

## I LO IM. STEFANA CZARNECKIEGO W KOZIENICACH - Z ŻYCIA SZKOŁY...

1 kwietnia w I Liceum Ogólnokształcącym im. Stefana Czarnieckiego w Kozienicach został zorganizowany Dzień Sportu. Uroczystości otwarcia imprezy dokonała Dyrektor Ewa Malec, która również brała w niej aktywny udział. Organizatorem była nauczycielka wychowania fizycznego Ewelina Buszko. Przygotowano wiele konkurencji między innymi: rajd rowerowy, biegi lekkoatletyczne, Nordic Walking, step aerobik, body ball, zumba, tenis stołowy, trening obwodowy na siłowni, badminton, żonglerka – freestyle football. Młodzież rozegrała turniej piłki siatkowej, w którym zwyciężyła klasa II a. Ponad 3-godzinne zmagania sportowe dostarczyły uczestnikom niesamowitych wrażeń, sporą dawkę sportowej adrenaliny i pozwoliły w miłej atmosferze spędzić ten szczególny dzień.



2 kwietnia odbył się pokazowy trening ogólnorozwojowy. Przedsięwzięcie wpisuje się w Światowy Dzień Bezdomych Zwierząt przypadający 4 kwietnia. Grupa uczniów naszej szkoły, która prętnie działa na rzecz idei adopcji zwierząt oraz odpowiedzialności za ich los postanowiła zwrócić w nietypowy sposób uwagę na ten ważny temat. Korzystając z tygodnia aktywności fizyczno – intelektualnej w naszym liceum zaprosiliśmy do współpracy przedstawicieli Siłowni „Fabryka Mocy”, Piotra Witka oraz Marcina Cyganowicza, którym również nie jest obojętny los bezdomnych czworonogów. Przeprowadzili dla nas i z nami pokazowy trening ogólnorozwojowy. Pokazali w ciekawy sposób jak dbać o swoją kondycję, na co zwracać uwagę podczas ćwiczeń, a także przeprowadzili konkurs wytrzymałości.

3 kwietnia w I Liceum Ogólnokształcącym odbyły się XII Otwarte Mistrzostwa Sudoku I LO im. Stefana Czarnieckiego w Kozienicach, w których uczestniczyło 52 uczniów z: Publicznej Szkoły Podstawowej nr 1, Publicznej Szkoły Podstawowej nr 2, Publicznej Szkoły Podstawowej nr 3, Publicznej Szkoły Podstawowej nr 4, Publicznej Szkoły Podstawowej w Stanisławicach i I Liceum Ogólnokształcącego. W tym roku mistrzostwa odbywały się w trzech kategoriach wiekowych: szkoła podstawowa klasy II – IV, szkoła podstawowa klasy V – VII, szkoła podstawowa klasa VIII, gimnazjum klasa III, szkoła średnia. Organizatorka mistrzostw Joanna Piwońska powitała zebranych i zaprosiła do obejrzenia filmu promującego sudoku, przygotowanego przez Julię Telbusiewicz z klasy IIa liceum. Następnie uczniowie rozwiązywali zadania o różnym poziomie trudności w dwóch etapach: indywidualnym i zespołowym. Komisja składająca



się z nauczycielek matematyki w poszczególnych szkołach: Ilony Staromłyńskiej (PSP 1), Grażyny Polak-Korczak (PSP 3), Katarzyny Król (PSP 4), Lucyny Prockiej (PSP Stanisławice), Joanny Piwońskiej (I LO) oraz uczniów samorządu szkolnego I LO po rundzie finałowej wyłoniła zwycięzców: Kategoria: szkoła podstawowa klasy II – IV – I miejsce – Antonina Lenarczyk PSP nr 3, II miejsce – Zuzanna Dopierańska PSP nr 3, III miejsce – Klaudia Smarz PSP nr 3. Kategoria: szkoła podstawowa klasy V – VII – I miejsce – Mikołaj Wójcik PSP Stanisławice, II miejsce – Paulina Jastrzębska PSP nr 4, III miejsce – Wiktoria Cytryniak PSP nr 3. Kategoria: szkoła podstawowa klasa VIII, gimnazjum klasa III, szkoła średnia – I miejsce – Dawid Padewski PSP nr 4, II miejsce – Katarzyna Tyśkiewicz I LO, III miejsce – Jakub Włodarczyk PSP nr 4. Po zmaganiach indywidualnych do potyczek logicznych przystąpiły drużyny z poszczególnych szkół.

4 kwietnia w I LO odbyło się spotkanie z Anną Gałązkiewicz, która jest dietetykiem. Przygotowała ona dla uczniów prelekcję dotyczącą żywienia młodzieży. W swym wystąpieniu poruszyła bardzo ważne tematy m.in. nową piramidę żywieniową, aktywność fizyczną, fakty i mity na temat żywności oraz wpływ popularnych energetyków na organizm człowieka. Pani Anna przekazała praktyczne wskazówki dotyczące nawyków żywieniowych, składników pokarmowych oraz racjonalnego odchudzania. Bardzo duża liczba pytań ze strony uczniów świadczy o wysokim zainteresowaniu powyższą tematyką.



Red. I LO

# "Nasz Powiat" Nr 5/2019