

**4. číslo**

**Výherkyně  
Verča z 1.A**

**léto  
2021**

**školní časopis**

**ROZHOVOR  
s paní  
vychovatelkou  
Soňou**

**MH**

**Mega Hit**

**... aneb o škole po škole**

**SOUTĚŽ  
O SMOOTHIE  
MAKER**

**a jiné ceny**

**ZOO koutek  
KOČKY**

**Za dveřmi je konec školního roku a letní prázdniny už máme na dosah... S naším dalším číslem časopisu můžete načerpat tipy na prázdninové dny a zasoutěžit si o super výhry, které se vám budou nejen v létě náramně hodit... ☺**

**Přejeme fajn čtení!**



## **OBSAH:**

- **Ve škole je zase živo... (str. 3)**
- **Rozhovor s paní vychovatelkou Soňou Nováčkovou (str. 4)**
- **Jaká je paní vychovatelka? (str. 5)**
- **TIP na výlet za dobrodružstvím (str. 6)**
- **SOUTĚŽ (str. 6)**
- **Tipy na výlety v okolí Hradce Králové (str. 7)**
- **Návod na výrobu věnečku z pampelišek (str. 8)**
- **SMOOTHIE – zdravé osvěžení**
  - **SOUTĚŽ O SMOOTHIE MAKER (str. 9)**



- **GLADIATOR – Rozhovor s Romanem Šinkovským (str. 10)**
- **Závody „Gladiator race“ (str. 11)**
- **Letní osvěžení – recepty na nanuky a zmrzlinu (str. 12)**
- **English Corner (str. 13)**
- **Orientační běh – sport našich redaktorů (str. 14)**
- **„Orient’áci“ z naší školy (str. 15)**
- **ZOO koutek - kočky (str. 16)**
- **Kočky našich redaktorů (str. 17)**
- **Anketa (str. 18)**
- **SOUTĚŽ (str. 19)**



# Ve škole je zase živo...

Hlavní výhru si domů odnesla Verunka Němcová z 1.A.



Radost z kávovaru má nejen maminka, ale také Verčina starší sestra Káťa ☺.

Je super, že jsme se mohli vrátit zpátky do školy. Situaci jsme hned využili a předali jsme ceny výhercům z předchozího čísla.



Ve 3.C děti neustále s chutí něco vyrábí a vymýšlí. Hned po návratu do školy malovaly v rámci projektu „Den Země“ obrázky na téma VODA a poslaly je do soutěže Střediska volného času Lužánky, Brno.



Kluci v 5.D programují robota a skvěle si při práci rozumí.....



# Na návštěvě v družině...



Rozhovor připravily redaktorky: Kája a Linda

Paní vychovatelka Soňa Nováčková se o nás starala, když jsme byli druháci. Strávili jsme s ní skvělý rok. Teď jsme se do družinky vrátili, abychom zavzpomínali na super chvíle a zároveň paní vychovatelku trochu vyzpovídali. Jaké naše setkání bylo? To je přece jasné. Bylo úplně stejné, jako je samotná paní vychovatelka.... Milé, přátelské, klidné, usměvavé a pohodové ☺.

**Za dveřmi je léto, těšíte se na něj?**  
Moc, kdo by se na léto netěšil... ☺  
**K létu patří zmrzlina. Jaká je vaše nejoblíbenější?**

Nejlepší zmrzlinu jsem ochutnala v Konecchlumí před Jičínem a to je vodová jahodová s vanilkovou.

**Jak jste trávila prázdniny, když jste byla malá?**

Rodiče neměli tolik dovolené, takže my děti (jsme tři sourozenci) jsme byli nejčastěji na chatě. Máme chatu kousek za Hradcem u vody i u lesa. Každé léto jsem jezdila na tábor. Ne, že by mě tam rodiče nutili, já jsem chtěla. Kdybych zažila léto bez táborů, nebyly by to ty správné prázdniny.

**Na jaké prázdniny z dětských let nejradši vzpomínáte?**

Vzpomínám na prázdniny s rodiči a se sourozenci. Bylo to krásné, když jsme byli všichni pohromadě. Chodili jsme do lesa, jezdili na kole a měli jsme oblíbený písniček, který jsme měli jen kousek od chaty. Večer jsme pálili ohýnek a povídali si.

**Jaké máte plány na letošní prázdniny?**

Prázdniny budu prožívat v karavanu, nejčastěji v Českém ráji.



Paní vychovatelka ráda jezdí na kole....

**Máte v plánu navštívit i jiná místa v České republice?**

Český ráj, ten projedu na kole. Bydlíme v karavanu a na kole navštěvujeme naše známá místa. Jezdíme tam už více než 25 let. Zajímavé je, že každý rok objevíme něco nového. Určitě vyrazíme i na Vysočinu a do Jizerských hor. Budu samozřejmě jezdit na kole, je to něco jiného než jezdit autem. Letos se na dovolenou chystám do Beskyd do Velkých Karlovic. To je úžasné místo!

... užívá si léto u vody...



**Kde to u nás máte úplně nejraději?**

Úplně nejraději mám Dolní mlýn u Mladějova, tam je nádherně. Rybník, skály, no prostě romantika.

**Máte ráda vodu nebo spíše hory?**

To se nedá říct, mám ráda vodu i hory. Měla jsem ráda hory i kvůli lyžování, dneska do hor jezdím kvůli turistice, cykloturistice a těm krásným výhledům.

A na vodě mohu být stále, ale musí být pěkné počasí!

**Je nějaké místo na Zemi, které byste opravdu chtěla navštívit?**

Vysněné místo nemám, ráda se vracím tam, kde se mi líbilo.

**S kým nejraději trávíte dovolenou?**

Jsem velice ráda, když s námi na

dovolenou jede dcera s rodinou.

Máme dva vnuky Vojtu a Ondru.

**Co s vnoučaty podnikáte?**

Na dovolené převážně chodíme na výlety a k vodě. Když zůstaneme v Hradci, jezdíme na kole na Stříbrňák do Adventure parku Firmsportu. Jdeme na Laser game. Já už jsem tedy babička, ale když do ruky dostanu tu laserovku, tak to s kluky střílíme, běháme, schováváme se a užijeme u toho velikou legraci. Kluci pak jdou na nafukovací atrakce a já na paddleboard. Užívám si léto na vodě. Od června tam budou i šlapadla, tak se těším. Jsou tam i motokáry, minigolf.

**Na kterou dovolenou vzpomínáte nejraději?**

V České republice byly dovolené vždy krásné. Ale na kterou vzpomínám nejraději? To byla dovolená k mým šedesátinám v Egyptě v Marsa Alam-s manželem, s dcerou Janou a synem Ondrou. Každodenní šnorchlování a nádherné rybičky v moři, perutýni, trnuchy, korály, sasanky... i murénu jsem viděla!



... a ze všeho nejradši tráví čas se svou rodinou.

Děkujeme Vám za rozhovor a přejeme Vám krásné prázdniny plné úžasných zážitků a sluníčka.



*Paní vychovatelka je hodná, vypadá moc hezky a umí pěkně točit. Umí hrát skvěle různé hry a půjčuje nám spoustu hraček. A taky s ní každý čtvrtek děláme „Sovíka“ ☺.*

**Anetka, Klárka, Zuzka, Kryštůfek, Fanda a Mátá, 1.C**

*„Soňa Nováčková je prostě člověk na svém místě. Její vřelou náručí prošly obě moje děti a velice si ji oblíbily.*

*Nikdy jsem ji neshýšela zvýšit hlas, nikdy jsem ji neviděla zamračenou. Vše jsme vždy vyřešili s klidem a rozvahou. Z paní vychovatelky klid a pohoda jenom sálá. Vždycky si ji budu pamatovat usměvavou s těmi veselými plamínky v očích.“*

**Irena Mizerová, maminka**



*Paní vychovatelka byla moc fajn. Chodila s námi často do lesa, to období bylo super.*

**Martin, 8.C**



*Paní vychovatelka je moc milá, hodná, trpělivá a zábavná. Každému se vším ráda pomůže. Když začneme zlobit, tak se hned nenaštve ☺. Vždycky s námi s chutí hrála různé hry.*

**Filda, Kuba, Bětká, Barča a Kuba, 5.D**

*Paní vychovatelka Nováčková, je usměvavá, milá, hodná, hraje s námi hodně her a je pro každou legraci.*

*Je laskavá a vymyslí pro nás spoustu zábavy. Když nás napadne nějaká aktivita, tak se do toho s námi hned pustí.*

*Poslouchá nás, když jí chceme něco říct.*

**Vojta, Martin, Vikča a Nikča, 3.A**

*Paní vychovatelku Nováčkovou měly obě naše holky rády. Do družinky se vždy těšily na různé akce a hlavně se všem dětem věnovala. Na kinetický písek vzpomínají dodnes ☺.*

**Pánkovi, rodiče**

minigolf

**Paní vychovatelka je klidná, ale když na to přijde, dokáže to rozjet a se svými vnučátky řádí a bojuje jako o život.**

**Na Stříbrňáku pro to najdete skvělé místo. V místním Adventure parku si můžete o prázdninách vyzkoušet spoustu úžasné zábavy!!! ☺**

nafukovací atrakce

čtyřkolky

vodní atrakce

laser game

## LETNÍ KŘÍŽOVKA

1.	P								
2.		J							
3.			S						
4.	F								
5.		P							
6.	Č								
7.	D								

1. koupací oděv

2. velice chutné drobné ovoce

3. název naší nejbližší hvězdy

4. zařízení sloužící k pořizování fotografií

5. vodní sport

6. prázdninový měsíc

7. jiný název pro paraple

**SOUTĚŽ  
O  
CENY**



Vylušti křížovku, své odpovědi odevzdej redaktorům z 5.D nebo odešli na adresu [redakce@zshorakhk.cz](mailto:redakce@zshorakhk.cz) a vyhraješ nafukovací zvířátko do vody.

# TIPY NA VÝLET

## v okolí Hradce Králové



Autor příspěvku: Áďa

Letní prázdniny jsou přímo předurčeny k absolvování různých výletů. Mnoho příležitostí nabízí příměstské lesy, které se rozprostírají na jihovýchod od Hradce Králové.

Ať se rozhodneme vydat se na výlet pěšky, na kole, autem nebo veřejnou dopravou, je velice vhodné si cestu dopředu naplánovat. K tomu výborně poslouží mapový portál [mapy.cz](https://www.mapy.cz). Základem je určit místo startu a cíl výletu. Start bude často adresa našeho bydliště, cíl můžeme vložit v podobě názvu nebo také prostřednictvím souřadnic. Dále je potřeba zadat typ dopravy. Mapový portál následně zobrazí několik možných tras s mnoha užitečnými informacemi.

**TIP** - aplikace *Mapy.cz* funguje i bez mobilního připojení k internetu.

**Pro inspiraci uvádíme několik možných cílů vašeho výletu.**

### Rozhledna MILÍŘ

Rozhledna stojí v nejvyšším bodě kopce Milíř u Vysoké nad Labem. Výška rozhledny je 31 metrů. Na vyhlídkovou plošinu vás dovede 144 schodů. Odměnou vám bude krásný výhled do kraje.

- Souřadnice GPS: 50.154239212, 15.833541155
- Otevírací dobu a další podrobnosti najdete zde:

<https://www.vysoka-nad-labem.cz/rozhledna-milir>



### Lesní chata ŠANOVEC

Lesní chata Šanovec je nově zrekonstruovaná chatka na břehu stejnojmenného rybníka. Nalézá se v lesích mezi obcemi Bělečko a Štenkov. U chatky je venkovní i kryté ohniště. Je to ideální místo pro opékání buřtíků. Krásné prostředí ve vás nechá hluboký dojem. Určitě se sem budete rádi vracet.

- Souřadnice GPS: 50.1733250N, 15.9737628E
- Informace o možnostech pronájmu chatky naleznete zde:

<https://www.mestske-lesy.cz/ostatni-sluzby/lesni-chaty-vyskyt-a-sanovec.html>

### Obora s jeleny

Na břehu rybníčka Na Olšině stojí kryté pozorovatelný, ze kterých lze sledovat jeleny sika Dybowského. Můžete zde také využít altánek s krytým ohništěm. Nedaleko odsud jsou další obory, kde uvidíte divočáky, daňky nebo muflony. Takže vzhůru za zvířátka.

- Souřadnice GPS: 50.1707344N, 15.9135150E
- Bližší informace:
- <https://www.mestske-lesy.cz/oborni-chovy/jeleni-sika-dybowskeho.html>
- <https://www.mestske-lesy.cz/oborni-chovy/>



# Jak jsem pletla věneček z pampelišek

Je krásně slunečno, ptáčci zpívají a vy sedíte na dece mezi pampeliškami. Nudíte se a nevíte, co dělat. Když je tady tolik pampelišek, můžete si přece uplést věneček.  
Jak na to?

Najděte si vhodnou loučku plnou pampelišek s dlouhými stonky a můžete začít.



1  
Překřížte dvě dlouhé pampelišky jako na obrázku č. 1.



2  
Stoněk vrchní pampelišky ohněte za tu spodní a „vraťte“ stoněk zpět dopředu mezi pampelišky. Oba stonky dejte k sobě.



Fotonávod připravila: Barča



7  
Vlevo přiložte další pampelišku a opakujte postup.... Opět ohněte její stoněk dozadu za již zapletené pampelišky a stoněk vraťte mezi přiloženou a sousední pampelišku. Takto postupujte stále dokola, dokud nebudete mít věneček dostatečně dlouhý.



8  
9  
10  
Nakonec oba konce spojte a několikrát obtočte stoněk pampelišky kolem věnce jako na obrázcích 7 a 8. Zbývající kus stonku prostrčte mezi ostatní stonky.

Pampelišky už odkvetly, ale to vůbec nevádí!!! Stejný věneček si můžete uplést ze sedmikrásek nebo jiného lučního kvítí.



# SMOOTHIE



... zdravé  
osvěžení



Autorka příspěvku: Bětko

V tomto čísle bych vám chtěla představit nápoj zvaný Smoothie, který je rychlý na přípravu, osvěží a zároveň zasytí i v těch největších teplotách. Je to do hladka umixovaný koktejl, který se nejčastěji skládá ze syrového ovoce nebo zeleniny, vody, ledu, nebo mléčných výrobků a sladidel. Nejvhodnějším sladidlem je med.

Smoothie vzniklo ve 30. letech v Americe a nyní je populární po celém světě.

## Avokádové smoothie

### Suroviny:

- avokádo
- borůvky
- mango
- broskev



### Doba přípravy:

5 minut

## Jahodové smoothie

### Suroviny:

- jahody
- borůvky
- broskev
- jablečný džus



### Doba přípravy:

5 minut

## Malinové smoothie



### Suroviny:

- maliny
- banán
- borůvky
- jahody
- voda

### Doba přípravy:

5 minut

## NÁŠ TIP:



Pampeliškové smoothie plné vitamínů



Použijte pampeliškový list, květ nebo oboje, dále salátovou okurku, 1 zelené jablko bez šlupky a šťávu z poloviny citronu. Poměr surovin záleží na vaší chuti.

Smoothie více chutná studené, přidejte pár kostek ledu.

Místo pampelišek můžete také použít sedmikrásky.

**SOUTĚŽ**  
O  
**SMOOTHIE**  
**MAKER**  
zn. Concept



## SOUTĚŽ!

Odpověz na naše otázky, odešli je na e-mail: [redakce@zshorakhk.cz](mailto:redakce@zshorakhk.cz) nebo vhod' své odpovědi do boxu redakce před třídou 5.D v pavilonu A1, a třeba vyhraješ smoothie maker.

1. Kdo vyhrál v minulém čísle kávovar?
2. Jak se jmenuje kočka redaktorky Klárky?
3. Jaký sportovní vzor má paní učitelka Kroniková?

Těšíme se na vaše odpovědi ☺



# Odvaha, síla, odhodlání, dobrodružství, akce... TO JE GLADIATOR

V tomto čísle jsme si pro Vás připravili rozhovor s Romanem Šinkovským, ředitelem hradecké sportovní organizace, která pořádá běžecké závody a překážkové závody Gladiator race. Organizace také pořádá dětské pobytové i příměstské kempy, pod jejich křídly také funguje Dětská tréninková skupina Gladiator race. V areálu Stříbrného rybníku provozuje Arenu, ve které si může na čerstvém vzduchu potrénovat a vyzkoušet si svoje limity úplně každý.

## Jak Vás napadlo založit Gladiator race?

To už je hrozně dávno. Nejdříve, asi před desíti lety, jsme začali pořádat běžecké závody jako je Hradecký půlmaraton. Potom jsme v zahraničí viděli závody s překážkami. Moc se nám to líbilo, tak jsme zkusili udělat něco podobného. První závod byl v roce 2014 v Holicích.

## Proč název Gladiátor?

Protože to v sobě spojuje odvahu, sílu, odhodlání, něco dobrodružného, akčního.

## Kolik let pořádáte závody?

Gladiátorské 8 let, běžecké závody zhruba asi 10 let.

## Jak náročné je vymýšlet trať?

Je to v první řadě hodně zajímavé. Nejdříve musíš trať proběhat, podle toho, jak dlouhý chceš mít závod a musíš myslet na to, kam umístit překážky, aby to bylo bezpečné a zároveň zajímavé. Nejnáročnější je ale vymyslet závod tak, aby do sebe všechno zapadalo.

## Jak dlouho se staví trať?

Když je to takový ten obvyklý závod dlouhý 6 kilometrů, trvá to 4 dny. Musíme všechno převézt z Areny, na místě to rozložit, rozmístit, po závodě zase složit a odvézt zpět. Staví se to 4 dny a zhruba 2 dny bourá.

## Jaká překážka je nejvyšší?

Nejvyšší překážka? To jste mě překvapili. Nejvyšší je možná konstrukce „Fishman“, která se zdolává po síti. Je zhruba 4 metry nad zemí. Určitě není nejtěžší, ale je nejvyšší.

## Která překážka Vám dá coby závodníkovi nejvíce zabrat?

Každá překážka, když vylezete z vody, je náročná. Když je to suché, překážka je jednoduchá. Když má člověk mokré ruce a od bláta, i jednoduché ručkování jako je Monkey může být problém (ručkování na zavěšených kruzích, pozn. redakce). Hodně záleží na počasí.

## Také běháte odlišné závody v zahraničí...

To je Adventure race. To jsou závody, kdy se závodí několik dní, třeba 3 – 4 dny a střídají se různé disciplíny. Jednou jedeš na kole, pádluješ, běžíš, lezeš po horách. Tyto závody se neběhají na rekordy, ale na vítězství. Nejdlejší závod, co jsem závodil, bylo 7 dní v kuse s minimem spánku.

## Jak strávíte léto a prázdniny?

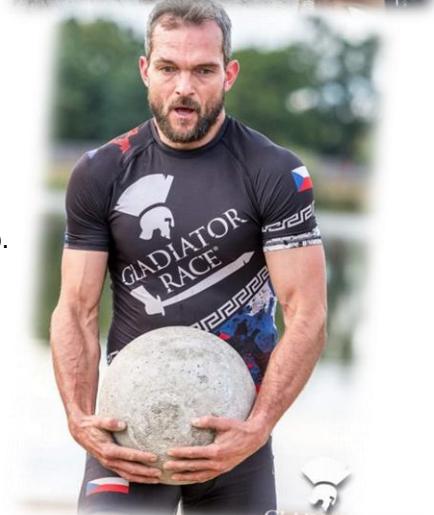
Prázdniny trávíme většinou na kolech, na vodě, lezeme a běháme po horách. Válení u moře u nás nefunguje, pořád sportujeme.

## Jak by vypadala Vaše vysněná dovolená?

Vysněná dovolená – mít s sebou sportovní vybavení, a střídát aktivity. Jednou jet na kole, jednou na lodi.... Nejráději jezdíme do Skandinávie – kolo, kajak, chytání ryb, lezení po skalách, běhání.

## Umíte se nudit, nebo jen tak povalovat?

Neumím, ale asi to je špatně. Každý člověk by měl umět odpočívat.



Moc děkujeme za skvělý rozhovor, přejeme Vám super dovolenou a spoustu nadšených a spokojených závodníků.

## Jak to vypadá, když se z koníčku stane vašeň?



Kubu vyzpovídala Barča

Redaktor Kuba se o závodech „Gladiator race“ dozvěděl před pár lety. Tak moc ho to zaujalo, že od té doby snad nevynechal jediný závod.

## Není to super?



**Kde ses dozvěděl o překážkových závodech Gladiator race?**

V olympijském parku v Pardubicích.

**Jak dlouho už tyto závody běháš?**

Běhám je 3 roky.

**Která překážka je pro Tebe nejtěžší?**

Jmenuje se „Ježek“. Musíte ručkovat po kovových tyčích, které jsou různě natočeny a to je fakt těžký.

**Kterou překážku máš nejraději?**

Asi Monkey Business

(pozn. red. ručkování na kruzích).

**Která závodní lokalita je pro Tebe nejzajímavější?**

Určitě Milovice. Tam je totiž hodně bahna a v něm je to vždycky velká sranda.

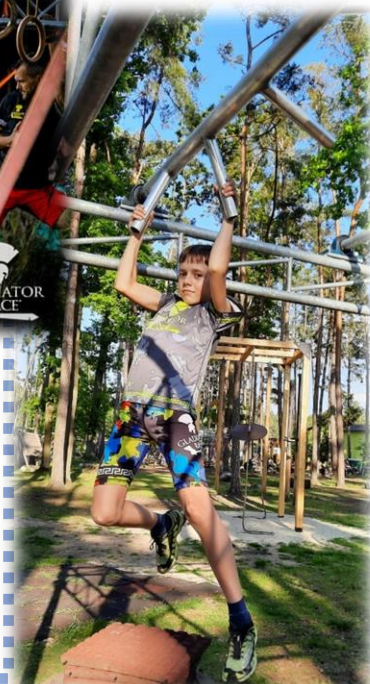
**Moc děkujeme za rozhovor!!!**



Překážka „Monkey Business“



Překážka „House“



Obávaná překážka „Ježek“



### KODEX GLADIÁTORŮ:

- 1. ROVNOST** – Všichni jsme si rovni!
- 2. BOJOVNOST** - Každý, kdo se postaví na start, vyhrál. Každý, kdo doběhne, je vítěz. Každý, kdo bojuje, je - gladiátor.
- 3. VÝZVA** - Cesta bez překážek rozhodně nikam nevede!
- 4. ODHODLÁNÍ** - I když spadnu, tak vstanu a jdu dál!
- 5. SPOLEHLIVOST** - Nemožné na počkání a ještě s úsměvem.
- 6. ZÁBAVA** - Důležité je si to užít!
- 7. TÝMOVÝ DUCH** - Když můžu, pomůžu!
- 8. POKORA** - Nezáleží jen na tom, jak jsem silný, ale především na tom, jak se chovám k ostatním!





# LETNÍ OSVĚŽENÍ

## RECEPT NA OVOCNÉ NANUKY S ČOKOLÁDOU

Recept připravil Vít'a

### Ingredience:

- Čokoláda
- Ovoce dle chuti
- Cukr moučka
- Špachtle
- Formičky na nanuky



1. Čokoládu rozpusťte v rendlíku na vodní lázni.



2. Ovoce dejte do mixéru.



3. Ovoce důkladně rozmixujte. Poté přidejte cukr podle kyselosti ovoce a znovu promixujte.



4. Rozpuštěnou čokoládu vlijte do špiček formiček.



5. Formičky naplňte po okraj rozmixovaným ovocem.



4. Do formiček vsuňte špachtle (NE AŽ NA DNO).



5. Dejte zmrazit.



TIP: Nanuky můžete po zmrznutí vytáhnout z formiček a dát do sáčku. Tak je možné formičky použít pro další várku.

## RECEPT NA DOMÁCÍ MANGOVOU ZMRZLINU

### Ingredience:

- 500g mraženého manga
- 33% smetana ke šlehání
- 2 lžičky cukru moučka (může být i cukr krupice)



Recept připravil Marek

**Postup:** Nejprve do mixéru nasypeme cca 300 g manga, 2 lžičky cukru a začneme mixovat. Po chvíli přidáme trochu smetany a pokračujeme v mixování. Zmrzlinu můžeme dát na chvíli do lednice. Za chvíli je připravena k servírování. Ještě můžeme přidat kousky ovoce.



**Přejeme vám dobrou chuť!**

# ENGLISH CORNER

Hello  
Summer



Překlad: Linduška

**V létě by se vám mohla hodit tato slovíčka...**

*ice – cream - zmrzlina*

*trip - výlet*

*swimsuit - plavky*

*sea - moře*

*vacation - dovolená*

*beach - pláž*

*flip-flops - žabky*

*shell - mušle*

*sunglasses – sluneční brýle*

**... Mrkněte na ně a  
rozšiřte si svou slovní  
zásobu, nikdy nevíte, kdy  
se vám bude hodit.**

# ORIENTAČNÍ BĚH

Orientační běh je sport, při kterém se běhá s mapou nejčastěji v lese, při sprintu ve městech. Na orientační běh potřebujete: čip, buzolu a běhací boty. Na trati máte předem určený počet kontrol, které musíte najít a orazit čipem ve správném pořadí. Cílem je proběhnout trať co nejrychleji.

**V naší redakci jsou hned tři sportovci, kteří se věnují tomuto sportu. A tak jsme si zkusili, jaké to je, když redaktoři zpovídají redaktory.**

## Marek

**Kdo tě přivedl k tomuto sportu?**

Brácha.

**Jak dlouho už běháš?**

Čtvrtým rokem.

**Co tě na tomto sportu baví?**

Hlavně to prostředí. Že se většinou běhá v lese a já můžu dýchat čerstvý vzduch.

**Co je naopak nejtěžší?**

Prodírat se hustými lesy, chodit podrostem, kde jsou ostružiny atd.



## Barča

**Kdo tě přivedl k tomuto sportu?**

Hlavně rodiče. Přivedli k němu i mladší sestru, takže běháme celá rodina.

**Jak dlouho už běháš?**

Od devíti let.

**Co tě na tomto sportu baví?**

Baví mě to, že neustále poznávám nová místa, protože závody se pořádají u různých měst. Hlavně mě ale baví běhání v krásných čistých lesích.

**Co je naopak nejtěžší?**

Nejtěžší je prodírat se různými křovinami a hustými lesy.

**Máš nějaký sportovní sen?**

Ano, mám jeden sen. Přeju si dostat se na bednu, na té jsem ještě nestála.



## Vít'a

**Kdo tě přivedl k tomuto sportu?**

Rodiče. Dříve taky běhali, takže jsem začal tak nějak automaticky.

**Jak dlouho už běháš?**

Od mala.

**Co tě na tomto sportu baví?**

Že je to individuální sport, takže se nemusím bát, že to někomu pokazím. Běhání v přírodě je zábava.

**Co je naopak nejtěžší?**

Běžet rychle a přitom myslet ☺.

**Máš nějaký sportovní sen?**

Abych běhal rychle a užíval si to.....



**Nevyčerpatelná energie... .. obdivuhodné nadšení pro sport...**

**... neuvěřitelné tempo...**

**Mistryně světa v orientačním biatlonu**

# JANA KRONIKOVÁ

Paní učitelka matematiky a tělocviku je nadšenou sportovkyní. Není snad nic, co by neuměla, není nic, do čeho by nešla po hlavě. Její největší vášní je orientační biatlon, ve kterém vynikala. Momentálně je však tento sport zakázaný, proto se více věnuje samotnému orientačnímu běhu. Proč ho má ráda? Protože se vše odehrává v přírodě a má tam plno dobrých kamarádů. S dětmi ze školy se pravidelně účastní závodů „Liga škol“, na kterých naši závodníci sklízí úspěchy.



Rozhovor připravili Barča a Kuba

## NEJ

- ...větší sportovní úspěch:** mistryně republiky v letním biatlonu
- ...těžší závod:** klasika – je to velmi dlouhý závod.
- ...větší sportovní vzor:** Martina Sáblíková, Martin Fourcade
- ...oblíbenější lokalita pro běh:** jakýkoliv les
- ...větší sportovní sen:** mít možnost jakkoliv sportovat

**„Sport mě nabíjí, bez sportu bych neuměla žít.“ Jana Kroniková**

### Lukáš, 5.A

**Kdo tě přivedl k tomuto sportu?**

Rodiče.

**Jak dlouho už běháš?**

Běhám už 5 let.

**Co tě na tomto sportu baví?**

Nejvíce mě baví to, že sportuju v lese.

**Co je naopak nejtěžší?**

Neztratit se.



### Honzík, 3.C

**Kdo tě přivedl k tomuto sportu?**

Moje sestra.

**Co tě na tomto sportu baví?**

Že se běhá v přírodě, v lese.

**Co je naopak nejtěžší?**

Mapování.... A když se ztratíš.

**Máš nějaký sportovní sen?**

Chtěl bych soutěžit na olympiádě.



### Adam, 9.A

**Kdo tě přivedl k tomuto sportu?**

Ani nevím. Můj první závod probíhal tak, že mi dali mapu a řekli mi: „Utíkej“. Tou dobou jsem ani neuměl číst z mapy, tak jsem tam jen bloudil. I tak se mi ale ten sport zalíbil a zůstal jsem u něho.

**Jak dlouho už běháš?**

To už bude skoro 9 let. Začal jsem v 1. třídě.

**Co tě na tomto sportu baví?**

Líbí se mi, že to není klasický závod... Jen tak něco odběhnout....

Trasu si musíte sami naplánovat, sami se rozhodujete, která cesta bude nejlepší. Někdy to nejde tak lehce, jak se na první pohled zdá.

**Co je naopak nejtěžší?**

To záleží na trati. Když je terén kopcovitý, dá zabrat samotný běh mnohem víc než orientace. Mapování většinou nebývá velký problém.





# ZOO KOUTEK

# KOČKY



**Autorka ZOO koutku: Lilča**

Věděli jste, že kočky jsou už od pradávna uctívány a chovány v mnoha zemích světa?

- Např. **Římská armáda** vozila kočky při taženích Británií a Galii s sebou pro jejich neocenitelnou schopnost hlídat zásoby potravin. Římští osadníci pak začali chovat kočky z lásky a pro potěšení.
- **V Islámu** hrají kočky specifickou roli. Mohamed měl totiž kočku Muezzu, kterou velmi miloval. Traduje se, že než aby vyrušil Muezzu ze spánku, raději daroval otrokovi své roucho. Měl také v oblibě umývat se ve vodě, ze které jeho kočka pila.
- **V Indii** začali chovat kočky pravděpodobně na začátku letopočtu, kočičí bohyně zde byla ochránkyní malých dětí. Asi o tisíc let dříve jejich chov započal v Číně.

## Péče

Kočky velmi rády spí, pořídte jí proto pelíšek a pro jeho umístění vyberte klidné místo. Budete také potřebovat toaletu. Naučit chodit kočku na toaletu není problém, velmi rychle pochopí, jak se věci mají. Je však nutné vybrat pro záchod jedno místo, které později nebudeme měnit.



## Výživa

Kočku je možné krmit už od nejtútlejšího věku suchým krmivem nejvyšších kvalit. Krmivo můžete namáčet v horké vodě nebo mléce určeném pro kočičky. (Kdykoliv krmivo namáčíte, dbejte na čistotu a čerstvost, už po několika hodinách se v kaši mohou namnožit škodlivé mikroorganismy!)



## Rozmazlování

Chcete, aby byla vaše kočička šťastná jak blecha? Rozmazlujte ji!!! Kupte jí občas nějaký ten speciální pamlsk a hlavně... Hladěte ji, drbejte, mazlete se s ní ☺. Ihned se vám odmění spokojeným vrněním.

## Škrabadlo

Pro každou kočičku je přirozené škrábání. Pokud chcete ochránit vaši sedačku či nábytek před kočičími drápkami, určitě jí pořídte škrabadlo.



**Za vaši péči vás bude kočička vítat u dveří, a když jste smutní, zahrne vás plnou náručí lásky.**



# NAŠI REDAKTOŘI A JEJICH MAZLÍCI

JMÉNO: *Bobulka*



MAJITELKA: *Klárka*

JMÉNO: *Adam*



MAJITELKA: *Lilča*

JMÉNO: *Rozárka*



JMÉNO: *Mazlík*



PLEMENO: *perská čincila*

JMÉNO: *Majlinka*

MAJITEL: *Kuba*



PLEMENO: *britská modrá*

MAJITELKA: *Bětka*



PLEMENO: *britská modrá*

JMÉNO: *Charlie*

JMÉNO: *Čočka*



MAJITEL: *Víťa*



*Těším se moc... A hlavně na to, že budeme mít prázdniny.*

*Sofča, 2.B*



*Jasně že se těším... Protože pak budou prázdniny ☺. Na vysvědčení bych chtěla samý jedničky, ale úplně si nemyslím, že je budu mít...*

*Kristy, 5.B*

# Těšíš se na vysvědčení?

*Na vysvědčení se těšíme hodně. Možná dostaneme samý jedničky.*

*A hlavně se těšíme, až půjdeme do druhé třídy, protože vůbec nevíme, jak to tam vypadá ☺.*

*Mára a Janička, 1.B*



*Těším se... Když budu mít dobrý známky, tak nedostanu „világoš“ ☺.*

*Matěj, 4.C*



*Já se těším, protože když budu mít samý jedničky, tak dostanu králíčka.*

*Vanda, 4.C*



*Docela se těším. Těším se na známky, myslím, že budou dobrý ☺.*

*Lucka, 4.A*

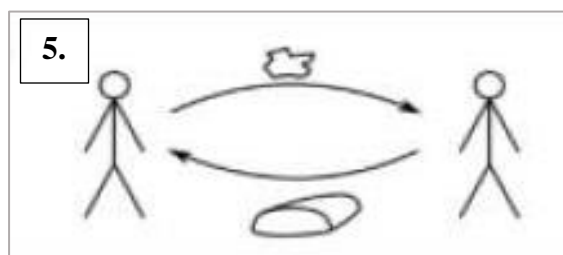
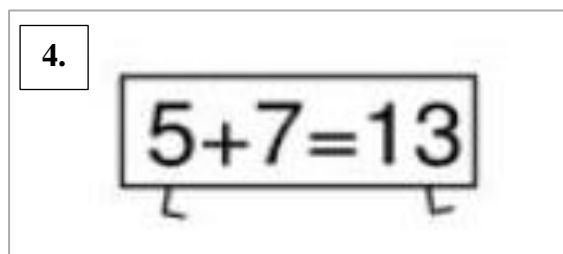
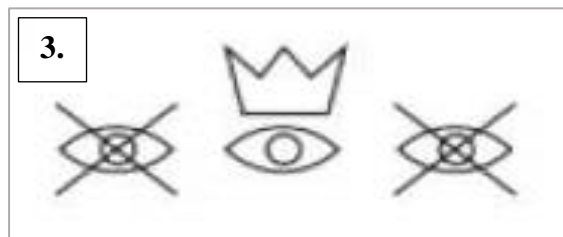
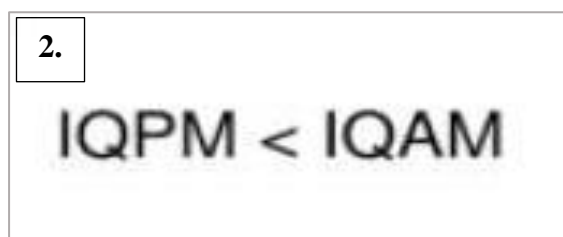
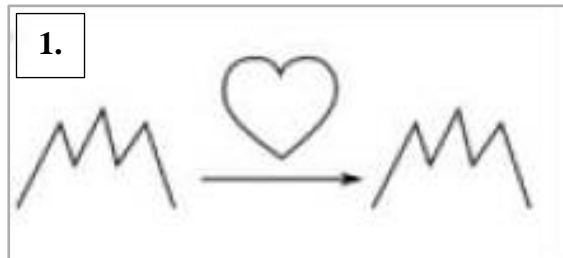
*Ano, těším se. Třeba nás paní učitelka pochválí a my pak za to něco dostaneme ☺.*

*Vojta, 1.D*



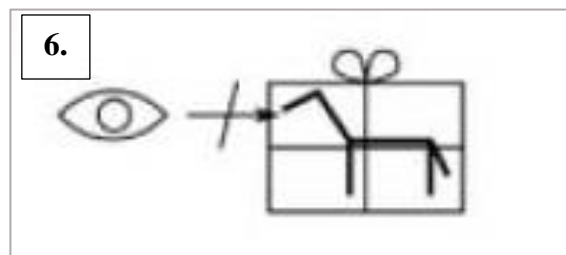
# !!! Pojd'te s námi soutěžit !!!

Chceš o prázdninách cestovat ve větší pohodě? Pokud rozluštíš alespoň jedno skryté české přísloví, můžeš vyhrát senzační cestovní anatomický polštář. Stačí se jen trochu zamyslet a výhra může být Tvoje....



Poznej alespoň jedno skryté přísloví a správnou odpověď pošli na adresu [redakce@zshorakhk.cz](mailto:redakce@zshorakhk.cz) nebo ji odevzdej redaktorům z 5.D. Tři vylosovaní získají anatomický cestovní polštář.

**SOUTĚŽ  
O  
CENY**



Odpovědi na soutěžní otázky a jakékoliv dotazy nám odesílejte na adresu [redakce@zshorakhk.cz](mailto:redakce@zshorakhk.cz).

Uzávěrka soutěži je 23.6.2021.

**Reportéři:** Adam Urbánek, Alžběta Vrbová, Amálie Marešová, Barbora Besedová, Jakub Kutil, Jakub Mizera, Karolína Hošáková, Karolína Svobodová, Kateřina Guzková, Klára Tomášová, Lili Helena Doležalová, Linda Smutková, Lucie Havlová, Marek Štefaník, Markéta Pospíšilová, Tereza Pelešková, Vít Novotný

**Ilustrace:** Adam Urbánek, Alžběta Vrbová, Kateřina Guzková, Linda Smutková, Lucie Havlová, Markéta Pospíšilová

**Korekce:** Redaktoři 5.D

Velice děkujeme všem dětem a učitelům, kteří s námi ochotně spolupracovali. Také děkujeme za zasláné příspěvky, které jsme mohli zveřejnit.

Speciální poděkování patří všem našim rodičům, kteří bez zaváhání pomohli a vyšli vstříc, kdykoliv bylo potřeba.

MOC DĚKUJEME! Redaktoři z 5.D