

# SREBRNY DWÓR I MY

ROK 5 NUMER 12

DATA WYDANIA 29-06-2012

## Muzyka łagodzi obyczaje



Już w starożytności muzyka stanowiła podstawę w wychowaniu. Do czasów dzisiejszych często używa się powiedzenia „muzyka łagodzi obyczaje”. Od miesiąca października 2011 roku wychowankowie Młodzieżowego Ośrodka Wychowawczego w Polanowie mają możliwość uczestniczenia w zajęciach kółka muzycznego. Głównym celem tych zajęć jest rozbudzenie wśród wychowanków zamiłowań muzycznych oraz integracja ze środowiskiem przez piosenkę. Podstawowym warunkiem uczestnictwa w tych zajęciach jest systematyczna frekwencja i chęć muzykowania. Na początku, osoby chętne zostały przesłuchane w zakresie słuchu muzycznego i rytmiki. Niestety, nie wszyscy posiadają ten dar od Boga. Zajęcia, które odbywają się dwa

razy w tygodniu polegają przede wszystkim na wykonywaniu żmudnych ćwiczeń w zakresie gry na gitarze, syntezatorze i śpiewie. Wymaga to niezwyklej cierpliwości i wytrwałości (niektóre ćwiczenie trzeba wykonać kilkadziesiąt razy). I tak np. na kilkunastu wychowanków uczących się gry na gitarze, tylko dwóch ćwiczy systematycznie. W celu intensyfikacji ćwiczeń, obu uczniom wydałem gitary na grupy wychowawcze, aby codziennie, w chwili wolnej mogli obcować z instrumentem. Inną formą ćwiczeń są zajęcia z wokalizy. Młodzież bardzo chętnie uczestniczy w tych zajęciach, ze względu na kontakt z muzyką „żywą”: akompaniament instrumentów klawiszowych i gitary. Tu widać znacznie większe postępy muzyczne, które wyczuwają sami wychowankowie. Repertuar muzyczny jest bardzo zróżnicowany, począwszy od hymnu państwowego, przez folklor do współczesnych przebojów. Muszę przyznać, że kilku uczniów ma dobre warunki głosowe. Ważnym sprawdzianem wykonanej pracy jest udział w szkolnych uroczystościach okolicznościowych oraz występy poza ośrodkiem, gdzie prezentowali swoje zdolności w repertuarze kolęd przed szerszym forum publiczności. Takie występy powodują duży stres wśród młodych artystów. Nieodpowiednie przygotowanie lub

niewłaściwe podejście może raz na całe życie zablokować ich chęć samo prezentacji przed widownią. Czynne uczestnictwo w zajęciach kółka muzycznego rozwija zdolności i umiejętności muzyczne, wrażliwość muzyczną i estetyczną, co w konsekwencji prowadzi do chęci prezenta-



wania się publiczności, a zarazem jest promocją młodzieżowego ośrodka w środowisku. Zajęcia w ramach kółka muzycznego pozwoliły zwiększyć ofertę zajęć pozalekcyjnych w ośrodku i cieszą się dużym powodzeniem, gdyż przez zajęcia przewinęło się kilkudziesięciu wychowanków. Dla systematycznie ćwiczących stanowi to wielkie wyzwanie w postaci cierpliwości, samodyscypliny i umiejętności pracy w grupie.

*Stanisław Wszeborowski*

## W TYM NUMERZE:

**PO SZKOLE 2**

**MŁODZI AKTORZY 3**

**REKREACJA I  
SPORT 4**



## Witaj wiosno!



W sobotę 24 marca 2012r. wychowankowie grupy I świętowali zmianę pory roku - Pierwszy Dzień Wiosny - który przypada 21 marca. Na tę okazję wcześniej przygotowana została Marzanna, którą młodzież wykonała razem z panią Jolą. Wychowankowie pod opieką pani Magdy wyruszyli nad jezioro. Całą drogę „towarzyszyła” nam Marzanna, na miejscu rozpaliliśmy ognisko i piekliśmy kiełbaski. Wspólnie spędzony czas upłynął w miłej i wesołej atmosferze.



Na zakończenie naszej wyprawy - aby skutecznie wypędzić zimę - spaliliśmy kukłę w ognisku. Teraz czekamy na wiosenną pogodę. W sobotę 31 marca br. w Koszalinie na Rynku Staromiejskim odbył się Jarmark Wielkanocny organizowany przez Starostwo Powiatowe w Koszalinie. Nasza Placówka po raz drugi uczestniczyła w tej imprezie. Wychowankowie: Jacek i Paweł Szupryczyńscy oraz Andrzej Kondratowicz pod opieką pani Joli i pani Magdy reprezentowali Młodzieżowy Ośrodek Wychowawczy w Polanowie w Wojewódzkim Konkursie Wielkanocnym w kategorii: pisanka, palma i wypiek.



*Magda Nicpoń*

## „Czas na relaks...”

W naszym Ośrodku odbywają się zajęcia relaksacyjno-wyciszające przeznaczone dla wychowanków nadpobudliwych psychoruchowo, mających problemy z koncentracją uwagi, mających trudności w szkole, problemy z adaptacją wśród rówieśników. Wychowankowie w ramach tych zajęć mogą skorzystać z sesji neurofeedback prowadzonych w naszej pracowni przy pomocy specjalistycznej diagnostyczno-terapeutyczno-symulacyjnej aparatury medycznej opartej na technice komputerowej. Za jej pomocą osoba poddawana treningowi uczy się czynności



swojego mózgu, uczy się jak pozytywnie zmieniać wzorzec wytworzonych fal mózgu (wzmacniać pożądane i hamować niepożądane fale mózgowy) bowiem

stan naszego umysłu i zachowanie łączą się we wzorcu pracy mózgu. Systematyczne treningi rozłożone na odpowiednią ilość sesji poprawiają koncentrację uwagi, szybkość myślenia, pamięć polepszają nastrój, samoocenę i sen, jednocześnie ucząc relaksu. Dodatkowo, podczas zajęć relaksacyjno-wyciszających uczestnicy mogą poznać różne techniki relaksacyjne takie jak: technika mandali-polegająca na kolorowaniu gotowych symetrycznych wzorów lub tworzeniu własnych kompozycji według określonych reguł. Technika ta uspokaja, wycisza, prowadzi do wytrwałości i konsekwencji w działaniu, sprzyja wewnętrznej integracji. Technika ta wpływa na wzrost aktywności osób biernych i nieśmiałych, które to stają się bardziej komunikatywne. Specyficzna atmosfera jak wytwarza się podczas malowania, łagodzi napięci, nieporozumienia i agresję. Inną techniką wykorzystywaną w naszej pracowni jest muzykoterapia, muzyka relaksacyjna sprzyja osiągnięciu stanu relaksacji, powoduje wyciszenie emocji oraz uspokojenie umysłu. Zajęcia wyciszająco-relaksujące cieszą się dużym zainteresowaniem wśród naszej młodzieży, która chętnie na nie uczęszcza.

*Jola Marusiak*

## Rocznica uchwalenia Konstytucji 3 Maja

Dnia 27 kwietnia 2012 roku odbyła się w naszej Placówce akademia z okazji zbliżającej się 221 rocznicy uchwalenia Konstytucji 3 Maja. Na początku uroczystości wszyscy zgromadzeni wspólnie odśpiewali hymn państwowy – do którego na żywo akompaniował pan Stanisław. Następnie wychowankowie Grupy I, w skła-



dzie: Hubert Kłok, Łukasz Nagel, Paweł Kożuch, Jacek i Paweł Szupryczyńscy, pod kierunkiem pani: Joli, Ani i Magdy, wcielając się w postaci z tamtych lat, przybliżyli nam ważne momenty z historii Polski. Żyjąc współcześnie, będąc wolnymi ludźmi, musimy pamiętać o tych bardzo istotnych wydarzeniach i szanować naszą Ojczyznę.



*Ania Domagała, Jola Kochańska, Magda Nicpoń*

## Z KULTURĄ NA TY

W dniu 9 maja 2012r. wychowankowie grupy I, w składzie: Hubert Kłok, Łukasz Nagel, Paweł Kożuch, Mateusz Grzelak oraz Paweł i Jacek Szu-



pryczyńscy w ramach nagrody za swoje zaangażowanie i udział w okolicznościowych akademiach, pod opieką wychowawców: Ani Domagały, Magdy Nicpoń i Joli Kochańskiej, pojechali do Bałtyckiego Teatru Dramatycznego im. Juliusza Słowackiego w Koszalinie na spektakl: „**Odlot w czasie czyli historia ostatniego tysiąclecia**”. Aktorzy wcielając się w postaci bohaterów historycznych wydarzeń, przenieśli nas w niepowtarzalną podróż do ważnych miejsc minionych epok. To była niesłychanie ciekawa lekcja historii z przymrużeniem oka. Na koniec zrobiliśmy sobie pamiątkowe zdjęcie z aktorami.

*Ania Domagała, Jola Kochańska, Magda Nicpoń*

## Sakrament Bierzmowania



Bierzmowanie jest jednym z siedmiu sakramentów w Kościele katolickim. Istotą tego sakramentu jest przekazanie Ducha Świętego, umacnianie wiary i ściśle jednoczenie się z Jezusem Chrystusem. 26 maja 2012r. ośmiu naszych wychowanków przyjęło ten sakrament z rąk Biskupa Ordynariusza Diecezji Koszalińsko - Kołobrzeskiej. Po uroczystości kościelnej spotkaliśmy się na wspólnym obiedzie i słodkim poczęstunku.

*Monika Jagielska*

# Humor szkolny

**Nauczyciel** zadaje pytanie:

- Jasiu, co dla nas jest ważniejsze: Słońce czy Księżyc?
- Księżyc oczywiście.
- A dlaczego Księżyc?
- Bo Księżyc świeci w nocy, gdy jest ciemno, a Słońce za dnia, kiedy i tak jest jasno!

Kalendarz imprez sportowych, w których biorą udział wychowankowie naszego Ośrodka od kilku lat jest podobny. Cykliczne zawody organizowane przez zaprzyjaźnione placówki i przez nas wypełniają pierwsze półroczcie. Sezon halowy rozpoczęliśmy II festiwalem sportu i rekreacji, udział w turnieju piłkarskim im.



Wujka Leszka w Świdwinie to jeden z większych sukcesów tam zajęliśmy pierwsze miejsce. Bardzo ważnym wydarzeniem była organizacja przez nas eliminacji do halowych mistrzostw polski w piłce nożnej Młodzieżowych Ośrodków Wychowawczych, niestety nie udało się tym razem awansować naszej drużynie. Mini Euro w Myśliborzu to kolejny



turniej, w którym udział wzięli nasi uczniowie, tam wypadliśmy



zdecydowanie lepiej niż nasza narodowa reprezentacja na prawdziwych mistrzostwach, zajęliśmy piąte miejsce. Zawody Strongman 2012 w



Rewalu nie przyniosły spodziewanych rezultatów zajęliśmy tam odległe szóste miejsce, natomiast bardzo dobrze wypadliśmy w turnieju szachowym organizowanym przez ZEAO w Polanowie, nasza reprezentacja wróciła z



dyplomami i nagrodami. W zawodach sportowych udział bierze wąska grupa reprezentantów dla pozostałych organizujemy rajdy i wycieczki. Bardzo dużą po-



pularnością cieszył się kulig przygotowany przez panią Elę oraz bieg na orientację organizowany



## Rekreacja i sport

przez MOS w Bobolicach. Rajdy rowerowe to kolejny sposób



na poznanie okolic Polanowa w tym roku

uczestnicy pokonali już ponad 200 km. Bliski kontakt z przyrodą realizuje koło turystyki pieszej, do



tej pory na liczniku mamy prawie 80 km., byliśmy w Cetuniu, na



Górze Warbulewskiej w zwirowni a z panem Bartkiem zimą dokarmialiśmy dzikie zwierzęta. Bardziej zdolni artystycznie wychowankowie mogą realizować swoje pasje lepiąc wyroby z gliny albo „znęcać” się nad papierem tworząc piękne origami. Udział w jarmarku Wielkanocnym w Koszalinie był okazją zaprezentowania wykonanych prac na szerszym forum. Wychowankowie z kółka teatralnego mieli okazje podpatrywać profesjonalistów z Bałtyckiego Teatru Dramatycznego. Mamy nadzieję, że drugie półroczcie będzie równie intensywne jak to które mija.

Perz Roman

MŁODZIEŻOWY OŚRODEK  
WYCHOWAWCZY  
W POLANOWIE  
WWW.MOW.POWIAT.KOSZALIN.PL