

# 22. 11. 2023 ŠKOLNÍ AKADEMIE



*PŘIPOMNĚLA, OSLAVILA, BAVILA, ROZTLESKALA A ZŮSTANE VELKÝM ZÁŽITKEM PRO VŠECHNY, KTEŘÍ SE JÍ MOHLI ZÚČASTNIT.*



Dne 22. 11. 2023 v prostějovském divadle proběhla tři představení školní akademie a my jsme tak oslavili 140. výročí existence naší krásné školy.

Na slavnostní akci se podíleli žáci a učitelé ze všech pěti pracovišť naší alma mater. Akademie se skutečně vydařila, všichni účinkující podali skvělé výkony. Je potřeba zdůraznit to, že této oslavě předcházela pečlivá příprava ze strany žáků a učitelů a že právě díky jejich úsilí a nadšení mohli diváci zhlédnout perfektní vystoupení vtipně propojená moderátorskými vstupy.

Akci svým příchodem v jedné ze scének ozvláštnil dokonce samotný Jiří Wolker, který se nestačil divit všemu, co se za víc jak sto let změnilo.

V době jeho školní docházky to byla 1. česká šestitřídní obecná škola chlapecká. Jiří nastoupil do 1.A na začátku školního roku 1906/1907 a v jeho třídě bylo tenkrát 75 žáků.

V knize Zdeny Wolkerové *Jiří Wolker ve vzpomínkách své matky* se můžeme dočíst, že všichni vyučující měli Jiřího rádi, protože byl velmi snaživým žákem.



Už na naší škole se u něho projevovalo literární nadání. Kromě loutkových her psal drobné povídky.

V roce 1911 podnikl s otcem cestu na kole z Prostějova do Prahy. V té době začíná psát první básně. Z jeho literárních výtvorů se zachovala korespondence a deník, do kterého si zaznamenával i běžné věci.

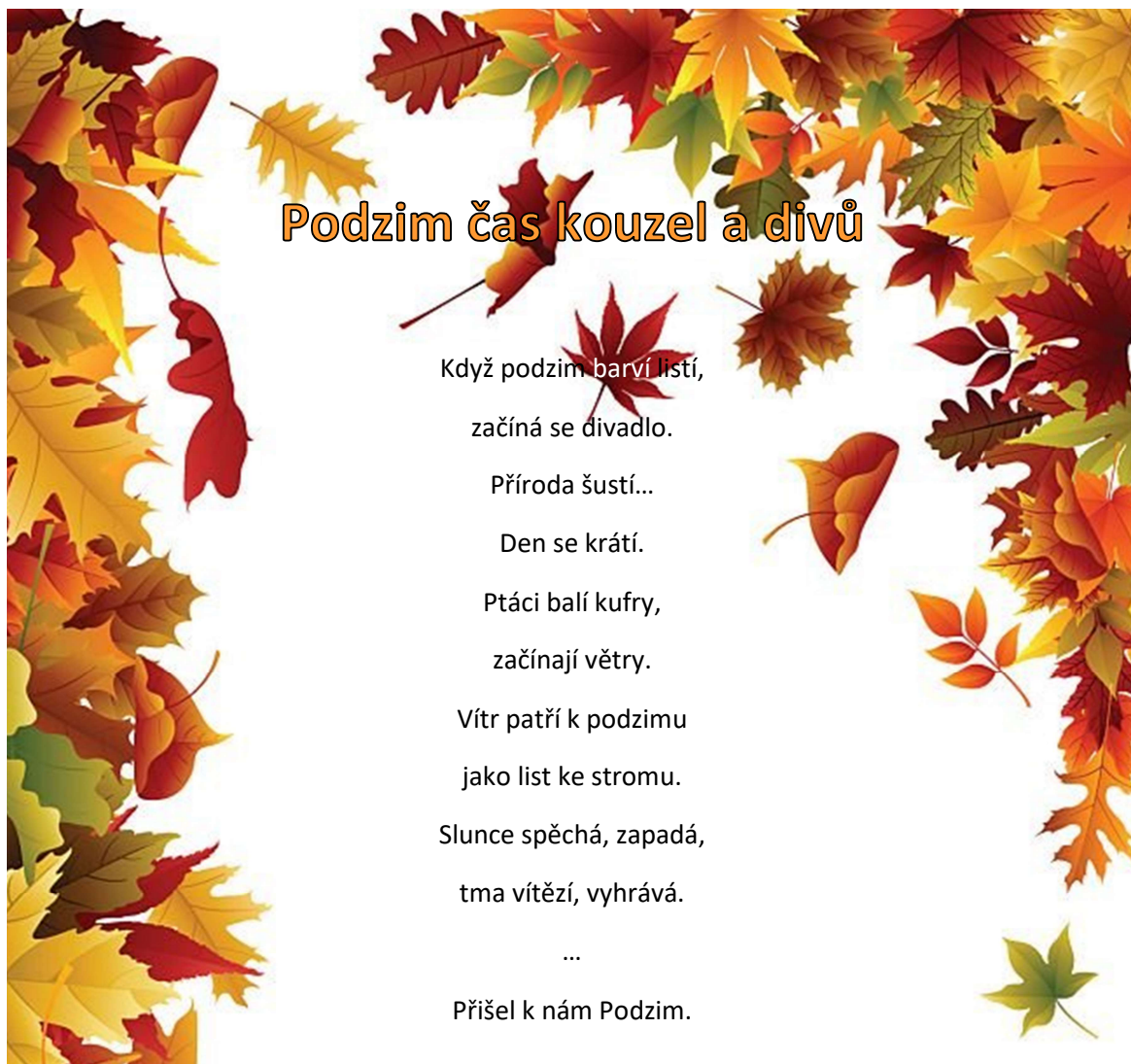
Po pěti letech na obecné škole se rodiče rozhodli, že Jiří půjde na gymnázium.

Dne 4. července 1911 mu bylo vydáno frekvenční vysvědčení a odchází z naší školy, aby pokračoval ve studiu na střední škole.



Co vás napadne, když se řekne **podzim**?

*Barevné listí, déšť a plískanice?*





## RECEPT

Když máš dobrou náladu  
a je to hned tak po ránu,  
nabízej ji všude kolem,  
je to zdarma,  
žádný problém.

Zamračené ksichty vždy jen prudí,  
jejich výraz všude škodí.  
Nastav smajlík úsměvu,  
přináší to úlevu.

Stačí pohnout koutkem úst,  
nebýt pořád kakabus.  
Ber to jako recept dne!  
Úsměv, radost, pohoda  
není jenom náhoda,  
je třeba je rozdávat,  
smutky nejlíp zakázat.

Přejeme vám pěkný den,  
smíchem, vtipem naplněn.



# Co vyzařují jednotlivé barvy?



**Žlutá** je barvou radosti, důvěry, štěstí a přátelství. Barva slunce, která podporuje schopnost se učit. Dává inspiraci, zlepšuje paměť a mozkovou činnost. Přináší do života lehkost, výšku, volnost, aktivitu a komunikaci.

**Modrá** znamená jistotu, klid, uvolnění, odpočinek, hloubku a věrnost. Tyto atributy připsali lidé syté modři. Tlumí a přináší dobrou náladu, uklidnění, vnitřní mír a pokoj. Tmavě modré indigo v sobě spojuje energii šesti barev duhy.

**Červená** – láska, oheň a krev, to je červená! Stimuluje, dodává energii, sílu a vůli, podporuje smélost v rozhodování. Aktivita, teplo, láska, síla, čínorodost, rozvoj, ale také egoismus.

**Zelená** je nový život spojený s jarem a probouzející se přírodou. Znamená uklidnění. Vyrovnává emoce. Přináší harmonii. Je to barva svázaná s nadějí, regenerací, přežitím a bezpečím. Jistota, klid, ticho, neutralita, solidnost, tradice, ochrana.

**Fialová** má stejné účinky jako modrá a indigo. Vede nás do nitra, je to barva vnitřní harmonie. Koncentrace, bezpečí, meditace, tíha, uzavřenost.

**Oranžová** – tuto barvu obecně považujeme za barvu mládí. Dodává vitalitu, pocit radosti a štěstí. Přináší optimismus a pomáhá zvládnout emoce. Tak jako všechny teplé barvy je všeobecně povzbuzující, včetně trávení a chuti k jídlu.

**Citronová** – to je tónina žluté s příměsí zelené, pro niž platí všechny výše uvedené atributy obou barev. Tato vyhraněnější forma primární barvy přináší do našeho každodenního života ještě větší svěžest, než samotná žlutá. A také bezstarostnost, bdělost, radost a touhu poznávat vše nové.

**Lila a růžová** – teplé odstíny narůžovělých a světloune fialových květů, jichž nacházíme hojnost v přírodě, patří mezi stimulanty životních funkcí člověka. Z fialové barvy si přinášejí vnitřní harmonii a z červené energii.

**Světle modrá** je barvou nebe. Symbolika lehkosti oblaků se přenáší do myšlenek, aby se mohly rozplynout v romantických dálkách.

**Šedivá** vzniká částečným pohlcením ostatních barev. Šedá vyvolává neutrální dojem. Lidé, kteří na sebe nechtějí upoutávat pozornost. Neutrální barva nerušící pozadí – to je ticho, všednost a absolutní klid.

**Hnědá** je barva země a hlíny. Dává pocit stability, jistoty a sepětí se zemí a přírodou. Charakterizuje přizpůsobivost, nutnost, realitu. Je to barva vázanosti a závislosti.

**Bílá** – zář světla, sloučení všech barev. Symbolizuje čistotu těla a duše i ledový chlad. Přináší světlo, lehkost, čistotu ale také prázdnotu. Když si nejsme jisti, kterou barvu zvolit, volbou bílé nemůžeme udělat chybu.

**Černá** – tíha, tma, přitažlivost. Je to barva nabitá emocemi, vzdorem a protestem. Je opakem bílé – neodráží žádné světlo.



Barva	Počet procentních bodů (%)
<b>černá</b>	<b>33</b>
<b>bílá</b>	<b>27</b>
<b>modrá</b>	<b>15</b>
<b>červená</b>	<b>5</b>
<b>zelená</b>	<b>4</b>
<b>oranžová</b>	<b>3</b>
<b>šedá</b>	<b>3</b>
<b>fialová</b>	<b>3</b>
<b>na barvě mi nezáleží</b>	<b>7</b>

# PODZIM: Barvy a my



Je podzim jenom obdobím padání listů? Jsou to barvy, které na nás „útočí“ ze všech stran? Vyšla někdy černá vůbec z módy?

A jaké by bylo hledání barev v jiném ročním období?

Tyto a další otázky si redakce začala klást v době nastupujícího podzimu, kdy se dny plné sluníčka chýlily ke konci a lidé začínali přemýšlet nad svým podzimním šatníkem.



Co tedy přinesla tato postřehácká podzimní anketa oblíbených barev?

## Co nás překvapilo?

*To, jak vypadá vaše ráno, může ovlivnit celý den. Někdo z nás dodržuje ranní rituál, bez kterého nemůže nastartovat svůj den. Jiný, než opustí postel, začne přemýšlet nad tím, jaký oděv „odejde“ s ním do školy.*

*Určitě mnozí z nás po ránu nemají potřebu složitě rozjímat nad barvou svého dresu, takže sáhnou do skříně v rámci srovnaného komínku triček, mikin apod.*

*Jsou ale i tací, u nichž barva outfitu startuje den. Některá ze všech možných se může zdát naprosto nepřijatelná, naopak jiné odstíny mají jasnou přednost.*

*Takže barvy mohou opravdu hrát u mnohých z nás i klíčovou roli ve finále našeho snažení. Mohou třeba ovlivnit úspěšnost nějaké akce, náladu a další události.*





# Natálie Svobodová

**Je mi 13 let. Máme malou farmu. Jsem milovnice zvířat.**



Všechno to začalo tak, že moje starší sestra si přála koně ještě v době, když chodila na základku. Čtyři roky přemlouvala tatku, aby se tak stalo. Když začala studovat na zemědělské škole, táta viděl, že to myslí vážně, a tak jsme začali hledat. Podařilo se. Našli jsme chladnokrevníka jménem Jituška.

Je naše už skoro čtyři roky. Před rokem jsme se poohlíželi po možné kamarádce a našli jsme pro ni Arinu. Říkáme jí Ájo/Ary. Stala se tím nejkrásnějším darem k mým dvanáctým narozeninám.

Kupovali jsme starší koně. Jituška byla náš první kůň, v zimě jí bude 20 let, Áje 21.

Váhali jsme s nákupem mladších koní z obavy jejich výchovy. Když se kůň má dobře a má vše, co potřebuje, dožije se i 35 let.

Začala jsem pořádně jezdit před půl rokem, takže se pořad ještě trochu učím.

Mít koně není jen tak jednoduché, jak si někteří lidé myslí. Není to jen pro zábavu a legraci. Mít koně je dar, protože víte, že až přijdete domů ze školy, tak na vás někdo čeká, někdo, koho máte rádi, a on vás přivítá.

Je pravda, že se vám může přihodit i zranění. Stalo se tak jednou, když jsem byla na procházce se sestrou v lese. Je tam kopec, který vždy tryskáme. Vedle cesty ležely na hromadě pokácené břízky, o kterých jsem ale neměla ani tušení.



Téměř každý kůň se bojí bílých věcí. Ája se mnou uskočila do strany a já spadla.

Dva dny jsem nemohla chodit, ale protože jsem měla přilbu, nestalo se nic vážného.

S Ájou dokonce i skáčeme; ale jenom někdy 😊.

Kůň je krásné majestátní zvíře. Symbol síly, nespoutanosti, ale i tvrdé práce. Je to šlechtivé zvíře, ve kterém se spojuje láska, odvaha i rebelie. Dává nám všechno, co má. Rychlost, vytrvalost, sílu.

Tato zvířata vyžadují osobitý přístup. Ne nadarmo se říká, že nejkrásnější je pohled na svět z koňského sedla.



To nejdůležitější mezi jezdcem a koněm je jejich vztah. Musí tam panovat rovnováha mezi respektem a důvěrou; ty vedeš koně. Když nemáš jeho respekt na jeho hřbetě, nezískáš ho. Musí tě následovat, ale nikdy ze strachu. Musí tě chtít následovat.

*N. Svobodová, 7.C*



### Máš chuť podívat se na film o koních?

Válečný kůň

Snílek

Kůň pro Winky

Seabiscuit

Phar Lap

Bílá hřiva

Krasavec Beauty

Zaříkávač koní

Phar Lap



# #annaismissing

*Kdy:* 15. 11. 2023

*Kde:* kino METRO 70

*Kdo:* 8. a 9. třídy

**#annaismissing je český thrillerový dramatický film z roku 2023 režiséra Pavla Soukupa.**

**Film o tom, jaký dopad může mít naše jednání na internetu na naše životy a jak nakládáme se svým soukromím.**

#annaismissing pojednává o fenoménech jako je **sharenting, sexting, kybergrooming, kyberstalking, revenge porn** nebo **trauma** velmi naučným, ale díky žánru thrilleru atraktivním způsobem, který vtáhne do děje každého diváka. Jde o volné pokračování úspěšného seriálu #martyisdead, za který jeho tvůrci získali prestižní ocenění International Emmy Award 2020 a který se věnoval palčivému tématu kybernetické šikany.

Více než **15 %** dětí sdílí své intimní fotky v online prostoru. Dokonce **40 %** dětí potvrdilo, že v prostředí internetu obdržely provokativní, erotickou či pornografickou fotografii. Ale pouze **38,8 %** dětí se v případě zneužití jejich vlastních intimních materiálů svěří svým rodičům.

Anna, influencerka známá svým provokativním obsahem, se na sítích tajemně odmlčí. Když patnáctiletá Nina najde fotku polonahé Anny v mobilu svého táty, rozhodne se ji vypátrat. Sled dalších událostí změní život Nině i její rodině.

V online světě mají děti často spoustu virtuálních kontaktů, navazují vztahy na sociálních sítích a během online her, užívají si možnosti, jaké jsme si před pár lety ani neuměli představit.





**Sharenting** je nadužívání sociálních médií rodiči a sdílení obsahu týkajícího se jejich dětí, jako jsou například fotky, videa nebo popisy aktivit malých dětí. Termín Sharenting souvisí s konceptem „příliš mnoho informací“.

**Sexting** je spojení slov sex a textování a znamená posílání textového, fotografického, audio a video obsahu se sexuálním podtextem prostřednictvím informačních a komunikačních technologií.

**Kybergrooming** lze vysvětlit jako psychickou manipulaci dítěte dospělým prostřednictvím moderních komunikačních technologií s cílem získat důvěru oběti, vylákat ji na osobní schůzku a zpravidla sexuálně zneužít.

**Kyberstalking** lze jednoduše nazvat nebezpečným pronásledováním. Útočník využívá informační a komunikační technologie k dlouhodobému, opakovanému a stupňovanému kontaktování – pronásledování své oběti, ve které chce úmyslně vyvolat pocit strachu o své soukromí, zdraví nebo život.

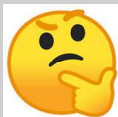
**Revenge porn (porno – pomsta)** označuje typ útoku, kdy dochází ke kyberšikaně konkrétních osob (zpravidla žen) prostřednictvím šíření dehonestujících sexuálně zřetelných fotografií či videí obětí jejich expartnerů či dalšími osobami.

**Trauma** – hluboké psychické zranění, k němuž dochází v důsledku traumatizující události, jako je například úraz, úmrtí v rodině, znásilnění či týrání. Vzniká, pokud je člověk vystaven extrémní hrůze a cítí se vůči ní být bezmocný.

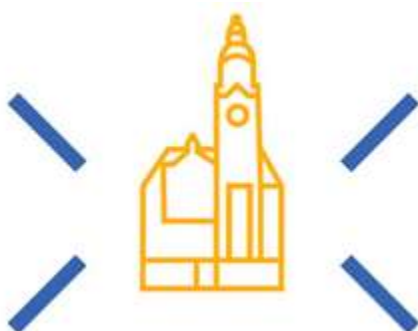
**Palčivé téma kybernetické šikany řešily všechny třídy po zhlédnutí tohoto filmu a bylo jasné, že se chtějí o této problematice bavit a vyjádřit i svůj názor na zpracování nabídnutého příběhu.**

**Téměř všichni se v debatě shodli na tom, jak je důležité si chránit soukromí. Na přetřes přišlo i to, že by mohlo být tímto atraktivním způsobem zpracováno i možné další pokračování seriálu #martyisdead. Film dostal od debatujících tříd hodnocení mrazivé a chytré detektivky, která nutně vede k přemýšlení o pohnutém světě internetu.**





## RUBRIKA *k zamyšlení*



### ZDE BÉVÁM NÉRÁČ ☺

*Co pro vás znamená říct: „Jsem z Prostějova.“*

*Jaké je moje oblíbené místo?*

*Co si konkrétně přeješ, aby se ve městě změnilo. Tedy čekám na...*

**Na tyto otázky odpovídali devátáci a redakce vám nabízí několik jejich odpovědí:**



Jsem rád tam, kde se něco děje.

Mám ráda město.

Chci mít blízko sport a kulturu.

Záleží mi na atmosféře místa, ve kterém žiju.

Mám ráda náměstí Tomáše Masaryka.

Nabízí mi pocit malého města s různými výhodami velkoměsta.

Obdivuji radnici s orlojem a vyhlídkovou věží.



Máme hvězdárnu! Pěkné parky.

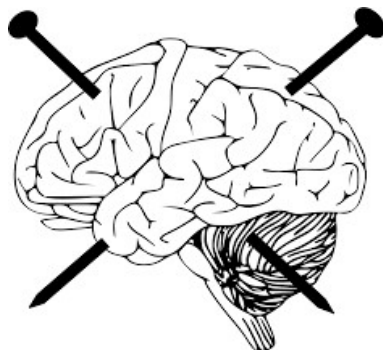
Kdo by nechtěl chodit do Aquaparku Koupelky!

Máme krásné divadlo.





# Chcete být **chytřejší**?



*Seznamte se s Mikym Zoubkem.*



## Kolik si pamatujeme?



Většina lidí si pamatuje: **10 %** z toho, co čtou, **20 %** z toho, co slyší, **30 %** z toho, co vidí, **50 %** z toho, co slyší a vidí, **70 %** z toho, co řeknou, a **90 %** z toho, co dělají.

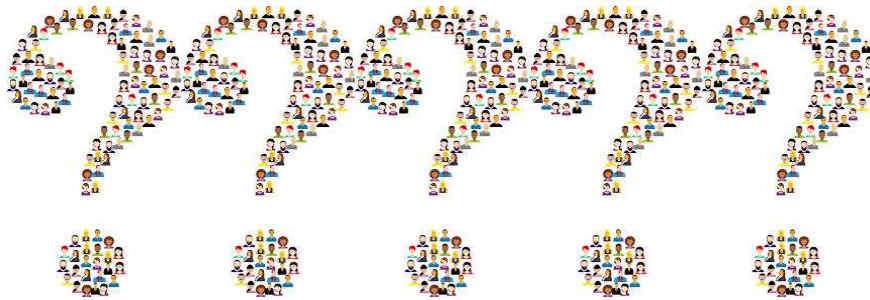
Podstatou lidské paměti je pravděpodobně zvláštní oblast mozku tzv. **hipocampus**, který je ukrytý pod vrstvou šedé mozkové kůry. Existuje několik typů paměti: deklarativní, procedurální, krátkodobá a dlouhodobá paměť.

## Jak probudit mozek a dostat ho do formy?

### *Jak dlouho udržíme pozornost?*

Nejvyšší soustředění udržíme podle dosavadních výzkumů **30–90 sekund**. Po uplynutí tohoto času se pozornost začíná rozptylovat a my se musíme znovu koncentrovat.





Kouzelným zaklínadlem pro aktivitu mozku jsou omega-3 mastné kyseliny. Tyto látky, které se nacházejí například v mořských rybách nebo vlašských ořechách, jsou nezbytné pro správný rozvoj CNS a zvyšují přítok krve do mozku.

Jezte jablka, pijte jablečný džus. Ty totiž chrání buňky před poškozením, které přispívá ke ztrátě paměti. Přírodní chemikálie obsažené v jablkách zpomalují oxidační proces.

### Hýbejte se

Cvičením neprokazujete službu jen svému tělu, ale i své hlavě. Pokud se vám zvýší srdeční tep, zvýší se přítok krve do mozku, a tak vzroste vaše bdělost, vitalita, redukuje se mentální úzkost a lépe relaxujete. Váš mozek je po určité době "zahlcený" příliš velkým množstvím myšlenek. Pohyb vám "vyčistí" hlavu, zklidní myšlenky a pomůže v jasnějším myšlení.

### Naučte se něco nového

Naučte se hrát šachy nebo na kytaru. Při hraní šachů zapojujete různé oblasti mozku a cvičíte si například strategické myšlení. U hry na hudební nástroj si zase cvičíte koordinaci myšlení a motoriky, která opět rozvíjí aktivitu mozku. Důležité je učit mozek stále něco nového. Svůj mozek si můžete procvičit, i pokud budete někomu dalšímu vysvětlovat například pravidla hry nebo ho budete učit něco, co sami umíte.

### Snižte hladinu stresu

Stres negativně ovlivňuje schopnost mozku myslet jasně a omezuje i jeho fungování. Při stresu tělo i psychika obvykle zaujímá postoj připravený na boj nebo útek a veškerou pozornost soustřeďuje na potenciální ohrožení.



Původně se vědci domnívali, že **mužský** mozek je „lepší“ a výkonnější než **ženský**, protože je větší.

**Tato domněnka už je dávno překonána!**





Redakce Postřehu „ulovila“ k rozhovoru jednoho z vás, pro kterého si zapamatovat skrumáž všech možných čísel během 60 vteřin není problém. Cífy háže z hlavy na požádání, aniž by mu to dalo větší námahu.

## Miky Zoubek, tot' jméno „majitele“ mozku a žáka naší 8.A ☺



Jeho pamatovák je mimořádný i v oblasti obrazového materiálu, což dokázal vzápětí, kdy během minuty, po kterou mohl sledovat nabízený test, byl schopen si uložit do paměti a okamžitě rychle za sebou nabídnout plný počet kreslených rozličných předmětů, aniž by se musel nějak rozvzpomínat a vybavovat si, co před chvilkou viděl.

Miky je navíc tak skromný, že nestojí o to, aby ho jeho okolí obdivovalo za něco, co on sám považuje za zcela obyčejné a běžné...



### Zajímavosti, které jste možná o lidském mozku nevěděli...

- Lidský mozek váží cca 1,5 kg.
- Člověk má *největší* mozek ze všech obratlovců *vzhledem k velikosti těla*.
- Objem mozku průměrného **muže** je **1,274 dm<sup>3</sup>** a průměrné **ženy** **1,131 dm<sup>3</sup>**.
- **78 %** mozku tvoří **voda**.
- Je v něm **50 až 100 miliard neuronů** (neuron = funkční buňka nervové tkáně).

# Co znamenají přísloví?

**Přísloví** je ustálený stylizovaný výrok, který obsahuje obecně platné zásady a zkušenosti mravoučné povahy. Tyto zásady jsou vyjádřeny buď přímo, nebo obrazně. Pro snadnější zapamatování má často podobu rýmovaného dvojverší.

Jaký je **rozdíl mezi rčením a příslovím?**

**Přísloví** je vyjádřením nějaké životní moudrosti, rčení je produktem lidové fantazie. Smyslem přísloví je tedy morální ponaučení, výstraha či pokárání, zatímco smyslem rčení je pobavení, oživení jazykového projevu.

Co je to **přirovnání?**

Přirovnání často pracují s nadsázkou, mají velmi zesílený význam.

## Nejznámější česká přísloví a jejich významy

**Bez práce nejsou koláče.**

Nic nedostanete zadarmo, ale je nutné se snažit.

**Darovanému koni na zuby nekoukej.**

Za dary má být každý vděčný a nehledat na nich chyby.

**Co je šeptem, to je čertem.**

Kdo něco říká potají a někomu za zády, nemá dobré úmysly.

**Ranní ptáče dále doskáče.**

Je dobré nepromarnit den a začít hned zrána.

**Kam nechodí slunce, tam chodí lékař.**

Kdo zdravě žije a chodí na čerstvý vzduch, nepotřebuje tolik lékaře a naopak.

**Chybami se člověk učí.**

Z chyb se poučíme a už je neopakujeme.

**Devatero řemesel – desátá bída.**

Je lepší soustředit se na nějakou činnost nebo znalost více do hloubky než znát všechno je povrchně.

***Dvakrát měř, jednou řež.***

Věci je dobré promyslet. Unáhlená a nepromyšlená rozhodnutí mohou zapříčinit ztrátu, problém.

***Hlad má velké oči.***

Hladoví si naloží víc, než mohou sníst. Oči by chtěly, břicho už nemůže.

***Hlad je nejlepší kuchař.***

Hladovým chutná vše. Hladový člověk je rád i za jídlo, které by normálně nejedl.

***Každá liška chválí svůj ocas.***

O svých blízkých nebo o věcech, které se druhému snažíme prodat (vnutit), mluvíme hezky a snadno přitom přehlížíme nedostatky.

***Kdo šetří, má za tři.***

Šetrnost se vyplácí.

***Lepší vrabec v hrsti než holub na střeše.***

Jistý malý prospěch je lepší než nejistá velká výhra.

***Mráz kopřivu nespálí.***

Nezdolnému člověku se nic nestane, všechno přečká.

***Není růže bez trní.***

I ta nejpříjemnější situace (věc) s sebou může nést nějaké nepříjemné následky.

***Žádný učený z nebe nespádl.***

Člověk se učí celý život.

***Žádná píseň není tak dlouhá, aby jí nebylo konce.***

Všechno jednou skončí.

***Všude dobře, doma nejlépe.***

Doma se cítíme nejlépe, domů se každý rád vrací.

***Kdo lže, ten krade.***

Člověk schopný lži je schopný i dalších špatností.

***Kdo chce psa bít, hůl si vždy najde.***

Ten, kdo má v úmyslu někomu znepríjemnit život (např. vynadat mu, potrestat ho), vymyslí si k tomu snadno nějakou záminku.

***Jablko nepadne daleko stromu.***

Děti se podobají rodičům.

***Láska hory přenáší.***

Láska přemůže mnoho, vše se s ní daří.

***Komu se nelení, tomu se zelení.***

Kdo není líný, práce se mu daří, je odměněn.

***Každý chvilku tahá pilku.***

Každý je chvíli důležitý – něco umí, něco se mu daří.

***Strach má velké oči.***

Když se něčeho bojíme, je to větší, než si myslíme.

***Moudřejší ustoupí.***

Moudřejší se nebude zbytečně přít o pravdu, svůj zájem – raději ustoupí.

***Komu se nelení, tomu se zelení.***

Pracovitým lidem se daří.

***Jak se do lesa volá, tak se z lesa ozývá.***

Každý by si měl ale rozmyslet, jak se bude chovat, aby ho pak nepřekvapily reakce ostatních.

***Boží mlýny melou pomalu, ale jistě.***

Vyjadřuje opožděný, ale neodvratitelný trest za zlý čin (provinění) působením osudových sil.

***Dočkej času jako husa klasu.***

Všechno chce svůj čas.

***Nechval dne před večerem.***

S chválou je dobré počkat až na úplný závěr, ještě se může něco přihodit.

***Není všechno zlato, co se třpytí.***

Ne vše, co se zdá jako výhodné a dobré, ve skutečnosti pak takové i je.

***Neříkej hop, dokud nepřeskočíš.***

Dokud není určitá věc dokončena či se ještě neudála, nemůže být považována za jistou.

***Na každém šprochu pravdy trochu.***

Něco v pomluvě může být pravdivé, i když se to často přehání, aby to vypadalo zajímavěji.

