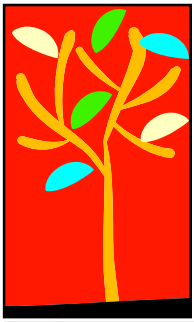


# _bez_nazwy//

Gazetka szkolna redagowana przez uczniów Zespołu Szkół im. Andrzeja Średniawskiego w Myślenicach

**2020/2021**
**numer 1**

**wrzesień – październik**

**Witajcie!**

Pełni nadziei rozpoczęliśmy nowy rok szkolny we wrześniu. Nieśmiało, ale z optymizmem planowaliśmy różne działania i akcje. Niestety, rzeczywistość kolejny raz okazała się brutalna i mamy powtórkę wiosennego lockdownu.

Stąd też ten numer gazetki jest dość skromny. Przygotowaliśmy dla Was parę porad, jak nie dać się jesieni, przypomnieliśmy też parę faktów o naszym patronie, którego co roku wspominamy o tej porze.

Zachęcamy do śledzenia szkolnych mediów, a także tradycyjnie do współpracy z naszą szkolną gazetką, za którą wpadają bonusy ;) Życzymy Wam dużo zdrowia i spokoju w tych niespokojnych czasach i zapraszamy do lektury.

**Redakcja**

## Skład samorządu szkolnego:

Przewodniczący – Łukasz Rogowiec, kl. 4TIB
Zastępca – Piotr Łabuz, kl. 4TIA
Sekretarz – Sandra Kaleta, kl. 3TIB
Rzecznik – Adrian Płatek, kl. 3TIA

Gratulujemy wybranym
i życzymy owocnej kadencji!

## Nagroda Starosty dla nauczycieli

Z okazji obchodów tegorocznego Dnia Edukacji Narodowej dwudziestu nauczycieli ze szkół ponadpodstawowych i placówek prowadzonych przez Powiat Myślenicki zostało uhonorowanych nagrodą Starosty Myślenickiego. To nagrody za szczególne osiągnięcia w pracy dydaktyczno-wychowawczej i opiekuńczej oraz zaangażowanie w rozwój edukacji i podnoszenie jakości oświaty w naszym powiecie. Spośród naszego grona pedagogicznego wyróżniono w tym roku dwie nauczycielki: **Dominikę Ceremon** i **Małgorzatę Krawczyk**. Jako nauczyciel Zespołu Szkół im. J. Tischnera w Dobczycach nagrodę odebrał również uczący u nas **Grzegorz Skuza**.

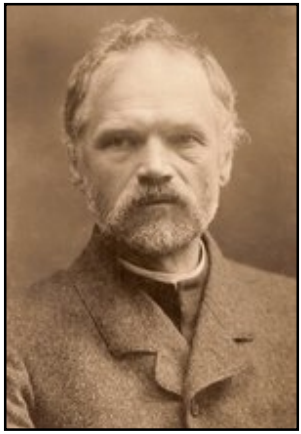
Serdecznie gratulujemy wszystkim nagrodzonym i życzymy dalszych sukcesów w pracy zawodowej!

# Szkolne tradycje

W Myślenicach niewielu mieszkańców ma jakąkolwiek wiedzę na temat Andrzeja Średniawskiego, patrona naszej szkoły. Tymczasem trudno znaleźć człowieka równie zasłużonego dla tego miasta, w którym mieszkał i pracował. Powszechnie wiadomo o szkole średniej i ulicy jego imienia. Tylko nieliczni wiedzą, że to Średniawski ufundował ową szkołę, że mieszkał na ulicy noszącej dziś jego imię. Wielu jednak nie wie, w którym miejscu znajdował się dom Średniawskiego. Wielu też nie wie, że na myślenickim cmentarzu na Stradomiu znajduje się skromny grób tego wielkiego człowieka, w którym spoczywa razem z żoną.

Andrzej Średniawski, mieszkaniec Górnej Wsi, urodził się 24 listopada 1857 r. Był działaczem społecznym i politycznym, posłem i senatorem ziemi myślenickiej, darczyńcą Zespołu Szkół jego imienia w Myślenicach, a jednocześnie przykładem awansu społecznego i kulturalnego. Pomimo braków w edukacji (nie chodził do szkoły, bo nie miał butów i nikt specjalne się o niego nie troszczył, rodzice wcześnie go osierocili) dzięki samokształceniu pozyskał wiedzę na tyle nowatorską, że mimo początkowego lekceważenia go przez okolicznych gospodarzy z czasem stał się autorytetem w dziedzinie uprawy roli, chowu zwierząt, a przede wszystkim prowadzenia pasieki. Zyskiwał uznanie na krajowych wystawach, wcale nie odstając wiedzą od innych wielkich gospodarzy. Z czasem zaczął wiedzą dzielić się ze społeczeństwem, pisząc drobne artykuły do prasy tematycznej (np. „Bartnika").

Wiedza na temat prowadzenia gospodarstwa i pasieki zainteresowała młodego ukraińskiego studenta Leona Rogozińskiego, który w okolicach Krakowa przebywał na praktykach studenckich, na



tyle że zaprosił Średniawskiego na Ukrainę do rodzinnych majątków. Średniawski zdecydował się spróbować swoich sił w prowadzeniu gospodarstwa u ciotki Leona, ziemianki Zofii z Bieniewskich, wdowy po Władysławie Franciszku Rogozińskim. Skromny, pracowity, o ugruntowanych poglądach chłop zachwycił ziemiankę na tyle, że zakochała się w nim i pomimo olbrzymich protestów rodziny zdecydowała się wyjść za Średniawskiego za mąż, porzucając swój dwór na rzecz zwykłej wiejskiej chałupy w Górnej Wsi, gdzie być może jeszcze, gdy się wprowadzała, zamiast podłogi było klepisko.

Przy Zofii, która starała się wspierać męża w rozwoju społecznym i politycznym, Andrzej zdecydował się kandydować najpierw do sejmu lwowskiego, potem wiedeńskiego, włączając się z czasem w struktury PSL Piast. Gdy Polska odzyskała niepodległość, kontynuował swoją działalność polityczną, zdobywając godność posła (dwukrotnie) i senatora Rzeczypospolitej.

Kiedy przegląda się dokumenty pozostałe po Andrzeju Średniawskim, widać jego wielokierunkowe zaangażowanie. Współtworzył instytucje wspierające chłopów (kółko rolnicze, straż pożarna), okolicznych mieszkańców (fabryka kapeluszy), a także młodzież (szkoła kapelusznicza czy szkoła szewska).

Dzisiaj po działalności Andrzeja Średniawskiego zostało zaledwie niewiele śladów, a są to: uregulowane koryto rzeki Bysinki, ulica jego imienia, budynek kółka rolniczego na Górnym Przedmieściu. Jedyną instytucją działającą do dziś, która jest świadectwem społecznego zaangażowania Średniawskiego, jest Zespół Szkół jego imienia.

Średniawski do końca swojego życia był aktywny politycznie. Kiedy jednak zaatakowała choroba (nowotwór z przerzutami do kości), potrafił przyznać się do tego, że nie jest w stanie służyć ojczyźnie tak jakby chciał i złożył mandat senatorski. Zmarł 13 listopada 1931 r. w swoim domu, zaś na miejsce spoczynku odprowadziły go rzesze działaczy politycznych i mieszkańców Myślenic. Pochowano go na cmentarzu myślenickim na Stradomiu. O grób dba społeczność Zespołu Szkół i mieszkańcy Górnego Przedmieścia.

13 listopada, w rocznicę śmierci Średniawskiego, obchodzone jest w Zespole Święto Szkoły. Wtedy uczniowie klas pierwszych uczestniczą w Szkolnym Turnieju Wiedzy o Patronie, do którego przygotowują ich wychowawcy, zapoznając ich z życiorysem Średniawskiego i odwiedzając z nimi grób patrona.

**EG**

*Budynek Szkoły Rolniczej, lata 40. XX w.*

# Dbajmy o siebie

Okres jesienny pełen jest wirusów i bakterii, które rozwijając się w naszym organizmie, powodują choroby. Niektóre z nich mogą być zbliżone objawami do panującego teraz covid-19. Chcąc uchronić was od niepotrzebnego zdenerwowania i obaw o bliskich, postanowiłam przybliżyć wam, jak możemy zadbać o naszą odporność.

1. Pamiętaj, by odpowiednio się nawadniać. Jeśli nie nawadniasz się wystarczająco dla organizmu, możesz zaburzyć mechanizm samoistnego oczyszczania się dróg oddechowych.

2. Hartuj się, na przykład wybierając się na dłuższe spacery i wdychając powietrze nosem, a wydychając ustami (w miejscach, gdzie jest jak najmniej ludzi).

3. Zadbaj o odpowiednio długi sen (około 8 godzin). Powinien być nieprzerywany, by organizm miał czas na regenerację.

4. Spróbuj znaleźć swój sposób na stres. Stres i przemęczenie wyniszczają dość mocno odporność. Chcąc pozbyć się stresu, możesz np. rozwijać własne hobby. Jeśli nie potrafisz sobie z tym radzić, warto zasięgnąć rady psychologa.

5. Zaopatrz swoją dietę w witaminy A, C i E. Są one w cytrusach, brokułach, jabłkach, papryce, pomidorach i wielu innych.

6. Ciekawostki, które mogą ci pomóc przy naturalnym wspieraniu odporności:

- Czosnek nazywany jest naturalnym antybiotykiem. Zawdzięcza to bakteriobójczej allicynie.
- Imbir działa rozgrzewająco, wzmacnia odporność i działa przeczyszczająco na zatoki.
- Pokrzywa regeneruje organizm i wzmacnia odporność.

**ZO**

## NIETYPOWE ŚWIĘTA

2 listopada

**Dzień Równości Wynagrodzeń**

Celem święta jest zrównanie wynagrodzeń kobiet i mężczyzn, a tym samym doprowadzenie do sytuacji, w której płace zależą jedynie od kwestii czysto merytorycznych. Co ciekawe, jest to święto ruchome, a jego data obchodów jest powiązana ze zmieniającą się średnią różnicą wynagrodzeń.

8 listopada

**Europejski Dzień Zdrowego Jedzenia i Gotowania**

Został zainicjowany w 2007 r. Celem święta jest promowanie zdrowego jedzenia wśród najmłodszych (i nie tylko), dobrych nawyków żywieniowych, spożywania regularnie posiłków, informowanie o konsekwencjach złej diety.

9 listopada

**Międzynarodowy Dzień Walki z Faszyzmem i Antysemityzmem**

To święto upamiętnia pogrom Żydów w hitlerowskich Niemczech podczas

tzw. „nocy kryształowej”. W nocy z 9 na 10 listopada 1938 r. w całym kraju palono synagogi, dewastowano cmentarze. Śmierć poniosło wówczas około 90 Żydów, a 35 tysięcy wysłano do obozów koncentracyjnych.

14 listopada

**Światowy Dzień Cukrzycy**

Na świecie prawie 350 mln ludzi cierpi na cukrzycę, zaś od lat 90. XX w. liczba nowych zachorowań wzrosła sześciokrotnie. Wiele osób wciąż nie jest świadomych przyczyn, objawów i prawidłowego leczenia, a choroba dotyka coraz więcej ludzi.

15 listopada

**Światowy Dzień Pamięci o Ofiarach Wypadków Drogowych**

Podczas tego dnia wspominamy ludzi, którzy ponieśli śmierć w wypadku drogowym. Niestety, każdego dnia w wypadkach na całym świecie ginie kilka tysięcy osób. Święto w 1993 roku zainicjowała organizacja Road Peace. W Polsce inicjatorem obchodów jest MIVA Polska i Krajowe Duszpasterstwo Kierowców.

# Sport w czasie pandemii

Przez pandemię nasza naturalna aktywność fizyczna została zaburzona, dlatego należy od czasu do czasu wstawać od komputera, najczęściej jak to możliwe. Dobrze by było także wykonywać różne ćwiczenia (które zresztą jest dobrze wykonywać nawet, gdy nie jest się zamkniętym w domu). Na różnego rodzaju ćwiczenia poświęćcie z godzinę dziennie, nie muszą być one wymagające – nawet najmniejszy ruch jest ważny. Z powodu koronawirusa najlepiej zrezygnować z miejsc publicznych takich jak siłownia i przenieść swoje ćwiczenia w otoczenie domowe. A oto przykładowe ćwiczenia, które warto znać oraz wdrożyć do waszej codziennej rutyny:

- Pompka – odpychanie się od podłogi, opierając się na dłoniach i palcach stóp, utrzymując cały czas prosty tułów.
- Przysiad – maksymalne zejście biodrami poniżej linii kolan, z utrzymaniem wyprostowanych pleców.
- Deska – podpór przodem na przedramionach z wyprostowanym ciałem.
- Mostek – unoszenie bioder w leżeniu tyłem.
- Rowerek – naprzemianstronne przyciąganie kolana i łokcia w leżeniu na plechach.
- Trucht – bieg drobnymi kroczkami.

Pamiętaj, aby wykonywać ćwiczenia dokładnie i bez pośpiechu. Miejcie także na uwadze, że źle wykonywany fitness czy trening siłowy może skutkować kontuzją, dlatego warto przed ćwiczeniami przeprowadzić rozgrzewkę, która takie ryzyko zmniejsza.

**MŚ**

# Jesienne przepisy

Jesień jest to pora, przez którą często zmuszeni jesteśmy do siedzenia w domu. Na szczęście podajemy kilka łatwych przepisów, dzięki którym sami możecie upiec coś dobrego, a to z pewnością umili wam czas.

**PIERNIKOWE DYNIE**

**Składniki:**

50 dag mąki

20 dag cukru pudru

20 dag miodu

12 dag masła lub margaryny

1 jajo

2 czubate łyżeczki proszku do pieczenia

2 łyżki stołowe przypraw korzennych do piernika

**Lukier:**

1/2 szkl. cukru pudru

1,5 łyżki słodkiej śmietanki

barwniki spożywcze: pomarańczowy i zielony – ilość wedle uznania

**Wykonanie:**

1. Mąkę wymieszać z proszkiem do pieczenia. Zrobić dołek na środku, wlać miód, dodać przyprawy korzenne, cukier, miękką margarynę i wbić jajko. (Miód, jeśli nie jest płynny, można też wcześniej podgrzać razem z masłem, cukrem i korzeniami, a potem ostudzić i połączyć z mąką).

2. Rozwałkować ciasto i wycinać kształty.

3. Ciastka należy piec w średnio nagrzanym piekarniku około 10 minut. Nie mogą zrumienić się zbyt mocno, ponieważ będą wtedy zbyt twarde.

Powinny postać dzień lub dwa, aby nabrać wilgoci. Można je długo przechowywać w szczelnie zamkniętym pojemniku. Następnie ciasteczka ozdobić możemy lukrem.

**JESIENNE GOFRY**

**Składniki do ciasta:**

2 jajka

40 g cukru

120 ml kefiru

30 g stopionego masła

80 g mąki gryczanej

30 g mąki kukurydzianej

40 g skrobi ziemniaczanej

jedna łyżeczka bezglutenowego proszku do pieczenia

**Karmelizowane jabłka:**

2 jabłka

50 g masła

70 g cukru

1 łyżka skórki z pomarańczy

1/4 łyżeczki kardamonu

**Wykonanie:**

1. Zaczynamy od przygotowania jabłek, ponieważ gofry muszą być podane bezzwłocznie po upieczeniu.

2. Jabłka obieramy i kroimy w kosteczkę. Na rozgrzanej patelni topimy masło, równomiernie posypujemy cukrem. Nie mieszamy, czekamy kilka minut, aż cukier sam się rozpuści. Dodajemy jabłka i smażymy je z każdej strony, delikatnie mieszając co jakiś czas. Po kilku minutach patelnię zdejmujemy z palnika.

3. Przygotowujemy dwie miski. W pierwszej miksujemy jajka, cukier, kefir i roztopione masło. W drugiej mieszamy mąki, skrobię i proszek do pieczenia. Łączymy zawartość obu misek i krótko mieszamy. Rozgrzewamy gofrownicę i pieczemy gofry do wyraźnego przyrumienienia skórki. Podajemy natychmiast, z dodatkiem karmelizowanych jabłek.

**OM**

# Narodowe czytanie Balladyny

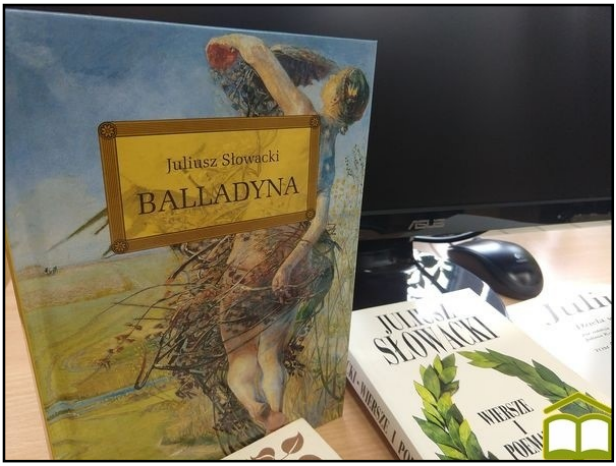
*Słuchajcie matko! Na świat wyjechałem*
*Szukać ubogiej i cnotliwej żony;*
*Dalej nie jadę bo tu napotkałem*
*Cudowne bóstwa!...* [...]
*Dziś nie umiem*
*Wybrać...*
[…]
*Matko, w lesie są maliny,*
*Niechaj idą w las dziewczyny,*
*Która więcej malin zbierze,*
*Tę za żonę pan wybierze.*

Może się nam wydawać, że niektóre szkolne lektury są przestarzałe i nieaktualne, ale trzeba pamiętać, że to one kształtują naszą tożsamość narodową. Inicjatywą, która zwraca uwagę właśnie na ten aspekt literatury, jest Narodowe Czytanie. W tym roku organizatorzy zaproponowali lekturę „Balladyny" Juliusza Słowackiego, a więc i my zaprosiliśmy do pochylenia się nad tym tekstem.

„Balladyna" Juliusza Słowackiego to wybitne dzieło polskiego romantyzmu. Dramat został ukończony w grudniu 1834 roku, a wydany pięć lat później w Paryżu. Powstał na emigracji w czasie dyskusji na temat przyczyn niedawnej klęski powstania i debat nad wspólną historią i przyszłym losem narodu. Poeta połączył w tym utworze realizm i fantastykę, koncentrując się na analizie postaw i czynów bohaterów. Osadzona na tle baśniowych dziejów opowieść o dwóch siostrach – Balladynie i Alinie – stała się bardzo popularna. Wywarła duży wpływ na muzykę, malarstwo czy rzeźbę, a powstałe na przestrzeni lat jej liczne inscenizacje, zrealizowane przez wybitnych reżyserów i aktorów scen polskich, cieszyły się ogromnym zainteresowaniem.

Aby przybliżyć wam tę książkę i postać jej autora, przygotowałyśmy w bibliotece szkolnej wystawkę dzieł Juliusza Słowackiego oraz gazetkę na jego temat, zawierającą m.in. nieznane fakty z życiorysu poety. Na przerwach posłuchać można było audiobooka „Balladyny" lub samemu podjąć próbę zmierzenia się z głośną lekturą tekstu.

**AG, EG**



# _bez_nazwy//

Zespół Szkół im. A. Średniawskiego
ul. 3 Maja 97b 32-400 Myślenice
Tel.: 12 2720118 Faks: 12 274 35 65
E-mail: sekretariat@sredniawski.pl,
biblioteka@sredniawski.pl
www.sredniawski.pl
FB: @sredniawski, @bibliotekazs

Redakcja:
Paweł Hobot, Oliwia Malina,
Zuzanna Oramus, Martyna
Ślusarczyk.

Opiekunowie merytoryczni:
Elżbieta Górecka
i Arleta Garbień

## Biblioteka na was czeka

Pomimo zawieszenia zajęć w szkole nadal macie możliwość kontaktowania się ze szkolną biblioteką. Najłatwiej zrobić to przez dziennik elektroniczny, Teamsy lub przesyłając wiadomość na maila biblioteka@sredniawski.pl. Inną formą kontaktu jest przesłanie wiadomości na FB do profilu biblioteki (@bibliotekazs).

Zapraszam was też do śledzenia profilu na FB, gdzie staram się regularnie umieszczać recenzje książek, informacje ze świata książek (nowości, spotkania autorskie, promocje, akcje czytelnicze itp.), opracowania tekstów popkultury i inne ciekawe informacje. Taką informację – o darmowym dostępie do 12 nowości – znajdziecie również powyżej.

**Biblioteka ZS im. A. Średniawskiego**
@bibliotekazs

W czasie nauki na odległość pamiętajcie o zasobach internetowych, które to ułatwiają: bibliotekach cyfrowych (Wolne Lektury, Polona itp.), zbiorach internetowych muzeów i innych instytucji, opracowaniach lektur (Kulturalna Polska, Ostatni dzwonek itp.) i wielu innych. Służę wam pomocą w wyszukiwaniu materiałów.

**AG**