

MARGINES

SZKOŁA UCZNIOWIE PRASA
GRILL ZE ZNAJOMYMI I ŚWIATECZNE LENISTWO



MARGINES W INTERNECIE:

 [FACEBOOK.COM/ZSLKRAKOW](https://facebook.com/zslkrakow)

[MARGINES.TL.KRAKOW.PL](http://margins.tl.krakow.pl)

WSTĘPNIAK

Łukasz Ożóg

Kwiecień to miesiąc, który rok w rok stanowi ostatni dzwonek dla maturzystów, którzy przygotowują się do jednego z ważniejszych egzaminów w swoim życiu. Gdyby przeczytał to jakiś student, pewnie zaraz chlusnąłby mi w twarz wodą z wiadra oklejonego napisem „Stary, sesja to dopiero jest życie. Rozmowa kwalifikacyjna. Matura to bzdura”. Lany Poniedziałek mam już za sobą, więc pewnie chciałbym tego uniknąć, dlatego uspokajam – matura to jest ważny egzamin, bezdyskusyjnie. Decyduje o naszych studiach, a co za tym idzie – przyszłości. U niektórych widać tendencję do krytykowania swoich poprzednich doświadczeń, poprzez nabywanie nowych. Tamte były łatwiejsze – miło patrzy się z tej perspektywy. Częściowo rozumiem, w końcu egzamin gimnazjalny byłby dla całej naszej szkolnej społeczności teraz banałem. Brak tu umiejętności stawiania się w sytuacji innych osób, stąd te dyskusje, czy poziom rośnie, czy maleje, czy kształci się teraz społeczeństwo w odpowiedni sposób. Modna ostatnio jest dyskusja na temat sześciolatków idących do podstawówki. Razem z kilkoma osobami z Koła Promocji oraz naszej Redakcji, mieliśmy okazję uczestniczyć jako widzów na nagraniu do programu „Krakowskim Targiem”. Jako Gość zaproszony był Dyrektor Antoni Borgosz, który, jako doświadczony pracownik oświaty, odpowiadał też na pytania o dalszą edukację. Krótką relację z wydarzenia i opinię znajdziecie w tekście Maćka. Samo nagranie na pewno jest w Internecie na stronach TVP.

Aby tegoroczni maturzyści, mający pewnie dość zanudzenia o szkolnictwie, znudzeni nauką, nie czuli się przytłoczeni tymi tematami, proponuję zajrzeć w chwili odpoczynku na teksty Aspołecznego i Krzyśka, którzy piszą o tym jak żyć zdrowo, jak zadbać o siebie, a także jakie korzyści możemy czerpać z tego, co daje nam natura – w tym przypadku chodzi o miód. Osoby wielbiące literaturę (zakładam, że nawet w naszej szkole jest ich całkiem sporo) na pewno nie będą zawiedzione postawą Moniki Sajbury, która sumiennie, jak zresztą co miesiąc wypełnia w „Marginesie” rubrykę recenzji książek. Wielbiciele filmów i seriali też znajdą coś dla siebie. Artur pisze o produkcji Rush, co ucieszy pewnie też fanów motoryzacji i sportów samochodowych. Mówiąc o kreskówkach, zazwyczaj mam na myśli lekkie, powiedziałbym odmóżdżające produkcje przeznaczone głównie dla dzieci. Tym razem chodzi jednak o South Park, opisany w tekście Adama – zapewne doskonale znany sporej rzeszy oglądających.

Jak widać, jest w tym numerze trochę do przeczytania. Mam nadzieję, że maturzyści znajdą chwilę, aby w przerwach pomiędzy nauką przeczytać jeden z ostatnich w ich roku szkolnym numerów i będą na tyle zadowoleni, żeby już jako absolwenci, miło wspominali tę gazetę.

Co w numerze?

ZSŁ News	s. 3
Niemiec płakał, jak sprzedawał	s. 3
Pszczóły i medycyna	s. 4
Telewizja – po drugiej stronie ekranu	s. 4
„Kiedy ściany mają nie tylko uszy”	s. 5
Żywołt pierwszoklasisty w ZSŁ	s. 5
Dieta, koks, tajski boks	s. 6
South Park	s. 7
Wyścig	s. 8

zaginiona w filmie	żywność	wart pałaca	wstyd, poniżenie	grządka kwiatowa	czynność z miernikiem	tam działała Matka Teresa
państwo z Burami		wojenny emeryt				plaż ogoniasty
tam walczyło "Pole-sie"			wśród mebli	marka wódki		
		nie owoc, a na kompot	furtka			
zarost z boku głowy	wojsko			materiał na welon		
			rozbity ze śledziami	wypadek w peletonie	układ ćwiczeń w karate	
arka	bank internetowy			Chaczaturian		
ich funt mało warty	marka ośmiobitowca				kończy żywot	Moore, aktorka
do wyprawiania skóry	framuga obrazu			znajomy kalfarza		
				Muller, piłkarz		
pasemko drewna	obok Aramis			Sharif		
		ciemisty krzew na żywopłot				

zadanie udostępnił serwis krzyżówkowy szarada.net

Gazeta Szkolna ZSŁ
Nakład własny

Redakcja w składzie:

Paweł Górszczak
Łukasz Ożóg
Krzysztof Franiek
Damian Hanusiak
Artur Kawala
Anna Karez
Maciek Pietrzyk
Renata Makuch
Adam Rybicki
Monika Sajbura
Konrad Sznajder

**Opieka/konsultacja/korekta:**

mgr Bogusław Bogusz
e-mail: margins@tl.krakow.pl
www: margins.tl.krakow.pl

MARGINES
Gazeta Szkolna

ZSŁ News

Renata Makuch

CO W SZKOLNEJ TRAWIE PISZCZY.

Kwiecień chyba jest ulubionym miesiącem wszystkich uczniów. Sporo wolnego, dzięki Wielkanocy, a wakacje coraz bliżej, każdy już je powoli wyczuwa, a maturzyści w szczególności. W końcu to ich ostatni miesiąc w murach ZSŁ, chociaż... i tak muszą jeszcze w szkole zawitać, w końcu matura sama się nie napisze.

Mam nadzieję, że wszyscy przeżyli kwietniowe zebranie z rodzicami. To już ostatni gwizdek na poprawianie ocen, żeby nie spotkać się np. z matematyką w sierpniu.

Lecz uczniowie naszej szkoły i tak nie próżnują. Już trzeci raz z rzędu Marcin Śladowski z klasy 4Ea zwyciężył w Olimpiadzie „Euroelektra”. W XXXVII Ogólnopolskiej Olimpiadzie Wiedzy Elektrycznej i Elektronicznej możemy pochwalić się równie dobrymi wynikami: 1 miejsce i laureat w kategorii elektronika: Marcin Śladowski kl. 4Ea, 1 miejsce i laureat w kategorii elektryka: Dominik Górni kl. 3Ea, 1 miejsce i laureat w kategorii elektronika medyczna: Robert Łabuz kl. 3Eb, 2 miejsce i laureat w kategorii elektronika medyczna: Grzegorz Węgrzyn kl. 3Ea, 7 miejsce i finalista w kategorii teleinformatyka: Patryk Jarosz kl. 3Ti. Rafał Dudek i Damian Gładys - uczniowie klasy 4Ib zakwalifikowali się do finałowego etapu ogólnopolskiego konkursu wiedzy informatyczno-matematycznej ALGORYTMION. Gratulacje!



ALGORYTMION

Dnia 26 marca 2014 roku odbył się ustny etap Konkursu Języka Niemieckiego. Uczestnicy zaprezentowali projekty multimedialne poświęcone różnym regionom Niemiec, wyjaśniali znaczenie idiomów niemieckich, odpowiadali na pytania zawarte w quizie na temat wiedzy o krajach niemieckojęzycznych. Zwyciężył Gabriel Hofer, II miejsce zajęli: Tomasz Miller oraz Gabriela Mucha

natomiast III miejsce - Michał Ciborowski, Maciej Jankowski i Mateusz Hofman.



Poznaliśmy wyniki konkursu fotograficznego pt. „Zwierzaki”: I miejsce należy ex aequo do Dawida Kostrzewy z kl. 1Ic oraz Krzysztofa Garlacha z kl. 1Ib, II miejsce zajęli ex aequo: Aneta Sacha z kl. 2Ta wraz z Kamilem Przybyło z kl. 1Ed, III miejsce zdobył Kamil Wójcik z kl. 1Tb. Wyróżnieniem zostali nagrodzeni: Laura Fus z kl. 2Ic i Maciej Przeginiak z kl. 2K.

216 osób odwiedziło naszą szkołę na marcowych dniach otwartych. 12 kwietnia odbyły się kolejne, a przed nami jeszcze jedno, ostatnie już w tym roku, dni otwarte – 26 kwietnia.

Zespół Szkół Łączności otrzymał wyróżnienie w konkursie Moja Szkoła za film „Elektronika jest...kobietą”, zrealizowany przez członków Koła Promocji Szkoły pod opieką p. Marty Stefańczyk. Realizacja projektu - Andrzej Cader, Piotr Chryc pod opieką techniczną p. Zygmunta Parzelki. Gratulacje!

To wszystko co mam Wam do przekazania! Do zobaczenia, w jakże krótkim, maju!

Niemiec płakał, jak sprzedawał

Łukasz Ożóg

CZY W DZISIEJSZYCH CZASACH KUPNO CZEGOKOLWIEK MOŻE ODBYĆ SIĘ BEZ PRZYKRYCH KONSEKWENCJI?

Tytuł, jaki nadałem temu artykułowi, zapewne wszystkim kojarzy się z serią internetowych memów z typowym Mirkiem – handlarzem, przedsiębiorcą. Memy te powstały głównie po to, żeby pośmiać się z zachowań handlarzy motoryzacyjnych, którzy do bólu powtarzają pewne sformułowania, mające przynieść im większy zysk. Sformułowania te, czasem podchwytliwe, a czasem nieprawdopodobne, powoli zaczęły się przejawiać w komisach samochodowych, za to zrobiły furorę w Internecie. Oprócz tego, że fajnie się z nich pośmiać w wolnym czasie, to pełnią też pewną rolę uświadamiania potencjalnych klientów.

Pewnie spora część Czytelników jest zaznajomiona z realiami serwisów ogłoszeniowych z Internetu, ale dla pozostałych, przypomnę: Każdy samochód z 1997r. to igła, jest z niezniszczalnym silnikiem 1.9 TDI, ma 197 tysięcy km przebiegu (potwierdzone książką serwisową). Jest od pierwszego właściciela, koniecznie urodzonego w latach trzydziestych XX w. Jeżdżone tylko do kościoła i na zakupy. Ma klimatyzację (sprawną, ale do nabicia), alufelgi, zadbaną tapicerkę. Już uspokajam tych, co polecie-li do komputera, aby poszukać nowego Golfa. To wszystko brednie. Co najgorsze, rzucane klientom prosto w twarz. Ale wina wcale nie leży po jednej stronie. To nie tylko zli i bezzelenni sprzedawcy. Zastanówmy się nad tym w trochę inny sposób. Każdy człowiek chce zarobić pieniądze, które dadzą mu przynajmniej możliwość utrzymania się i w miarę spokojny byt. Tak samo handlarze, sprzedawcy, ludzie pukający do drzwi z ofertami operatorów czy dzwoniący do nas w sprawie zmiany oferty. To sprawia, że aby sprzedać z zyskiem na przykład używany samochód, trzeba wszystko sobie przekalkulować tak, aby opłaciło się to w czasie. Samochody na rynku wtórnym w Polsce pochodzą głównie z Niemiec, Włoch czy innych europejskich krajów. Często lekko uderzone, po niedużych stłuczkach. Również często po uszkodzeniach całkowitych. Dla chcącego nic trudnego, jeśli ktoś ma znajomości, rozsądek i umie kombinować, to z auta przeznaczonego na niemiecki złom zrobi bezwypadkowe. To przykre, ale prawdziwe. Ja jednak nie dziwię się handlarzom, bo moim zdaniem to oni są w tej sytuacji mądrzejsi. To oni kreują swoje ogłoszenia pod wymagania klientów. A klienci mają chore wymagania. Wszystko przez stereotypy i chęć pokazania się sąsiadom. Dla Polaka auto, które ma ponad 200 tysięcy km przebiegu, to złom. Ciekawe tylko, jakim cudem auto, które jeździ przez 15 lat ma mieć mniej. Zwłaszcza takie, z silnikiem Diesla, który ma być tani w eksploatacji, czyli ma pozwalać nabijać kilometry. Dlatego, zaraz przy granicy z Niemcami, Typowy Mirek podjeżdża całą lawetą Passatów do punktu renowacji liczników i robi magiczne 190 tysięcy km. W Polsce to legalne. Tak samo jak kupowanie książek serwisowych, wyrabianie pieczętek fikcyjnych niemieckich stacji obsługi i tym podobne zachowania. Trzeba jednak pomyśleć, kto jest winien tego typu zachowaniom. Gdyby w Polsce dało się sprzedać normalne auto, z prawdziwym przebiegiem i historią, to takie byłyby sprzedawane. Sęk w tym, że klienci lubią być okłamywani, bo lubią, jak sąsiadowi gul skacze na widok nowego Passata. Zwłaszcza jak usłyszy, że to igła z Niemiec, z dieselkiem pod maską i klimą. Przecież, gdyby miał 500 tysięcy przebiegu i byłoby wiadome, że był malowany prawy bok, to auto stałoby się nudne. Ale nic nie jest wiadome. Może to dreszczyk emocji jest potrzebny klientowi? Samochód niespodzianka, budzący podziw na osiedlu. A przecież wszyscy jesteśmy inteligentni i świadomi swoich wyborów...

Żeby nie było, że uczepiłem się samochodów jak rzep psiego ogona, w następnym miesiącu obiecuję artykuł o zbliżonej tematyce, aczkolwiek tylko pod względem oszukiwania przy transakcji.

Pszczóły i medycyna

Krzysztof Franiek

ZOBACZMY, JAKIE LEKARSTWA MOŻNA ZNALEŹĆ W PASIECE.

Nieraz spotkałem się ze stwierdzeniem, że pasiekę można nazwać przydomową apteczką. Ile jest w tym prawdy?

Od zawsze pszczelarstwo kojarzyło mi się ze zdrowiem. Zdrowy miód, zdrowy pyłek, zdrowy kit, zdrowe mleczko pszczele. Wszystko, co pszczele, zdrowe do jedzenia, smarowania, waczenia, wcierania, picia i wszystkiego innego, co tam jeszcze można wymyśleć. Oczywiście, z tych zdrowych rzeczy można wyprodukować jeszcze zdrowsze medykamenty i suplementy diety.

Zacznijmy od miodu, czyli podstawowego produktu pszczelęgo. Sam w sobie na wiele sposobów wpływa na nasze zdrowie, poczynając od zastosowania jako antybiotyk, przez dobry wpływ na wzrok, skórę, układ krążenia, układ nerwowy, pokarmowy, oddechowy, a na układzie odpornościowym kończąc. Różne odmiany miodu mają nieco inny skład, przez co na przykład miód rzepakowy najlepszy jest na serce, zaś lipowy świetnie sobie radzi z przeziębieniem, a także wspomaga odporność.

W kwestii aplikacji tego pysznego leku, mamy spory wybór: można jeść sam miód, nadaje się on na kanapkę, świetnie się spisuje jako ośłoda do herbaty czy kakao, a wedle wielu pszczelarzy najlepiej się sprawdza spożywanie każdego ranka łyżki miodu połączonej z połową szklanki ciepłej wody i niewielką ilością soku z cytryny – zażywanie regularnie takiego koktajlu na pewno wspomaga naszą odporność.

Jeszcze jedna bardzo ważna uwaga odnośnie miodu: należy uważać, aby go nie podgrzewać do temperatury wyższej niż sześćdziesiąt stopni Celsjusza ani nie łączyć z innymi gorącymi substancjami. Chodzi o to, że w wysokiej temperaturze miód traci prawie wszystkie wartości lecznicze. Smak pozostaje ten sam, lecz skład jest już inny, dlatego należy pamiętać, że jeżeli chcemy podgrzać miód w garnku z ciepłą wodą, bo skrzystalizował się, to pamiętajmy, aby go nie gotować, a jedynie włożyć do ciepłej wody i cierpliwie poczekać aż powoli się roztopi. Będzie nas to kosztować trochę czasu, ale z drugiej strony, zdrowie jest bezcenne. Tak samo należy uważać z dodawaniem miodu do herbaty – lepiej poczekać, aż przestanie parzyć, a dopiero potem dodać miód.

Wspomnę jeszcze o połączeniu kitu pszczelego ze spirytusem. Sam kit jest substancją lepłą, o bardzo charakterystycznym i mocnym zapachu, bezwzględnie kojarzącym się z pasieką. Używany jest on przez pszczóły do izolacji, łatania szczelin. Ma silne właściwości dezynfekujące. Niestety jest on trudny do pozyskania. Można go zdobyć, zeskrobując niewielkie jego ilości z ramek bądź wstawiając do ula kawałki drobnej siatki, którą pszczóły będą chciały załatać. Wadą tego drugiego sposobu jest to, iż jest sztuczny, przez co sam kit jest niższej jakości, gdyż robotnice zamiast używać czystego kitu, domieszkują do niego

przeróżne lepkie substancje, jakie znajdują, na przykład żywicę. Odrobina kitu pszczelego, zalanego spirytusem, daje nam bardzo skuteczne lekarstwo na trudno gojące się rany, stłuczenia czy bóle reumatyczne.



Telewizja – po drugiej stronie ekranu

Maciej Pietrzyk

TELEWIZJA OD KUCHNI, CZYLI MAŁE PRZEDSTAWIENIE JEDNEGO Z PROGRAMÓW

W pewien marcowy czwartek w Krakowie przy ul. Powiśle w jednej z kawiarni-księgarni odbywały się nagrania do kolejnego odcinka programu „Krakowskim Targiem”, a na widownię został zaproszony między innymi Dyrektor naszej szkoły wraz z grupką uczniów. Z ciekawości chciałem przekonać się, jak wygląda praca nad takim materiałem telewizyjnym, dlatego postanowiłem wziąć udział w owym wydarzeniu.

Tematem przewodnim była edukacja, a w szczególności debata nad nową reformą, dzięki której dzieci w wieku sześciu lat mają uczęszczać do szkoły podstawowej. O ile temat może być interesujący i warty dyskusji, to dzisiaj chciałbym zająć się innym aspektem tego spotkania, a mianowicie podzielić się z Wami moimi obserwacjami.

Po wejściu do lokalu pierwszą szczególną uwagę przykuła pięknie przygotowana scena z doskonałym oświetleniem skierowanym wprost na miejsca siedzące, rzecz jasna dla głównych gości. Wokół niej były porostawiane kamery otoczone płatającymi się kablami. Zarówno kamerzyści jak i inni pracownicy obsługi dopracowywali ostatnie detale, nagrano wstęp, w którym prowadząca przedstawiała temat dyskusji i w końcu zaproszono widownię do zajęcia miejsc.

Jednym z gości programu był Wiceprezydent miasta Krakowa, do którego były kierowane pytania dotyczące przygotowania placówek oraz nauczycieli na przyjęcie dzieci, które dotychczas były określane jako przedszkolaki. Do tej pory można powiedzieć, że to nic nadzwyczajnego, widzujemy na co dzień podobne programy w telewizji, ale w oczy rzucił mi się dobór gości specjalnych. Otóż oprócz naszego Dyrektora Naczelnego, który w swoim czasie dostał mikrofon, aby podzielić się osiągnięciami Technikum łączności nr 14 oraz wysokiej pozycji w rankingach, zostały zaproszone również dwie Panie Dyrektorki ze szkoły podstawowej oraz przedszkola (niestety nie zapamiętałem nazwisk), których budynki sąsiadują ze sobą oraz doskonale współpracują. Oczywiście nie muszę mówić, iż obie placówki są doskonale przygotowane, nauczyciele świetnie przeszkoleni, a dzieci ze starszych grup przedszkola mają organizowane wycieczki do szkoły podstawowej, aby przyzwyczaić się do atmosfery i innych warunków pracy w szkole. Tym sposobem Prezydent doskonale odparł wszystkie zarzuty wysunięte ze strony prowadzącej, ukazując doskonale przygotowaną reformę wcieloną w życie.

W tym momencie chyba już nikt nie miał wątpliwości, że cały program manipuluje obrazem rzeczywistości, ponieważ przedstawianie skuteczności reformy na jednym skrajnym przykładzie, bo jak często przedszkole i szkoła są tak blisko siebie umiejscowione i jak często współpraca pomiędzy pracownikami dwóch niepowiązanych placówek jest tak dobrze zaplanowana. Szczególnie nie spodobało mi się, iż takie programy mogą mieć znaczący wpływ na decyzje podjęte przez rodziców, którzy nie są przekonani, czy wysłać dziecko w tak młodym wieku do szkoły, a mają jeszcze wybór, ponieważ nie jest jeszcze obowiązkiem wybranie szkoły zamiast przedszkola.

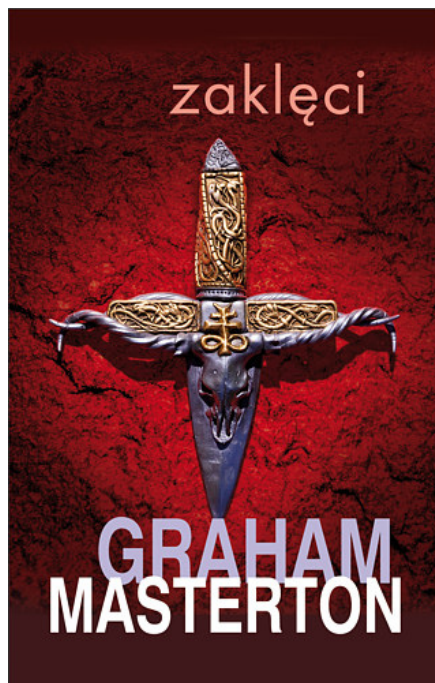
Po tej wizycie utwierdziłem się w przekonaniu, że wszystkie informacje dostarczane przez media i to niezależnie jakie, musimy weryfikować w paru innych źródłach. Mam również nadzieję, że tą wypowiedzią naświetliłem wam troszkę temat uczciwości telewizji i że zobaczyliście trochę, jak to jest po drugiej stronie ekranu.

„Kiedy ściany mają nie tylko uszy”

Monika Sajbura

„A POTEM USŁYSZAŁ TO PONOWNIE SZSZSZSZSZ, CORAZ TO SZYBCIEJ I SZYBCIEJ, NARASTAJĄCE CRESCENDO. SSSSSSSSSSSZZZ...”

Najlepsze horrory to takie, po których nie można spokojnie usnąć. Niestety, bardzo ciężko jest znaleźć taką książkę. Po wielu poszukiwaniach i wielu przeczytanych książkach udało mi się trafić na Grahama Mastertona, który jest znany ze swojego specyficznego stylu pisanie, nietypowych pomysłów, a przede wszystkim niesamowicie plastycznych opisów. To właśnie jego opowiadania i powieści najbardziej zapadły mi w pamięć.



Książka Masterona, po której najbardziej bałam się w nocy wyjść z łóżka to „Zakłęci”. Przedstawia ona historię Jacka Reeda, który odnajdując starą, gotycką budowlę wpadł na pomysł przerobienia jej na ekskluzywny hotel. Niestety, nie wiedział o tym, że przed 60 laty, ten budynek spełniał funkcję szpitala dla psychicznie chorych, w którym pewnego dnia wszyscy pensjonariusze zniknęli. Okazuje się, że zostali oni dosłownie zamknięci w murach dawnego szpitala psychiatrycznego. W tym czasie przez USA przetacza się

fala zbrodni. 799 osób ginie w tajemniczych okolicznościach. Brakuje tylko jednej ofiary, żeby najgroźniejsi mordercy i gwałciciele wydostali się na świat zewnętrzny. Jack Reed postanawia to wszystko zakończyć, jednak przeszkodził mu dowódca chorych umysłowo, porwijąc jego syna, który ma dopełnić liczbę ofiar.

Najbardziej w tej książce urzekły mnie opisy tego, co działo się przed laty w niedoszłym hotelu: ekscyty pacjentów i ich skutki, czyli obraz wanny z pasami i podrapanymi brzegami, powyginane siatki na okna, wszechobecny zapach octu. To wszystko działa na wyobraźnię, a jeszcze do tego dochodzi starożytna magia, druidzkie rytuały i wszechobecny nastrój grozy. To wszystko w połączeniu ze stylem Mastertona daje nam pewność nieprzespanej nocy.

Największą wadą „Zakłętych” jest zbyt mała ilość stron. Autor skupia się głównie na punkcie kulminacyjnym tej historii, nie opisując dokładnie kilku ciekawych wątków, na przykład brutalnych morderstw, których bezkarnie dopuszczają się dusze psychopatów.

Uważam, że jest to idealna odskocznia w dobie wilkołaków i wampirów. Nie jest to też, ostatnio bardzo lubiany przez reżyserów, motyw duchów, więc choć książka została wydana w 1989 roku, wreszcie można przeczytać coś „świeżego”. Nie polecam czytać tej powieści wieczorem, kiedy jest się samemu w domu, a zwłaszcza blisko ścian...

Żywot pierwszoklasisty w ZSŁ

Michał Ambroży

POCZĄTKI W POCIE CZOŁA.

Nie jest to opis przeżyć w myśl rock’n’rollowych zasad, ale czy to źle?

Pierwsze półrocze w najlepszej szkole w Polsce to przede wszystkim ciężka praca. Mimo wszystko jestem bardzo zadowolony z bycia członkiem łącznościowej Rodziny i mam szczerą chęć i nadzieję na przyniesienie Jej chwały swoją osobą, postawą, wiedzą i umiejętnościami, które mogę dzięki Niej nabyć i rozwijać.

Początki są zawsze trudne, w tym przypadku nie było inaczej, gdyż przeskok z gimnazjum do szkoły średniej jest niezwykle trudny. Wiąże się on z nowym otoczeniem, nauczycielami, znajomymi, ale tak samo z nowymi wymaganiami, dużo wyższymi niż w poprzednich latach. Zmienia się także sposób traktowania uczniów przez kadre, gdyż przychodząc do szkoły ponadgimnazjalnej, wszyscy stoimy u progu dojrzałości, do której musimy się przygotować, w czym, bez dwóch zdań, pomaga stosunek profesorów do uczniów.

Przez pierwsze pół roku na przedmiotach zawodowych nauczyłem się i dowiedziałem mnóstwa ciekawych rzeczy. Mimo że nie zawsze było łatwo i pozytywne wyniki wiązały się z długą nauką i pracą przy komputerze, to jestem zadowolony i mam nadzieję, że następne lata będą pod tym względem, przynajmniej równie ciekawe i zaowocują dobrym wynikiem egzaminów zawodowych, a także przygotowują do późniejszej pracy.

Rankingi nie kłamią i poziom rzeczywiście jest wysoki, a do tego staramy się najlepiej jak potrafimy sprostać wymaganiom. Najważniejsza pod względem dalszej edukacji, w obranych przez nas kierunkach, jest matematyka, co nie oznacza, że można odpuścić sobie inne przedmioty, tym bardziej, że nauka z przedmiotów ogólnokształcących, dzięki nowej podstawie programowej, kończy się w pierwszej klasie. A to właśnie dzięki nim poszerzamy swoją wiedzę w kierunkach niezwiązanych z naszym przyszłym zawodem. Tak samo na wysokim poziomie znajdują się języki obce i język polski, które pomagają w komunikacji i prezentacji samych siebie, zarówno dla ludzi zza granicy jak i rodaków.

W szkole nie można się nudzić. Jesteśmy świeżo po świętowaniu pierwszego dnia wiosny, który wypadł znakomicie. Wszyscy świetnie się bawili i przyłączyli do akcji. Dzień Sportów Zimowych, turnieje sportowe to tylko nieliczne wydarzenia, które umilają nam czas i pomagają poznać społeczność szkolną. Organizowane są również akcje charytatywne takie jak Szlachetna Paczka czy Wampiriada, w których mogą uczestniczyć wszyscy uczniowie, pomagając najbardziej potrzebującym osobom.

Wszyscy narzekają, że dziewczyn u nas mało. Mają rację, ale nie po to się idzie do technikum, żeby sobie pooglądać dziewczyny, nawet tak piękne jak w naszej szkole. Oczywiście proszę wszystkich Czytelników, aby zachęcali jak największą ilość dziewczyn do wybrania właśnie naszej szkoły, z korzyścią dla nich i dla nas, bo atmosfera jest wspaniała.

Jestem bardzo zadowolony ze swojego wyboru szkoły ponadgimnazjalnej. Myślę, że nikt nie żałuje, że wybrał właśnie nasze Technikum. Wierzę, że ta właśnie szkoła idealnie przygotowuje nas do dalszej edukacji i pracy w zawodzie i cieszę się z przynależności do łącznościowej Rodziny. Tyle po pierwszym semestrze. Oby następne lata były tak wspaniałe jak to półrocze.

Dieta, koks, tajski boks

Aspołeczny

TYM RAZEM COŚ DLA CIAŁA.

Słowem wstępu

Mistrzem spostrzegawczości być nie trzeba, żeby widzieć, że ludzie u nas w szkole nie grzeszą kondycją czy dobrym wyglądem. Jest to nawet wpisane w stereotypowy wygląd łącznościowca. Lecz czy tak być musi? Czy to rzeczywiście tak wiele, aby popracować trochę nad sobą?

Od pewnego czasu staram się prowadzić zdrowy tryb życia, ćwiczyć odżywiać się według zbilansowanej diety. Część osób może się zastanawiać o przyczyny, w końcu to sporo wyrzeczeń: trzeba się spocić, zmęczyć i jeść jakieś „warzywka”, a znam osoby, które na samą myśl o czymś takim zmieniają zabarwienie skóry. Przyczyn było kilka, lecz wszystko kręciło się wokół mojego niezadowolenia z trybu życia i ciała. Generalnie nie będę szczegółowo rozpisywał się tutaj o sobie, może kiedy indziej i w innym artykule. Motywacji jest wiele, każdy powinien znaleźć sobie swoją, jeżeli chce mieć siłę do działania. Chcesz lepiej wyglądać na plaży? Marzysz o sześciopaku na brzuchu? Czy po prostu chcesz się lepiej czuć. Jest to możliwe, wykonalne i jest zarazem idealnym powodem, aby zacząć o siebie dbać.

Sport - na co to komu?

Patrząc na dzisiejszych ludzi, można by pomyśleć, że od zawsze świat był podzielony na tych, co lubili się ruszać i nie. Czy aby na pewno? Odpowiedź brzmi: „nie”. Jesteśmy stworzeni do ruchu, jest on wpisany w nasze geny. Wyobraź sobie teraz człowieka sprzed paru tysięcy lat, gdy nie znał jeszcze roli i zdobywał pożywienie, polując i przyszło mu coś zjeść, lecz stwierdził, że nie chce mu się gonić tej antylopy czy innego zwierza, co hasa gdzieś przed nim. Byłoby trudno prawda? W wyniku rozwoju techniki nie jesteśmy już zmuszeni biegać za zwierzętami, lecz nasze organizmy dalej potrzebują tego ruchu i hormonów, których dostarczaliśmy mu podczas polowania czy innych czynności potrzebnych do przeżycia. Teraz, gdy porównamy czynności, które musiał wykonywać człowiek dawniej i obecnie, można wysunąć trochę wniosków, dlaczego zamiast kaloryfera mamy bojler (bieganie w grze komputerowej się nie liczy!). Oczywiście był to bardzo duży ogólnik. Postaram się wszystko bardziej naświetlić w najbliższym czasie.

Wszystko pięknie, ale jutro!

Chciałem poruszyć tutaj temat tej jakże pięknej krainy, w której spotkasz ludzi o wysportowanych ciałach, ze stypendiami naukowymi, bogatych i szczęśliwych. Piszę tutaj o „jutrze”, czyli o najczęstszej wymówce. Pomyśl ile razy mówiłeś: „jutro...”, a nie doszło to do skutku. Gdy tak myślę, to gdyby wszystkie „jutra” były spełniane, to faktycznie żylibyśmy w pięknym świecie. Niestety tak nie jest, aby coś osiągnąć, trzeba zapracować na to - taka już kolej rzeczy. Mówiąc jutro, oszukujesz tylko siebie, a nie innych.

Wniosek: Zaczniij już dziś!

Małymi krokami...

Być może kiedyś próbowałeś coś ze sobą zrobić, lecz nie wyszło. Często bywa tak, że narzuca się sobie zbyt duże obciążenie. Wiadomo, że nie przebiegniesz od razu maratonu czy nie zrobisz dwustu pompek, a brak widocznych rezultatów bardzo negatywnie wpływa na motywację. Dla tego ważne jest, aby rozsądnie mierzyć siły na zamiary.

Od czego tu zacząć te małe kroki? Dobrym przykładem będzie dieta. Ciężko jest jej przestrzegać w szczególności, jeżeli narzucisz sobie jakąś ciężką. Sama myśl o liczeniu kalorii czy planowanie, czy mogę to zjeść, już może zniechęcić. Kilka przykładów małych kroków, które pozytywnie wpłyną na Ciebie:

Zamiast Coli pij wodę. - Omijając sprawę barwników i kwasów zawartych w coli, w półlitrowej butelce tego napoju jest ok. 11 łyżeczek cukru. Dziennie powinniśmy pić minimum 1,5 litra płynów - szybka kalkulacja małej zmiany i są wyniki, prawda?

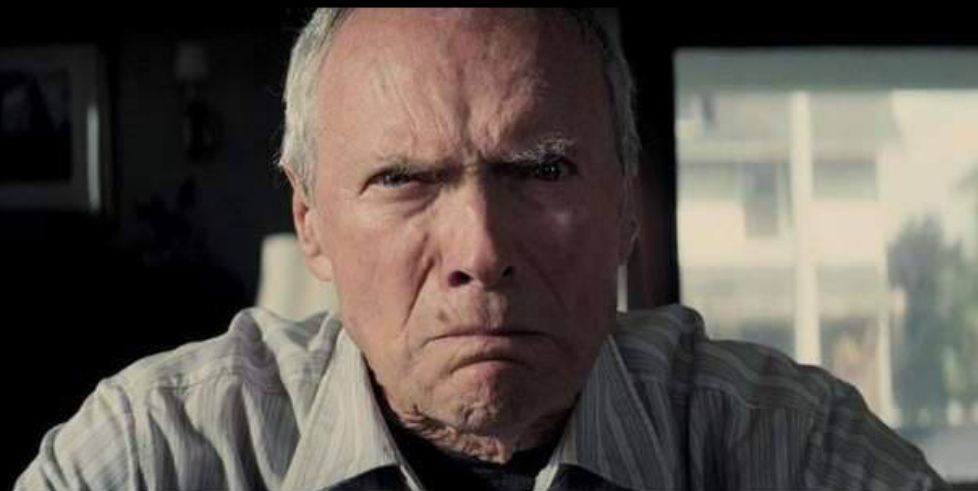
Słodycze zamień na owoce. - No tak, ile razy już to słyszałeś. Ale baton jest smaczniejszy od owocu, a może spróbuj w inny sposób jeść owoce. Zamiast jeść je w normalnej formie, pij je jako koktajl. Jakie są tego plusy? Dostarczasz organizmowi wiele witamin. Miksując owoce z nabiałem, np. jogurtem, dostarczasz też białka, którego brakuje w dużej ilości produktów i taki koktajl (o ile nie dodasz do niego cukru) nie wywoła w twoim organizmie skoku glukemicznego (o którym wkrótce), którego możesz być pewien po zjedzeniu batona.

Owsiane zamiast kukurydzianych - oczywiście mowa o płatkach. Kukurydziane wbrew powszechnej opinii nie są dobre na śniadanie. Dlaczego? Płatki kukurydziane mają wysoki indeks glukemiczny, przez co szybko dostajemy „kopa” energetycznego, lecz równie szybko go tracimy. Płatki owsiane mają niższy IG (indeks glikemiczny), przez co energia uwalnia jest wolniej, a zatem wystarcza nam jej na dłużej.

Wystarczy przyjrzeć się swoim nawykom i zmieniać je niekoniecznie drastycznie, aby czuć się lepiej. Małe kroki to też małe zmiany, lecz przez te małe zmiany będzie o wiele łatwiej przejść do następnych etapów.

Mam nadzieję, że ten artykuł cię zainteresował i być może nie będziesz czekał na następny i sam zaczniesz szukać informacji, a przede wszystkim zaczniesz działać.

Zanim otworzysz lodówkę spójrz Clintowi w oczy i powiedz:



"Tak, zrobiłem dzisiaj swoją porcję pompek."

South Park

Adam Fish Rybicki

SPECJALNIE NIC NIE DOPISYWAŁEM DO TYTUŁU TEGO ARTYKUŁU, GDYŻ TA NAZWA MÓWI SAMA ZA SIEBIE.

Czym jest „South Park”, to wie chyba każdy, a ten kto nie wie, powinien jak najszybciej urwać się ze szkoły, włączyć komputer, zasiąść w wygodnym fotelu i zacząć oglądać, to co nazywamy kreskówką dla dorosłych.

Dotychczasowo przez całe swoje życie, czas spędzałem różnie, czasem robiąc coś produktywnego, ale jednak większość tego czasu pożytkowałem na spotkanie się ze znajomymi, granie, czy też oglądanie seriali i innych głupot. Obejrzałem już wie-

-foody. Eric, jak na swój młody wiek, szczególnie nie lubi innych dzieci, a przede wszystkim jednego ze swoich przyjaciół - Kayla Broflovskiego, który jest pochodzenia żydowskiego. W filmie dochodzi między nimi do wielu komicznych sytuacji. Najlepszym przyjacielem Kayla jest Stan Marsh, można powiedzieć, że jest to najgłośniejszy z głównych bohaterów, gdyż to wokół niego dzieje się najwięcej rzeczy oraz to jemu przypada na koniec odcinka powiedzieć, jaki płynie z niego morał. Ostatnim bohaterem jest Kenny McCormick, pochodzi on z biednej rodziny, dlatego często jest obiektem żartów dla Cartmana. Kenny jako jedyny z bohaterów ma specjalną moc. Na końcu każdego odcinka umiera, w różny sposób, ale w następnym odcinku pojawia się, jak gdyby nigdy nic.

Oczywiście mamy też kilku bohaterów drugoplanowych, takich jak szkolny nauczyciel chłopców Herbert Garrison, który przez całe swoje życie zmienił płeć dwukrotnie, Chef, który jest



le kreskówek dla dzieci, jak i dla dorosłych, ale żadna z nich nie przypadła mi tak do gustu, jak właśnie „South Park”.

Jak większość produkcji ze Stanów Zjednoczonych jest słaba, bo albo za dużo efektów, albo za mało, albo słaba gra aktorska, ale tego nie można powiedzieć o tej kreskówce. Paradoksalnie „South Park” nie ma praktycznie żadnych animacji, wszystkie postaci wyglądają jakby były wycięte z papieru. Ale najważniejszą i największą cechą tej produkcji jest jej humor i podejście do spraw poważnych jak i przyziemnych. Od samego początku serial wzbudza kontrowersje, gdyż w sposób prześmiewczy pokazuje przesadne przywiązanie się czy też oddanie sprawie. Często porusza kwestie religijne i polityczne, które twórcy pokazują na swój sposób, często aż za bardzo kontrowersyjny, ale jak to powiedział George Carlin: „Śmiejmy się ze wszystkiego albo nie śmiejmy się wcale”. I tak właśnie jest w tym serialu, nie ma tematów tabu, przez co świetnie się go ogląda.

Czym byłby serial bez bohaterów. Historia kręci się wokół czterech chłopców w wieku ośmiu lat, mieszkających w stanie Kolorado, w małym miasteczku South Park. Każdy z bohaterów jest inny i szczególnie w swojej osobie oraz każdy z nich reprezentuje społeczeństwo w USA. Mamy Erica Cartmana, który z wyglądu jest typowym grubym amerykańskim dzieckiem uwielbiającym fast-

przyjacielem chłopców, jak i również kucharzem w szkolnej stołówce. Niestety, osoba podkładająca głos pod Chefa postanowiła przestać to robić w chwili, gdy twórcy wyemitowali odcinek wyśmiewający scjentologów, do których należał.

A to nie wszystko, resztę albo już znacie, albo poznacie, jeśli macie zamiar obejrzeć ten serial.



Wyścig

Artur Kawala

BIOGRAFIA POKRYTA SPALINAMI I WOLĄ WALKI

Ron Howard zaskoczył swym nowym filmem, nakręcił bowiem biografię sportową (a sport ma tutaj wymiar pełnokrwisty, wyraźnie akcentowany adrenaliną, naznaczony ambicją i nasycony testosteronem) z użyciem bardzo oczywistych środków: rozmachu, akcji i chwytliwej wręcz fabuły, którą naładował energią oraz spalinami bolidów, rozpisaną i rozpiętą w narracji na dwie główne postaci. Przy czym nie poprzestał tylko na powyższych czynnikach, na których raczej bezwyrazowo kończą się podobne tytuły z tego gatunku – jego obraz został ożywiony duchem walki, co sprawiło, że stał się on filmem, o którym pamięta się jeszcze długi czas, za każdym razem przypominając sobie emocje, które towarzyszyły widzowi podczas seansu.

Historię tytułowego wyścigu poznajemy z perspektywy dwóch głównych postaci – zarazem tak od siebie różnych, a jednocześnie podobnych. Na pierwszy rzut oka wyłowić można ich wiele cech, a każda z nich leży na przeciwnym biegunie. Obaj są na swój sposób charakterni i osobowości te sprawiają wrażenie, iż dzieli je przepaść. I istotnie, tak właśnie było w prawdziwej historii, która stała się pierwowzorem dla filmu. Jednak pomimo dzielących ich różnic, zarówno głęboko wewnątrz Jamesa Hunta jak i Niki Laudy pali się płomień podtrzymujący ich zapał, wiecznie podsycany konfrontacją na torze. I właśnie ów przejaw zażartej walki zbliża ich ku sobie tak, że tylko oni są w stanie zrozumieć nawzajem swoje cele i motywacje.

Ambiwalencja dwójki kierowców podkreślana jest rzetelnymi i przemyślanymi kreacjami ich postaci. Już na poziomie scenariusza została doskonale wyważona, a aktorzy zdają się ją doskonale rozumieć. Wspólnie tworzą harmonijny duet, mimo tych wszystkich różnic, które wynikają z dwóch silnych osobowości.

Zasadniczym przymiotem „Wyścigu” jest dwutorowa narracja. Jest ona okazją do identyfikacji z każdym bohaterem z osobna. Reżyser odniósł tutaj wielki sukces, bowiem widz daje się pochłoniąć tej rozgrywce, ale tak naprawdę – mimo iż zaangażowany – pozostaje bezstronny wobec potyczki Hunta i Laudy aż do samego końca. Hunt jedna sobie widzów aparycją i innymi, jasno wyłożonymi na ekranie cechami. Nie okazuje się błaznem, a raczej niewolnikiem swojego zbyt rozrywkowego życia, które – paradoksalnie – blokuje mu dostęp do stabilizacji. Natomiast Lauda to cicha, ale silna postać. Nie żyje chwilą, a każdą przyszłą wydaje się wręcz z matematyczną dokładnością kalkulować. Mocno stąpa po ziemi, nie ogląda się za siebie i nawet kiedy pali za sobą mosty, jego decyzje są konsekwentne (co potwierdza m.in. scena zerwania wszelkich więzi z ojcem jeszcze przed osiągnięciem jakichkolwiek sukcesów). Bohaterów dobrze określają ich relacje z partnerkami – podczas gdy James ma wiecznie u boku



niezliczoną ilość fanek, a jego historia związków jest burzliwa i skandaliczna, Niki trafia na kobietę, w której się zakochuje z wzajemnością na całe życie.

Tak naprawdę ciężko powiedzieć, co sprawia, że powyższa dwójka ryzykuje swe zdrowie dla sukcesu czekającego na końcu toru. Próbuje to wytłumaczyć Niki w scenie otwierającej obraz, ale poprzestaje tylko na stwierdzeniu, że za ten sport biorą się wyłącznie „buntownicy, szaleńcy, marzyciele i desperaci”. Więc może chodzi właśnie o to? Bo czyż widz, po usłyszeniu tej kwestii, nie daje się następnie wciągnąć w fabułę z przyjemnością? Nie ma tu wyczuwalnego sceptycyzmu wobec całej zabawy, a raczej dumna niepokorność, napędzająca kierowcę i samochód.

„Wyścig” Rona Howarda to dobrze działający mechanizm. Podczas gdy Lauda i Hunt walczą ze sobą na torze, Chris Hemsworth i Daniel Brühl znajdują wspólny język i opowiadają historię, którą dobrze objął w swoim scenariuszu Peter Morgan. Reżyser postarał się o rozmach, który jednak kontroluje, co ostatecznie wychodzi na korzyść filmowi. Obraz ten rozpoczyna się głośno i z mocnym naciskiem na akcję, kończy jednak cicho i refleksyjnie. Wielki Wyścig już się zakończył, więc Howard odchodzi, zostawiając widza z samym sobą, by nagromadzone emocje mogły w nim wybrzmieć.

