

 *mentisowe* 

 *wieści* 

 *cz*erwiec  2020

Polsko - Angielska
Szkoła Podstawowa Mentis



kalendarium

INFORMACJA Dni wolne od zajęć w czerwcu

1.06. Dzień Dziecka

2 - 5.06. Konkurs Kangur Matematyczny

16 - 18.06. Egzamin Ósmoklasisty

INFORMACJA Zalecenia dla uczniów na czas egzaminów

26.06. Uroczyste zakończenie roku szkolnego 2019/2020

Rady nie od parady

Kontakt



Czerwiec 2020						
pn	wt	śr	czw	pt	sb	nd
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

Dni wolne - czerwiec

Zgodnie z harmonogramem roku szkolnego w miesiącu czerwcu przypadają dni wolne od zajęć dydaktycznych i opiekuńczo-wychowawczych:

- 12 czerwca – Dni Dyrektorskie
- 16 - 18 czerwca – Egzamin Ósmoklasisty

Z OKAZJI



1.06.2020r.
(poniedziałek)

**WSZYSTKIM NASZYM DROGIM UCZNIOM
ŻYCZYMY
ZDROWIA, SPEŁNIENIA MARZEŃ,
WIELU OSIĄGNIĘĆ
W ULUBIONYCH DZIEDZINACH
I RADOŚCI KAŻDEGO DNIA!**

NAUCZYCIELE SZKOŁY MENTIS

Kangur matematyczny

klasy 2 - 8



W pierwszym tygodniu czerwca uczniowie naszej szkoły przystąpią do konkursu matematycznego Kangur, tym razem w wersji on-line.

Klasy 8 i 7 (Kadet) - 2 czerwca - wtorek

Klasy 6 i 5 (Beniamin) – 3 czerwca - środa

Klasy 4 (Maluch) – 4 czerwca - czwartek

Klasa 2 (Żaczek) - 5 czerwca - piątek

Wszelkie informacje dla zgłoszonych uczniów dostępne są na stronie kangur-mat.pl

Szczegółowe godziny pisania testu uczniowie poznają po zalogowaniu się na platformie dzwonek.pl.

Egzamin Ósmoklasisty

16 - 18.06.2020r.

16. czerwca – Egzamin Ósmoklasisty z j. polskiego

17. czerwca - Egzamin Ósmoklasisty z matematyki

18. czerwca - Egzamin Ósmoklasisty z j. angielskiego

Zbiórka przed szkołą o godzinie 8:15

Początek egzaminu o godzinie 9:00

Egzamin Ósmoklasisty - zalecenia dla uczniów 16 - 18.06.2020r.

O CZYM NALEŻY PAMIĘTAĆ PODCZAS EGZAMINU!



Nie wchodź na teren szkoły, jeżeli Ty lub osoba, z którą mieszkasz, jest na kwarantannie.



Zachowaj co najmniej 1,5-metrowy odstęp od innych osób, kiedy jest to możliwe.



Zakrywaj usta i nos, dopóki nie zajmiesz miejsca w sali egzaminacyjnej.



Zakrywaj usta i nos, kiedy rozmawiasz z kolegą albo nauczycielem oraz kiedy wychodzisz z sali egzaminacyjnej.



Używaj tylko własnych przyborów do pisania i innych pomocy, np. linijki, cyrkla.



Pamiętaj o dezynfekcji rąk przed skorzystaniem z materiału, sprzętu albo urządzenia, którego używają również inne osoby, np. słownika czy kalkulatora.



Po wyjściu z sali egzaminacyjnej idź bezpośrednio do domu. Wrażeniami po egzaminie podziel się z kolegami telefonicznie, przez komunikator albo w mediach społecznościowych.



Dbaj o higienę! Myj ręce wodą z mydłem. Przestrzegaj zasad mycia i dezynfekcji rąk.



Zakrywaj usta zgięciem łokcia, kiedy kichasz albo kaszlesz.



Jeżeli poczujesz się źle, natychmiast poinformuj o tym nauczyciela.

**Zakończenie
roku szkolnego
2019/2020**

**26.06.2020r. (piątek)
klasy 2 - 8**

Szanowni Państwo! Drodzy Uczniowie!

serdecznie zapraszamy

na zakończenie roku szkolnego.

Szczegóły przebiegu tego wydarzenia

podamy wkrótce!



Przepis na sukces

Za nami rok wspólnej pracy. Chcę podsumować przekazywane do tej pory w „Mentisowych wieściach” treści.

Pisałam już o wartościach, o serdeczności, optymizmie, o radzeniu sobie w kryzysie. Wyliczałam zalety płynące z dobrej organizacji życia rodzinnego, połączonego z podziałem obowiązków, z podejmowaniem współpracy w planowaniu, decydowaniu i wykonawstwie. Zachęcałam do wprowadzania zdrowych nawyków do codziennej praktyki. Mówiłam o znaczeniu marzeń w określaniu swoich celów, o wybieraniu tego, co jest w danym czasie najważniejsze, o możliwości bycia kowalem swojego losu. Podkreślałam znaczenie zaradności, samodzielności, adekwatnej samooceny i wiary w siebie w zrównoważonym rozwoju dzieci i młodzieży. W takim kontekście przyszedł czas na pytanie: co dla człowieka jest podstawą do osiągnięcia sukcesu życiowego? W jaki sposób rodzice mogą znacząco wpłynąć na dobrą przyszłość swoich dzieci?

W zależności od preferowanych wartości materialnych lub duchowych będziemy mieli odmienne rozumienie sukcesu. Z dużym uproszczeniem można powiedzieć, iż sukcesem jest możliwość prowadzenia takiego życia, jakie dla danej osoby najbardziej odpowiada, jakie daje jej radość, poczucie spełnienia. Tak rozumiany sukces jest wspólny dla ludzi o odmiennych sposobach przeżywania, myślenia i działania. Wyodrębniono czynniki, które w największym stopniu decydują o życiowym powodzeniu lub porażce. Oczywiście rozmaitych uwarunkowań może być tysiące. Jednak pierwszym czynnikiem przesądającym o zadowoleniu z siebie i ze swojego życia jest poczucie bycia kochanym, mądrym, potrzebnym dla osób najbliższych.

Doświadczenie pełnej akceptacji i bezwarunkowej miłości wyniesione z domu zaspakaja potrzebę bezpieczeństwa, ufności i przynależności. Jest bazą do czerpania odnawialnej energii życiowej. Wpływa na zapał do nauki, do pracy, do zabawy, sprzyja tworzeniu przyjaznych, ciepłych relacji. Następnym wiodącym czynnikiem jest odwaga i wiara w siebie, w swoje zasoby. Wypływa ona z radości poznawania świata i osiągnięcia satysfakcji ze swojej aktywności. Ten rodzaj doświadczenia uczy umiejętności eksperymentowania, szukania rozwiązań, znoszenia porażek, wytrwałości w realizacji planów i marzeń. Doświadczenie bycia pożądanym i kochanym członkiem rodziny wiąże się z posiadaniem swojego stałego miejsca na Ziemi. Dom, rodzina, przyjaciele stanowią strefę komfortu. Jest to „baza bezpieczeństwa”, do której wraca się z przyjemnością z trudów poznawania świata.

Druga strefa – jest strefą ryzyka związanego z wyjściem z bezpiecznego domu do nieznanego świata. Jest w niej podwyższony stres i trud samodzielnego poznawania i podejmowania zadań, poszukiwania rozwiązań, znoszeniem niepowodzeń, analizowania korzyści i kosztów, szukania pomocy i wsparcia, podejmowania wiążących decyzji, wytrwałej pracy nad osiągnięciem swoich celów. Wypracowanie emocjonalnej równowagi między stresem wynikającym z samodzielnej nauki i pracy, a satysfakcją z powrotów do bezpiecznej bazy zapewnia ludziom rozwój i radość. Nie ma cudownego przepisu na to, jak zminimalizować ilość porażek. Najwięcej uczymy się na własnych błędach. Chodzi o to, aby nie dać się obezwładnić nadmiernym lękiem związanym ze stresem i z niepowodzeniami. Trzeba umieć właściwie i z dystansem oceniać trudne sytuacje, choć nie jest to wcale łatwe.

Kryzysy mają tę „zaletę”, że skłaniają nas do wykorzystania w pełni własnego potencjału. Zwykle dopiero wtedy uruchamiamy tkwiące w nas ogromne rezerwy, poszukujemy pomocy i wsparcia przyjaciół. Warto doprecyzować czym są obie formy wspomagania. Pomoc jest niezbędna wtedy, kiedy ktoś nie ma żadnych możliwości na samodzielne działanie. Pomocą zdecydowanie nie jest wyręczanie, podpowiadanie, pouczanie, tłumaczenie, krytykowanie, moralizowanie, pocieszanie. To są sposoby na poprawę nastroju osoby pomagającej, kosztem obniżenia samooceny osoby wspomaganiej. Wsparcie jest podarowaniem komuś naszej sympatii potrzebnej po to, aby dana osoba zdecydowała co zrobi ze swoim problemem. Obie formy są wartościową wtedy, kiedy niczego nikomu nie odbierają. Przy wspomaganiu wykorzystuje się pomocne pytania: 1. na czym polega problem? 2. czyj jest ten problem? 3. kto powinien go rozwiązać? 4. kiedy? 5. w jaki sposób? 6. w czym celu? 7. jaką swoją potrzebę chce przy okazji zaspokoić osoba pomagająca?

Innym słowy – podarowanie komuś swojego czasu, bliskości, sympatii, uwagi, zrozumienia, uznania i wiary w jego mądrość dodaje mu siły i odwagi – jest najlepszą „rzeczą” jaką możemy się podzielić z drugą osobą bez naruszania jej godności, wartości i samooceny.

Podsumowanie: Najlepszą formą wpływu rodziców na jakość życia dzieci jest modelowanie pozytywnego myślenia o sobie, lubienia i szanowania siebie i innych, otwartego mówienia i odważnego działania. Można tego dokonać poprzez jednoznaczny przykład na własnym życiu. Jeżeli chcę by moje dziecko miało pięknie zadbane, kwitnący ogród – to zostawię mu do tego celu bezpieczną przestrzeń życiową, mądre wsparcie i wolność opartą na zaufaniu w jego dobroć. W ogrodzie swojego życia zadbam o swoje piękno, mądrość, wygodę i harmonię. Pokażę mu bez żadnej presji, co ja mogę dobrego osiągnąć dla siebie cierpliwością i wytrwałą pracą. Nie będę ani przez chwilę wątpić w to, że Ono chce i potrafi zadziałać równie mądrze i dobrze. Nie będę wchodzić bez zaproszenia w prywatną przestrzeń mojego dziecka. Nie będę go przyśpieszać, naciskać, narzekać, pouczać, krytykować. W swoim ogrodzie sercem napiszę zaproszenie i poczekam na jego gotowość. Poczekam bez presji na swojego najlepszego, najwierniejszego przyjaciela - na otwartość, na samodzielność, na dojrzałą miłość mojego dziecka.

Z wakacyjnymi pozdrowieniami
i życzeniami niezapomnianych chwil z dziećmi
Wanda Taracha - psycholog



Kontakt:

Dyrektor Szkoły – Damian Ścisiel

tel.: 577 - 775 - 410

damian.scisel@szkola-mentis.edu.pl

Wicedyrektor Szkoły – Michał Kapłon

michal.kaplon@szkola-mentis.edu.pl

Zarząd Szkoły

Anna Dąbrowska, Marta Bańkowska

zarzad@szkola-mentis.edu.pl

Sekretariat prowadzi Katarzyna Mont

tel.: (22) 743 47 91, 693 010 200

biuro@szkola-mentis.edu.pl

Czynny w godz.:

Poniedziałek 8.00 – 16.00

Wtorek 8.00 – 16.00

Środa 8.00 – 16.00

Czwartek 8.00 – 17.00

Piątek 8.00 – 15.00

