

VII LO współpracuje z przedszkolakami



Pamiętkowe zdjęcie uczestników projektu

Fot. Arch. VII LO

Mamy jeszcze szansę na trzecie miejsce

Nie powiodło się nam w półfinałowej debacie III edycji Tarnowskiej Ligi Debatanckiej. III Liceum Ogólnokształcące pokonało nas około 30 punktami.

Dyskusja nad tezą "Z perspektywy Polaków Stalin był większym zbrodniarzem

niż Hitler" była wyrównana i do ostatniej chwili nie wiadomo było która drużyna wygra.

Pozostaje nam jeszcze walka o trzecie miejsce z II LO, które w debacie półfinałowej pokonało Szkołę Szczepanika.

Pomagamy zwierzętom ze schroniska

W marcu uczniowie naszej szkoły wzięli udział w kweście na rzecz pomocy zwierzętom.

Pieniądze zbieraliśmy w centrach handlowych - uczniowie pakowali klientom zakupy w zamian prosząc o przekazanie datków, które przeznaczone będą na pomoc zwierzętom. Wolontariusze zbierali również karmę dla zwierząt. Puszki i identyfikatory zapewniła naszym uczniom Fundacja "Animals".

Tarnowski azyl dla psów i kotów mieszczący się przy ul. Cmentarnej działa już od prawie dwóch dekad. To miejsce jest ratunkiem dla porzuconych zwierząt i ciągle się rozwija, co tylko dowodzi temu, że są w naszym mieście ludzie chcący działać na rzecz zwierzków. Tarnowski

Azyl jest notowany bardzo wysoko w rankingach adopcji. Przyjętym psiom i kotom zapewniona jest staranna opieka, zwierzęta są często odwiedzane przez ludzi. Azyl często organizuje specjalne zbiórki pieniędzy, promuje zwierzęta w internecie, aby zapewnić im lepszą jakość życia. Każdy, kto zastanawia się nad przyjęciem pod swój dach zwierzaka powinien rozważyć odwiedzenie Tarnowskiego Azylu. Kwesta odbyła się w tym roku już po raz drugi, mamy nadzieję, że następnym razem będzie więcej wolontariuszy gotowych pomagać zwierzętom będzie jeszcze więcej. Joanna Soja, klasa 1a, Patryk Głąb, klasa 2a



Przedstawienie dla maluchów

Fot. Arch. VII LO

Młodzież "Siódmego" oraz dzieci z Przedszkola nr 33 wspólnie realizowały projekt "Głodne zwierzęta też pragną mieć święta". Trwająca przez miesiąc akcja obejmowała m.in. zapoznanie z warunkami

życia zwierząt w schronisku przy ul. Cmentarnej oraz spotkanie uczestników projektu w VII LO. Dla małych gości przygotowano krótką prelekcję i bajeczkę „Mruczek i Pucek” oraz gry i zabawy.

Wspólnie przygotowano także kiermasz ozdób wielkanocnych, a dochód, który z nich uzyskano przeznaczono na zakup karmy dla zwierząt. Projekt przygotowany został pod kierunkiem opiekunów: Anny Bednarek i Renaty Janusz.

Taniec to pasja, z której nie umiałbym zrezygnować



Michał Trytko

Fot. Archiwum MT

Rozmowa z Michałem Trytko, uczniem klasy 2b, mistrzem tańca towarzyskiego.

- Twoim konikiem jest taniec. Jak dawno się to zaczął o?

- Siedem lat temu zacząłem tańczyć w klubie tańca towarzyskiego eMika w Pałacu Młodzieży i trwa to po dziś dzień.

- Dlaczego tańczysz?

- Na pierwsze lekcje zapisała mnie mama. Początkowo chodziłem niechętnie lecz z czasem stało się to moją pasją.

- Myślałeś kiedyś by przestać tańczyć?

- Mimo, iż nie jest łatwo pogodzić

naukę z tańcem to sprawia mi on tak wiele radości, że nie potrafiłbym z niego zrezygnować.

- Wpływa to na Twoje oceny?

- Udało mi się nauczyć nie zaniedbywać niczego, wymagało to jednak sporo samodyscypliny.

- Jakie są Twoje największe taneczne sukcesy?

- Posiadam mistrzowską polską klasę taneczną A w stylu standardowym i latynoamerykańskim. Zdobyłem również wicemistrzostwo okręgu małopolskiego. Mam też na koncie liczne wygrane w turniejach

ogólnopolskich, międzynarodowych i cyklu grand prix.

- Jak często trenujesz by to osiągnąć?

- 5-7 razy w tygodniu, nawet po 4 godziny.

- Czy masz jeszcze czas na coś poza tańcem?

- Taniec pochłonął mnie tak bardzo, że spełniam się w nim w stu procentach i nie potrzebuję nic innego.

- Co na to wszystko Twoi rodzice?

- To właśnie dzięki nim tańczę, gdyż nie jest to jedno z najtańszych hobby. Bardzo mnie wspierają i cieszą się ze wszystkich wygranych, ale i dają oparcie po porażkach.

- Zachęciłbyś innych do tańca?

- Oczywiście, szczególnie chłopaków. Wiecie, dziewczyny bardzo lubią, gdy wie się jak poprowadzić w tańcu.

- Masz dziewczynę?

- Aktualnie nie mam dziewczyny. Na imprezy również nie chodzę zbyt często, ale nie zamykam się na nowe znajomości.

- Dziękuję Ci rozmowę i życzę dalszych sukcesów.

Rozmawiała
Karolina Piekarz,
klasa 2a

Czas na przygodę, czyli recenzja debiutanckiej płyty Madeona

Dwudziestoletni francuski producent, znany jako Madeon swój pierwszy sukces odniósł w 2010 roku, mając lat 16. Dwa lata później jego utwory pojawiły się w elektronicznym mainstreamie. Spora rzesza fanów EDM'u z całego świata z niecierpliwością wyczekiwała więc premiery jego studyjnego albumu.

Kiedy słucham „Adventure”, świeciło jedno z pierwszych wiosennych słońc. Miałem nadzieję, że materiał mnie nie zawiedzie. 12 numerów w wersji podstawowej plus 6 w wersji „deluxe” – taką dawkę dostajemy w zestawie. I muszę przyznać, warto się pochylić nad tym zbiorem. To solidny zastrzyk doskonałych i dopracowanych od pierwszej do ostatniej

sekundy kompozycji. W numerach możemy zauważyć różnorodność gatunkową: od french house'u, przez midtempo, electro czy disco house, a nawet indie rock. W produkcjach wokalnych udzielili się m.in. Passion Pit czy Dan Smith, wokalista zespołu Bastille, a nawet... sam Madeon, a przypadki wokalistów – producentów zdarzają się rzadko. Nie jestem w stanie

wytypować najlepszych pozycji. Ten krążek nie zawiera niedociągnięć, nie umiem znaleźć słabego punktu w „Adventure”. Ale już jeśli tak koniecznie miałbym wytypować swojego faworyta... „Home”, zdecydowanie ten numer. Majstersztyk we wszystkim. Jeśli chodzi o wersję „deluxe”, to sześć utworów jest już w większości znanych, możemy tu znaleźć sporo hitowych kawałków (wśród nich „Icarus”, „The City”, „Cut The Kid” czy „Technicolor”). Ta część

jest bardziej energetyczna i uosabia to, dzięki czemu Madeon zdobył popularność. Już na starcie recenzji spodziewałem się czegoś bardzo dobrego. Słuchając tej płyty doszedłem do przekonania, że dostałem o wiele więcej. Miałem bowiem do czynienia z istnym majstersztykiem. Oczywiście producent nie zaskoczył

mnie zmianą stylistyki (jak w 2014 roku zrobili to Porter Robinson czy Dirty South), ale to chyba dobrze, dodało to charakteru całemu krążkowi. Polecam gorąco płytę „Adventure” Madeona. Upatruję tutaj kandydata na płytę roku 2015. Ale rok jeszcze długi, toteż mam nadzieję na kolejne tak mocne pozycje. Patryk Wojtanowicz, klasa 2a

Medale dla naszych cheerleaderek



Dziewczęta już z medalami

Fot. Archiwum

Zuzanna Dziurdzia, klasy 1a i Kinga Gawlik z klasy 2e zdobyły medale na XXVIII Mistrzostwa Polski Cheerleaders, które odbyły się w Łącku - Ochotnicy Dolnej.

Zawody rozegrano w dniach 27, 28, 29 marca, wzięło w nich udział ponad 1200 zawodniczek i zawodników z całej Polski. Wśród najlepszych znalazły się uczennice VII Liceum Ogólnokształcącego w Tarnowie. Nasze koleżanki zdobyły wymarzone medale.

I miejsce w kategorii Cheer all girls senior group stunt zajęły: Zuzanna Dziurdzia, Kinga Gawlik. III miejsce w kategorii Pom dance senior duety: Zuzanna Dziurdzia.

Prawo jazdy, czy naprawdę jest się czego bać?

Na ten egzamin większość z Was czeka z utęsknieniem przez całe swoje dzieciństwo.

Stres, nerwy i setki przećwiczonych egzaminów – to norma, ale czy nerwy są tutaj nieodłącznym elementem? Z pewnością zasady ruchu drogowego przydadzą nam się na co dzień, ale ze stresem można sobie radzić. A oto kilka sposobów by być pewnym siebie na jednym z najważniejszych egzaminów w życiu. Po pierwsze, solidnie przygotuj się do

egzaminu teoretycznego. Uważnie słuchaj na wykładach! Możesz zaopatrzyć się w książkę w Twojej szkole jazdy. Dołączone do niej testy na płycie, mogą odegrać ważną rolę w zdaniu egzaminu za pierwszym razem. Po drugie, bądź pewny siebie i nie nastawiaj się negatywnie. To tylko egzamin, który zawsze możesz powtórzyć, świat nie zawali się gdy go oblejesz! Egzamin praktyczny jest droższy i przez wielu uważany za najtrudniejszy

element w zdobyciu prawa jazdy. Czy tak jest? To zależy od wielu czynników. Tarnów jest jednym z wielu miast w Polsce w którym prawo jazdy zdać jest najtrudniej, a tak przynajmniej pokazują statystki, ale to tylko zwiększa satysfakcję zdania „za pierwszym”. Ale jak wygląda egzamin? Na początku znajdujemy się w poczekalni, przez głośniki słyszymy nasze nazwisko modulowane tak aby nikt nie poznał który egzaminator nam się trafił, co nadaje tylko grozy i wzbudza

niepotrzebne emocje. Wchodzimy za drzwi, spotykamy się z egzaminatorem, legitymujemy się dowodem osobistym, lub paszportem i kierujemy się do samochodu egzaminacyjnego. Wykonujemy pierwsze zadanie jakim jest wskazanie gdzie i przy użyciu jakich przyrządów sprawdza się poziom odpowiednich płynów, oraz sprawdzenie losowo wybranych świateł. Zaraz potem przygotowujemy się do jazdy i kierujemy się na tzw. „łuk”. Po tych dwóch poprawnie

wykonanych zadaniach, pozostaje tylko ruszenie do przodu na wzniesieniu i wyruszenie w miasto. Mamy możliwość jednorazowego popełnienia błędu który nie stwarza zagrożenia w ruchu drogowym. Podwójny błąd skutkuje oblanym egzaminem. I choć może wygląda to strasznie, to tak naprawdę nie ma się czego bać. Może zabrzmi to banalnie, ale trzeba myśleć pozytywnie i nie przejmować się jeśli egzaminator nas obleje.

Nie pozwól, aby po pierwszej nieudanej próbie zawładnęły Tobą negatywne emocje, to tylko pogorszy sprawę. Moja rada? Zabierz na ten egzamin, kogoś kto doda Ci otuchy. To naprawdę pomaga! Będziesz spokojniejszy i popełnisz mniej błędów. Stosuj się do tych kilku prostych rad, a z pewnością już niebawem odbierzesz swój upragniony dokument. Powodzenia! Radosław Mazurkiewicz (który zdał za pierwszym razem), klasa 2d

W odpowiedzi na felieton grudniowy „Po drugiej stronie myśli”

Nie da się zaprzeczyć, że wielu z nas - młodych, jeszcze nieobitych w świecie ludzi, zawiera niezdrowe internetowe relacje z nieodpowiedzialnymi ludźmi. Ale przecież nie każda internetowa znajomość kończy się boleśnie i odcina człowieka od rodziny i „normalnych” znajomych. Zarówno w znajdowaniu miłości/przyjaźni internetowo, jak i w „tradycyjny sposób”, istnieje ryzyko, że będzie ona negatywnie wpływać

na nasze zdrowie psychiczne i fizyczne. Do OBYDWU z nich powinno się podchodzić z dystansem. Nie mamy wpływu na stopień fałszu u innych ludzi, ale to OD NAS SAMYCH ZALEŻY jak dokonamy „selekcji” znajomych. Internetowa miłość nie istnieje? Zabawne - kiedyś też tak myślałam, a teraz jestem żywym przykładem na to, że się myliłam. To właśnie dzięki internetowi poznałam

mojego najlepszego przyjaciela. Od 23 miesięcy piszemy do siebie niemal codziennie. Oczywiście, kiedy możemy, spotykamy się również w realu, i pomimo 7 godzin spędzonych w klekoczącym autobusie, którym musimy jechać, żeby się ze sobą spotkać „nie dajemy sobie spokoju”. Czymże są kilometry w porównaniu do uczuć, których granic nie znamy? Przyznaję, czasem można odczuwać

przygnębienie z powodu tęsknoty, ale emocje są ogromne. Czy to działa destrukcyjnie? Wręcz odwrotnie! Z dnia na dzień upewniam się o prawdziwości naszych uczuć. Przy poznawaniu nowych ludzi (obojętnie w jaki sposób) trzeba zachować ostrożność, a z czasem wyjdzie na jaw kto jest wart naszego zaufania, a kto nie.
Agnieszka Kozub, klasa 2a

Łatwa i pyszna panna cotta



Panna cotta

Fot. Autorki

Letnie dni coraz bliżej, dlatego proponujemy orzeźwiający, lekki deser, który z łatwością zrobicie sami. Idealny na ciepłe, słoneczne popołudnia.
Składniki na 3 duże porcje (szklanki o pojemności 260 ml):
– 500 ml śmietanki 30-36 proc.
– 100 ml mleka
– 50 g cukru
– 1 laska wanilii
– 1/3 szklanki ciepłej wody
– 3 łyżeczki żelatyny
– 20 ciastek (180 g)
Do garnka z grubszym dnem wlać śmietankę, oraz mleko i dodać cukier, ziarenka z laski wanilii oraz pusty strączek. Podgrzać. Zdjąć z ognia gdy płyn zacznie wrzeć przy ściankach. Wlać żelatynę rozpuszczoną w ciepłej wodzie, wymieszać i odstawić do wystygnięcia (mieszając od czasu

do czasu). Gdy płyn osiągnie temperaturę pokojową* wyjąć pusty strączek wanilii, a zawartość garnka wlać do szklanek, do 3/4 wysokości. 3 ciastka odłożyć do dekoracji, a resztę przeciąć na połówki i ćwiartki. Wrzucić do szklanek i wstawić do lodówki. Po ok. godzinie, kiedy panna cotta zacznie tężeć, ułożyć na wierzchu każdego deseru odłożone wcześniej ciastka i wstawić z powrotem do lodówki. Deser powinien być gotowy po 2-3 godzinach, ale można go też przygotować dzień wcześniej.
* Wstawienie ciepłej panna cotty do lodówki spowoduje, że się rozwarstwi.
Życzymy smacznego!
Justyna Krzysztofek, Edyta Bednarz, klasa 2a

Widzieliście już nowy filmik reklamujący szkołę. Jeśli nie to zajrzyjcie koniecznie na naszą stronę internetową! I lajkujcie na FB. Samorząd Szkolny



Michał jako szalony pirat

Fot. VII LO