Kuntatt
...ma’ l-iskola t’ibnek
Diċembru 2008
Messaġġ mill Kap ta’ l Iskola

Garanzija ta’ Suċċess

Kemm hu importanti għaż-żagħżugħ li filwaqt li jkun qed jitgħallem suġġetti akkademiċi jkollu ċ-ċans li jipparteċipa f’attivitajiet oħra li torganizza l-iskola. Attivitajiet li jiffurmaw parti mill-edukazzjoni tal-istudent u li jgħinuh biex ikollu suċċess kemm bħala student fl-iskola kif ukoll ’il quddiem bħala adult. Id-drama, il-*volleyball*, il-*basketball*, iċ-ċess, il-futbol, il-*badminton*, il-mużika, id-diskussjonijiet, il-mezzi ta’ komunikazzjoni, il-kompjuter, it-tisjir, u l-kant huma fost l-attivitajiet li student jista’ jagħżel biex jipparteċipa fihom. Kull attività tagħni l-esperjenza tal-istudent fl-iskola kemm-il darba din tittieħed bis-serjetà. Huwa importanti li wieħed jifhem l-importanza tal-parteċipazzjoni ħalli wara jħeġġeġ lil ibnu jagħti sehmu.

Dawn l-attivitajiet ma jsirux biex jimtela l-ħin jew biex l-istudent jgħaddi ż-żmien, iżda b’għan li jmur lil hinn minn dak li wieħed jaħseb. In-numru ta’ attivitajiet huwa kbir ħalli n-numru ta’ studenti f’kull attività jkun żgħir u ħalli jkun hemm diversi esperjenzi biex nolqtu l-gosti ta’ kull student. L-istatistika turi li dak l-istudent li jieħu l-attività bis-serjetà huwa dak l-istudent li jfalli l-anqas, li jġib marki tajbin, li jkollu anqas problemi ta’ dixxiplina, li jibqa’ aktar l-iskola u li jirnexxi kemm fl-iskola kif ukoll fil-ħajja soċjali ta’ wara.

L-istudent f’dawn l-attivitajiet ikollu aktar ċans li jitgħallem jaħdem fi grupp, ikun sportiv, jiddixxiplina lilu nnifsu, jibni kunfidenza fih innifsu, jesprimi lilu nnifsu, jgħolli l-istima tiegħu u jiżviluppa ħiliet biex ikun kapaċi jikkomunika aktar.

Parteċipazzjoni vera f’dawn l-attivitajiet tkun tfisser suċċess aktar ’il quddiem fil-karriera tal-istudent.

R. Portelli

Tel: 21642427 Fax: 21642423
Email: sanbenedittu.bco@gov.mt
Website: http://schoolnet.gov.mt/kulleggsanbenedittubco

Editorjal - Deheb, inċens u mirra

L-istaġun tal-festi tal-Milied jinsab wara l-bieb u miegħu jinsab il-ġenn u l-ġiri għax-xiri tar-rigali. Ir-rigali ilhom marbuta żmien twil mal-festa tat-twelid tal-Feddej. Din ir-rabta nibtet minn meta t-tliet għorrief ġabu mill-imħażen tagħhom l-egħżeż affarijiet li kellhom … id-deheb, l-inċens u l-mirra. Dawn it-tliet għorrief jaħtu għall-paniku li jaħkimna sabiex insibu dak ir-rigal prezzjuż għal dik il-persuna speċjali.

Uliedna jixirqilhom ukoll id-deheb, l-inċens u l-mirra tagħna. U dan mhux biss matul il-festi tal-Milied! Jalla bħall-Maġi noffrulhom id-deheb tal-imħabba tagħna billi nisimgħuhom, inkunu magħhom fil-mumenti l-iktar diffiċli u nirrispettawhom fil-ħtiġijiet u fl-iżvilupp li għaddejjin minnu bħalissa. Jalla nagħtuhom l-inċens tal-kuraġġ tagħna billi nfaħħruhom bi kliem pożittiv kull meta jixirqilhom. Jalla nippreżentawlhom ukoll il-mirra tad-dixxiplina tagħna billi mmexxuhom u nwissuhom kull meta joħorġu 'l barra mit-triq.

Il-Milied it-Tajjeb.

Bord Editorjali:	G. Micallef (Asst. Kap), D. Bezzina, P. Callus, L. Deguara, A. Dimech, A. Galea, R. Portelli, A.Vella
Issettjar:	P. Callus

Esperjenza ta' xogħol għall-Form 5

Wieħed mill-għanijiet ta' kull skola hu li tħejji l-istudenti għad-dinja tax-xogħol. Dan tagħmlu b'diversi modi. B'dan il-ħsieb f'moħħna ħsibna biex lill-istudenti tal-ħames sena noffrulhom l-opportunità li jaraw u jesperjenzaw post tax-xogħol għal ġimgħa. Fl-ewwel ġimgħa ta' Marzu dawn l-istudenti minflok se jiġu l-iskola se jmorru f'xi post tax-xogħol. L-għan mhux biss li jkollhom esperjenza ta' xogħol, għal dan il-għan ġimgħa hi qasira wisq, imma li jirriflettu fuq din ir-realtà. Iktar milli jkollhom esperjenza ta' x'jagħmel mastrudaxxa, ħaddied, eċċ. l-istudenti se jiġu mistiedna li jinnutaw u jirriflettu fuq ħwejjeġ bħal responsabiltajiet diversi, il-modi, il-kwalità, l-effettività tal-kommunikazzjoni u l-istruttura tal-kumpanija, x'jiġri bejn il-ħaddiema u r-riżultat li din l-imġiba qed ikollha. Importanti għalhekk li jkun hemm żmien ta' preparazzjoni imma wkoll żmien wara din l-esperjenza fejn fiha mhux biss jaqsmu din l-esperjenza imma wkoll li jirriflettu fuqha.

Korrezzjoni mill- aħħar ħarġa

Minn din is-sena skolastika, it-*tracksuit* tal-iskola għandha tintlibes mid-dar fil-jiem li ibnek ikollu l-lezzjonijiet ta' l-Edukazzjoni Fiżika (PE). Mhux permess li ibnek jiġi bit-*tracksuit* fil-jiem l-oħra.

Il-mawra tagħna fi Strasburgu

Dawra mal-belt ta' Strasburgu

Konna ilna nistennew din is-safra fi Strasburgu u fl-aħħar waslet. Aħna u sħabna l-oħra kollha li huma membri tat-Teens' Club konna rbaħna din is-safra wara li ħadna sehem f'kompetizzjoni msejħa Spring Day Competition.

Tlaqna minn Malta bl-ajruplan nhar il-11 ta' Novembru 2008. Wasalna ġol-ajruport fi Frankfurt fil-Ġermanja u wara qbadna kowċ għal sagħtejn u nofs għal Strasburgu. Permezz ta' taxi wasalna fil-lukanda tagħna Ciarus.

Nhar it-12 ta' Novembru 2008, qattajna ġurnata nduru l-belt sabiħa ta' Strasburgu. Żorna l-katidral ta' Notre Dame. Skantajna bil-kobor tal-katidral u bl-iskultura gotika tiegħu. Mill-pjazza tal-katidral imxejna sax-xmara u minn hemm irkibna dgħajsa li ħaditna dawra mal-belt ta' Strasburgu. Rajna bosta bini sabiħ, palazzi, ħabs u torri fejn kienu jsiru t-torturi fih. Stajna napprezzaw il-parti tal-belt imsejħa Petite France.

Daniel Gauci 4.1 u Joseph Camilleri 4.4
f'isem il-membri kollha ta' Teens' Club

Ġurnata fil-Bini tal-Parlament Ewropew

Nhar it-13 ta' Novembru żorna l-bini tal-Parlament fi Strasburgu. Wara li rreġistrajna dħalna ġewwa u ġejna informati fuq x'kien se jiġri matul il-ġurnata. Wara mxejna għal ġol-hemisphere tal-Parlament fejn poġġejna bilqiegħda fejn normalment ipoġġu l-membri parlamentari tal-Unjoni Ewropea.

Meta aħna l-isudenti fhimna aħjar kif isiru d-diskussjonijiet, aħna kellna wkoll l-opportunità nużaw u nħaddmu s-sistema tal-votazzjoni li tintuża mill-parlament. B'hekk stajna nifhmu aħjar kif fil-parlament kollox jiġi deċiż b'mod demokratiku u trasparenti.

Wara li ġiet organizzata l-Euro Game, indaqq l-Innu tal-Unjoni Ewropea u rappreżentant minn kull pajjiż refa' l-bandiera ta' pajjiż membru fl-Unjoni Ewropea. Kienet esperjenza unika fejn aħna l-istudenti stajna nifhmu aħjar kif jaħdem il-Parlament Ewropew u kif titħaddem id-demokrazija fl-Unjoni Ewropea.

Johann Borg Myatt 4.1

KALENDARJU 2008

Diċembru

Laqgħa għall-ġenituri tal-primarji – 2-4-5
Żjara mill-Kumitat Olimpiku Malti - 3
Vaganza Pubblika - 8
Lejla għall-Ġenituri – 10
Laqgħa għall-għalliema (L-iskola sa 12:30) - 16
Programm ta' attivitajiet għall-Milied - 16-22
Vaganzi tal-Milied - 23-31

Jannar

Vaganzi tal-Milied - 1-6
Bidu tat-tieni *term* - 7
Laqgħa għall-għalliema (L-iskola sa 12:30) – 19
Assessjar (It-tieni *term*) - 26-30
Fuq il-Passi ta' San Pawl: Attività tal-Kulleġġ - 23

Frar

Eżamijiet ta' nofs is-sena - 12-20
Vaganzi tal-Karnival - 23-24
Taħriġ Professjonali għall-Għalliema - 26

UFFIĊJALI 2009

Marzu
2-6 – Esperjenza ta' xogħol għall-Form 5
2-6 - Eżerċizzji tar-Randan għall-Form 3
9-12 - Eżerċizzji tar-Randan għall-Form 2
13 - Jum il-Ġenituri
19 - Vaganza Pubblika
20 - Sports Day għall-Form 3, 4 u 5
23-27 - Eżerċizzji tar-Randan għall-Form 1
23-27 - Assessjar (It-tieni parti)
31 - Vaganza Pubblika

April
1 – Acts: Attività tar-Randan għall-Form 4 u 5
8-15 – Vaganzi tal-Għid
16 – Bidu tat-tielet term
21-24 - L-Għażla tas-Suġġetti (Form 2)

Mejju
1 - Vaganza Pubblika
7 – Prize Day
13 - Taħriġ Professjonali għall-Għalliema
18-22 - L-Għażla tas-Suġġetti (Form 2) (it-tieni parti)
20-24 – Assessjar (it-tielet term)
26 – Ġurnata ta' taħriġ għall-għalliema
27, 28 - Laqgħa għall-ġenituri tal-Form 4: L-Eżamijiet tas-SEC u l-Adoloxxenza

Ġunju
1 – Bidu tan-nofs ta' nhari
16-26 – Eżamijiet Annwali

Diskussjoni dwar l-Adoloxxenza

Fost il-programmi li ta' kull sena nieħdu ħsieb nikkordinaw hemm dak fejn persuni mħarrġa mill-aġenzija Sedqa jiġu jkellmu lit-tfal tal-Ewwel Sena. Dawn is-sessjonijiet isiru fuq bażi ta' klassi u jiġu mistħarrġa temi li jqajmu l-istudenti stess bħall-iżvilupp sesswali, l-użu tajjeb tal-ħin u kif it-tekonoloġija kultant tmur kontra dan kollu, il-pornografija, l-indipendenza mill-ġenituri, id-dixxiplina fid-dar eċċ.

Qatt ma nagħmlu programm mat-tfal mingħajr l-ewwel ma nitkellmu mal-ġenituri dwar dak li jkunu se jesperjenzaw uliedhom. Dan sabiex huma jkunu jistgħu jkomplu ma' wliedhom dawk it-temi li jkunu qegħdin jiddiskutu l-iskola. It-tfal qegħdin dejjem ifittxu risposti għall-mistoqsijiet tagħhom. Dawk it-tfal li ma jsibux risposti aċċettabbli mill-ġenituri li jħobbuhom jgħaddu biex ifittxu dawn it-tweġibiet mingħand sħabhom li mhux dejjem ikunu risposti li jwassluhom għal affarijiet ta' ġid. U hawnhekk tidħol l-importanza ta' laqgħat bħal dawn.

Ġieli din il-laqgħa għall-ġenituri għamilnieha fuq xi tema li għandha x'taqsam direttament mad-droga u l-użu ta' sustanzi. Biss ħassejna li jekk inwessgħu t-tema nkunu indirettament qegħdin nitkellmu dwar il-prevenzjoni mid-droga jekk insaħħu ħiliet bħall-istima tagħhom infushom, l-organizzazzjoni, il-parteċipazzjoni f'xi għaqda jew passatemp u nattakkaw ċerti affarijiet li qegħdin ikissru d-djalogu bejnietna u t-tfal.

Għalliema tal-*Guidance* li tispeċjalizza fil-qasam tad-droga (Anti Substance Abuse) għamlet preżentazzjoni qasira ħafna dwar x'nistennew mit-tfal fl-iżvilupp tagħhom fl-età tas-sekondarja. Wara l-ġenituri, immexxijin minn għalliema tal-*Guidance* iddiskutew fi gruppi x'qed jinkwetahom dwar uliedhom f'din l-età. Meta rajna flimkien dak li ħareġ stajna ndumu niddiskutu għal ġimgħat sħaħ. Fil-fatt it-temi li ħarġu se jkunu temi li se nkomplu nistħarrġu mal-ġenituri fil-futur.

Nagħlaq bl-aktar ħaġa li qbilna fuqha: il-bżonn ta' ħin għal djalogu miftuh bejn il-ġenituri u l-ulied fejn tinbena relazzjoni ta' fiduċja biex meta t-tfal jiltaqgħu ma' xi għawġ ma jiddejqux ifittxu l-għajnuna.

R. Mifsud
Għalliem tal-*Guidance*

Healthy Lifestyle Policy -
Policy ġdida li tħares is-saħħa tal-istudenti

Il-kumitat HELP (Healthy Eating Lifestyle Plan) fi ħdan il-Kulleġġ San Benedittu Sekondarja Subien iffurmat minn ġenituri, għalliema u studenti ġie mwaqqaf f'Novembru 2007. Dan fassal *policy* ġdida li tħares is-saħħa tal-istudenti (primarjament) fir-rigward tal-kwalità ta' ikel u xorb li jiġi kkunsmat. Din il-*Policy* se tkompli ssaħħaħ prattiċitajiet diġa' eżistenti fl-iskola, kif ukoll se tirrifletti l-linji gwida tad-dokument HELP imniedi mid-Direttorat tal-Edukazzjoni f'Settembru tas-sena l-oħra.

Lista ta' ikel li huwa permessibbli

- *Salads*
- *Dips* li jkun fihom ħaxix frisk, tonn taż-żejt, irkotta, fażola, biġilla u *hummus*
- Ħobż biż-żejt u *sandwiches*, bziezen, *baguettes*, ftajjar, panini, pittas mimlija b' ħaxix frisk, tonn taż-żejt, salamun, tiġieġ, irkotta, pulpetti, ġbejniet, ġobon tal-qoxra ħamra, bigilla, kunserva
- Ross kiesaħ, *couscous* bis-salad jew bl-għaġin
- Pizza b'għaġina bi dqiq ismar li fuqha jkun hemm ingredjenti friski mingħajr xaħam u melħ
- Lasanja tal-ħaxix u ross il-forn
- Sopop magħmulha d-djar b'livell baxx ta' melħ u jinkludu ħafna ħaxix frisk
- Torti b'għaġina bi dqiq ismar u mimlija b'ingredjenti li huma tajbin għas-saħħa
- Qagħaq tal-ħmira
- *Chelsea Buns*, ħobż tal-frott u oħrajn biż-żbib li ma jaqbżux l-20% xaħam, 5% xaħam saturat u 20% zokkor
- Ċereali u *cereal bars* li jkun fihom sa 25% zokkor li jkun ġej mill-frott niexef miżjud.
- Galletti, *rice cakes*, *crackers* mingħajr melħ
- Karawett, lewż, ġellewż, ġewż, *cashew nuts*, żbib, ċiċri, ful, fażola niexfa u kull tip ta' *nuts* u żrieragħ oħra mingħajr melħ u msajrin fil-forn
- *Popcorn* mingħajr melħ
- Frott frisk, *Fruit Salads* u frott niexef mingħajr xaħam jew zokkor miżjud
- *Yoghurts* friski
- Graniti tal-frott frisk

Lista ta' xorb li huwa permessibli

- Ilma u anke ilma bil-gass
- 100% Frott jew ħaxix magħsur
- Ħalib frisk u xorb li fih ħalib, *yoghurts*, frott u ħaxix (*smoothies*) li ma jaqbżux l-4% xaħam u l-15% karboidrati

Filwaqt li l-iskola se tkun qed tuża l-edukazzjoni bħala l-għodda primarja sabiex tippromwovi ikel u xorb li jkun konformi mal-linji gwida, se tkun ukoll qed tkompli toffri opportunitajiet li jgħinnu fl-implimentazzjoni ta' din il-*Policy*, fosthom is-servizz offrut fit-*tuck shop*, kif ukoll fl-attivitajiet li torganizza. Min-naħa l-oħra nħeġġu lilkom il-ġenituri sabiex tikkoperaw fl-implimentazzjoni ta' din il-*Policy*, kif ukoll tattendu u tipparteċipaw fl-attivitajiet li jiġu organizzati b'impenn u b'tant sagrifiċċju minn għalliema dedikati li bħalkom jixtiequ jaraw il-ġid f'saħħet uliedkom.

Kumitat HELP

Mudell tat-Tempji ta' Ħal Tarxien fl-iskola tagħna!!

Żgur li minn din is-sena l-istudenti tal-iskola tagħna se jaħsbu iktar fil-wirt storiku li għandna f'pajjiżna. Issa kull min iżur l-iskola tagħna se jkun jista' jara mudell tat-tempji ta' Ħal Taxien, fil-*foyer* isfel.

Dan il-mudell ingħata lill-iskola tagħna mill-uffiċju tal-UNESCO f'Malta, biex b'hekk ikun hawn iktar għarfien dwar il-kultura u l-wirt storiku Malti. Infatti matul ix-xhur ta' Settembru u Ottubru l-istudenti tkellmu u ħadmu fuq it-tema tal-fdalijiet preistoriċi f'Malta kważi f'kull lezzjoni, dejjem b'mod differenti u fuq aspetti differenti.

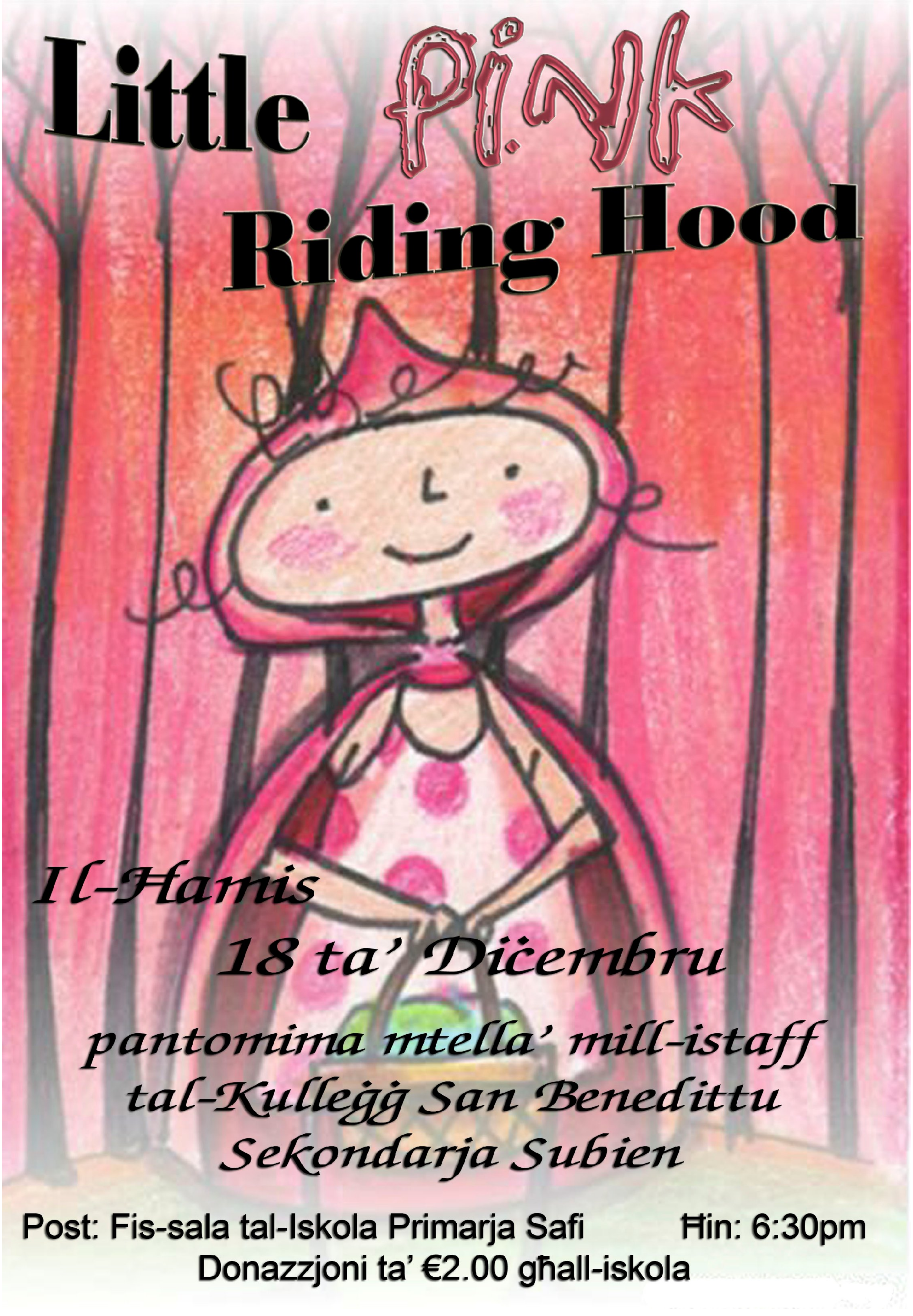
Nhar it-28 t'Ottubru ġie inawgurat il-Mudell tat-tempji ta' Ħal Tarxien fl-iskola tagħna u għal dan l-avveniment bosta persuni distinti ġew mistiedna fl-iskola tagħna. Għal din l-okkazzjoni xi studenti ppreparaw reċta. Bl-għajnuna tal-għalliema tal-lingwi matul din il-play xi studenti tkellmu b'lingwi barranin u kellhom il-parti ta' turisti u tradutturi. Barra minnhekk, l-istudenti tal-klassi 3.5 ippreparaw vidjow dwar il-fdalijiet preistoriċi f'Malta. Wara li l-istudenti tgħallmu fuq żmien il-preistorja matul il-lezzjoni tal-Istudji Ambjentali, bl-għajnuna ta' Ms.L.Caruana, l-għalliema tal-ICT, dawn tellgħu vidjow dwar il-preistorja bix-xogħol kollu li għamlu huma stess.

Dakinhar Liam Portelli tal-klassi 1.2 tkellem dwar it-tempji ta' Ħal Tarxien, filwaqt li Mark Anthony Portelli tat-3.10 tkellem dwar ix-xogħol tal-Unesco f'Malta.

Ix-xogħol tal-istudenti juri kemm aħna l-Maltin il-veru għandna nkunu kburin b'dan il-wirt storiku li għandna f'Malta! J'alla l-Maltin kollha jitgħallmu japprezzaw kemm għandna fdalijiet uniċi fi gżiritna!

Grazzi mill-qalb tmur għal dawk l-istudenti kollha li tellgħu xi xogħol dwar żmien il-preistorja. Grazzi kbira tmur ukoll għal dawk l-għalliema kollha li għenu lill-istudenti biex jagħmlu xogħlijiet diversi fosthom ċarts, slowgans, tpinġijiet, xogħol bit-tafal, drama u Powerpoints.

Ms.C.Elshout


Little Pink
Riding Hood
Il-Ħamis
18 ta' Diċembru
pantomima mtella' mill-istaff
tal-Kulleġġ San Benedittu
Sekondarja Subien
Post: Fis-sala tal-Iskola Primarja Safi
Ħin: 6:30pm
Donazzjoni ta' €2.00 għall-iskola

Nawgurawlkom

Milied

hieni

u sena

mill-isbaħ