Březen

Jaro přichází:

Vyber si stylové brýle přesně pro tebe....

Tak a je to tady. Začaly nás hřát první jarní paprsky slunce a s nimi se vynořuje potřeba nasadit si sluneční brýle.

Barevnosti a vzorům se letos na jaře meze nekladou. Důležité je, aby se ti hodily, ladily s oblečením a dodaly tu správnou šťávu tvému stylu!

Jak si vybrat správně?

Vyberte si i ty ty pravé brýle přesně pro tebe! Předně vezmi v úvahu svůj účes a barvu vlasů. Pro každodenní nošení jsou pro světlé vlasy lepší rámy jemných barev, zatímco tmavší vlasy snesou výraznější barvy.

Brýle a hranatá tvář

Pokud máš úzkou tvář, výrazné čelo a lícní kosti a polodlouhé vlasy, dej přednost oválným obroučkám, které obličej zjemňují.

Brýle a oválná tvář

Pro oválný obličej je typické jemné čelo, zaoblená brada a výrazné lícní kosti. Tomuto tvaru obličeje sluší téměř jakýkoliv tvar brýlí. Široké obroučky však tvář opticky zkracují, oválné a zaoblené ji naopak prodlužují.

Brýle a trojúhelníková tvář

Typické pro ni je velké čelo, ostrá brada a jemné lícní kosti. Nejlépe se k ní hodí obroučky zaoblené, oválné, nebo jen skla v podobném tvaru.

Brýle a kulatá tvář

Pro kulatý obličej jsou typické měkké kontury a široké lícní kosti. Vhodné jsou jen jemné obroučky, nebo skla bez obrouček - tvář se díky nim opticky rozdělí. Hranaté obroučky zvýrazní oči.

Karolína Schönová, 7.A

Významné dny v březnu

2.březen Mezinárodní den boje spisovatelů za mír

6.březen Den jódu

8.březen Mezinárodní den žen

10.březen Evropský den památky obětem terorismu

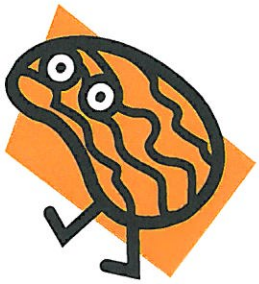
11.březen Evropský den mozku

15.březen Světový den spotřebitelských práv

18.březen Mezinárodní den nenávisti

19. - 23. březen

Mezinárodní den invalidů



20. březen

Světový den divadla pro děti a mládež

21. březen

Mezinárodní den zdravého spánku

Světový den poezie

Mezinárodní den za odstranění rasové diskriminace

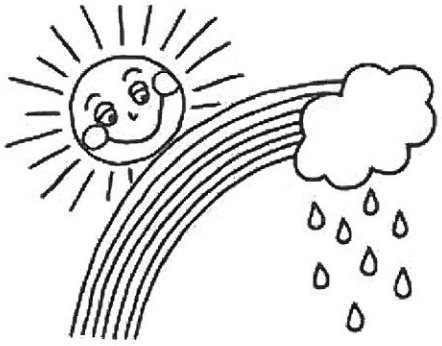
22. březen Světový den vody

23. březen Světový den meteorologie

24. březen Světový den boje proti tuberkulóze

Jana Očadlíková, 7.A

Jarní prázdniny



Dějiny

Nařízením Josefa II. ze dne 24. května 1786 byly hlavní prázdniny přesunuty ze září a října na červenec a srpen. Poprvé hlavní prázdniny začaly v červenci v roce 1787.

Prázdniny na českých základních a středních školách

Druhy, délku a termíny školních prázdnin stanovuje Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy vyhláškou. Podle vyhlášky č. 16/2005 Sb. období školních prázdnin tvoří v současnosti podzimní prázdniny, vánoční prázdniny, pololetní prázdniny, jarní prázdniny, velikonoční prázdniny a hlavní prázdniny. Podzimní prázdniny trvají 2 dny a přičleňují se ke státnímu svátku 28. října; jejich počátek stanoví pro každý školní rok Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy. Vánoční prázdniny trvají od 23. prosince do 2. ledna následujícího kalendářního roku včetně. Připadne-li 23. prosinec na úterý, začínají prázdniny již předcházejícím pondělím. Jestliže 3. leden připadne na pátek, končí prázdniny tímto pátkem. Pololetní prázdniny trvají jeden den a připadají na pátek v době od 29. ledna do 4. února. Jarní prázdniny trvají jeden týden. Termíny jejich konání se různí podle sídla školy v jednotlivých okresech. Velikonoční prázdniny připadají na čtvrtek a pátek, které předcházejí Velikonočnímu pondělí. Hlavní prázdniny trvají od skončení druhého pololetí školního vyučování do zahájení prvního pololetí v novém školním roce.

Mimořádné prázdniny

V současné době jsou nejčastějším případem tzv. **chřipkové prázdniny** v čase chřipkové epidemie, které vyhlašuje místně příslušný hygienik. V okamžiku, kdy počet nemocných mezi žáky dosáhne určité meze. Účelem je omezit šíření epidemie.

Jan Gawrecki, 7.B

Mezinárodní den žen

Mezinárodní den žen je původně starý sociálně demokratický svátek. O jeho oslavách bylo rozhodnuto už v roce 1910 na Mezinárodní ženské konferenci v Kodani. Oslavy mezinárodního svátku žen prosadila na zmíněné kodaňské konferenci v roce 1910 německá socialistka Klára Zetkinová. Byla to německá sociálnědemokratická politička a bojovnice za ženská práva, v období Výmarské republiky byla poslankyní v parlamentu.

V souvislosti s počátky Mezinárodního dne žen se připomíná stávka, k níž došlo v roce 1908 v USA. Šlo o stávku newyorských švadlen. Zahájily stávku za lepší platy, kratší pracovní dobu, hlasovací právo i zrušení dětské práce.

Když v roce 1975 Organizace spojených národů oficiálně uznala MDŽ jako svátek, převzala ho i řada dalších zemí, kde se teď oficiálně slaví. MDŽ byl při svém vzniku spojen i s empatií a bojem za práva žen, mj. volební právo. Českým ženám ho ústava zajistila v roce 1920.

K definitivnímu přisvojení MDŽ komunisty došlo v roce 1974, kdy Československý svaz žen dokonce rozhodl o jednotných oficiálních oslavách svátku. V čele ženského svazu tehdy stála Marie Kabrhelová.

Květinou, s níž byla oslava MDŽ v časech normalizace nerozlučně spojena,je karafiát. V roce 2004 schválili poslanci novelu zákona, podle níž byl MDŽ zapsán do kalendáře jako „významný den". Dnes se MDŽ slaví zcela běžně v řadě zemí světa, na západě i východě.

Vedle MDŽ, který připadá na 8. březen, mají ženy nejen v Česku ještě další svátek, který se slaví druhou květnovou neděli. Jde o Den matek.

Šárka Škrobánková, 7.A

Jan Amos Komenský

Datum narození: *28.března* 1592

Místo narození: *Uherský Brod*

Datum úmrtí: *15.listopadu1670*

Místo úmrtí: Amsterdam-Nizozemí

Citát: *Nemilovat knihy znamená nemilovat moudrost. Nemilovat moudrost však znamená stávat se hlupákem. Kdyby hlupáků nebylo, kde by se brala moudrost? Každá práce vyžaduje člověka.*

Životopis: *Jeho otec Martin Segeš (orig. Szege) († 1602–4), byl významným členem Jednoty bratrské, jeho matkou byla Anna Chmelová. Sestry Kateřina, Markéta, Ludmila a Zuzana. Roku 1608 začal studovat na latinské škole (gymnáziu) v Přerově, odkud v roce 1611 odešel na vysokou školu do Herbornu. Již při studiu začal pomáhat profesoru teologie a nejmladšímu členu profesorského sboru Johannu Heinrichu (Janu Jindřichu) Alstedovi s pracemi na obecné encyklopedii. Alsted se pro Komenského stal vzorem. Jan Amos Komenský byl dvakrát ženatý, ale obě ženy mu zemřely. Zůstaly mu po nich děti: Dorota, Kristina, Alžběta, Zuzanu a syn Daniel. Jan Amos Komenský byl pedagogem.*

Díla: *Velká didaktika, Svět v obrazech, Plán vševědy, Kšaft umírající matky jednoty bratrské, Dveře jazyků otevřené, Informatorium školy mateřské, Labyrint světa a ráj srdce, Hlubina bezpečnosti, Svět v obrazech*

Závěr: Jan Amos Komenský se stal učitelem národů a dodnes se na školách učí podle jeho kázání.

Sára Holásková, 5.B

Exkurze Ostroj

Ve středu 29.2. 2012 se žáci 8. ročníku zúčastnili exkurze v jedné z opavských firem OSTROJ, který je znám od roku 1949.

Po příjezdu do firmy nás uvítaly dvě paní, které nám po celou dobu exkurze dělaly průvodce. Ještě před vstupem do hal jsme všichni zhlédli film o vzniku a historii podniku, krátce jsme byli poučeni a také nám byly přiděleny helmy z důvodu bezpečnosti. Pak už následovala prohlídka. A bylo se opravdu na co dívat. Zhlédli jsme výrobu hydraulických válců a lisů, mechanizované výztuže, zpracování kovů a různých součástek…

Nejvíc strojů (především do dolů) se vyváží do Ukrajiny nebo Ruska.

Adéla Střižíková, 8.B

Karneval

Masopust neboli karnevalové období bylo v minulosti období od Tří králů do Popeleční středy. Popeleční středou začíná postní období před Velikonocemi. Maškarní zábava, která probíhala zpravidla na *masopustní úterý*, tedy v úterý před Popeleční středou, byla vyvrcholením masopustu. Název karneval je synonymem masopustu (z italského *carnevale*, vlastně "maso pryč"). Dnes se jako masopust (nebo karneval) označuje zejména toto masopustní veselí (nářečně masopust, šibřinky, fašank, ostatky aj.).

Také na naší škole se uskutečnil školní karneval ZŠ Hradec nad Moravicí pro nižší stupeň. Žáci se představili v maskách všech druhů. Nemohli vyhrát všichni a proto je zde pár těch co vyhráli z 3. tříd.

1. **Dominik Herman**
2. **Petra Mošová**
3. **Nicolas Kovařík**

Tomáš Motyčka, 7.B

Jak na nás působí jednotlivé fáze Měsíce

Jednotlivé fáze Měsíce ovlivňují naše zdraví, sklon k hubnutí, krásu, náladu, rozpoložení, lásku, úspěch v práci. Mezi lunárními fázemi Měsíce a děním na Zemi je významná spojitost. Zkuste po dobu jednoho měsíce vnímat jeho sílu, uvidíte ten rozdíl.

Přibývající měsíc a jeho vliv na naše zdraví a psychiku

Ve fázi přibývajícího měsíce jej můžeme na obloze poznat jako srpek měsíce osvětlené, ke Slunci přivrácené strany ve tvaru D. Nyní má maximální účinnost vše, co tělu dodáte, co jej posiluje. Veškeré minerální látky a vitamíny Váš organismus mnohem lépe přijímá. Plánovanou dietu však odložte po úplňku. Dva týdny kolem přibývajícího měsíce byste měli méně jíst i celkově změnit svůj styl výživy. Vaše tělo totiž dobře přijímá, ale ještě lépe ukládá jako jindy. Raději si své poslední denní jídlo dopřejte o 1-2 hodiny dříve než obvykle. Naopak Vy, kteří máte opačný problém a potřebujete přibrat, budete mít větší šanci v této fázi měsíce. Nabízí se Vám vhodná doba k uskutečnění nových plánů, obzvláště v zaměstnání a finančního hlediska.

Fáze přibývajícího měsíce na Vás příznivě působí ve všech směrech.

- **Welness**: s každým dnem dorůstání měsíce také stoupá Vaše výkonnost. Přibývající měsíc představuje nejlepší období na posilování svalů, tvarování těla. Zajděte si například do fitness centra.
- **Krása**: vaše vlasy, pleť i pokožka těla nyní velmi dobře přijímají všechny výživné látky. Vychutnejte si zábaly, masáže aromatickými oleji, výživné a pečující masky.
- **Jídlo**: můžete si dopřávat, ovšem s mírou. Schopnost Vašeho těla dobře přijímat výživné látky se však týká i kalorií. Zaměřte se raději na nízkotučné potraviny bohaté na vitamíny a cenné látky. Ve zvýšené míře si dopřejte ovoce a zeleninu. Sladkostem se snažte vyhýbat

Ubývající měsíc a jeho vliv na naše zdraví a psychiku

Měsíc během úplňku dosáhl svého maximální vrcholu viditelnosti, nyní je opětovně k cestě ke Slunci. Velikost měsíce ubývá, jeho tvar stále více připomíná zmenšující se písmeno C. Tato fáze měsíce je skvělá při vylučování toxických látek. O dietě, o které jsme uvažovali, můžeme nyní uskutečnit. I když budete ve fázi ubývajícího měsíce jíst více, nepřiberete tak rychle, jako by tomu bylo v první čtvrti. Vaše tělo vydává energii, nápady, tekutina se již nehromadí. Jakmile uvidíte na obloze pouhý tenký srpeček ve tvaru C, omezte Vaši aktivitu, fyzickou zátěž, jarní nebo zimní gruntování.

Síla odcházejícího měsíce podporuje ve Vašem organismu funkce očisty. Dopřejte si bylinnou směs, která posiluje ty orgány, které jsou při této vnitřní očistě nejvíce zatěžovány. Vaše očista bude celkově dokonalejší.

- **Welness**: Vaše tělo je nyní ve své vrcholné formě. Budete mít chuť doslova lámat skály, tancovat, běhat, divoce skákat. Nebraňte se tomu, neboť tyto veškeré aktivity podporují pročištění a odvedení zbytečné a nahromaděné vody z těla.
- **Krása**: během období, kdy fáze měsíce couvá, zaznamenáte suchou a špatně prokrvenou pokožku. Nyní je ten nejlepší čas na hydratační masku. V případě, že si depilujete pokožku, vězte, že chloupky Vám nyní porostou výrazně pomaleji.
- **Jídlo**: trápíte-li se pár kily navíc, nyní se jich můžete opravdu zbavit. Vaše chuť na sladké je velmi snížena. Skvělá je rýže, která Vaše tělo zbaví nadbytečných zásob vody.

Dominik Moravec, 7.B