Drogi Czytelniku!

Przedstawiamy kolejny numer naszej gazetki szkolnej w roku szkolnym 2016/2017.

W numerze ciekawe relacje, słów kilka o imprezach i wycieczkach szkolnych, list z .

Życzymy przyjemnej lektury
oraz czekamy na Wasze opinie
i artykuły do następnego numeru.

Redakcja

W tym numerze:

1. Staż aikido.
2. Wieczór literacki.
3. Projekt – przygotowujemy książkę do druku.
4. Dni Drzwi Otwartych.
5. W tradycyjnym wielkanocnym koszyku.
6. Spotkanie Przedświąteczne – Wielkanocne
7. Wycieczka po Ostrowie Tumskim.
8. Wystawa o Biblii.
9. Żywy obraz.
10. Kącik kulinarny.

Moja relacja na temat stażu Aikido w Fundacji Ewangelickie Centrum Diakonii i Edukacji im. ks. Marcina Lutra we Wrocławiu

Dnia 11 marca 2017 roku w godzinach 10.00 – 12.30 w sali gimnastycznej przy ul. Wejherowskiej 28 we Wrocławiu odbył się staż Aikido prowadzony przez Piotra Borowskiego (6 dan) oraz Huberta van Ravensberga (6 dan). W stażu brali udział nie tylko osoby trenujące od dłuższego czasu aikido, ale też sami uczniowie, którzy zwykle nie mają do czynienia z tą sztuką walki.
Na staż zostali również zaproszeni uczniowie z innych szkół dla osób niepełnosprawnych.

Na samym początku treningu sensei Piotr Borowski wygłosił krótkie przemówienie. Opowiadał m. in. czym jest aikido, czemu służy. Pokrótce zaczął demonstrować podstawowe techniki: uchwyt za nadgarstek, za ramię czy bark, które następnie mieli wykonywać podopieczni. Z racji posiadania swojego kimona oraz treningu aikido przez trzy lat uczestniczyłem w stażu od jego rozpoczęcia. Moi rówieśnicy zostali zaproszeni na matę, dopiero po obserwacji ćwiczeń, gdyż wielu z nich nie miało nigdy wcześniej styczności z prezentowanymi technikami. Każdy starał dawać z siebie wszystko i wynieść z tego treningu jak najwięcej. Po tym kiedy sensei Borowski pokazał nam kilka technik, na jego miejsce wszedł sensei Hubert van Ravensberg pochodzący z Holandii, nie mniej doświadczony od Piotra Borowskiego. Sensei Hubert van Ravensberg oprócz tego, że pokazywał rozmaite techniki na stojąco, to z myślą o osobach niepełnosprawnych prezentował wiele technik na siedząco, dzięki którym każdy mógł bez żadnych barier i przeszkód brać udział w stażu. Na zakończenie stażu odbyły się specjalne i dynamiczne pokazy z mieczem oraz spektakularne „podrzuty w powietrze" doświadczonych uczestników stażu.

Podczas ćwiczeń najbardziej podobała mi się reprezentowana postawa, z jaką każdy podchodził do treningu. Charakteryzowała się ona zdyscyplinowaniem i w pełni oddaniem się treningowi oraz zaleceniom senseia krążącego między ćwiczącymi i wskazującego ewentualne błędy przy wykonywanej technice. Podobała mi się integracja równająca niepełnosprawnego z pełnosprawnym uczestnikiem stażu.

Trening aikido jest bardzo korzystny dla zdrowia. Człowiek staje się bardziej rozciągnięty, silniejszy, zwinniejszy oraz wytrzymalszy. Poprawia się zarówno krążenie krwi, jak i wydolność całego organizmu. Polepsza się samopoczucie, koncentracja, wzrasta pewność we własne siły. Treningi aikido uczą samodyscypliny oraz harmonii fizycznej, mentalnej i duchowej.

Kamil Doliński

Wystarczy, że jesteś – wieczór literacki

Dnia 24 marca 2017 r. uczniowie szkół Fundacji Ewangelickiego Centrum Diakonii i Edukacji im. ks. M. Lutra wraz z nauczycielkami p. Arletą Habicht i Marzeną Podrazą uczestniczyli w wieczorze literackim pt. *Wystarczy, że jesteś*. Spotkanie odbyło się w Filii Biblioteki nr 23 we Wrocławiu przy ulicy Bulwar Ikara. Wysłuchaliśmy tekstów literackich młodych aktorów z Teatralnej Grupy Integracyjnej *Our POINT* z Centrum Edukacji Kulturalnej Dzieci i Młodzieży we Wrocławiu. Grupa pracuje pod kierunkiem aktorki i pedagoga Krystyny Paraszkiewicz – Pater. Przedstawione fragmenty utworów to autorskie teksty napisane przez młodych ludzi, którzy spisywali swoje myśli, refleksje, a świat w nich przedstawiony jest pełen niepewności, niepokoju i poszukiwania. Niektóre teksty są związane z traumatycznymi przeżyciami pacjentów z Kliniki Onkologii Dziecięcej we Wrocławiu, którzy przegrali walkę z chorobą, toteż opiekunka grupy postanowiła wydać ich prace w formie książki zatytułowanej *Trochę inny świat*. Młodzież naszych szkół wsłuchana w prezentowane utwory była wzruszona i długo jeszcze dzieliła się wrażeniami z wieczoru literackiego.

Arleta Habicht

Marzena Podraza

PROJEKT *PRZYGOTOWUJEMY KSIĄŻKĘ DO DRUKU*

W roku szkolnym 2016/2017 uczniowie ZSZ i Technikum Ekonomicznego wraz z bibliotekarką Joanną Korsan pracowali nad redakcją językową i merytoryczną napisanego przez Adriana Maika opowiadania pt. *Chłopiec, który zaginął*.

Praca zaczęła się od zamiany rękopisu w wersję elektroniczną i już wtedy autor wprowadził pewne zmiany i uzupełnienia. Krótka historia w miarę upływu czasu i licznych narad znacznie się rozrosła. Redaktorzy wraz z Adrianem wprowadzili psychologię postaci, dialogi (mowę bezpośrednią) i rozbudowali niektóre wątki.

Po kilku miesiącach, podczas których uczestnicy projektu poznali warsztat i sposób pracy redaktora, zespół postanowił uzupełnić opowiadanie o ilustracje. Pracy tej podjął się Adrian Maik.

Ostatni etap stanowiło tzw. złożenie książki, tj. przygotowanie całości tekstu – ułożenie strony tytułowej, po tytułowej, samego opowiadania i ilustracji w takiej kolejności, w jakiej znajdują się w książce.

Wydrukowane strony, trafiły w ręce introligatorów, którzy stworzyli zgrabną broszurkę. Teraz jeszcze dojdzie obwoluta zaprojektowana przez Kamila Dolińskiego i długiej pracy całego zespołu ludzi trafi do rąk czytelników.

Dni Otwartych Drzwi

11.03 – 22.04

W tym roku szkolnym Dni Otwartych Drzwi przypadły na daty – 11 marca i 22 kwietnia. Szkoła szeroko otworzyła swoje podwoje, by przyjąć miłych gości w swoje progi. Przygotowaliśmy liczne atrakcje: zespół muzyczny pod kierunkiem p. Łukasza Grysia umilał przybyłym uczniom czas zwiedzania naszej palcówki, nauczyciele zawodu: pracownik pomocniczy obsługi hotelowej przygotowali kolorowe świąteczne stoiska, a nauczyciele zawodu: introligator wystawili ciekawe prace uczniów.

Nasi kandydaci mieli możliwość spotkania się z nauczycielami, uczniami oraz zapoznania się z bogatą ofertą szkoły. Wyznaczeni uczniowie chętnie oprowadzali zainteresowanych kolegów i koleżanki wraz z ich rodzicami. Został utworzony na parterze punkt informacyjny o wszystkich typach szkół. W poszczególnych salach nauczyciele czekali na rozmowę z przyszłymi uczniami, odpowiadali na pytania, rozwiewali wątpliwości. Spotkania upłynęły w miłej atmosferze. Kandydaci zwiedzili również sale dydaktyczne, bibliotekę, pracownie, moduł hotelowy, dział usprawnień fizycznych.

W TRADYCYJNYM WIELKANOCNYM KOSZYCZKU:

- baranek, **który jest symbolem Chrystusa Zmartwychwstałego. Uosabia triumf życia nad śmiercią, przezwyciężenie zła i odkupienie grzeszników. Zwyczaj święcenia baranka sięga VII wieku.** Figurka baranka bardzo często jest wypiekana z ciasta lub wykonana z lukru. **Niegdyś wierzono, że włożona do wielkanocnego koszyczka uchroni przed klęskami i zagwarantuje przychylność przyrody;**
- jajka **będące symbolem odradzającego się życia, zmartwychwstania i zwycięstwa nad śmiercią. Jajka to również oznaka płodności. Wierzono, że dzielenie się jajkiem umacniania więzi rodzinne i korzystnie wpływa na relacje między najbliższymi.** Z czasem oprócz zwykłych jajek w koszyczkach zaczęły pojawiać się pisanki. **Ich malowanie wywodzi się z pogańskiego święta Jare, które rozpoczyna wiosnę. Pierwsze pisanki były zdobione za pomocą gorącego wosku;**
- chleba**, który w tradycji chrześcijańskiej symbolizuje Ciało Chrystusa, a we wszystkich kulturach jest pokarmem niezbędnym do życia. Chleb jest również symbolem godności człowieka. Włożony do koszyczka ma gwarantować dobrobyt i pomyślność;**
- soli**, która chroni przed zepsuciem i symbolizuje oczyszczenie i prawdę. Dawniej wierzono, że posiada ona moc odstraszania złych mocy i sił nieczystych. Chrześcijanie natomiast są „solą ziemi";**
- chrzanu **symbolizującego siłę fizyczną i witalność. Chrzan to także symbol pokonania goryczy męki Zbawiciela. Umieszczony w koszyczku ma zapewnić zdrowie i sprawność. Ma także wspomagać skuteczność innych święconych pokarmów;**
- wędliny **oznaczającej dobrobyt i zamożność rodziny. Ma ona zagwarantować zdrowie i dostatek całej rodzinie.** Do wielkanocnego koszyczka wkłada się głównie wyroby wieprzowe - kawałek szynki lub kiełbasy **(często własnego wyrobu);**
- wielkanocnej baby**, która symbolizuje umiejętności, powodzenia i dostatku. Co ważne,** musi być własnoręcznie przygotowana**.**
- zajączek **będący symbolem wiosny i odradzającej się przyrody. Podobno śpi z otwartymi oczami i to on miał pierwszy zobaczyć Zmartwychwstałego Chrystusa.**

Sam koszyczek zwykle jest wiklinowy, wyścielony białą serwetką i przyozdobiony gałązkami bukszpanu, będącego symbolem nadziei na zmartwychwstanie. Święconka powinna składać się z siedmiu elementów. Wedle tradycji - to zapewni nam szczęście i dostatek.

PRZEDŚWIĄTECZNE SPOTKANIE – WIELKANOCNE

Tegoroczne spotkanie przedświąteczne rozpoczęliśmy poranną Mszą Świętą w Kościele NMP Królowej Pokoju – Popowice. Udział we Mszy Św. wzięli również uczniowie i nauczyciele z Zespołu Szkół Nr 12 w SP ZOZ przy ul. Białowieskiej. Mszy Św. przewodniczył o. Wiesław Przyjemski OMI.

Po powrocie do szkoły odbyły się 4 godziny zajęć dydaktycznych, a po nich nastąpiło wręczenie przez nauczycieli religii i panią wicedyrektor Mirosławę Jeszkę dyplomów i nagród wszystkim uczestnikom konkursu plastycznecznego pt; *Najpiękniejszy koszyczek wielkanocny*. Prace były wyjątkowo piękne i zostały wyeksponowane na wystawie szkolnej. Po wręczeniu nagród uczennice klasy III Gimnazjum Integracyjnego przedstawiły swoim koleżankom i kolegom oraz całemu gronu pedagogicznemu prezentację pt: *Wielkanoc w tradycji polskiej.*

Prawdziwy entuzjazm wzbudził występ szkolnego zespołu muzycznego pod kierunkiem p. Łukasza Grysia. Koncert został nagrodzony gromkimi brawami i wieloma bisami. Spotkanie zakończyły wspólne życzenia świąteczne od dyrekcji i nauczycieli.

Marzena Podraza, Aleksander Kopeć – nauczyciele religii

Wycieczka po Ostrowie Tumskim

Przy ulicy św. Marcina, na skwerku obok kościoła, stoi sporych rozmiarów (5 m) granitowy pomnik Jana XXII, papieża ubranego w szaty liturgiczne. Kościółek św. Marcina stoi w zachodniej części Ostrowa Tumskiego. Jest jednym z najstarszych i najmniejszych we Wrocławiu. Starszy jest tylko kościół św. Idziego w pobliżu katedry. Najważniejszą budowlą Ostrowa jest przez wieki rozbudowywana gotycka katedra pw. św. Jana Chrzciciela. W katedrze swoje miejsce ma tryptyk Zaśnięcia Najświętszej Marii Panny z 1552 roku, murowana ambona z 1723 roku oraz dębowe stalle, które powstały w latach 1662-1665.

Przy ulicy Katedralnej mieszczą się Pałac Biskupi z ozdobną bramą i Kuria Arcybiskupa. Po drugiej stronie ulicy Kościół św. Piotra i Pawła. Pomnik św. Jana Nepomucena został ufundowany na cześć patrona świętej spowiedzi.

Pani Przewodnik zadała nam zagadkę: Do czego służył przedmiot umieszczony w ścianie katedry?

Wystawa o Biblii

Dnia 11 kwietnia 2017 roku uczniowie szkół Fundacji Ewangelickiego Centrum Diakonii i Edukacji „Księga, która przetrwała wieki – historia Biblii”. Wystawa prezentuje 3000 lat historii Pisma Świętego. Zawiera repliki najstarszych manuskryptów

i kamiennych tablic, skrawki papirusów, zrolowana skóra jelenia, zapisane zwoje oraz pierwsze drukowane egzemplarze Biblii. Przewodnik poinformował młodzież, że tekst Biblii był wiernie spisywany ręcznie

przez kolejne pokolenia skrybów, którzy posługiwali się metodą zapisu spółgłosek.

W trakcie zwiedzania można było obejrzeć ruchome czcionki oraz ręcznie zapisane karty Biblii w językach: hebrajskim, greckim, łacińskim, angielskim. Eksponaty obejmują znaleziska w Qumran, wydania pisma: Septuagintę, Wulgatę i pierwszą drukowaną Biblię Gutenberga po Pisma Erazma

z Rotterdamu, Lutra, aż do Biblii wydanych w naszym wieku. Zwiedzający mógł dotknąć, obejrzeć każdy eksponat.

Damian Michalec, uczeń klasy 1 TE

ŻYWY OBRAZ

PODPISANIE KONSTYTUCJI 3 MAJA

28 kwietnia br. w naszej auli podczas grupę przyszłych absolwentów Technikum Ekonomicznego oraz Liceum Ogólnokształcącego pożegnali gimnazjaliści. Nawiązując do obrazu Jana Matejki *Konstytucja 3 Maja* i pamiętając o bliskim święcie Konstytucji uczniowie przygotowali tzw. żywy obraz. Wcielili się w niektóre postacie Matejkowskiego dzieła: króla Stanisława Augusta, Hugo Kołłataja, marszałków Sejmu Wielkiego – Stanisława Małachowskiego i Kazimierza Sapiehę, przeciwnika Konstytucji – posła Suchorzewskiego oraz innych. W roli syna Suchorzewskiego oraz Ksawerego Branickiego gościnnie wystąpiły osoby spoza gimnazjum.

Obraz "ożył"na chwilę – jego bohaterowie krótko opowiedzieli o swojej roli w dziele stworzenia konstytucji, by następnie zająć miejsce takie, jak na obrazie malarza. Całość inscenizacji otworzył i zamknął *Mazurek 3 Maja*, znany też jako *Witaj majowa jutrzenko* (od słów pierwszego wersu). Aktorzy wprawdzie nie byli przebrani w osiemnastowieczne stroje, ale każdy z nich miał na sobie jakiś stylizowany element ubioru, aby "obraz" nabrał kolorytu epoki.

Zrealizowanie przedstawienia było możliwe dzięki współpracy nauczycielki historii – Pani Grażyny Chudzickiej, bibliotekarki – Joanny Korsan, krawców naszej ZSZ oraz uczniów pierwszej, drugiej i trzeciej klasy Gimnazjum Integracyjnego.

Mister Chef Cekironu

Muffinki marchewkowe

mąki pszennej, 1,5 szkl

jajka, 3

proszku do pieczenia, 1 łyżeczka

sody oczyszczonej, 1 łyżeczka

masła, 50g

cynamonu, 1 łyżeczka

marchewka, 1 średnia

cukru waniliowego, 2 łyżeczki

cukru, 2 łyżki

Marchewkę obieramy i ścieramy na dużych oczkach tarki. do miski wsypujemy mąkę, proszek do pieczenia, sodę oraz cynamon, mieszamy. Dodajemy dwa całe jajka i żółtko, mieszamy. Masło topimy i już ostudzone dodajemy do mąki cały czas mieszając, dodajemy cukier i miód. Pozostałe białko ubijamy ze szczyptą soli na sztywną pianę. Pianę dodajemy delikatnie do masy, mieszamy starając się aby piana nie opadła. Ciasto wykładamy do foremek na muffinki i pieczemy w temperaturze 175 stopni przez około 20 minut (do suchego patyczka).

Ciekawostki kulinarne:

Marchew to warzywo, o którego **właściwościach** leczniczych i **wartościach odżywczych** decydują **witaminy**, minerały i przeciwutleniacze. Wśród tych ostatnich jednym z ważniejszych jest beta-karoten, który nie tylko wzmaga opaleniznę, lecz także zapewnia prawidłowe funkcjonowanie wzroku, wzmacnia odporność i może ochronić przed rozwojem nowotworów.