



RÁČEK

školní časopis

Slovo úvodem

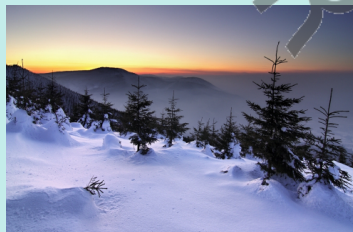


foto: photoextract.com

Vážení a milí čtenáři časopisu Ráček, měsíc únor utekl jako voda, přece jen má 28 dní. Ale i během nejkratšího měsíce v roce se toho událo opravdu hodně. Ptáte se co? No to se dozvíte, když budete číst dál!

Za redakci časopisu Ráček, šéfredaktor :)

autor článku:
DAVID DOLEŽAL
třída 9. A



Vtip

Hurvínek se ptá Máničky: „Máni, dáš mi prosím tě nějakou naši společnou fotku, jak se koupeme v moři?“ „Ale jistě, Hurvínku, na co ji potřebuješ?“ ptá se pyšně Mánička. „Do školy, kluci ze třídy mi nevěří, že mám fotku s velrybou.“

Cestování - Okolí Poděbrad a Nymburka



foto: Jan Lipšanský, třída 9. A

Dnešní článek chci udělat trochu jiný, než je u mě klasické. Vždycky si vyberu jedno město a o něm je celý článek. Dneska jsem se rozhodl vybrat víc měst, no, spíše městeček, která jsou poblíž sebe. Všechna zmíněná místa se nacházejí nedaleko Nymburka a Poděbrad.

NYMBURK

Jelikož o Nymburku žádný článek nebyl, tak začnu o něm. Mně osobně se tu nejvíce líbí ze všech památek kostel sv. Jiljí ze 13. století. Nedaleko od kostela najdeme městské hradby, poblíž nich se nachází pravěké hroby viditelné z ulice přes sklo. Za hradbami je parčík. Z parčíku se dá dojít k břehu Labe, kterým vede cyklostezka. Po cyklostezce se nachází další zajímavá věc - Stará rybárna. K té se váže pověst, podle které sem byla na loďce roku 1310 převezena pozdější česká královna Eliška Přemyslovna, která v Nymburku nalezla útočiště před intrikami svého švagra Jindřicha Korutanského. Další zajímavosti jsou domky v centru, vodárenská věž, stará katovna, kaple sv. Jana Nepomuckého, kostel sv. Jiří, evangelický kostel nebo nádražní budova Nymburk město. Za zmínku stojí i zdejší pivovar známý z knih Bohumila

Hrabala.

ROŽDALOVICE

Pokračujeme. Jedná se o město vzdálené 18 kilometrů severovýchodně od Nymburka. Je to velmi malé město se zhruba 1 600 obyvateli. Dostat se sem dá vlakem nebo autobusem z Nymburka. Za sebe doporučuji spíše vlak, sice je to od nádraží do centra 10 minut, ale výhled na zdejší památky stojí za to. Nejspíše nejvýznamnější památkou je barokní kostel sv. Havla zbudovaný v letech 1724-1734, (na který je právě výhled při cestě od nádraží k náměstí). Hned vedle něj se nachází zdejší zámek, který v dnešní době slouží jako domov pro seniory. Dále zde najdeme muzeum klasického knihařství, které se nachází v roubence, nebo již zmíněnou nádražní budovu.

MĚSTEC KRÁLOVÉ

Mé osobně nejoblíbenější město z dnešních zmíněných a je to především jeho příjemnou atmosférou. Začal bych na zdejším náměstí, kde je zajímavá budova městského úřadu. Vedle něj se nachází kostel sv. Markéty, vystavěný v 18. století. Po celém náměstí se nachází spousta zajímavých domků, těch je ale po celém městě spousta, jeden z těch mimo náměstí je třeba dům Na staré poště.

CO JSEM VYNECHAL?

Některá místa jsem vynechal, a tak jim tady věnuji ještě poslední řádky článku:

Křinec: Tak trochu zapadlý



foto: Jan Lipšanský, třída 9. A

městys nedaleko Nymburka, ve kterém najdete zámek, kostel sv. Jiljí a na hranicích městysu kapli sv. Jana Nepomuckého nebo prazvláštní a strašidelný vrch Chotuc. Hradčany: Vesnička zajímavá především barokními domky a dřevěnou zvoničkou.

autor článku:
JAN LIPŠANSKÝ
třída 9. A

Olympiáda



foto: sport.aktualne.cz



foto: Naše olympijská výprava

Další zimní olympiáda odstartovala! Letošní 23. Zimní olympijské hry konají v Pchjongčchangu v Jižní Koree. Letos se ZOH zúčastnilo 29 zemí. Naši vlajkonoškou byla vybrána olympijská vítězka ve snowboardingu ze Zimních olympijských her z roku 2014 v Soči Eva Samková.

Na letošních hrách se našim českým sportovcům daří! Druhý den po zahájení 10.2. byl biatlon; ženy-sprint 7,5 km finále. Českou republiku reprezentovala Veronika Vítková, která nám udělala velkou radost a do cíle si došla pro bronzovou medaili! V ten den ještě bylo rychlobruslení. Za český tým nás reprezentovala Martina Sáblíková, která si došla pro krásnou stříbrnou medaili! V samý den si vybojovala krásnou bronzovou medaili snowboardistka Eva Samková ve snowboardingcrossu žen. 17.2. v super obřím slalomu na lyžích nás reprezentovala Ester Ledecká. Ester vybojovala úžasnou zlatou medaili! Připravila rakouskou lyžařku o zlatou medaili o jednu setinu sekundy! Další medaili nám vybojovala 18.2. rychlobruslařka Karolína Erbanová v rychlobruslení; ženy 500 m

Třetí den olympijských zimních her se konal znovu biatlon, ale v rozdílu- muži sprint 10 km finále. Za české barvy nás reprezentoval Michal Krčmář, který vybojoval krásnou stříbrnou medaili! 16.2. bylo rychlobruslení; ženy 5000 m finále. Opět nás reprezentovala Martina Sáblíková, která si došla pro krásnou stříbrnou medaili! V samý den si vybojovala krásnou bronzovou medaili snowboardistka Eva Samková ve snowboardingcrossu žen. 17.2. v super obřím slalomu na lyžích nás reprezentovala Ester Ledecká. Ester vybojovala úžasnou zlatou medaili! Připravila rakouskou lyžařku o zlatou medaili o jednu setinu sekundy! Další medaili nám vybojovala 18.2. rychlobruslařka Karolína Erbanová v rychlobruslení; ženy 500 m

finále si Karolína Erbanová došla pro krásnou bronzovou medaili! celkem má naše česká olympijská výprava šest medailí! Čeští hokejisté si vedou skvěle! V základní skupině porazili všechny své soupeře a ovládli skupinu. Ve středu 21.2. se čeští hokejisté střetli ve čtvrtfinále s Američany. Byly to nervy! Česká hokejová reprezentace porazila Američany po samostatných nájezdech 3:2 a tím si zajistila postup do semifinále, kde na ni čeká Rusko. V pátek 23.2. se utkala Česká hokejová reprezentace v semifinále o postup do finále s Ruskem. V tomto utkání jsme na Rusko nestačili. Zápas skončil 3:0 pro Rusko. V sobotu druhý den po utkání s Ruskem se Česká republika utkala v souboji s Kanadou o bronzovou medaili. Tento zápas skončil vítězstvím

Kanady. Kanada porazila Českou republiku 6:4. Česká reprezentace si vedla skvěle a předvedla super výkony a skončila na krásném čtvrtém místě. Ve stejný den jela naše zlatá Ester Ledecká snowboardcross. Dobojovala se až do finále, kde se střetla s Němkou Jörgerovou. V tomto napínavém boji získala zlatou medaili Ester Ledecká! Ester získala svou druhou medaili a to druhou zlatou! Ester ledecká se tak stala první ženou v historii, která získala dvě zlaté medaile v dvou úplně jiných sportech. Naším olympijským sportovcům gratulujeme!!

SPORTU ZDAR! A za čtyři roky další ZOH!

autor článku:
EVA MALÁ
třída 9. A



Zeměpisná olympiáda

Dne 20. února proběhlo okresní kolo zeměpisné olympiády, které se konalo v ZŠ Ke Kateřinkám. Zeměpisná olympiáda je rozdělena na čtyři kategorie: A, B, C a D. Kategorie A se účastní žáci šestých tříd, kategorie B žáci sedmých tříd, kategorie C žáci osmých a devátých tříd a kategorie D studenti středních škol. Z každé kategorie postupuje pouze jeden nejlepší, kromě kategorie D, která má málo účastníků a tak z ní postupují dva. Už jenom dostat se do okresního kola nebylo úplně lehké a pokud vás zeměpis aspoň malinko nebaví, nejspíš byste neuspěli.

Okresní kolo začalo zhruba v 8:30 a trvalo do 11:00. Bylo

rozdělené na 3 samostatné práce - první byl test znalostí, což byl klasický test. Druhá část (pro mě nejlehčí) byla práce s atlasem, ve které museli vyplňovat odpovědi na otázky, na které odpovědi najdete pouze na nejpodrobnějších mapách. Třetí část byla takový předěl obou prací, aspoň v mé kategorii. Na něco bylo třeba znalostí, na něco byl třeba atlas. Pak okresní kolo skončilo a nezbývalo nic jiného, než čekat na výsledky...

K výsledkům asi takhle: Nikdo z naší školy nepostoupil, ale není se čemu divit, jelikož konkurence byla obrovská, jelikož kromě základních škol se účastnila i gymnázia.

Každopádně, už jenom dostat se do okresního kola je podle mě celkem úspěch, ať skončíte na jakémkoli místě, klidně i na tom posledním.

autor článku:
JAN LIPŠANSKÝ
třída 9. A

Hodiny

Přístroje na měření času nazýváme hodiny. Máme spoustu typů hodin, nejznámější jsou mechanické, sluneční a digitální. Digitální hodiny jsou v dnešní moderní době nejvyužívanější. Znázorňují se čísly od jedné do čtyřicetivšest. Číslo jedna až dvanáct ukazuje dopolední čas a čísla třináct až dvacet čtyři odpolední čas. Naopak sluneční hodiny jsou dnes již vzácností, ukazují čas (jak už název napovídá) podle stínu tyčky, na kterou dopadá sluneční svit. Mechanické hodiny jsou však mnohem složitější. Tyto hodiny rozlišují pouze dvanáct hodin (za jeden den oběhne hodinová ručička hodiny dvakrát). Hlavními částmi mechanických hodin jsou: pohon (pružina s natahovacím zařízením), soustavu ozubených převodů, krok, oscilátor nebo li regulátor, ručičky a ciferník. Nejpreciznější hodiny nazýváme chronometr. Historie měření času sahá hluboko. Kdy přesně to bylo už asi nevíme. Staří filozofové tvrdili, že dokud si neuvědomujeme existenci času, jako by nebyl.

autor článku:
MARKÉTA GAVLASOVÁ
třída 7. A

Geocaching



Geocaching (čti „geokešing“) je hra na pomezí sportu a turistiky, při které se hledají ukryté schránky pomocí zeměpisných souřadnic. Skrytá schránka neboli poklad se nazývá cache (čti „keš“ nebo „keška“). Jedná se o hru, ve které někdo někam schová krabičku, do níž vloží logbook, tužku, případně další předměty. Poté publikuje informace o poloze této keše, aby jí další kešeři mohli nalézt. **Proč by tě Geocaching mohl bavit?**
-Zajímavá místa
> poznáš nové místa
-Pohyb
> našemu zdraví určitě prospěje kolo nebo pěší procházka



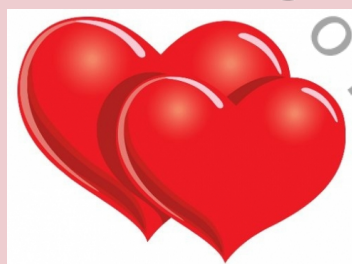
-Zábava
> luštit hádanky a hledat kešky je lepší zábava než být u mobilu nebo za počítačem
-Soutěžení s kačerama
> V geocachingu se počítají nalezené keše a ten pocit, když nějakého kačera překonáte, je prostě krásný

autor článku:
PHILIP KOVÁČ
třída 9. A



Valentýn

Valentýn jako křestní jméno značí lásku, zdraví a sílu. Je latinského původu a vyvinulo se ze jména Valentinus.



ilustrace: zlatý-sperk.cz

Den svatého Valentýna se slaví převážně v anglosaských zemích, ale poslední dobou se šíří i v Evropě. Pravděpodobně je odvozen od římského svátku Lupercalia. Slaví se 14. února. Zamilované páry se obdarovávají přáníčky (Valentýnkami), bonboniériami, květinami a dalšími dárky. Také společně na mostech zamykají zámečky lásky. Podle legendy se ve starověkém Římě, Claudius II. zakázalo oddávání mladých vojáků. Claudius se obával, že by mladíci zůstali u svých manželek a nebránili by ve válce svoji zem. Avšak kněz Valentýn tajně mladé páry oddával. Nakonec kněze chytili a popravili právě 14. února. Od té doby se v Římě slaví Valentýn takzvanými "urnami lásky", do kterých se vhodí lísteček s dívčími jmény. Chlapci si potom jeden vytáhnou a dotyčná napsaná na lístečku by se měla do roka stát jeho milou.

autor článku:
KAROLÍNA ŠVEJDOVÁ
třída 9. A

Karate



V roce 2020 bude karate součástí olympijských her v Tokiu.

Něco o mně: Karate dělám čtyři roky, mám žlutý pásek a chodím do SK Kestl Ryu.

autor článku:
ADÉLA VOTRUBOVÁ
třída 9. A

Karate je druh bojového sportu. Jsou dvě disciplíny. První se nazývá kumite (boj s chrániči 1vs1) a kata (sestava úderů a kopů). Mistr ČR se jmenuje Karel Kestl (63 let), který má i vlastní klub (SK Kestl Ryu). Mistrem světa je Toshihisa Nagura. V karate máme několik pásků. Jsou rozděleny na kyu a na dany. Kyu jsou začátečnické technické stupně a dany jsou mistrovské technické stupně. Každý člen jakéhokoliv klubu má vlastní karate průkaz.

DigiMap



foto: David Doležal, třída 9. A, Redakce na střeše Microsoftu

Co vlastně to DigiMap bylo?

Dne 18. 1. navštívili vybraní redaktoři z časopisu konferenci DigiMap. A co to jako má být? Pokusím se vysvětlit. Jedná se o konferenci pro zájemce a učitele základních a středních škol, kteří integrují digitální technologie do výuky. Já ale nebudu popisovat vše, co se na konferenci proneslo a jaký výkon podal pan učitel Polák, já popíšu to, co bylo mimo to. Konference se konala v sídle Microsoftu (nachází se poblíž Budějovické). Náš redakční tým (když už pomohl panu učitelovi s nošením věcí) se pozastavil u obrovské dotykové obrazovky. Jak byla velká, ptáte se? Zhruba jako větší stůl. Na něm jsme se docela zabavili, především když jsme si zkusili kurz angličtiny. No, dozvěděli jsme se, že naše angličtina není úplně skvělá, ale pokud bychom v angličtině chtěli někomu vyznat lásku, budeme v tom za machry. Pak už začala první část konference. Když pak přišla přestávka, všechna mládež šla na prohlídku Microsoftu. Jeli jsme až na terasu, kde jsme si, sice za špatného počasí, ale i tak mohli vidět vyhlídku. Venku ale byla opravdu zima a nikdo z nás neměl na sobě víc, než tričko, takže jsme pak šli zase zpátky. Dále jsme viděli kanceláře v Microsoftu. Dozvěděli jsme se třeba, že se tu lidé pracují na noteboocích nebo že každé patro je jinak zaměřené (některé je vyzdobeno sportovně, jiné hudebně, bylo tam i jídelní patro, tam jsme ale nebyli). No, poté prohlídka skončila a my čekali na oběd. Byl rozdělen na předkrm, hlavní chod a dezert. Jako předkrm byl bramborový salát s dvěma

kousky studených kuřecích nuget. Hlavní chod – tam bylo víc možností na výběr. Těstoviny, různé druhy omáček a masa, rýže, brambory, co kdo chtěl, tak si to mohl nandat. Dezertů bylo taky dost, byl tam třeba pudink, závin, bábovka... Opět, mohli jste si libovolně vybírat, co chcete. Během celého dne bylo i samozřejmě něco k pití. Po obědě začala další a poslední část konference. Po ní už jsme opět pomohli panu učitelovi s věcmi a tím vlastně vše skončilo.

Technika v Estonsku

Měli jsme přednášku o technice a všeobecně o elektronice ve školství a obecně práci v Estonsku. O tom nám všechno pověděl velvyslanec Sten Schwede pracuje v Estonském velvyslanectví v Praze. O čem nám vyprávěl? Vyprávěl nám o elektronice a technice v jejich školách, kancelářích, lékárnách aj... Zde je pár úryvků ze čtvrté prezentace. E- hlasování, E- daňové přiznání, E- škola aj. Více informací na: <http://www.eesti.ee/eng/services>

Příležitosti rozvoje DT (digitální technika) ve vzdělání

O Příležitosti rozvoje DT (digitální technika) ve vzdělání nám v prezentaci ukázal a povyprávěl český učitel a ředitel Cyrilometodějského gymnázia a mateřské školy v Prostějově Jaroslav Fidrmanec i členem KDU-ČSL a předsedou její místní organizace, která je též ve městě Prostějov.



foto: David Doležal, třída 9. A, Estonský velvyslanec Sten Schwede

autor článku:
DAVID DOLEŽAL
třída 9. A



autor článku:
JAN LIPŠANSKÝ
třída 9. A

autor článku:
EVA MALÁ
třída 9. A



Vyprávěl nám o tom, že je velké aktivní zapojení žáků do výuky, autentické učení, které více odpovídá situacím z reálného života a rozvoj sociálních kompetencí a týmové spolupráce. O čem chtěl mluvit byl rozvoj technologií a jejich dopad na společnost, nároky a příležitost, které DT přináší do vzdělávání, podpora digitalizace vzdělávání z EU, podpora digitalizace vzdělávání v ČR, česká národní koalice pro digitální vzdělávání. Vyprávěl nám i o české národní koalici pro digitální místa. Tato společnost byla zřízena v listopadu v roce 2016. Základní myšlenkou této společnosti je zvládnout změnu, která spočívá v digitalizaci, je rozhodující pro uplatnění každého člověka na trhu práce a klíčové pro konkurenceschopnost České republiky v globální ekonomické soutěži. Tuto změnu v kompetencích všech obyvatel nemůže zvládnout školství. Zapojit se do podpory změny musí všechny státní orgány, orgány samosprávy, ziskové a neziskové organizace. Další zajímavosti naleznete na: <http://www.digikoalice.cz/>

Všem se nám akce moc líbila a celý den jsme si náramně užili :)

Čas

Čas.

Je jasné, že každý ví, co toto slovo znamená, ale leckdo si ani neuvědomuje, jak moc je čas drahý. Každá minuta, každá sekunda je důležitá. A někteří tímto časem pouze marní. Ale co opravdu znamená marnění časem?

Někdo si řekne hraní na počítači, surfování na internetu, nebo dokonce i škola a práce. Každý s časem nakládáme podle našeho uvážení.

Někdy si říkáme, proč máme tak málo času a někdy nám zase připadá čas nekonečně dlouhý. Ale až v těch nejhorších momentech si začneme uvědomovat, jak moc je ten čas drahý a měli bychom si ho vážit. Protože nikdy nevíme, kdy se ten náš čas chýlí ke konci. A zda stihneme říct každému mám tě rád.

Čím je člověk mladší, čas mu připadá nekonečně dlouhý. Jistě si dokážete představit malé dítě, které odpočítává dny do Vánoc. Čas se nekonečně vleče.

Ale naopak čím je člověk starší, čas ubíhá poměrně rychle a nejvíce si toho všimnou rodiče, kteří vychovávají malé děti. Jejich dítěti už bude brzy 10 let, ale oni ho pořád vidí jako malé miminko, které se narodilo nedávno. No uznejte, nemám pravdu?

Nejen, že čas utíká nám jako osobám, ale čas ubíhá a je všude.

Každý člověk má na světě vyměřený určitý čas. Někdo delší, někdo naopak kratší. Ale je jenom na každém z nás, jak tento čas využijeme. Zda ho promarníme zbytečnostmi, nebo zde po sobě zanecháme určitou stopu a budeme si moci říci, že naše působení tady nebylo tak úplně zbytečné.



autor článku:
VLADIMÍRA JAREŠOVÁ
třída 9.A



Deprese, nebo „deprese“?



Posledních několik měsíců, ne-li dýl, se kolem mě začalo objevovat čím dál tím více depresemi trpící lidé. Především ti, kteří si deprese pletou s „depkami“. Na druhou stranu rozhodně nechci křivdit těm, kteří je skutečně mají. Tímto článkem bych vás chtěla s pojmem *deprese* seznámit a také bych vám ráda představila opravdové příznaky a dopady této psychické poruchy.

Deprese

Deprese je duševní stav, při kterém je daný člověk prakticky neschopen prožívat radost. Příznaky jsou velice individuální. Někdo deprese prožívá agresivně, je zlomyslný,

zle naladěný, někdo klidný a tichý. Každopádně pocit beznaděje a neodůvodněné viny, výčitky svědomí, nedostatek motivace, osamělost, ztráta chuti k jídlu, nespavost, nebo pocit bezcenosti jsou typickými projevy.

Kromě duševních příznaků můžem vnímat vnější, fyzické projevy. Lidé s depresí se pohybují zpomaleně, jejich pohled směřuje k zemi nebo těká, mívají shrbené tělo, svěšená ramena a také slabý stisk.

Ve většině případů vzniká deprese reakcí na nějakou smutnou událost, jenž se odehrála v nedaleké minulosti, ačkoli vzniknout může i důsledkem nějakého onemocnění (např.: poruchy jater, či slinivky), nebo jako vedlejší účinek některých léků. (existuje i tzv. Sezónní deprese, která se může ukázat na podzim. Je způsobena nedostatkem slunečního světla)

Deprese se léčí antidepresivy spolu s terapií. Délka léčby závisí hlavně na tom, v jakém je

nemoc stádu a na druhu deprese. Známá je nám lehká, střední, těžká a těžká s psychotickými příznaky. Lehká deprese obnáší „pouze“ špatné náladu, neschopnost některých činností, uzavírání se do sebe. Ta nejtěžší potom neschopnost se o sebe vůbec postarat a dělat cokoliv jiného, než se zabývat vlastními myšlenkami, které v některých případech směřují i k sebevraždě, vraždiny.

Faktem nadále zůstává, že depresí postižení lidé časem přibývají. Dle některých názorů je to dnešní dobou, naším uspěchaným světem, ve kterém trpí deprezi 4,4% světové populace (333 milionů), v České republice je to pak 5,2% (500 tisíc lidí).

Ráda bych ještě zmínila, že podle některých psychologů a neurologů, jsou lidé s depresí jedni, kteří vidí svět reálně, což pokládám za docela děsivý fakt.

Moudro na závěr: **Budme šťastní!**

„Pamatuj, že i ta nejtěžší hodina ve tvém životě, má jen 60 minut.“

-Sofoklés

autor článku:
SÁRA DRAŠNAROVÁ
třída 9. A

