

STŘEDNÍ PRŮMYSLOVÁ ŠKOLA OTTY WICHTERLEHO

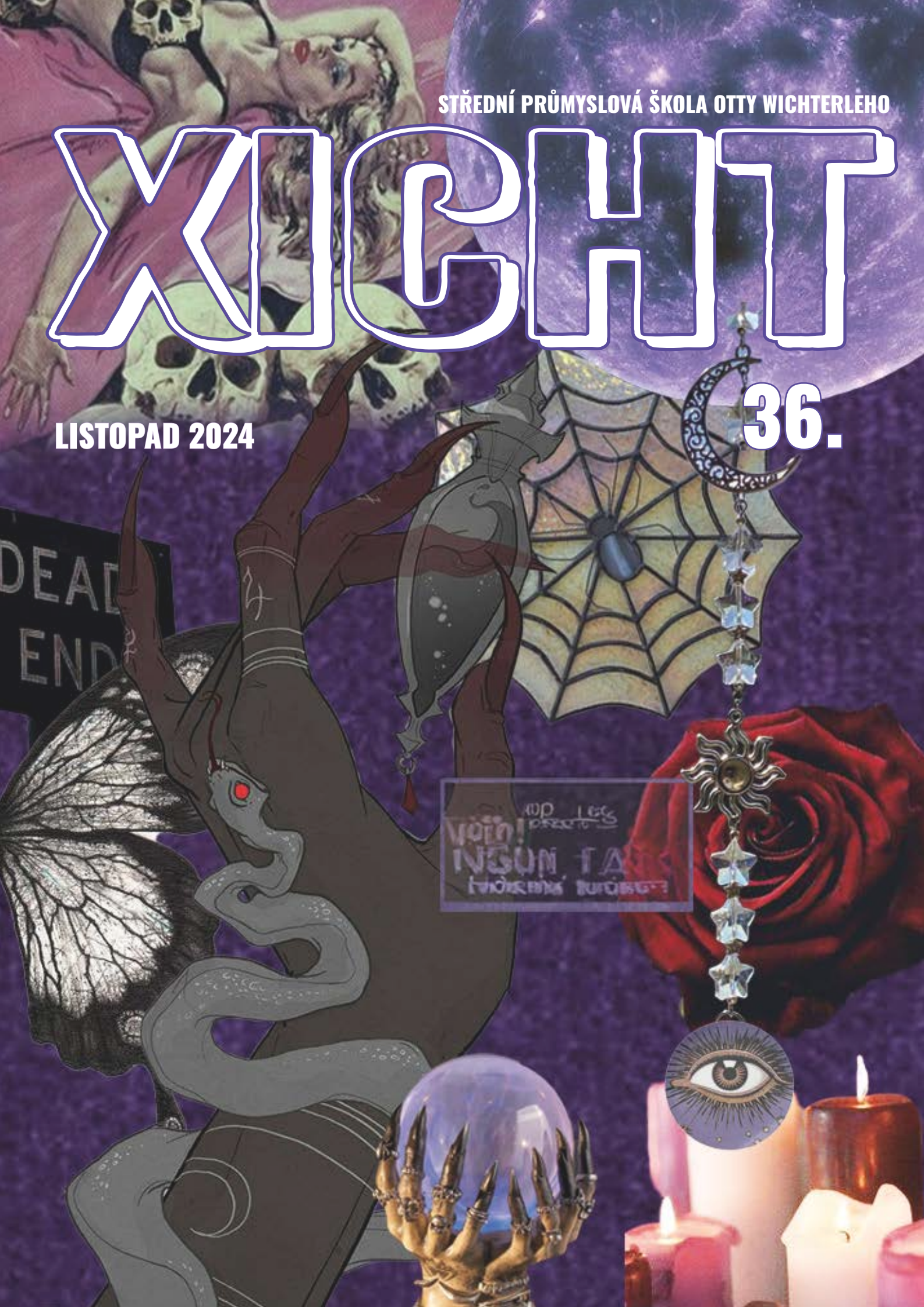
XIGHT

LISTOPAD 2024

36.

DEAD
END

AD LGS
VOLO!
INGUN TAD
HODIKINS TURIGG?



Jak vznikla titulní stránka

Titulní stránka vznikla výběrem základní fotografie, která tvoří pozadí. Dalšími prvky jsou výběry z fotografií, které jsou postupně vkládány a různě upravovány, např. otočení nebo změna jejich velikosti. Obrázky jsou z free fotobanky a u většiny z nich je vyžadováno uvedení zdroje. Podobně koláže lze vytvořit použitím umělé inteligence (AI).



AI v grafických programech

Umělá inteligence (AI) nám stále více zasahuje do našeho pracovního života. Nejinak tomu je i u oboru Reprodukční grafik. Každá aktualizace programu přináší nové nástroje, a proto je na každém grafikovi, aby se neustále vzdělával.

Generativní AI je typ umělé inteligence, která posiluje kreativitu vytvářením úžasných výsledků z jednoduchých textových zadání. Velmi nám práci ulehčuje, ale hlavně zefektivňuje. S její pomocí snadno odstraníme nežádoucí prvky na fotografii, vytvoříme koláž nebo vektor, generativní výplně, generování pozadí i rozšíření obrázku.

Ne vždy a všude ji lze aplikovat. Zatím stále platí, že znalosti správného výrobního postupu jsou i v tomto oboru na prvním místě.

Iva Kocandová a Pavla Bernardová



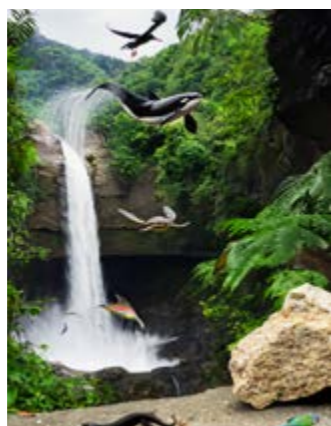
Adéla Čermáková, 4. TG – ručně vytvořená koláž (vlevo) a pomocí AI (vpravo), zadány stejné parametry



Lucie Bubeníčková, 4. TG – ručně vytvořená koláž (vlevo) a pomocí AI (vpravo)



Adriana Krejcarová, 4. TG – ručně vytvořená koláž (vlevo) a pomocí AI (vpravo)



Jan Hrnčíř, 4. TG – ručně vytvořená koláž (vlevo) a pomocí AI (vpravo)



Anna Hrnčířová, 4. TG – ručně vytvořená koláž (vlevo) a pomocí AI (vpravo)

„Z“ jako změna



Písmeno Z se kolem nás objevuje v poslední době dost často. Před třemi lety se stalo symbolem útočné agresivní války na Ukrajině, která bohužel trvá i nadále, a všichni si přejeme, aby byl agresor spravedlivě potrestán. Ale o tom dnes psát nebudu, i když je to téma na hodně dlouhý článek.

Všichni naši studenti se řadí do takzvané generace Z (narození mezi lety 2000 až 2010), do skupiny, charakteristické životem online, úzkým propojením na digitální technologie, rychlým sdílením svých myšlenek, pocitů a názorů. Zároveň i svojí velkou empatií, citlivostí na mezilidské vztahy, rasismus, sexualitu a spoustu dalších oblastí. Všechny uvedené vlastnosti můžeme hodnotit jako velice pozitivní a jako velkou naději pro další generace, kdyby s tím ale nebyla spojená u nemalé části populace i snížená psychická odolnost, malá sebedůvěra a obava ze stresových situací. Přitom právě reakce na stres je nám přírodou dána jako pomyslný hnací motor, který nás nutí překonávat překážky a posouvat nás k vyšším výkonům a úspěchům. Stres nás v malé či větší míře provází celý život a je nutné se s ním naučit žít, složité situace s odvahou a odhodláním překonávat, ne jim podléhat a utíkat do závislosti na lécích, nebo hůře na drogách. Potom se totiž generace Z přeměňuje na generaci sněhových vloček (oba pojmy jsou oficiální a můžete je najít na webu).

No a konečně se dostávám k pomyslnému „jádro pudla“ či „zakopanému psu“. Pro nadcházející období jsem totiž pro naši generaci Z připravil velkou Změnu, která může někomu způsobit zvýšenou stresovou zátěž (pokud patří mezi „sněhové vločky“). Ještě před koncem tohoto kalendářního roku bude zahájena tady, v naší škole ve Velkém Poříčí,

velká stavební rekonstrukce, která potrvá přibližně dva roky. Bude znamenat místy zvýšený hluk způsobený stavební činností, určitý diskomfort, protože bude nutné staveniště obcházet, zvýšený pohyb vozidel a stavební techniky, cizích lidí v areálu školy a možná i někdy komplikace v zajišťování výuky v náhradních prostorách. Věřím, že to všichni zvládneme, protože víme, že je to akce časově ohraničená a výsledkem budou nové moderní prostory pro výuku a práci nás všech, nový restart a zvýšení atraktivitu školy. Myslím, že to za dva roky nepohodlí stojí. Velká část z Vás výsledek uvidí na vlastní oči a určitě zpětně pozitivně zhodnotí, jak to každý sám za sebe zvládl. Držme si palce, aby těch opravdu stresových a složitých situací bylo co nejméně a pozitiva převládla nad negativy. Pokud bude zájem, můžeme připravit XICHT Speciál, zaměřený na podrobnější informace o rekonstrukci školy. Ale to už nechám na Vás, studentech, zda o takové informace máte zájem a na kolektivitu redakce, která bude muset všechny podklady zpracovat.

Velká stavební rekonstrukce, která potrvá přibližně dva roky. Bude znamenat místy zvýšený hluk způsobený stavební činností, určitý diskomfort, protože bude nutné staveniště obcházet, zvýšený pohyb vozidel a stavební techniky, cizích lidí v areálu školy a možná i někdy komplikace v zajišťování výuky v náhradních prostorách. Věřím, že to všichni zvládneme, protože víme, že je to akce časově ohraničená a výsledkem budou nové moderní prostory pro výuku a práci nás všech, nový restart a zvýšení atraktivitu školy. Myslím, že to za dva roky nepohodlí stojí. Velká část z Vás výsledek uvidí na vlastní oči a určitě zpětně pozitivně zhodnotí, jak to každý sám za sebe zvládl. Držme si palce, aby těch opravdu stresových a složitých situací bylo co nejméně a pozitiva převládla nad negativy. Pokud bude zájem, můžeme připravit XICHT Speciál, zaměřený na podrobnější informace o rekonstrukci školy. Ale to už nechám na Vás, studentech, zda o takové informace máte zájem a na kolektivitu redakce, která bude muset všechny podklady zpracovat.

Přeji klidný podzim a celý následující rok. Zdraví Vás Vaš feditel.

Závislosti

V příspěvku školní psycholožky bych ráda přiblížila téma závislosti. I v naší škole se někdy setkám se žáky, kteří požíli návykovou látku, u mnohých je pak patrná závislost na informačních technologiích, kdy na nich tráví velké množství času a jsou tak nedílnou, pro ně nepostradatelnou, součástí jejich životů.

ZÁVISLOST se rozlišuje látková (psychoaktivní látky jako je alkohol, drogy, kouření atd.) a nelátková (hráčeká porucha = gaming, digitální technologie, tj. hazardní hry = gambling).

Látková závislost je definována 6 kritérii, když žák splňuje alespoň 3 v posledních 12 měsících, dá se hovořit o závislosti. Je to:

- bažení – neodolatelná chuť požit návykovou látku
- ztráta kontroly nad užíváním látky
- pokračování v užívání i přes negativní důsledky
- zvyšující se tolerance návykové látky
- zanedbávání volnočasových aktivit
- vyskytuje se somatický odvykací stav.

Nelátková závislost je definována 9 znaky, pokud se vyskytuje 5 a více znaků v uplynulém roce, můžeme mluvit o závislosti na digitálních technologiích. Znaky jsou:

- zaujetí digitálním světem
- zhoršení psychického a fyzického stavu při odejmutí
- zvyšující se tolerance, kdy se navyšuje čas
- ztráta kontroly nad užíváním
- ztráta zájmů
- pokračování přes nepříznivé důsledky
- lhaní
- využití digitálního světa pro zmírnění negativních pocitů
- zhoršení nebo ztráta práce, školy, kariéry.

Nejdůležitější je včasná intervence, adekvátní a účinná pomoc a podpora.

Jak mohou pomoci rodiče?

Mezi posilující, pozitivní faktory patří vřelé prostředí v rodině se zdravou komunikací, snaha rozumět emocím, nastavená pravidla (laskavý způsob, bezpečný prostor), zájem o dítě, trávení volného času a střídmý přístup k návykovým látkám, tzv. selským rozumem je třeba vyhodnotit situaci.

Mezi negativní faktory patří nezdravá komunikace (hádky, domácí násilí atd.), psychiatrické onemocnění v rodině, někdo v rodině užívá návykové látky, emoční oploštělost, absentující otec, příliš autoritativní výchovný styl. Patří sem i psychologické faktory jako duševní porucha dítěte (např. ADHD, posttraumatická stresová porucha, úzkostné poruchy atd.), rozvod rodičů, nízká odolnost vůči zátěži, zvýšená impulzivita, nejistá identita, nízká sebeúcta.

Závislí žáci mohou být ve školním prostředí rozpoznatelní pro rodiče i učitele na základě příznaků: usíná ve škole, zhoršila se sebedůvěra, zhoršil se psychický stav, straní se kolektivu, zhoršil se prospěch, častější absence, zhoršuje se soustředění a krátkodobá paměť.

V současné době u dětí vedou ve vzniku závislosti:

- digitální technologie
- kratom – volně dostupná látka, stimulační účinky v nižších dávkách, ve vyšších sedativní
- polysyntetické kanabinoidy – HHC, THC-P
- energetické nápoje
- nikotinové výrobky.

Co dělat, když zjistíte, že máte závislé dítě?

Klíčová je trojice profesí – psychiatr, psycholog a adiktolog, na které je možné se obrátit. **Psychiatr** – zhodnotí stav a diagnostikuje spolu s adiktologem závislostní poruchu. Může medikovat.

Psycholog – diagnostikuje psychologické obtíže na základě psychologického vyšetření.

Adiktolog – poskytuje závislému terapii, základní léčba trvá 3 měsíce, je potřeba pracovat s celou rodinou. Při těžkých závislostech je někdy vhodná i lůžková, pobytová péče na detoxikačním oddělení.

Budme pozorní k psychickým i fyzickým změnám u dětí/žáků, mějme odvahu jim změnit negativní, nezdravé přítomné závislosti pro jejich zdravé, příjemné budoucí v životě. Dopravujeme je s láskou k nim a tolerancí k chybám. Nadějí, že zvládnou žít bez závislosti. A k tomu potřebují hodně odvahy. Ale i my, dospělí.

Mgr. Petra Lišková, školní psychologka

Specifické poruchy učení

V předešlých článcích jsem již napsala hodně o popisu mé práce výchovné poradkyně. Jedním z důležitých bodů je komunikace s poradenskými zařízeními, která mimo jiné zjišťují specifické poruchy učení. Potvrzení jejich přítomnosti bývá nejdůležitějším kritériem pro stanovení diagnózy. Do poradny nejčastěji žáky posílá všímavý učitel. Poradna nám informace předá a já je poté poskytnu ostatním pedagogům školy.

Specifické poruchy učení:

1. dyslexie – porucha osvojování čtenářských dovedností, pomalé čtení, záměna písmen, vynechávání slov apod.

2. dysgrafie – porucha psaní, ovlivňuje písemný projev, jeho čitelnost a úpravu

3. dysortografie – porucha osvojování pravopisu, projevuje se zvýšeným počtem specifických chyb i obtížemi při osvojování gramatického učiva a aplikací gramatických jevů

4. dyskalkulie – porucha matematických schopností, která postihuje manipulaci s čísly, číselné operace, matematické představy a geometrii

5. dyspraxie – porucha, která postihuje osvojování, plánování a provádění volných pohybů

6. dysmúzie – porucha v osvojování hudebních dovedností, dítě obtížně rozpoznává či reprodukuje tóny, melodie, nedokáže rozlišit hudební nástroje ani zazpívat píseň.

Pokud má žák některou z těchto poruch, je uvedena ve zprávě z poradny a dále následuje popis, jak s takovým žákem pracovat.

Ing. Petra Lantová, výchovný poradce

Preventivní program Neumírej zbytečně

Dne 8. října se třídy 4. PD a 4. TG zúčastnily interaktivního preventivního programu Neumírej zbytečně. Tento program od Týmů silniční bezpečnosti využívá simulační výuku k osvojení znalostí a dovedností z oblasti řešení dopravní nehody a mentoringu při poskytování první pomoci zraněným pod dohledem zdravotnického záchranáře. Následně probíhá rozbor dopravní nehody s dopravním expertem. Žáci s lektory rozebírali jednotlivé okolnosti nehody a diskutovali o příčině a dalších souvislostech. Aktivní zapojení žáků do diskuse a simulace rozvíjí schopnost správně reagovat při krizové situaci v běžném životě, což není vždy snadné. Nesmíme proto zapomínat, že rychlé rozhodnutí či pomoc jsou zásadní a mohou zachránit lidské životy.

Mgr. Zuzana Kovářová, metodik prevence



Vytvořeno AI

Pozice sociálního pedagoga ve škole

Sociální pedagog je odborná pedagogická profese, která je zřízena i v naší škole.

Mojí cílovou skupinou jsou především žáci, zaměřuji se však také na pedagogické pracovníky a rodiny žáků. Často je nazývám mostem mezi rodinou a školou.

Standardně vykonávám tyto činnosti: prevence a preventivní působení, práce se školním či třídním klimatem, intervence, diagnostika a depistáž, metodická podpora pedagogů.

Také spolupracuji s rodinou žáka, podporuji školní úspěšnost žáků a poskytuji poradenství. Zaměřuji se především na komplexní podporu žáka. Všechny činnosti tedy cílím na zlepšení podmínek pro vývoj, výchovu, vzdělávání a socializaci žáka.

Pracuji také se žáky, kteří jsou sociálně znevýhodněni. To je v současné době neustále rostoucí problém, zpravidla souvisí se sociální nerovností, projevující se i ve vzdělávání. Pomoci může nejen včasná identifikace, ale také možnost následné podpory školní úspěšnosti.

Mgr. et Bc. Renata Kuldová,
sociální pedagog

ADAPTAČNÍ DNY

Třída 1. T

Dne 6. září proběhl adaptační den ve třídě tiskařů 1. T. Cílem bylo více poznat spolužáky a strávit den nejen ve škole, ale také venku. Seznamovací aktivity a hry nám pomohly zjistit více informací o ostatních spolužácích a zapamatovat si jejich jména. Počasí nám přálo, a tak jsme si užili také pobyt venku na místním letišti.

Mgr. Zuzana Kovářová, třídní učitelka



Třída 1. K

Budoucí kadeřníci z Velkého Poříčí za sebou mají seznamovací kurz, který se uskutečnil za podpory školního psychologa Mgr. Petry Liškové. Kurz proběhl v přátelském duchu a zakončen byl výšlapem na rozhlednu Signál. Žáci třídy 1. K hodnotí kurz jako vydařený a třídní učitelka je se třídou spokojená.

Bc. Zuzana Zelenková, třídní učitelka



Třídy 1. RG a 1. OT

Ve dnech 5. a 6. září se třídy grafiků a tiskařů zúčastnily adaptačního kurzu v Lachově na chatě Kačeří. Cílem kurzu bylo vzájemně se poznat a smelit náš velký kolektiv. V komunitním kruhu jsme se vzájemně poznávali, učili se svá jména, hovořili o svých zájmech, přáních a očekáváních. Odpoledne jsme se v rámci turistiky vypravili do Teplic na zmrzlinu, večer jsme opekli špekáčky, někdo hrál společenské hry, někdo si povídal a někdo jen tak odpočíval. Ráno se pár zájemců vypravilo na kopec ke kapličce pozorovat východ sluníčka. Adaptační kurz jsme zakončili pochodem do České Metuje. Kurz určitě splnil svůj účel a těšíme se na další podobné akce.

Ing. Ilona Černická, třídní učitelka



Třída 1. OD

Dne 23. září jsme se vydali se třídou 1. OD na adaptační výlet, který jsme absolvovali v Muzeu papíru a Muzeu stavebnice Merkur v Polici nad Metují. Po příjezdu nás čekala komentovaná prohlídka, která byla velmi zajímavá a obohacující. Žáci se dozvěděli mnohé o historii výroby papíru i o slavných českých stavebnicích Merkur. Součástí programu byla také návštěva dílen, kde si mohli sami vyzkoušet sestavování z Merkuru. Bylo hezké vidět jejich nadšení a kreativitu při práci. Poté jsme se prošli po městě a zastavili jsme se na malou dobrotu.

Celkově byl výlet úspěšný a žáci si odnesli nejen nové poznatky, ale také se mezi sebou více poznali, což naplnilo cíl adaptačního výletu.

Bc. Simona Kuhnová, třídní učitelka

Exkurze Za měnou

Dne 27. září navštívily třídy 2. N a 2. M Českou národní banku v Praze. Expozice Za měnou nás vzala nejen na cestu za naší měnou, ale poodhalila nám, co vše se skrývá za ní a za zdánlivě neproniknutelnými pojmy, které jsou s ní spojeny. Dozvěděli jsme se, co vše Česká národní banka dělá, aby v naší zemi dosáhla cenové a finanční stability a zajistila plynulost peněžního oběhu. Poznali jsme, kdo, proč a jak rozhoduje o nastavení a nástrojích měnové politiky, finanční stability nebo dohledu nad finančním trhem. Zjistili jsme také, že naše centrální banka působí nejen doma, ale je aktivní i ve světě. Všechny její činnosti nám srozumitelně vysvětlila průvodkyně, která interaktivně představila jednotlivé tematické celky. Na závěr naší prohlídky jsme hlavně zjistili, že za Českou národní bankou a naší měnou se, aniž bychom to vnímali, skrývá život každého z nás.

Ing. Lucie Maršálková



Náchodské Kuronské slavnosti

Žáci oboru Oděvní design měli možnost hned v úvodu nového školního roku prezentovat široké veřejnosti svoji tvorbu oděvů a oděvních doplňků. Byli totiž součástí programu Náchodských Kuronských slavností,



kteří se konaly v sobotu 7. září na Masarykově náměstí. A tak se v pozdním odpoledni objevily na pódiu první modelky a diváci mohli sledovat, jak mladá generace interpretuje současně trendy, experimentuje s materiály a vytváří nové, inovativní designy.

První kolekce **Like my Granny** přinesla návrat do šedesátých let. Typické byly krátké šaty do „A“, pestré barvy a hravé vzory, doplněné barevnými punčochami a kabelkami.

Tváře jablka je kolekce originálních kloboučků, pro které bylo předlohou právě obyčejné jablko. Ale i to má mnoho podob. **Kolekce Rest in Pieces** skládá počtu textilním zbytkům a odstřížkům, které na jedné straně patří k nejproblematičtějším odpadům na světě, ale na straně druhé představují dále zpracovatelný materiál.

Přestože jsou vesty z kolekce **Vesty 1:5** zhotoveny z jednoho materiálu, odráží každá vesta pestrost a kontrast osobností jednotlivých autorů. Vzniklo tak pět výjimečných vest.

Kolekce **Femme Fatale Punk** je oslavou rebelie, svobody a nekonvenčního ducha. Vzdává hold ikonické návrhářce Vivienne Westwood a jejímu vlivu na punkovou módu.

Memento Charta je kolekce, která připomíná papír, nedílnou součást našeho života, nositele emocí, příběhů, myšlenek. Vesta je vytvořena pracnou ruční technikou přišívání malých papírových komponentů.

Kolekce **Límce Don Q 21** byla výzvou pro studenty 1. ročníku vytvořit prostorově zdobený límec pro Dona Quijota, který se zatloukal do 21. století.

Mariposa je kolekce společenských šatů inspirovaných motýlími křídly. Odráží touhu ženy ukázat svou něžnost, krásu i sílu. Látka je jemně řasená a vrstvená, tvoří tak iluzi pohybu.

Módní přehlídka se těšila velkému zájmu diváků, což potěšilo všechny, kteří se na přehlídce podíleli.

Ing. Eva Bergmannová

KRAJINÁŘSKÝ KURZ

Orlické hory

V letošním roce se krajinářský kurz pro 2. a 3. ročník oboru Grafický design konal ve staronové formě. Vyjeli jsme na pětidenní pobyt do Orlických hor, na chatu Kačenka v sousedství Šerlišského mlýna.

Každý den se žáci věnovali pod dohledem pedagogů malbě a kresbě v plenéru. Podnikli jsme také dva delší výlety, jednou za výhledy do krajiny na Šerlich, podruhé za architekturou do Deštného. Večer byl čas na zhodnocení prací a diskusi, ale také na volnou zábavu, deskové hry a film. Vzniklo velké množství prací, ze kterých byla realizována výstava, která proběhla v září a říjnu v domově mládeže.

Bc. Janetta Klemensová



18. Artienále Vivat Smetana!

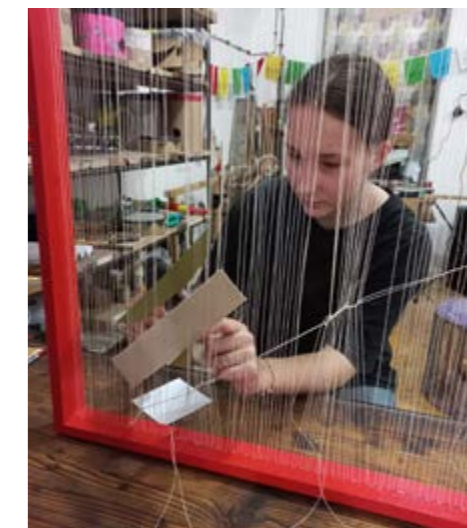
Výtvarné sympozium žáků středních uměleckých škol (za účasti SPŠOW Velké Poříčí, SUPŠ Jihlava-Helenín, Střední školy vizuální tvorby Hradec Králové, SUPŠ sochařské a kamenické Hořice, SUPŠ hudebních nástrojů a nábytku Hradec Králové a Školy Grace Pardubice) se letos konalo na téma Vivat Smetana u příležitosti výročí 200 let od narození Bedřicha Smetany. Probíhalo od 6. do 9. června v prostorách Umělecké kolonie Bastion IV. V Jaroměři-Josefově, kde měli účastníci k dispozici prostory Cirkulárního centra.

K realizaci svých návrhů byli z naší školy za obor Grafický design vybráni Filip Javůrek a Štěpán Capoušek ze třídy 3. PD, Anna Marie Bílková ze 4. PD a za obor Design textilu Veronika Ságlová ze třídy 2. M. Žáci strávili čtyři dny včetně víkendu v tvůrčím prostředí, museli si poradit s omezeným materiálem, časem a také poznat svoje schopnosti

a dovednosti při práci s různými nástroji. Seznámili se s kolegy a pedagogy z jiných škol, vznikla tak určitě i nová přátelství. Celá akce se opravdu vydařila a myslím, že

si účastníci odnesli výjimečný zážitek. Završením sympozia byla vernisáž a výstava v galerii Škroupovka v Hradci Králové

Bc. Janetta Klemensová



Co připravují aranžéři

Aranžéři zahájili nový školní rok podzimní výzdobou aranžérských prostor. Ukázky aranžérských prací si také mohli zájemci prohlédnout 26. září na výstavě Wichterle day v knihovně Barunky Panklové v České Skalici. Náš obor prezentovaly žákyně třídy 2. A Monika Kiezlerová a Eliška Baierlingová. Skvěle zvládly prezentaci, prodej, ale i dílničku, kde si návštěvníci mohli barvami vyzdobit drobné sádrové dekorace.

Ve dnech 7. až 8. listopadu proběhla soutěž AR JUNIOR v Praze. Žákyně soutěžily v disciplínách plakát, kresba zátiší, ručně psané písmo a maketa výkladní skříně. Plakát musel být zhotoven na PC a již hotový odvezen na soutěž. Jeden vytvořila Dorota Kainová a druhý Kateřina Fialová, obě žákyně třídy 3. A. Na místě pak soutěžila v kresbě zátiší Pavlína Strnadová ze 3. A, v ručně psaném písmu Eliška Fišerová ze 2. A a maketu výkladní skříně vytvořila Karolína Baudyšová ze 3. A. V rámci tvorby makety jsme oslovili paní Jitku Kyliarovou z Náchoda, která ručně vyrábí šperky převážně z minerálních kamenů a garantuje tak regionální produkt, což je téma pro tvorbu makety. Osobně jsme ji navštívili a navázali velmi příjemnou spolupráci.

V listopadu nás ještě čeká dekorování kláštera v Polici nad Metují na téma Vánoce u Opata a také tradiční Vánoční výstava ve Velkém Poříčí, a to v sobotu 23. listopadu, kam všechny srdečně zveme.

Michaela Kroulíková, učitelka praktického vyučování



Festival ilustrace LUSTR 2024 Praha



Dne 24. září vyjeli žáci 4. ročníku oboru Grafický design do Prahy na přehlídku současné autorské ilustrace, festival Lustr 2024. Ten pravidelně prezentuje to nejlepší a nejčerstvější ze současné české a slovenské ilustrace, své místo na něm mají i zahraniční tvůrci. Lustr nejsou jenom obrázky na zdi, ale rozmanité instalace více než padesáti vybraných autorů, přednášky a workshopy. Součástí aktivit okolo festivalu je také Symposium ilustrace v Broumově. Práce z letošního sympozia měly na festivalu svůj vlastní výstavní prostor.

Výstava byla rozdělena do několika sekcí, nacházela se ve dvou objektech v Holešovičské tržnici. Ke zhlédnutí bylo opravdu velké množství prací. Velmi zajímavé bylo vidět ilustrace v původní podobě, kreslené rukou, od prvních skic až po vytištěnou knihu, plakát či leporelo. Za pozornost stála rozmanitost a nápaditost prezentace prací i doprovodné prostorové objekty. Žáci měli možnost načerpat inspiraci ke své tvorbě, možná i k maturitě, která je tento školní rok čeká.

Bc. Janetta Klemensová a Mgr. Dagmar Prokopová

Designblok Praha 2024

Dne 4. října se žáci 3. a 4. ročníku oboru Grafický design zúčastnili mezinárodní designérské výstavy Designblok Praha. Exkurze zahrnovala návštěvu několika významných míst spojených s touto akcí, která účastníkům nabídla inspirativní pohled na současné trendy v designu.

Prvním cílem byla Jízdárna Pražského hradu, kde nás přivítala výstava High Craft, na které jsme měli možnost zhlédnout přes třicet úspěšných českých designérů a značek, které kombinují tradiční řemesla s nejvyššími estetickými standardy. Ve zvýšeném patře Jízdárny byla k vidění tematická výstava High Craft Books seznamující s knižní tvorbou předních českých nakladatelství.

Další zastávkou bylo Uměleckoprůmyslové muzeum v Praze s výstavou prací mezinárodních designérů tzv. Openstudio, kde jsme mohli obdivovat produktový design - nejrozličnější módní doplňky, šperky, ateliéry skla a mnohé další. Na závěr bylo možné navštívit také výstavní místo v Muzeu města Prahy či Openstudio Bastion Florenc.

Exkurze byla pro naše žáky nejen inspirativní, ale i velmi poučná a poskytla jim nové pohledy na budoucnost designu, ve které budou hrát klíčovou roli technologie i ekologie.

Mgr. Livia Součková



Výstava studentských výtvarných prací Hronov

Výstava studentských výtvarných prací, organizovaná naší školou a tradičně umístěná ve foyeru Čapkova sálu v Hronově, byla zahájena vernisáží dne 2. října a trvala do konce října.

Návštěvníci se opět mohli těšit na širokou škálu výtvarných prací z různých oborů jako je Grafický design, Oděvní design či Reprodukční grafik. Nalezli zde vystavené malby a grafiky z hodin Alternativní tvorby, studijní kresby z Figurální kresby nebo Výtvarné přípravy, ručně psané písmo z hodin Písma, dále textilní návrhy, prostorové objekty, grafické práce a následně také výstupy maturitních prací z předchozího školního roku a mnohé další.

Výstava, na její přípravě a realizaci se vždy podílejí samotní žáci, byla pro návštěvníky i letos nejen zajímavá, ale i inspirativní.

Mgr. Livia Součková



Exkurze do Poslanecké sněmovny a prohlídka korunovačních klenotů

Dne 24. září se třída 3. PD za deštivého počasí rozjela vlakem do Prahy na prohlídku Poslanecké sněmovny. V jejích prostorách na Malostranském náměstí žáci pod odborným vedením nejprve zhlédli krátký film, který přehlednou a zábavnou formou přiblížil základní funkce a činnost tohoto orgánu. Dále následovala návštěva nově otevřeného interaktivního Parlamentária, kde bylo možné si dokonce vyzkoušet i proslov za kopii řečnického pultu. Prohlídka pokračovala po nezbytné bezpečnostní kontrole přímo v historických sněmovních budovách. Nejzajímavější byla návštěva nádherně vyzdobeného hlavního jednacího sálu a zodpovídání mnoha otázek, na které průvodce zaslíbeně odpovídal.

V další části exkurze žákyně využily mimořádné příležitosti, která se naskýtá jednou za dlouhou dobu, a to vystavení českých korunovačních klenotů ve Vladislavském sále Pražského hradu. Odpoledne se počasí umoudřilo, dokonce chvílemi vysvitlo sluníčko, takže se odhodlaně zařadily do

fronty, která vlastně nebyla zas tak dlouhá a rychle postupovala. Za ten zážitek to rozhodně stálo, protože vitrína se vzácnými korunovačními klenoty a zářícími barevnými drahokamy zůstane všem návštěvníkům v paměti na dlouho. Slavnostní atmosféru podzimní Prahy plné turistů ze všech koutů světa měly žákyně možnost okusit ještě také procházkou z Pražského hradu Starým Městem přes Karlův most až na Staroměstské náměstí. Potom už následoval jen rychlý přesun na nádraží a cesta domů.

A jak hodnotí exkurzi třída? „Výlet do Poslanecké sněmovny jsme si užily. Dozvěděly jsme se nové informace a osvěžily si znalosti z občanské nauky. Také jsme viděly historické dokumenty, které ukazovaly ústavní vývoj České republiky. Naší další zastávkou byl Pražský hrad, kde byla jedinečná možnost vidět korunovační klenoty. Dlouhá řada nás nejdříve zaskočila, ale rychle se zkracovala, tak jsme to riskly. Zážitky rozhodně stály za to,“ dodala za všechny Silvie Černá.

Mgr. Renata Lelková



Střípky z domova mládeže

Kurz líčení

Na jaře letošního roku nám byl umožněn kosmetický kurz, který byl zaměřen na líčení. Paní kosmetička nám nabídla, že se s námi podělí o své zkušenosti, jak správně pečovat o pleť, jak na šetrné odličení a jak by mělo vypadat správné mytí obličeje. K tomu jsme zadarmo dostaly houbičku na make-up. Na čtyřech z nás potom vyzkoušela styly líčení pro různé příležitosti. Pro mě si vybrala jemný svatební make-up. Každé z nás se věnovala asi dvě hodiny, což se ovšem odrazilo na kvalitě každého make-upu a jeho preciznosti. Protože jsme měly každá jiné proporce obličeje, musela se po-



prat i s tím. Lektorka byla celou dobu moc milá a neustále si s námi povídala. Na konci každého líčení si nás vyfotila a všechny jsme byly s výsledkem spokojeny.

Natálie Seidlová 2. M

Vůně Orientu

Ve čtyřech lekcích na konci května jsme mohli zažít špetku exotiky. Pro žáky domova mládeže jsme pozvali tanečnici Gabrielu Roa, která nám v tělocvičně školy představila základy břišního tance, pro většinu z nás známého pouze z filmu. Její vystoupení bylo nadšeně přijato všemi přítomnými.

Julie Rumlerová, vychovatelka



SPORT

Okresní finále v basketbalu – Jaromeř

Na okresním finále v basketbalu v Jaroměři předvedli naši žáci skvělý bojovný výkon. Turnaj v Jaroměři byl ukázkou výborného basketbalu a napínavých utkání až do samého konce. Žákům naší školy se povedlo vybojovat v turnaji 3. místo. Gratulujeme.

Mgr. David Balaš



Za minerálními vodami

V červnu jsme navštívily s děvčaty z domova mládeže u Malých lázní v Bělovsi vrty Jan a Běla, které zde byly otevřeny pro širokou veřejnost. Měly jsme možnost prohlédnout si prostory, kde se minerální vody upravují, a to i s odborným výkladem. Na závěr exkurze nám pověřený pracovník předvedl ukázkou technologie úpravy vody. Toto zajímavé setkání jsme završily pojiďáním zmrzlinového osvěžení v poetickém prostředí místní kavárničky.

Kateřina Maisnerová a Sofia Krapivko 2. A,
Michaela Citová 3. K, Alina Riabenko 2. K



Z LITERÁRNÍ TVORBY NAŠICH ŽÁKŮ

Co vím o historii mé rodiny

Historie naší rodiny mě vždycky fascinovala. Z každé strany rodiny se objeví nějaký zajímavý předek nebo událost, která mě prostě pohltí, a nutně potřebuji vědět víc informací. Zde bych ráda něco řekla o mamčině rodině Pohlových.

První záznamy o Pohlových pocházejí z Orlických hor, z Antoniina údolí mezi Deštným v Orlických horách a Skuhrovem. Dodnes zde Pohlovi stále žijí. Odtud se jeden z mých předků vydal na „vandru“ a vyučil se mlynářem. Poté se přesunul do našeho kraje, přesněji do mlýna Dřevíček v Horním Dřevíči. Zde se narodil mamčin prapradědeček. Mlynářské řemeslo se touto dobou dědí už z generace na generaci. Z Horního Dřevíče se naši předkové přestěhovali do Police nad Metují.

V Polici se usadili v domě pod vesnicí Raďovcem, v bývalé „Hadrovně“. Tenkrát to byl pekařský mlýn, který byl v této oblasti jediný. Mlela se zde speciální jemná mouka na pečivo. Mlýnské kameny měli dovezené z Francie, tenkrát to byl unikát. V této době přichází na scénu i pekařské řemeslo, které se bude později střídat s mlynářským.

V polovině 19. století se mlýn dostává do vlastnictví Josefa Pohla, který měl nadání pro obchod. Například v Polici koupil dům, ten zrenovoval a následně výhodně prodal, a tím získal rodině velký majetek. Jeho syn Antonín Pohl bohužel neměl podobný dar. Měl velmi neklidnou povahu, hodně se hádal a nakonec přivedl mlýn „na buben“. Předtím, než se tak stalo, jeho manželka koupila v Polici pod pekárnou pozemek s domem, ve kterém žije rodina Pohlových dodnes. Tehdy se začali živit povoznictvím. Za první republiky vyměnili koně za automobil, který měli v Polici jako první. Druhá světová válka je naštěstí nijak vážně nezasáhla. Další důležitá událost se odehrává po druhé světové válce, kdy se rodina Pohlů opět rozděluje, a to emigrací Antonína Pohla do Austrálie, kde jeho větev žije dodnes. V roce 1950 přicházejí na scénu komunisté, kteří znárodňují Miroslavě Pohlově povoznictví i se dvěma automobily. Podnik bude navrácen až po roce 1989, kdy také zanikne.

Pohlovi vlastní pozemek pod pekárnou dodnes, v současné době zde žijí hned tři generace.

Anežka Rückerová, 3. PD

Povídá babička své vnučce: „Když jsem byla ve tvém věku, dostala jsem pět korun a donesla z obchodu mouku, rýži, chleba...“
„To teď už nejde, babi, všude jsou kamery.“



Smích je nejlepší lék

Každý z nás někdy slyšel, že smích je zdravý. Zajímavé však je, jak mocným lékem smích skutečně je. Dokáže nahradit léky proti bolesti či nachlazení i cvičení v tělocvičně. Smích je v podstatě jediný lék, který máme vždy po ruce, a navíc dokáže být v dobrém slova smyslu velice nakažlivý. Jakmile se někdo začne smát, často to vyvolá řetězovou reakci a i vaše okolí se začne smát. Přesto, že vědci účinky smíchu neustále studují a jeho fungování je pro ně stále záhadou, jedno je jisté. I jediný záchvat smíchu pro vás udělá víc než lékárna a tělocvična zároveň.

Smích pro nás přináší podle studií spoustu léčebných účinků:

- ★ tlumí bolest
- ★ výrazně zlepšuje náladu
- ★ prokrvuje a uvolňuje celé tělo
- ★ zlepšuje trávení
- ★ prevence zubního kazu
- ★ prevence infekce
- ★ zastoupí cvičení.

Psychologové zastávají názor, že schopnost udržovat si smysl pro humor a zasmát se tomu, co se nám v životě stane, může působit jako mechanismus, který člověku pomůže překonat náročná životní období. Jakmile se začneme smát, cítíme se najednou jinak. Dokážeme se uvolnit od stresu. Srdeční frekvence se zvýší a následně zase sníží, výsledkem toho se budete cítit příjemně a uvolněně.

Pár zajímavostí o smíchu:

Muži se smějí mnohem méně než ženy.

Smích v partnerském životě upevňuje vztah.

Hlubokým smíchem zhubnete až 40 kalorií za minutu.

Usmívající lidé jsou pro okolí o 80 % atraktivnější než lidé bez úsměvu.

Anna Kožešniková, 2. A



Anna Elizabeth Nechvilová, 3. PD



Štěpán Capoušek, 4. PD

Měla jsem radši mlčet

Jdu do své ložnice,
v domě voní skořice.
Venku padá první listí,
má mysl však nespí,
léto vystřídal podzim,
v noci ale nespím.

Myslím na tvoje oči,
vše se se mnou točí,
zeptat se tě kdo jsi,
nejspíš ten z knihy asi.
Měla jsem radši mlčet,
ale musela jsem to vědět,
jsi jako nedočtená kniha,
co na mě doma číhá.

Karolína Šafránková, 3. PD

Co vím z historie mé rodiny

O historii mé rodiny bych klidně mohla napsat celou knihu. Ale od toho je tu moje babička, která již několik desítek let sepisuje naši rodinnou kroniku. Jsem jí za to velice vděčná, protože takto vím něco málo i o mých příbuzných, kteří zemřeli dřív, než jsem se já vůbec narodila. Dokonce vím, jak vypadali rodiče a prarodiče mojí babičky, protože do kroniky vkládá i fotografie. Také tam jsou útržky ze starých novin o významných událostech. Našla jsem tam také seznam věcí, které si koupila moje praprababička. Téměř vše z jejího seznamu stálo jen pár haléřů.

Babiččini rodiče zemřeli velmi mladí. Já ani moje maminka jsme je bohužel už nezažili, ale slyšela jsem o nich mnoho. Oba se narodili kolem roku 1910. Bydleli v Nekoři, kde vychovali své čtyři děti. Nejstarší je moje babička Jarmila. Poté měli další dvě dcery Evu

a Milenu. A nejmladšího syna Františka. Babička se narodila v roce 1940. Zažila druhou světovou válku a v té době hodně marodila, měla černý kašel a záškrť. Její rodiče se o ni velmi báli, tehdy nebylo lehké sehnat léky. Naštěstí se z toho dostala. Vyprávěla mi, že její tatínek ve válce bojoval v lesích Orlických hor, musel bránit určité území před německými vojáky. Několik jeho kamarádů zde padlo. Její maminka pracovala v továrně, kde se šilo oblečení pro vojáky.

Když rodiče zemřeli, byla teprve mladá dívka a její sourozenci ještě ani nebyli dospělí. Od té doby se o ně starala, jako kdyby byla jejich matka. Vařila jim, prala, uklízela, chodila do práce. Když všichni vyrostli, odstěhovali se z Nekoře a každý začal svůj život jinde. František měl jednu dceru. Oba tragicky zahynuli, jeho mladá dcera skočila do splavu, kde se topil její pesek, František to viděl a skočil za nimi také, nikdo z nich

to bohužel nepřežil. Mrzí mě, že jsem bratra babičky nemohla poznat, prý to byl velký vtipálek.

Moje babička se přestěhovala do České Skalice za svým prvním manželem. Narodila se jim jedna dcera, a tou je moje teta. Babička byla ještě mladá, když se brali, bohužel rodiče jejího manžela ji nikdy nepřijali do rodiny a museli se od sebe odloučit. Babička si poté našla skvělého muže, se kterým žila až do jeho smrti, mého dědečka. Vyrůstal v pohraničí, proto uměl výborně německy a snažil se ten jazyk naučit i babičku. Dokonce uměl psát oběma rukama, protože byl jako malý levák a musel se to přeučit. Spolu měli druhou dceru, moji maminku. Od ní zase vím mnoho o tom, jaké bylo vyrůstat v době socialismu, když tady všemu veleli komunisti. I v této bláznivé době poznala chlapce, do kterého se zamilovala. Ale tam už začíná jiný příběh...

Anna Gavlasová, 3. PD

Smích je nejlepší lék

Když tě trápí bolest hlavy,
nebo máš den plný strachu,
vzpomeň si na vtip, co tě baví,
a smích tě zbaví všeho prachu.
Úsměv na tváři jak lék působí,
starosti mizí, radost se rodí.

Tak se směj, ať jsi mladý nebo starý,
smích je lék, co nestojí ani halíř.
Léčí duši, srdce i tělo,
s úsměvem jde všechno hravě a veselo.

I když život někdy dává zabrat,
smíchem můžeš vždycky zabojovat.
Tak se nestyď a směj se od srdce,
smích je nejlepší lék,
dozvíš se od dítěte i mudrce.

Eliška Linková, 2. A



Adéla Sára Plecháčová, 3. PD

Smích je nejlepší lék



Smích je jednou z nejcennějších schopností, které máme. Dokáže rozjasnit i ten nejtemnější den a přináší nám radost.

Mám štěstí, že mám ve svém životě nejlepší kamarádku, kterou jsem potkala před půlrokem u mé mamky v práci. Od té doby jsme se staly nerozlučnými a naše společné chvíle jsou naplněny smíchem a radostí. Když jsem poprvé viděla Zuzku, byla jsem překvapená, jak moc se mi hned zalíbila. Seděla u stolu v kavárně před obchodem mé mamky a smála se nějakému vtipu, který vyprávěly jejich společné známé. Její smích

byl nakažlivý a já jsem se nemohla ubránit úsměvu. Když mě mamka představila, Zuzka se na mě usmála a hned jsme začaly konverzovat, jako bychom se znaly už několik let. Bylo to, jako bychom našly ztracenou část sebe samých.

Od té doby jsme se začaly vídat častěji. Zjistily jsme, že nás spojuje nejen smysl pro humor, ale také spousta společných zájmů. Rychle jsme se staly kamarádkami a trávil jsem spolu hodiny, ať už jsme se potkávaly u mé mamky v práci, nebo jsme chodily ven. Naše rozhovory byly plné smíchu.

V té době jsem si uvědomila, jak moc je smích důležitý. Pomáhá nám překonávat nepříjemné vzpomínky a stres. Když se cítím skllesle nebo mám těžký den, stačí jen zavolat Zuzce a během pár minut se mi zlepší nálada. Za půl roku, co se známe, jsme si vytvořily krásné vzpomínky, které nás spojují. Víím, že se Zuzkou budu moci procházet životem, smát se a sdílet nejen radosti, ale i starosti. Smích je skutečně nejlepší lék a já jsem vděčná za to, že mám vedle sebe kamarádku, která mi ho dává každý den. Doufám, že naše přátelství bude pokračovat a že spolu prožijeme ještě mnoho dalších chvil plných smíchu a radosti.

Laura Petra Meierová, 2. A

Hitparáda mých restů

Resty. Tak dobří známí, že už jsou víceméně součástí mého charakteru. Jsme partneři ve zločinu už spoustu let, nehledě na doby, kdy jsme byli prakticky nerozdělitelní a jindy zase spolu nemluvili. Největší problém mi dělá něco odevzdat. Něco udělat, splnit, není zase takový problém. Vzpomenout si, že to mám odevzdat, je prakticky nemožné vzhledem k množství sklerotiků v rodině. Jakmile zapomenou jednou, šance na odevzdání se zmenšují. Samozřejmě mám i takové obyčejné stereotypní resty. Například už víc než dva roky odkládám úpravu fotek, které jsem ochotně nafotila na narozeninové oslavě své kamarádky. Právě teď tam někde leží zahrabané stovkami dalších fotek a čekají na úpravu. Výmluva je také moje dobrá známá. Už dlouho ji podezírám z intimního vztahu s resty. Kdykoli se objeví resty jakéhokoli druhu, ona neztrácí čas a s úsměvem na tváři se objeví

hned vedle. Nejčastější se moje výmluvy týkají školy. Jsem v posledním ročníku střední školy, očekává se, že myšlenky na učení, úkoly a spolužáky budou alespoň zčásti okupovat moji rozčuchanou mysl. Ano, na školu a učení myslím prakticky denně. To ale ještě neznamena, že mám dostatek rozumu a odpovědnosti na to, abych začala pracovat na konkrétní práci s předstihem. Ani náročnost a zdlouhavost dané práce mě nezastaví před ulehnutím do peřin. Je jen hrstka předmětů a lidí, kteří mě děsí natolik, že si radši nedovolím prokrastinovat. To ani jediná výmluva se mnou nezůstane, sbalí si svých pět důvodů proč a radši uteče z místa činu. Její odchod mě ale nikdy pořádně nevyleká. Vždy se vrátí a většinou je rychle zase doma. Vždyť já jsem vlastně jen oběť téhle doby. Ha! Já vám říkala, že se ty výmluvy zase vrátí. Není to tak, že bych měla mnoho restů. Ale když nějaké mám, tak pořádné. Většinou

jsou zdlouhavé a náročné, a ani trošku mě nebaví se s nimi bavit. Jsou nudní a nemají se mnou žádné slitování. Občas holt nejde udělat nic jiného než zatnout zuby, poprosit své předky o pozeňání a obětovat trošku svého času. Například čtenářské deníky. Od prváku jsem věděla, že po určité době ten svůj rozsypaný čaj nepřečtu. Proto si nejdřív všechno zapíšu do Wordu a pak to přepisuju. Kde mám ale sebrat všechn ten čas na přepisování? Chce to hlavně zachovat klidnou a chladnou hlavu. Od té doby, co studuji střední školu, se mé množství restů radikálně snížilo. Nevím kdy, jak a ani proč nastal ten zlom, ale hitparády restů víceméně ustaly. Možná za to může dospělost nebo sebeuvědomění, ale pravděpodobně za to můžou nějaké erupce na Slunci.

Adéla Čermáková, 4. TG

Ukázky z maturitních písemných prací žáků 4. PD

Invaze smombie

Povím vám příběh o mé mamince. Nedávno oslavila padesáté narozeniny. Rozhodla jsem se ji obdarovat něčím praktickým. Jak už to ale bývá, lidé v pokročilejším věku nemívají rádi změny. Bylo tomu tak i u mé maminky. Už sedmým rokem používala svůj tlačítkový telefon z doby kamenné. Když tedy v den narozenin otevřela dárek ode mě a uviděla nejnovější smartphone, prskala a tvrdila, že takové vymoženosti nepotřebuje a ani nevyužije. Avšak opak se stal pravdou. Když jsem ji asi o týden později navštívila, seděla celá rozzářená na gauči a luštila online křížovky! Posadila jsem se vedle ní. Nadšeně mi začala ukazovat nejruznější online kuchařky, aplikace s počasím a hry, ve kterých se stala během týdne přeborníkem. V dalších dnech jsem s údivem hleděla na upozornění, že si mě maminka přidala do přátel snad na všech sociálních sítích. Okamžitě jsem začala mazat fotky z diskoték a festivalů, ale to už tam od ní byly komentáře, ve kterých se spolu s rozruženými emotikony ptala, co jsem tam dělala, když jsem tvrdila, že spím u kamarádky. Nasedla jsem do auta a jela za ní, abych se jí za své lhaní omluvila. Se zděšením jsem zjistila, že stále sedí na tom samém místě absolutně pohlčená telefonem. Ani se na mě nepodívala, jen si pod vousy zabrbkala, že teď nemá čas, jelikož si na seznamce našla nového partnera. Následující den za mnou rozrušená a vzteky bez sebe přiběhla do práce. Posadila se a začala vyprávět, co se jí přihodilo. „Tak si představ, že jsem šla ráno nakoupit. Luštila jsem na telefonu po cestě křížovky. Najednou jsem do někoho vrazila a telefon mi z ruky vypadl přímo do kanálu! Začala jsem se vztekat, ale když jsem zvedla oči, uviděla jsem, že pán, do kterého jsem vrazila, byl ten František ze seznamky!“

Dagmar Malá

V hlavní roli příroda

To místo pochází z hlubin. Z hlubin mého srdce, ale i z hlubin údolí, kde moje rodina zapustila kořeny. Vede sem mnoho cest. Cest významných i smyšlených. Dostat se sem můžete také několika způsoby. Pěšky, silou vůle, se kterou si pohrává táhlý kopec s cestou posetou bílými kameny, nebo třeba přistáním padákem. Nohy tady můžete nechat dopadnout do čerstvých kadeří louky. Je tu i skupina stromů, před níž je postaven táborák. Stačí k němu sednout a za přítomnosti ohnivého tepla v duši pozorovat magické krkonošské scenérie. Ovšem jediný strom je odlišný. Jsou na něm pod sebou přibity dva kříže. První kříž, ten větší, patří mladému nešťastnému páru. Příběh těchto dvou otroků srdce se podobá Shakespearově hře rodů Monteků a Kapuletů. Druhý, ten méně nápadný, je zde přibit na památku zesnulého alkoholika, dříve však člověka se zdravou a nepošramocenou duší. Tento strom se zrodil pro lano.

Mé vlastní zážitky se však nepodobají problémům osobností se zánícenou hlavou plnou bolesti. Zdejší příroda mi do hlavy zasadila jen čerstvé květy. Jak ráda jsem si tu vždy s kluky z vesnice hrála na indiány a s kamarádkami na lesní víly. S maminkou jsem tu počítala hvězdy na černé obloze. Každé hvězdě jsem přísuzovala její vlastní hodnotu. Tak jako u lidí. Toto místo má své kouzlo za každého ročního období. Já ho mám však nejraději na jaře. V tuto dobu totiž mrazivý sníh odkrývá zbytky těl mrtvých rostlin. I zima má své oběti. Sněhové vločky tají a svým pramenem využívají nové plody. Rýbrcoul se sojkou se zde prochází a zmiňované oběti zimy sbírá do pohřební nůše. Proto si važme těchto míst, kde krása zrodu života i smrti tak intenzivně voní. Lezme na stromy. Nakrmme lesní zvěř. Staňme se aspoň na chvíli dobrovolnými oběťmi proudu času doposud neobjeveného přírodního života.

Karla Nováková

Prokrastinace – nová metla lidstva?

S prokrastinací jsme se zcela určitě všichni setkali. Ať už jde o práci či školu, některé věci se nám zkrátka dělat nechtějí. Dokonce se místo nich například učíme skládat Rubikovu kostku, nebo nedej bože dokonce uklízíme. To je vlastně pozitivní, ne? Máme kolem sebe uklizený prostor, a ještě k tomu jsme se přiučili novým dovednostem. To je sice hezké, ale co ta práce, jejíž nesplnění nás stejně dříve či později doběhne? Příležitosti nám díky věčnému odkládání prokluzují mezi prsty. Ještě se z toho kolikrát nestačíme ani vzpamatovat a už je tu další úkol, se kterým naložíme podobně. Donutit se k něčemu tak nepřijemnému, přesto ohromně důležitému, jako je učení na maturitní zkoušku, se kolikrát jeví jako nadlidský úkol. Svým povinnostem prostě musíme čelit, jinak ničeho v životě nedosáhneme a jako společnost shnijeme. Domnívám se však, že je to v dnešní době o něco těžší než před internetem a moderními technologiemi. Přece jenom sociální sítě jsou určeny přímo k tomu, abychom na nich promarnili co nejvíce času, mohly nám podsouvat reklamní sdělení a dolovat

z nás informace. Internetový článek je mnohdy také poutavější nežli nudné civění do učebnic. Mrháme drahocenným časem. Prokrastinace je tedy novou metlou společnosti. Já osobně s ní v současné době velmi bojuji. Jsem přece v maturitním ročníku. Co myslíte? Jak trávím odpoledne po škole? Učím se? S lítostí vám musím oznámit, že se nepřipravuji tak intenzivně, jak bych chtěla. Samozřejmě mám i jiné povinnosti, které musím splnit. Ovšem to mě neomlouvá. Je to mé vlastní rozhodnutí trávit čas se svou drahou polovičkou, nebo si prohlížet internetové příspěvky. Jak se tedy vymanit z tohoto zlozvyku? Doporučuje se udělat si rozvrh dne. Také je častou radou odložit mobilní telefon na místo, odkud vás nebude rozptylovat, a vyhradit si místo na práci. Nebo můžete jen pokaždé, když se jdete učit, rozsvítit lampičku. Studie prokázaly, že tato metoda opravdu pomáhá. Mozek si totiž zvykne na tento signál a počítá s tím, že se v tu chvíli musí soustředit. Praktikujete některou z těchto metod? Pokud ne, možná byste měli začít. Nebo se prostě „kousněte“ a jděte to udělat, ať už to máte z krku.

Anna Marie Bílková



Jolana Štrofová, 3. PD



Anna Gavlasová, 3. PD

Prokrastinace – nová metla lidstva?

Kdo by to neznal. Prokrastinace. Zákeřné odkládání nepřijemných činností, které nám sice pomůže uklidit celý byt, ale to podstatné mete stále před sebou. Dalo by se říct, že je tu odjakživa, nebo se jedná o výdobytek současnosti? Odpověď není jednoznačná, jelikož ji nelze hmotně doložit žádnými historickými prameny. Osobně jsem přesvědčen, že je prokrastinace stará jako lidstvo samo. Petr Ludwig, autor bestselleru Konec prokrastinace, tvrdí: „Spousta času nám uniká mezi prsty. Je to tím, že děláme nepodstatné věci a ty důležité odkládáme.“ Opravdu nám čas vlivem prokrastinace protéká mezi prsty? Co když nám pouze pomáhá dokončit věci, které v dnešní uspěchané době nestíháme? Přece jen v uklizeném bytě se mnohem lépe žije. Květiny se samy nezalijí, nádobí neumyje, prádlo neposkládá do skříní... Výčet by mohl být opravdu dlouhý. Na druhou stranu. Co ta kupa učení? Co ten neposlaný email? Co všechny ty zdlouhavé aktivity, bez kterých se v životě také neobejdeme? To je tím důvodem, proč vnímáme prokrastinaci jako pomyslnou metlu lidstva? Proto si kupujeme knihy, jako napsal například Petr Ludwig. Chceme se jí zbavit. Chceme umět neodkládat věci na

poslední chvíli. I tak je to často jenom boj s větrnými mlýny. Nakonec prokrastinujeme i nad přečtením té knihy. Existuje ale nějaký viník? Zamysleme se. Při troše snahy zjistíme, že viníkem jsme jen a pouze my. Nejsme na to ovšem sami. Nápomocné nám jsou především sociální sítě. Ve chvíli, kdy se naším nástrojem k prokrastinaci stanou právě ony, můžeme s jistotou souhlasit s Petrem Ludwigem a jeho tvrzením. Pojďme si to vše shrnout. Prokrastinace pomocí vykonávání domácích prací sice odsouvá důležité úkoly, avšak stále je produktivní. Na druhé straně prokrastinace na sociálních sítích produktivní není a my tak akorát mrháme časem. Jak se tedy k celé situaci postavit? Je špatná, nebo prospěšná? Prokrastinace je obojí. Záleží na našem přístupu. Když se však rozhodneme se jí zbavit, jak na to? A lze to vůbec? Dle mého osobního názoru je cestou ze spárů prokrastinace pouze disciplína. Možná se více dozvíme právě v knize Konec prokrastinace. Šance zde je.

Tomáš Kameník

Test z české a světové literatury

- Které z těchto děl nenapsal Jan Amos Komenský?
 - Listové do nebe
 - Škola hrou
 - Labyrint světa a ráj srdce
 - Co Bůh? Člověk?
- Kdo napsal dílo Lakomec?
 - Voltaire
 - Molière
 - Jean-Jacques Rousseau
 - Jonathan Swift
- Kdo nepatří do 3. fáze českého národního obrození?
 - Josef Kajetán Tyl
 - Karel Jaromír Erben
 - Karel Havlíček Borovský
 - Karel Hynek Mácha
- Které dvě pohádky napsali bratři Grimmové?
 - Sněhurka, Malá mořská víla
 - Červená karkulka, Jeníček a Mařenka
 - Sněhová královna, Popelka
 - Tři přadleny, Ošklivé káčátko
- Kdo se narodil v Praze, žil v Litoměřicích, vystudoval filozofii a práva, byl pohřben v den své svatby?
 - Karel Jaromír Erben
 - Josef Kajetán Tyl
 - Karel Havlíček Borovský
 - Karel Hynek Mácha
- Kterou z těchto povídek nenapsala Božena Němcová?
 - Trhani
 - Karla
 - Dobrý člověk
 - Divá Bára
- Který z těchto autorů je představitelem naturalismu?
 - Gustave Flaubert
 - Émile Zola
 - Guy de Maupassant
 - Honoré de Balzac
- Který z těchto autorů napsal díla Malá Dorritka, David Copperfield, Vánoční koleda?
 - Charlotte Brontëová
 - Henrik Ibsen
 - Mark Twain
 - Charles Dickens
- Kdo je to? Dramatik a prozaik ukrajinského původu, kritik tehdejší ruské společnosti.
 - Fjodor Michajlovič Dostojevskij
 - Nikolaj Vasiljevič Gogol
 - Lev Nikolajevič Tolstoj
 - Antonín Pavlovič Čechov
- Která z těchto Nerudových sbírek byla napsaná v roce 1868?
 - Hřbitovní kvítí
 - Písně kosmické
 - Knihy veršů
 - Balady a romance
- Které dílo Aloise Jiráska má téma pobělohorské doby?
 - Mezi proudy
 - Temno
 - U nás
 - Bratrstvo
- Kdo nepatří do prokletých básníků?
 - Charles Baudelaire
 - Jean-Arthur Rimbaud
 - Paul Verlaine
 - Jules Verne

Anna Ticháčková, 3. PD

Řešení: 1.d, 2.b, 3.c, 4.b, 5.d, 6.a, 7.b, 8.d, 9.b, 10.c, 11.b, 12.d

Odborný tiskařský test

- Na co se vytvářely záznamy ještě před vynálezem papíru?
 - hliněné destičky, papyrus, pergamen
 - grafitové tabulky, sklo, azbest
 - plastové destičky, hedvábí, antuka
- Ve které zemi vynalezli princip výroby papíru?
 - Čína
 - Rusko
 - Spojené státy americké
- Ke kterému roku je datován objev papíru?
 - 4000 let př. n. l.
 - 105 let n. l.
 - 1918
- Kdo je považován za vynálezce papíru?
 - Karel IV.
 - Karel Gott
 - Cchaj Lun
- Kde se nacházela první papírna v českých zemích?
 - Brno
 - Velké Losiny
 - Zbraslav
- Jaká byla hlavní surovina pro výrobu papíru ve středověku?
 - pampeliška
 - hadrovina
 - polyester
- Jaký papírenský proces označuje pojem „čerpání“?
 - vytahování vody ze studny pomocí vědra
 - nabírání papíroviny na papírenské síto
 - tankování nafty do papírenského stroje
- Jak se papíry ve středověkých papírnách sušily?
 - zavěšené na pūdách
 - pomocí fénu
 - v mikrovlnných troubách

Anežka Holáňová, 3. T

Správné odpovědi: 1.A, 2.A, 3.B, 4.C, 5.B, 6.B, 7.B, 8.A

OSMISMĚRKA

D P I B I C Ý Í E J U Ó K Ř X U
G Ň O Ť Ú I K N V K S J Ě É F L
W L O O V Y V M Z V Á Č É D Š W
Ů Č S Ž T Ó Z Č P M Ď Z R Ž Ť Q
B A B I Č K A I Á O V J Ď Á Ě I
Ž Z C Ý L G Ž F R U V E R U R X
Ž E Ž Í Ň W M L Á X L Ě S I H Ó
S S G S Ú Ř A B M N I Ů T Š I I
P U T I D R T Ó N S Č M Ď R Í Ú
Ť G U R C K K N V Ď Ý Ň Ý G O R
P Š U Ž E Y A V F G I V V B H Ň
Q W Ú M R Ž U A N R E C U L Ž H
M Č Á X K X S S P O P T Ď W M Ť
P Z O M A V É L Ň B G Y Ď Ř O E
Ě S Ď K N Ř Š Q Ž Ú C W Š Í Ý E
Ú Y D Ú Ú H I M Ř H H T K Ž T Š

?) RUR

?) LUCERNA

?) MĀTKA

?) ZĀMEK

?) KYTICE

?) DCERKA

?) BABIČKA

(?) MĀJ

(?) ŽERT

(?) POVĚTROŇ

Jan Augustin, 3. T

MÁŠ VŠEOBECNÉ ZNALOSTI?

1. Co je to syntax?

- lingvistická disciplína zabývající se českým jazykem a literaturou
- lingvistická disciplína zabývající se skladbou
- lingvistická disciplína zabývající se přirozeným jazykem

2. Do jaké jazykové skupiny patří čeština?

- západoslovanské
- jihoslovanské
- východoslovanské

3. Kolik je funkčních stylů?

- 2
- 4
- 6

4. Do jaké skupiny slohotvorných činitelů patří věk autora?

- subjektivní
- objektivní
- není to slohotvorný činitel

5. Kdo napsal Ilias a Odyssea?

- Euripides
- Caesar
- Homér

6. Kterou z těchto knih Jan Hus napsal česky?

- O šesti bludiech
- O církvi
- Postila

7. Co změnil Jan Hus v pravopise?

- odstranil spřežky
- pravidla mě/mně
- nic nezměnil

8. Jak se jmenovalo první ryze české divadlo?

- Stáj
- Bouda
- Národní divadlo

9. Kterému z českých obrozenců se přezdívalo Modrý abbé?

- Josef Dobrovský
- Josef Jungmann
- František Palacký

10. Kdo je autorem Strakonického dudáka?

- Karel Jaromír Erben
- Josef Kajetán Tyl
- Karel Hynek Mácha

11. Jaký pojem je v sochařství spojován s Polykleitem?

- kánon
- perspektiva
- reliéf

12. Jaké zvíře podle legendy odkojilo bájně zakladatele Říma?

- medvědice
- koza
- vličice

13. Jaká je typická stavba románského slohu?

- katakomba
- mauzoleum
- rotunda

14. Kdo namaloval gentský oltář?

- J. van Eyck
- H. Bosch
- Pavel z Levoči

15. Podle kterého panovníka se v Čechách jmenuje pozdní renesance?

- Rudolf II.
- Karel IV.
- Marie Terezie

Lucie Černá, 3. PD

Správné odpovědi: 1. B, 2. A, 3. C, 4. A, 5. C, 6. C, 7. A, 8. B, 9. A, 10. B, 11. A, 12. C, 13. C, 14. A, 15. A

Polygrafický test

- Má formát o velikosti A5 148 x 210 mm?
ANO NE
- Je sirotek první řádek odstavce, kterým stránka končí?
ANO NE
- Mohou se rozdělovat na konci řádku slova, která po rozdělení mění svůj význam?
ANO NE
- Je tamponový tisk nepřímá technika z hloubky?
ANO NE
- Mohou se dělit telefonní čísla do dvou řádků?
ANO NE
- Je vazba V7 leporelo?
ANO NE
- Píše se značka peněžní měny bez tečky?
ANO NE
- Je vazba V3 měkká?
ANO NE

Lucie Bubeníčková, 4. TG

Řešení: 1.A, 2.N, 3.N, 4.A, 5.N, 6.N, 7.A, 8.A

Odborný kadeřnický kvíz

- Jaká barva vlasů se získá smícháním černé a bílé barvy?
 - šedá
 - hnědá
 - blond
- Jaká je funkce kondicionéru pro vlasy?
 - čištění vlasové pokožky
 - zlepšení textury vlasů a zabránění jejich lámání
 - barvení vlasů
- Jaký nástroj se nejčastěji používá k vyhlazení vlasů?
 - šampon
 - kulma
 - žehlička
- Jakým způsobem může kadeřník zjistit, která barva vlasů bude nejvíce klientovi slušet?
 - na základě astrologického znamení klienta
 - barva ladí s odstínem pleti klienta
 - zeptat se náhodného kolemjdoucího
- Který druh copu se obvykle nazývá „boxer braid“?
 - francouzský cop
 - rybí cop
 - holandský cop
- Jakou barvu mají šampony, které jsou určeny pro neutralizaci žlutých odstínů v blond vlasech?
 - fialovou
 - žlutou
 - zelenou
- Jaký je hlavní účel modrého šamponu?
 - změna barvy z blond na modrou
 - neutralizace oranžových odstínů v tmavých vlasech
 - ochrana vlasů před poškozením slunečním zářením

Martina Bitnarová, 3. K

1.A, 2.B, 3.C, 4.B, 5.C, 6.A, 7.B

Proč vždycky sedí kočky u počítače?



Protože chtějí dohlížet na myš!

PROBLÉMY UMĚLCŮ

DALŠÍ POMŮCKY...



BARVA VŠUDE!!



ART BLOCK



I PŘES TO...



by anna.e.n



Kapitán Bohy

3. PD



Vtipy:

Anna Uzarová, 3. PD

Marianne Doležalová, 3. PD

Komiksy:

Anna Elizabeth Nechvilová, 3. PD

Magdalena Tymelová, 3. PD

Návrh pozvánky na ples:

Karolína Špeldová, 4. PD

Textová korektura časopisu:

Mgr. Renata Lelková

Tisk a knihařské zpracování:

Polygrafické dílny SPŠOW Velké Poříčí

Pozvání na studentský ples



SPŠOW Velké Poříčí
Vás zve na

STUDENTSKÝ PLES

13. 12. 2024 od 19.00 h
v Městském divadle Dr. Josefa Čížka v Náchodě