołanych zmian organizacyjnych, zarówno w strukturach światowych jak i europejskich, ówcześni Prezesi PZG – Jan Nawara oraz Prezes PZAS – Konrad Zieliński, dla utrzymania dwóch niezależnych związków sportowych w strukturach organizacyjnych sportu polskiego, podpisali porozumienie o współpracy.

W ponad 60-letniej historii osiągnięcia polskich zawodników na arenach międzynarodowych są imponujące. Niewiele dyscyplin sportowych w kraju posiada tak bogaty dorobek medalowy. Nasi reprezentanci brali udział we wszystkich Mistrzostwach Świata i Europy, a także w zawodach o Puchar Świata. Wracali z nich z wieloma medalami. Nie sposób w tej krótkiej prezentacji wymienić wszystkie, ale ZŁOTYCH MEDALI zdobyli łącznie: Mistrzostwa Świata – 17; Mistrzostwa Europy – 26; Puchary Świata – 6.

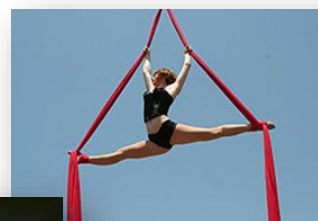
Polska Akrobatyka to nie tylko sukcesy wynikowe zawodników, to także sukcesy w organizacji imprez mistrzowskich i międzynarodowych. W tym zakresie nasza dyscyplina posiada ogromne doświadczenie. W Polsce organizowane były: Mistrzostwa Świata Seniorów i Juniorów, Mistrzostwa Europy Seniorów i Juniorów, Puchary Świata, Drużynowe Mistrzostwa Europy, Euro CAMP oraz liczne Turnieje Międzynarodowe, a miastami gospodarzami były: Poznań, Wrocław, Zielona Góra, Nowa Ruda, Rzeszów oraz Świdnica i Warszawa.

## Akrobatyka cyrkowa

Akrobatyka cyrkowa – stanowi dyscyplinę sztuki cyrkowej i polega na prezentowaniu trudnych ćwiczeń gimnastycznych. Akrobaci przy tym wykazują się opanowaniem ciała – siłą, równowagą i gibkością. Wykonują oni m.in. ćwiczenia na trampolinach, linach, ruchomych trapezach i na podwieszonych u sklepienia kołach. Akrobaci cyrkowi wykonują także przeskoki między przyrządami, salta, "pętlę śmierci" (do której wykorzystywane są pojazdy mechaniczne np. rowery lub motocykle), a także chodzą i jeżdżą po linie.

Ze względu, iż akrobatyka cyrkowa jest przerozważana i nie występuje w niej współzawodnictwo, to nie jest ona dyscypliną sportową. Jednak na przełomie wieków odegrała ona dużą rolę w kształtowaniu się akrobatyki sportowej.

*Julia Sawczuk z klasy 1a*



# Erasmus

## Relacja z projektu

### 7.03.2016 poniedziałek

Oficjalne rozpoczęcie drugiego etapu projektu „WIN-WIN” u nas, w Polsce, odbyło się w poniedziałek z rana w sali konferencyjnej urzędu Rady Miasta. Jakże miło nam było znowu zobaczyć zagranicznych kolegów i koleżanki po roku czasu. Dostrzegliśmy w naszym gronie również kilka nowych twarzy.

Po oficjalnym przywitaniu i kilku słowach wstępu pana Kucharuka, przedstawiciela strony polskiej w projekcie, oraz wiceprezydenta miasta pana Litwiniuka, przyszedł czas na kilka słów o gospodarce i transporcie regionów, wszystkich trzech państw- Polski, Niemiec i Bułgarii prezentowanych przez uczniów. Po prezentacjach również i „Rectus”, strona polska, przygotowała krótki multimedialny spacer po naszym białskim regionie, kulturze i tradycjach Podlasia.

Kolejnym punktem w planie dnia było przedstawienie polskich firm uczniowskich. Udaliśmy się do naszego gimnazjum, gdzie zaprezentowaliśmy swoje miejsce pracy. Pokazaliśmy reklamę i nawet obsłużyliśmy klientów, których było nie mało na raz. Na twarzach konsumentów pojawiła się satysfakcja z udanych zakupów, co było dla nas bardzo miłe. Na koniec został jeszcze krótki spacer po szkole i dalej udaliśmy się do III LO A. Mickiewicza. Jako że nauczyciele dojechali na miejsce już wcześniej, naszym zadaniem było przetransportowanie całej grupy komunikacją miejską. Niby proste zadanie, jednak schody zaczęły się, kiedy weszliśmy wszyscy do i tak już pełnego autobusu, w którym nagle drzwi zaczęły odmawiać posłuszeństwa...

Po opuszczeniu autobusu zrobiło się małe zamieszanie, ponieważ wokół nas było dużo ludzi, a grupa wszystkich uczniów z projektu (ok. 25 osób), stała w rozproszeniu. W rezultacie doszło do nieporozumienia, czego skutkiem było to, że rozdzieliłiśmy się i część Niemców wsiadła w inny autobus. Co prawda jechał w dobrym kierunku, tyle że bez nikogo z nas...

---

*Jest to świetna lekcja, świetna rozrywka i ogromne doświadczenie nabyte z samego kontaktu z ludźmi z innego miejsca na Ziemi.*

---

...z Polski, kto by wskazał właściwy przystanek do wysiadki. Obleciał nas strach, oczywiście pogoda idealna, leje jak z cebra, i w panice zdążyliśmy już z milion razy zadzwonić do nauczycieli, bo na przeciw wszystkiemu wtedy nikt nie odbierał. Jednak finalnie wszyscy szczęśliwie dojechali na miejsce, pytając o przystanek jednego z pasażerów autobusu. Później tylko śmialiśmy się z tej sytuacji.

Prezentacja firmy licealistów odbywała się w sali informatycznej. „yNOT” to firma reklamowa. Grupa licealistów, teraz z II klasy, projektuje i wykonuje banery, ulotki dla innych firm, bądź na indywidualne zlecenia. Po przerwie na obiad przeszliśmy do kolejnego punktu dnia, jakim były zajęcia integracyjne prowadzone przez naszych nauczycieli o języku angielskim.

Również pod koniec dnia rozpoczęła się ewaluacja. Tak, też się przestraszyliśmy, jak to usłyszeliśmy. Polegała ona na rozmowie z ewaluatorem - panem Skalą, który kontroluje od początku istnienia projekt WIN-WIN, o naszej firmie - co nam się podoba, a co nam przeszkadza, jak czujemy się w projekcie itp. Jednak musieliśmy tę rozmowę przełożyć na następny dzień, ponieważ dobiegała godz. 16.00, o której zwykle kończyliśmy wszystkie zajęcia.

### 8.03.2016r. wtorek

Kolejny dzień rozpoczął się w siedzibie „Rectusa”, na ul. Warszawskiej, prezentowaniem wszystkich firm uczniowskich na podstawie przygotowanych wcześniej plakatów. Każdy z nas wypowiadał się o tym, co robi, za co jest odpowiedzialny - ogólnie: gdzie, co i jak - o swoich firmach. Tak jak i my mamy sklepik szkolny oferujący artykuły papiernicze oraz drobne przekąski „StuArt” (Students & Articles), tak i reszta szkół prowadzi inny biznes wg własnego biznesplanu: w niemieckiej szkole w Oldenburgu grupa chłopców produkuje i sprzedaje skrzynki - ozdoby z drewna „EcoCubes”, bułgarska ekipa z Warny organizuje imprezy okolicznościowe i różnego rodzaju eventy takie jak urodziny czy dyskoteki, natomiast druga ekipa młodszych Bułgarów z Nikolayewki, prowadzi a la bufet szkolny z kanapkami i przekąskami.

Jako, że projekt jest międzynarodowy, przewodnim językiem był i jest tu język angielski, czyli znaczna większość zajęć była prowadzona właśnie w tym języku. Każde nasze wystąpienie, czy to wspólna prezentacja plakatu, prezentacji multimedialnej czy komunikowanie się w grupach, było sprawdzeniem naszych umiejętności. Posługiwanie się językiem angielskim na lekcji, a podczas całego tego projektu różni się radykalnie. Powstało takie wymuszenie pokonania bariery - hamulca wewnętrznego w speakingu, bo miałeś/aś poczucie tego, że jeśli nie powiesz chociażby czegokolwiek po angielsku, nikt cię i tak nie zrozumie. Idziesz po chodniku w tłumie ludzi i słyszysz wokół siebie rozmowy, lecz ani jednego polskiego słowa. To jedno z dziwniejszych i ciekawszych doświadczeń z projektu, którego ja osobiście doświadczyłam. W rozumieniu tego, o czym się mówi np. na zajęciach, było prościej, tym bardziej, że często przebywali wokół nas nasi nauczyciele, którzy z łatwością tłumaczyli nam pojedyncze zwroty, których nie rozumieliśmy.

Po prezentacjach firm nadszedł czas na pracę w mieszanych grupach. Naszym zadaniem było szczegółowo dowiedzieć się tego, co robią firmy: co dla kogo oferują, skąd mieli pomysł, czy mają konkurencję, jak troszczą się o finanse itd.

Następnie wszystkie spisane informacje na kartkach połączyliśmy w jedno, co dało nam podstawę do analizy prowadzenia własnego biznesu. Po obiedzie w Białskim Centrum Kultury odbyła się ewaluacja naszej grupy z gimnazjum, na którą czekaliśmy od wczoraj. Tak jak wcześniej pisałam, ewaluacja polegała na rozmowie każdej ekipy zarówno z Polski, Bułgarii i Niemiec z panem Skalą, o tym jak czujemy się w projekcie i w swojej firmie uczniowskiej.

Nasze wcześniejsze obawy okazały się niepotrzebne, ponieważ była z nami pani Izabela, która tłumaczyła nam z niemieckiego na polski i odwrotnie. Pan Skala jest Austriakiem, także mieliśmy swobodę wypowiedzenia się i rozmowa przebiegła lekko i przyjemnie. Dostaliśmy nawet drobne smakołyki prosto z Austrii.

Kolejnym punktem tego dnia były zajęcia z prawidłowego tworzenia prezentacji multimedialnych, prowadzone przez nauczyciela z Bułgarii. Jako że Nick jest bardzo pozytywną osobą zajęcia były równie ciekawe, jak on sam w sobie jest. Nauczyliśmy się między innymi, czego unikać w prezentacjach multimedialnych i jaka ma być nasza postawa wobec widza. Podsumowaniem zajęć była praca w swoich ekipach na przedstawienie w dosłownie kilku słowach tego, czym się zajmujemy w swoich firmach. Nie było to proste zadanie, ale poszło nam nawet dobrze. Mimo że czas zajęć tamtejszego dnia dobiegał końca, wieczorem, ok. godz. 19.00 wybraliśmy się wszyscy do klubu „Fregata”. Tam miło spędziliśmy czas przy wspólnej grze w kręgle czy w bilard. Była to świetna okazja do poznania się bliżej zarówno wśród nas uczniów, jak i nauczycieli.

#### 9.03.2016r. środa

Trzeci dzień był dniem „terenowym”. Rano spotkaliśmy się w siedzibie firmy transportowej przy ul. Janowskiej. Tam posłuchaliśmy prezentacji, jak wygląda i na czym polega transport i praca na naszej wschodniej granicy. Dalej udaliśmy się komunikacją miejską do znanej na pewno wam firmy odzieżowej - Bialcon. Tam w przepięknej sali konferencyjnej zjedliśmy pyszny obiad, po którym posłuchaliśmy, na czym polega i jak przebiega praca w takiej firmie. Mogliśmy zadać również swoje pytania. Było to dla nas bardzo przydatne, ponieważ dostaliśmy kilka wskazówek dotyczących prowadzenia własnych działalności w dziedzinie przykładowo reklamy czy finansów.

Tamtejszą wizytę zakończył pokaz odzieży z kolekcji na żywo. I tutaj niespodzianka, bo modelkami były licealistki i gimnazjalistki z Polski! Tak, my. Jednak do całego tego pokazu podchodziliśmy z dystansem (co nie znaczy, że w ogóle się nie stresowałyśmy) i wszystko dobrze poszło, przynajmniej nikt się nie potknął. Widownia była nami zachwycona, sądząc po okrzykach i oklaskach. Oczywiście wszystko z dystansem, pamiętajmy. Śmiesznie było.

Następnym punktem naszej „wycieczki” była wizyta w izbie Służby Celnej. Tam dowiedzieliśmy się wiele o pracy na granicy, na czym polega i jak ciekawe doświadczenia może dać. Po teorii nadszedł czas na zobaczenie tego wszystkiego w praktyce-udaliśmy się do autokaru i wyruszyliśmy na granicę w Koroszczyne. Zmęczeni spacerem po odprawach w końcu wyruszyliśmy z powrotem do domu, co nie znaczy, że nie dopisywały nam humory.

#### 10.03.2016r. czwartek

Czwartego dnia zajęliśmy się kolejnym punktem naszego projektowego spotkania, czyli internacjonalizacji – umiędzynarodowienia firm. W swoich grupach firmowych opracowywaliśmy pomysły co do współpracy z naszymi kolegami z zagranicy. Wymagało to od nas kreatywności i pomysłowości, ponieważ każda z firm była inna, jednak nie brakowało nam inicjatyw. Wszystko spisaliśmy i odbyliśmy rozmowy, wspólnie wymieniając swoje pomysły. To dało nam podstawę stworzenia plakatu podsumowującego naszą pracę.

Kolejnym zadaniem tamtejszego dnia było przeprowadzenie sondy wśród mieszkańców miasta Biała Podlaska. Najpierw podzieliliśmy się na mieszane grupy, po dwie osoby z innego kraju i wylosowaliśmy temat do pytań. Następnie wyruszyliśmy w miasto.





Losowane tematy dotyczyły ogólnie o Białej, np. kultury i tradycji. Odpowiedzi mieszkańców były zróżnicowane, a nie raz bardzo kreatywne. Na przykład na pytanie: „Jak pan/pani widzi swoje miasto za 50 lat?” Mogliśmy usłyszeć o zadbanych drogach, o drapaczach chmur, a nawet KFC! Skończyliśmy wcześniej, i około godziny 15.00 udaliśmy się do domów. Nie był to jednak koniec atrakcji na dzisiejszy dzień.

Wieczorem o godz. 18 spotkaliśmy się ponownie, tym razem na uroczystej kolacji w BCK. Rozpoczęła się ona koncertem uzdolnionej białskiej młodzieży pod szkolnictwem pana Parafiniuka. Była to dla nas wyrafinowana lekcja muzyki. Na kolacji nasi zagraniczni przyjaciele mogli skosztować tradycyjnych polskich przysmaków, jakimi były pierogi! oraz inne smakowite różności. Tym miłym akcentem zakończyliśmy nasz przedostatni dzień projektu.

#### 11.03.2016r. piątek

Ostatni dzień rozpoczęliśmy zajęciami o kulturze i zwyczajach Polaków, Niemców i Bułgarów przeprowadzonymi przez kolejnego nauczyciela z Bułgarii.

Następnie wszyscy zastanawialiśmy się jak powinno przebiegać zatrudnianie nowych pracowników. Sporządzaliśmy ogłoszenia z wymaganiami, ofertą i warunkami na przyjęcie takowego pracownika do naszych konkretnych firm szkolnych. Bardzo prawdopodobne, że materiały, nad którymi pracowaliśmy wtedy, niedługo nam się przydadzą, ponieważ większa część naszego teamu - ja, Gabrysia, Asia i Patryk, kończymy w tym roku gimnazjum. Dlatego, młodzi czytelnicy, spodziewajcie się wkrótce ogłoszenia o pracę. Dalej przyszedł czas na prezentację plakatów stworzonych wcześniejszego dnia na temat internacjonalizacji naszych firm.

Tu mogę zdradzić część naszych pomysłów: między innymi wpadliśmy na pomysł na współpracę, by sprzedawać skrzynki „Eco-Cubes” z Niemiec w naszym sklepiku, my za to dostarczalibyśmy im, czy tak samo każdej innej firmie, nasze artykuły papirnicze do użytku biurowego, moglibyśmy również eksportować nasze polskie smakołyki dla bułgarskiej firmy, też oferującej swoim klientom jedzenie.

---

*Najlepsza na świecie lekcja języka angielskiego - bo w życiu. Warto jest znać gramatykę, umieć super czytać i mieć same piatki w szkole, ale co jest najważniejsze, to umieć mówić i nie bać się tego!*

---

Oczywiście, to tylko pomysły. Aby je zrealizować, trzeba się jeszcze nad nimi mocno zastanowić i przemyśleć, czy są w ogóle możliwe... ale kto wie? Być może przyjdzie nam kiedyś wprowadzić jeden z pomysłów w życie?

I to by było na tyle. Następną, ostatnią częścią były podziękowania i ostatnie przemówienia profesorów i nauczycieli. Całe spotkanie projektowe zwieńczyło wręczenie pamiątkowych certyfikatów ukończenia kolejnego etapu projektu WIN WIN, oraz wspólne grupowe zdjęcie. No dobrze, mnóstwo zdjęć.

#### Podsumowując, dlaczego było warto?

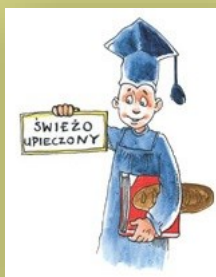
- ⇒ *Nauczyliśmy się mnóstwa rzeczy - komu w wieku 15-stu lat w głowie własny biznes? Rynek pracy? Internacjonalizacja? (Co to w ogóle jest..?) - pomyślał każdy. Jednak to wszystko wprowadza nas małutkimi, pierwszymi kroczkami w rzeczywistość dorosłego świata. Takiej wiedzy z tej dziedziny nie poznasz od tak, a tym bardziej nie lepiej, niż z własnych doświadczeń, jakich nabyliśmy po zaledwie roku!*
- ⇒ *Na pewno pomoże nam to w przyszłości w wyborze swojej drogi, zawodu, tego co chcemy robić w życiu. Chciałbyś być w przyszłości szefem w jakiejkolwiek firmie? Da się, ale nie będzie łatwo. Droga do sukcesu będzie długa i kręta, co nie znaczy, że nieosiągalna- wszystko jest możliwe*
- ⇒ *Spotkaliśmy się z odmienną kulturą innych narodowości takich jak Niemcy i Bułgaria. Poznaliśmy ludzi w naszym wieku, którzy są kompletnie inni niż my, mają inną osobowość, mentalność, a jednocześnie są tacy sami. Uświadomiliśmy sobie, że świat jednak jest mały i pomimo dzielących nas od siebie setek kilometrów, różnic narodowościowych i kulturowych, jesteśmy nadal tymi samymi nastolatkami, którzy potrafią patrzeć w miarę trzeźwo i realnie na ten świat, jednak niekiedy tylko szukają pretekstu do żartu i zabawy, siedzą cały czas w telefonach, wstydzą się zagadać do kogoś obcego i raz na jakiś czas palną publicznie jakąś głupotę.*
- ⇒ *Zapamiętajcie drodzy koleżanki i koledzy! Jeśli przyjdzie wam możliwość, w czasie waszej dalszej nauki, skorzystajcie z możliwości udziału w projekcie z wymiany, spróbujcie a nie pożałujecie!*

Gabriela Wieczorek z klasy 3d

## Związki frazeologiczne

- ⇒ **Stawać w zawody z kimś, z czymś** – przystępować do rywalizacji z kimś, z czymś
- ⇒ **Między ustami a brzgiem pucharu** – kiedy się komuś wydaje, że jest blisko osiągnięcia celu, może się wydarzyć coś, co temu przeszkodzi
- ⇒ **Robić coś dla sportu** – robić coś dla rozrywki
- ⇒ **Postawa sportowa** – postawa szacunku dla przeciwnika, poszanowania zasad fair play

**Weronika Korszeń**  
z klasy 2a



# Dodatek Matematyczny

## Liczba nieskończoności i wieczności

Liczba osiem zgodnie z numerologią jest uważana za liczbę, która jest symbolem nieskończoności i wieczności, liczbą która reprezentuje ziemskie i niebiańskie energie, które nieprzerwanie przepływają, stwarzają ponownie same siebie.

W poprzednich numerach PG

3info pokazywałam Wam, gdzie w przyrodzie można znaleźć matematykę, opisywałam np. boże krówki, a teraz czas na pająki, skorpiony, kleszcze i roztocza czyli na zwierzątka z rodziny pajęczaków. Tą „szanującą się rodzinę” łączy z 8 liczbą odnóży, czyli pajęczaki mają cztery pary nóg czyli w sumie 8.

Oprócz pajęczaków warto też wspomnieć o głowonogu, którego nazwa pochodzi od ilości odnóży – ośmiornicy. Na 8 ramionach znajdują się ułożone w jednym lub dwóch rzędach miękkie przysawki. Każda z przysawek jest zaopatrzona w mięśnie pozwalające jej na obrót o 360° względem ramienia. Inną fajną ciekawostką dotyczącą ośmiornic jest to, że mają one trzy serca.

W chrześcijaństwie liczbę 8 możemy spotkać jako wspomniany już symbol wieczności – wiecznej szczęśliwości, królestwa bez końca; który opiera się na sześciu dniach stworzenia i siódmym dniu odpoczynku, które kojarzone były z czasem ziemskim. Dzień ósmy to ikona samego Chrystusa, jego przemiany, jest symbolem zmartwychwstania i obietnicy zmartwychwstania człowieka przemienionego przez chrzest, jest liczbą przyszłego życia. Pismo Święte wspomina o liczbie osiem mówiąc: że Jezus zmartwychwstał ukazuje się swoim uczniom po ośmiu dniach, osiem osób weszło do arki przed potopem, mamy osiem błogosławieństw. Wznoszono baptysteria (budowle, które służyły do obrzędu chrztu) z ośmioma kolumnami (oktogonalne), symbolizującymi przezwyciężenie śmierci i wejście w nowe życie.

Angielski system miar bardzo często wykorzystuje liczbę 8 i tak mamy: 8 uncji płynu w szklance, 8 pint w galonie, 8 galonów w buszeli, 8 tyżeczek stołowych w ćwiartce pinty (angielski gill), 8 furlongów w mili.

Osemka pojawia się także motoryzacji i dotyczy silnika V8, który składa się dwóch rzędów po cztery cylindry układających się w kształt litery V. Takie ułożenie zapewnia dużą pojemność przy niewielkiej przestrzeni. W 1910 roku francuska firma De Dion zaczęła go masowo produkować, potem takie silniki produkować zaczęła Cadillac. Jednak pierwszą firmą, która wykorzystwała taki silnik był Rolls-Royce w samochodzie Legalimit z 1904 roku, takich samochodów było wyprodukowanych tylko trzy i żaden nie dotrwał do obecnych czasów.

Nasz Układ Słoneczny składa się z ośmiu planet (od Słońca mamy: Merkury, Wenus, Ziemia, Mars, Jowisz, Saturn, Uran, Neptun). Swego czasu w tym gronie planet znajdował się również Pluton, ale został w 2006 roku przez Międzynarodowy

## Nieskończoność—śpiąca osemka

A cóż się stanie, gdy liczba 8 pójdzie spać? Wtedy 8 będzie śnić, że jest symbolem nieskończoności (bezkręsu). Pojęcie nieskończoności pojawiało się już w starożytności i przez długi czas podchodzono do niego bardzo nieufnie, gdyż łatwiej było zamykać wszystko w bezpiecznym, skończonym świecie. Nieskończoność onieśmiała nie tylko starożytnych matematyków, lecz i np. G. W. Leibniza, który pisał „nie ma nic bardziej namacalnego niż absurdalność idei liczby właściwie nieskończonej”. Istotą nieskończoności potencjalnej jest m.in. to, że do każdej liczby można dodać jeden i otrzymać większą, czyli nie ma liczby największej. Symbol nieskończoności został wprowadzony w 1655 r. przez Johna Wallisa. Naukowcy dowodzą, że symbol  $\infty$  stworzył posiłkując się rzymskim znakiem oznaczającym 1000 - (oznaczanego też przez M), lub też znakiem (omega) jako metaforą końca i ostateczności.

Obrazowo można nieskończoność przedstawić jak pomieszczenie pozbawione podłogi, ścian i sufitu. Albert Einstein powiedział, że „są tylko dwie rzeczy nieskończone: Wszechświat i głupota ludzka, choć co do Wszechświata nie byłbym całkiem pewny!”.

## Most osłów



W 6. numerze gazetki opowiedziałam o „matematycznym moście”, a w tym chcę przybliżyć Wam określenie „Most osłów”.

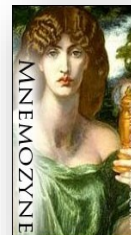
„Most osłów” (*pons asinorum* po łacinie) to określenie tzw. „przeszkody dla głupców” sięgające czasów Euklidesa, czyli ok. 300 lat p.n.e. W słowniku matematyków to tradycyjna nazwa dowodu o równości kątów przy podstawie w trójkącie równoramiennym podanego przez Euklidesa. Twierdzenie to jest jednym z podstawowych w geometrii. Dowód jego oparty na dedukcji nie był tak prosty do przyswojenia i prześledzenia, mówiło się również, że jeśli ktoś nie może zrozumieć i samodzielnie przeprowadzić tego dowodu, to nie może „przekroczyć mostu”, czyli nie mógł studiować matematyki, a w szczególności geometrii.

Współcześnie określenia „most osłów” używa się często do określenia kluczowego zagadnienia do zrozumienia jakiegoś tematu, do testowania adeptów w danej dziedzinie wiedzy, aby oddzielić „orty” od „osłów”.

W języku angielskim ten termin oznacza także bryk, czyli opracowanie np. lektury, dla tych którzy nie są w stanie przeczytać oryginału. „Most osłów” określa również chwyt mnemotechniczny ułatwiający zapamiętanie czegoś, czego tylko „osioł” nie może się nauczyć.

Mnemotechnika to sztuka zapamiętywania pewnych informacji w sposób mechaniczny (gr. *mnéme* - pamięć, *téchne* - sztuka). Polega na układaniu treści do zapamiętania w specyficzny sposób według systemu skojarzeń. Mnemotechnika była popularna już w starożytności, kiedy to stanowiła jedną z pięciu gałęzi retoryki. Cyceron przypisuje jej stworzenie Symonidesowi z Keos, który na zasadzie skojarzeń pomógł w rozpoznaniu wszystkich ofiar zaważenia się sufitu podczas pewnej uczty, z której wcześniej wyszedł.

W mitologii greckiej Mnemozyna to bogini pamięci, znająca przeszłość, teraźniejszość i przyszłość. To ona dała ludziom zdolność zapamiętywania. Na zakończenie tylko dodam, że osiołek to bardzo miłe, przyjazne i pracowite zwierzę. W Meksyku na początku maja jest obchodzony „Dzień Osła” na cześć tego sympatycznego uparciuszka.



AK

## WSTĘGA MÖBIUSA



Wstęga Möbiusa jest przykładem powierzchni jednostronnej. Normalna powierzchnia (np. kartka papieru) ma dwie strony, czyli malując taką kartkę, możemy ją pomalować z każdej strony innym kolorem. Najsłynniejszej powierzchni jednostronnej, czyli wstęgi Möbiusa nie da się tak pomalować. Powierzchnia ta ma tylko jedną stronę, wędrując po niej, po pewnym czasie znajdziemy się pod miejscem z którego wyszliśmy (po „drugiej stronie”). Gdy będziemy malowali powierzchnię jednostronną to pomalujemy ją po obu „stronach” bez przechodzenia przez jej brzeg. Brzeg wstęgi Möbiusa jest jednym kawałkiem, który można by było wygiąć

w okrąg gdyby był wykonany z drutu. Wstęgę Möbiusa zdefiniował wcześniej Johann Benedict Listing, ale to Möbius ją dokładnie zbadał i opisał własności.

Wstęgę Möbiusa można spotkać np. w „Möbiusowej szafie grającej”, która gra fragment utworu inspirowanego książkami o Harrym Potterze. Melodia jest zapisana na taśmie w postaci dziurek i włożona do zwykłej szafy grającej, taśmę skręcono tak aby otrzymać wstęgę Möbiusa. Gdy szafa zaczyna grać melodię, słychać normalnie, ale kończy się pierwszy cykl, a zaczyna drugi, to melodia staje się odwrócona (wysokie tony stają się niskimi i na odwrót). Escher na swoim rysunku umieścił mrówki w nieskończonej pętli wstęgi Möbiusa.

Inne zastosowania wstęgi Möbiusa :

- ⇒ istnieją książki sklejone w kształt wstęgi Möbiusa, które można czytać "w koło Macieju" i to zaczynając z dowolnego miejsca,
- ⇒ w narciarskich skokach akrobatycznych jedna z ewolucji nosi nazwę "kociołek Möbiusa", gdyż ciało narciarza zakreśla w czasie jej wykonywania fragment wstęgi Möbiusa,
- ⇒ w technice używa się pasów transmisyjnych skręconych w kształt wstęgi Möbiusa, co powoduje, że ich powierzchnia zużywa się jednakowo po obu stronach,
- ⇒ istnieją mapy Ziemi (tzw. mapy Tobblera) kreślone na wstędze Möbiusa, na których antypodyczne punkty znajdują się w tym samym miejscu na odwrotnej stronie wstęgi,

Wykonanie takiej wstęgi jest bardzo proste, wystarczy wziąć prostokątny pasek papieru i skleić krótsze brzegi po wcześniejszym obróceniu jednego z końców o 180°.

AK

# ZNACIE TE MIARY ?

Nie będę Wam tu opowiadała o tych jednostkach, które spotykacie na lekcjach matematyki lub życiu codziennym, opowiem o jednostkach dziwnych i bardzo nietypowych.

## Czas

- ⇒ **atomus** – średniowieczna miara oznaczająca „mgnienie oka”, a więc najkrótsze wydarzenie według ówczesnych przekonań; obecnie atomu to 1/376 sekundy, a jej nazwa oznacza tyle co „mig”, więc już wiecie, co to znaczy zrobić coś migiem.
- ⇒ **brodosekunda** – jednostka, której miara odpowiada długości przyrostu męskiej brody w czasie 1 sekundy, czyli ok. 5 nanometrów (0,000005 mm);
- ⇒ **megaannum** – 1Ma trwa milion lat i bardzo się przydaje do mierzenia czasu w długiej historii Ziemi; dinozaury zakończyły swoją wędrówkę po Ziemi 65 Ma temu.
- ⇒ **gigaannum** – jednostka podobnie jak megaannum służąca do mierzenia bardzo dużych okresów czasu; 1 Ga odpowiada miliard lat; wg tej miary Ziemia powstała 4,57 Ga temu
- ⇒ **teraannum** – ogromna jednostka do pomiaru czasu; 1 Ta to bilion lat, a więc 70 razy więcej niż wynosi wiek Wszechświata.
- ⇒ **moment** – to średniowieczna miara czasu równa 1/14 godziny, czyli 1,5 minuty; „zaczekaj moment” to poczekać półtorej sekundy.

## Prędkość i moc

- ⇒ **węzeł** – jednostka do mierzenia prędkości statków; dawniej prędkość mierzono za pomocą linki doczepionej do np. boi wyrzuconej za burtę, drugi koniec był nawinięty na kołowrotek ustawiony na statku, na tej lince były wiązane węzły co 47 stóp i 3 cale (14,4018 m); w czasie pomiaru jeden marynarz trzymał przesuwającą się między palcami linkę, a drugi mierzył czas standardową klepsydrą (czas przesypywania 28 s); jeden węzeł wynosi obecnie około 1,85 km/h.
- ⇒ **koń mechaniczny** – jednostka mierząca moc samochodów; utworzona została w XIX w. w Niemczech; moc 1KM odpowiada mocy zaprzęgu z jednym koniem, 2 KM –z dwoma końmi (w przybliżeniu) itd.
- ⇒ **osioł mechaniczny** – jednostka o mocy jednej trzeciej mocy konia mechanicznego.
- ⇒ **zryw** – drugie przyspieszenie lub szarpnięcie; tempo zmian przyspieszenia mierzone w metrach na sekundę do sześcianu.
- ⇒ **prędkość światła** – najwyższa prędkość we wszechświecie;

## Objętość i masa

- ⇒ **sydharb** – australijska jednostka objętości; jeden sydharb lub sydarb to ilość wody w zatoce Port Jackson i wynosi 5 miliardów litrów.
- ⇒ **karat** – jednostka zwana również czystością; czyste złoto to 24 karaty, złoto 18 karatowe zawiera 18 części złota oraz 6 części innych metali; miara ta też służy do ważenia diamentów i innych szlachetnych kamieni ustalona obecnie na 200mg; słowo karat pochodzi od greckiej nazwy nasion szarańczyny strączkowego.
- ⇒ **gran** – z angielskiego to ziarno; jednostka wagi oparta na ziarnie pszenicy, jęczmienia lub innego zboża; używano tej miary do mierzenia cennych, niewielkich rzeczy jak np. monet; 1 gran = 0,000 064 798 91 kg
- ⇒ **barn** – jednostka powstała w skutek żartu jednego z uczonych, który pewnego razu stwierdził, że atom uranu „jest wielki jak stodoła” (z angielskiego barn), tak więc jeden barn (lub stodoła) to wielkość 0,000000000000000000000000000001 m<sup>2</sup>.

## Rozmiar

- ⇒ **słoń** – rozmiar papieru, w XIX wieku nie było rozmiarów papieru A4 czy A5, za to można było kupić papier w rozmiarze 42cm×37cm i słońowy o wymiarach 71cm×58 cm, a jak komuś to nie wystarczało to był jeszcze arkusze – podwójnie słońowy.

## Inne miary

- ⇒ **millihelen** – jednostka służąca do pomiaru urody; jednostka jest związana z piękną Heleną Trojańską z greckiej mitologii była tak piękna, że dla jej twarzy „1000 okrętów wypłynęło na morze”, a jeden taki okręt to 1 millihelen.
- ⇒ **warhol** – nazwa nawiązuje do Andy Warhola, który powiedział kiedyś, że „w przyszłości każdy będzie miał swoje 15 minut sławy”; warhol mierzy sławę 1 kilowarhol to 15 tysięcy minut sławy (ok. 10 dni).
- ⇒ **hobo** – miara wykorzystywana do mierzenia nateżenia smrodu od 1(brak smrodu) do 100 (smród zabójczy).
- ⇒ **miki** – nazwa jest wzorowana na rysunkowej Myszce Miki i odpowiada długości najkrótszego wykrywalnego przesunięcia komputerowej myszy i wynosi ok. 0,1 mm.
- ⇒ **tuzin piekarski** – ten tuzin zawiera 13; miara pochodzi z XIII wiecznej Anglii, w której za oszukiwanie klientów, w tamtych czasach, karano obcięciem dłoni, aby uniknąć tego piekarze do 12 kupowanych przez klienta bochenków chleba dodawali trzynasty gratis.

# PAPIEŻ, KTÓRY BYŁ MATEMATYKIEM

Niedługo czekają nas XXXI Światowe Dni Młodzieży w Krakowie i spotkanie z papieżem Franciszkiem, który jest pierwszym papieżem z kontynentu amerykańskiego, pierwszym jezuitą i pierwszym zakonikiem od czasów papieża Grzegorza XVI na Stolicy Piotrowej. Ja chcę Wam przybliżyć postać innego papieża, Sylwestra II, który był matematykiem.

Gerbert z Aurillac, który przyjął imię Sylwester II ur. się ok. 945 r. w Owerni (Francja). Mając 12 lat, wstąpił do benedyktyńskiego klasztoru św. Geralda w Aurillac, gdzie zaczął zdobywać wiedzę. Wraz z upływem lat poszerzał swoją wiedzę, przebywając w innych ośrodkach również tych położonych poza granicami Europy np. studiował matematykę, astronomię i mechanikę w arabskiej Hiszpanii. Po drodze do Stolicy Papieskiej pełnił funkcję nauczyciela szkoły katedralnej w Reims, był wychowawcą młodego następcy tronu późniejszego Ottona III. W 999 r. został wybrany na papieża, pierwszą osobę

na tym stanowisku pochodzącą z Francji.

Sylwester II był uważany za najwybitniejszego matematyka X wieku, to On rozpowszechnił w chrześcijańskiej Europie cyfry arabskie (w wersji bez zera) i system dziesiętny, które najprawdopodobniej poznał w czasie podróży do Hiszpanii. Również jako jeden z pierwszych europejskich uczonych interesował się i zajmował logiką. Gerbert przebywając w Hiszpanii, poznał nowe techniki rachunku i zasłynął z tego, że biegle wykonywał dzielenie nawet bardzo dużych liczb.

Wynalazkiem pomagającym w liczeniu był „abak Gerbera” z żetonami o określonej wartości (żetony zwane apeksami miały wyryte cyfry od 1 do 9) stworzony na podstawie dorobku hindusko-arabskiego. Miejsce gdzie powinno być zero, na abaku pozostawało puste. Przyjęcie zapisu pozycyjnego bez zera nie było możliwe. Gerbert był konsekwentnym propagatorem „zera”. Utrwalenie pojęcia „zero” w mentalności europejskiej stanowiło prawdziwy, niedoceniany przełom intelektualny. Trudno było sobie wyobrazić zwykłym ludziom, że jest coś, czego nie ma, a dzięki temu, czego nie ma, liczby nabierają wartości. Abak Gerberta był więc pierwszym komputerem, maszyną liczącą opartą na praktycznym wykorzystaniu pojęcia „zero”.

Gerbert jeszcze jako mnich zbudował w Magdeburgu pierwszy w Europie zegar mechaniczny. Skonstruował również organy. Przez ówczesnych papież Sylwestr II ze względu na swoją wiedzę i zdolności był posądzany o kontakty z siłami nieczystymi. Zmarł 12 maja 1003 roku w Rzymie w tajemniczych okolicznościach. Został pochowany w Bazylice św. Jana na Lateranie. Sylwester II zostawił po sobie pamięć trwalszą niż większość papieży. Ale była to pamięć dwuznaczna.

Nie pamiętano jego dokonań kościelnych czy nawet politycznych. Zapisał się przede wszystkim jako uczony.

Papież Sylwester II swoje dokumenty podpisywał jako „Sylwester zwany także papieżem Gerbertem”, „biskup rzymski i papież powszechny”, „papież najwyższy i powszechny, wikariusz świętego Piotra, sługa sług Bożych”.

AK

