

Po hymnie odbyły się kolejne starty. Najlepsi odnotowywali wyniki w granicach 3 200 metrów. Podczas kolejnych prób panowała fantastyczna atmosfera. Po zakończonym biegu na wszystkich czekała woda i ognisko z kiełbaskami.

*Biorę udział w takim teście po raz drugi. Poprawiłem swój wynik i to jest dla mnie najważniejsze. Warto pracować - mówił jeden z uczestników biegu.*

To była druga edycja tegorocznego Testu Coopera. KU AZS Uniwersytetu Zielonogórskiego był w tym roku również organizatorem wiosennej edycji. W dwóch odstępach

udział wzięło ponad 500 osób. Młodzi beneficjenci mogli wziąć udział w wydarzeniu dzięki dofinansowaniu Urzędu Marszałkowskiego Województwa Lubuskiego oraz Ministerstwa Sportu i Turystyki.

*To był naprawdę dobry dzień dla mnie. Najpierw odśpiewałam Mazurka Dąbrowskiego, później przebiegłam test, który zakończyłam wynikiem 2400, więc jest dobrze - z uśmiechem podsumowała uczestniczka biegu.*

Dawid Piechowiak

## GOSPODARZE ODPŁYNĘLI

Wysokim zwycięstwem zielonogórczan zakończył się pojedynek pływacki z reprezentacją gorzowskiego AWF. Zmagania na basenie zainaugurowały rywalizację lubuskich uczelni w roku akademickim 19/20.

Uniwersytet Zielonogórski od samego początku narzucił twarde warunki. W ośmiu konkurencjach indywidualnych, aż sześć-

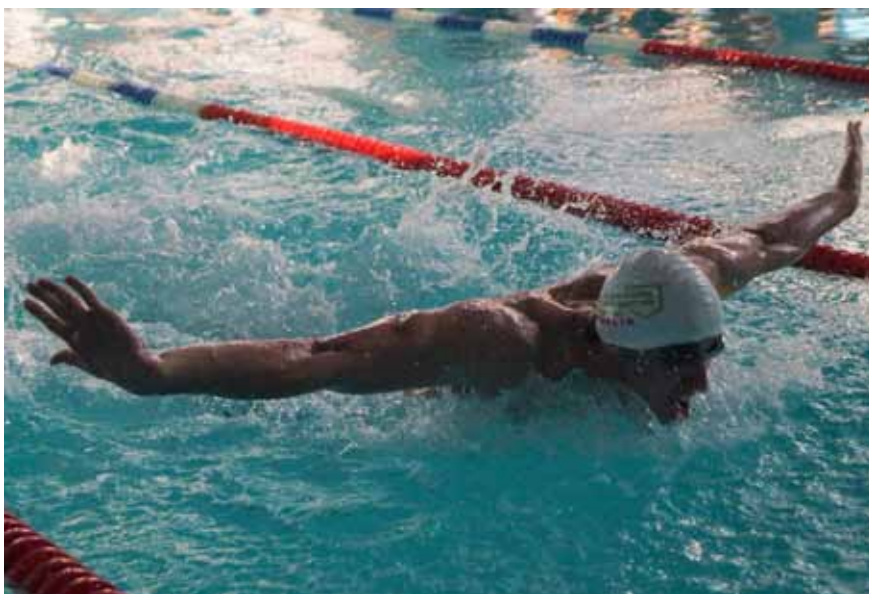
krotnie triumfowali pływacy z Winnego Grodu. Wyścig otwierający zawody zwyciężyła Aleksandra Sobolewska, pokonując na dystansie 50 m stylem dowolnym pięć rywali. Na triumf UZ w klasyfikacji kobiet, udanie odpowiedział reprezentant Gorzowa - Remigiusz Ampulski. Złote medale w konkurencji 50 m stylem klasycznym okupowali zawodnicy z południowej stolicy

województwa lubuskiego: Paulina Lach i Filip Beberok. Ten sam dystans stylem grzbietowym w klasyfikacji kobiet najszybciej pokonała weteranka lubuskich zawodów pływackich Anna Porzelska z AWF Gorzów. Wśród mężczyzn nie miał sobie równych Filip Kołodziejski z Uniwersytetu Zielonogórskiego. Zmagania indywidualne zakończyła konkurencja 100 m stylem zmiennym, gdzie na najwyższym stopniu podium stawali również zacy z Grodu Bachusa: Oliwia Gonta oraz Mateusz Kołodziejski.

Szansa na srebro w wyniku przez gorzowian jawiła się w sztafetach, jednak i tu zielonogórczanie nie pozostawili złudzeń. Wszystkie cztery wyścigi zwyciężyli z dużą przewagą, ustanawiając końcowy wynik 128:68. Warto nadmienić, że taki rezultat był do tej pory niespotykany. Wcześniejsze edycje charakteryzowały się niebywałymi emocjami. Ubiegłoroczna zakończyła się zwycięstwem Zielonej Góry, zaledwie czterema punktami 89:85.

Uniwersytet Zielonogórski reprezentowali: Sobolewska Aleksandra, Dominiak Natalia, Klemczyńska Magda, Wysokińska Agnieszka, Lach Paulina, Romanowicz Anna, Pieczyńska Zuzanna, Onoszko Magdalena, Babicz Aleksandra, Królak Martyna, Gonta Oliwia, Rożek Martyna, Powroźnik Igor, Kasperczyk Kamil, Olejnik Filip, Majskow Patryk, Beberok Filip, Jaworski Filip, Kołodziejski Filip, Yaroshuk Bohdan, Gościński Adrian, Czerniejewski Karol, Kołodziejski Mateusz, Pytel Piotr

Skład AWF Gorzów: Krygiel Małgorzata, Błazik Agata, Rzemieniecka Sara, Ampulski Remigiusz, Kruczyk Adrian, Garstka Paweł, Wiki Patryk, Koterba Adrianna, Orzeł Kami-



FOT. DAWID PIECHOWIAK

la, Pietrzak Sebastian, Diakonów Michał, Poradziński Paweł, Porzelska Anna, Pawlaczyk Natalia, Szafkowska Anna, Mruk Maciej, Michta Bernard, Glapiak Oskar, Majchrzak Angelika, Radzimska Roksana, Halagiera Joanna, Müller Maksym, Kulis Mateusz, Grzelak Ryszard.

Zawody pływackie wchodziły w skład cyklu Lubuskich Igrzysk Studentów AZS. Żacy z naszego województwa jeszcze w tym

roku kalendarzowym podejmą rywalizację w siatkówce, tenisie stołowym oraz brydżu. Zwycięstwo w każdej dyscyplinie gwarantuje zdobycie w postaci 3 punktów.

Gorzów 0:3 Zielona Góra

Dawid Piechowiak

## AKTYWNI ZIELONOGÓRZANIE NA PÓŁMETKU PROJEKTU

### ZMIANY NA 5 Z PLUSEM!

Zawziętość w stosowaniu diety oraz zapał do pracy przynosi efekty w drugiej edycji projektu Aktywny Zielonogórzanin. Mieszkańcy Winnego Grodu odbyli konsultacje, po których widać spore zmiany.

Trzydziestu pięciu uczestników tegorocznego projektu jest już po półmetku zmagania z niezdrowymi nawykami żywieniowymi. 9 październik mieszkańcy południowej stolicy województwa lubuskiego rozpoczęli przygodę w projekcie Aktywny Zielonogórzanin. Każdy z nich otrzymał indywidualny plan żywieniowy oraz bezpłatny, nieograniczony dostęp do zajęć fakultatywnych. Beneficjenci projektu mają do dyspozycji siłownię z trenerem, zajęcia z fitness oraz aquaerobiku.

Rozpiętość wiekowa jest naprawdę imponująca. Najmłodszą uczestniczką w tym roku stała się pełnoletnia, a najstarszy lada moment będzie świętował ukończenie 60 lat.

*Podjęcie naszych podopiecznych jest godne pochwały. Pierwsze, co zauważyłam i najbardziej mnie cieszy, to zmiana mentalna. Przez półtora miesiąca poczyniliśmy ogromny postęp. W trakcie konsultacji rozmawialiśmy przede wszystkim o zdrowych nawykach, jakie udało się zakorzenić - mówi dietetyk projektu - Marzena Pałasz.*



FOT. MAREK LEWAŃSKI

W programie udział bierze m.in. małżeństwo, które nawzajem się wspiera. Para zmieniła swoją kuchnię diametralnie, wspólnie uczęszcza na zajęcia, chodzi na długie spacerki. Inni zaś mogą pochwalić się utraconym kilogramem tygodniowo. Najlepsi zgubili już 7 kg! Przed uczestnikami jeszcze miesiąc pracy. Najlepsi zostaną nagrodzeni na zakończenie. Projekt ma na celu ułatwić im start w walce z nadwagą oraz wprowadzić w tajniki zdrowszego stylu życia.

Zadanie jest współfinansowane ze środków Urzędu Miasta Zielona Góra.

Dawid Piechowiak

## NOWOŚCI WYDAWNICZE



**Aksjologiczne konteksty edukacji szkolnej i pozaszkolnej. Monografia poświęcona pamięci Profesora Wojciecha Pasterniaka, red. naukowa Ewa Pasterniak-Kobylecka, Wydział Pedagogiki, Psychologii i Socjologii Uniwersytetu Zielonogórskiego, Zielona Góra 2019.**

*Ze Wstępu:*

Jednym z podstawowych zadań procesu wychowania, który przebiega głównie w rodzinie i placówkach oświatowych, jest walka o ocalenie

człowieczeństwa. Wartości są filarem szeroko pojętej edukacji oraz stają się jej celem. Szczególnie te ogólnoludzkie, niezmiennie, niezależne od poznającego je podmiotu, jego opinii i postaw. [...]

Wielu uczonych humanistów dawniej i współcześnie podejmuje ważny problem edukacji aksjologicznej, dzięki której możliwy jest wszechstronny rozwój dzieci i młodzieży, także emocjonalny i duchowy. Jednym z pedagogów popularyzujących hasło „wychowania jako poszukiwania wartości” był prof. zw. dr hab. Wojciech Pasterniak (31.01.1935-05.05.2018), którejmu dedykowana jest ta monografia. [...] Oddajemy w ręce Szanownych Czytelników publikację zawierającą rozważania uwzględniające szeroki kontekst edukacji aksjologicznej. Współautorzy poszczególnych rozdziałów po-