MI ÚJSÁG BRASSÓ?

2019. december

Tartalomjegyzék

KEDVES OLVASÓ! 3

INTERJÚ KISSNÉ SZABÓ ZSUZSANNA TANÁRNŐVEL 4-5

ÖKOISKOLA 5-8

A LEGJOBB FOGALMAZÁS 8-9

TANULÁSI SZOKÁSOK 9-13

FILMAJÁNLÓ..... 14

ZENEAJÁNLÓ……...15-16

SOROZATAJÁNLÓ…….… 17-18

A HÓNAP SZTÁRJA……..……..…….19

ARCUNK SMINKELÉSE……..20

OROSZ BARBI RECEPTJE…….21-22

SPORT……..23

HÁZI BAJNOKSÁG……...24

Kedves Olvasó!

A 2019-2020. tanév első Mi újság Brassó? kiadását tartod a kezedben. Reméljük, hogy találsz érdekes cikket ebben a számban. Továbbra is várjuk azoknak a tanulóknak a jelentkezését, akik szívesen részt vennének az újság szerkesztésében. Várjuk az ötleteket, javaslatokat is, miről olvasnátok szívesen a következő suliújságban.

Mivel hamarosan itt a karácsony, minden kedves olvasónknak áldott, békés ünnepeket és sikerekben gazdag, boldog új évet kívánunk!

Baranyai Marcell

Bucsek Noémi

Fajt Szonja

Frank Konrád

Komlós Anna

Lovas Jázmin

Orosz Barbi

Rózsavölgyi Panni

Interjú Kissné Szabó Zsuzsanna tanárnővel

- A tanárnő által tanított tantárgyak közül melyiket tanítja a legszívesebben?

  - Mindegyik tantárgyamat szeretem, nem igazán tudok köztük különbséget tenni e téren.

- Mit szeret legjobban a tanításban?

  - A tanításban leginkább a kapcsolatokat szeretem, megismerni a gyerekeket, és segíteni őket a céljaik elérésében.

- Ki a kedvenc költője vagy írója?

  - Ady Endre, mert fel mert mászni a Nemzeti Színház tetejére.☺ (Oláh Barninak címezve)

- Melyik a kedvenc történelmi időszaka?

  - Mindig az, amelyiket éppen tanuljuk az órán, de leginkább a 80-as évektől a jelenkorig terjedő időszak a kedvencem.

- Melyik a kedvenc irodalmi műve?

  - Ezen gondolkodtam a legtöbbet, de végül úgy döntöttem, hogy kortárs költeményt választok, és azok közül is Lackfi János verseire esett a választásom.

- A családjában más is tanít?

  - Nem, egyáltalán nem, a családomban közel és távol senki sem tanár.

- Ki volt a legmeghatározóbb ember az életében?

  - Én a mentoromként tekintek az iskolánkban sokáig tanított magyar szakos Suhajda Marika tanárnőre, nagyon sok mindent tanultam tőle még pályakezdő koromban. Diákként is meghatározó tanárom volt Házman tanárnő aki az osztályfőnököm volt, és Gáthy tanár úr, aki történelmet és éneket tanított nekem.

- Van hobbija?

  - Bár nem gyűjtök bélyeget, de nagyon szeretek rollerezni, és kerékpározni.

- Milyen tantárgyat tanítana még szívesen?

  - Ha most tehetném, akkor orvos lennék, és ehhez ugye közel áll a biológia. és a kémia, ezért azokat tanítanám.

- Nehéz kitalálni a dolgozat kérdéseit?

- Nem, a kérdéseket kitalálni nem nehéz, inkább a javítás vesz el több időt.

Ökoiskola

Ma már naponta hallunk, olvasunk riasztó híreket a közelgő klímakatasztrófáról. Ha nem ismernénk a média híreket, egyszerű halandóként is felfigyelnénk azokra az időjárás változásokra, amelyek bolygónk általunk lakott részét érintik. A klímaváltozás fokozódó negatív hatásai Európában is egyre több területen jelennek meg. A nyári időszakban végigkövethettük az extrém időjárás példáit a franciaországi intenzív hőhullámoktól kezdve, a Görögországban szárazság okozta erdőtüzekig. Nekünk, magyaroknak is jutott a szélsőségesen meleg és száraz nyári napokból, valamint a heves zivatarokból, ami a mezőgazdaság teljesítményére is hatással volt. Mit tehetünk? Tehetünk-e egyáltalán valamit, mi, hétköznapi emberek, akik csak élni szeretnénk a már megszokott, kényelmes életünket? Ha például takarékoskodunk az energiával, szelektíven gyűjtjük a szemetet, nem tömjük tele a szekrényeinket felesleges ruhákkal, kacatokkal, biciklizünk autókázás helyett változik valami? Sok kicsi sokra megy, tartja a közmondás. A számok makacs dolgok, tartja egy másik.

Lássuk hát azokat a makacs számokat!

Luke Darby, amerikai publicista tavaly októberben fejtette ki, hogy „miközben az átlagembereket bombázzák lelkiismeret-furdalást keltő szólamokkal arról, hogy tömegközlekedéssel utazzanak, mindez vajmi keveset mozdít előre a klímahelyzet stabilizálásában. A valódi változás kulcsát az iparban kellene keresni, mert a világ károsanyag-kibocsátásának 70 százalékát mindössze 100 nagyvállalat termeli ki. A világ hőszabályzóját – a Föld lakosságának mintegy 20 százalékát életveszélybe sodorva – azok a milliárdosok tekerik fel, akik ezeknek a vállalatoknak a menedzsmentjében ülnek.”.

Tudósok szerint is az ipari forradalom vége óta mindössze 90 cég szennyezőanyag-kibocsátása felel a földfelszíni átlaghőmérséklet emelkedésének csaknem feléért. A Climatic Change című

tudományos folyóiratban megjelent tavaly szeptemberi tanulmányuk úgy fogalmaz: az érintett 90 vállalathoz visszavezethető kibocsátás az átlaghőmérséklet növekedésének mintegy 42-50 százalékát okozta. A kutatás azt állítja: a cégek jelentősen hozzájárultak a légkörben lévő, a globális felmelegedést okozó szén-dioxid mennyiségének növekedéséhez és a tengerszint emelkedéséhez is. A 90 közül 83 cég szenet, olajat és földgázt állít elő, a fennmaradó 7 pedig cementgyár. Azt is kimutatták, hogy hét magán és hét, többségében állami tulajdonú cég folyamatosan szerepel a 20 legszennyezőbb vállalat között.

A legek

Az átlaghőmérséklet-emelkedéshez a leginkább az amerikai olajóriás, a Chevron járul hozzá, őt követi a szaúdi Saudi Aramco és az orosz Gazprom. Három másik amerikai vállalat - a ConocoPhillips, a Consol Energy és a Peabody Energy - részesedése is jelentős a szennyezésben, csakúgy mint két brité, a BP-é és a British Coal Corporationé. A holland Royal Dutch Shell, a francia Total és az ausztrál BHP Billiton kibocsátása is felér a többi nyugati cégéhez. A Közel-Keletről és Észak-Afrikából a National Iranian Oil Company, a Kuwait Petroleum Corp. és az algír Sonatrach is szerepel a listán. Ázsiából a PetroChina és a Coal India, Latin-Amerikából a Petroleos de Mexicanos és a Petroleos de Venezuela tesz hozzá jelentős mértékben a globális kibocsátáshoz.

Felelősségvállalás

A tanulmány szerzői kiemelték: a jogalkotók egyre inkább fontolóra veszik, hogy a fosszilis tüzelőanyagok előállítóinak valamilyen formában felelősséggel kellene viselniük a tevékenységükhöz köthető klímaváltozásért.

Hozzátették: a tanulmány azt mutatja be, hogy a nagy feldolgozókhoz visszavezethető kibocsátás számszerűsíthető és jelentős mértékű, csakúgy, mint összefüggésük a környezetre gyakorolt emberi hatásokkal, aminek eredménye az átlaghőmérséklet- és a tengerszint-emelkedés.

Teller Ede magyar származású fizikus már 58 évvel ezelőtt, 1959-ben figyelmeztette a globális felmelegedés veszélyeire az amerikai kőolajipar vezetőit, kormányilletékeseket, közgazdászokat. - írja a The Guardian brit napilap honlapja, újonnan napvilágot látott dokumentumok alapján. Az atomfizikus az energiafelhasználás jövőbeni módjairól tartott

előadását azzal kezdte, hogy kiegészíteni, pótolni kell a "múlt energiaforrásait" mivel azok el fognak fogyni. Ezután pedig rátért arra, hogy fosszilis energiahordozók szennyezik a légkört. " Amikor hagyományos üzemanyagot égetsz, akkor szén-dioxidot állítasz elő... A szén-dioxid láthatatlan, átlátszó, nem érzed a szagát, nem veszélyes az egészségre" - magyarázta.

„Akkor miért is kell aggódnunk? Azért, mert a szén-dioxid a légkörben üvegházhatást idéz elő. Kiszámolták, hogy a légkörbeli szén-dioxid 10 százalékos növekedésével járó hőmérsékletemelkedés elég ahhoz, hogy elolvadjon a (sarki) jégsapka és víz alá kerüljön New York. Valamennyi tengerparti várost elönti a tengervíz, és mivel az emberi faj jelentős arányban él tengerparti térségekben, úgy vélem, hogy ez a vegyi szennyezés jóval komolyabb, mint a legtöbb ember gondolja" – vázolta Teller Ede.

"Jelenleg a légköri szén-dioxid az átlagosnál két százalékkal nagyobb ütemben nő. 1970-re ez 4 százalék lesz, 1980-ra 8 százalék, 1990-re 16 százalék (Teller számításai szerint 360 ppm), ha csupán a hagyományos üzemanyagokat használjuk a jövőben is... Bolygónkon egy kicsit melegebb lesz. Nehéz megmondani, hogy 2 Fahrenheit-fokkal vagy eggyel, vagy öttel."

"De amikor a hőmérséklet néhány fokot emelkedik szerte a világon, fennáll a lehetősége, hogy a jégsapkák olvadni kezdenek, az óceánok szintje emelkedni kezd. Azt nem tudom, beborítja-e az egész Empire State Buildinget, de mindenki képes kiszámolni a térképre nézve és annak tudatában, hogy a jégsapkák Grönland fölött és az Antarktiszon mintegy ötezer láb vastagok" - foglalta össze röviden a légkör szén-dioxid-szintjében beállt növekedés veszélyeit a tudós.

Teller figyelmeztetése után 9 évvel a Stanford kutatóintézet is jelezte a veszélyt az Amerikai Ásványolaj Intézetnek. Tanulmányukban azt írták, hogy "szinte biztos, hogy jelentős hőmérsékletváltozás fog bekövetkezni 2000-re", és hogy kétség kívül a lehetséges károkozás a környezetben súlyos lehet. Arra is kitér a jelentés, hogy az olyan "szennyező anyagok, melyekről nem veszünk tudomást, mert kicsi a helyi hatásuk (mint például a széndioxid), okozhatnak komoly változást a környezetben az egész világon."

A Guardian egy másik cikkében a Shell olajipari vállalat 26 évvel ezelőtti kisfilmjét mutatta be. Ebben figyelmeztetnek a globális felmelegedés veszélyére, és a lehetséges súlyos következményekre, mint például az éhezés, az áradások és a klímamenekültek. Az alternatív

energiaforrásokról is szóló kisfilm ellenére a Shell 1991 után is a fosszilis energiahordozókba fektetett be dollár milliókat.

Visszatérve az írás bevezetőjére, mit tehetünk, tehetünk-e egyáltalán valamit a klímakatasztrófa megelőzése érdekében?

Ha erről a mindenkit érintő témáról véleményetek van, kérjük, hogy írjátok meg 1, maximum 2 oldalas esszé formájában és adjátok le a könyvtárban. A legjobb dolgozatokat megjelentetjük a következő suliújságban és íróit értékes jutalomban részesítjük. Határidő: 2020. január 15.

A legjobb fogalmazás

Ezentúl megjelentetünk egy-egy kimagaslóan sikerült fogalmazást a suliújságban. Elsőként fogadjátok szeretettel Komlós Anna 6.c osztályos tanuló művészi igénnyel megírt dolgozatát, mely nyári élményét eleveníti fel.

Bom dia!

Így köszöntöttük egymást a repülőn a mosolygó stewardess-szel. Ez azt jelenti portugálul, hogy „Jó napot!” Ebből talán már ki is derült, hogy úti célunk Portugália. Már nagyon vártam, hogy ismét Portugáliában nyaralhassunk. Négyórányi repülőútra van Budapesttől, Európa legnyugatibb országa. Portugália. Már a repülés is nagy élményt jelentett számomra, de a megérkezés öröme, amikor megcsap a jellegzetes édes vanília illat, mindig nagy izgalomba hoz. A bőröndök lepakolása után mindig első dolgunk köszönteni régi barátunkat az Atlanti-óceánt.

Semmihez sem fogható csodálatos látvány a sárga homokos parttól a végtelenbe nyúló türkizkék víztömeg, amely az égbolt kékjében oldódik fel. Amikor megérkeztünk, éppen apály volt. Ilyenkor sok-sok kis szikla kerül elő a víz alól. Rengeteg parányi tavacska

keletkezik, amely foglyul ejti az óceán apró élőlényeit. Órákig lehet nézegetni a sok apró csigát, kagylót, apró halakat és a mókás mozgású rákocskákat. A végtelen óceán morajlása időtlenné teszi ottlétünket, de az éhség időt mutat. Irány a vacsora! Már messziről üdvözölt George a pincér, aki barátias öleléssel fogadott bennünket.

- Örülök nektek! Gyertek, foglaljatok helyet! Rögtön hozta is az étlapot.
- Vagy, már tudjátok is, hogy mit akartok enni?

Anyának és nekem a kardhal a kedvencünk, így azt máris megrendeltük.

- Két kardhal steaket kérünk szépen!

Persze portugálul kértem, ami mosolyt csalt a pincér arcára.

- Szóval a szokásos. - nevette el magát a pincér.

Pompás lakoma volt!

A hosszú nap után jól elfáradtunk, mégis jó kedvvel köszöntünk el.

- Boa noite! (Jó éjszakát!)

Tanulási szokások

Tanulás, de hol!? A tanulók jelentős része tanuláson az otthoni tanulást érti. Valljuk be, ez elég helytelen elgondolás! A tanulás az iskolában kezdődik, s az ott megszerzett ismereteket kell otthon gyakorolni, elsajátítani, feldolgozni, leírni, megtanulni stb. Ebből az következik, ha figyelsz az iskolában, lényegesen megkönnyíted az otthoni tanulási tevékenységed, és jelentős időmennyiséget takarítasz meg.

A tanulás belső feltételi

A tanulásnak számtalan olyan összetevője van, amelyek léte, segíti a tanulást, hiánya pedig gátolja annak eredményességét. Melyek azok a belső tényezők, amelyek fontos szerepet játszanak tanulásunkban?

a/ Tehetség, képességek - örökletes tulajdonságok – számolni kell velük, akár elegendőnek ítéljük meg, akár nem.

b/ Környezeti hatások – az emberre növekedése során erősen hat a család. A látott, tapasztalt minta bizonyos szintig beépül az egyénbe.

c/ Önismeret, önbizalom – Ismerd meg önmagad! Higgy abban, hogy amit nagyon akarsz, azt végre is tudod hajtani! Ha valami elsőre nem sikerül, nem szabad feladni! Arra gondolj, hogy képes vagy megcsinálni, csak tenni kell érte! Olvasd el, próbáld meg, írd át, gondold végig, ha kell egy tucatszor is, és meglátod, a végén sikerülni fog.

A tanulás külső feltételei

A megfelelő fizikai állapot természetes feltétele a tanulásnak.

1. Tanulás előtt a szobádat szellőztesd ki! A tanuláshoz friss, oxigéndús levegőre van szükség.
2. Az íróasztalodon rakj rendet! Pakolj el minden olyan tárgyat, ami fölösleges, és csak elvonná a figyelmed!
3. Ügyelj a kellő fényforrásra! Lehetőleg természetes fénynél tanulj, ha szükséges, akkor az asztali lámpa a baloldalon legyen! (Jobb kezeseknél)
4. Nézd át az órarendet, és csak azok a taneszközök legyenek szépen előkészítve, amelyekre szükséged lesz!
5. Az író- és egyéb segédeszközöket (pl. szótár) is készítsd ki!
6. Ne legyen túlságosan puha a széked, a tanuláshoz ajánlatos inkább keményebb széket választani.
7. A tanulás komoly munka. Csönd szükséges hozzá. A különböző zajok elvonják a figyelmed. Zenét inkább tanulás után hallgass!
8. 45 percenként mozgasd meg a testrészeid!

A tanulás és a motiváció kapcsolata

Ne ijedj meg ettől az érthetetlennek tűnő kifejezéstől! A jelentése nagyon egyszerű. A tanulási motiváció tanulásra késztető erő, amely aktivizálja, irányítja a tanulást. Ismerkedj meg a tanulásra késztető erő négy szintjével!

a/ Belső tanulási motivációról akkor beszélünk, amikor **a lelkiismereted, kötelességtudásod alapján teszel eleget az iskolai követelményeknek.** A tanulás önmagaddal szembeni erkölcsi kötelesség. Az elért eredmények pozitív érzéssel töltenek el.

b/ Van olyan tanuló, akinél a tanulásra hangolt állapot a személyiségéből fakad. (érdeklődöm a tananyag iránt, kíváncsi vagyok a tanulnivalóra, szívesen teszem)

c/ Van olyan tanuló, aki úgy érzi, hogy a tanulás csak eszköz valamilyen külsődleges cél elérése érdekében. (pl. valamilyen jutalom, ajándék stb.). De előfordul olyan eset is, hogy negatív külső hatás „motiválja” a tanulást. (pl. félelem a szülők veszekedésétől, büntetésétől)

d/ Van, akit a versenyhelyzet inspirál a tanulásra. (pld.: kerületi verseny, Bolyai verseny)

Javaslatok az otthoni tanuláshoz

1. Az otthoni tanulást célszerű az iskolában elkezdeni.

2. Idézd fel magadban az aznapi eseményeket, emlékezz vissza az órákon tanultakra!

3. Először a szóbeli házi feladatokat készítsd el, hiszen az írásbeli feladatok azok megértését kívánják, azok gyakoroltatását szolgálják!

4. Kezdd a tanulást a számodra legnehezebb tantárggyal!

5. Kis pihenő után az idegen nyelvet tanuld meg!

6. A tanulás nehéz szellemi munka, ezért a tantárgyak között pár perces mozgásos pihenőt nyugodtan iktass be!

7. Ha elakadsz, kérj segítséget, vagy tedd addig félre, amíg nem sikerül megértened a feladatot!

8. Ha van időd, ismételj! Nagyon fontos a megtanultak megtartásához!

9. Hozzáolvashatsz a tananyaghoz, vagy előre is tanulhatsz, ha marad időd.

A tanulás, mint a tudáshoz vezető általános út

Hogyan lehet eljutni a tudáshoz? Hogyan tanulunk? Van egy jól bevált út. Lépései a következők:

1. **Megfigyelem, elolvasom, megnézem**, amit el kell sajátítanom – ez történik akkor, amikor elolvasod a megtanulandó szöveget, megfigyeled a kísérletet, megnézed a filmet stb.

2. **Megértem a dolgokat**. Azt gondolom: „Aha, én ezt már értem…” Ezt teszed akkor, amikor lerajzolod, elképzeled, kipróbálod, értelmezed a dolgokat, értelmező kérdéseket teszel fel velük kapcsolatban.

3. **Megjegyzem** azt, amit megismertem, megértettem. Ez akkor történik, amikor hangosan elmondod a szöveget, ha nem sikerül, akkor megnézed, megjegyzel egy-egy kulcsszót, amiről eszedbe jut a többi. Logikai szervezőket (ábrákat) rajzolsz, hogy segítsenek felidézni a tanultakat, kialakítod a „megjegyzés mankóit”.

4. **Alkalmazni tudom**, amit megtanultam. Ezt akkor mondhatod, amikor a felidézéshez már nem kell visszalapoznod a könyvben, nem kell újra belenézned a vázlatba. A felidézett ismereteket kapcsolatba tudod hozni más ismeretekkel, összefüggéseket fedezel fel közöttük, elemezni, összehasonlítani tudod

Íme néhány gondolat, mire érdemes odafigyelni, amikor nekiülsz, illetve néhány technika, amivel feldobhatod a tanulási folyamatot.

1. Levegő, fény, kényelem

Még mielőtt elkezded a tanulást, érdemes röviden rákészülni. Az előkészületek sokkal fontosabbak lehetnek, mint gondolnád. Az agyad jobban működik, frissebb vagy, ha megfelelő annak oxigénellátása. Ennek érdekében nyiss ablakot, de legalább rövid ideig

szellőztess a helyiségben, ahol tanulni fogsz. A szemed épségének megőrzése érdekében olvasáshoz, tanuláshoz egyaránt legyenek megfelelő fényviszonyok, világos szoba, vagy megfelelő megvilágítás, semmiképp ne dolgozz félhomályban. Az is fontos, hogy lehetőleg egyenes háttal, kényelmes ülő helyzetben végezd a munkát, pláne, ha hosszabb ideig tart a feladat elvégzése.

2. Kiegyensúlyozott energia- és folyadékbevitel

A tanulással rengeteg energiát éget a szervezeted, ezért mindig gondolj a megfelelő étkezésre. Igyál sokat tanulás előtt és közben is. Magas vitamin-, nyomelem- és folyadéktartalma, illetve alacsony kalóriatartalma miatt, szuper tanulást segítő lehet a répa és alma, egy kis dióval egyé b magvakkal kombinálva.

3. Nagy feladatok kisebb részekre bontása

A megfelelő körülmények megteremtése után jöhet a valódi tanulás. Ha egy megmászhatatlannak tűnő hegynek látod az előtted tornyosuló feladatokat, készíts időbeosztást. A nagyobb feladatokat pedig célravezető lehet kisebb egységekre tagolni. Ha egy kisebb egységet megtanultál, tarts szünetet, vagy jutalmazd meg magad valamivel.

4. Váltott ütem – tanulás, pihenés

Egy egyedi tanulási technika, amikor 25 percig feszült figyelmet fordítasz a feladatra, majd egy 5 perces pihenőt tartasz. A technika lényege, hogy nem kell sokáig összpontosítani, de abban a 25 percben tényleg nincs telefon, e-mail, vagy Facebook, minden zavaró tényezőt ki kell zárni, és csak a feladatra koncentrálva, a lehető legnagyobb hatékonyságra törekedni. Ez a technika igényel egy kis elhatározást, de aki gyakorolja, az gyorsan megtapasztalhatja előnyeit.

5. Torna

A pihenőidőben érdemes felállni, 2 óránál több egy helyben ülés már jelentős megterhelést jelent a váz- izom rendszerre, így egyenesen egészségtelennek tekinthető. Ilyenkor számtalan lazító, vagy felpezsdítő gyakorlatot végezhetünk, mint például: fej-és vállkörzés, karkörzés, az í++zületek és vérkeringés felpezsdítésére térdhajlítás és nyújtás, csípőkörzés. Érdemes az ujjainkat és csuklónkat is átmozgatni körzéssel, előre- és hátrafeszítéssel. Nagyon hatékony lehet még az ellentétes végtagok egymáshoz közelítése, mint jobb könyök bal térd, és fordítva, illetve nyújtott végtagokkal jobb kéz bal láb közelítése és fordítva. Ezzel a gyakorlattal a jobb és bal agyfélteke stimulálódik, összhangba kerül, így a tanulás is jobban megy majd, a vérkeringés és a pulzus gyorsulásának jótékony hatásairól nem is beszélve.

6. Hassunk az érzékekre

Agyunkat stimulálhatjuk különböző illatokkal. Meglepő, de ha lankad a figyelem, egy kis lendületet adhatsz a tanulásnak, ha illatos gyertyát gyújtasz, vagy egy kellemes illatú krémmel bekened a kezed. Ülés és olvasás közben, ha éppen nem írsz, masszírozhatod a fejbőrödet, vagy a fülcimpádat, ami a tornához hasonlóan javítja a véráramlást, ezzel segítve a tanulási folyamatot.

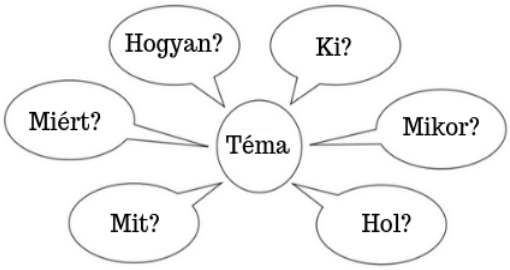
7. Színes kijelölés, aláhúzás

A lényeges információ kiemeléséhez és az ismétlés megkönnyítéséhez a legegyszerűbb, ha aláhúzást, vagy színes kiemelést használsz. Ezt a módszert alkalmazzák talán a legtöbben, azonban más módszereket is érdemes lehet kipróbálni.

8. Kulcsszavak, tanulókártyák

Van, akinek nem elég az olvasás vagy egyszerű kiemelés, hiszen a leghatékonyabban úgy sajátítja el az anyagot, ha le is írja azt. Ilyekor a már említett kulcsszavakat, kulcs gondolatokat összegyűjthetjük tanulókártyákra, amiknek a segítségével azt is ellenőrizhetjük, hogy mennyire emlékszünk a tanultakra. Az információ tömörítésével, a fejünkben is könnyebb rendszerezni az olvasottakat.

9. Gondolattérkép



Az ábrázolás is nagy szerepet játszhat a tanulásban azoknál, akik inkább vizuális beállítottságúak, akiknek a képek, színek és a térbeli elrendezés nagyban segít a tanulásban. Ilyenkor készíthetünk ún. gondolattérképet. Előnye, hogy az asszociációk segítségével hatékonyabb a megismerés, tanulás folyamata. Az egyik dologról eszünkbe jut a másik, ezt ábrázoljuk egy gondolattérképen. Ez egy hatékony grafikai technika, amely egyébként alkalmazható az emberi tevékenységek bármely területén, ahol tanulásra, tiszta gondolkodásra van szükség.

10. Csoportos tanulás

Egyedül sokszor elsiklunk később fontosnak bizonyuló információk fölött, vagy egyszerűen csak nehéz az anyag, és jobb, ha nem egyedül próbáljuk megérteni. Ismerős, ugye? Ilyenkor fantasztikus megoldás lehet egy tanulócsoport kialakítása, a feladatok felosztása és közös megbeszélése, értékelése.

Filmajánló

AZ öt legenda: A legenda szerint a Holdbéli Ember azért választotta ki a Húsvéti Nyuszit, a Mikulást, a Fogtündért és a Homokembert, hogy vigyázzák a gyerekek álmait, s gondoskodjanak arról, hogy biztonságban nőjenek fel. A gonosz Szuroknak, azaz a Mumusnak azonban már elege van ebből, és abból is, hogy a szülők állandóan vele riogatják a kicsiket. Ezért az álmokból rémálmokat csinál, az örömből félelmet, a fényből sötétséget. Így az őrzők veszélybe kerülnek. Ám akad segítség, a száműzetésből visszatérő Dér Jankó, az ötödik legenda...nemzetközi értékelése: 8,3 pont

Grincs: A Grincs egy cinikus, zsémbes zöld szőrmók története, aki el akarja lopni a karácsonyt, ám végül egy kislány őszinte ünnepi lelkesedése észhez téríti. A Grincs magányosan éldegél barlangjában a Kobak hegyen, egyetlen társasága hűséges kutyája, Max. A barlang tele van mindenféle találmánnyal és szerkentyűvel, melyek a házigazda mindennapi kényelmét szolgálják, így a Grincs csak akkor látja szomszédjait Kifalván, amikor kifogy az élelemből. Kifalva minden évben karácsonykor megzavarja hősünk magányát az évről évre egyre nagyobb, fényesebb és hangosabb ünnepléssel. Amikor a Kik bejelentik, hogy idén háromszor nagyobb lesz a karácsony, a Grincs rájön, hogy csupán egy módon biztosíthatja a csendet és a békességet: el kell lopnia a karácsonyt…nemzetközi értékelése: 6,3 pont

*Igazából szerelem:*A történet mozgatórugója a szerelem, legyen az első látásra, vagy éppen beteljesületlen, rangra, életkorra és családi állapotra való tekintet nélkül. Megérinti az agglegény miniszterelnököt, az anya nélkül maradt iskolásfiút, a korosodó, kiégett rocksztárt, és nem kerüli el a szerelmében csalódott, összetört szívű írót sem. Londoni életek és szerelmek találkoznak össze és bontakoznak ki. Szenteste romantikus, fergeteges és keserédes következményekkel, mindenki számára, aki elég szerencsés (vagy szerencsétlen) ahhoz, hogy a szerelem bűvöletébe essen…nemzetközi értékelése: 9,1 pont

Hóbarát: Jack Frost (Michael Keaton) mindig is híres zenész akart lenni és most megadatik a lehetősége a nagy kiugrásra. Csakhogy míg a hírnevén dolgozik, elhanyagolja fiát és a feleségét. Karácsony estéjén azonban ráébred a szomorú igazságra, de jóvátenni már nem tudja, mert végzetes balesetet szenved. Egy évvel később visszatér, a sors különös tréfája során, a fia által gyúrt hóember testében és még egy esélyt kap arra, hogy családjával szemben rendezze a tartozását… (sírni ér!!!) nemzetközi értékelése: 7,5 pont

Zeneajánló

1: Y2K, bbno$: Lalala

Régebben jött ki ez a szám. Tiktokon is hatalmas karriert futott be. A rap kedvelők egyik kedvenc dala lett. Az is hallgatta, aki nem annyira jártas ebben a műfajban. Bbno$-nak ez a legismertebb száma. Y2K-val sok számon dolgoztak együtt ezután is, de egyértelműen ez lett a leghíresebb számuk.

2: Imagine dragons: Machine

Az Imagine dragons a *Believer*rel futott be és nem sokkal rá kiadták a *Thunder*t, ami most 1,3 milliárdos nézettséggel található meg YouTube-on. Az Imagine dragonsnek ez egy kevésbe ismert száma, de szerintem igencsak sok pozitív energia van benne és motivációs zenének tökéletes, a rockosabb dalok rajongóinak.

3: Tones and I: Dance Monkey:

Ez a szám még júniusban jelent meg, de mostanára lett olyan sláger, hogy mindenhol ezt játszák. Az énekes hangja nem kevés autotune-t kapott, de ez a mostani világban már sajnos megszokott. Egy igencsak pörgős, ritmusos techno dalról beszélünk.

4: Ed Sheeran: Don't

Azt Ed Sheeran-t nem nagyon kell bemutatnom. De mivel a 2 éve megjelent *Shape of you* tette híressé, így az előzetes munkásságát annál inkább érdemesebb ismerni. A *Don't* is már 5 évvel ezelőtt, 2015-ben jelent meg. Annak ellenére, hogy Ed Sheerannak nem az ismertebb dalai közé tartozik, 52 milliós megtekintésnek örvendhet.

5: Billie Elish: watch

Billie Elish nagyon fiatal még csak 17 éves, de rengeteg lista vezető slágere van. Köztük a leghíresebb a *Bad guy*. A *Watch* nem olyan ismert. Bár 41 milliós megtekintés van rajta. A Dont smile at me albumban található. Onnan talán a legismertebb dala Billie Elishnak az *Ocean eyes* címet viseli. A Billienek az első kiadott száma. Billie Elish szomorúbb hangulatú dalokat ír, énekel. Ámbár ez a dal nem olyan lehangoló. Egy ritmusos, gyorsabb tempóju számról beszélünk a *Watch* esetében.

6: Selene Gomez: Lose you to love me

Selena Gomez még kiskorában kezdte karrierjét színészként. 2009-ben adta ki első stúdió albumát. Nagyon sok lista vezető száma van. Egyik közülük a Marshmello-val közösen írt *Wolves*. Ám még részt vett a szintén nagyon népszerű tavaly megjelent *Taki taki*ban is. Ő énekli a 13 okom volt című sorozatban megjelent dalt is. A *Lose you to love me* most nagyjából 113 milliós megtekintéssel büszkélkedhet.

7: Harry Styles: Lights up

Harry Styles a nemrég felbomló One Direction nevezetű fiú-banda egyik tagja volt. A leghíresebb száma a *Sign of the times* nevet viseli. Ez a dal 560 millió megtekintéssel találhható meg a YouTubon, ami messze a leghallgatottabb dala. Híresebb dalai közé tartozik még a *Kiwi* is.

8: Bagossy Brothers Company: Valahol itt

A *Valahol itt* nagyjából 2 éve jelent meg. YouTubon 9,3 milliós megtekintés van alatta. A Bagossy Brothers Company idén az *Olyan Ő*-vel hatalmasat aratott. Az *Olyan Ő* volt a nyár slágere. Agyba-főbe játszották a rádiók. Ám még sok másik híresebb daluk is van, ezek közé tartozik még a *Van ez a hely* is, amin 5 milliós megtekintés van.

9: Parov Stelar: Soul fever blues

Parov Stelar nem igazán populáris előadó, de attól függetlenül igencsak ritmusos, és kölünleges zenét játszik. A *Soul fever blues*t leginkább úgy tudnám jellemezni, mint elektro blues. Parov Stelarnak a legismertebb dala a *The sun* címet viseli. Ennek a dalnak 26 milliós megtekintése van YouTubon.

10: Manuel: Messziről jöttem

Manuelnek ez első száma. Idén jelentkezett az X-Faktorba, és ott Bye Alex csinálta neki a videó klippet. Hatalmas sikert aratott a dal, első helyen szerepelt a hazai YouTube listán. Most nagyjából 3,6 millió megtekintés van alatta.

Sorozatajánló

Mivel közeleg a téli szünet, ezért -ha nem vagy nyolcadikos- valószínű, hogy lesz egy kis szabadidőd, amiben akár az unalom is megkörnyékezhet. Ilyenkor lehet találkozni a barátainkkal, rajzolni, elmenni a nagyihoz, vagy sorozatokat is nézhetünk. Utóbbi miatt pedig összegyűjtöttem pár sorozatot, amivel eltölthetitek a szabad estéiteket.

Tömérdek olyan netflixes, cw-s vagy hbo go-s alkotás van már, amit tényleg, de tényleg mindenki látott, így ma pár underrated sorozatot hoztam el nektek. (az underrated magyar fordítása az „alulértékelt" kifejezés lenne, ám ezt senki sem használja, szóval bocsi németesek. A jelentésében pedig nem kell nagy rejtélyt keresni, mindössze annyit tesz, hogy az adott dologról/személyről nem beszélnek annyit, mint megérdemelné)

1. **The A List**: ez az a tipikus sorozat, amit senki sem ismer a közvetlen

   környezetedben, de te mégis órákat tudsz róla beszélni, hiszen annyira csodálatos (ezért persze majd le akarnak ütni mit az ébresztőórát, de nembaaaj…) A történetnek nincs kiemelkedő főszereplője, mivel egy csapat táborozó diák nyarát mutatja be, -akik aztán majdnem meghalnak, de ezt hagyjuk későbbre-. Az első részt talán még unalmasnak is tudnám nevezni, mivel egy tipikus tinidrámának indul, de várjuk ki a végét! A törtnet nagyon izgalmas, csakúgy, mint a szereplők és konkrétan minden tizedik percben akkora csavar jön, hogy minden -és néha mindenki- a feje tetejére áll. A szereplőket én hamar megszerettem és még a para, szuperképességekkel rendelkező lányban is találtam jó tulajdonságokat. És ha már a szuperképességekről beszélünk, akkor megemlíteném, hogy a Violettás kezdetű sorozat egy enyhén természetfeletti dologba fog átmenni, amit folytonos fordulatok öveznek. Nem hiszem, hogy bárki is hallott volna már erről, de mindenkinek tudom ajánlani, mert a szerelemtől kezdve a sc-fi-ig minden van benne és önmagamat ismételve mondom, hogy egy csodálatos alkotás.
2. **Anne with an E**: a sorozat a könyvadaptációk szörnyűségéről szóló történetek

   ellenpéldája is lehetne. Főszereplőnk, Anne egy árva lány, akit nagyon sok borzalmas dolog ért a múltban, de végül egy öreg testvérpárhoz kerül, akik örökbe fogadják, emiatt pedig minden megváltozik körülötte. A sok évtizeddel ezelőtt játszódó történet Anne életét mutatja be három évadon keresztül, ahol sok szomorú, vicces vagy meghökkentő dolog történik. A szerelem itt sem maradhat el, viszont nem spoilerezem le, hogy végül összejön-e a pár, akinek már az első részek után az esküvőjüket tervezték a rajongók. A harmadik évad nemrég látott napvilágot, ahogy a hír is miszerint ez lesz Anne történetének a vége. A rajongók közt ez nagy felháborodást keltett és még ma is vannak próbálkozások arra, hogy „kapjunk" még egy évadot. Mindenesetre ebből a sztoriból sosem elég, így én nagyon örülnék egy újabb „kalandnak" és bátran tudom ajánlani egy hideg téli estére.

3. **The 100**: a disztópikus sorozat külföldön elég népszerű, ám Magyarországon még nem kapta meg a várva várt figyelmet. A történet kezdetén az űrben, az Ark-on járunk, ami egy óriási űrhajó, ahol az emberi faj megmaradt egyedei töltik a mindennapjaikat. Tudom, ez nem is hangzik olyan rosszul, viszont, ha nem jönne a bonyodalom a szériának semmi értelme nem lenne, így előre mondom, hogy ne dőljünk hátra. Az ottani vezetők rájönnek, hogy túl sok ember van az űrhajón, a levegőjük pedig el fog fogyni. Ezért úgy döntenek, hogy leküldenek 100 büntetett előéletű fiatalt a Földre, ahol sok megpróbáltatással kell szembenézniük. És mi van, ha az „okosok" tévedtek azzal kapcsolatban, hogy a Földön nem élnek emberek? A sorozat 7. és egyben utolsó évada jövőre fog kijönni, úgyhogy az erős idegzetűeknek bátran ajánlom figyelmébe a Visszatérőket. Én most kezdtem a negyedik évadot, de egyszerűen imádom, viszont figyelem, a 3. évad végére készítsük a zsebkendőket!

4. **Dc Titans**: hiába vagyok nagyon nagy Marvel fan, be kell vallanom, hogy a Dc-s sorozat, aminek idén jött ki a második évada egy nagyon jó alkotás. A középpontban a furcsa képességekkel rendelkező Rachel, Gar, a fiú, aki tigrissé tud változni, Robin, Wonder Girl, Kory és barátaik állnak. A történet szerintem izgalmas volt, a szereplők szerethetőek és -lányos dolog, de- sokakat lehetett shippelni. A második évadot még nem volt lehetőségem megnézni, de a szakértők véleménye szerint nem lett rossz, így amint tudom pótolni fogom a lemaradásom.

5. **The Order**: ha valami vérfarkasosat és boszorkányosat akarsz nézni, akkor jóhelyen jársz. Az Order című sorozatban mindkettő megtalálható, nem is akármilyen fordulatok között. A főszereplőnk, Jack sikeresen bekerült az egyetemre, ahol már csak egy célja van. Be akar kerülni a kék rózsa rendjébe, ahol a tagokról két dolgot érdemes tudni. Először is tudnak varázsolni, másodszor pedig ősi ellenségei a vérfarkasoknak. És mi történik, ha minden összejön neked? De félreértés ne essék, nem jól jönnek ki a dolgok, hanem bekerülsz a rendbe és vérfarkas is leszel. Kérdezd Jack-et, ő tapasztalt ebben. A természetfeletti sorozat jelenleg egy évaddal rendelkezik, de itt is számtalan fordulat és szerelmi szálak várják a nézőt, én pedig csak ajánlani tudom.

Nos, ennyi is lett volna az én underrated sorozatokról szóló cikkem és remélem, hogy mindenki meg tudta találni a neki tetsző alkotást, ezáltal pedig nem kell egy unalmas téli szünettel szembenéznie. Előre is boldog karácsonyt kívánok mindenkinek és találkozunk a következő számban!

A hónap sztárja Keanu Reeves

Bejrútban, Libanonban született 1964-ben, édesanyja angol, édesapja kínai-hawaii származású. Nem sokkal a születése után a szülők elváltak, Keanu édesanyjával New Yorkba, aztán Torontóba költözött. Gyermekkorában jégkorongozott, diszlexiával küzdött, 19 évesen otthagyta a középiskolát és beiratkozott egy színiiskolába. Első filmje az 1986-os *Friss vér* volt, ezt követte többek között a *River Edge* és a *Veszedelmes viszonyok* Glenn Close és John Malkovich oldalán. Feltűnt a *Vásott szülők*, az *Otthonom Idaho*, a *Drakula* és a *Sok hűhó semmiért* című alkotásokban is, kiemeltebb szerepei közé tartozik *A kis Buddha* Sziddhartája, a *Féktelenül* Jack Travenje, a *Féktelen Minnesota* Jjaks Claytonja, *Az ördög ügyvédje* Kevin Lomaxe és a *Mátrix*-filmek Neója, amely talán a legismertebb alakítása. Az új évezredben olyan produkciókban szerepelt, mint a *Ház a tónál* vagy az *Amikor megállt a Föld*.

Érdekességek:

- Keresztnevét édesapja adta neki, ami hawaii nyelven annyit jelent: Szellő a hegyek fölött.
- Azon ritka hollywoodi sztárok közé tartozik, aki mindmáig képes volt megőrizni gyökereit, szerénységét, közvetlenségét, emellett rengeteget jótékonykodik is, valamint visszafogottan él. Vagyonát nagyjából 360 millió dollárra becsülik, ennek dacára is számtalanszor jár tömegközlekedéssel, és elmondása szerint igyekszik egyszerű életet élni, a harácsolást ignorálva. A számos tragédia, amely beárnyékolta életét sem törte meg, hanem továbblépett, és igaz, tiszta lelkületű emberré formálódott, aki megedződve igyekszik másokon segíteni. Leukémiás húgát rendszeresen ápolta, sőt, még a Mátrix második és harmadik részének forgatási munkálatait is halasztotta a betegsége miatt.
- 2005 elején a Hollywood Walk of Fame elismerve addigi színészi teljesítményét az emblematikus csillagot adományozta neki, amely a Hollywood Boulevard 6801-nél található meg.

Arcunk sminkelése, ápolása

Sokat gondolkodtam azon, hogy vajon mit írhatnék a cikkembe. Aztán felmerült a karácsonyi téma, pedig amilyen messze van, annyira reklámozzák már mindenhol! Aztán tovább elmélkedtem és úgy döntöttem még messzebb megyek, egészen a szilveszterig, mivel ihletet adott a NYX új Love Lust Disco kollekciója!

Készítsük el egy alapot!

Rögtön a szemre is térek!

Fontos lépés és ezt tapasztalataimmal is alá tudom támasztani, hogy a szemünkre is rakjunk korrektort vagy alapozót a szemfesték tartóssága érdekében (jobban megmarad a szemfesték a bőrünkön).

Egy fekete vagy sötétbarna-ízlés szerint-szemhéjpúdert vigyünk fel a külső szemzugtól a belső szemzug vonaláig. Fölé, a szemöldökcsontunkhoz pedig világosbarna szemhéjpúdert vigyünk fel, ha lehetőség van rá akkor árnyékoló ecsettel a füstös hatásért. A belső szemzughoz aranyszínű szemhéjpúdert rakjunk és ezt ujjal érdemes, ugyanis akkor több csillám fog látszódni.

Alul fekete szemceruzával csináljuk meg a vízvonalunkat, majd egy kevés fekete szemhéjpúderrel erősítsük meg az alsó szemhéjnál, majd az alá a barna színűvel is megerősítjük és ezt szintén árnyékoló ecsettel csináljuk meg.

Arccsontunkra egy arany csillogású highlighter-t vigyünk fel!

Szánkat egy tűz piros színű rúzzsal dobjuk fel.

Orosz Barbi almás pite receptje

Nekem az almás pitéről mindig a nagymamám jut eszembe, és természetesen az ő mennyei almás pitéje. Ezért is hoztam el nektek ezt a receptet, hogy ti is megízlelhessétek ezt a finomságot. Persze nagyon nosztalgikus is volt elkészíteni, szóval a régi idők, és az ősz emlékére kellemes ünnepeket és jó sütögetést kívánok. Ha pedig van egy kis felesleges almátok akkor készítsétek el ezt a páratlan almás finomságot.☺

Hozzávalók:

- ♥ 75dkg finomliszt
- ♥ 25dkg sütő ráma
- ♥ 25dkg kristálycukor + pár evőkanál az alma ízesítéséhez
- ♥ 1 csomag vaníliás cukor
- ♥ 1 csomag sütőpor
- ♥ 4 db tojás + 1db tojás a teteje megkenéséhez
- ♥ körülbelül 1 kg alma
- ♥ ízlés szerint fahéj az alma ízesítéséhez
- ♥ szükség esetén 1-2 evőkanál tejföl
- ♥ körülbelül egy maréknyi darált háztartási keksz

Elkészítése:

Keverjük össze a lisztet a sütőporral, és morzsoljuk bele a margarint. Majd adjuk hozzá a kristálycukrot, vaníliás cukrot, és természetesen a tojásokat. Ezután gyúrjuk össze, hogy könnyen formázható tésztát kapjunk, ha a massza nagyon száraz, és nem akar összeállni, akkor adjunk hozzá egy kevés tejfölt. Ezt követően tegyük be a hűtőbe pihenni míg meghámozzuk, lereszeljük, és természetesen a felesleges levétől megszabadítjuk reszelékünket, vagyis alaposan kifacsarjuk az almát, és cukorral, fahéjjal ízesítjük.

Melegítsük elő a sütőt légkeverésen 180°C-ra, és beleljünk ki egy körülbelül 30x35 cm-es tepsit. A tésztát osszuk két részre és nyújtsuk ki egyenlő vastagságura. Az első réteget helyezzük a kibélelt tepsibe majd szúrjuk meg a darált háztartási keksszel, úgy, hogy mindenütt egyenletesen egy újabb réteget képezve ellepje, ez azért szükséges, hogy ne áztassa el az alma a tésztánkat. Majd erre jön a reszelt alma, és a másik tészta lapunk.

A tetejét alaposan szurkáljuk be egy villa segítségével, majd bőségesen kenjük le a felvert tojással. Ezután tegyük be az előmelegített sütőbe, és süsük kb. 35-45 percig. Jó étvágyat a süteményhez!☺

Sport

Foci

A labdarúgó Bajnokok Ligája 4. fordulójának legfontosabb eddigi eredményei:

Borussia Dortmund – Internazionale

3 – 2

Barcelona – Slavia Praha

0 – 0

RB Salzburg – Napoli

1 – 1

Liverpool – Genk

2 – 1

Véleményünk szerint a hét meccse a Chelsea - Ajax Amsterdam mérkőzés volt. Ezen a meccsen 8 gól is esett. Ezeknek megoszlása arányos volt. A végeredmény 4-4 lett.

E-sport

Mostanában rengeteg szó esik az XBOX és a Playstation közötti harcról az új console-ok erősségével kapcsolatban. Köztudottan mindkét gyártó (Microsoft és Sony) 2020 végén jelenik majd meg. A luonchday 2020 novemberére avagy decemberére várható. Bizonyos információk szerint az XBOX-Scarlet előbb fog megjelenni pár nappal mint a PS5, de más források arról értekeznek, hogy az új sony konzol fog előbb megjelenni.