



Úvodník



Milí čtenáři, toto číslo je poslední, které dětem školy Waldorfská Vážka pomáhám tvořit. Moc mne to s vámi bavilo, ať už osobně na schůzkách, nebo při čtení vašich článků. Máte talent a odvahu - vytvořit něco vlastního není jen tak a ukočírovat to z pozice šéfredaktora také ne (Barča s Juli určitě souhlasí). Přejí vaší Vážce, ať se rozletí do světa a vidíte díky ní věci, kterých byste si jinak nevšimli, mluvíte s lidmi, s kterými byste jinak nemluvili a napadají vás další báječné věci, jak vaši školu a všechno kolem udělat ještě hezčí.

Mám také milou povinnost vyhlásit vítěze naší literární soutěže - je jím anonymní autor textu o Petru Ginzovi. Druhé místo získává Rudolf Brož za fiktivní rozhovor mezi B. Franklinem a G. Washingtonem. Gratulujeme oběma autorům! Ceny jim budou předány individuálně.

Veronika Slavíková

Oblíbená dovolená našich učitelek



foto: Chrám Sagrada Família v Barceloně

Vyluštění hádanky

Cestovatelské téma tohoto článku zahájíme vyluštěním hádanky z minulého čísla. Kdo z vás si myslel, že na fotce je Toskánsko (oblast v Itálii), měl pravdu. Pokud ještě nevíte, kam o prázdninách, zkuste Toskánsko navrhnout doma rodičům. Je tam krásně.

Redakční rada

Kam se paní učitelky chystají na prázdniny?

Kateřina Konopková



Kam ráda jezdíš?

Na naší chalupu v Rumburku, tam si nejvíc odpočinu.

Chystáš se tam i letos?

Samozřejmě, hned v den vysvědčení, a nebo druhý den.

Proč se ti tam líbí?

Protože tam trávím prázdniny 40 let. Býváme tam celá rodina, je tam klid a krásně, prostě pohoda.

Jaké nejvíc exotické místo tě láká?

Chtěla bych se podívat do Skotska.

Kateřina Vlasáková

Kam ráda jezdíš na prázdniny?

Ráda jezdím do Krkonoš na Krausovy Boudy, to je u Jánkových lázní.

Chystáš se tam letos?

Ano, jedeme tam s rodinou



a kamarády.

Proč se ti tam líbí?

Je to v přírodě a je tam klid.

Jaké nejvíc exotické místo bys chtěla navštívit?

Místo, kde sídlily žitkovské bohyně v Bílých Karpatech nad Žitkovou.

Jitka Pýchová

Kam ráda jezdíš?

Do Chorvatska a na různá místa v České republice.

Chystáš se tam i letos?

Chystáme se do Chorvatska.

Proč se ti tam líbí?

Ráda poznávám nové kraje.

Na Chorvatsku mě láká teplo, moře a klid.

Jaké nejvíc exotické místo tě láká?

Chtěla bych se podívat do Španělska. Chtěla bych vidět Gaudiho stavby.

Rozhovory vedly Róza

Konopková, Anežka Vlasáková a Julie Kotěrová

Slovo vedení školy

Bliží se léto a naše škola začíná žít tradičními i jednorázovými akcemi, které k závěru školního roku neodmyslitelně patří. Šestáci prožili povedenou rytiřskou slavnost na hradě Helfenburg, pátáci reprezentovali školu na Olympiádě waldorfských škol v Chebu, čtvrtý i pátý ročník absolvoval plavecký výcvik na koupališti v Benešově nad Ploučnicí. Osmý ročník vyrazil na festival Duhové divadlo v Písku s vlastním představením Boy, ahoy, které měli možnost zahrát také u nás ve škole. Do Koněpruských jeskyní se vydali na výlet 6. a 7. ročník. Deváťáci navštívili partnerskou

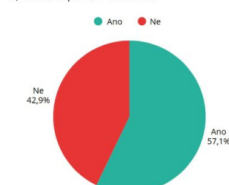
školu La Providence ve Fécampu v Normandii. Potrénovali angličtinu, poznali Le Havre i historické město Rouen a dál rozvíjeli naše partnerství. Také se zúčastnili preventivní akce Do života bez karambolu, která byla zaměřena na bezpečnost, zodpovědné chování a prevenci rizikových situací. Zapojili jsme se také do Běhu pro hospic Litoměřice a podpořili tím dobrou věc. Po zážitcích všeho druhu se už teď těšíme na léto a chvíli odpočinku. Čekají nás i plánované opravy a úpravy školy, aby byla zase o něco krásnější.

Jaké byly přijímačky?

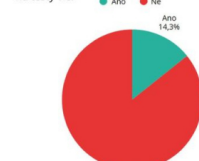
1) Chtíš ůlevu, že už to máš za sebou?



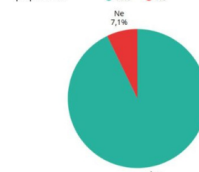
2) Učila ses povíctvé už od září?



3) Kdyby ses mohla vrátit v čase, učila by ses na testy víc?



4) Myslíš, že tě naše škola na testy dobře připravila?



Barbora Kopecská, 9. třída

Rytířská slavnost - letos vs. před rokem



Letošní

S 6. třídou jsme zažili rytířskou slavnost. V pátek jsme jeli z Litoměřic do Úštěku, odkud jsme šli pěšky na hrad Helfenburk, kde jsme nacvičovali ceremoniál. Holky šly hledat květiny do vlasů a kluci nacvičovali šerm. Večer jsme si udělali táborák a hráli bojovku. Ráno jsme si uvařili ovesnou kaši a zase jsme nacvičovali obřad. K obědu jsme si sami uvařili bramboračku a sekali dříví na oheň. Krátce po obědě přijel orchestr a měli jsme poslední zkoušku. Před událostí se začali sjíždět

příbuzní a kamarádi, holky si zapletly vlasy a začaly se připravovat. Myslím, že se nám ceremoniál povedl, jak jsme nejlépe uměli a mám za to, že rytířská slavnost byla jedna z nejlepších slavností kterou jsme jako třída zažili.

Róza Konopková, 6. třída

Loňská

Ráno jsme se vydali vlakem na Helfenburk, kde se konala Rytířská slavnost. Ten den, co jsme tam přišli, jsme byli unavení, takže jsme si dali batohy do domečku, uvařili

bramborovou polévku, došli jsme si pro vodu do studánky a večer jsme hráli různé hry. Druhý den jsme měli zkoušku, poté si kluci zkoušeli šermování a my holky jsme si šly natrhat květy do vlasů. Potom přijeli rodiče s jídlem. Vzápětí začala slavnost, od rodičů jsme dostali nějaký šperk a nakonec jsme s chutí snědli všechno jídlo a s radostí jsme odcházeli domů.

Anežka Vlasáková, 7. třída

Hádanky z knihy

Bez klíče a víka,
schránka pokladní
a přece zlatý je poklad v ní.

Kořeny má skryté v zemi
vypíná se nad jedlemi,
stoupá pořád výš a výš
ale růst jí nevidíš.

Není ji vidět,
není ji cítit,
není ji slyšet,
nejde ji chytit.
Je za hvězdami
a pod horami

a vyplňuje prázdné jámy.
Byla tu předtím
a přijde pak
a nakonec ti vytře zrak.

Všechno žere,
všechno se v něm ztrácí,
stromy, květy, zvířata i ptáci,
hryže kov a pláty z ocele,
tvrdý kámen na prach semele,
města rozvalí a krále skolí,
vysokánské hory
svrhne do údolí.

J. R. R. Tolkien - Hobit

Zahájení sezóny letního kina



V sobotu 30. května byla
na Střeleckém ostrově

v Litoměřicích zahájená sezóna letního kina, kde měla naše škola stánek. U školního stánku si děti mohly vyrobit vážku z korálků a vzít si odznáček s logem školy, nebo vážku vytisknutou na 3D tiskárně. Dále byla možnost vyzkoušet si balancovat talířem na tyči, diablo, flowerstick atd. U jiného stánku bylo možno zakoupit krásné náhrdelníky, přívěsky a náramky. Ve stánku letního kina děti mohly malovat temperami na prázdný bílý plakát, který byl později vyvěšen na plot letního kina.

Julie Kotěrová, 7. třída

Jak zvládat stres - účinné metody

Stres zažívá každý z nás. Je to přirozená reakce organismu na jakoukoli zátěž nebo změnu, která vyžaduje přizpůsobení. Jde v podstatě o vnitřní poplašný systém, který připravuje tělo na akci – historicky známou jako reakce „boj, nebo utěk“. Jsou situace, kdy je stres intenzivní a musíme ho ovládnout. Brání nám totiž logicky uvažovat a jednat s rozmyslem, což může být problém například během přijímaček, nebo za volantem. Rozhodly jsme se proto udělat krátký průzkum toho, jak kdo z nás se stresem bojuje.

Hudba, procházky v přírodě a háčkování
Moje oblíbená a rychlá relaxace je jednoznačně hudba. Pro každou situaci mám jinou a během času se to různě mění. Když mám možnost, trávím čas procházkami. Příroda dokáže stres krásně odfiltrovat.



Za sychravého počasí, když to člověka ven moc neláká, si sednu k háčkování. Už po pár rádcích dlouhých sloupků je mi o dost lépe než předtím.

Verča Slavíková

Dýchání do čtverce/krabicové dýchání

Dýchání do čtverce, neboli krabicové dýchání je technika pro zklidnění, já jsem na ní přišla při jedné hodině ve škole a párkrát mi už pomohla. Postupujeme tak, že se nadechneme na čtyři doby, zadržíme dech na čtyři doby,

vydechneme na čtyři doby a znovu zadržíme dech na čtyři doby.

Mě na stres pomáhá nadechnout se čerstvého vzduchu, jít do přírody, nebo jen tak sedět a poslouchat zpěv ptáků.

Julie Kotěrová, 7. třída

Na stres mi pomáhá zhluboka dýchat, nebo se něčím rozptýlit - třeba si s někým povídat, prostě myslet na něco jiného, někdy si také čtu.

Róza Konopková, 6. třída

Na zvládání stresu mi pomáhá napít se vody nebo se svěřit.

Gabriela Przycková, 6. třída

Proti stresu mi pomáhá nějaké rozptýlení, jako třeba pletení



nebo povídání. Ale já se stejně moc nestresuji, takže mi většinou stačí říct si, že se svět nezboří.

Anežka Vlasáková, 7. třída

Všem dětem i dospělým Waldorfské základní školy VÁŽKA přejeme **krásné prázdniny** a těšíme se na další psaní časopisu opět od září.

Redakční rada