

Sikora uboga
jest najrzadszą
z polskich sikor.

Piotr Gryz

www.ornitofrenia.pl



SIKORA

Jest małym, brązowo-białym i pozornie niewyróżniającym się niczym szczególnym ptakiem. Jednak skromne upierzenie i rozmiary nadrabia niesłychaną ruchliwością, a także swego rodzaju sprytem i inteligencją. To sikora uboga – najrzadsza i jednocześnie jedna z najciekawszych polskich sikor.

Sikora uboga jest średniej wielkości sikorą z brązowym wierzchem i białym spodem oraz czarnym śliniakiem i czapczką. Osiąga długość 11–13 cm, rozpiętość skrzydeł 18,5–20 cm, a masa jej ciała wynosi 8,9–15 g (Sokołowski 1958, Gosler i in. 2020). Wzorem upierzenia może przywołać na myśl samca kapturki *Sylvia atricapilla*, choć w przeciwieństwie do niego, szarą barwę wierzchu ciała zastępuje barwa płowobrązowa, czasami z cieplejszym odcieniem na kuprze i pokrywach nadogonowych. Nogi ma niebieskawe do łupkowoszarzych, tęczówkę ciemnobrązową, a dziób czarniawy z jaśniejszymi, szarymi krawędziami (Sokołowski 1958, Gosler i in. 2020).

Podobnie jak u wielu innych sikor, także u sikory ubogiej brak wyraźnego dymorfizmu płciowego, choć u samic najczęściej czapczka nie schodzi tak daleko na kark, a plamka na dziobie jest nieco mniejsza (Sokołowski 1958). Jasna plamka na dziobie rzadko występuje u bardzo podobnej sikory czarnogłowej *P. montanus*, która jest ponadto nieco mniejsza, ma bardziej zaokrągloną głowę, błyszczącą czapkę, zwężającą się w kierunku środka dolnej części karku, oraz rozjaśnienie w środkowej części skrzydeł. Sikora uboga najczęściej nie ma jasnego panelu na skrzydłach lub jest on mniej wyraźny i występuje jesienią u osobników ze świeżym upierzeniem. Między oboma gatunkami występują też wyraźne różnice w wydawanych przez nie głosach. U sikory ubogiej jest to szeroka gama dźwięków, najczęściej bardziej ostrych i gwałtownych – „piczu, piczuu”, „psitczu sippczu” lub „psiup”, albo nieco dłuższe „psiup si-si”. Natomiast w obronie gniazda lub młodych samica syczy, podobnie jak bogatki i modraszki.

Sikora uboga ma rozległy, choć rozerwany areal lęgowy, tworzony przez dwie odizolowane populacje – w Europie i wschodniej Azji. Podgatunki różnią się w niewielkim stopniu, głównie wielkością ciała i odcieniem upierzenia. Podgatunek nominatywny zamieszkuje północną i środkową Europę, w tym Polskę. Najmniejszym podgatunkiem jest natomiast *P. p. dresseri* z Walii, środkowej i południowej Anglii oraz zachodniej Francji. Charakteryzuje się on również najciemniejszą barwą upierzenia. Podgatunek *P. p. italicus* z Alp Francuskich, Włoch i Sycylii jest formą pośrednią pomiędzy podgatunkiem nominatywnym, występującym w większej części Europy (w tym w Polsce) a *P.p. dresseri*. Podgatunek *P.p. stagnatilis* ze wschodniej Europy



UBOGA

fol. Piotr Gwiz



Sikora
uboga w szacie
juwenalnej.

foto: Piotr Gajz

(do południowego Uralu i północno-zachodniej Turcji) jest podobny do formy nominatywnej, ale ma nieco jaśniejszą, płowozółtą górną część ciała. *P. p. kabardensis* z Kaukazu i północno-wschodniej Turcji jest także podobny do nominatywnej formy, ale może mieć nieco dłuższy ogon i jaśniejszą lub szarą górną część ciała i bielsze policzki.

Wyglądem najbardziej różnią się ptaki z odizolowanych, wschodnioazjatyckich populacji, które część naukowców proponuje traktować jako odrębny gatunek, choć ostatnie badania tego nie potwierdziły. W języku polskim tę wschodnią grupę podgatunkową nazywa się sikorą Taczanowskiego, zwłaszcza jej nominatywny podgatunek – *P. p. brevirostris* z południowo-wschodniej Syberii, północnej Mongolii, północno-wschodnich Chin i Korei Północnej. Ma on jaśniejszą, szarą górną część ciała, niewyraźny lub nieobecny płowozółty odcień na spodniej stronie, który może też być rudawy we wschodniej części zasięgu. Poza tym ma blade obrzeżenia lotek, które czasami tworzą niewielki jasny panel na zamkniętych skrzydłach, podobnie jak u sikory czarnogłówki *P. montanus*. Do tej grupy podgatunkowej należy również sachaliński podgatunek *P. p. ernsti*, podgatunek *P. p. hensoni* z Kuryli i Hokkaido (Japonia), *P. p. hellmayri* ze wschodnich Chin i Korei Południowej oraz *P. p. jeholicus* z północnych Chin i Korei Północnej.

Sikora z dobrą pamięcią

Choć upierzenie sikory ubogiej, jak wskazuje nazwa, jest dość skromne, to ptak ten charakteryzuje się niezwykle

temperamentem, sprytem i inteligencją. Jest też najbardziej ruchliwą i energiczną z europejskich sikor. Najlepiej scharakteryzował ją Jan Sokołowski w książce „Ptaki ziem polskich” (1958): „Jest bardzo wścibska i np. do karmnika ustawionego tuż za szybą przychodzi jako pierwsza, ale zawsze ukradkiem, jak złodziej. Ziarna konopi nie zjada na miejscu, lecz prędko napycha sobie nimi dziób i gardło, i natychmiast ucieka, aby siadłszy gdzieś na grubszej gałęzi, wypluć je i podrobić ze spokojem. Niejednokrotnie widziałem, jak zabierała po dziewięć stosunkowo dużych ziarn. Zdumiewająca jest siła, z jaką ten mały ptak rozkłada konopie lub słonecznik przytrzymując je nóżkami, po trzech uderzeniach potrafi rozłupać najtwardsze ziarnko”. Sokołowski (1958) podkreśla także siłę i energię sikory ubogiej: „W stosunku do wielkości ciała z pewnością nawet dzięcioły nie rozwijają takiej energii. Za pomocą dzioba sikora uboga potrafi wykuć nawet własną dziuplę, tak jak to czynią dzięcioły, co prawda tylko w miękkim, spróchniałym drewnie. Oczywiście dziób szybko się ściera i dlatego równie szybko odrasta na nim powłoka rogowa. W lecie, gdy pożywienia jest dużo i ptak nie potrzebuje zdobywać go z trudem, powłoka rogowa szybciej odrasta niż się ściera i dlatego przy końcu lata sikora uboga ma dziób znacznie dłuższy niż w zimie”.

Zarówno Sokołowski, jak i inni ornitologowie podkreślają również, że sikora uboga jest mniej towarzyska niż inne sikory, zimą widywana jest głównie parami, a jesienią również w stadkach do 20 osobników, ale w towarzystwie innych gatunków znacznie rzadziej. Stado sikor ubogich zachowuje się jednak dość cicho i czasami tylko kucie

Sikora uboga słynie z robienia zapasów na zimę, które odnajduje dzięki dobrej pamięci.



foto: Piotr Gyz

w gałązki zdradza ich obecność. Wielu ornitologów podkreśla także inne, wyjątkowe cechy tej sikory, związane ze zdobywanym pożywieniem, które stanowią głównie bezkręgowce, w tym różne owady, skoczogonki (Collembola), pajęczaki oraz małe ślimaki (Gastropoda). Sikora uboga zjada również dużo pokarmu roślinnego, w tym owoce maliny, jabłoni, głogu i czarnego bzu. W skład diety wchodzi też szeroka gama nasion, m.in. drzew iglastych i liściastych (głównie nasiona szyszek i bukwów) oraz roślin takich jak ostrożeń, wiciokrzew, zboża i trawy oraz kwiaty i pąki wierzb, olchy, brzozy, osiki, a także ich soki. W zimie jest generalnie dość rzadko spotykana w karmnikach dla ptaków, chyba że znajdują się w bezpośrednim sąsiedztwie lasów.

Tym, z czego słynie sikora uboga, jest gromadzenie żywności na zimę, a więc robienie zapasów (częściej w Europie kontynentalnej niż w Wielkiej Brytanii). Takie zapasy stanowią najczęściej nasiona zdobyte w karmnikach, a także niektóre bezkręgowce (np. ślimaki), zwykle gromadzone w okresie od sierpnia do końca lutego. Swoją zdobycz sprytnie sikory ukrywają za luźną korą, w dziuplach drzew, w stosach drewna, pod kępami mchów, wśród ściółki leśnej i we wgłębieniach w ziemi. W środkowej Norwegii jeden ptak zgromadził ok. 80 000 nasion. Jednak nie to jest najciekawsze. Swoje magazyny żywności sikora uboga odnajduje za pomocą pamięci, a nie losowego wyszukiwania. Mało tego, w pierwszej kolejności wykorzystuje najwcześniej zgromadzoną żywność, aby nie uległa zepsuciu. Tę swojego rodzaju inteligencję zawdzięcza hipokampowi, który jest o 31 proc. większy niż u bogatki, pomimo więk-

szego rozmiaru i większego przedomózgowia u tej drugiej (Anderson i in. 2007). Można więc powiedzieć, że sikora uboga jest jedną z najmądrzejszych sikor, a na pewno ma najlepszą z nich pamięć.

Jedna sikora z wieloma imionami

Sikora uboga była w Polsce znana pod wieloma różnymi, czasami osobliwie brzmiącymi nazwami. Najpopularniejszą jest szarytka, ale nazywano ją też błotniczką, sikorą trzcinną, sikorą popek, sikorą makopijem, sikorą popielatą lub popkiem błotnym. Te nazwy nawiązują częściowo do środowiska zamieszkiwanego przez ten gatunek. Sikora uboga najczęściej zasiedla stare, ale niezbyt rozległe lasy liściaste i mieszane na nizinach, pogórzach i w górach, ze stosunkowo dużym udziałem martwych lub rozkładających się drzew oraz z bogatym runem (Czarnecki i in. 1982, Gosler i in. 2020). Ale nie wszędzie. W południowej Anglii zdecydowanie preferuje tereny leśne z dobrze rozwiniętymi zakrzewieniami (Hinsler i in. 2007). Preferuje lasy porośnięte dębem i bukiem, lasy mieszane i łęgi z olchą, topolami, brzożami, wierzbami i czeremchą zwyczajną. Także zalesione obrzeża upraw, sady, okazjonalnie parki i duże ogrody oraz obrzeżenia trzcinowisk stanowią dla niej doskonałe siedlisko. Poza sezonem lęgowym spotykana jest także w lasach iglastych, szczególnie tam, gdzie nie ma sikory czarnogłowej, a na obszarach wiejskich może odwiedzać ogrody, zwłaszcza te w pobliżu lasów.

Występuje zwykle do wysokości ok. 1300 m, jedynie w Grecji sięgając do 2200 m n.p.m. (na górze Olimp).

Nieco wyżej występują ptaki ze wschodnich populacji – w Japonii do 1400 m, a w Chinach i Korei do 2100 m. Sikora uboga charakteryzuje się również tym, że jest gatunkiem z reguły osiadłym, a dyspersja polegowa juwenalnych ptaków dotyczy niewielkich odległości, przy czym samice przemieszczają się średnio dalej niż samce (Wesołowski 2015). W północnej części zasięgu jest gatunkiem częściowo migrującym na południe, ale mimo to wędruje na mniejsze odległości niż inne sikory. W Wielkiej Brytanii większość ptaków przemieszcza się na odległość mniejszą niż 20 km, wyjątkowo do 55 km, z jednym stwierdzeniem do 79 km (Broughton i in. 2014). Podobnie jest w innych częściach Europy, z rekordem dotyczącym ptaka stwierdzonego 120 km poza terenami lęgowymi. W konsekwencji notuje się bardzo mało stwierdzeń poza naturalnym zasięgiem i dotyczyły one dotąd tylko Irlandii i Portugalii.

Okres lęgowy

Okres lęgowy sikory ubogiej trwa od końca marca do czerwca. Badania przeprowadzone w Polsce (Wesołowski i in. 2016) i w Szwecji (Källander i in. 2017) wykazały dużą elastyczność w zakresie terminu składania jaj przez poszczególne samice, w zależności od warunków pogodowych. Sikora uboga zwykle wyprowadza tylko jeden lęg w roku lub czasami dwa (w Rosji i na południu zasięgu) i jest gatunkiem generalnie monogamicznym, w którym pary łączą się zazwyczaj na całe życie (Broughton 2006). Terytorium po zajęciu jest bronione przez cały rok, przy czym terytorium zimowe może być nieco większe w niektórych częściach zasięgu. Wielkość takiego terytorium jest zmienna, od 2,3–4,6 ha w południowej Anglii do ok. 5,8 ha w Niemczech. Sikora uboga regularnie wykorzystuje miejsce gniazdowe z poprzedniego sezonu, szczególnie jeśli para nie odniosła sukcesu lęgowego. Ciekawe jest również to, że poza sezonem lęgowym para sikor toleruje często na swoim terytorium 3–7 niespokrewnionych młodych osobników, które wiosną mogą łączyć się w pary i zajmować teren sąsiedni.

Toki sikor ubogich obejmują głównie karmienie samicy przez samca podczas zalotów, przy czym samica żebrze i macha szybko skrzydłami, niczym podloty. Gniazdo buduje tylko samica, ale obie płcie poszerzają otwór wejściowy. Samo gniazdo znajduje się w rozmaitych dziurach, zagłębieniach i dziuplach w wypróchniałych i ściętych drzewach lub wśród wywróconych korzeni drzew, rzadziej we wgłębieniach w murze lub w dołkach w ziemi. Wyściółka jest mniej obfita niż u innych sikor i najczęściej składa się z mchu, materiału roślinnego, sierści zwierzęcej i piór. Gniazdo usytuowane jest do 10 m (przeważnie 2–4 m) nad ziemią. Wielkość otworu wejściowego jest dość mała i wynosi 2–3,5 cm, a średnica wewnętrzna – ok. 5 cm.

Samica składa 5–11 (zwykle 6–9) białych jaj z jasnobrazowymi, czerwobrazowymi lub fioletowo-czerwonymi plamkami, skupionymi na szerszym końcu. Jaja mają średni rozmiar 16,5 mm × 12,5 mm (zakres 16–17 × 12–13 mm). Wysiaduje je tylko samica przez 13–17 dni w Europie lub 12–19 dni w północnej Japonii (Nomi i in. 2012) i jest



Czasami sikory ubogie zakładają gniazda w nietypowych miejscach, np. w stalowym słupie.

foto: Piotr Gmz

w tym czasie karmiona przez samca. Pisklęta karmione są przez oba ptaki przez 16–21 dni i potem przez kolejne 7 dni po opuszczeniu gniazda.

Sukces lęgowy sikory ubogiej jest słabo poznany, ale wiadomo, że jest wyższy w skrzynkach lęgowych niż w naturalnych dziuplach. W południowej Anglii największym zagrożeniem dla sikor jest drapieżnictwo łasic pospolitych *Mustela nivalis*, które stanowią główną przyczynę strat lęgowych. W Niemczech natomiast z 29 badanych gniazd aż 16 (55 proc.) padło ofiarą drapieżnictwa dzięcioła dużego *Dendrocopos major* i sójki zwyczajnej *Garrulus glandarius*. Wiadomo, że wysiadujące samice są regularnie atakowane podczas inkubacji (Wesołowski i Rowiński 2006). Jeśli jednak ptakom uda się odchowić lęg, to młode mogą rozmnażać się już w pierwszym roku życia i w sprzyjających warunkach mogą dożyć nawet 11 lat i 11 miesięcy.

Przeszłość i przyszłość sikor ubogich

Nie wiadomo, kiedy dokładnie pojawiła się sikora uboga, ale z pewnością musiała istnieć już w plejstocenie. Dowodem na to są niektóre szczątki kopalne tego gatunku, w tym te znane z Polski. W naszym kraju sikora uboga znana jest z kości pochodzących z 4 jaskiń (Bocheński

i in. 2012). Jedna kość pochodzi z Jaskini Oblazowej i jest datowana na ostatnie zlodowacenie lub wczesny holocen (ok. 10 tys. lat temu). Kolejne, młodsze szczątki pochodzą z Jaskini Dużej nad Mosurem Starym, z warstwy datowanej na epokę brązu (5660–3710 lat temu). Trzy inne kości pochodzą z Jaskini Jasnej Strzegowskiej, a dwa kolejne fragmenty, należące do dwóch osobników (o niepewnej tożsamości) – z jaskini na Biśniku. W obu przypadkach szczątki znaleziono w osadach o niepewnej stratygrafii. Mogą więc być znacznie starsze od pozostałych. Wiadomo też, że w XIX wieku sikora uboga była liczным gatunkiem lęgowym na nizinach i w górach (Wodzicki 1850, 1851; Kocyan 1884., Taczanowski 1882). Jak jednak wygląda obecna sytuacja gatunku w Polsce i na świecie?

Międzynarodowa Unia Ochrony Przyrody (IUCN) uznaje sikorę ubogą za gatunek najmniejszej troski (LC, *least concern*), liczny lub lokalnie liczny, a jej globalną liczebność oszacowano na 10–21 milionów dorosłych osobników (BirdLife International 2015). W Europie liczebność szacuje się natomiast na 2,9–5,7 mln par, ale jej zagęszczenie na lęgowiskach jest zmienne w zależności od siedliska i zawsze niskie w porównaniu z bogatką zwyczajną *Parus major* czy modraszką zwyczajną *Cyanistes caeruleus*. Wiadomo też, że w drugiej połowie XX wieku sikora uboga rozprzestrzeniła się na północno-wschodnią Holandię, ale za to niedawno zniknęła z Galicji i północnej Asturii (w Hiszpanii), prawdopodobnie z powodu utraty i fragmentacji siedlisk (de Juana i Garcia 2015, INDUROT 2014). Wyraźny spadek liczebności odnotowano także w Wielkiej Brytanii (o prawie 75 proc. od lat 60. XX wieku) i tam jej zasięg zmniejszył się o prawie 20 proc., pomimo utrzymującego się wysokiego sukcesu lęgowego i widocznej poprawy jakości siedlisk (Broughton i in. 2006). Liczebność spada również w Szwecji, mimo że w ostatniej dekadzie wzrosła tam wielkość lęgu, prawdopodobnie w odpowiedzi na ten spadek (Ryttman i Hall-Karlsson 2010).

W Polsce sikora uboga jest średnio liczny ptakiem lęgowym i zimującym, ale mimo to jest najrzadszą krajową sikorą. Według szacunków Monitoringu Pospolitych Ptaków Lęgowych, w latach 2013–2018 populacja sikory ubogiej w Polsce liczyła 192–326 tysięcy par lęgowych (Chodkiewicz i in. 2019). Po silnych spadkach na początku XXI wieku populacja ustabilizowała się na poziomie około 30 proc. niższym niż w roku 2000, a nawet wykazuje trend wzrostowy (Chylarecki i in. 2018). Sikora uboga występuje w całym kraju, ale najwięcej ptaków zasiedla Sudety, Karpaty i północną część kraju (Zawadzka 2011). Liczebność w Polsce jest silnie związana z ujemnymi temperaturami zimą (Nilsson 1997, Wesołowski 2007), zwłaszcza w grudniu. Wieloletnia dynamika liczebności krajowej populacji jest więc przynajmniej częściowo efektem warunków pogodowych. Należy jednak podkreślić, że sikora uboga jest gatunkiem mającym niski potencjał rekolonizacji i ekspansji, ze względu na niską dyspersję (Nilsson 1997, Wesołowski 2007, 2015). Jej przyszłość nie jest więc do końca pewna. Pewne jest natomiast, że jest gatunkiem wymagającym znacznie lepszego poznania.

Literatura

- Anderson P. i in. 2007. *The Hippocampus Book*. Oxford University Press. p. 640.
- Bocheński Z. i in. 2012. A history of Polish birds. Institute of Systematics and Evolution of Animals. Polish Academy of Sciences. Kraków.
- Broughton R.K. 2006. An example of polygyny in the Marsh Tit. *British Birds* 99(4): 211–212.
- Broughton R.K. i in. 2014. Winter habitat selection by Marsh Tits *Poecile palustris* in a British woodland. *Bird Study* 61(3): 404–412.
- Broughton R.K. i in. 2015. Winter social organisation of Marsh Tits *Poecile palustris* in Britain. *Acta Ornithologica* 50(1): 11–21.
- Broughton R.K. i in. 2006. Marsh Tit *Poecile palustris* territories in a British broadleaved wood. *Ibis* 148(4): 744–752.
- Broughton R.K. i Hinsley S.A. 2015. The ecology and conservation of the Marsh Tit in Britain. *British Birds* 108(1):12–29.
- Burfield I., van Bommel F. Editors. 2004. Birds in Europe: Population Estimates, Trends and Conservation Status. BirdLife Conservation Series 12. BirdLife International, Cambridge, UK.
- Chodkiewicz T. i in. 2019. Raport z wdrażania art. 12 Dyrektywy Ptasiej w Polsce w latach 2013–2018: stan, zmiany, zagrożenia. Biuletyn Monitoringu Przyrody 20: 1–80.
- Chylarecki P. i in. 2018. Trendy liczebności ptaków w Polsce. GIOŚ, Warszawa.
- Cordinadora Ornitológica d'Asturies/INDUROT. 2014. Atlas de las Aves Nidificantes de Asturias. COA, Asturias.
- Czarnecki Z. i in. 1982. Ptaki Europy: przewodnik terenowy. Warszawa. Wydawnictwo Naukowe PWN.
- de Juana E., Garcia E. 2015. *The Birds of the Iberian Peninsula*. Bloomsbury, London, UK.
- Gedeon K., C. i in. 2014. *Atlas Deutscher Brutvogelarten – Atlas of German Breeding Birds*. Stiftung Vogelmonitoring Deutschland and Dachverband Deutscher Avifaunisten, Münster, Germany.
- Gosler A. i in. 2020. Marsh Tit (*Poecile palustris*), wersja 1.0. W: *Birds of the World* (red: del Hoyo J., Elliott A., Sargatal J., Christie D.A. i de Juana E.). Cornell Lab of Ornithology, Ithaca, NY, USA.
- Hinsley S.A. i in. 2007. Habitat selection by Marsh Tits *Poecile palustris* in the UK. *Ibis* 149 (Suppl. 2): 224–233.
- Källander H. i in. 2017. Variation in laying date in relation to spring temperature in three species of tits (Paridae) and pied flycatchers *Ficedula hypoleuca* in southernmost Sweden. *Journal of Avian Biology* 48(1): 83–90.
- Kocyan A. 1884. Ptaki spostrzegane po stronie północnej Tatr. *Pamiętnik Towarzystwa Tatrzańskiego* 9: 50–70.
- Nomi D. i in. 2017. Breeding biology of four sympatric tits in northern Japan. *Wilson Journal of Ornithology* 129(2):294–300.
- Taczanowski W. 1882. *Ptaki Krajowe*. T.1-2. Akademia Umiejętności. Kraków.
- Wesołowski T. 2015. Dispersal in an extensive continuous forest habitat: Marsh Tit *Poecile palustris* in the Białowieża National Park. *Journal of Ornithology* 156(2): 349–361.
- Wesołowski T. i in. 2016. Immense plasticity of timing of breeding in a sedentary forest passerine, *Poecile palustris*. *Journal of Avian Biology* 47(1): 129–133.
- Wodzicki K. 1850. Systematyczny spis ptaków uważanych w dawnej Ziemi Krakowskiej. *Biblioteka Warszawska* 1:351-364.
- Wodzicki K. 1851. Wycieczka ornitologiczna w Tatry i Karpaty galicyjskie na początku czerwca 1850. Nakładem autora. Leszno.
- Zawadzka D. 2017. Zimowe sikory. *Przyroda Polska* 2 (945): 13.