

ÚVODNÍK

Milí čtenáři,

vítáme vás nad druhým vydáním tohoto školního roku. V tomto vydání vás seznámíme s několika akcemi, které se týkaly hlavně žáků 8. ročníku, ale i dvě soutěže, které našim žákům přinesly úspěch. Také vám představíme sport, o němž by se dalo říct, že je možná kontroverzní, ale v současné době mezi mládeží velice oblíbený - MMA. Pod pokličku jednoho turnaje zvaného Oktagon, měli v rolích spolupředatelů možnost nahlédnout také dva žáci naší školy.

Příjemné čtení.

Redakce

NENÍ DUŠE JAKO DUŠE



foto: Hana Šmídová

Na úterý 8. 10. si Slezská Diakonie připravila pro žáky 8. ročníku v T-klubu Městské knihovny program s názvem "Není duše jako duše". Nejdříve se nás ujaly dvě ženy, Nikol a Zuzka, které pomáhají lidem. První aktivita spočívala v tom, že jsme na papír psali, do čeho jsme blázen a z čeho šlíme. Zkusili jsme si vybavit některé duševní nemoci a naše průvodkyně nám vyprávěla, čeho se vyvarovat a co dělat,

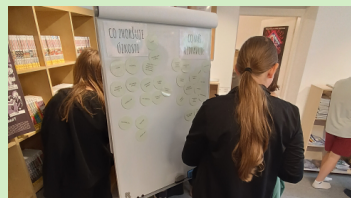


foto: Hana Šmídová

nebo kam zavolat o pomoc. Měli jsme si vybrat kartičku, která nám připomínala, jak se právě cítíme a pak jsme každý řekl/a, co nám ten obrázek připomíná. Dali nám papír a na ten jsme si měli obkreslit svoji ruku a napsat co máme rádi. Po reflexi této činnosti jsme se přesunuli do další místnosti, kde nás čekaly aktivity, za které jsme dostali odměny. Například křížovky, pracovní listy, rozdělení karet podle emocí

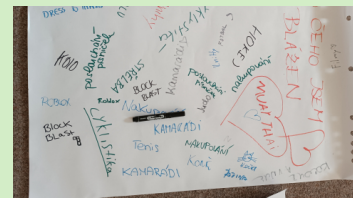


foto: Hana Šmídová

na obrázcích nebo VR, kde jsme si vyzkoušeli život s různými duševními nemocmi. Program se nám moc líbil a dozvěděli jsme se dost zajímavých věcí, co je součástí dobrého zdraví a co špatného.

Tereza Čuboková, Samanta Lehnertová, Hana Pollaková a Simona Vojvodíková

Halloweenský projektový den



foto: Zoltán Draškovič

8. A a 4. A se dohodly, že spolu naváží přátelství. Po podzimních prázdninách, ve čtvrtek 31. října měli osmáci připravený halloweenský

program pro čtvrťáky. Ve čtvrtek jsme si každý vzali na starost 1-2 čtvrťáky, se kterými jsme spolupracovali po celý čas programu. První úkol byl na náměstí v Novém Jičíně. Program se jmenoval Po stopách smrti. Do skupinky jsme dostali mapu a pracovní list. Měli jsme na mapě určená čtyři místa, kde se máme zastavit a jaký úkol tam máme splnit. Všechno se týkalo strašidelné historie města. Úkoly tedy měli plnit čtvrťáci a my jsme jim měli jen pomáhat. Došli jsme za kostel Nanebevzetí Panny Marie, kde

končila první část programu. Pak jsme se vydali směrem na Lambersk, nejdříve k morové kapli Na Hliníčkách a pak jsme vyrazili k rybníku, kde nás čekaly další úkoly. Kolem rybníku byla schovaná stanoviště s úkoly, které jsme měli plnit. Tentokrát se každý úkol týkal likvidace nějakého monstra. Po dokončení nám mělo vyjít pořekadlo, které souviselo s Halloweenem. Po programu jsme se všichni společně vydali zpět ke škole, kde jsme se všichni rozešli. Šli jsme si domů nachystat věci

na spaní ve škole. Okolo páté hodiny odpoledne jsme my i čtvrťáci měli sraz u školy se všemi věcmi a čekal nás večerní program. Se čtvrťáky jsme šli péct perníkový hřbitov a mezitím se pro ně chystala stezka odvahy. Stezka byla opravdu strašidelná! Šlo se přes celý druhý stupeň, kde byly schované různé strašidelné bytosti. Myslím, že program byl super na tvoření nových přátelství a poznávání okolí města. Škoda, že takový program nemáme častěji ...
Hanka Kusá

8. A ve Valašské pevnosti



foto: Hana Šmídová

Po přespání ve škole jsme v pátek 1. 11. jeli do Rožnova pod Radhoštěm do Valašské

pevnosti. V 8:20 jsme nastoupili do linkového autobusu do Valašského Meziříčí. Po příjezdu jsme si dokoupili nějaké občerstvení v místním Lidlu a po 9. hodině nasedli do autobusu směr Rožnov pod Radhoštěm. Po příjezdu nás čekala asi 10minutová cesta na Valašskou pevnost. Poté jsme si měli vytvořit skupinky po dvou až šesti. U vstupu nám rozdali čipy, které jsme používali pro vstup do únikových místností. Bylo tam celkem 10 místností a 21 úloh. Byly tam

logické i fyzické úlohy, ale fyzických bylo více. Nejrychlejší skupinka to celé zvládla za cca 01:15:00. Druhá nejrychlejší to měla za cca 01:35:00 a třetí to měla za cca 02:00:00. Když splnila a „unikla“ skoro celá třída, vydali jsme se na cestu zpět. Na autobusovém nádraží jsme nastoupili do autobusu do Valašského Meziříčí, ovšem díky asi 5minutovému zpoždění nám ujel autobus do Nového Jičína. 40 minut jsme tak opět strávili dokoupením něčeho

k jídlu a pak už jsme se dočkali ... Nového Jičína jsme dorazili okolo 15. hodiny a šli si užít víkend a dopat spánkový deficit z přespávačky. Celý výlet jsme si moc užili a děkujeme paní učitelce Šmídové za organizaci.

Vít Šíma a Tomáš Hanzelka

Wolfram 2024



foto: Kateřina Žatečková

V úterý 1.10.2024 uspořádalo Krajské vojenské velitelství Ostrava ve vojenském prostoru Libavá krajské kolo branné soutěže Wolfram. Naši žáci do této soutěže postoupili z okresního kola konaného v červnu ve Frýdku Místku. Družstvo z 9.C ve složení Michaela Fidrová, Tereza Švestková, Martin Málik a James Anthony Morris plnilo úkoly na

9 stanovištích rozmístěných okolo vodní nádrže Barnov. V rámci stanovišť soutěžící pluli na raftu a vytahovali figurínu z vody, procházeli přes minové pole, stříleli ze vzduchovky, zdolávali dráhu bojovníka se zátěží, přesunovali vojenské auto pomocí lana a prokazovali znalosti v oblasti zdravotvědy,

Ostravské vojenské operace, topografie a map. Do výsledků se také započítával čas přesunu mezi jednotlivými stanovišti na okruhu kolem přehrady, který měřil 2750 m. Součet umístění v jednotlivých disciplínách pak určil pořadí družstev. Družstvo žáků naší školy se mezi velkou konkurencí 27 družstev z celého kraje umístilo na výborném 5. místě. Gratuluji všem soutěžícím za skvělé umístění a děkuji za vzornou reprezentaci školy.

Kateřina Žatečková

Mezi kadeřníky a maséry



foto: Hana Šmídová

byli strašně příjemní a milí. Při mytí nebo zastříhávání vlasů jsme si s nimi povídali a bavili se. Dozvěděli jsme se, jak to chodí na škole v Odrách, o střídání školy a praktického výcviku i o budoucnosti řemesel. Masáže byly taky příjemné a uklidňující. Všichni jsme si to moc užili a našli jsme si tam taky nějaké přátele.

Hanka Kusá

25. října se 8. A vydala na exkurzi do učňovského střediska kadeřníků a masérů na Tyršově ulici. Mohli jsme si tam nechat umýt nebo zastříhnout vlasy či se nechat namasírovat. Děvčata i chlapci, co se tam o nás starali,

Přespolák na Horečkách



foto: Barbora Hajdová

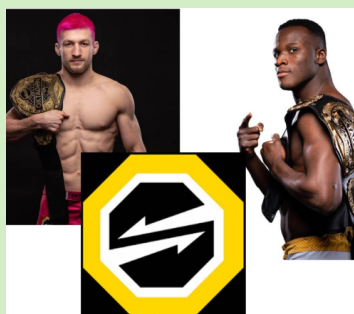
jinak tomu bylo i letos. Dvě desítky našich žáků z druhého stupně si vyzkoušelo náročný běh terénem od 1,5 km do 2,5 km. Všichni obtížnost této disciplíny zvládli.

I když se žádný z našich týmů neumístil na „bedně“, odnášíme si spoustu zážitků a obrovskou radost z osobního úspěchu Tomáše Hanzelky, který si ve své kategorii vyběhnul zlatou medaili.

Barbora Hajdová

Okresním kolem v přespolním běhu na Horečkách tradičně začínáme školní rok ve sportovních disciplínách. Ne

MMA - fenomén dneška a Oktagon 61

foto: <https://oktagonmma.com/>

Oktagon je největší Československá bojová organizace která pořádá turnaje v MMA, kterou sledují fanoušci přes Pay per View z 64 zemí. Mnoho z vás asi neví, co to je MMA. MMA (Mixed Martial

Arts) je bojový sport, který kombinuje různé techniky z různých bojových umění a sportů, jako jsou box, kickbox, judo, jiu-jitsu, muay thai, zápas, karate a další. V MMA mohou zápasníci používat údery pěstmi, kopy, kolena, lokty, stejně jako techniky na zemi, jako jsou páky a škrcení.

MMA zápasy se obvykle odehrávají v oktagonu, což je osmiúhelníková klec, která poskytuje bezpečné prostředí pro zápasníky a zároveň umožňuje volný pohyb. Pravidla MMA se mohou lišit v závislosti na organizaci, ale obecně zahrnují bodový systém, kdy rozhodčí hodnotí techniku, kontrolu a aktivitu zápasníků,

pokud zápas nedojde k ukončení (knockout nebo submission). Mí nejoblíbenější bojovníci jsou Losene Keita a David Kozma. Keita je neskutečně talentovaný, rychlý a technický. Líbí se mi, jak má v kleci na všechno odpověď a vždy dokáže překvapit soupeře svými pohyby a údery. Jeho přístup k zápasům je odvážný, nebojí se žádné výzvy, což mě na něm fakt baví. David Kozma je zase úplně jiný, ale právě proto ho mám rád. Je to neuvěřitelně tvrdý bojovník, který nikdy nic nevzdává. Jeho houževnatost a schopnost bojovat do poslední sekundy mě vždycky nadchne. Ať už je to grappling (grappling je souboj na zemi), nebo postoj, vždy má

nějaké eso v rukávu. Akce Oktagon jsem absolvoval s kamarádem Jonášem a byla fakt parádní! Atmosféra byla skvělá, všude adrenalin a napětí, přesně tak, jak to má být. Užili jsme si to naplno, zápasy byly neskutečné, a i když jsem se fakt nadřel, stálo to za to. Bylo to intenzivní, ale právě to dělalo celý zážitek ještě lepší.

Ondřej Skácel