

Авангарда

ЛИСТ УЧЕНИКА ГИМНАЗИЈЕ У ЋУПРИЈИ
БРОЈ 16, АПРИЛ 2017.



Реч уредника

Издавач:

Гимназија Ћуприја

За издавача:

Директор,
проф. Драган Савић

Главни и одговорни уредник:

проф. Срећко Тимотијевић

Редакција:

Бојана Вукићевић 4/1
Јања Ивановић 3/3
Богдан Јовановић 2/2
Милица Ђорђевић 2/1
Кристина Јовановић 2/3
Огњен Петровић 2/3
Ива Јевтић 2/2
Анастасија Михајловић 2/2
Миња Стојановић 2/2
Јована Ђорђевић 1/1
Емилија Милосављевић 1/1
Маја Радивојевић 1/3
Марија Радивојевић 1/3
Ива Шћепановић 1/2

Сарадници:

проф. Драган Савић
проф. Данијела Ђурђевић
проф. Слађан Миленковић
дипл.ек. Марина Марковић
дипл.ек. Игор Ракић

Превод бисера:

Секције енглеског
и француског језика

Лектор:

проф. Јелена Одаренко

Насловна страна:

Андреј Јовановић 4/1

Техничка обрада информатичка секција:

проф. Славица Јовановић
Милица Милосављевић 2/2
Ценсена Мушовић 2/1
Марија Милошевић 2/3
Петар Петровић 2/1
Огњен Петровић 2/3

Тираж

450

Штампа и прелом

Техностил Ћуприја

Авангарда је овог априла постала старија за једну годину. Захваљујући темама и новинарима млађа је двадесет година. Јесмо ми старији, искуснији и са извесном ширином, само ми смо се већ „показали“. Озбиљност и одговорност коју су овом приликом исказали „моји“ ђаци-новинари је фансциантна. Колико младих људи великог потенцијала имамо у нашој Србији?! Колико наде улива та младост, та енергија, та лепота?! Сада сам се сетио да је још Бернард Шо упозоравао: „Ми морамо или да одгајимо способности, или да пропаднемо због демократије, коју су нам наметнуле неуспеле старије алтернативе.“ Са једне стране способној младости се мора дати шанса, а са друге стране мора се успешнима указати поштовање. То би било гајење способности. Позивам Вас младе да у ту сферу унесете потребног реда! Тренутно ту влада прави хаос.

Драги моји читаоци, први степен на путу вашег бољег живота је **respect** за часне, паметне и способне. Само вас они могу реално повести у бољу будућност. Чим изоставите ту врсту **respect-а** ви сте на путу корупције, лицемерства, политиканства и ситних душа, малих злоћа.

Зашто да се жртвујете? За бољу будућност, да живите са више достојанства и поноса. Да не очекујете превише од акција и пројеката. Ако можете без њих да се купате и умивате, можете и чистији град да имате, то је за почетак.

Превазиђите већ једном оно Балзаково „Диван због свог неискуства“. Будите дивни због позитивних искустава, будите део лепих животних прича, а све то у перспективној нам земљи Србији.

☺ -Mum, i'm not going to school!

-Why, son?

-Well, nobody likes me there, the kids, the teachers, not even the caretakers like me...

-Son, but you have to go to school, you are the principal!

☺ - Maman, je ne vais pas à l'école?

- Pourquoi, mon fils?

- Il n'y a personne qui m'aime là-bas, ni les enfants, ni les professeurs, ni les femmes de ménage...

- Maistu dois y aller, mon fils, tu es le directeur de l'école!

БРОНЗА СЈАЈНИЈА ОД ЗЛАТА

Школска олимпијада у Врању

У конкуренцији већ познатих стоно тенисера, Петар Никодијевић, ученик наше школе, успео је да се избори за бронзано одличје које ће посветити својој Гимназији. Отежавајућу околност представљао је систем такмичења који је одређивао победника у два добијена сета. То је значило да се у сваки меч мора ући потпуно концентрисан јер би и мања грешка могла скупо да кошта такмичара, па чак и да пресуди меч. Стога Петар каже да му је најтеже било у борби за финале и касније за треће место против вршњака из Кикинде. Остварио је ту победу са веома убедљивим резултатом, међутим, признаје да је било много теже но што је резултат показивао.



Клуб

Члан је клуба *СТК Борац Параћин* о којем је имао само речи хвале почев од добрих услова за тренирање, потпуне посвећености тренера играчима и њиховим успесима па све до финансијске помоћи. Са клубом је прошлог лета био на седмодневним припремама у Требињу.

Тренинзи и приватан живот

До свих ових успеха немогуће је стићи без мукотрпног рада и посвећености. Петар зна да и по неколико сати свакодневно тренира. И све то већ 8 година, јер је свестан да једино тако може пронаћи пут до трона. Као своју највећу подршку сматра свог оца Дарка, иначе професора физичког васпитања у Медицинској школи. Његови идоли су великани српског спорта као што су: Новак Ђоковић, Немања Видић... И поред бављења спортом Петар је одличан ђак који успева да усклади школу и своју љубав према стоном тенису. После завршене Гимназије планира да упише ДИФ и већ се увелико спрема за пријемни испит.

Стони тенис

Свој спорт сматра недовољно популарним од заслуженог и нада се да ће се временом то променити. У детињству се бавио и ватерполом међутим чари пинг-понг лоптице и мајушног рекета више су га привукле.



Запажени успеси

Осим олимпијаде на којој је показао да се и добри ђаци Гимназија могу бавити упоредо спортом, Петар је освојио титулу првака региона прошле године у фебруару.

Аутор текста: Јања Ивановић 3/3

Наш најбољи стоно-тенисер је ведрога духа и воли да се нашали и насмеје. За ову прилику спремио нам је виц:

- Палио Зоро из освете куће у једном селу, а задња кућа у селу беше Цигина. Уплашени Цига истрача пред осветника и поче га молити да не упали кућу јер има малу децу. Зоро га је поштедео и ставио чувено „Z“ преко његове куће. Пресрећни Цига тада рече:

- До неба ти хвала ЗБетмене!

Наши некадашњи ученици

Драгослав Михаиловић - Познати писац посетио свој завичај

Поводом обележавања књижевне вечери „Поред Мораве“, Национални дан књиге (март 2017.г.), међу почасним гостима био је присутан и Драгослав Михаиловић који је рођен у Ћуприји 1930. године.

Написао је преко 20 познатих дела од којих је 10 посветио свом родном граду, међу којима је и „Петријин венац“, који је написан на косовско-ресавском дијалекту. У току вечери одговарао је на многобројна питања. Дела нашег драгог књижевника су радо читана и као школске лектире. Добитник је многобројних књижевних признања и награда.



Дејан Јелача

Српски глумац Дејан Јелача, који већ 14 година живи и ради у Њујорку, недавно је овећан наградом за најбољег глумца у филму *Blossoms of Faith*, на филмском фестивалу у Вирџинији.

Управо је у Њујорку завршио снимање филма *My name is Udoka*, а *Nigerian scammer* ускоро почиње са снимањем девете сезоне своје аутобиографске емисије *30 MINUTA* за коју се још увек не зна на којој ће се тачно телевизији емитовати. Пре три године Дејан Јелача је био гост наше школе, на приредби посвећеној Душану Матићу, чије је стихове тада говорио.

Аутори текста: Маја и Марија Радивојевић 1/3

КАТАРИНА ЈОВАНОВИЋ

Бивша ученица Гимназијеу Ћуприји (генерација у школској 2004/2005.)

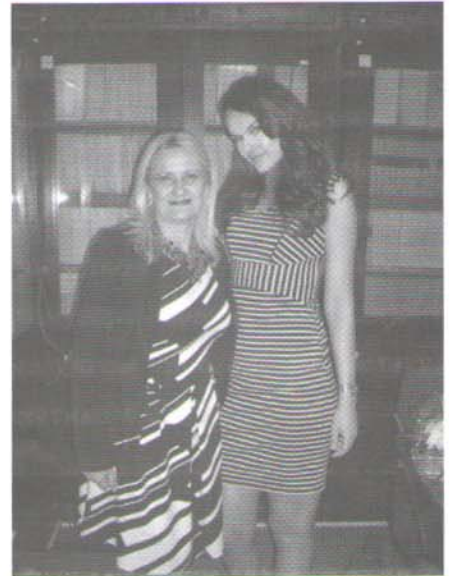
ОДБРАНА ДОКТОРСКЕ ДИСЕРТАЦИЈЕ ИЗ ОБЛАСТИ МОЛЕКУЛАРНЕ БИОЛОГИЈЕ

Катарина Јовановић је рођена 29.05.1986. године у Параћину. Након завршетка средње школе, Гимназије у Ћуприји) 2005. године уписала је Биолошки факултет Универзитета у Београду, смер Молекуларна биологија и физиологија. Дипломирала је 2012. године у оквиру изборне области Експериментална медицина са просечном оценом 9.27 и оценом 10 на дипломском раду.

Докторске студије је уписала на истом факултету 2012/2013. године на смеру Биологија, модул Генетика. На Институту за онкологију и радиологију Србије је запослена од 2012. године, у оквиру *Одељења за експерименталну онкологију*, у *Лабораторији за експерименталну фармакологију*, где је и урадила експериментални део своје докторске тезе.

Добитник је стипендије Асоцијације Европских Биофизичких Друштава (*European Biophysical Societies' Association, EBSA*) за учешће на Регионалној Биофизичкој Конференцији (*Regional Biophysics Conference, RBC*) у Смоленицама, Словачка, у мају 2014. године, као и стипендије фонда Бохрингер Ингелхеим за краткотрајни боравак у иностраној научној институцији (Институт Јожеф Стефан, Љубљана, Словенија), у периоду од маја до јула 2015. године.

Аутор је 15 научних радова у међународним часописима, од чега је 11 научних радова објавила у врхунским међународним часописима (M21 категорије) и 4 у међународним часописима (M23 категорије). Такође је аутор и 13 саопштења са међународних научних скупова, штампаних у целини и у изводу.



Поносна професорка поред
успешне младе научнице

НОВЧАНА НАГРАДА ЗА ТРИ НАЈБОЉА УЧЕНИКА МАТУРАНТА У ШКОЛСКОЈ 2015/2016. ГОДИНИ



Већ другу школску годину заредом, наши некадашњи ученици додељују новчану награду за три најбоља ученика матуранта у текућој школској години. То су сада успешни привредници **Вук Поповић** и **Милан Поповић** оснивачи успешних приватних фирми у *IT* сектору. Поред новчане награде, они су почетком ове школске године донирали и 10 рачунара новије генерације са мониторима и тиме знатно побољшали наставу у кабинетима информатике у школи.

Према ранијем договору, 21. јуна 2016. године, у нашу школу су дошли Милан Поповић и Марина Поповић, супруга Вука Поповића, који услед обавеза није могао да дође. Они су кратко упознали присутне ученике са фирмом и послом којим се баве, са могућностима стипендирања будућих студената али и могућег запослења у њиховој фирми. Затим је дошло до поделе новчане награде најбољим ученицима матурантима: Петровић Ђурђини 4/1, Новаковић Андрији 4/1 и Ракић Драгани 4/2.



Драган Савић, директор школе



Quantox Technology је основан 10. априла 2006. године у Чачку. Постепен али константан раст компаније, довео је до отварања три канцеларије: у Чачку, Београду и Крагујевцу. У тим канцеларијама запошљавамо преко 150 стручњака. До краја текуће године планирамо отварање канцеларија у још два града. Како се бавимо **outsorsing**-ом, циљ нам је да нашим клијентима пружимо услуге најбољих могућих стручњака из области програмирања, *web* дизајна, развоја мобилних апликација, сталног одржавања сервера, писања садржаја и многих других области.

За задовољење свих потреба клијената, наши запослени се користе програмским вештинама као што су **PHP (and PHP frameworks), JavaScript, jQuery, Angular.js, HTML5/CSS3, JAVA, Objective-C, Xcode, MySQL, MongoDB** и друге.

Поред задовољних клијената, битно нам је и задовољство наших запослених. У прилог томе колико су услови за рад у нашој компанији више него задовољавајући говори чињеница да је раст броја запослених у последње 3 године сјајних 600%.

Када време не проводимо у одлично опремљеним канцеларијама са свим погодностима, дружимо се на различитим *team building*-зима. У протеклих неколико месеци смо имали два већа од којих је један био активан, у виду рафтинга на Тари а други опуштајући у *wellness* центру *RUC Ždrelo* и много мањих.



За велике резултате потребни су велики напори. Да би неко уложио велики напор мора бити мотивисан. Резултати нашег пословања говоре сами о мотивисаности наших запослених, а велики број клијената широм света говори о нашој стручности и услужности.

Вук Поповић и Милан Поповић,
некадашњи ученици Гимназије у
Туприји, оснивачи фирме
Quantox Technology



Да ли размишљате о предузетништву?

Предузетништво је делатност усмерена на покретање, отпочињање, организовање, иновирање пословања преузећа са основним циљем стварања нових тржишта и остваривања добити-профита.

Предузетништво развија креативност, покретачки дух, одговорност, упорност, организованост, поспешује рађање нових идеја, вештина, знања. Предузетништво је развијање новог бизниса од тренутка када је све на нивоу идеје, па до тренутка када од тих реализованих идеја настане профитабилна фирма. Највећи изазов јесте имплементација идеја, начин на који освојити клијенте и како са што мање ресурса освојити тржиште. Предузетник треба да поседује знања и вештине за покретање посла. Треба да има с способност предвиђања прилика на тржишту и захтева тржишта, организовања и управљања ресурсима, преузимања иницијативе, одговорности, управљања ризиком и истрајности у остваривању циља - стварања профитабилне фирме, остваривања добити.

Издвојила из пословног економског речника
Марина Марковић дипл.ек.

Предузетници омогућавају запошљавање већег броја људи, што значи да предузетништво значајно доприноси развоју привреде. Предузетништво је прави избор за оне који не желе да зависе од других, који воле самосталност и да, успешно водећи своју фирму, доста зараде. Свакако да пут ка оснивању сопствене фирме није нимало лак. Али, најбитније од свега јесте да и поред свих потешкоћа, а често и великих финансијских проблема на почетку, предузетник остане доследан свом циљу.

И у нашем, не тако великом граду, постоје предузетници различитих профила. Њихов рад се заснива на самосталној или удруженој делатности. Неки од њих су капитал наследили, док је већина до успеха дошла корак по корак, захваљујући самосталном раду и труду. Брачни пар Добросављевић, Ивана (стоматолог) и Славиша (ветеринар), су обоје предузетници. Иванина порука нашим читаоцима је:

Предузетништво може да делује примамљиво због велике могућности зараде, и то посебно младим људима. Међутим, иза те зараде стоји доста рада и одрицања. Нема пуно слободних дана, одмора, има доста улагања, а и одговорност је већа. Али, свакако да је успех могућ. Најважнији и један од кључних фактора за успех у предузетништву, али и за успех уопште, јесу знање и образовање. Образована особа са широким спектром знања сигурно да има далеко већу могућност да се издвоји из масе других људи који желе исто што и она, да се прибије у свет предузетништва и тамо оствари запажену улогу.

Аутор текста: Богдан Јовановић 2/2



ДА ЛИ ЗАИСТА ВИДИМО ЉУДЕ ОКО СЕБЕ?

Одлично знамо сви колико нам је тешко када се прехладимо, имамо упалу мишића, када нам је хладно, када нас саветују да лежимо и да одмарамо, да се не крећемо... Тада смо себи напорни, све нам смета, и ретко ко нам је ту да нас охрабри, помогне, саветује. А да ли сте се запитали следеће: како је особама које су стално приковане за кревет или колиџа, шта оне раде, како проводе дане, да ли успевају да издрже?

Веома велико неразумевање од стране других, проблем је особа са инвалидитетом. Да ли сте скоро, шетајући се, запазили неку особу која се колиџама креће улицом? Веома ретко, или не? Зашто је то тако, тешко је објаснити. Већина људи сматра да су та лица много другачија од њих *обичних*. Убеђени су у то да са њима треба другачије комуницирати, да се морамо много пазити при разговору и да нисмо способни да им помогнемо, па их чак и избегавамо.

**Особе са
инвалидитетом не желе
да живе поред нас, него
са нама.**

Људима треба помоћи и појаснити им да заиста нема потребе да себе склањају од проблема са којима се свакодневно срећу особе са инвалидитетом, јер ће можда тако направити још већи конфликт и неразумевање. Њима није потребно *посебно* разумевање, њима је потребно да сви схвате да нису *другачији*, већ да су ту са нама. Желе да живе са нама, а не поред нас. Често се у медијима помиње њихово име, неретко када се сусрећу са проблемима и кад покушавају да отклоне неправилности којима их је систем изложио. Ретко се помињу њихови успеси, као и спортске активности у које су укључени, попут *Параолимпијских игара*. Охрабривањем ове групе можемо допринети много чему, напретку државе у привредном и економском смислу, бољим односима у друштву, лепшем одрастању деце која ће моћи да проводе време са својим вршњацима у игри. Наравно, треба разумети индивидуалне разлике и многобројне болести и стања, те се треба томе и прилагодити колико год је то могуће.

Удружења и помоћ добрих људи

У нашој земљи постоји доста организација које се баве проблемима особа са инвалидитетом, углавном невладиних, те их није ни могуће све побројати, а неку важну не изоставити. Утисак великог броја људи је да држава не пружа довољну помоћ људима којима је то потребно, те је зато и неопходно предузети ову меру оснивања удружења и друштава. На територији наше општине нема организација које се баве проблемима особа са инвалидитетом, те за сваку помоћ коју желимо да пружимо, можемо се обратити *Црвеном крсту*, као и *Центру за социјални рад*, који ће нас даље усмерити.

Како им сви ми можемо помоћи? Неретко се дешава да услед недостатка новца, поједина удружења покушавају да на неки начин дођу до потребне своте за операције, лечење, набавку помагала, лекова и опреме. Наш допринос може бити недовољан да се неке купе колиџа, или да се неке набави адекватна доза лекова или да се плати цела операција. Али, када бисмо се удружили, сакупило би се довољно новца, тако да наше мало може неког спасити и улепшати му дане.

Хуманитарна акција чеп за хендикеп

Као што је већ речено, постоје бројне акције које су покренула одређена удружења која се баве наведеним проблемима, те је тако још пре неколико година у нашој земљи *Удружење параплегичара и квадриплегичара Баната* из Зрењанина покренуло акцију под називом **Чеп за хендикеп**. Ова хуманитарна акција шаље поруку да је могуће показати хуманост на делу без и једног директно уложеног динара. У акцији *Чеп за хендикеп* прикупљају се све врсте пластичних чепова (са флаша од воде и сокова, балона за воду од 5, 6 или 8 литара, са паковања од козметичких производа: шампона, омекшивача, купки; пластичних затварача са млека и других тетрапак амбалажа, чепови са паковања од кечапа, моторних и јестивих уља, као и кутијице од киндер јаја које се могу приложити), али од тога су изузети поклопци са тегли, кантица и кутија од сладоледа.

Прикупљени чепови се рециклирају као тврда пластика, а од средстава прикупљених рециклажом врши се набавка ортопедских помагала (попут лако-активних колица, собних колица, тоалетних колица, штака, различитих јастука, ходалица...).

Када се говори о броју набављених помагала, просто је немогуће рећи тачну цифру онога што је купљено, јер се тај број скоро сваког дана повећава. Према ранијим подацима, купљено је више од 30 лако-активних колица, више од 8 собних колица, преко 4 тоалетних колица, једна гусеница за степенице, више од 42 анти-декубитална јастука. Том пребројавању нема краја, те се могу побројати и још многа помагала, али циљ свег овог набрајања је да људи схвате да *Чеп за хендикеп* ипак има велики дomet, да није обмана, и да је доста људи сада срећно, те да је ово акција која живи и не посустаје, а и ми сами смо допринели томе.

Ова акција је помогла многима да преброде бројне проблеме и олакшала им је живот, али је и даље неопходно да се људи укључују и да допринесе, да још некоме остваре сан. Чепови се сакупљају и у нашој Гимназији, а осим ученика и наставника, у акцију су се укључили и бројни суграђани који доносе чепове у нашу школу одакле их ми прослеђујемо Удружењу.

У будућности бих желео да се акција прошири нашим градом и да се потрудимо да у њој истрајемо док имамо снаге и воље. Овим путем, у име свих, желео бих да позовем све да се укључе и да помогну, да сви ми живимо као заједница и да се више термин особе са инвалидитетом не користи.



Акција живи, укључите се и ви!

Аутор текста: Борис Вајагић 3/2

Млади - здрави и прави

Човек од рођења прође кроз разне периоде, развија се, сазрева, ментално и физички. Неко је добар ученик и постане једног дана академик, неко спортиста па га бодримо на олимпијади. Свако је у нечему добар и од сваког ће постати човек, а ми себи можемо помоћи кроз тај развој на најлакши могући начин: вежбањем, трчањем, лепим и правилним седењем, неким малим ситницама због којих ће нам организам бити захвалан.

Вежбај данас за боље сутра

Физичка активност је јако важна у периоду развоја сваког организма, али исто тако и током целог живота. Неко ко се бави спортом, зна колико спорт помаже и колико се лаганије и лепше осећа после напорног тренинга. Расположење се побољша, лакше се обављају обавезе, учи, и поред тих одвојених два часа може се наћи довољно времена да се посвети својим хобијима и друштву. Не морамо и не можемо сви да се бавимо спортом, али свако од нас може да издвоји време за једну шетњу парком. Можда ми сада не видимо сврху, можда нас мрзи, напорно нам је, али једног дана ће нам се наше тело одужити. Нешто што ћемо избећи вежбањем јесу разна обољења: дијабетес, повишен крвни притисак, гојазност, депресија, разни облици рака... Са друге стране нешто што ће нам вежбање сигурно донети јесте: јака мускулатура, чврсте кости, здрав организам... Ми млади, имамо довољно времена да се посветимо спорту, макар рекреативно. Постоји много лепих спортова као што су: одбојка, кошарка, фудбал, пливање, карате, тенис, атлетика... Што је најбитније већина постоје у нашем граду и доступни су нам. Зато би топла препорука била да одвојимо време, нађемо друштво и кренемо да се бавимо **здравим начином живота!!!**



Лепо седи и бићеш леп

Поред физичке активности битно је да водимо рачуна о седењу, чиме доприносимо бољем функционисању нашег организма. За нашу кичму је најбоље да што мање времена проведемо у седећем положају, али када смо приморани на то битно је да знамо како да смањимо могуће нежељене последице. Већина девојака седи са прекрштеним ногама, мада, усправно. Мушки род седи опуштеније, али и доста неправилније. Зато је свако од нас бар некада имао проблем са утрнулним ногама или рукама, болове у лумбалном делу кичме или главобољом. То свако од нас осети одмах после мало дужег седења. Шта ће бити са нашим здрављем за годину, две, три? Тада би већ могло доћи до озбиљнијих проблема са кичмом, односно до њене деформације. Када до деформације дође теже је да се она лечи зато је боље спречити је. Такође, не директно, али индиректно неправилно седење може утицати на наше дисајне путеве, али и до проблема са варирањем крвног притиска.

Како правилно седети:

- Седи усправно (то ће смањити могућност од деформације кичме и помоћићеш и својим унутрашњим органима да правилно раде);
- Повремено се подупри јер то растеређује кичму;
- Често мењај положај;
- Нека ти подлактице и дланови буду на столу, а ноге равно на поду;
- Ноге би требале да буду под углом од 90°;
- Не прекрштај ноге!

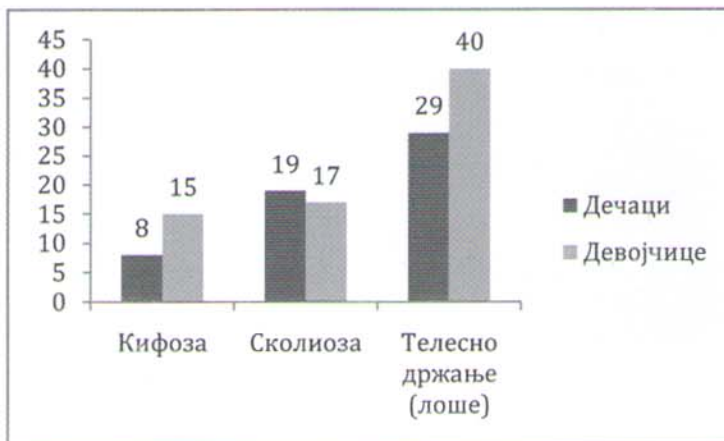


Здравље није све, али без здравља све је ништа

Према подацима Завода за јавно здравље Туприја, на систематским прегледима девојчице су угроженије што се тиче разних обољења. У Туприји је забележено 18 младих са астмом, а друга учесталија обољења дата су у графикону.

Савремено доба у коме живимо је са собом донело и своје мане, деца су све више „везана“ за столице уз рачунар, а све мање времена проводе у природи или бавећи се неким спортом. Министарство просвете, науке и технолошког развоја је организовало акцију „Покренимо нашу децу“. Ради се о свакодневном петнаестоминутном вежбању деце различитих узраста.

Било би веома корисно и здраво за ученике наше школе да се прикључимо овој акцији. Млади све више имају здравствених проблема, а нешто више о томе рећи ће нам докторка Дома здравља у Туприји, Мелита Григоријевић.



Подаци дати у дијаграму су са систематског прегледа из 2015. године и то за средњошколце прве године.

- **Да ли се тинејдери сами јављају када осете да имају проблема или се ти проблеми откривају у току систематских прегледа?**

„Због љењости младих, проблеми и разна обољења се откривају у току систематских прегледа који се одржавају за све непарне разреде. Уколико откријемо нешто преписујемо одређену терапију, а ти ученици долазе на контроле у договореном року. Међутим у ретким случајевим се побољшање види управо због те љењости. Наравно, није искључено да се појединци јављају и без систематских прегледа.“



- **Које су најучесталије болести тинејџера?**

„Најучесталије болести које ми откривамо јесу поремећаји држања тела без деформитета, деформације кичме, гојазност и мања оштећења вида. Чак 50% деце на систематским прегледима има неке од ових обољења и то знатно више девојчице.“

- **Који су деформитети настали као последица лошег седења, дугог седења за компјутером?**

„Кифоза и сколиоза су деформације које се у већој мери откривају, али највише имамо лошег држања тела без деформитета.“

- **Шта мислите о гојазности и колико је она присутна код деце?**

„Гојазност је више присутна код деце млађих узраста услед неправилне исхране, неактивности или предугог седења за рачунаром. Међутим, средњошколци више воде рачуна о свом изгледу, крећу у теретане, трче, баве се одређеним спортом.“

Аутор текста: Милица Ђорђевић 2/1

Здрави стилови живота



У основним школама Црне Горе и Босне и Херцеговине већ трећу годину постоји изборни предмет:

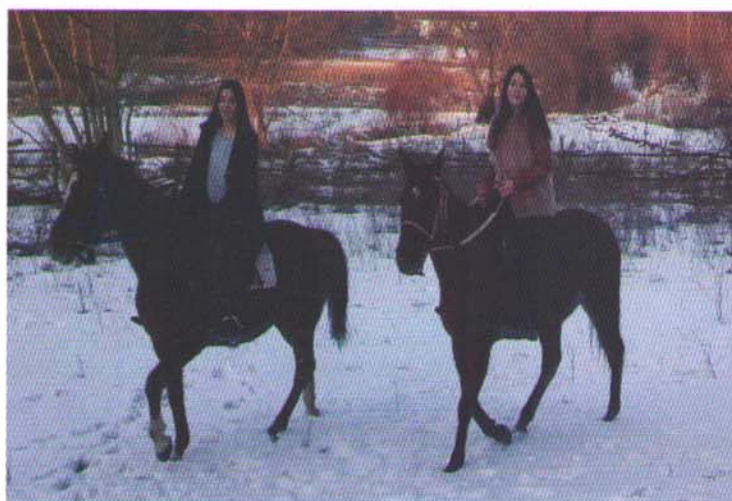
Здрави стилови живота.

Природне лепоте треба сачувати бригом о чистоти и равнотежи врста.

← Златарско језеро

Професор Јован Милинковић је страствени риболовац и љубитељ природе.

Ово је један од начина на који нам природа узвраћа за одговорно поступање у њој и у вези са њом.



Емилија Милосављевић 1/1 са другарицом

Једна од активности која је везана за природу је и јахање. Мало ко зна да се у близини Ћуприје налази једна од најстаријих ергела у Србији, ергела Добричево основана 1852. године. Тачно је да су од ње данас остале само пропале коњушарнице и оронуте зграде, али с поносом истичемо да је ергела Добричево претеча данашњег Љубичева и важан чинилац за развој коњичког спорта у Србији.



У Ћуприји је 5. новембра 2016. године одржан Балкански крос у коме је узело учешћа 13 земаља, односно 160 такмичара.

Том приликом је најављена изградња ћупријског атлетског комплекса. Ученици наше школе су помогли манифестацију волонтирањем.

← Учесници балканског кроса

Ходање и трчање у природи обнавља и тело и душу



Разноврсна и избалансирана исхрана је један од кључних фактора здравља



Добро расположење и добра организација времена смањују интензитет свакодневних стресних ситуација.

Ефективно управљање временом почиње са јасном визијом и циљевима

Приредили: Петар Петровић 2/1,
Емилија Милосављевић 1/1 и уредник
листа

Најбољи међу најбољима

У Ћуприји постоје три средње школе, међу којима је и Гимназија, која важи за бољу школу, не само у Ћуприји, већ и у Поморавском округу. Њу похађају ученици који желе да стекну опште образовање, да би наставили даље школовање на факултетима широм Србије.

Када говоримо о ученицима из Гимназије не можемо да не споменемо ученике који се истичу не само на пољу знања, већ и у другим ваншколским активностима. Такви су матуранти: Стојиљковић Урош 4/1 и Станковић Никола 4/2.

У разговору са **Урошем** сазнали смо нешто више о њему.

Зашто је добро уписати Гимназију?

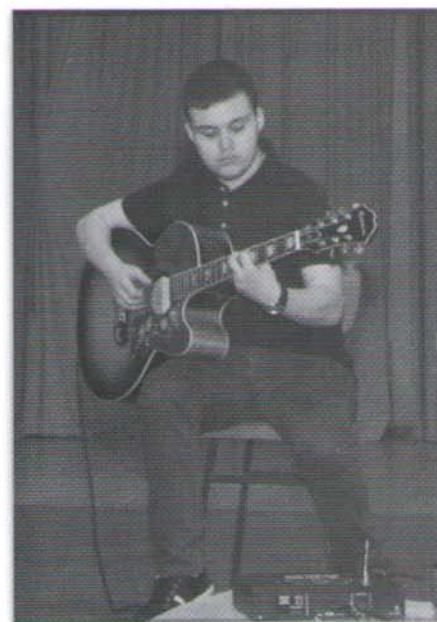
Урош је Гимназију уписао јер она пружа знање како из природних, тако и из друштвених наука. Обзиром да није знао чиме би волео да се бави у будућности, Гимназија је била најбоља одлука.

Организовано слободно време

Он воли своје време добро да организује. Има неколико активности којима посвећује пажњу. Урош тренира, вежба хемију, свира гитару, воли да гледа филмове, чита књиге и игра билијар. Наравно, ту је и друштвени живот.

Гитара за забавнији живот

Најинтересантније је свирање гитаре. Урош је одрастао у музичкој породици, тако да је било вероватно да ће и он нешто свирати. Његова одлука је била гитара, којој доста времена посвећује и ради на томе да буде што бољи. Добија много похвала и учествује на многим манифестацијама. Нема сумње да му свирање гитаре иде од руке и да ће у будућности бити још бољи.



Успех у хемији

Као мали, знао је основне појмове у хемији, а сада је његово знање на врло високом нивоу. Постиже бројне резултате на такмичењима из хемије и веома је предан овој науци. Нема узора, али свој живот жели што боље да испланира. Има своје циљеве и тежи ка њима.

Љубав

Такође, за љубав поред свега има времена. Како он каже: „Живот човека без љубави би се свео на пуко постојање.“ Због љубави, у животу све има смисла.

Савети за добро расположење и успех

За добро расположење, њему је потребно друштво, као и гитара, тренинзи и неки добар филм. Саветује нам да увек будемо упорни, да не одустајемо, да волимо оно што радимо и да ће напретка и успеха сигурно бити.

Никола је такође одговорио на неколико питања и открио нешто више о себи.

Упис у Гимназију

Никола је Гимназију уписао јер је знао да ће студирати, а са њом може било који факултет да се упише. Хтео је да стекне радну навику и што веће знање. Гимназија је била најбољи избор.

Продуктиван дан

Он сваког дана тренира, воли да слуша музику, свира гитару, гледа филмове и игра шах. Сваки дан му је испуњен и продуктиван: бави се глумом, рецитовањем, а такође себе проналази и у природним наукама.

Снови

Као мали, желео је да буде доктор, такве ствари су га увек занимале. Задовољан је собом, због упорности, истрајности и својих успеха, иако каже да *увек треба да тежимо још бољем*.

Узори су битни

Када је био млађи узори су му углавном били глумци, али касније је схватио да то баш и није тако. Иако нема идоле, узор му је отац. Извео га је на прави пут, доста је научио од њега и још увек учи.

Шта Николу чини срећним?

Срећним га чини све оно што воли да ради у слободно време као и успеси које постиже. Срећним га чини и породица, друштво и девојка, који су увек ту као подршка.



Омиљени филм

Од филмова, најомиљенији му је *Добри Вил Хантинг*, који га је одушевио јер је реалан и занимљив. Главна улога у филму је припала Мету Дејмону, који му је један од омиљених глумаца. Воли књигу *„Кад су цветале тикве“*, Драгослава Михаиловића, јер је она по њему другачија од других и то је оно што му се највише допало код ње.

Љубав, успех и расположење

Он за љубав увек има времена, за њега је љубав главна мотивација и срећа. Каже да је за успех пре свега потребна љубав према ономе што се ради. За успех су неопходни и рад, труд и воља. За добро расположење је битно искомбиновати оно што волиш: нека књига, филм, музика, спорт и друштвени живот. За добро расположење је заслужна и школа!

Аутор текста: Јована Ђорђевић 1/1



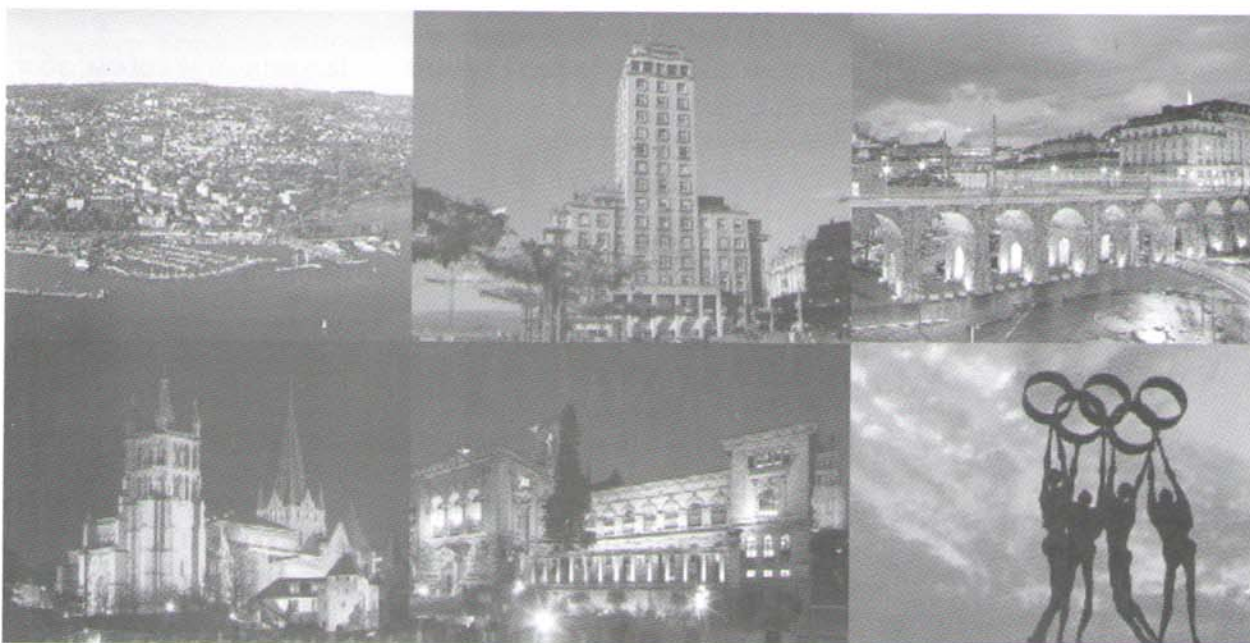
Perica came to the physics class and the teacher asks him what speed is.

Perica says: "Well that is when you are being chased by a dog named Cupko!".

La vie des jeunes en Suisse

Je m'appelle Kristina et je vais vous raconter la vie dans mon environnement natal de mon point de vue.

Je suis née à Lausanne et j'ai vécu à Ecublens et Renens pendant 12 ans. Tout d'abord, je suis allée à l'école enfantine à Ecublens et ensuite j'ai déménagé à Renens. Je suis allée à l'école primaire de Florissant pendant 4 ans et après ça, j'ai fais encore 2 ans d'école à l'école secondaire du Léman.



L'enseignement en Suisse est très différent de celui en Serbie. En Suisse, nous allons quasiment toute la journée à l'école. Les horaires sont en général de 8 heures à 12 heures 15, ensuite il y a la pause de midi pour aller manger et l'école recommence à 13 heures 30 et dure jusqu'à 17 heures. Par mon expérience, je peux librement dire que la scolarisation en Suisse est plus facile de celle en Serbie. En parlant de ça, je mets l'accent sur la manière d'évaluer les élèves, c'est beaucoup plus détendu et les objectifs sont moins stricts. En ce qui concerne la façon dont les élèves sont habillés à l'école et de leurs apparence physique, il n'y a pas de règlement. A partir de la 8ième et 9ième année scolaire, les élèves font des stages dans quel domaine ils voudraient s'orienter s'ils ne veulent pas faire d'études (employé de commerce, coiffure, couture, jardinage, métal etc.). S'ils ne décrochent aucune place d'apprentissage pendant ces 2 ans, les élèves ont la possibilité d'aller une 10ième année d'école qui se concentre intensément sur des ateliers. C'est surtout basé sur des appels téléphoniques et aux envois de dossier personnel aux patrons pour décrocher une place de stage en vue d'une place d'apprentissage. Quand l'élève trouve sa place d'apprentissage, il est obligé de s'inscrire dans une école qui est en lien avec cette branche trouvée, comme par exemple l'école des métiers. Pour ceux qui voudraient faire des études, ils ont la possibilité de choisir une des Universités de Lausanne ou d'aller dans une autre ville de Suisse. Lausanne dispose de quelques Universités comme l'UNIL, l'EPFL, l'Haute école de travail social et de la santé, l'école hôtelière, l'école Cantonale d'Art, l'Haute école pédagogique etc.

Après leurs cours et en temps libre, les jeunes ont un hobby (football, danse, fitness,...) ou bien ils restent en famille, se promènent au bord du lac Léman ou encore sortent avec leurs amis. Souvent les jeunes de Suisse n'ont pas la même mentalité et réfléchissent mieux que les jeunes en Serbie.

Par exemple les jeunes de Serbie préfèrent se marier le plus vite possible et fonder une famille vers leurs 18 ans et ne profitent pas de leur jeunesse, alors que ceux de Suisse réfléchissent aux études et à trouver un bon travail en sorte de commencer une carrière professionnelle puis ensuite au mariage.

Je peux conclure que le style de vie en Suisse est très différent de celui en Serbie et je souhaite à la population serbe d'aller en Suisse pour acquérir de nouvelles expériences.

Аутор текста: Кристина Јовановић 2/3

Поезија – непрекидна свежина света

Петра – Татјана Благојевић 2/2

Пише од трећег разреда основне школе. Песнички узори су јој Јован Јовановић Змај, Лаза Костић и Сергеј Јесењин.
Песме су језик којим највише воли да говори и за њу представљају универзум у којем је све могуће.

Зима

Ноћас сам сан један снила...
Дошла је зима, сва прекрасна, сва чиста,
Јутарњим сунцем тек почела да блиста.

У шуми некој што пут цркве води, нађох се ја.
У хаљини белој, зиме друг сам постала.
Идем некуд, кораке своје не разумем.
Али зов свог срца јасно чујем.

Одједном око мене настаде мук,
Само покаткад чуо се одавно познат зиме хук.
Крв ми се ледила...
Рекла сам: „Не, нећеш дозволити да страх буде јачи од тебе!“

Дах храбрости моје,
Ветар јак још није успео да убије, кад гле,
Испред мојих ногу створи се чудесни коњ
И разби у срцу мом тако непријатан тишине тон...
Његов поглед кратак и мио,
Заувек је у себи моју душу свио.

Не знам да ли то беше сан или јава?
И не желим да знам!
Али увек ћу памтити
Мени тако вредан, један зиме дар!

Матић Маша – Година за годином, успех за успехом

Да ли мислите да је рано да се опробате у неком спорту? Грешите, никад није нити прерано нити прекасно...

Увек насмејана, ученица 2₃ одељења је започела каријеру са спортском гимнастиком. Када је отворен круг ритмичке гимнастике, она се придружила.

„Од своје четврте године била сам редовна на свим тренинзима, а таква сам и дан данас“, цитира говорећи о својим првим данима. „Морам да признам да је од почетка кренуло лепо и нисам имала проблема.“ Та упорност је Машу гурала све даље и даље. Чак и за време паузе она би наставила без престанка, што само доказује њену оданост спорту.

Мотивација

На питање где налази мотивацију, одговара са: „Никада нисам имала неког свог идола, нити неку посебну мотивацију.“ „То је била чиста љубав и жеља.“ Можда јој је то једноставно у крви, јер је њен отац, као и брат био веома успешан гимнастичар.

Њена највећа подршка била је њена породица, као и тренер Марија Ђорђевић, којима је пуно захвална јер су јој помогли да себе изгура на прави пут.



Нај спортиста Поморавља

Година 2016. је за Машу била посебна. Освојила је три златне медаље у Бургасу/Бугарска. На првенству Србије (сениори) узела је сребро (чуњеви) и бронзу (обруч). На међународном такмичењу у Будимпешти окитила се са два злата (обруч и лопта). Као резултат свега тога, проглашена је за најбољег спортисту Поморавља, за јуниорке, за исту годину. Ако се томе дода да је исте године брат мастерирао на Факултету техничких наука, а отац проглашен за другог најбољег архитекту у Србији, радости нема краја.

На 12. Леда купу у Загребу марта 2017. године Маша је освојила 1. место својим наступом са обручем. Поводом тога је изјавила: „Наступила сам са повредом леђа и у јакој конкуренцији 15 земаља победила. Осећај је сјајан!“

Интересовања

Упоредно са гимнастиком, Маша налази времена за одржање свог одличног успеха у школи, као и за свој друштвени живот, за изласке и забаву са пријатељима. Иако се није опробала у другим спортовима, истиче како је сви спортови привлаче.

„Маша је добра, вредна особа слободног духа. Врло ми је драго због ње. Дружи се са свима и одлична је ученица.“ Рекла је њена другарица Марија Милошевић.

Професор Властимир Стојиљковић каже за Машу: „Она је одлична, врло сам поносан на њу. До сада нисмо имали ученицу која тренира гимнастику, и то врло успешну. Приметио сам да воли са свима да се дружи.“

Маша је љубитељ музике. Највише воли групе: One republic - Future looks good, The Chainsmokers - So bad, Yall - Hundred miles.

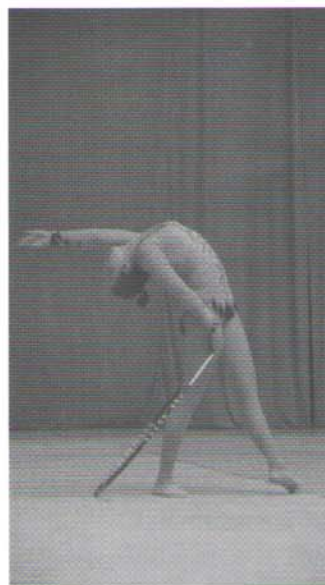


They call you lucky

Филм који јој се изузетно допао је „The High Strung“ из ког је горњи цитат.

Иако нема главни мото, има неке који су јој доста помогли.

1. *Make your parents proud, your enemies jealous and yourself happy.* (Учини родитеље поносима, непријатеље љубоморнима, а себе срећним.)



2. *Focus on what you want to accomplish in life, everything else is a distraction.* (Усредреди се на оно што желиш да постигнеш у животу, све остало је одвлачење пажње.)

3. *They call you lucky, but they have no idea how hard you've worked.* (Називају те срећним, а немају представе колико напорно си радио.)

За крај

У будућности, Маша себе види на месту судије који помаже младим талентима да стигну до успеха.

За све оне који се још нису определили за спорт поручује следеће: „Посаветовала бих све девојчице које немају идеју чиме да се баве да се опробају у ритмичкој гимнастици, па им се можда допадне, као и мени.“

„Такође, дечаци би могли да пробају са спортском гимнастиком.“



Аутор текста: Огњен Петровић 2/3

Љубав и гимназијалци

Љубав и зрелост

Ако питате људе да вам опишу љубав, добићете мали милион најразличитијих одговора. Још дубља проблематика је, што за разлику од телевизије, семафора или куће, питање о љубави се просто продубљује и отвара многе дубокоумне, али и филозофске теме. Једна од тих бројних тема је зрелост. Колика зрелост је потребна да бисмо схватили љубав и допустили јој да нам угреје срца?

Колико пута сте, као тинејџери, од старијих добијали одговоре попут: „Ма шта ти знаш о љубави?!“ Можда и одговоре типа: „Ма проћи ће то, то је само фаза...“ „Раде ти хормони...“ Да ли је могуће да можда постоје одрасли који не знају

да дефинишу ове речи и често филозофско питање?! Да ли постоје правила када је љубав у питању? Да ли постоји правило о зрелости?

Када је време за прву љубав?

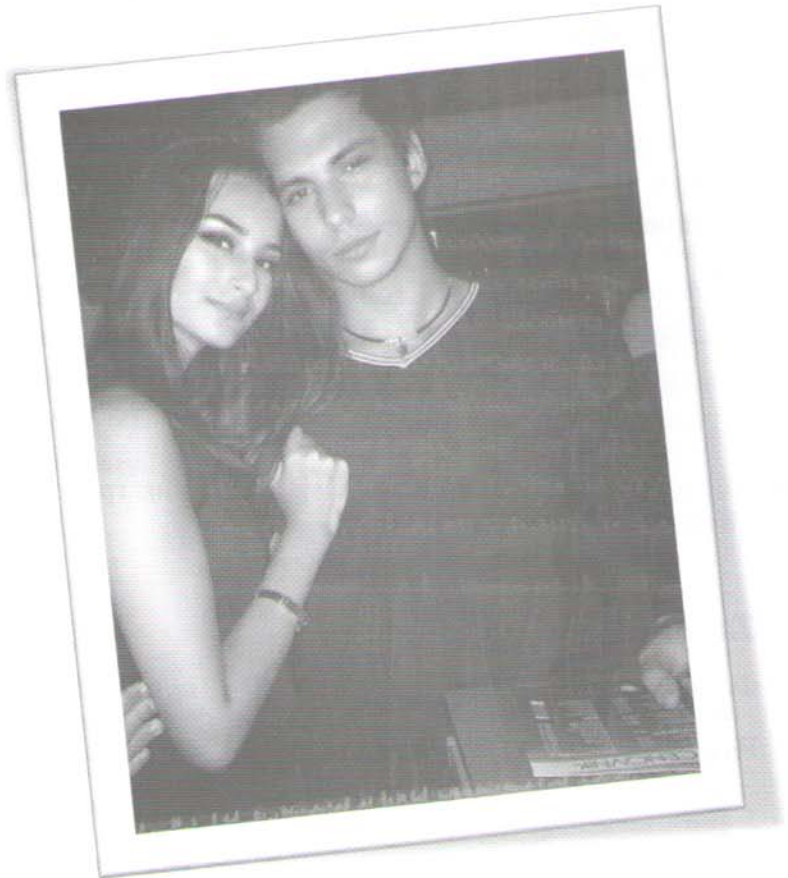
Стално слушамо од старијих како треба да се фокусирамо на школу, како је то оно од чега нам зависе животи и да је прерано за нас да се бавимо својим емоцијама. Кажу и да љубав у овим годинама не може имати неко огромно значење. Ја се лично ни најмање не слажем са тим, а очигледно ни наши тинејџери. Занимало ме је колико су њихова

мишљења заправо објективна...

☺ Le père dit à son fils: «Chaque fois quand je te regarde, tu n'apprends pas! Qu'est-ce que ça veut dire?»

Le fils répond: «Ça veut dire que tu me regardes tout le temps.»

Просек на основу одговора гимназијалаца везаних за улазак у прве озбиљне везе је у узрасту од 16 година. Добила сам и пар врло интересантних одговора, на пример, да се у озбиљну везу може ући и са чак 12 година. Занимљиво, зар не? Да ли смо довољно зрели са 12 година за ступање у озбиљну везу? Шта ви мислите о томе?!



„Љубав је ваљда једина ствар на свету коју не треба објашњавати ни тражити јој разлог.“
-Меша Селимовић, „Дервизи и смрт“

Љубав као извор подршке и позитивне мотивације

Сама чињеница да смо у вези утиче на наше личности у изузетној мери.

Свима који су у овој врсти односа, поставила сам питање о томе колико и шта за њих значи имати партнера и добила сам, махом, сличне одговоре. Очигледно је да већина њих види огромну мотивацију у партнеру и говори да им њихова подршка и дељење циљева даје потребну дозу самопоуздања.

Оно што је мени такође било веома занимљиво да откријем јесте то колику сигурност, сама чињеница да су у везама њима доноси и добила сам очекиван одговор - огромну сигурност! Није мала ствар имати неког ко је увек уз вас, у лепим и тешким тренуцима, без обзира на све...

Правна љубав...

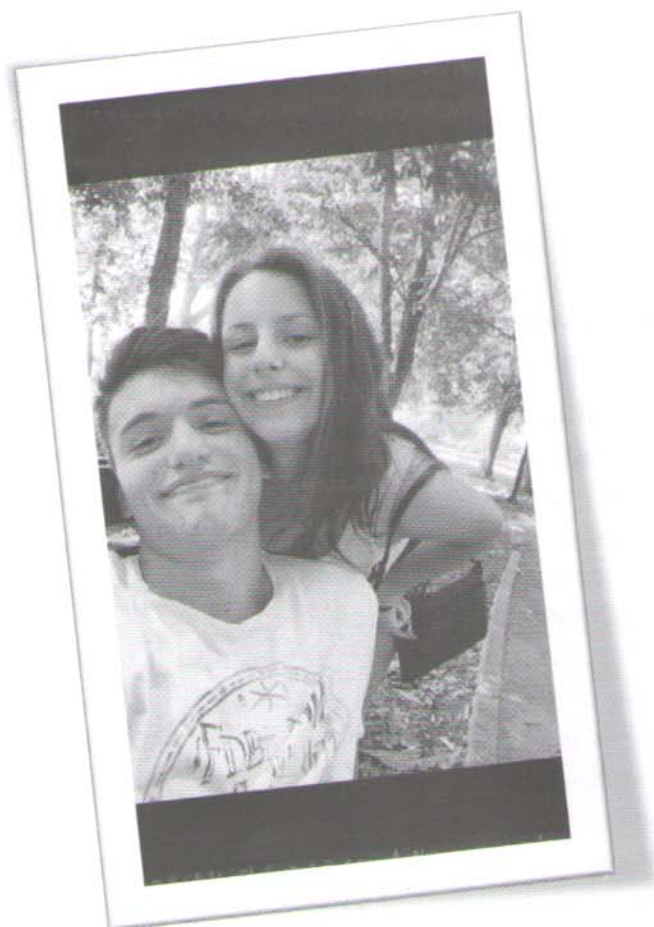
Да ли постоји? Како је препознати? Да ли је треба очекивати? Да ли је треба јурити? Да ли треба одустати од ње или живети за њу?

На питања о њиховим субјективним доживљајима праве љубави и колико они сматрају да знају о томе, наши вршњаци су се изјаснили да сви верују у праву љубав, али да сматрају да не знају довољно о њој. Мисле и да је у средњој школи могуће доживети ту праву љубав.

Међутим, када сам их питала да ми опишу љубавне доживљаје и своја осећања добила сам очекивано различите, али веома занимљиве одговоре.

„Једна реч ослобађа нас свих болова и тежине живота: то је љубав.“
-Софокле

Одређен број тинејџера је говорио о малој дози љубоморе која указује на посесивност, као индикатора потребе за неким. Велики број одговора је био везан и за прихватање мана партнера, промене у приоритетима... Добила сам и пар одговора, веровали или не, о прекасном схватању љубави према некоме које уследи тек након раскида.



Аутор текста: Ива Јевтић 2/2

♪ Музиком до осмеха ♪

„Музика даје душу универзуму, крила уму и машти и живот свемиру,“ говорио је један чувени филозоф. Ако је веровати његовим речима, моћ музике је заиста немерљива.

Најбољи гимназијски вокали

Ђупријска гимназија може се похвалити изузетним генерацијама људи, који представљају отелотворење марљивости, истрајности и талента, а међу њима су **Милица Ерић (4/1)**, **Сара Петровић (3/3)** и **Александра Трајковић (3/2)**.

Поред тога што често наступа на манифестацијама у оквиру школе, и шире, Милица се већ четири године бави глумом. „Док певам, трудим се да будем смирена. Замишљам ситуацију коју осликавају стихови песме и унесем себе саму током певања, значи певам из срца.“

Александра се изузев певањем и свирањем клавира бави плесом и цртањем, у чему је подједнако добра. Била је учесник бројних плесних и музичких такмичења, а као најдраже издваја учешће на *ALLfest-у* 2014. године и *Србија у ритму Европе* са којег носи бројне импресије: „Такмичења *Србија у ритму Европе* су на мене оставила дубок траг, самим тим што сам први пут била учесник 2011. године, домаћин 2016. године, а учествујем и ове године. То су једни од најлеших и незаборавних преиода у мом животу.“

Њено мишљење дели и Сара, још једна од учесница и додаје то да је циљ ове манифестације да подстиче, развија и препозна таленте у Србији. Сара преферира соло извођења. Пева у градском хору *Марги* и прикључила се школском позоришту где се вредно припрема представа „Шетња са лавом“. Сара каже: „Музика је увек ту да поправи расположење. Често је називају и језиком људских емоција.“



Александра 3/2 и Сара 3/3



Лука 2/1, Мина 2/1, Петар 2/1, Миона 2/2,
Александар 2/2 и Филип 2/2

Музичари другог разреда

„За мене је музика улазница у рај и увек пронађем себе у песми коју изводим, јер је у супротном не бих ни изводио,“ истиче **Петар Петровић (2/1)**. Петар се током наступа труди да своје емоције пренесе на слушаоце и њима посвећује своје наступе. Својим гласом често улепшава школске приредбе.

И **Мина Антић (2/1)** је веома сентиментална када је реч о музици. Похађа часове соло певања и одлична је у томе што ради, о чему сведочи фасцинираност публике њеним упечатљивим гласом.

Миона Михајловић (2/2) каже: „Музика увек позитивно утиче на моје расположење, чини да се боље осећам и радо се бавим њоме.“ Миона иначе веома лепо свира клавир. Најдражи бенд јој је *30 seconds to Mars*.

Александар Мариновић (2/2) свира бас гитару и клавир, музиком се бави од своје седме године и углавном слуша реп.

Лука Стојиљковић (2/1) највише ужива уз музички правац метал, али такође воли рок и блуз. Лука је рекао: „Свирам гитару (електричну и акустичну), музичку школу нисам похађао, тако да ме је углавном учио отац.“

Ту је и бубњар **Филип Станишић (2/2)** без кога извођење не би било потпуно.

Талентовани музичари међу првацима

Музика има велику улогу у формирању карактера, али често спаја оне људе који имају сличне или пак исте музичке укусе. Тако на пример гитаристи, **Александра Илић (1/2)** и **Радош Миленковић (1/1)**, велики љубитељи рока и бендова попут *Guns N' Roses*, *Queen* и *Aerosmith*. Они заједно свирају и уживају слушајући ту врсту музике.

„Музиком се бавим од своје девете године и много ми значи.“, каже Александра, која поред гитаре фантастично свира и клавир. Радош и она су били у бенду са **Лауром Лазић (1/1)**. Лаура исто свира клавир и гитару, али слуша нешто другачију музику попут домаћих балада. Свакодневно се бави музиком, јер јој то представља велико задовољство. Лаура и Александра се могу похвалити и ауторским песмама.



Радош 1/1, Лаура 1/1, Николина 1/1
и Александра 1/2

Једна од истакнутијих ученица јесте и **Николина Китаноски (1/1)**, ђак генерације ШОМО „Душан Сковран“, која прелепо свира флауту већ седам година и углавном изводи класичне композиције. Николина је сјајна и у импровизацији неких поп и рок песама. „Музика је надахнуће. Даје светлост и радост свему, животу, љубави и послу. Не само што опушта, него и потврђује осећања, мисли и подржава те у свему,“, наводи Николина.

Музика је последњих година доста комерцијализована и њен глобални утицај је злоупотребљен, с обзиром да нам се стално сервирају песме које носе једну те исту поруку – новац пре свега. Верујем да многи нису ни свесни да су свакодневно изложени том негативном утицају, јер им се то намеће на један врло перфидан начин. Ово би се могло и превазићи, уколико би што више младих људи покушало да уђе у свет у коме музика представља непресушне изворе радости, љубави и инспирације.

Аутор текста: Ива Шћепановић 1/2

У школској 2016/17. на Републичком такмичењу су учествовале:
Бранковић Нађа 3/3 из физике и **Шћепановић Ива 1/2** из математике.



Поводом успеха, Ива је изјавила: „На такмичење сам отишла из радозналости не планирајући да остварим значајнији пласман. Задовољна сам што сам, уз помоћ моје професорке Милице Цветковић, научила доста нових ствари везаних за решавање комплексних задатака.“

„Физику сам заволела још у шестом разреду ОШ тако да ни ове године нисам имала дилему када је требало изабрати такмичење. Задатке радим са уживањем и великом жељом да напредујем, а такмичење је за мене прилика да тестирам своје знање, да се дружим и да резменим искуства са вршњацима. Похвала на овогодишњем републичком такмичењу и друго место на окружном такмичењу су доказ да се труд исплати“, изјавила је Нађа.

На Републичко такмичење, у међувремену, пласирали су се и:

Дијана Вучковић 3/1 - Књижевна олимпијада и Урош Стојиљковић 4/1 - Хемија

Симболична донација ученика 2/1 у циљу освежења и употпуњавања књишког фонда библиотеке наше Гимназије. Наставићемо и даље са овом лепом акцијом која нас враћа на трајне и хумане вредности као што је књига.

Другари придружите нам се!



Ученици Гимназије који уче немачки језик, током 1. полугодишта школске 2016/2017. сакупили су новчана средства за набавку новог фонда речника за немачки језик.