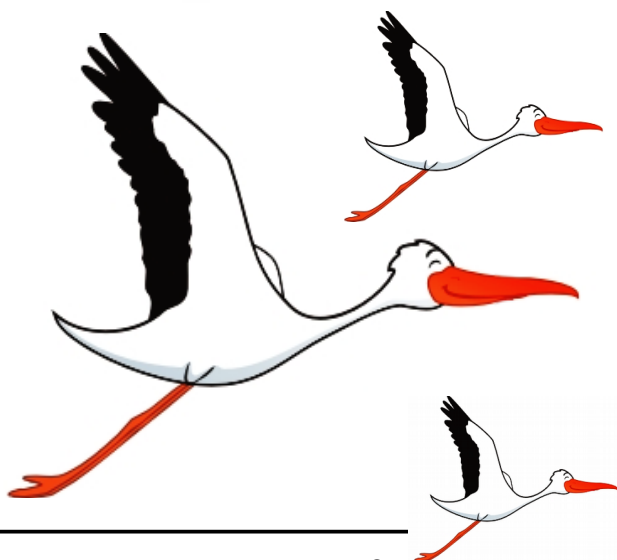


Marzec 2017

Ekstra Klasa

Gazetka Samorządu Uczniowskiego



KALENDARIUM - MARZEC

1 marca - Dzień Piegów
5 marca - Dzień Teściowej
6 marca - Dzień Czystego Stołu
8 marca - Dzień Osób Rudych, Dzień Kobiet
10 marca - Dzień Całowania w Czoło
11 marca - Dzień Soltysa
12 marca - Światowy Dzień Drzemki w Pracy
18 marca - Dzień Mózgu
19 marca - Dzień Wędkarza
20 marca - Międzynarodowy Dzień Wróbla
21 marca - Dzień Wagarowicza
22 marca - Światowy Dzień Wody
23 marca - Dzień Windy
25 marca - Dzień Czytania Tolkiena
26 marca - Dzień Niedźwiedzia Grizzly
31 marca - Dzień Budyniu

Macie już dość zimy? Pierwszy dzień wiosny zbliża się wielkimi krokami.

Kalendarzowa wiosna rozpocznie się 21 marca, we wtorek.

Wiosna astronomiczna rozpocznie się dzień wcześniej, w poniedziałek 20 marca.

Początek wiosny astronomicznej zbiega się z równonocą wiosenną. Tego dnia dzień i noc trwają tyle samo - po 12 godzin, od tego momentu dzień będzie coraz dłuższy.

W tym numerze:

- Ptaki zwiastuny wiosny - Czas na rower
- Co w szkole piszczy - Strefa rozrywki

Kacik kulinarny Rzeżucha - roślina pełna witamin

Ta niepozorna roślina powinna gościć na naszym stole przez cały rok, a już z pewnością na przedwiośniu, kiedy trudniej o pełnowartościowe warzywa. Rzeżucha z powodzeniem ją zastąpi, bo wiele z nich przewyższa wartością odżywczą. Rzeżucha to witaminowa bomba, zawiera bardzo dużo dobrze przyswajalnego jodu, żelaza, potasu i wapnia, oraz witaminy C, A, B, PP i E. Roślina ta obniża poziom cukru we krwi, wspomaga prawidłową pracę trzustki. Ponadto poprawia apetyt i trawienie oraz zapobiega otyłości. Jest nieoceniona, kiedy dopada nas wiosenne przesilenie - czujemy się słabo, kiepsko znosimy zmiany temperatur, mamy szarą cerę i matowe włosy. Ze względu na charakterystyczny ostry lekko gorzkawy smak, jest doskonałym dodatkiem do kanapek, surówek i sałatek. Idealnie komponuje się z różnymi pastami.



Do uprawy rzeżuchy możemy wykorzystać płaski talerzyk lub salaterkę. Dno naczynia układamy warstwą waty, ligniny lub papierowego ręcznika i obficie zwilżamy wodą. Tak przygotowany podkład posypujemy nasionami rzeżuchy. Teraz wystarczy już tylko systematyczne podlewanie. Rzeżucha po 6-7 dniach będzie gotowa do ścinania.

Pasta z jajek i rzeżuchy

Składniki:

- 4 jajka ugotowane na twardo
- 1 łyżka chrzanu
- 2-3 łyżki majonezu
- garść posiekanej rzeżuchy
- garść posiekanego szczypiorku
- sól, pieprz

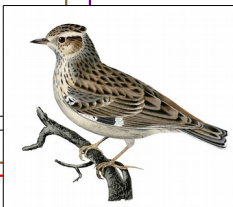
Sposób przygotowania:

Jajka obrać i drobno posiekać. Do jajek dołożyć chrzan, majonez, rzeżuchę i szczypiorek, dokładnie wymieszać. Doprawić solą i pieprzem.

Smacznego!

Ptaki zwiastuny wiosny

Jako pierwszy z południowych krajów przylatuje **Skowronek**. Zazwyczaj pojawia się z nastaniem pierwszych marcowych dni, ale bywa, że skowronki przylatują nawet pod koniec lutego. Według tradycji ludowej ptaszki te spędzały zimę pod miedzą na polu, a ich pojawienie się zwiastowało szczęście. Zobaczyć z bliska skowronka jest niezwykle trudno. Jest mistrzem maskowania się dlatego nie wszyscy zauważają jego powrót. Ale na pewno wszyscy usłyszą jego śpiew, kiedy już do nas wróci.

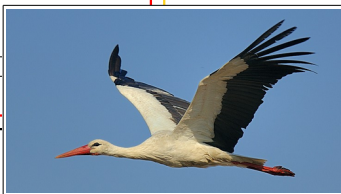


Szpak przylatuje w lutym lub w marcu. Jego upierzenie nie jest wcale czarne, jak niekiedy z daleka może się wydawać. Gdyby się dokładnie przyjrzeć szpacze pióra mienia się zielenią, błękitem, fioletem i czernią.



Dzięki szczególnym umiejętnościom, potrafi naśladować śpiew innych ptaków, a nawet gwizdanie człowieka.

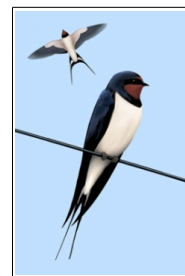
Najbardziej znanym i lubianym ptakiem powracającym wiosną jest niewątpliwie **Bocian Biały**, którego cechami charakterystycznymi jest biało-czarny tułów, długie czerwone nogi i dziób. Przylatuje z początkiem marca. Dawniej uważano, że bociany powinny przylecieć na święto Zwiastowania Matki Boskiej (25 marca). Gdy ich powrót się opóźniał, obawiano się, że to znak nieurodzaju. Gniazdo bociana przynosiło domowi szczęście. Wierzono, że bociany ochronią dom przed pożarem. Od tego, gdzie po raz pierwszy tej wiosny zobaczono bociana, też dużo zależało. Jeśli pierwszego ptaka dostrzeżono w powietrzu, był to znak powodzenia w pracy. Natomiast jeżeli stał, na gnieździe lub na łące, wtedy pomyślność gdzieś się zatrzyma i do nas nie dotrze. Bociany były też oznaką zamążpójścia. Jeśli panna zobaczyła go w locie - oznaczało to, że tego roku sama wyleci z domu lub przyleci do niej kawaler.



Większy od bociana **Żuraw** - ptak o smukłej, wyprostowanej sylwetce, z charakterystycznym zwisającym w kształcie pióropusza ogonie - przylatuje do nas na przełomie lutego i marca. W locie żurawie bywają mylone z bocianami. Żurawie lecą w skupieniach, które nazywamy kluczem. Jeśli słyszymy, że ktoś widział klucz bocianów, możemy sądzić, że były to żurawie - bociany nigdy nie tworzą kluczy. Jeśli przy tym lecące ptaki odzywają się charakterystycznym, trąbiącym głosem (klangor), prawdopodobieństwo zamienia się w pewność. Po przylocie żurawie zaczynają piękny taniec godowy. Ptaki krążą wokół siebie z rozpostartymi skrzydłami, wykonują niespodziewane wyskoki i głębokie skłony. Kiedy to widowisko zanika to znaczy, że ptaki zajęły się wysiadaniem jaj.



Najpóźniej pojawiają się ptaki owadożerne. A to dlatego, że owady - ich pokarm - obudzą się do życia, gdy będzie już cieplej. W połowie kwietnia przylecą więc **Jaskółki**.



Z ich powrotem również wiązało się wiele wróżb. Kto pierwszy zobaczył jaskółkę miał zapewnione szczęście na cały rok. Szczęście miały przynieść też jaskółki siedzące pod okapem. Gniazdo jaskółki oddalało groźbę burz i piorunów, a także miało strzec od czarów i złych uroków. Zniszczenie gniazda mogło zaś ściągnąć nieszczęście na dom i jego mieszkańców.

Kukułka przylatuje na nasze ziemie dopiero w końcu kwietnia, to w wielu krajach ona też jest zwiastunem wiosny.

W tradycji ludowej wierzono, że nie odlatuje do ciepłych krajów, ale na zimę zamienia się w krogulca. Kukułka ukrywa się przed człowiekiem w koronach wysokich drzew, dlatego nie widząc jej, wsłuchiwało się w kukanie. Jeśli ktoś po raz pierwszy tego roku usłyszał kukanie kukułki, powinien mieć przy sobie chociaż grosz. Jeśli go nie miał, czekał go nieurodzaj i bieda. Z kukania panna mogła też wywróżyc, ile lat pozostało jej do zamążpójścia.



Czas na rower!

Zanim zaczniecie korzystać ze swoich jednośladów przypominamy o kilku ważnych zasadach!

Pamiętaj o:



-OBOWIĄZKOWE
WYPOSAŻENIE ROWERU

1. Dzwonek
2. Dźwignia hamulca przedniego i tylnego
3. Lampa przednia
4. Hamulec przedni

5. Hamulec tylny
6. Lampa tylna + odblask

- ⚠ Staraj się być widoczny na drodze, aby kierowca jak najwcześniej Cię zauważył i wyprzedził w bezpiecznej odległości.
- ⚠ Kask ochronny i kamizelka odblaskowa zwiększą Twoje bezpieczeństwo.
- ⚠ Dbaj o stan techniczny roweru: sprawdzaj oświetlenie, układ hamulcowy i kierowniczy, czyść światelka odblaskowe.
- ⚠ Przejeżdżając przez skrzyżowanie stosuj zasadę szczególnej ostrożności.



Co w Szkole piSZczy

Co było:

► Nasi wychowankowie wzięli udział w konkursie plastycznym „Wolny czas spędzamy aktywnie i bezpiecznie” zorganizowanym w ramach ogólnopolskiego programu edukacyjnego PCK „Ratowniczek pomaga Ci pomagać”. Celem konkursu było przybliżenie podstawowych zagadnień z zakresu pierwszej pomocy i zapobiegania wypadkom. I miejsce w kategorii szkoły podstawowe zajął Arnold Gerhard, a w kategorii szkoły ponadpodstawowe – Jacek Adamczuk. Gratulujemy! Opiekunowie konkursu: M. Uźniak, E. Kondraciuk i A. Mierzwa. Nagrody ufundował Polski Czerwony Krzyż.

► Z okazji Walentynek odbył się konkurs plastyczny „Serce za serce”. Jego celem było rozwijanie poczucia estetyki, pomysłowości i kreatywnego myślenia, poznanie tradycji i zwyczajów Walentynek, oraz przybliżenie twórczości patrona Ośrodka ks. Jana Twardowskiego na podstawie książki „Serce za serce – czyli co to znaczy kochać”. Ponieważ wszystkie prace dostarczone na konkurs odznaczały się wysokim poziomem estetyki i pomysłowości, jury przyznało wszystkim uczestnikom jednakowe nagrody: słodki poczęstunek oraz książeczki edukacyjne.

► 14 lutego odbył się bal karnawałowy. W tym roku nasi wychowankowie oraz goście z Powiatowego Ośrodka Wsparcia i Warsztatów Terapii Zajęciowej bawili się „W Hogwarcie”. Dzięki pięknie przystrojonej sali gimnastycznej uczestnicy balu przenieśli się do magicznego świata tytułowego bohatera książek J.K. Rowling o Harrym Potterze. Dzieci zamieniły się we wróżki i czarodziejów. Nie zabrakło tańców i konkursów. Wszyscy świetnie się bawili. Było po prostu czarodziejsko i magicznie. Bal przygotowali: M. Orenczuk, M. Gąszcz, A. Mierzwa i K. Skoczelaś.

Co jest:

► W drugim semestrze Samorząd Szkolny wznowił Konkurs Czystości Pomieszczeń. Konkurs dotyczy mieszkańców Internatu. Raz w tygodniu sekcja porządkowa sprawdza czystość w sypialniach. W każdym tygodniu można zdobyć 7 punktów za porządek w szafkach, podlane kwiaty, poodkurzany dywan itd. Dla zwycięzców konkursu przewidziane są nagrody.

► Ruszyła akcja „Gorączka Złota”. Polega ona na zbiorce złotych monet o nominałach 1, 2 i 5 groszowych. Akcja trwa od marca do czerwca. Kwota zebrana podczas akcji dofinansowuje kolonie dla najuboższych dzieci. Akcja oprócz pozyskania środków na kolonie, ma także wymiar społeczny. Podczas akcji promowana jest idea wolontariatu. Koordynatorem akcji w naszym Ośrodku jest p. Marta Uźniak.

STREFA ROZRYWKI

W puszczy żyje dużo
drapieźników, które mogą
człowieka pożreć,
zadusić i zostawić.

Zarówno Hugo
jak i Kołataj
domagali się reform.

Boryna był teściem
żony syna Antka i Hanki.

Chłop powoli bronował,
a kamienie wchodziły
mu w zęby.

Dziewczynka doika
krowę nad strumieniem.
W wodzie odbijało
się na odwrót.

Jan Kochanowski
pisał pod lipą,
gdzie mieszkał.

Karusek skończył życie.
To był znak że zginął.

Mimo wysiłków
służby drogowej
mżawka nie ustała.

Na łące leżała Zosia,
a przez jej środek
płynął strumyk.

Karol Wielki był
królem sprawiedliwym
i nakazał, by ludzie
byli sądzeni zanim
się ich zabije.

Szyja żyrafy
jest roślinożerna.

HUMOR Z UCZNIOWSKICH ZESZYTÓW



Zarodnik kiełkuje
w przedrostek.

Pajaki zagraniczne
są gryzące.

Bogurodzica była
napisana w języku
polskim po łacinie.

Chłop specjalnie
dążył do tego
aby panu
nie urosło.

Całymi dniami
pił po nocach.

Boryna miał
samobójczy wąs.

Kochanowski
jak żył,
to był wesoły.

Mieszkanie,
w którym
mieszkał Radek
dochodziło
do rozpacz.

Melchior
Wańkowicz
opisał bitwę
o kasyno, zwane
"MONTE".



Grażyna różniła się
od mężczyzny tym,
że była kobietą.

Zakończenie jest
ciekawe, główny
bohater wysadza się
w powietrze.

Zagłoba zakończył
swoje życie
śmiercią.

Skawiński nie zapalił
latarni, ponieważ
tak go zaciekał
"Pan Tadeusz",
że zasnął.

Na skutek żałoby
swojej matki,
Iwona urodziła się
w pięć lat po
śmierci ojca.

Boryna obudził się
martwy.

Za ręką córki Stolnika
biegało wielu
bogatyń paniczów.

Dziewczynka podbiegła
do Karuska i położyła
mu pysk na kolanach.

Bolesława Chrobrego
poznałem już na
trzeciej lekcji.

Owczarz nie
miał jednej nogi,
a na drugą kulął.

Kącik Muzyczny - Dejw - Petarda

Ref: Ona jest taka słodka,
wybuchowa i twarda,
ta dziewczyna to jest petarda!
Takie duże ma oczy, i potrafi zaskoczyć,
ta dziewczyna jest grzechu warta!

1. Za każdym razem gdy widzę ją,
mam różne myśli sam nie wiem skąd,
chcę ją zaczepić, uśmiechnąć się,
złapać za rękę i powiedzieć że..

Ref: Ona jest taka słodka (...)

2. Ciągłe się boję, odwagi mi brak,
nie liczę nawet już na żadne znak,
próbuję podejść i widzę już że,
spogląda na mnie i uśmiecha się!

Ref: Ona jest taka słodka (...)

