

The background of the entire page is a watercolor illustration featuring various autumn-themed elements. In the top section, there are several large, light-colored roses with orange centers, a large yellow pear with brown stripes, and clusters of small, round, brown fruits. The middle section contains the title 'Pod Lavicí' in a large, bold, black sans-serif font. Below the title, the text 'Září 2023/2024' is centered in a smaller, black sans-serif font. The bottom section features more autumnal motifs, including orange and yellow flowers, brown and yellow leaves, and a yellow pear. The overall style is soft and artistic, with a warm color palette of oranges, yellows, and browns.

Pod Lavicí

Září 2023/2024



OBSAH:

1. HlaHolky
2. Hrdá škola
3. Návrh - nová hygienická norma
4. Nestíhám...
5. Sport
6. přečti mě - Hraničářův učeň
7. Úžeh a úpal
8. Muzejní noc v Letovicích
9. Hádanky
10. Komiks

Pěvecký sbor HlaHolky

HlaHolky!

S novým školním rokem 2023 – 2024 se nám na škole opět rozjely kreativní a zájmové kroužky. Dnes bych vám chtěla představit pěvecký sbor HlaHolky pod vedením Mgr. Daniely Sedlákové a Mga. Ondřeje Tajovského. Protože pokud hledáte činnost, ve které pocítíte týmového ducha, naučíte se pracovat s hlasem a budete znát nové písně, nebo prostě jen rádi zpíváte, je tento kroužek přímo pro vás!

Do HlaHolek se můžete zapojit v nejbližší středu v učebně 12 ve 14:35, nebo se osobně domluvit s paní Sedlákovou. S příchodem na vás čekají usměvavé tváře, těšící se na další lekci, která vždy začíná skupinovým rozezpíváním se s pomocí klavírního doprovodu. Nemusíte se obávat, že by vás někdo soudil, protože nemáte dokonalý hlas, nebo se stydíte zpívat před ostatními. Je úplně jedno, jestli jste výborní zpěváci, členové kapely, nebo úplní amatéři. Důležitější je přinést si dobrou náladu a chuť zpívat!

V hodinách se zpívají různé písně, které můžete i nemusíte znát, ale nebojte, seznámíte se s nimi i s jejich notami. A pokud máte problém se čtením not, nevěšete hlavu. Písnička se dá naučit i bez nich.

Každou středu si potrénujete hlasivky, budete se pořád učit něco nového a užijete si spoustu zábavy!

Během roku si tak nasbíráte širokou paletu písní, které se budou hodit například k táboráku nebo rovnou v praxi s dětmi. Lekce končí v 16:00, ale zaručeně si budete přát, aby zpěv, který bude znít po celé škole, neměl konce.

Závěrem bych chtěla poděkovat Ondrovi a nejmenovaným členům sboru za jejich odpovědi.



Hrdá škola

Chystá se letos Hrdá škola?

Ano, chystá se. Bude to už asi sedmý/osmý ročník. Doladujeme pouze propojení celostátních akcí, kterých je deset na celý školní rok (každý měsíc jedna) s několika našimi akcemi, protože jsme dali studentům možnost se v anketě vyjádřit, které akce se jim líbí, a podle toho budeme s paní psycholožkou Anežkou dělat leták. Věřím, že do týdne bude ten leták všem zaslán, a bude se vědět, co a jak bude.



Takže ty akce nebudou úplně stejné jako ty celostátní?

Ne, nebude to úplně stejné. Z těch deseti původních akcí víme, že rozhodně bude v září ten „Den školníka“, protože jde o novou věc. Chceme potěšit nejen pana školníka, ale i ostatní zaměstnance školy, kteří nejsou součástí učitelského sboru (paní uklízečky, kuchařky, sekretářky...). Je plánováno focení s panem školníkem v čase 9:35 až 9:50 ve druhém patře. Jinak určitě z těch oblíbených zachováme „Suit up day“, který bude 17. října, „Den bez batohů“ 21. listopadu, ten získal snad přes osmdesát hlasů v anketě, „Vánoční dobrý skutek“, zvažujeme, že dáme „Teplákový den“, který není uveden v té oficiální nabídce, a dáme „Hudební den“.

Jak by vypadal takový „Hudební den“?

Naše škola je hodně hudebně zaměřena, máme mnoho hudebních talentů, napadlo nás, že uděláme takový malý koncertíček, hudební festiválek, tam se budou hlásit zájemci o to, že by hráli o přestávkách a měli takové své malé „pódium“, kde by mohli hrát. Někdo v jednom rohu chodby, někdo v druhém. Všichni by hráli pro veřejnost, děcka by chodila kolem, dívala se, tleskala by. Taková živá hudba na pedáku. Zvažujeme s paní Anežkou, že by mohli být trošku jak pouliční umělci, kdyby chtěli: čepici před sebe...



Co nás čeká za akci další měsíc?

To bude v úterý 17. října studenty oblíbený „Suit up day“. Kluci přijdou v obleku, dívky v šatech. Bude opět Miss Lady a Gentleman školy? Bude určitě! Bude to už ale nazýváno pouze Lady a Gentleman, protože jsme se shodli s našimi češtinářkami, že je to takový protimluv. Volit se bude tentokrát nejspíš v Edupage. Bude to transparentnější.

Tak to byl rozhovor s panem učitelem Pavelkou, kterému moc děkuji! Těším se na vás v dalším čísle!

Návrh - nová hygienická norma

Vážení a milí, do sněmovny se dostal návrh na změnu hygienických norem ve školách. Návrh je těžko dohledatelný, nejspíš aby to nebudilo rozruch, nicméně se mi podařilo jej po půl hodině dohledat.

Návrh naleznete zde:

<https://drive.google.com/file/d/1TGmas23mnKmTsXFKSOK4cweuDqytM39R/view>

Co návrh obsahuje

- Zrušení počtu žáků na metr krychlový. Od chvíle, kdy vyhláška nabude platnosti, což je v plánu už v září příštího roku, už se bude měřit pouze oxid uhličitý ve třídách. Když ho bude nedostatek, vyvětrá se. Takže v zimě se budou žáci otužovat a v létě péct.
- Společné záchody pro chlapce a dívky - ano, čtete správně. Podle paní Zajíčkové, která návrh vydala, je důležité se držet evropského trendu. Vidí to jako příležitost přiblížit se nebinárnímu světu. Myslím, že to bude velmi „komfortní“ změna. Představte si tu situaci: dívka si upravuje silonky, sukňe vytažená nad pas a v tu chvíli tam vlítne parta 12letých kluků. Paráda. A pokud budou součástí společných záchodů i mušle, tak dívkám přibude zajímavá podívaná... Řešení menstruace u holek je pak jedna kapitola sama o sobě. Obzvláště na základkách, protože kluci budou mít ke koši vedle toalety stejný přístup jako dívky.



- Zrušení povinnosti mít umyvadlo ve třídě. „K tomu, aby si děti umyly ruce, nebo aby si doplnily lahev vody, stačí umyvadlo na chodbě. Ten požadavek, aby v každé učebně bylo umyvadlo, je neracionální,“ myslí si Zajíčková.
- Navýšení maximální kapacity žáků ve třídách z 30 na 34 - v tom se bude skvěle učit!
- Třída už by se nevymalovávala jednou do tří let. No, tak nám začne holt padat omítka no. V klidu.
- U mateřských škol i dětských skupin již nebude povinné mít vlastní pozemek. Bude možné jej nahradit jiným objektem. Těžko říct, jestli musí být oplocený. V návrhu to není uvedeno, takže nejspíš ne. Tak snad se učitelkám děti nezaběhnou...



Tak co si o tom myslíte? Jste pro, aby to prošlo?



Nestíhám...

Crrr...týjo, zase ráno, nééé, mně se nechce, ještě bych spala... První hodina, druhá...kam zmizelo léto, volný čas, kde jsou kámošky? Hej, asi taky sedí někde ve škole, vopruz...ne, zase písemka, hej, to bude fakt hned ve čtvrtek? Ze sedmi hodin čtyři domluvené písemky, zítra asi budu zkoušená, ranec, prostě moc... to nechceš. Jak já to zvládnou? Je toho moc...a fakt to nedávám.

Crrr...týjo, zase ráno, nééé, mně se nechce, ještě bych spala... První hodina, druhá...kam zmizelo léto, prázdniny, holky na pokecání? A ty nehty, měla bych si je pořádně „vystajlovat“, zajít ke kadeřnici, ten mladej kluk z kadeřnictví je šikovnej, minule to bylo super...jak to zvládnou? Mám moc písemek, učivo, zase nové tváře, všichni teď po mně něco chtějí, otázky k maturitě, hrůza. Ta první je studentka. Ta druhá učitelka.

Obě jsou opět ve stresu, opět musí fungovat, obě mají plno práce. Obě zodpovědné a snaží se plnit to, co mají. Jestli se v jedné z nich vidíš, chci ti říci: máme to všichni opět stejné. Nový školní rok, nové povinnosti, den plyne mnohem rychleji, volný čas je spíše „vtipná“ hláška od učitele Psychologie než realita. Neboj se, vše si sedne, uklidní se, navykneš, vše se poddá. Možná jsi u nás ve škole dokonce prvním rokem, vím, máš to ještě těžší. Často i poprvé od rodičů, kamarádek, milého, kterého máš v srdci a se kterým si přes týden můžeš jen volat. Vše se uklidní, zlepší se. Jen to musíme prostě zvládnout. Svěřuj se, sdílej, važ si kamarádek i paní psycholožky, která Ti vždy je ochotna pomoci. A hlavně: měj se ráda a věř, že to bude lepší a že to zvládneš. Víím, že to dáš. Opatruj se.

AP.



Sport

Prázdniny každého z nás byly jistě plné různých zážitků vtipných, trapných, poučných a mnoha a mnoha podobných. Většina lidí nepochybuje, že jste také všichni nezapomněli na pohyb a různé sporty, přeci jenom pohyb je přirozený a potřebný k životu.

K jakémukoliv pohybu se vždycky připojují nějaká bezpečnostní pravidla, případné jejich porušení (snad v co nejmenší míře) a s tím spojené i různé příhody. V tomto díle bych vás chtěla obohatit o příběh jedné naší studentky.



Tato studentka má brigádu na jednom z našich krásných hradů a každý den jezdila tam i zpět na kole. Jak to tak bývá, ke hradu vede docela strmý kopec. Na kopci se nejednou málem i doopravdy vybourala. Tento rok se jí opět na tomto kopci cestou dolů poštěstilo. Zrovna šla z celkem namáhavého dne, kdy měli celkem narváno, a ona se ani na chvíli nezastavila. Po celém dni na nohách se těšila, až je hodí nahoru. Ale před zaslouženým odpočinkem ji ještě čekala zhruba 7 kilometrová trasa převážně do dalších kopců.

Naše žákyně jela právě z kopce dolů. Bohužel si nebyla vědoma toho, že chvíli před ní jelo z kopce i auto. No a jak si to jela rychleji a rychleji - přece jenom z kopce nějakou tu rychlost nabere - nebyla již zvyklá moc brzdit. To auto naopak brzdilo dle jejích slov až moc. Takže za jednou zatáčkou se jí tam "záhadně" objevilo, a i když se snažila sebevíc co nejrychleji zabrzdit, tak se jí to moc nepovedlo a auto málem zezadu narazila.

Naštěstí se jí nic nestalo, ale hlavu jí to nepoučilo, a tak se jí podobná událost přihodila za nějakou dobu zase. Jaké že to z toho je ponaučení? Lidi jezděte, běhejte, celkově sportujte - ale bezpečně!



Hraničářův učeň – Rozvaliny Gorlanu

Milí čtenáři, vítejte u nového čísla našeho školního časopisu! Právě se vám podařilo nalistovat rubriku Přečti mě, která má za úkol vás povzbudit ke čtení tím, že vám nabídne různé zajímavé příběhy, které mohou i nemusí být součástí doporučené maturitní četby. Nelekejte se však, tady vás nepotkají hrůzostrašné a složité rozборы. Snažím se vybírat knížky takové, které zaujmou a které čtení promění v něco, co děláte dobrovolně a ne proto, že musíte.



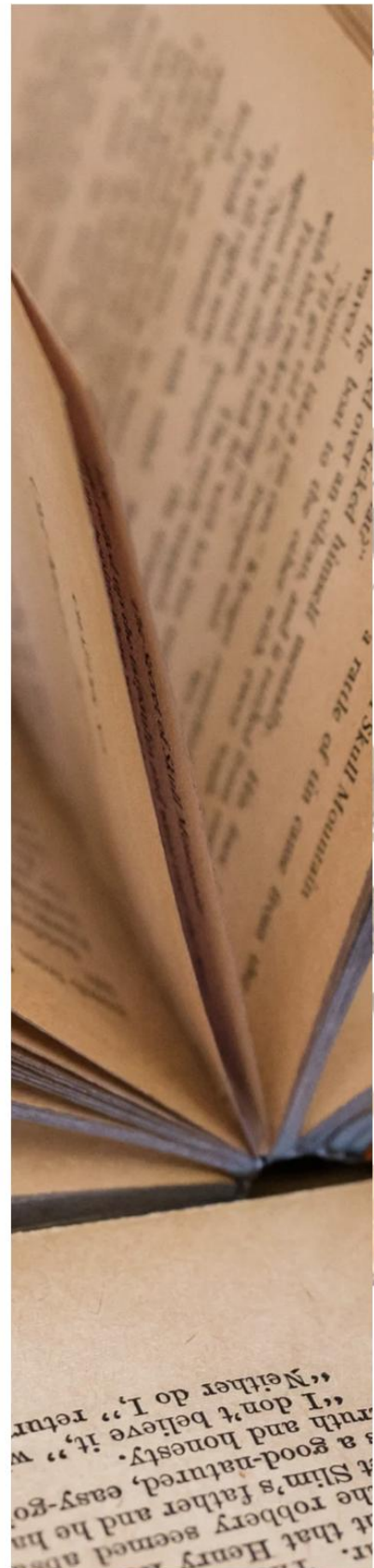
Jako první jsem letos vybrala knížku *Hraničářův učeň – Rozvaliny Gorlanu*, respektive celou sérii *Hraničářova učně*, z pera spisovatele Johna Flanagana.

Někteří z vás o příběhu bezpochyby slyšeli, já si však dovoluji malé shrnutí prvního dílu pro ty, pro které je knížka novinkou. Hlavním hrdinou je patnáctiletý sirotek Will, který od malička touží být rytířem. Když však nastane ta osudová chvíle, kdy si má Will zvolit, kam půjde do učení, bojový mistr ho odmítne pro jeho drobnou a pro rytířství tudíž beznadějnou postavu. Willa nepřijme ani žádný jiný přítomný mistr, který se na výběr učňů dostavil. Mladému chlapci hrozí nudný a bezvýznamný život na poli, s čímž se jeho dobrodružná duše těžce smiřuje. Znenadání se však ze stínů vynoří Halt, zachmuřený hraničář zdejšího léna, a předá baronovi, též přítomnému u výběru, jakýsi papírek, který se týká Willa.

Toho to znejistí, a proto se rozhodne si lísteček přečíst. V noci vyleze do okna baronovy pracovny, kde lístek najde na stole. Když se po vzkazu natáhne, vyleká ho Halt, který celou dobu stál v místnosti, a Willa chytí za ruku. Halt nechá Willa přečíst vzkaz na lístku. Je tam psáno, že ho hraničář vezme do učení. Will se tedy stane učněm u hraničářů, záhadných strážců míru, o kterých se mezi prostým lidem traduje, že ovládají černou magii. Halt svého nového svěřence učí hraničářským dovednostem, což zahrnuje střelení z luku, vrhání noži, neslyšné plížení a dokonalé splynutí s okolím díky speciální hraničářské pláštěnce. Will se učí dobře a za nějakou dobu nastane čas, kdy se s Haltem vydá do terénu. Co všechno se svým učitelem zažije? Koho nového pozná? A podaří se jim zastavit zlo?

Tato knížka mě doslova okouzila, takže doufám, že kdokoli po ní sáhne, bude mít stejný pocit. Jakékoli otázky či nápady na žánry či konkrétní knížky, o kterých bych mohla napsat, mi můžete posílat na e-mail anna.drobilicova@spgs-bce.cz. Budu vděčná za jakoukoli zpětnou vazbu.

Přeji příjemné čtení.



Úžeh a úpal

S těmito dvěma stavy se setkáme ve chvíli, kdy dojde k selhání termoregulace v našem těle. V ohrožení jsou především děti, kojenci, staří lidé, osoby s onemocněním srdce či oběhu a obézní jedinci (tuková vrstva zabraňuje ochlazení těla).

Úpal

Úpal si můžete uhnat na silném slunci, ale také v přehřáté, nevětrané, vlhké místnosti či v neklimatizovaném autě. Dítě je v nebezpečí ve chvíli, kdy je příliš oblečené, nebo je v kočárku zakryté příliš teplými příkrývkami. V takových podmínkách tělo nedokáže vyprodukovat dostatek potu ke svému ochlazení a přehřeje se. Zvláště pak, když daný člověk nedodrží pitný režim.

Příznaky úpalu:

- svalové křeče
- žízeň
- zrychlené dýchání a tep
- zmatenost
- zimnice nebo pocity horka
- mdloby, nebo dokonce ztráta vědomí
- nevolnost až zvracení
- teplota až kolem 40 stupňů
- bolest hlavy



Úžeh

Úžeh si uženete pouze na silném slunci. Dochází k němu pod přímým dlouhodobým vlivem slunečních paprsků, které podráždí mozek. Nesetkáme se moc často s tím, že by vznikl sám. Většinou vzniká spolu s úpalem.

Pokud se stav dlouho nelepší, raději vyhledejte lékaře.

Prevencí obou případů je dostatečný pitný režim, pokrývka hlavy, obezřetnost na slunci a větrání v místnosti.

Příznaky úžehu:

- slabost
- horkost a spálená kůže
- ztuhnutí šíje
- popáleniny 1. a 2. stupně - puchýře
- teplota až nad 40 stupňů

První pomoc:

- zajistit chladnější prostředí a uvolnění oděvu
- přísun tekutin (ale jen v malých dávkách, aby to nevyvolalo zvracení)
- přikládat studené obklady na hlavu, trup a končetiny (neměly by být ledové, aby nedošlo k šoku)
- kontrola životních funkcí - tep, dech, teplota, vědomí.
- Při horečce nad 40 stupňů je možné podat 1. tabletu paralenu



Muzejní noc v Letovicích

16. 6. 2023 se v Letovicích konala celorepubliková akce s názvem Muzejní noc. Na té významnou měrou participovaly naše studentky. Nejprve se veřejnosti představila nadaná komiksová kreslířka Eliška Štefaňáková (letos 3.C), jíž se na akci křtil komiks o významném



letovickém rodáku Hubertovi Lamplotovi. Kmotry akce byli kurátorka muzea Blanka Veselá a známý cestovatel Dušan Procházka. Komiks se stal oficiálním materiálem muzea a prohlédnout si jej můžete i na velkoplošném třímetrovém banneru na letovickém náměstí. Eliška je rovněž dvorní ilustrátorkou našeho školního časopisu.



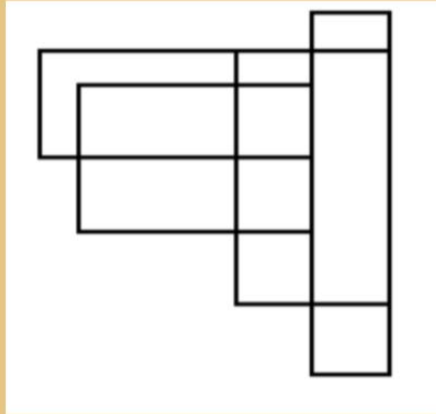
Součástí muzejní noci byly i dvě módní přehlídky, muzeum je totiž orientováno zejména na historii letovické krajky. Všechny modely předváděly opět naše studentky – ze 2.A Kristýna Bláhová, Adéla Jílková, Anežka Cardová a ze 3.A Eliška Hrušková, Kateřina Mareschová, Monika Pátečková a Michaela Tischerová. Děvčata nalíčila profesionální vizážistka Dana Hrdková a předvedly jak modely historických svatebních šatů z depozitáře muzea, tak kreace stejně starých studentek ze SPŠT v Liberci. Studentky liberecké střední textilní školy vytvořily celkem 4 kolekce zaměřené na roční období, pletenou žinylku, moderně pojaté modely z tzv. funkčních textilií a na závěr modely demonstrující úctu k lidskému tělu – modely proti tzv. body shamingu.



Hádanky

Hádanka č. 1

Kolik obdélníků a čtverců vidíte na tomto obrázku?



Hádanka č. 2

Na obrázku můžete vidět zajímavý hlavolam. Je tam několik rovnic, které se ovšem nerovnají. Dokážete vysvětlit, podle jakého klíče jsou tyto příklady napsány?

$$3 + 1 = 24$$

$$5 + 2 = 37$$

$$7 + 2 = 59$$

$$8 + 1 = 79$$

$$7 + 5 = 212$$

$$15 + 3 = 1218$$

PES SE ROZHODL, ŽE SE VYDA' DO JUNGLE A ZVÍSTÍ, CO V NÍ JE



KDMŽ TU SPATŘIL LVA! LVA JEŠTĚ NIKDY PŘED TÍM NEVIDĚL. A PROTO SE HO ANI TROŠKU NEZALEKL



USMYSLIL SI, ŽE I TOTO OHROMNÉ ZVÍŘE SE STANE JEHO KOŘISTÍ



PES CHVÍLI KRAČEL ZA LVEM. PAK SE ROZBĚHL A PŘIPRAVIL SE KE SKOKU.



TEHDY MAJESTÁTNÍ ZVÍŘE OTDČILO HIAVU A UPŘELO POHLED NA PŠA.



PES SE ZARAŽIL. CHVÍLI SE OBE ZVÍŘATA MĚŘILA POHLEDEM.



PAK LEV OTEVŘEL TLAMU A ZAŘVAL.



PES JEŠTĚ NIKDY TAKOVÝ STRAŠLIVÝ ZVUK NESLYŠEL. POCHOPIL, ŽE PROTI LVO NEMÁ ŠANCI A VZAL NOHY NA RAMENA.



A Z TOHO PLYNE POUČENÍ. DĚTI NEŽ SE PUSTÍME DO BOJE, MĚLI BYCHOM O SOUPĚŘÍ VĚDĚT CO NEJVÍČ.





Zářijové číslo pro vás připravily:

- **Anežka Tichá**
- **Anna Drobiličová**
- **Mgr. Gabriela Pléhová**
- **Kristýna Jakubcová**
- **Lucie Králová**
- **Natálie Malachová**
- **Tereza Kirschnerová**
- **Veronika Pavla Míčová**

