

Chystáme se na přijímačky

Pomalou, ale jistě se blíží přijímací zkoušky na střední školy.

Škola pro nás připravila několik projektů, jeden se uskutečnil v pondělí 25.3.2024. Jednalo se o dílničky zaměřené na stres a jeho zmírnění. Celkem jsme prošli čtyři dílničky pod vedením učitelů M. Vrobela, D. Šimíkové, M. Kročové a V. Frolíkové. První z nich byla čokoládová relaxace, kde jsme se dozvěděli o blahodárných účincích kaka. Na závěr jsme mohli ochutnat ovoce namáčené v bílé, mléčné nebo hořké čokoládě. Tato dílnička se nám líbila ze všech nejvíc. Poté jsme měli imaginaci příběhu, kde jsme při meditaci vyvolali stav, kde bychom chtěli být. Další a velmi zábavnou částí byly optické klamy a hlavolamy. Poslední prezentace byla muzikoterapie, kde jsme se dozvěděli cenné informace o vlivu hudby na náš organismus.



V úterý 26.3. jsme se sešli u učitelského vchodu, kde nám byly sděleny základní informace ohledně Cermat testů a jejich zkoušení nanečisto. Bylo nezvyklé, že nám učitelé vykali, ale stejně to bude i u reálného testování. Seděli jsme každý ve své lavici, vzdálenostně asi 1 -1,5m od sebe, abychom nemohli opisovat či mezi sebou komunikovat. Testování nanečisto bylo rozděleno na dva zkušební bloky s přestávkami a následnými rozbory.



Ve středu 27. 3. proběhla celoškolská akce s názvem: Bubny do škol od skupiny Tokhi, pro nás byla zpřístupněna akce od 10:50 do 11:50. Vyzkoušeli jsme si práci s perkusními barevnými rourami a malými bubny. I když se to nezdá, tak i bubny měly něco do sebe z hlediska zvládnutí stresu. Mnozí z nás si na nich vybili přebytečnou energii, takže věříme, že i během stresového období před přijímacími testy nám i tato chvílka pomohla.



Vypracovala: Kristýna Danielová