

OKNO SZKOŁY



GAZETKA DLA RODZICÓW

Numer 7 listopad / grudzień 2015



W numerze:

1. Protest Rodziców
2. Okiem psychologa – mała ściągą komunikacji z dzieckiem
3. Dopalacze - zagrożenie dla zdrowia i życia Twojego dziecka
4. Kulinaria - świąteczne pierniczki
5. BHP w naszej szkole - zagrożenia w okresie grzewczym

Protest Rodziców

„Nie likwidujcie nam szkoły!”. „Protestujemy przeciwko przeniesieniu nas na ulicę Szkolną nr 5” - między innymi takie hasła można było zobaczyć na listopadowej, 26 listopada, sesji Rady Miasta, które widniały na transparentach rodziców uczniów Zespołu Szkół nr 9 im. dr Mikołaja Witczaka (ul. 11 Listopada).

„Chcemy normalności. Odpowiada nam obecna lokalizacja naszej szkoły. Mamy blisko do Zdroju,

biblioteki, kościoła. Nasze dzieci bardzo przyzwyczyły się do tego miejsca, a my nie wyobrażamy sobie przenosin do innej części miasta. Poza tym połączenie ZS nr 10 i ZS nr 9 stworzy szkołę moloch, w którym nasze dzieci nie będą się miały dobrze. W jaki sposób chcecie takiej liczbie dzieci zapewnić godne warunki nauki?” - mówiła jedna z matek obecna na sesji. „Dlaczego pani prezydent chce przenieść naszą szkołę w inne miejsce? Na 11 Listopada jest nam dobrze. Mamy tam blisko lodowisko i Park Zdrojowy. U nas w szkole każdy nauczyciel ma odpowiednie podejście do uczniów. Nie wiem dlaczego część radnych nie potrafi docenić naszej placówki? My uczniowie i absolwenci będziemy walczyć o naszą szkołę. Proszę ją uratować” - to fragment dramatycznego apelu jednej z absolwentek ZS nr 9, która również przyszła na sesję. „Żadna decyzja jeszcze nie zapadła. Na razie jesteśmy na etapie rozmów” - zapewniała prezydent. Przekonywała, że budynek przy ul. Szkolnej 5 będzie na najwyższym poziomie technicznym, w którym będzie doskonałe wyposażenie i odpowiednio wykształcona kadra. Odrzuciła zamiar łączenia tych szkół na siłę. Podkreśliła, że to rodzice będą mieć wybór, do której placówki posłać dziecko. Radny Tadeusz Sławik (PiS) pytał, „cóż stoi na przeszkodzie, aby w nowej siedzibie przy ul. Szkolnej 5 mieściło się Przedszkole Specjalne i ZS nr 10, a ZS nr 9 pozostał przy ul. 11 Listopada, tam gdzie dotychczas?” Pytał również, czy w ogóle jest potrzebna ta „kolosalna inwestycja” przy ul. Szkolnej 5. Podczas sesji nie podjęto decyzji, w sprawie lokalizacji ZS nr 9. Prezydent i radni zapowiedzieli dalsze dyskusje na ten temat.

Źródło „JasNet.pl”

ZESPÓŁ SZKÓŁ NR 9
im. dr Mikołaja Witczaka
44-330 Jastrzębie- Zdrój
ul. 11-go Listopada 4
tel/fax (32)476-13-89
www.zssp.jastrzebie.pl
oknoszkoly.zssp @onet.pl

Okiem psychologa

MAŁA ŚCIAGA KOMUNIKACJI Z DZIECKIEM

***Zatem, żeby dziecko czuło, że rodzic go słucha,
a rozmowa z nim zakończyła się powodzeniem,
spróbujmy stosować poniższe zasady:***

- ⌚ Mów do dziecka patrząc mu w oczy
- ⌚ Przykucnij do poziomu dziecka – skieruj twarz w jego stronę
- ⌚ Słuchaj uważnie tego, co ma do powiedzenia – odłóż gazetę, przycisz radio
- ⌚ Mów o swoich odczuciach, a nie oskarżaj dziecka – używaj komunikatu „ja”, a nie „ty” („Jestem na Ciebie zdenerwowana, bo spóźniłeś się na obiad” zamiast: „Znowu się spóźniłeś, przez Ciebie muszę sto razy wszystko odgrzewać”)
- ⌚ Upewnij się czy zrozumiałeś, co powiedziało dziecko, poprzez korzystanie z parafrazy – czyli powtarzaj własnymi słowami, to co oznajmiła Ci pociecha, albo powtórz jej słowa po prostu „Rozumiem, że ...(słowa dziecka)...”
- ⌚ Daj się wypowiedzieć dziecku do końca – nie przerywaj w pół zdania
- ⌚ Podczas rozmowy postaraj się zachować spokój – chociaż nie jest to zawsze łatwe jednak bądź opanowany
- ⌚ Używaj łagodnego tonu – język wpływa na humor i uczucia
- ⌚ Wytłumacz dziecku, co zamierzasz zrobić – jeśli robisz coś w co jest zaangażowane albo co ma wpływ na jego funkcjonowanie, zapoznaj je ze sposobami, które chcesz zastosować w tej sytuacji
- ⌚ Unikaj niefortunnych wyrażen (wulgaryzmów)
- ⌚ Wystrzegaj się przekazu niejasnego lub z podwójnym sensem
- ⌚ Unikaj poniżania, ataków osobistych,

- ⌚ raniących słów, przykrych wyrażen
- ⌚ Udzielaj rzetelnej informacji
- ⌚ W sytuacji wydawania poleceń - używaj konkretnych poleceń, nie ogólnikowych („Mów ciszej” zamiast „zachowuj się”)
- ⌚ Polecenia powinny być wyrażone pozytywnie („Chodź, usiądź przy mnie” zamiast: „Nie biegaj w kółko po pokoju”)
- ⌚ Wielokrotnie wypowiadaj imię swojego dziecka z czułością i dawaj mu odczuć, że cieszysz się, że jest
- ⌚ Codziennie pomyśl o sobie coś dobrego, pochwal sam siebie za coś lub powiedz sobie komplement
- ⌚ Bez względu na wszystkie słowa, które wypowiesz i które usłyszysz najważniejsze jest dla Twojego dziecka to, że Jesteś i że je kochasz!

**Prawidłowo przeprowadzona rozmowa
wyrabia u dziecka poczucie odpowiedzialności.
Zwraca uwagę dziecka na samego siebie,
zachęca i pobudza do wysiłku, pomaga dążyć
do celu. Buduje zaufanie dziecka do dorosłego,
podnosi poczucie jego wartości i akceptację.**

Zofia Bogocz

Kącik Pedagoga Szkolnego

DOPALACZE – ZAGROŻENIE DLA ZDROWIA I ŻYCIA TWOJEGO DZIECKA

Co to są dopalacze? Dopalacze - ogólna nazwa substancji psychotropowych, oddziałujących na ośrodkowy układ nerwowy. Mogą powodować stany pobudzenia psycho-ruchowego, zaburzenia świadomości, rozległe zatrucie organizmu. Są sprzedawane jako produkty kolekcjonerskie, np. jako nawóz do roślin, z zaznaczeniem: "nie do spożycia". Skutki zatrucia dopalaczami są trudne do przewidzenia.

Substancje zawarte w dopalaczach mogą uszkadzać wątrobę, nerki, serce i wiele innych organów wewnętrznych. Dopalacze mogą też, podobnie jak marihuana prowadzić do uzależnienia od twardych narkotyków, takich jak kokaina czy heroina.

Objawy zatrucia dopalaczami

- ⌚ zaburzenia świadomości
- ⌚ bóle głowy
- ⌚ zaburzenia orientacji
- ⌚ bełkotliwa mowa
- ⌚ omdlenia
- ⌚ kołatanie serca
- ⌚ spadki ciśnienia tętniczego krwi
- ⌚ wymioty
- ⌚ wahania nastroju (na zmianę depresja i euforia)
- ⌚ suchość śluzówek
- ⌚ powiększone lub zmniejszone źrenice
- ⌚ nadmierna wrażliwość na dźwięki i światło

Takie objawy utrzymują się około doby

Zachowania dziecka ,
które powinny zaniepokoić rodzica

- ⌚ kłopoty w szkole, gorsze oceny, wargary
- ⌚ nowi znajomi, których dziecko nie chce Ci przedstawić i opowiadać o nich
- ⌚ złe samopoczucie, brak chęci do życia
- ⌚ depresja
- ⌚ brak apetytu lub znaczne łaknienie
- ⌚ stany euforyczne, gadatliwość, następnie otępienie i apatia
- ⌚ próby wyłudzenia pieniędzy na wydatki, których nie jesteś w stanie skontrolować
- ⌚ podbieranie pieniędzy
- ⌚ nieuzasadnione ataki złości

Twarz osoby pozostającej pod wpływem środków odurzających



Twarz osoby nie przyjmującej narkotyków i dopalaczy



**ANTYNARKOTYKOWY
TELEFON ZAUFANIA
0 8019 990**

16.00 do 21.00



KULINARIA

Świąteczne pierniczki

Składniki

- ⌚ 500 g - cukru
- ⌚ 500 g - miodu
- ⌚ 500 g - masła
- ⌚ 1½ kg - mąki
- ⌚ 6 - jajek
- ⌚ 1½ łyżeczki - proszku do pieczenia
- ⌚ 1½ łyżeczki - sody
- ⌚ 1 łyżka - przyprawy korzennej
- ⌚ skórka otarta z pomarańczy

Lukier

- ⌚ sok z cytryny
- ⌚ cukier puder

Masło roztopić, wsypać cukier. Gdy się rozpuści, dodać miód. Zdjąć z ognia, dać przyprawy korzenne i skórkę pomarańczową. Wystudzić.

Jajka zmiksować. Do mąki wsypać proszek do pieczenia i sodę, przesiać, wymieszać z jajami. Połączyć z wystudzoną słodką masą, ponownie wymieszać i odstawić do leżakowania - najlepiej w glinianym naczyniu w chłodnym miejscu.

Ciasto powinno być dość twarde, co zależy od wielkości jajek i jakości mąki.

Piernikowego „staruszka” podzielić na kilka części. Rozwałkować jak na pierogi. Mocno podsypać mąką, by ciasto nie kleiło się do stolnicy. Wyciąć serca, anioły, gwiazdki itd.

Ułożyć na blasze wyłożonej papierem do pieczenia. Piec w piekarniku nagrzanym do 180 st. ok. 30 minut - na złoty kolor.

Gotowe pierniczki ozdobić lukrem lub polewą z czekolady (najprostszy i najsmaczniejszy lukier robi się ucierając sok z cytryny z cukrem pudrem na puszystą gęstą masę; aby otrzymać polewę wystarczy roztopić tabliczkę czekolady w gorącej kąpieli wodnej, po czym dodać po łyżce masła i mleka).

Do gotowych pierniczków można przykleić orzechy lub migdały.

Smacznego!

Postępuj rozsądnie w okresie grzewczym a będziesz bezpieczny!!

Każdego roku statystyki straży pożarnej odnotowują w okresie jesienno-zimowym powstanie pożarów, których przyczyną są instalacje grzewcze bądź ich niewłaściwa eksploatacja. Występujące wady urządzeń grzewczych, brak wyobraźni osób je obsługujących często prowadzi do bardzo groźnych w swych skutkach pożarów mieszkań, budynków mieszkalnych oraz gospodarczych jak i samych pomieszczeń kotłowni. Szczególnie groźne i niebezpieczne jest dogrzewanie pomieszczeń przenośnymi urządzeniami grzewczymi jak piecyki, dmuchawy, piecyki gazowe itp. często niewłaściwie podłączonymi. W celu zachowania większego bezpieczeństwa i wyeliminowania możliwości powstania pożarów przypominam obowiązujące w tym zakresie przepisy i zasady bezpieczeństwa.

1. Urządzenia grzewcze należy użytkować i utrzymywać w stanie zgodnym z warunkami technicznymi i wymaganiami ustalonymi przez producenta. Należy poddawać je okresowym przeglądom i konserwacji.
2. Właściciele zarządy i użytkownicy obiektów ogrzewanych paliwem stałym, ciekłym i gazowym są zobowiązani do usuwania zanieczyszczeń z przewodów dymowych i spalinowych.
3. Dokonywanie napraw, konserwację przewodów kominowych należy zalecać wyłącznie osobom, które posiadają wymagane kwalifikacje tj. kominiarzom.
4. Zabronione jest użytkowanie elektrycznych urządzeń grzewczych ustawionych bezpośrednio na podłożu palnym, z wyjątkiem urządzeń eksploatowanych zgodnie z warunkami określonymi przez producenta.
5. Zabronione jest przechowywanie materiałów palnych w odległości mniejszej niż 0.5 m od urządzeń grzewczych i instalacji.
6. Nie należy pozostawiać bez nadzoru włączonych urządzeń grzewczych jak grzejniki elektryczne, termowentylatory oraz inne

urządzenie grzejne jak grzałki, czajniki, żelazka.

7. Nie należy włączać urządzeń grzewczych znajdujących się w pobliżu materiałów palnych np. zasłon, mebli, firan.

8. Nie wskazane jest dogrzewanie pomieszczeń za pomocą kuchenki gazowej z uwagi na powstawanie znacznego ubytku tlenu w powietrzu podczas spalania gazu i powstawanie niewyczuwalnego śmiercionośnego tlenku węgla.

9. Butle gazowe w pomieszczeniach kuchennych należy umieszczać w odległości co najmniej 1.5 m od urządzeń emitujących ciepło jak piece, grzejniki, w pozycji pionowej zabezpieczającej przed upadkiem butli.

10. Zabronione jest również rozpalanie pieców, piecyków przy pomocy płynów łatwo palnych.

PRZESTRZEGANIE TYCH ZASAD POZWOLI
UNIKNĄĆ ZAGROŻEŃ WYNIKAJĄCYCH
Z EKSPLOATACJI URZĄDZEŃ GRZEWczyCH.
JEDNAK JEŚLI WYBUCHNIE POŻAR, ZOBACZYSZ
DYM LUB OGIEŃ NIEZWŁOCZNIE ZAALARMUJ
DOMOWNIKÓW, INNE OSOBY BĘDĄCE
W BUDYNKU O POŻARZE I POMÓŻ OPUŚCIĆ IM
ZAGROŻONE POMIESZCZENIE.

**ZADZWOŃ DO STRAŻY POŻARNEJ POD NUMER
998 LUB 112**

*Z poważaniem Służba bhp
A. Komorowski*

998



Święto Patrona Szkoły

W związku ze Świętem Patrona Szkoły klasy wraz z wychowawcami układały wierszyki związane z postacią patrona szkoły - **Mikołajem Witczakiem.**

Idea promowania zdrowego stylu życia była motywem przewodnim prób literackich uczniów.

Ruch to zdrowie, ruch to zdrowie
Patron nasz Witczak przecież
Ci to powie.

Machamy rękami, ruszamy głowami
I dzięki temu dobrze się miewamy!
Chociaż straż trzyma personel biały
Zdrowie umyka, w tym kłopot cały.
Chrońmy więc lepiej skarbu naszego
I życzymy sobie życia zdrowego!

Klasa II – III gimnazjum

*Mikołaj Witczak zawsze nam to powie,
że najcenniejsze jest nasze zdrowie!*

Agnieszka Kret klasa III PP)

Klasa I gimnazjum

Mikołaj Witczak leczył dzieci swoje,
a miał ich wszystkich 106 oraz troje.
Nasza 9 tka to dzieci Witczaka
jest i dyrektor i Witczaka Paka
My ciągle zdrowo się odżywiamy
i o Witczaku wciąż pamiętamy
Bo to był lekarz znany w całym świecie.
Kto chce być zdrowy musi być na diecie.

**Recepta Mikołaja Witczaka
na zdrowie**

Aby ciało było zdrowe
A w tym ciele zdrowy duch
Jedz posiłki kolorowe
I dbaj o fizyczny ruch!

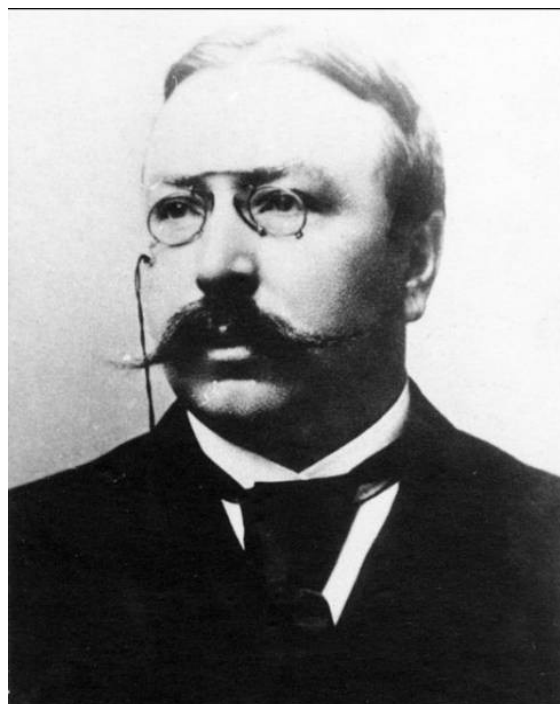
Bo są ważne witaminki
Dla chłopaka i dziewczynki
I Przysiady i podskoki
Na spacerze szybkie kroki

Uśmiech także miej na twarzy
Dbaj o duszy swej pogodę
Bo to sprawy wpływające
Na Twe zdrowie i urodę

Taka oto jest recepta
Każdy lekarz ją pochwali
Również nasz Mikołaj Witczak,
Który zdrowie zawsze sławił.

Klasa IV- VI zet

Mikołaj Witczak



Urodzony 1.12.1857 w Bieździadowie,
zm. 20.02 1918 w Jastrzębiu - Zdroju
polski lekarz, filantrop, zasłużony
dla rozwoju uzdrowiska

Doktor Mikołaj Witczak

Na zdrowiu się znał
Każdy chory do niego gnał
Owoce, warzywa i sprawność fizyczna
To recepta na zdrowie praktyczna!

Klasa II-III zet gimnazjum

Zdrowia, smaki dla chłopaka
Zdrowia, smaki dla dziewczynki

U Witczaka pierwsza klasa
Dumna jest z wesołej miny
Nie pozwala Witczak płakać,
Można za to nieźle skakać
Można tańczyć, śpiewać, śmiać

Tę receptę trzeba znać
Każdy pierwszak o tym wie
U Witczaka nie jest źle!

Klasa I a SP