ZŠ a MŠ KUBATOVA
ŠKOLNÍ ČASOPIS KUBÍK

WELLBEING
Co nám pomáhá cítit se ve škole lépe?
ČTĚTE NA STRANĚ 2-3

HALLOWEEN
Fotogalerie a módní okénko
ČTĚTE NA STRANĚ 7

Podzimní vydání

Vítejte u podzimního vydání časopisu Kubík. Tentokrát jsme se zaměřili na wellbeing, tedy na to, abychom se (nejen) ve škole cítili dobře. Shodli jsme se na tom, že vrátit se do školy po prázdninách není úplně snadné. Musíme si opět zvykat na ranní vstávání, pravidelný režim, učení a testy.



Naši redaktoři se podívali na potíže, které se mohou objevit, ale hlavně na to, co nám může pomoci být v pohodě. Někomu pomáhá sport, dalšímu hudba nebo třeba pečení.

Tak se v klidu posaďte a přečtěte si náš časopis.

autor článku:
ALENA PECHOVÁ

Kontakty

Časopis Kubík má od loňského roku i **instagramový účet**, tak nás nezapomeňte sledovat. **casopis_kubik**

Pokud máte námět na článek, neváhejte zajít za naší šéfredaktorkou paní učitelkou Pechovou nebo napište na **e-mail: apechova@zskucb.cz**.

Naše redakce

Letos se naše redakce hodně proměnila. Několik redaktorů odešlo na střední školu nebo gymnázium. Zůstali nám tu Vašek Suchan, Sofča Boháčová, Anežka Bukovská a Vája Pitnerová, takže se i letos můžete těšit na jejich zajímavé články. Do redakce nově přibyli tito žáci 6. tříd. Pojďme si je představit.



foto: Naše redakce (na fotce chybí Vojta)

Honzík Novák
Ahoj, já jsem Jan Novák. Narodil jsem se 17. 11. 2012. Šel jsem sem jen tak pro zábavu. Baví mě cyklistika, dělám ji a také ji sleduji. Hraji basketbal a lyžuji. Abych byl dítě, jak se sluší a patří, tak i rád hraji videohry. Mám rád filmy nebo seriály, mezi moje nejoblíbenější patří filmy o Avengers, Teorie velkého třesku, Avatar: Legenda o Aangovi, Drž hubu a další. Baví mě též informatika a vše okolo.

Ella Pantoflíčková
Ahoj, já jsem Ella. Je mi 11 let. Dělám karate a zpívám. Ráda sportuji, ale taky si ráda odpočinu. Ráda si kreslím a maluju, jezdím lyžovat a plavat.

Dominik Klíma
Ahoj, moje jméno je Dominik. Jsem nový redaktor, tento rok chodím do 6. třídy. Hraju na bicí nástroj. Sportuju? Ano, dělám atletiku pro ročník 2013. Nejradši běhám 60 metrů a házím kriketovým míčkem a oštěpem. Koukám na hodně filmů, převážně *MARVEL*. Podle mě je nejlepší herec Tom Holland.

Lukáš Maroušek
Ahoj, já jsem Lukáš Maroušek. Baví mě hudba, sport, florbal, vaření a sbírání různých minerálů a někdy i zavtipkuji. BTW skoro pořád vtipkuji a docela mi jdou citáty.

Vojta Štegbauer
Ahoj, jsem Vojta. Dělám závodně horolezectví a rád se na horolezení koukám. Je mi 11 let a chodím do 6. třídy. Jsem celkem hodný (jak na koho). Hrál jsem 3 roky hokej, ale už nehraju 4 roky. Vypadám jako holka, ale jsem kluk :)

Radim Šimeček
Ahoj, moje jméno je Radim. Jsem v redakci nový. Je mi 11 let. Rád rybařím a hraju rugby. Nejlepší je farmaření a hraní videoher, hlavně War Thunderu. Moje pozice je 1 538 763. Zajímám se o motosport, sám bych chtěl jezdit motokáry, ale liga na mou motokáru je od 12 let.

Honza Čermák
Ahoj, já jsem Honza Čermák. Narodil jsem se 9. února 2012. Možná víte, kdo jsem, ale pro ty, kteří nevědí, tak se hodně zajímám o techniku a sport a také trochu o filmy (nejoblíbenější film Děti Nagana). Šel jsem sem do redakce kvůli tomu, že mě baví psát a hlavně kvůli oblibě sportů (Motorsportů F1 a fotbalu). Doufám, že si mé články přečtete a budou se vám líbit :) Jednou z mých vysněných věcí je navštívit Anglii. Zároveň sportuji, hraju aktivně florbal už 5 let. Sice v něm nejsem moc dobrý, ale hlavně že mě baví. Zároveň sbírám všechny možné druhy kartiček, např. hokejové a Pokémon. A aby toho nebylo málo, zároveň hraju druhým rokem na violoncello.

Pavel Mikulášek
Ahoj, já jsem Pavel Mikulášek a budu psát tady v redakci různé články. Je mi 11 let a chodím do 6.B. Baví mě komiksy, počítačové a mobilní hry. Moje tři nejoblíbenější hry na počítač jsou Cuphead, Bendy and The Ink Machine a Minecraft. Oblíbené mobilní hry jsou Brawl Stars, FC Mobile a Geometry Dash. Doma trochu cvičím, ale opravdu malinko. Rád píšu různé povídky nebo rovnou knihy. Zrovna teď mám jednu rozpracovanou. Baví mě taky stavba různých stavebnic, a to hlavně lega.

Adéla Matušová
Jmenuji se Adéla a je mi 11 let. Ráda čtu, píšu svoje knížky a spím. Ráda bych jako velká vlastnila restauraci. Mám ráda zpěvačku Naty Hrychovou a taky mám ráda slané i sladké.

Redakce časopisu Kubík

Wellbeing 8.A



Co je to wellbeing?
Je to stav, ve kterém se cítíme dobře, myslíme pozitivně a optimisticky.
Naše třída 8.A se zapojila do projektu wellbeing. Nápadů bylo hodně, ale nakonec zvítězil tento.
Jedno ráno, místo třídnické hodiny, jsme se sešli a fotili jsme se s věcmi, které máme rádi.
Při češtině jsme s paní učitelkou Karvánkovou skládali básničky na téma wellbeing ve škole.
Potom jsme na pracovních činnostech s naší třídní paní učitelkou Bumbovou a s paní učitelkou Matějovskou dělali plakáty a poté jsme vše propojili, aby vzniklo takové puzzle.
Tohle tvoření mě bavilo, bylo to fajn.



autor článku:
SOFIE BOHÁČOVÁ
třída 8.A

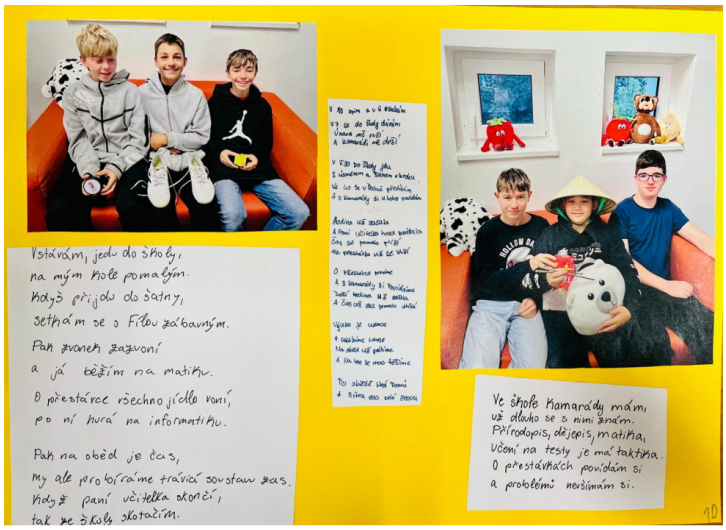
Wellbeing puzzle



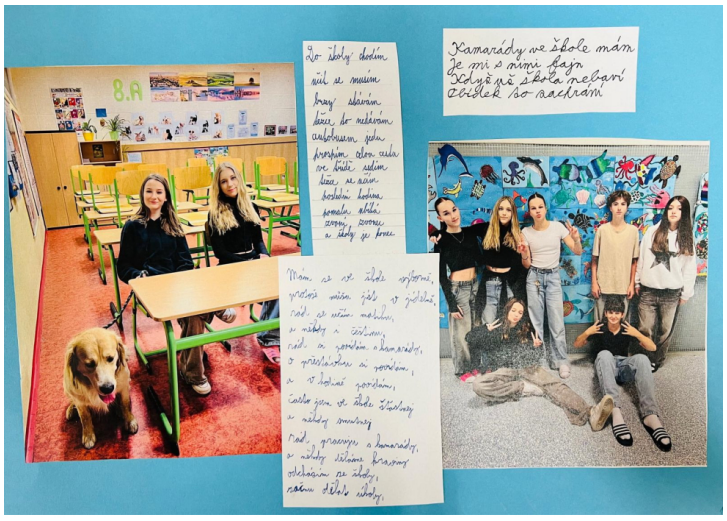
Co si přejeme v 8.A



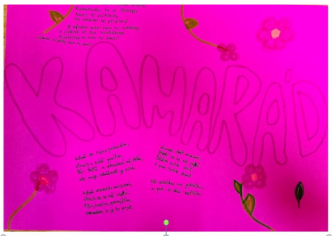
Co máme rádi



Jsme prima parta





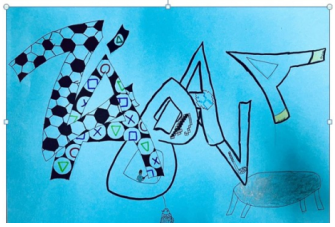


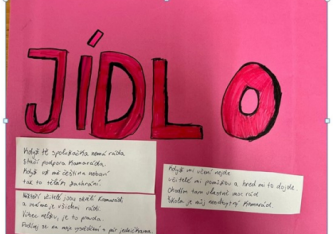












Jak si zorganizovat školu bez stresu?

1. ORGANIZACE
Udělejte si pracovní prostor. Na stůl doporučuji sklenku čisté vody a mobil nejlépe dejte do obýváku do nabíječky, nebo si nastavte tichý režim (ztlumte oznámení). Také doporučuji pro efektivnější učení používat zvýrazňovače. Budete mít vše více barevnější a díky tomu se vám bude lépe učit.

2. PLÁNOVÁNÍ
Udělejte si rozvrh, kdy se budete maximálně soustředit na učení.



Naplánujte si pauzy. Když se budete učit 3 hodiny bez přestávky, budete mít hlad a žízeň. Věřte mi, že tohle fakt nemá cenu. Radši 30 minut a pak si dejte přestávku nebo se něčím odměňte.

3. NAUČIT SE UČIT
Minulý rok jsem přišla poprvé na 2. stupeň a musela jsem se naučit učit. Už mi na druhém stupni, když jsem se musela naučit na test, „nefungovala" metoda: rychle přečíst a pak ve škole napsat. Neřeknu vám zde určitý tip na efektivní učení, ale můžete zhlédnout videa na Youtube. Já doporučuji video s názvem: JAK ZVLÁDAT ŠKOLU - VLOG | tipy od gympláka (valakarol). Ve videu to holčina hezky vysvětlí a je tam od ní spousta tipů.

4. ZPŘÍJEMNĚNÍ
Nerad/a se učíš? Zkus si to propojit s věcmi, které máš rád, např. s poslechem relaxační hudby nebo si zapal svíčku.

autor článku:
VALENTÝNA PITNEROVÁ
třída 7.A



Spánek



Co způsobuje mobil před spánkem?
Každý z nás to zná. Když nám rodiče řeknou, ať položíme mobil a že bychom ho neměli mít aspoň 3 hodiny před spaním, ale už neřeknou proč. Může za to kortizol. Je to hormon stresu, který nám zbystří smysly, zrychlí tep, rozšíří cévy, odkrví orgány a prokrví svaly. Vyplaví se při cvičení, reakci Run Hide Fight nebo ráno, když se probudíme. Před spánkem je ale nežádoucí mít tento hormon v těle. Koukáním do mobilu naše tělo vyplavuje kortizol kvůli modrému světlu, které je ve slunečním záření, ale třeba není součástí světla ze svíčky, proto tomu tělo není přizpůsobeno. Například i klasické žárovky ho neobsahují, ale úspornější led světlo ano. To znamená, že bychom neměli mít mobil před spaním. Nikdo to ale nedělá, tak je možnost mít brýle proti modrému světlu anebo se zaměřit na ostatní faktory, které ovlivní spánek.

Co způsobuje kofein před spánkem?
Kofein se nachází v kávě, energetických drincích, čaji Pre-Workout a mnoha dalších nápojích. Spousta lidí ho konzumuje každý den a je i hodně rezistentní, což způsobuje, že ho pijí mnohem víc. Tím si ničí spánek, protože kofein má čas polorozpadu od 6 hod. do 8 hod. podle toho, jak máte rychlý metabolismus. Takže když si dáte energetický drink, který má 150 mg kofeinu v 16:00, tak ve 22:00 budete mít v sobě 75 mg kofeinu. Ten se váže na receptory v mozku, na které se pak nemůže navázat adenosin, který způsobuje únavu a ospalost. Dále je kofein spojen s kortizolem, který se také vyplavuje. Všechny tyto faktory nám zhorší kvalitu spánku a pak musíme konzumovat více a dostaneme se do začarovaného kruhu.

autor článku:
VÁCLAV SUCHAN
třída 8.A

Psychické problémy

PANICKÁ ATAKA
Typické opakované záchvaty silné úzkosti a obavy, že se přihodí něco zlého. Mohou se vyskytovat kdykoli a kdekoli. Ženy jí bývají 2x více postižené než muži. Celkově od narození až do konce svého života trápí panická ataka 2 - 4 % populace. Hlavní projevy jsou třes, nadměrné pocení, zrychlený dech a tep, tlak nebo bolest na hrudi, silné bušení srdce, nevolnost, pocit na zvracení, návaly chladu či horka, obtížné dýchání, sevřené hrdlo, pocit závratě.

ÚZKOST
Úzkost je z lékařského pohledu složitá kombinace emocí zahrnující strach, zlé předtuchy a obavy, pocity neklidu, rozrušení, snadnou únavu, obtíže se soustředěním, bolesti hlavy, svalů, žaludku nebo jiné nevysvětlitelné bolesti. Může zasahovat do každodenních aktivit a zhoršovat kvalitu života. Nejčastějšími důvody



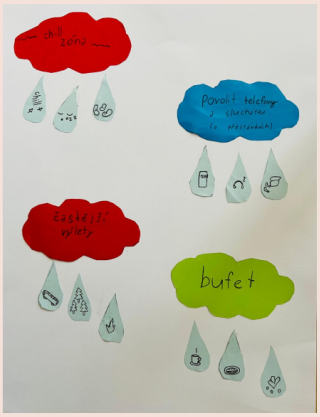
přívalu úzkostlivých stavů bývá kupící se stres. To může být zapříčiněno nedostatkem spánku, špatným stravováním nebo strachem z budoucnosti.

DEPRESE
Závažná dlouhotrvající porucha psychiky projevující se snížením až vymizením schopnosti prožívat potěšení. Nejčastějšími příčinami jsou dědičnost, nevyrovnanost neurotransmiterů v mozku, prožité trauma, stres. Hlavními projevy jsou smutek, nezájem, bezmoc, nerozhodnost, beznaděj, zpomalená řeč či hlas, v němž je slyšet trvalé trápení, mluvení o odchodu ze života nebo někdy i pokusy o sebevraždu.

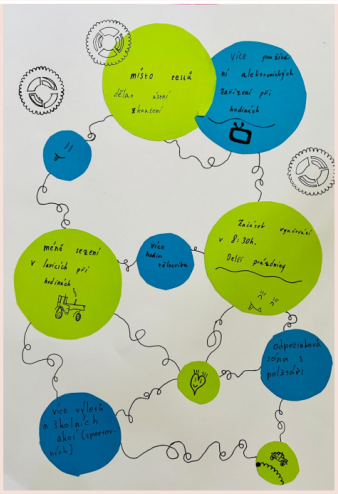
autor článku:
ANEŽKA BUKOVSKÁ
třída 8.A



Wellbeing ve škole podle 7.A









Co dělat, když máš špatnou náladu



Když máte špatnou náladu, je dobré najít si něco, co bude bavit přímo vás. Tady je pár rad, které by vám mohly pomoct.
Mně třeba pomáhá najít si nějaký pěkný koutek a tam si číst.
Zeptala jsem se i ostatních v redakci, co jim pomáhá se špatnou náladou a tady jsou jejich **tipy**:
1. vymlátím si to do bicích
2. poslouchám hudbu, pustím si film a piju teplé nápoje - kakao nebo čaj
3. pomáhá mi být chvíli o samotě
4. taky si to vybít
5. mně zlepší náladu, když si pustím svou oblíbenou hudbu
6. hraju video hry
7. pouštím si hudbu
8. vnitřní dumání
9. hraní War Thunder
10. ráda peču
11. sport

Vypadá to, že hudba převládá, a já se nedivím.

autor článku:
ELLA PANTOFLICKOVA
třída 6.C

Zdravá strava

Nedá se přesně říct, co je zdravá strava. Pro někoho je to velká změna jídelníčku a pro někoho zase ne. Někdo už zdravě jí.
Pro někoho je zdravá strava novinkou. Zdravý jídelníček je důležitý například, když chcete sportovat.
Co tedy jíst? Pokud si třeba chystáte svačinu do školy, sbalte si například jablko nebo hrušku. K tomu nějaký jogurt a do něj třeba müsli. Jablko obsahuje vitamín A, C a E. Neloupejte z něj slupku, protože obsahuje železo, vápník, hořčík atd. Bílý jogurt obsahuje hodně bílkovin a zároveň málo cukru. Také dodá tělu vápník pro zdravé kosti, zlepšuje trávení a snižuje krevní tlak. Pokud budete jíst müsli pravidelně, může vám zlepšit vaše zdraví.
Jak je to s oblíbenou Coca Colou a čokoládou? Pokud si jednou za čas dáte jednu plechovku Coca Coly, tak vašemu systému v těle neublíží. Kdybyste si ale dávali jednu plechovku denně, hrozila by vám například závislost a v extrémních případech obezita kvůli velkému obsahu cukru a kofeinu. Coca Cola také obsahuje kyselinu citrónovou, která ničí zubní sklovinu.
Čokoláda je nejoblíbenější sladkostí malých dětí. Čokoláda obsahuje endorfiny - hormony štěstí. Ale pozor, při pražení kakaových bobů (při teplotách nad 120°) se tvoří karcinogenní akrylamid. Ten může způsobovat rakovinu u všech věkových kategorií.

autor článku:
PAVEL MIKULÁŠEK
třída 6.B



Skořicoví šneci

K odbourávání stresu ve školním roce mi pomáhá hlavně pečení, proto se s vámi chci podělit o můj oblíbený podzimní recept.

Na těsto budeme potřebovat:
- půl hrnku teplé vody
- 3/4 hrnku teplého mléka
- dvě lžíce droždí
- špetku soli
- půl hrnku rozpuštěného másla
- jedno vejce
- půl hrnku cukru
- přibližně 1 kg mouky

Na náplň budeme potřebovat:
- celou kostku změklého másla
- 2 a půl hrnku hnědého cukru
- 5 lžic skořice (podle chuti)



Postup:
1) Do mísy nasypeme mouku a do ní uděláme důlek, do kterého nalijeme teplé mléko, nadrobíme droždí a pocukrujeme. Přikryjeme utěrkou a necháme 10 - 15 minut odležet, aby se udělal kvásek.
2) Odkryjeme utěrku, přidáme zbytek ingrediencí a uhněteme hladké nelepivé těsto.
3) Zakryjeme utěrkou a dáme na teplé místo kynout na dvě hodiny. (Já misku s těstem balím navíc ještě do ručníku a do peřiny, aby to hezky nakynulo.)
4) Když nám těsto nakyne, rozválíme ho na kuchyňské lince do tvaru obdélníku. Potřeme ho náplní, kterou uděláme tak, že jen smícháme všechny ingredience.
5) Celý obdélník zarolujeme a nakrájíme na jednotlivé šneky, které vyskládáme do máslem vymazaného pekáče. Opět přikryjeme a necháme hodinu kynout.
6) Po hodině pekáč s těstem dáme do trouby, kterou předtím rozehřejeme na 180°C. Pečeme 25 minut.

Zajímavosti:
Skořicový šnek je sladké, kynuté pečivo se skořicovou náplní. Původem je ze Švédska, ale jí se všude po Skandinávii.
Ve švédštině se nazývá „kanelbulle“. Jedí se hlavně ke kávě.
Šneci začali být populární na začátku 20. století, kdy byli velmi oblíbení mezi bohatšími lidmi. Nejvíce se rozšířili po 2. světové válce, kdy se zrušily potravinové lístky, zvýšila se konzumace kávy a hlavně se zvýšila úroveň života.
Od roku 1999 se ve Švédsku a Finsku 4. října slaví „Kanelbullens dag“ neboli den skořicových šneků. V Americe, hlavně v Kansasu a Nebrasce, se skořicoví šneci konzumují s chili.

autor článku:
SOFIE BOHÁČOVÁ
třída 8.A



Dějepisná exkurze



Paní učitelka Malechová nás překvapila a objednala celému dějepisnému semináři exkurzi na pečení perníku podle středověkého receptu. Všichni jsme byli mile překvapeni a ve čtvrtek 31. 10. jsme vyrazili do Jihočeského muzea.
Milá paní z Jihočeského muzea nás přivítala a podala nám dřevěné formičky, ze kterých jsme vykrájeli tyto perníčky, které vidíte na fotografii. Poté, co jsme perníčky dali do trouby, vrátili jsme se „zpátky v čase“ a zdobili jsme ty naše pravé české. To byla teprve sranda! To bych nebyla já, kdybych něco nevyvedla. Všichni jsme zdobili perníčky polevou, já jsem začala hvězdičkou a jemným tečkováním okolo a přitlačila jsem na zdobicí sáček a poleva se roztekla po celém stole :)
Všichni jsme se smáli, až jsme se za břicho popadali a moc nám to zlepšilo den. Na závěr bych chtěla poděkovat paní učitelce Malechové, že jsme si to mohli vyzkoušet. V prosinci jdeme na další exkurzi, tak už se těšíme :)

autor článku:
VALENTÝNA PITNEROVÁ
třída 7.A



Pečení perníčků

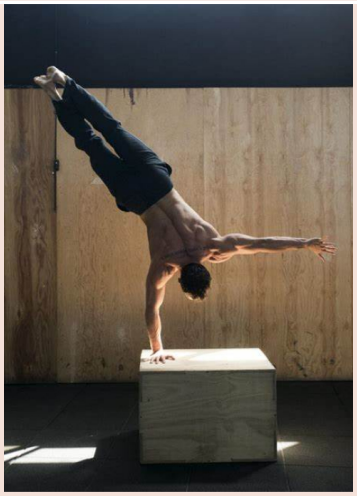


foto: Chvíle napětí u perníčků v troubě

Proč je dobré sportovat?



Nedávno jsem našel studii, kde porovnávali terapie u psychologa a silový trénink. Vyšlo z toho, že když 3krát týdně cvičíme, tak to je jen o trochu méně efektivní než terapie. Lidé se cítili lépe a měli lepší náladu, protože cvičení vyplavuje dopamin, zlepšuje hladinu krevního cukru a cholesterolu, snižuje chronický stres, zvyšuje sebevědomí a má spoustu dalších pozitivních vlivů jak na vás, tak na vaše okolí.



Jak začít sportovat?
Jestli se vůbec nehýbete, tak alespoň dělejte cokoliv pravidelně a vydržte. Já jsem začal tím, že jsem dělal 30 kliků každý den a dostal jsem se k tomu, že jsem velký nadšenec do cvičení, zdravého životního stylu a seberozvoje. To, co jsem dřív vnímal jako nedosažitelné, to je pro mě teď každodenní „samozřejmost“.

autor článku:
VÁCLAV SUCHAN
třída 8.A

Cyklistika 2024

Letošní sezonu ovládl 26letý Slovinec Tadej Pogačar, který jezdí za UAE Emirates a kterému fandím. Vyhrál Giro d´Italia, která byla po 107. Byl o 9 minut rychlejší než druhý, vyhrál 6 etap. Soutěžili i čeští závodníci. Jan Hirt skončil 8. a to je veliký úspěch a Josef Černý skončil 141. Četl jsem o tom u babičky v novinách a nadpis byl: *Pogačar si jede pro cyklistický glóbus*.
Potom byla už po 121. Tour de France, na které zase Tadej



foto: Tadej Pogačar ve žlutém dresu na Tour de France - sport.cz

kraloval buď nezdravými úniky nebo podobným dohánění ostatních při posledních kilometrech etapy. Vyhrál se 7minutovým náskokem a 6 vyhranými etapami a žlutým dresem. Byl tam též Jan Hirt, který byl 67. Sledovat to bylo prostě úžasné!
Na olympiádě dominoval 24letý Belgičan Remco Evenpoel, který byl 3. na tour.
Potom byla s 79. ročníkem Vuelta a España, kterou vyhrál Slovinec Primoz Roglic.
I když jsem to nesledoval, tak jsem se občas podíval na tabulku, na které bojovali Australan Ben O'Connor a již zmíněný Primož Roglič o 1. místo. A na Vueltě byli Češi Mathias Vacek na 61. místě a Pavel Bittner na 115. místě s 1 vyhranou etapou číslo 5.
Na MS v Curychu to dopadlo



foto: Jan Hirt na Tour de France - sport.cz

tak, že to vyhrál Tadej Pogačar, po dlouhém 100km úniku a z toho byl v tom úniku sám 50.

autor článku:
JAN NOVÁK
třída 6.C

São Paulo Grand Prix 2024



foto: Red Bull

São Paulo Grand Prix se jel 1. - 3. listopadu na okruhu Autódromo José Carlos Pace, známější jako Autódromo de Interlagos nebo jednoduše Interlagos. Tento závodní okruh v brazilském São Paulu je 4,309 km dlouhý. Otevřen byl 12. května 1940. Nejdřív se jel sprint, který vyhrál Lando Norris z týmu McLaren v čase 29:46.045.
Všechny samozřejmě zajímá hlavní závod, ve kterém se děly věci. Jel se 3. listopadu a vyhrál ho Max Verstappen z týmu Red Bull Racing Honda RBPT v čase 2:06:54.430. Je to velký úspěch pro něho i celý tým, protože to je první výhra od června, což už



foto: F1

je dlouhá doba. 2. a 3. místo bylo překvapení pro všechny. 2. místo obsadil Esteban Ocon z týmu Alpine Renault v čase 2:06:73.907 a 3. místo obsadil jeho kolega z Alpinu Pierre Gasly v čase 2:06:76.962.



foto: F1

Pro tým Alpine Renault je to enormní úspěch, protože týmu se v poslední době moc nedařilo.

autor článku:
JAN ČERMÁK
třída 6.C

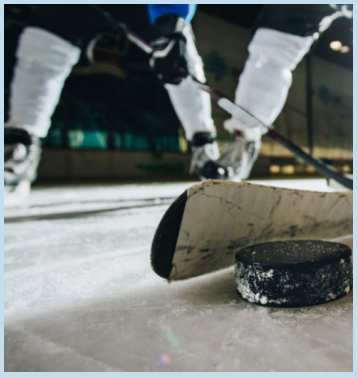
Hokej

Asi všichni víme, co je hokej. Ne? Nevadí. Hokej je něco jako florbal, ale na ledu.
Slovo hokej pochází z francouzštiny a znamená zakřivená hůl. V hokejovém zápase proti sobě stojí dva týmy - každý má na ledě 6 hráčů, z nichž jeden je brankář. Hokej se hraje s hokejkami, které jsou dnes vyráběny výhradně z kompozitu. Dřív byly ze dřeva. Také potřebujete puk. Kdysi dávno se hrálo s dřevěnými destičkami, plechovkami,



foto: MS 2024: Češi vyhráli po 14 letech

a dokonce i se zmrzlým koňským trusem. Dnes jsou puky vyráběny z vulkanizované pryže. Česká republika je známá výrobou puků, máme u nás dokonce 2 firmy - Gufex a Rubenu. Ve výrobě puků jsme tak úspěšní, že se s českými



puky hraje i na mistrovství světa. Česká republika vyhrála mistrovství světa v letech 1996, 1999, 2000, 2001, 2005, 2010 a 2024. Světový šampionát se poprvé konal v roce 1883, kdy již existoval dostatečný počet týmů k uskutečnění mistrovství. V Českých Budějovicích máme tým Banes Motor České Budějovice. Moji oblíbení hráči z Banes Motor České Budějovice jsou Milan Gulaš a Ondřej Kachyňa. Z ostatních klubů mám rád Jáchyma Kondelíka a Davida Pastrňáka.

autor článku:
VOJTA ŠTEGBAUER
třída 6.C

Sbírka pro ZŠ Česká Ves



Na začátku školního roku zasáhly naši republiku povodně. V Českých Budějovicích naštěstí zůstaly školy nepoškozené, ale dozvěděli jsme se o základní škole v České Vsi na Jesenicku, která byla zaplavena dvoumetrovou vlnou. Povodeň jim zničila školní nábytek, vybavení tříd i družiny, nářadí v tělocvičně a většinu školní zahrady. Žáci se nemohli v této škole učit. Pan ředitel ZŠ Česká Ves sdílel video, které nás velmi zasáhlo.
Na základě podnětů dětí a po projednání v dětském parlamentu jsme se rozhodli, že jako škola ZŠ Kubatova založíme sbírku pro ZŠ Česká Ves. Dětský parlament předal informaci do všech tříd a paní učitelky Mgr. Bílková a Mgr. Krátká oslovily prostřednictvím Bakalářů rodiče žáků s informací o této postižené škole a s prosbou o pomoc a spolupráci.
Sbírka proběhla během 3 dnů vždy před první hodinou a o velké přestávce ve vestibulu školy. Během těchto třech dnů se postupně vybrala krásná částka 43 018 Kč, kterou jsme okamžitě poslali na pomoc zasažené škole na Jesenicku.

Milé děti, vážení rodiče, velmi si vážíme Vaší pomoci!

Otiskujeme zde zprávu pro rodiče, kterou jsme poslali i prostřednictvím Bakalářů.

Vážení rodiče,
chtěly bychom Vám velmi poděkovat za finanční podporu ve sbírce pro ZŠ Česká Ves.

Díky Vám se za tři dny podařilo vybrat neuvěřitelných 43 018 Kč na podporu školy, ve které se bohužel děti stále nemohou učit. Věříme, že touto částkou pomůžeme urychlit návrat žáků do školních lavic. Děkujeme, že své děti vedete k solidaritě.

Za dětský parlament
Mgr. Ivana Bílkova
a Mgr. Štěpánka Krátká

autor článku:
ALENA PECHOVÁ

Sbírka v ZŠ a MŠ Kubatova



Děkujeme!



Budeme mít nové atrium!





Naše škola mělo to štěstí, že nebyla zasažena povodněmi jako například škola v České Vsi. Přesto se u nás buduje a pracuje. Přímo před očima se nám mění naše atrium. Tento prostor mezi oběma pavilony využívají v teplých měsících například děti z prvního stupně o velkých přestávkách. Také je oblíbeným místem pro konání našich tradičních jarmarků pro veřejnost.
Atrium v původní podobě už nevyhovovalo současným potřebám, a tak se přistoupilo ke kompletní změně. My už nyní můžeme vidět, jak se nám to tu rýsuje, a už se na nové atrium těšíme. Než nastane jaro, bude vše hotové a připravené na veselé dětské hemžení. Potkáme se tu s vámi na našem dalším jarmarku?

autor článku:
ALENA PECHOVÁ

Halloween

Jako každý rok se letos konal Halloween ve škole. Žáci i vyučující se převlékli 1. listopadu do strašidelných masek a kostýmů. Musíme pochválit všechny kostýmy. Řekla bych, že všichni byli originální.
Jen je nám líto, že tenhle rok nebyla tak velká účast. Proto vás prosíme, abyste si na příští rok připravili kostým a přišli v něm do školy, ať to máme pestřejší. Zároveň děkujeme všem, kteří se zúčastnili!
Pojďme se podívat na fotky z akce. Ukážeme si, jak vypadaly některé kostýmy, a něco si k nim řekneme...



foto: 6.C

autor článku:
ADÉLA MATUŠOVÁ
třída 6.C

autor článku:
ELLA PANTOFLICKOVA
třída 6.C

Foto č. 1



Foto č. 2



Foto č. 3



Foto č. 4 a č. 5





Módní okénko

Foto č. 1: Tady vidíme, jako všude, krásné kostýmy. Musíme uznat to, že kostlivci u této partičky byli velmi populární. Celá skupina vypadá, jako by se sladila do černa, i když si myslím, že to záměr nebyl. Zaujala nás roztomilá malá Wednesday.

Foto č. 2: Na této fotografii je skoro celá třída a byli hodně originální. Skoro každý kostým jiný, unikátní! Líbí se nám, jak děti doladily i různé detaily - kosy pro smrťáky, had omotaný kolem krku, pavouci a černé ozdoby ve vlasech a dokonce i plynová maska.

Foto č. 3: Zde si můžeme všimnout partičky, která má vážně dobře vymyšlené kostýmy. Moc se mi to líbí! Kdopak to tu je? Ano, Mimoni! Je tu i záchod a to je velmi vynalézavé. Takový kostým jsme tu ještě neměli.

Foto č. 4: Tady je jen jeden kostým, ale náhodou mi přijde suprový a originální. Dost se liší od ostatních, kteří spíše vybírali tmavší barvy.

Foto č. 5: Obě dvě mají nádherné šaty, krásné šperky a dívka nalevo má v ruce i puget rudých růží. Nevím, jestli je to tak myšlené nebo ne, ale nám to připadá jako anděl a démon.

Foto 6.C (v úvodním článku výše): Tohle je naše třída! U nás náhodou byla veliká účast. Upřímně se mi nejvíc líbí dívka v horní řadě uprostřed. Dalo by se říct, že šla za smrtku, ale nebojte, **byla mimo provoz!**

A co vy? Máte svého favorita?

autor článku:
SOFIE BOHÁČOVÁ
třída 8.A

autor článku:
ADÉLA MATUŠOVÁ
třída 6.C

autor článku:
ELLA PANTOFLICKOVA
třída 6.C

Beatles



Na podzim jsme u nás ve škole měli výchovný koncert Beatles. Dozvěděli jsme se, jaké byly začátky Beatles i třeba to, jak se jim nechtělo hrát pro královnu. Pojďme si skupinu představit.

The Beatles byla anglická rocková skupina založená v Liverpoolu v roce 1960. Základní sestavu kapely tvořili John Lennon, Paul McCartney, George Harrison a Ringo Starr.
John Winston Ono Lennon se narodil v Liverpoolu. V roce 1956 založil svou první kapelu Quarrymen, která se v roce 1960 vyvinula v Beatles. Na začátku byl de facto lídrem skupiny, tuto roli postupně převzal McCartney. Lennon byl charakterizován vzpurnou povahou a tvrdým vtipem v jeho hudbě, psaní, kresbách, filmu a rozhovorech.
James Paul McCartney je anglický hudebník, zpěvák, skladatel a producent, který se proslavil jako zpěvák a baskytarista skupiny The Beatles. McCartney je jedním z nejúspěšnějších skladatelů a interpretů všech dob. Je autorem nebo spoluautorem 32 písní, které se v žebříčku Billboard Hot 100 dostaly na první místo.
Ringo Starr, vlastním jménem Richard Starkey, pochází z dělnického prostředí. Rodiče se rozvedli, když byly Richardovi tři roky. V dětství prodělal řadu nemocí s dlouhodobou hospitalizací. V oblasti pop music jeho popularita od poloviny 70. let poklesla, o to více se začal prosazovat jako herec. V roce 1968 Ringo Starr účinkoval ve filmu Candy, v roce 1969 ve filmu The Magic Christian, v 1975 ve filmu Lisztomania a v roce 1981 získal hlavní roli ve snímku Caveman. V dalších letech natočil mnoho filmů a TV seriálů.
George Harrison byl anglický hudebník, zpěvák a skladatel, který dosáhl mezinárodní slávy jako hlavní kytarista skupiny Beatles. Harrison, někdy nazývaný „tichý Beatle“, přijal indickou kulturu a pomohl rozšířit záběr populární hudby díky začlenění indické instrumentace a hinduistické spirituality do díla Beatles.

autor článku:
DOMINIK KLÍMA
třída 6.C



Pán prstenů - Temná strana

První ze všech postav byl Eru Ilúvatar. Byl něco jako velký třesk - před ním nic nebylo. Potom stvořil duchy Ainur, kteří pro něj zpívali velkou hudbu, ve které spatřili Středozemi jako světlo ve tmě. Někteří Ainur chtěli naplnit vize Eru Ilúvatara, těm Ainur elfové říkaly Valar. Jeden z nich byl i Sauron, pán temnot, výborný kovář. Pomohl elfům ukout prsteny moci a tajně ukoval jeden prsten, aby ostatní ovládl. Za svého života udělal spoustu hrozných věcí, jako byly Nazgûlové, prstenové přízraky, černí jezdci na koních a dracích.

Ten, koho Nazgûlové probodli, zemřel velmi bolestivou smrtí, odešel do světa mrtvých a stal se jedním z nich. Další byli skřeti, které vytvořil Melkor, Sauronův mistr. Jsou to kanibalové, váleční, zabijí i sežerou vše, co je živé. Nicméně je používal Sauron i Saruman. Sauron ze skřetů vyšlechtil nové plemeno Uruk-Hai neboli skuruty. Byli větší a silnější, byli lepší.

autor článku:
RADIM ŠIMEČEK
třída 6.C



David Kushner

Kdo je David Kushner?
David Kushner je zpěvák a skladatel. Jeho nejslavnější skladba je Daylight.
Narodil se 6. září 2000, vyrostl na předměstí Chicaga v Ilinois a pak se odstěhoval do Los Angeles v Kalifornii.
Nebyl zrovna oblíbený kluk, ale i z neoblíbeného kluka se může stát celebrita, jako tady z Davida.
Tento slavný 24letý zpěvák bude mít koncert v Praze ve Foru Karlín 23. února 2025.



autor článku:
LUKÁŠ MAROUŠEK
třída 6.A



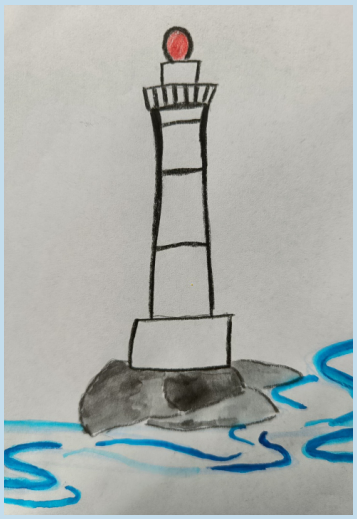
Nadějné spisovatelky z 5.C



ilustrace: Julie Červená

Ze všech sil
Julie Červená 5.C

O prázdninách jsem se vydala se svým kamarádem Filipem a strejdou Jardou sjíždět na raftu řeku Lužnici.
Řeka Lužnice je jedno velké dobrodružství, jelikož tam nejezdí moc lidí. Museli jsme neustále překonávat různé překážky, například spadlé větve a stromy. Vody bylo málo a často jsme museli raft přenášet. Podle mapy nás měl brzy čekat kemp, kde jsme si chtěli odpočinout a hlavně se najíst, protože už nám došlo všechno jídlo a pití.
Kvůli únavě a hladu jsme se tolik nesoustředili a nevšimli jsme si špičatého kmene, který čouhal z vody. Už bylo pozdě a raft jsme nestihli zastavit. Raft hlasitě zasyčel „sssssss“. A teď nás čeká kempování v lese bez jídla a pití! To nevím, jak zvládneme.
Ještě že jsme s sebou měli prut na ryby. Filip nahodil a my jsme mezitím postavili stan. Filip naštěstí chytil rybu, připravili jsme si ji na ohni a s částečně plným žaludkem jsme šli spát.
Brzy ráno nás probudila velká bouřka, všude se blýskalo a hodně pršelo. Řeka začala stoupat. Museli jsme rychle zabalit tábor a odejít co nejrychleji pryč. Do kempu jsme přišli celí promočení, těšili jsme se na teplý čaj a odvoz domů. Na tento výlet dlouho nezapomenu.



ilustrace: Markéta Malčáková

Poháněni větrem
Markéta Malčáková 5.C

O prázdninách jsem s rodinou navštívila Chorvatsko. Počasí nám vyšlo a bylo horko. Každý den jsme se koupali a potápěli.
Jeden den se strejda rozhodl, že nafoukne člun a podíváme se k majáku, který byl dál od pobřeží. Nasedla jsem společně s ostatními do člunu, ale mamka raději zůstala na pobřeží.
Cestou při pádlování nám člun začal ucházet a začala nám do něj téct voda. Člun se plnil více a více vodou a my jsme museli vyskočit a doplavat k nedalekému majáku.
Když jsem plavala, měla jsem strach, že se utopím nebo dostanu křeč do nohy. Nedej bože, aby mě sežral žralok. Ostatní mě ujišťovali, že tam žádní žraloci nejsou.
Doplavala jsem na pevninu k majáku a byla jsem šťastná, že jsem to vůbec zvládla. Moje mamka nemeškala a zajistila lidi, kteří pro nás přijeli motorovou lodkou a dovezli nás zpět na pobřeží.
Všichni jsme si oddychli a byli šťastní, že jsme zachráněni.