

EKONOMIŚ

KWIECIEŃ 2015 (2/2015)



Wykład prof. Kazimierza Sikory

► str. 2

Ekonomik na Giełdzie Zawodów

► str. 3

Jak pokonać stres?

Stres jest negatywnym odczuciem, które towarzyszy człowiekowi od zawsze. Czasami jest silniej odczuwany, a czasami mniej. Szczególnie stres czujemy przed ważnymi dla nas sytuacjami, które mają na coś wpływ. A takimi sytuacjami wśród uczniów są egzaminy, sprawdziany, odpowiedzi, itp.

► str. 6

Promocja kierunków politechnicznych



25 lutego 2015 r. w Państwowej Wyższej Szkole Zawodowej im. Stanisława Pigonia w Krośnie odbyło się spotkanie akademickie, którego celem była promocja kierunków matematycznych, przyrodniczych oraz technicznych. Spotkanie zostało zorganizowane pod patronatem Ministerstwa Nauki i Szkolnictwa Wyższego. Ekonomik reprezentowały klasy: 2m i 3f1.

W spotkaniu uczestniczyli: Pani Magda Pogonowska z Ministerstwa Nauki i Szkolnictwa Wyższego, prof. dr hab. Grzegorz Przebinda rektor PWSZ w Krośnie, prof. ndzw. dr hab. Zbigniew Barabasz prorektor ds. studiów, natomiast spotkanie poprowadził dr Dominik Wróbel dyrektor Instytutu Politechnicznego.

O języku polityki



23 stycznia 2015 r. odbył się w naszej Szkole wykład prof. dr hab. Kazimierza Sikory dotyczący języka współczesnej polityki. Poprzez przekaz słowny i krótkie filmiki profesor przedstawił zebranym zarówno język polityki współczesnej, jak również polityki w minionych dekadach. Zaznaczył również sposób kreowania i przekazu wypowiedzi polityków przez media. Wykład cieszył się zainteresowaniem wśród uczniów, gdyż prele-

gent posiada niezwykle dar przekazu informacji i wszyscy z dużym skupieniem wysłuchali wystąpienia profesora.

Prof. Sikora to językoznawca, pracownik naukowy Katedry Historii Języka i Dialektologii Uniwersytetu Jagiellońskiego w Krakowie oraz pracownik naukowy Zakładu Filologii Polskiej Państwowej Wyższej Szkoły Zawodowej im. Stanisława Pigonia w Krośnie.

Konkurs recytatorski



29 stycznia 2015 roku w auli Zespołu Szkół nr 4 w Jaśle odbył się XI Szkolny Konkurs Recytatorski. Konkurs ma charakter cykliczny i w tym roku odbył się pod hasłem „Twórczość Agnieszki Osieckiej”.

Agnieszka Osiecka to jedna z najbardziej popularnych autorek tekstów do polskich piosenek. Zawsze podkreślała, że charakter jej twórczości wynika z otwarcia na drugiego człowieka. Miała bardzo wielu przyjaciół i znajomych w świecie artystycznym. Wiele piosenek napisała dla zaprzyjaźnionych z nią piosenkarzy: Maryli Rodowicz, Magdy Umer i Seweryna Krajewskiego. Jej piosenki do dziś śpiewa cała Polska: „Małgośka”, „Nie spocznijemy”, „Polska Madonna”, „Niech żyje bal”, „Nie żałuję”.

W tegorocznych zmaganiach konkursowych wzięli udział uczniowie klas licealnych i technikum. Wśród na-

grodzonych znalazły się następujące osoby:

I miejsce – **Pola Gołębiowska** (I mi),
II miejsce – **Iwona Piwowar** (I rt),
III miejsce – **Paulina Oleszkowicz** (I mi).

Jury przyznało także wyróżnienia, które otrzymały: **Angelika Szczurba** (III f1), **Dominika Piątkiewicz** (I mi) i **Klaudia Kalita** (1h).

Pozostali uczestnicy otrzymali pamiątkowe dyplomy oraz nagrody książkowe. Nagrodzone osoby będą reprezentować szkołę podczas IV Powiatowego Konkursu Recytatorskiego. Wszystkim uczestnikom konkursu serdecznie dziękujemy, a zwycięzcom - gratulujemy.

Organizatorami konkursu były nauczycielki języka polskiego mgr Bożena Gogosz i mgr Anna Tyrpak.

Ekonomik na Giełdzie Zawodów



Od 2 do 5 marca 2015 r. odbywała się Giełda Zawodów skierowana do uczniów trzecich klas gimnazjum oraz ich rodziców. Na giełdzie swoje oferty edukacyjne prezentowały szkoły ponadgimnazjalne z powiatu jasielskiego oraz Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna.

Również nasza Szkoła brała udział w *Promocji Szkół Ponadgimnazjalnych*. Oferta edukacyjna Ekonomika spotkała się ze sporym zainteresowaniem. Odwiedzających ciekawiły kierunki kształcenia zawarte w naszej ofercie edukacyjnej, zasady naboru elektronicznego, sposób przeliczania ocen i wyników egzaminów gimnazjalnych na punkty.

Naszą szkołę reprezentowali: Paulina Sokołowska, Joanna

Czeluśniak, Filip Głogowski i Grzegorz Romanek z 2m, Martyna Smyka, Agnieszka Poliwka i Patrycja Piwowar z 1rt, Monika Budziak z 1m, Monika Jędrzejczyk, Kamil Filar i Szymon Wilczak z 1h, Aleksandra Krupa i Paulina Koś z 2h, Sandra Wojdyła, Karolina Kmiotek, Damian Wrona i Paweł Kosiba z 3h oraz Patrycja Garbacik, Anna Klisiewicz i Bartłomiej Tyczka z 3f1. Ekonomik był także reprezentowany przez nauczycieli: mgr Elżbietę Kalisz-Niemiec, mgr Magdalenę Piekarz i wicedyrektor mgr Urszulę Budziak.

Cieszymy się, że oferta Zespołu Szkół nr 4 w Jasle wzbudziła zainteresowanie młodzieży gimnazjalnej, która już niedługo będzie musiała zmierzyć się z wyborem nowej szkoły.

Jasło-Moje Miasto



26 stycznia odbył się uroczysty finał jubileuszowej XX edycji Konkursu Fotograficznego "Jasło - Moje Miasto". W tym roku jego tematem były zaskakujące widoki Jasła. Konkurs został zorganizowany przez Stowarzyszenie Miłośników Jasła i Regionu Jasielskiego oraz Młodzieżowy Dom Kultury.

Konkurs miał na celu rozwijanie zainteresowań w kierunku fotografii, jak również uwrażliwienie na piękno miasta Jasła i regionu jasielskiego. Miejsce 3. zajęła Natalia Żygłłowicz, uczennica klasy 2g.

W konkursie brali udział również uczniowie klasy 1g: Bartłomiej Hajduk oraz Przemysław Hajduk.

Wszystkim uczestnikom gratulujemy. Opiekunem uczniów był mgr Dariusz Szot.

Odkryć miłość, czyli Rekolekcje 2015

Od 4 do 6 marca 2015 r. odbywały się w naszej szkole rekolekcje pod hasłem *Odkryć miłość*. Prowadził je redemptorysta o. Marcin Klamka.

Ojciec redemptorysta w pierwszy dzień ukazywał nam obraz Boga, który może być naszym przyjacielem i Ojcem. Zwrócił uwagę, że często traktujemy Boga jako policjanta, św. Mikołaja, dziadka czy księgowego. W drugim dniu młodzież mogła skorzystać ze spowiedzi. Ten sakrament poprzedziło świadectwo Ojca rekolekcjonisty, który mówił o swoim nawróceniu. Konferencje ubogaciły pantomimy – „Jacek” i „Syn marnotrawny” przygotowane przez członków grupy teatralnej „Pod skrzydłami Anioła” prowadzonej pod kierunkiem s. Kariny Pawłowskiej oraz śpiew w wykonaniu naszej wspaniałej młodzie-

ży. Uczniowie z klasy 2g przygotowali slajdy z piosenkami, które były wielką pomocą w przeprowadzeniu rekolekcyjnych spotkań. W czasie nauk była możliwość oglądania krótkich filmów ewangelizacyjnych pt. „Most” i „Światło w ciemności”.

W piątek Ojciec Marcin spotkał się z nauczycielami w pokoju nauczycielskim i tam wygłosił specjalną naukę. O godz. 8.30 cała szkoła udała się na Mszę św., która zakończyła czas świętych rekolekcji. Na zakończenie otrzymaliśmy błogosławieństwo z możliwością uzyskania odpustu zupełnego. Była to okazja, by odpowiedzieć sobie na pytanie: Kto jest w moim życiu najważniejszy? Jaki jest cel mojego życia? Za wszystkie łaski rekolekcji chwala Panu!!!

s. Karina



Święta wielkanocne już niebawem!

Wielkanoc to święto upamiętniające śmierć krzyżową i Zmartwychwstanie Jezusa Chrystusa. Jest najstarszym i najważniejszym ze wszystkich świąt chrześcijańskich. Z obchodami świąt wielkanocnych związanych jest wiele zwyczajów ludowych tj. święcenie koszyczka z pokarmem. Przyjrzyjmy się symbolice tradycyjnej święconki wielkanocnej, która zdobiona jest zielonymi gałązkami i ozdobnymi serwetkami. W środku powinny znaleźć się następujące produkty:

- **Chleb**

Pieczyno można udekorować krzyżem lub koroną cierniową wykonaną z gałązek. Symbolizuje Jezusa i jego ciało.

- **Pisanki**

Jajko to symbol nowego życia, oczekiwania, wiosny, zmartwychwstania i początku.

- **Sól i pieprz**

Sól symbolizuje nieśmiertelność, oczyszczenie, ochronę przed zepsuciem, stałość życia duchowego, a także gościnność gospodarza domu oraz harmonię między Bogiem i człowiekiem.

- **Wędlina**

Szynka bądź kielbasa są znakiem dostatku, bogactwa bądź dobrobytu.

- **Ser**

Ser symbolizuje przyjaźń między człowiekiem a jego zwierzętami domowymi, dostatku, bogactwa i dobrobytu.

- **Chrzan**

Chrzan symbolizuje zwycięstwo nad złem, jaki towarzyszył męce Jezusa. Dawniej śniadanie świąteczne rozpoczynało się spożyciem całej łaski chrzanu – uznawano je za bardzo korzystne dla zdrowia.

- **Babka wielkanocna**

Powinna być wypiekiem domowym. Symbolizuje doskonałość i bogactwo umiejętności.

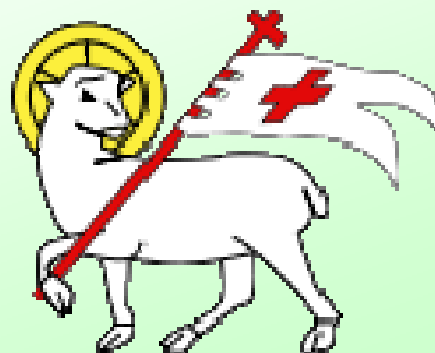
- **Baranek lub zając**

Wykonany z masła, ciasta, cukru, czekolady lub gipsu baranek symbolizuje Baranka Bożego, który umarł na krzyżu za grzechy ludzi. Zając jest symbolem płodności, wiosny i odrodzenia.

- **Woda**

Woda oznacza Ducha Świętego i oczyszczenie z grzechu. Jest znakiem przygotowania do nowego życia. ■

*Żeby Wielkanoc w tym roku,
przyszła z sukcesem u boku.
Aby żyło się Wam zdrowo,
prywatnie i zawodowo.
Wielu, wielu chwil radosnych
i cudownej, cieplej wiosny
życzy redakcja Ekonomisia.*



Wielkanocne wypieki

Babka wielkanocna



Składniki:

200 g masła
1 i 1/4 szklanki cukru
4 jajka
1 i 1/2 szklanki mąki ziemniaczanej
4 łyżki mąki pszennej
1 pełna łyżeczka proszku do pieczenia
4 łyżki śmietanki kremowej 30% (płynnej)
1 łyżka soku z cytryny

Polewa i dekoracja: np. cukier puder lub lukier cytrynowy z kawałkami smażonej skórki pomarańczowej lub polewa z białej czekolady i likieru jajecznego.

Przygotowanie:

Składniki na babkę (masło, jajka i śmietankę) wyjąć znacznie wcześniej z lodówki aby się ogrzały. Formę na babkę z kominem o pojemności minimum 2,5 litra (u mnie o średnicy 22 cm) wysmarować grubą warstwą masła i oprószyć mąką. Piekarnik nagrzać do 180 stopni Celsjusza (góra i dół bez termoobiegu).

Mąkę ziemniaczaną wymieszać z mąką pszenną i proszkiem do pieczenia. Masło ucierać mikserem na wysokich obrotach razem z cukrem przez minimum 10 minut. Stopniowo po jednym dodawać jajka cały czas dokładnie i długo miksując (po minimum 3 minuty po każdym dodanym jajku). Do ubitej masy dodać połowę mieszanki mąki oraz połowę śmietanki, zmiksować mikserem na średnich obrotach do dokładnego połączenia się składników, dodać resztę mąki i śmietanki, wlać sok z cytryny i zmiksować dokładnie na jednolitą masę (nie dłużej niż kilkanaście sekund).

Wylać do formy (powinna wypełnić ją do połowy), wyrównać powierzchnię i wstawić do piekarnika. Piec przez 35 - 40 minut (po tym czasie wetknięty patyczek w środek ciasta powinien wyjść suchy). Wyjąć i studzić przez około 10 minut, wyłożyć na patelnię do góry dnem i udekorować dowolną polewą lub cukrem pudrem.

Mazurek



Ciasto kruche:

30 dag mąki
20 dag masła
10 dag cukru pudru (1 szklanka)
3 żółtka ugotowane na twardo przetrzeć przez sitko
1 cukier waniliowy

Kajmak:

1 puszka skondensowanego mleka

Przepis na ciasto kruche:

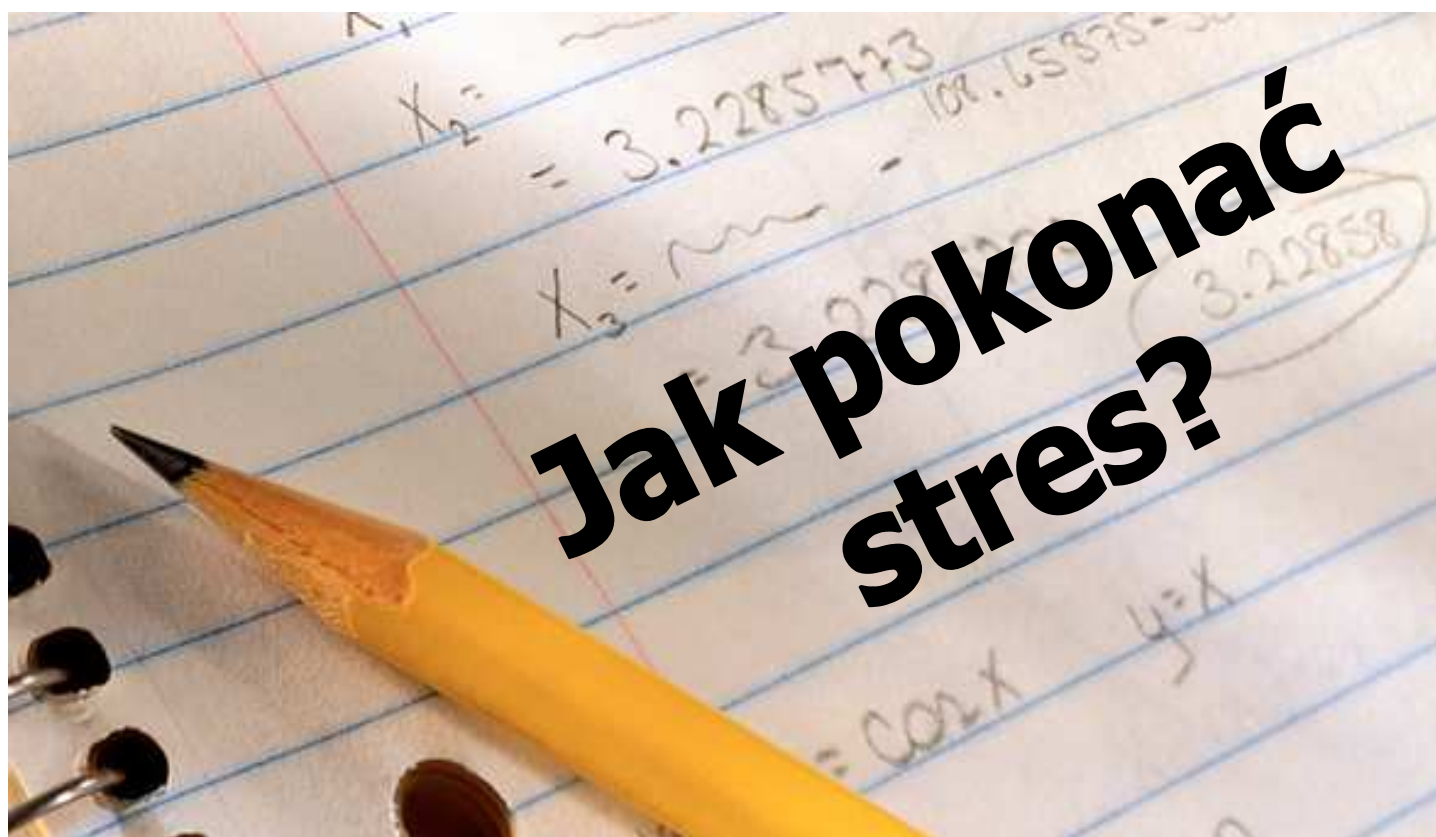
Posiekać dokładnie wszystkie składniki - ja ucieram w makutrze. Wstawić na 30 minut do lodówki. Potem rozwałkować na 1 cm. Piec około 25 minut w temperaturze 180 - 220 stopni Celsjusza.

Przepis na kajmak:

Skondensowane mleko słodzone gotować pod przykryciem na małym ogniu, kilka razy przewracając puszkę. Uwaga - nie nachylać się nad garnkiem. Kajmak rozprowadzić na cieście, posypać bakaliami.

SMACZNEGO!





Stres jest negatywnym odczuciem, które towarzyszy człowiekowi od zawsze. Czasami jest silniej odczuwany, a czasami mniej. Szczególnie stres czujemy przed ważnymi dla nas sytuacjami, które mają na coś wpływ. A takimi sytuacjami wśród uczniów są egzaminy, sprawdziany, odpowiedzi, itp. Szczególnie nasila się w okresie, gdy kończy się półrocze lub rok szkolny i robimy wszystko, aby mieć jak najlepsze wyniki. Ale i tak zawsze najbardziej stresogenna jest **MATURA**.

Stres przed egzaminami – straszna sprawa! Jednak jest kilka sposobów, aby nie dać się zwariować.

Po pierwsze: NAUCZ SIĘ!

Im więcej umiesz, tym mniej się stresujesz! To jest podstawowa wiedza, żebyś idąc na egzamin szedł z większą wiedzą. Mów sobie w myślach: „Umiem wystarczająco.”

Po drugie: ZAPLANUJ!

Znając datę egzaminu, sprawdzianu, możesz odpowiednio rozplanować czas na przygotowanie i dobrze się nauczyć, unikając przy tym zbędnego stresu, bądź systematyczny.

Po trzecie: PRZYGOTUJ SIĘ!

Przygotuj wszystko wcześniej, abyś na ostatnią chwilę nie szukał długopisów, nie czyścił sobie butów, nie prasował koszuli. Na sprawdzian z matematyki weź kalkulator, zapasowe długopisy, abyś chwilę przed nie musiał niczego szukać, miej wszystko przygotowane.

NIE przychodź na egzamin za wcześnie. Grupa ma taką tendencję, że napędza stres. Wtedy wszyscy w grupie panikują i mówią: „O Boże, ja jeszcze nie umiem tego, a ja tego i ja sobie z tym na pewno nie poradzę”. Nawet jak poszedłeś na egzamin wyluzowany, to musisz być świadom tego, że emocje są zaraźliwe. poszedłeś na luzie, nie byłeś

spięty, nagle oni wszyscy panikują i tobie też ta panika się udziela. Przychodź 5-10 minut wcześniej przed egzaminem, żeby nie przebywać za długo w takim środowisku.

Po czwarte: CZYTAJ UWAŻNIE POLECENIA!

Każdy nauczyciel to powie. Ale to prawda. Pozwoli ci to lepiej napisać egzamin.

Po piąte: KONSEKWENCJE

Zastanów się, jakie będą konsekwencje egzaminu. Nie popadaj w panikę, ponieważ zawsze są egzaminy poprawkowe. Świat się nie zawali. Podejdź do tego na luzie.

RUSZAJ SIĘ!

Kiedy masz jakiś egzamin czy jakieś ważne rzeczy, warto byś poświęcił trochę czasu na gimnastykę, ponieważ mózg jest lepiej dotleniony, serce lepiej bije, krew lepiej przepływa przez twój organizm. Jest udowodnione naukowo, iż ludzie, którzy regularnie ćwiczą i uprawiają sport, są inteligentniejsi od tych, którzy całe dnie przesiadują przy swoich biurkach albo na kanapie.

WYŚPIJ SIĘ!

Wiadomo, że brak snu podnosi poziom stresu. Dlatego wyśpij się. Nie zarywaj nocy na naukę, zrób to w dzień. Powinieneś spać minimum 7 godzin dziennie, aby być wypoczętym.

Ale najważniejsze to MYŚL POZYTYWNIE!

Przed stresującą sytuacją wyobrażaj sobie miejsca, które cię uspakajają np.: morze, ocean, góry, łąki, szum wiatru, łóżko itp. To pozwoli rozładować napięcie. **Myśl, że będzie dobrze!**

Zwykły kot?



Jaki to kot? Rozszyfruj.

Kolejno:

E4
F4
E1
C1
A1
D1
D4
D3
E2
E4
D4

	A	B	C	D	E	F
1	U	W	N	B	T	E
2	P	F	R	C	S	M
3	G	A	H	J	L	F
4	Z	Y	D	I	K	O



Uśmiechnij się!

W hotelu hrabia prowadzi po schodach konia.

- Ależ szanowny panie - interweniuje portier - po schodach nie wolno prowadzić koni!
- Przykro mi - odpowiada hrabia - ale ostatnio w windzie bardzo źle się czułem...

Janie!

- Słucham pana.
- Czy możesz przysunąć tu fortepian?
- Tak, panie hrabio. Będzie pan grał?
- Nie, ale zostawiłem tam cygaro.

Dwóch Szkotów spotyka się w Edynburgu.

- Czy możesz pożyczyć mi funta?
- Och niestety, nie mam przy sobie pieniędzy.
- A w domu?
- Dziękuję, wszyscy zdrowi.

Szkot wsiada do taksówki i pyta:

- Ile zapłacę za przejazd na dworzec?
- Dwa funty.
- A za walizkę?
- Walizkę zawiozę za darmo.
- To proszę zawieźć ją na dworzec, a ja pójdę piechotą!

W szkole:

- Jasiu, przeczytałeś trylogię Sienkiewicza?
- To trzeba było przeczytać?
- Tak, na dzisiaj.
- O rany, a ja przepisałem...

EKONOMIŚ



OFICJALNA GAZETKA
ZESPOŁU SZKÓŁ NR 4
W JAŚLE

Redaktor naczelny:
Łukasz Sym

Redakcja:
Marzena Filip, Justyna
Szczyrba

Opiekun:
mgr Adam Langer

Redakcja dokładna wszelkich starań, aby
informacje zawarte w publikacji były prawdziwe
i wolne od błędów. Jeżeli takowe by się
pojawiały, serdecznie przepraszamy.

Rebussy

