

WIEŚCI Z SZÓSTKI

„Każdy miesiąc cieszy mnie z innych przyczyn. Ale tylko grudzień wzrusza”.

Krystyna Siesicka, „Zapałka na zakręcie”



W NUMERZE:

1. DZIADY, CZYLI CUDZE CHWALICIE, SWEGO NIE ZNACIE
2. MODERNIZM CIĄGLE AKTUALNY
3. SIŁA SŁÓW
4. MOJA PASJA- JEŹDZIECTW
5. ZALETY SŁUCHANIA MUZYKI
6. SZLEŃSTWO SYLWESTROWO-KARNAWAŁOWE 2023/2024, CZYLI GDZIE, W CZYM, JAK I PO CO?
7. MAKIJAŻ- HISTORIA, TRENDY I PIĘKNO
8. SYLWESTROWY KĄCIK KULINARNY
9. W TELEGRAFICZNYM SKRÓCIE

Dziady, czyli cudze chwalicie, swego nie znacie

Święto Dziadów, znane również jako po prostu Dziady, stanowi fascynujący element słowiańskiego kalendarza kulturowego, głęboko zakorzeniony w tradycji ludowej. To wyjątkowy obrzęd, obchodzony w Polsce i innych krajach słowiańskich, skupia się na pamięci przodków i dziedzictwie, tworząc barwny mozaikowy obraz kultury Słowian.



Założeniem Dziadów jest wiara w to, że przodkowie przebywają w konkretnym czasie na ziemi, wśród swoich bliskich. Jest to święto mocno nakierowane na celebrację rodzinną. W wierzeniach Słowian bardzo duży nacisk kładzie się na łączność przodków i potomków. Wierzą oni, że zasłona między światem na ziemi i światem pozaziemskim jest cienka. Wierzono, iż można w ten spotkać się

ze zmarłymi przodkami i im pomóc, ale tej wierze towarzyszyło przekonanie, że nigdy nie wiadomo, kto lub co, oprócz przodków, przez tę zasłonę się przedostanie.

Pochodzenie i historia:

Święto Dziadów ma długą historię sięgającą głęboko do pogańskich korzeni Słowian. Związane pierwotnie z okresem jesienno-zimowym i zakończeniem zbiorów, stało się również czasem oddawania hołdu zmarłym. Jednak wraz z chrystianizacją regionu, tradycje te zaczęły przenikać się z elementami chrześcijańskimi, co sprawiło, że obchody zyskały nowe znaczenie.

Rytuały i zwyczaje:



Centralnym elementem Święta Dziadów jest wizyta na cmentarzu,

gdzie rodziny składają kwiaty, zapalają znicze i modlą się za dusze zmarłych. Jest to symboliczne spotkanie z przodkami, czas refleksji i kontemplacji nad przemijaniem. W niektórych regionach istnieje przekonanie, że dusze zmarłych powracają do swoich domów, dlatego też przygotowuje się dla nich symboliczne posiłki.

W tradycji słowiańskiej często przewijają się elementy magii i obrzędów mających stanowić ochronę przed złymi duchami. Mogą to być np. zaklęcia czy rytuały mające na celu zapewnienie spokoju duszom zmarłych.

Symbolika i dziedzictwo:

Święto Dziadów przesiąknięte jest głęboką symboliką, odzwierciedlającą nie tylko tradycje pogrzebowe, ale także szacunek dla cyklu życia i śmierci. Związane z nim obrzędy, jak chociażby wspólne posiłki czy modlitwy, mają na celu utrzymanie więzi między światami żywych i umarłych. Symbolika ta pełni funkcję budowania wspólnoty i przekazywania określonych wartości następnym pokoleniom.

Współczesne oblicze Święta Dziadów:

Tradycje Święta Dziadów miały pierwotnie charakter pogański, obecnie jest

on jednak zróżnicowany, uwzględnia zarówno elementy ludowej kultury, jak i aspekty chrześcijańskie. Obchody są okazją do integracji społeczności, a także do pielęgnowania dziedzictwa i tożsamości kulturowej.

Podsumowanie:

Święto Dziadów to nie tylko czas hołdu zmarłym, ale również barwny przykład, jak kultura ewoluuje, zachowując jednocześnie głęboko zakorzenione tradycje. Współczesne obchody stanowią nie tylko odzwierciedlenie przeszłości, lecz również manifestację wspólnoty i szacunku dla dziedzictwa przodków, które kształtuje współczesne społeczeństwa słowiańskie.

Magdalena Dziadura z 2c



Modernizm ciągle aktualny...

Młoda Polska... Według mnie to jedna z najciekawszych epok w dziejach literatury polskiej i chociaż trwała niecałe trzydzieści lat, to śmiało można stwierdzić, że dorobek artystyczny tego okresu był wyjątkowy pod wieloma względami, a utwory omawiane na lekcjach języka polskiego w naszej szkole skłaniały do refleksji. Nie da się ich tak po prostu



zapomnieć, tym bardziej, że pewne motywy są nadal aktualne!

To niesamowita epoka, w której szczególnie zachwyciła mnie zmiana nastawienia artystów do sztuki. Ciekawym zjawiskiem był też dekadentyzm, ukazujący smutek i melancholię spowodowaną zbliżającym się końcem wieku, a także katastrofizm, w którym dominowało przeświadczenie, że schyłek epoki spowoduje koniec cywilizacji.

Poeci tacy jak: Jan Kasprówicz, Kazimierz Przerwa-Tetmajer czy Leopold Staff w swoich wierszach utrwalali uczucia

smutku, ulotności chwili. Moderniści odwoływali się do filozofii schopenhaueryzmu twierdzącej, że ludziom nieustannie towarzyszy ból, a jedynym lekarstwem na niego jest obcowanie ze sztuką lub osiągnięcie stanu nieistnienia (nirwany). W wielu utworach tych poetów występuje nastrój niepokoju i niepewności, co można zauważyć np. w wierszu K. Przerwy-Tetmajera, pt. „Koniec wieku XIX”. Ukazuje on rozmowę z człowiekiem żyjącym na przełomie wieków, który wyklucza każdy z pomysłów wyjścia ze złego stanu psychicznego. Człowiek ten jest obojętny na przyszłość, ponieważ nie widzi sensu istnienia. Życie ludzkie w utworze Tetmajera zostaje porównane do mrówki w obliczu pędzącego pociągu, sugerując, że byłoby ono skazane na porażkę.

Zastanawiam się, jak można by było przełożyć postawę dekadencją na obecne czasy. Być może współcześni dekadenci to po prostu ludzie cierpiący na depresję albo osoby odczuwające ciągły lęk przed rzeczywistością?

Modernizm to epoka kultu sztuki. Artyści buntowali się przeciwko kulturze mieszczańskiej, obojętnej na dorobek kul-

turalny i podporządkowany władzy pieniądza. Osoby, których sztuka nie poruszała były pogardliwie nazywane filistrami. Uważano ich za pozbawionych aspiracji i wyższych celów ignorantów. Ich przeciwnictwem była przesiadująca w kawiarniach bohema - czyli pisarze i malarze uważający się za lepszych od niewrażliwych na sztukę mieszczan. Uwielbiali oni szokować skandalami. W tym momencie znowu nasuwa się pytanie: czy w dzisiejszych czasach istnieje cyganeria, czy nazwa ta jest właściwa tylko dla modernizmu? Jeżeli współczesna bohema



istnieje, których artystów można by do niej zaliczyć?

Mam też wrażenie, że słowo filister powinno wrócić do łask, byłoby ono alternatywą dla określenia "ignorant". Są wśród nas osoby całkowicie niewrażliwe na sztukę albo lekceważące znaczenie czytania książek. To właśnie filistrzy XXI wieku. Zastanawiającym zjawiskiem w modernizmie była chłopomania. W pewnym momencie inteligenci ulegli fascynacji wsią, zaczęli ubóstwiać kulturę, ubiór

i życie chłopskie. Nie zauważali realnej, ciężkiej pracy mieszkańców wsi, lecz tylko ich barwne stroje, skoczną muzykę, jednym słowem folklor. Mężczyźni brali chłopki na żony, przeprowadzali się na wieś, aby podziwiać przyrodę, ale w rzeczywistości nie umieli odnaleźć się w pracy w polu.

W „Weselu” ludomania została ukazana jako negatywna, wręcz obsesyjna fascynacja kulturą chłopską, z której wynikały jedynie problemy i nieporozumienia. Obie grupy społeczne nie potrafiły się ze sobą dogadać, były do siebie wrogo nastawione.

Obecnie również mamy do czynienia ze swoistą chłopomanią. Wielu ludzi z miasta szuka azylu, spokoju właśnie na wsi, osiedlając się tam na stałe - wybierają pracę zdalną albo dojeżdżają do miejsca zatrudnienia. Mieszkanie na wsi staje się modne wśród współczesnej inteligencji, nie ma jednak nic wspólnego z pracą na roli .

Ważnym i ciekawym wyznacznikiem literatury młodopolskiej było przepłatanie się rzeczywistości ze światem fantastycznym, które również zostało ukazane w „Weselu”. Państwo młodzi zaprosili na uroczystość znajdujące się w ogrodzie chochoły. Ich przybycie miało charakter symboliczny, ukazujący nadzieję na odroczenie walki na później. Pojawiają się

duchy i zjawy, które miały personifikować lęki, pragnienia i kompleksy bohaterów.

Neoromantyczni autorzy próbowali ukazać i tłumaczyć świat za pomocą symboli, nazywano ten zabieg symbolizmem. Dzięki niemu w wielu utworach można doszukiwać się ukrytych znaczeń. Ich cała gama została ukazana w „Nocy listopadowej”. Odwołania do mitologii, ukazanie m.in. Nike, Ateny, Demeter i Kory symbolizowało wynik walki powstania listopadowego między siłami wyższymi.

Pełen symboli jest również utwór „Rozdziobią nas kruki, wrony...”. Zmierzch symbolizuje upadek powstania, czaszka podzielenie Polski na trzech zaborców, a zryw konia walczącego o życie ukazuje postawę Polaków, którzy mimo braku szans na wygraną walczyli o wolność ojczyzny.

Współcześni artyści bardzo często posługują znakami o różnych, niejednoznacznych znaczeniach, dzięki nim tłumczą trudne do przekazania zjawiska. Symbole wzruszają i zmuszają do refleksji, dlatego są nieodłącznym elementem dzisiejszej sztuki.

Młoda Polska jest jedną z moich ulubionych epok literackich. Obecne w literaturze głębokie odczucia i przeżycia bohaterów oraz piękno w sztuce wzbudzają

we mnie niesamowite emocje. Odnajduję w tej barwnej epoce wiele analogii do czasów współczesnych. Chłopomania jest ciągle żywa, filistrzy i dekadenci chadzają po ulicach polskich miast, a symbole otaczają nas i pobudzają wyobraźnię, tworząc żywe obrazy.

Olga z 3e



SIŁA SŁÓW

Słowo w relacjach międzyludzkich pełni niezwykle ważną, wręcz podstawową rolę. Niemożliwym jest bowiem efektywne komunikowanie się bez używania słów. Gdyby ich zabrakło, rozbudowana komunikacja i wspólne osiągnięcie czegośkolwiek byłyby niemożliwe. Dobrym przykładem wydaje się historia wieży Babel z biblijnej Księgi Rodzaju. Miała być ona budowlą sięgającą nieba, stworzoną dzięki współpracy całej zjednoczonej ludzkości. Jednak Bóg był przeciwny temu przedsięwzięciu i pomieszał ludziom języki, przez co nie mogli się oni porozumieć. Doprowadziło to do upadku projektu oraz podziału i rozproszenia ludzi ze względu na brak możliwości komunikacji.



Gdy zabraknie słów w formie dźwięku, istoty porozumiewające się będą szukać innej drogi, by słowa sobie przekazać. Taki przebieg spraw jest widoczny w książkach z serii „Outpost” autorstwa Dmitrija Głuhovskiego, opowiadających

o postapokaliptycznej Rosji, a raczej o tym, co z niej zostało. Rzekomą granicą świata przedstawionego jest rzeka Wołga, zza której przybywa zagrożenie. Podczas próby ucieczki część bohaterów jest zmuszona do odebrania pozbawienia się słuchu, by uchronić się przed klątwą, której usłyszenie powoduje utratę zmysłów.

Oto ciekawa metafora mocy słów, ponieważ klątwa wybrzmiewa w nieznanym języku. Bohaterowie w wyniku utraty słuchu porozumiewają się tylko w piśmie, słowa nadal są ważne. Poprzez ograniczenia możliwości komunikacji można dostrzec prawdziwą wartość słów, ponieważ akcja postępuje jedynie w momentach, gdy postacie mają jakąkolwiek przestrzeń do pisania, na przykład nocą w starej szopie, na zaparowanej szybie... Dopiero wtedy bohaterowie mogą uzyskać informacje o sobie nawzajem, mimo że spędzili razem wiele godzin wędrując przez pustkowia na wschód od Moskwy.

Bez słów nie jest możliwym budowanie kultury i cywilizacji. Bez nich można jedynie porozumiewać się w prymitywny sposób za pomocą mimiki i gestów, a wtedy odbiorca takiego musi domyślać się, co nadawca miał na myśli. Jest to system wadliwy i ograniczający. Przykład powyższej sytuacji można dostrzec w grze video „Wiedźmin 3. Dziki Gon” stworzonej przez studio CD Project

Red w oparciu o książki Andrzeja Sapkowskiego. Tytułowy Wiedźmin, na swojej drodze w ponurym świecie wypełnionym stworzeniami rodem ze słowiańskiej mitologii, napotyka istotę o imieniu Janek, czyli obdarzone magicznymi zdolnościami Bożątko. Stworzenie posiada informacje potrzebne głównemu bohaterowi, ale niestety nie jest w stanie ich przekazać. Wiedźmy z Krzywuchowych Moczarów odebrały mu głos i umieściły go w gnieździe harpii.



Słowa to pismo, niemal niemożliwe byłoby powstawanie jakichkolwiek tekstów bez liter alfabetu składających się w słowa, a następnie tworzących zdania. Bez słów nie powstałaby żadna książka, oprócz tych obrazkowych, nawet tego tekstu nie udało się stworzyć. Bez słowa nie powstałaby żadna cywilizacja i nie dałoby się zapisać historii, utworzyć prawa ani kultury. Zapanowałyby nawet

nie totalna anarchia, a totalny prymitywizm. Ludzka psychika nie wytrzymałaby takiego stanu.



Niemożność rozwoju człowieka bez słów pokazuje eksperyment deprywacyjny z czasów cesarza Fryderyka II, polegający na odebraniu dzieci matkom i przekazaniu ich obcym kobietom, którym nie wolno było do nich mówić. Pozornie dzieciom niczego nie brakowało, miały zapewnione jedzenie, higienę i ciepło, aczkolwiek według kronik wszystkie dzieci zmarły z powodu braku kontaktu z innym człowiekiem.

Słowa są zatem podstawą komunikacji międzyludzkiej i wszelkiej cywilizacji. Bez nich wszystko, co stworzyliśmy upadnie, bo każdy człowiek ma potrzebę przekazania drugiemu swoich myśli i tylko tą metodą można nawiązać jakąkolwiek współpracę.

Gentelmenel

Moja pasja - jeździectwo



Moją pasją jest jazda konna w stylu western. Swoją przygodę z jeździectwem zaczęłam w dzieciństwie. Od zawsze ciągnęło mnie do zwierząt. Na początku nie traktowałam jazdy konnej zbyt poważnie. Z czasem to się zmieniło, zaczęłam więcej jeździć, skakać - rozwijać się w jeździectwie klasycznym. Spróbowałam też innego stylu jazdy konnej – westernu (bardziej na zasadzie horse-manship). Nadal trenowałam w klasyku, ale doszkałam się razem z Mongołem (koniem udostępnionym w stadninie) w pracy i jeździe „naturalsowej”. Spodobało mi się to, dlatego w pełni przerzuciłam się na western, czyli styl jazdy konnej, w której np. nie występuje anglezowanie, „dawanie łydek” jest odwrotne niż w klasyku, jeździ się głównie bez specjalnych pomocy, na zasadzie obustronnego komfortu jeźdźca i konia.

Po sprzedaży Mongoła wiedziałam, że chcę mieć własnego konia, dlatego zaczęłam z rodzicami szukać kandydatki rasy fryzyjskiej. Moja historia z własnym koniem - Joną zaczęła się 26 listopada 2022 roku, kiedy pojechałam po nią do Krakowa. Na miejscu obejrzelśmy ją i postanowiliśmy kupić. Joncia była mocno wystraszona i bała się wchodzić do przyczepy. Jako pierwszy dom dla Jony wybrałam nie za dużą stajnię na obrzeżach Lublina. Początki naszej drogi z Joną nie należały do najłatwiejszych. Nie była zajeżdżona (nauczona chodzenia pod człowiekiem), bała się dosłownie wszystkiego, nawet drzew. Dodatkowo panicznie reagowała na bat, który był w odległości kilku metrów od niej, a praca z ziemi najwidoczniej nigdy nie była z nią wykonywana.

Było wiele momentów, kiedy chciałam się poddać i ją sprzedać. Posiadanie własnego konia wcale nie było takie proste, jakby się mogło na początku wydawać. Po roku spędzonym z Joną nadal tak uważam, jest to super sprawa, ale wymaga bardzo dużo poświęcenia psychicznego, jak i fizycznego. Nie jest to dla każdego i nie każdy sprawdzi się jako właściciel konia.



Pracę z Joną zaczęłam od pokazywania jej różnych rzeczy, żeby się nie bała. Po pierwszym miesiącu zaczęłam powoli ćwiczenia z ziemi na lonży (lina, przy jednym końcu jest człowiek, przy drugim koń, który ma biegać po okręgu). Praca z ziemi zdecydowanie na początku nam nie wychodziła. Jona nie rozumiała, po co chodzi po okręgu i bardzo często przeciągała mnie po całej ujeżdżalni.

W międzyczasie zaczęłam przygotowywać ją do przyjęcia jeźdźca. W ciągu dwóch tygodni po raz pierwszy na nią wsiadłam. Była spokojna. Zaczęliśmy robić coraz więcej kółek w stępie i kłusie na ujeżdżalni. Pierwszy galop na Jonie nie był planowany. Wystraszyła się huku i zawróciła na drugą stronę ujeżdżalni galopem – w ten sposób galop został odhaczony.

Powoli zaczęłam przyzwyczajać Jonę do padu (gruby materiał bawełniany podkładany pod siodło, zapobiegający obtarciom) i siodła westernowego.

Na początku nie było za ciekawie, Jona była przerażona, wrywała się i bała, lecz i to przepracowałyśmy. W końcu się udało, Jona przyjęła siodło. Po tym osiągnięciu zaczęłam z nią pracę z siodła, należało ją nauczyć poszczególnych chodów pod jeźdźcem. Tutaj Jona odnalazła się, była w miarę spokojna pod jeźdźcem w stępie czy lekkim kłusie. Mimo postępów. Nadal pielęgnowałyśmy pracę z ziemi i coraz to nowe „odczulanie” (przyzwyczajanie jej do rzeczy, które na początku według konia są straszne lub których koń nie zna).



17 grudnia 2022 r. Jona obchodziła swoje 7. urodziny. Oczywiście dostała, jak przystało na taką okazję, tort i masę prezentów (większość do zjedzenia ☺).

W tym czasie pojechaliśmy też pierwszy raz w teren, razem z drugim koniem. Jona była bardzo spokojna i grzeczna, co mnie bardzo ucieszyło. Po pierwszym wypadzie poza stajnię, jeździliśmy później na wiele innych, coraz to dalej i w różnym składzie. Jazda w terenie to zdecydowanie ulubiona czynność Jony, zaraz po jedzeniu. Ten koń wyznaje zasadę: przez żołądek do serca, a żołądek ma bez dna.



Czas spędzony na ćwiczeniach z Joną nie poszedł na marne, nasza jazda zaczęła nam wychodzić, stałyśmy się zgrane. Postanowiłam nakierowywać Jonę na dyscyplinę, jaką jest „barrel racing”. Polega ona na okrążeniu 3 beczek w jak najszybszym czasie, bez naruszenia żadnej z nich. Na początku zajeżdżania postanowiłam, że Jona będzie koniem wszechstronnym.

Zacząłam więc pokazywać jej różne aspekty jazdy konnej. Ćwiczyłam z nią

skoki w siodle klasycznym (w westernowym siodle nie powinno się skakać) z zachowaniem sygnałów, jakie są w westernie, żeby koń nie zgłupiał. Było też troszeczkę ujeżdżenia, ale nie za dużo, bo mi, jak i Jonie ta dyscyplina jeździecka nie przypasowała.

Pół roku z Joną upłynęło bardzo szybko, nastały wakacje. W związku z tym postanowiłam, że będę zabierać ją na różnego rodzaju wycieczki. Jeździliśmy w długie trasy, liczące nawet kilkadziesiąt kilometrów. Przywoziłam Jonę na działkę przy domu, żeby mogła „przyciąć” trawę. Niestety trawy szybko zabrakło, dlatego trzeba było udostępnić jej inną działkę (Bystrzejowice). Jona przyjeżdżała tam co weekend, a niekiedy zostawała też na kilka dni. W wakacje Jona pozwiedzała też okolice jezior Piaseczno i Krasne. Byłyśmy też na wspólnych dwutygodniowych wakacjach, razem z innym koniem i jego właścicielką, w obrębie Poleskiego Parku Narodowego, gdzie Jona zaznała błogiego spokoju i miała trawy pod dostatkiem. Wakacje minęły nam bardzo szybko, ale i bardzo intensywnie.

Gdy zaczął się rok szkolny, zapadła decyzja, że musimy zmienić stajnię do końca września. Z początkiem października Jona zmieniła miejsce zamieszkania na stajnię Drwał. Po przeniesieniu przez pierwsze dwa

tygodnie oswajała się z nowym miejscem, ale była o wiele spokojniejsza, więc zmiana wyszła nam na dobre. Końcówkę października i początek listopada spędziłyśmy głównie na pracy z ziemi i treningach z siodła, żeby koń przyzwyczał się, że teraz tu będziemy trenować. Nie obyło się oczywiście bez jazd w terenie razem z nową przyjaciółką Jony - Kanadą, dzięki, którym Joncia poznała bardzo dobrze okolice. Dużo spacerowałyśmy a na Jonę mogły już wsiadać inne osoby niż ja.



Zanim się obejrzałam był 26 listopada 2023 roku, wybił nam wspólny roczek z Joną. Z okazji pierwszej rocznicy zrobiłam Jonie tort burakowy, kupiłam świeczkę i balon z jedynką. Nie obyło się też bez sesji zdjęciowej, ażeby upamiętnić ten dzień.



Zima za pasem, Jona jako że jest koniem fryzyjskim, prezentuje się przepięknie (jak zawsze w sumie, ale teraz jest sprzyjający klimat), dlatego jeszcze wiele sesji nas czeka.

Już niedługo, bo 17 grudnia 2023 r. Jona będzie obchodzić swoje 8. urodziny. Mam nadzieję, że będzie się świetnie bawiła razem z innymi końmi na swojej

urodzinowej imprezie i że spędzimy razem jeszcze wiele lat.



Urszula Gryglicka z 3d

Zalety słuchania muzyki

Codziennie w Polsce i na świecie miliony ludzi słuchają muzyki, ale większość z nich nie zdaje sobie sprawy, że ma ono same pozytywne strony. Jakie są plusy słuchania muzyki?



Słuchanie jej wiele daje: poprawia koncentrację, podnosi morale i pozytywnie wpływa na ogólne samopoczucie. Badania wykazują, że słuchanie ulubionych melodii może zwiększać produkcję hormonów szczęścia, co przyczynia się do poprawy nastroju i redukcji stresu. Słuchając określonych piosenek jesteśmy w stanie zmniejszyć odczuwany przez nas niepokój, stres i zapomnieć o zmartwieniach.

Naukowcy badający oddziaływanie bodźców słuchowych na nasz organizm, dowiedli, że muzyka niewątpliwie wywołuje w naszym mózgu wydzielanie

endorfin, czyli hormonów szczęścia.

To dzięki nim nasz nastrój momentalnie się poprawia a ciało rozluźnia, w efekcie optymalizując samopoczucie.

Badania dowodzą, że muzyka jest doskonałym narzędziem mobilizującym wszechstronny rozwój człowieka. Oprócz stymulacji różnych inteligencji (językowej, emocjonalnej, interpersonalnej) łączy obie półkule i wprowadza w organizmie stan równowagi. Naukowcy odkryli, że pewien rodzaj muzyki wpływa na umysł i pamięć, uwalnia od stresu, pomaga w koncentracji oraz otwiera podświadomość.



Klasyczna muzyka wzmacnia pamięć, wyobraźnię przestrzenną, rozumowanie, logikę. Dzieje się tak między innymi dlatego, że pod wpływem dźwięków zwiększa się poziom katecholamin oraz serotoniny, neuroprzekaźników biorących udział w procesie uczenia się. Badania wykazują, że słuchanie utworów instrumentalnych

we wczesnym dzieciństwie wspiera rozwój zdolności matematycznych. Odpowiednio skomponowane dźwięki ulepszają



i utrwalają procesy zapamiętywania, ponieważ stymulują układ limbiczny, który jest emocjonalnym centrum mózgu i ma ścisły związek z uczeniem się.

Okazuje się, że muzyka może wpływać zarówno na małą (ruchy palców i dłoni, ruchy narządów artykulacyjnych) jak i dużą (całe ciało) motorykę. Z melodią związany jest taniec, a to również angażowanie różnych części ciała do aktywności, przy okazji dobrej zabawy.

Wzięcie instrumentu do ręki, zagranie na nim lub chociaż próba zagrania – w formie zabawy - przyczynia się do poprawy motoryki.

Badania sugerują, że muzyka może mieć pozytywny wpływ na łagodzenie bólu. Działa jako forma terapii, która pomaga w rozluźnieniu i odprężeniu, co z kolei zmniejsza odczuwanie bólu. Dodatkowo, słuchanie ulubionych utworów skupia uwagę na czymś innym niż ból, co może przynieść ulgę i poprawić samopoczucie. Choć efekty mogą się różnić w zależności od osoby i rodzaju bólu, warto spróbować takiej terapii. Niczego nie tracimy, możemy tylko zyskać.

Dziewczyny z 2b

Szaleństwo Sylwestrowe 2023/2024, czyli gdzie, w czym, jak i po co?



Organizacja Sylwestra w domu w gronie przyjaciół i kolegów ze szkoły to świetny sposób na wspólne świętowanie. Jak zaplanować bezpieczną, niezapomnianą i udaną zabawę? Oto kilka wskazówek.

1. Planowanie

Nie musisz robić wszystkiego sam. Zgromadź zespół organizacyjny. Przyporządkuj poszczególne zadania różnym osobom. Ktoś może zająć się dekoracjami, ktoś inny jedzeniem czy muzyką. Zaproponuj niewielką składkę na to, co będzie potrzebne. Podzielcie koszty pomiędzy wszystkich uczestników zabawy.

2. Lokalizacja

O zgodę na domową imprezę należy zapytać rodziców. Jeśli masz odpowiednią przestrzeń, domówka może być świetnym pomysłem. W dobrym tonie jest uprzedzenie sąsiadów. Zapewnij ich, że postaracie się jak najmniej zakłócać porządek i ciszę we wspólnej przestrzeni.

3. Dekoracje

Kolorowe balony i girlandy dodają uroku. Możesz użyć dekoracji tematycznych, np. z balonów z cyfrą 2024. Migające światełka świąteczne, ozdoby z papieru, poduszki ze świątecznym nadrukiem to akcesoria, które stworzą przyjemną atmosferę i umilą wspólnie spędzony czas.

4. Jedzenie

Przygotuj lekkie przekąski, takie jak: mini kanapeczki, koreczki owocowe, nachos z różnymi sosami.



Ciasteczka, muffiny, owoce lub czekoladowa fontanna to świetny pomysł na przyjęcie. Jeśli masz czas, możesz skorzystać z naszego przepisu i upiec samodzielnie ciasto, które z pewnością posmakuje gościom.

5. Napoje

Oczywiście bezalkoholowe! Przygotuj kolorowe smoothie, koktajle owocowe. Te domowej roboty są najzdrowsze.

6. Muzyka i rozrywka

Zapytaj swoich gości, przy jakiej muzyce lubią się bawić. Przygotuj różne playlisty, aby dostosować się do wszelkich gustów muzycznych. Chociaż tańce są podstawowym elementem zabawy sylwestrowej, przemyśl inne atrakcje dla gości. Może sprawdzą się planszówki, kalambury, gry karciane czy karaoke.

7. Kreacja – (Po)Ważna sprawa?

Zachęć wszystkich do przyjścia w strojach karnawałowych. W tym roku wybór jest ogromny. Choć na domówkach „dress code” nie obowiązuje, to jednak wrzucam kilka ciekawych propozycji.



Aktualne trendy sugerują, że Sylwester odbywać się może pod hasłem: „mniej znaczy więcej”. Wybierając sukienkę zwróć uwagę na proste kroje, delikatne tkaniny i stonowane kolory. Podkreślą one Twoją elegancję i subtelny gust.

Zakończenie roku to czas, kiedy możesz błyszczeć i bawić się modą. Sukienki z brokatem lub migoczącymi detalami zdecydowanie będą dobrym wyborem. Sylwester to doskonała okazja by błyszczeć. Nie bój się wybrać stroju, który

przyciągnie uwagę wszystkich.



Warto zwrócić uwagę na suknie w cętki, paski czy kwiaty. Wzory w stylu retro, inspirowane latami siedemdziesiątymi i osiemdziesiątymi, również cieszą się ogromną popularnością. Wybierając sukienkę z wyrazistymi wzorami, możesz stworzyć niepowtarzalny „look”, który przywoła ducha przeszłości, jednocześnie oddając hołd klasycznym wzorom i trendom retro.

Co dla Panów? W każdej sytuacji sprawdzą się klasyczne ciemne jeansy w połączeniu z ciekawą jasną bluzą lub ciemne spodnie w połączeniu z golfem

i sportową marynarką w kratę. Panowie mogą również dopasować się do swojej drugiej połówki. Najlepsza rada w tej kwestii: zaufajcie swoim partnerkom☺.

8. Bezpieczeństwo

Upewnij się, że wszyscy mają plan transportu powrotnego, zwłaszcza, jeśli mieszkają poza miastem.

Domówki są świetnym pomysłem kiedy chcecie stworzyć przyjazną i kameralną atmosferę przyjęcia. Umów się z przyjaciółmi i znajomymi, że na Waszej zabawie nie pijecie alkoholu, zachowujecie umiar w kwestii głośności muzyki oraz wspólnie dbacie o bezpieczeństwo wszystkich uczestników.

Życzę wszystkim bezpiecznego
i udanego Sylwestra!

Solo

Makijaż – historia, trendy i piękno

Makijaż jest sztuką podkreślania naturalnej urody i eksperymentowania z różnymi stylami. Już od wieków ludzie stosują kosmetyki, aby poprawić swój wygląd i poczuć się pewnie. Od czasu starożytności do dziś sztuka makijażu przekształciła się nie tylko w codzienną rutynę, ale również w ważny aspekt kultury i mody.



Dawniej

Historia makijażu sięga starożytnych cywilizacji. W Egipcie już ponad 4000 lat temu kobiety i mężczyźni używali kosmetyków, aby pokazać swoje bogactwo i status społeczny. Słynne szminki wykonane z czerwonego ołowiu były znakiem luksusu i elegancji. Natomiast w starożytnej Grecji makijaż był również powszechny - kobiece twarze ozdabiano farbami, aby podkreślić ich piękno.



W średniowieczu makijaż był niepopularny. Przekonania religijne i oczekiwania społeczne skłaniały kobiety do naturalnego wyglądu. W renesansie ponownie zaczęto używać kosmetyków. W Europie biała skóra była symbolem wysokiego statusu społecznego. Kobiety używały więc farb w celu uwydatnienia swojej delikatnej i naturalnej urody. W XX wieku makijaż stał się bardziej powszechny. Różne rewolucje kulturowe, społeczne wpłynęły na zwiększone zainteresowanie kosmetykami. Płeć piękna odkryła nowe możliwości, jakie daje malowanie twarzy. W latach dwudziestych. popularne były charakterystyczne, ciemne usta i delikatne oczy. Lata

sześdziesiąte to czas intensywnych kolorów i błyszczących cieni.

Obecnie

Dzisiaj makijaż ma wiele znaczeń. Jest to nie tylko sposób na podkreślenie piękna, ale także swojego indywidualnego stylu. Moda w makijażu zmienia się praktycznie co sezon, a trendy wyznaczają gwiazdy, celebryci i influencerzy. Od minimalistycznego „looku” po makijaż artystyczny- możliwości są praktycznie nieograniczone.



Jednak warto pamiętać, że subtelność i naturalność są zawsze w cenie. Kosmetyki odpowiednio użyte i dobrane do właściwości skóry pozwalają podkreślić atuty, a przy okazji odkryć piękno.

Prawdziwa sztuka polega na umiejętności wydobywania naturalności jak i wykazaniu się kreatywnością przy makijażach kolorowych, czy charakteryzacjach.

Plusy wynikające z pielęgnacji i dowolność w upiększaniu siebie

Makijaż może być również ważnym narzędziem w codziennych rytuałach pielęgnacyjnych, które są nie tylko rozluźniające i relaksujące, ale też pozytywnie wpływają na naszą skórę. Właściwie stosowane kosmetyki z filtrem UV, witaminą C czy retinolem, kremy nawilżające chronią naszą skórę przed negatywnym wpływem czynników zewnętrznych i przedwczesnym starzeniem się.

Trendy w makijażu zmieniały się i będą się zmieniać. Warto jednak pamiętać, że piękno tkwi w nas samych i niezależnie od tego, czy się malujemy czy nie, ważne jest, abyśmy akceptowali siebie. Makijaż jest jednym z narzędzi, które możemy wykorzystać w celu podkreślenia naszej urody i wyrażenia siebie.

Martyna Maińska z 2b

Sylwestrowy Kącik kulinarny

Przepis na najlepszy poncz imprezowy

Uwielbiamy urządzać imprezy, bo to cudowny czas spędzony w gronie rodziny i przyjaciół. Do picia proponujemy napój, który nie tylko orzeźwi gości, ale także zachwyci ich swoim smakiem.

Składniki:

- 0,5 szklanki soku z cytryny
- 1 litr soku pomarańczowego
- 2 szklanki soku żurawinowego
- 4 łyżki cukru trzcinowego
- 1,5 litra ulubionego napoju gazowanego o neutralnym smaku (Sprite lub 7Up)
- Pokrojone 2-3 pomarańcze, 5-6 mandarynek i 1 cytryna
- Lód

Wykonanie:

Do dużej szklanej miski wlać sok pomarańczowy, żurawinowy i Sprite lub 7Up. Do miski dodajemy także cukier i sok z cytryny. Całość należy mieszać, aż cukier się rozpuści. Następnie przygotowujemy owoce. Wszystkie cytrusy powinny zostać dokładnie umyte, tak aby w czasie obierania nie przenieść pozostałości środków konserwujących na miąższ. Następnie filetuujemy wszystkie cytrusy, pozbawiając je białych błon, a potem wrzucamy je do ponczu. Do miski nie wkładamy lodu, ponieważ mógłby za bardzo rozwodzić napój. Lód przechowujemy w pojemniku

i dopiero po nalaniu ponczu do szklanki dorzucamy 3-4 kostki lodu.



Przepis na bardzo smaczne ciasto

Ciasto tulipan jest przepyszne i bardzo efektowne. Pięknie się prezentuje i wzbudza zachwyty gości. To sprawdzony przepis, który znalazłam w zapiskach kulinarnych mojej babci. Zaręczam, że warto czasem wrócić do sprawdzonych, klasycznych przepisów. Zapraszam do pieczenia.

Składniki:

- 9 jaj
- $\frac{3}{4}$ szklanki oleju
- 1,5 szklanki cukru kryształu
- 1,5 szklanki maki
- 2 łyżeczki proszku do pieczenia
- 2 cukry waniliowe
- 3 łyżki suchego maku
- 2 łyżki kakao
- 1 czerwony kisiel (proszek)

Masa śmietanowa:

- Śmietanka 30% oraz dwie czerwone, lub zielone galaretki.

Wykonanie:

Białko ubić z cukrem i cukrem z wanilią na puszysta piankę. Dodać mąkę wymieszaną z proszkiem i olejem. Ciasto podzielić na cztery części i kolejno dodaj do:

- I części: 6 żółtek i 3 łyżki mąki,
- II części: 1 żółtko i 2 łyżki kakao,
- III części: 1 żółtko i czerwony kisiel,
- IV części: 1 żółtko i 3 łyżki suchego maku.

Na spód blachy do pieczenia o wymiarach 40×26 cm wyłożonej papierem nakładamy dwie łyżki jasnego ciasta w sześciu miejscach. Kolejno na ciasto jasne wykładamy po dwie łyżki ciasta kakaowego, następnie makowego i z kisielem. Tak powtarzamy warstwy do wyczerpania płynnej masy. Blachę wstawiamy do piekarnika rozgrzanego do 180 stopni i pieczemy w trybie góra-dół ok. 40. min., do suchego patyczka. Po upieczeniu ciasto odstawiamy do całkowitego ostygnięcia. W międzyczasie 2 galaretki czerwone lub zielone (np. wiśniowe lub agrestowe) rozpuszcza-

my w 2 szklankach gorącej wody i odstawiamy do przestygnięcia. Wystudzone ciasto wyjmujemy z blaszki i przekrawamy na pół. Jeden spód ciasta ponownie układamy w blaszce wyłożonej papierem do pieczenia. Dobrze schłodzoną śmietaną ubijamy na sztywno, następnie dodajemy do niej przestudzone, ale jeszcze niestężałe galaretki. Miksujemy do połączenia się składników. Tężejącą masę śmietanową i rozprowadzamy po cieście. Przykrywamy drugim blatem ciasta, lekko dociskając. Tak przygotowane ciasto wstawiamy na kilka godzin, a najlepiej na całą noc do lodówki, aby dobrze stężało.



Smacznego!

Karolina Supranowicz z 2e

W TELEGRAFICZNYM SKRÓCIE...

We wrześniu wszyscy uczniowie klas pierwszych wzięli udział w rajdzie integracyjnym nad Zalew Zemborzycki. Tym razem nasi szóstkowicze wyruszyli z wcześniej ustalonych punktów miasta i różnymi trasami przeszli do miejsca docelowego, aby w pięknych okolicznościach przyrody i przy ciepłej, słonecznej aurze lepiej wzajemnie się poznać. W tym roku rolę hostów pełnili starsi koledzy z klasy 3e. Przygotowali oni liczne gry i zabawy, które umiliły czas spaceru oraz pobytu nad zalewem.

Uczniowie klas czwartych w dniu 26 września udali się do Częstochowy, aby u stóp Jasnogórskiej Pani modlić się o Błogosławieństwo Boże. Będąc w tym wyjątkowym dla każdego Polaka miejscu, prosili o łaskę rozeznania swojego powołania oraz umiejętność dokonania wyboru najlepszej dla siebie drogi życiowej.

Dzięki współpracy VI LO z Politechniką Lubelską uczniowie klasy 2g wzięli udział w zajęciach Lubelskiego Festiwalu Nauki. Jednak tym razem wystąpili w roli prowadzących, a nie uczestników spotkania.

Szóstkowicze wybrali nowych przedstawicieli Samorządu Uczniowskiego. Do zarządu weszły następujące osoby: Dominik Chromiec, Olga Zajac, Anna Mazur i Roksana Szymańska.

Uczennice VI LO wzięły udział w wyjątkowej lekcji wychowania fizycznego, podczas której trenowały w towarzystwie gwiazd polskiego sportu. Spotkanie realizowane było w ramach projektu „Mistrzynie w szkołach” Fundacji Otylii Jędrzejczak, przy wsparciu Miasta. W spotkaniu wzięło udział około 450 uczennic z lubelskich szkół ponadpodstawowych. Z uczestniczkami zajęć ćwiczyły Pia Skrzyszowska, Natalia Kaczmarek, Natalia Kałucka oraz organizatorka akcji - Otylia Jędrzejczak.

W październiku uczniowie naszej szkoły wyruszyli na rajd Śladami Sokolników. Przedstawiciel Fundacji w Zielone Gramy opowiedział o tradycjach sokolnictwa w dzielnicy Dziesiąta oraz o tresurze ptaków drapieżnych, prezentując piękny okaz raroga górskiego. Imprezę zainaugurowała pani wiceprezydent Beata Stepaniuk-Kuśmierzak, po czym młodzież wyruszyła w drogę, ciesząc się pięknym, słonecznym dniem prawdziwie złotej jesieni.

Kilka uczennic z naszej Szóstki wraz z nauczycielkami: panią Dorotą Gilas i panią Magdaleną Błachą wyjechało na kolejną „mobilność” realizowaną w ramach programu Erasmus + Forest Fire Prevention. Tym razem szóstkowiczki miały przyjemność odwiedzić Lizbonę, poznać kulturę Portugalii, życie codzienne Portugalczyków oraz doskonalić język angielski.

Trzecia edycja turnieju „Kocham Cię Polsko” cieszyła się dużym zainteresowaniem wśród młodzieży naszego liceum. Nie było przegranych, bo liczyła się dobra zabawa.

W przeddzień Narodowego Święta Niepodległości uczciliśmy 105. rocznicę odbudowy państwa polskiego. W centrum naszego świętowania było wspólne śpiewanie hymnu oraz coś, czego jeszcze u nas nie było – zatańczyliśmy poloneza ulicami biegnącymi wokół szkoły!

Jeżeli lubisz pisać, fotografować, rysować,
chciałbyś podzielić się ciekawymi informacjami,
dołącz do zespołu redakcyjnego gazetki
VI Liceum Ogólnokształcącego im. Hugona Kołłątaja w Lublinie
WIEŚCI Z SZÓSTKI.
CZEKAMY WŁAŚNIE NA CIEBIE!

Prześlij materiały na adres: gazetka@lo6.lublin.eu
lub zgłoś się do nauczyciela języka polskiego uczącego w Twojej klasie.

Zespół redakcyjny: uczniowie klas 1b, 2b, 2c, 3e, 3d

Opieka: nauczyciele języka polskiego

Źródło zdjęć i grafik wykorzystanych w gazecie:

<https://pixabay.com/>