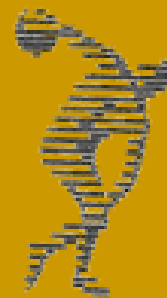
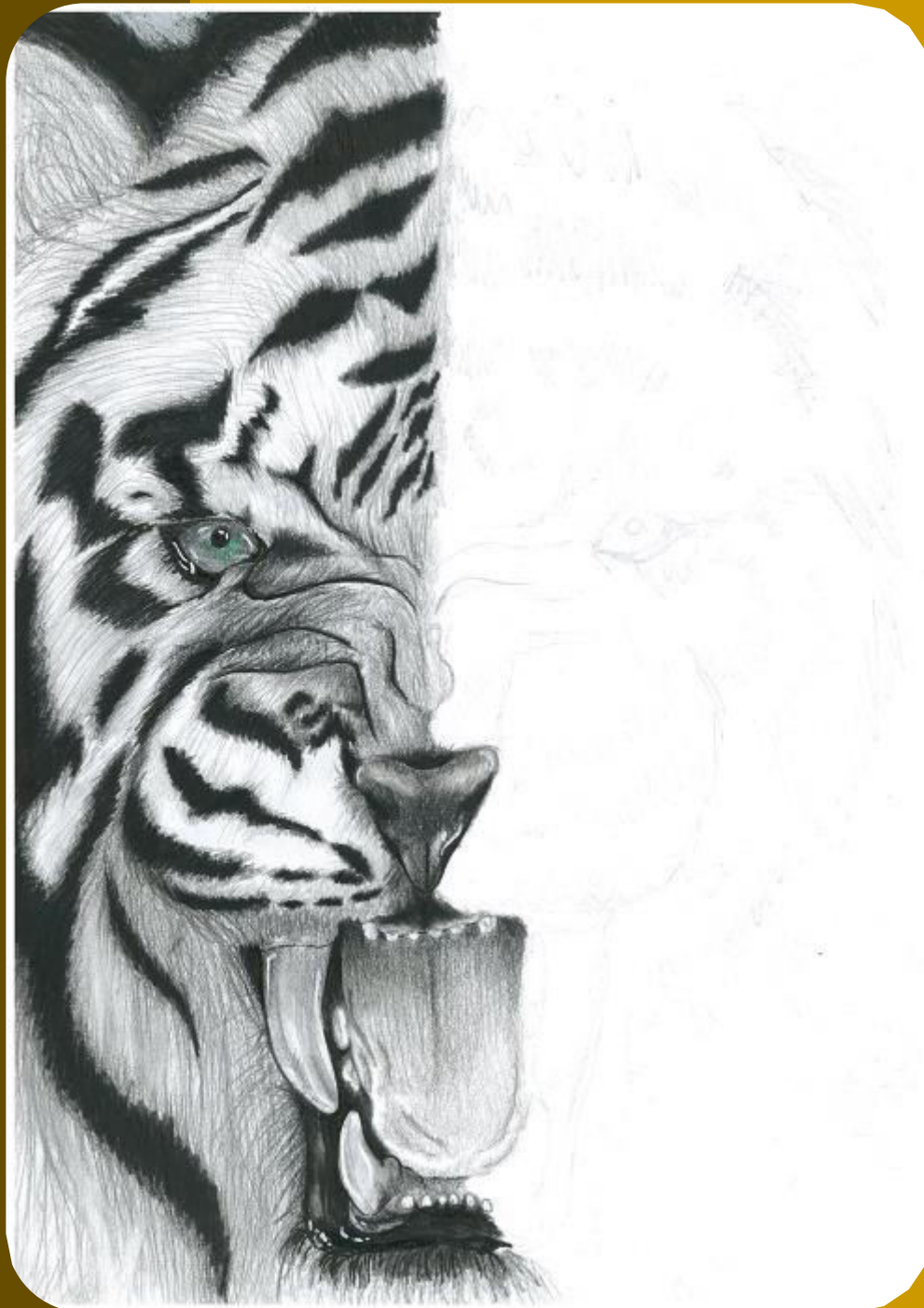


DIJAŠKI DOM
GIMNAZIJA ŠIŠKA
ALJAŽEVA ULICA 32
1000 LJUBLJANA

DIJAK



JUNIJ 2021, VI.



Časi so taki, kakršni smo ljudje.

Uredila:
Kaja PEČOVNIK

Prelom:
Matija Nared

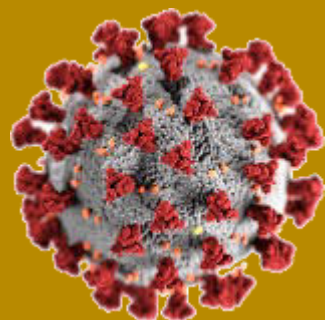
Mentor:
Matija Nared

Pomoč pri lektoriranju:
Manuela Keršič

Glasiló Di(v)jak je interno
glasilo Dijaškega doma
Gimnazije Šiška.

Fotografije: Arhiv glasila
Di(v)jak, M. Nared, K.
Pečovnik, M. Gorenc.
Nekatere so posredovali
avtorji člankov, druge pa
so: www.freeimages.com
ali
<https://unsplash.com>.

Risba na naslovnici:
Gaja Bizjak



Uvodnik	Kaja Pečovnik: Tigrovo leto	3
Korona	Larissa Pirnat: Ali nas je korona spremenila?	4-5
	Nika Bohinc: Kako sem prebolela covid-19	6
	Marcel Barle: Karantena	7
	Dijakinji 4. oddelka: Po dežju vedno posije sonce	8
Svet športa	Zara Avsec: Kaj mi pomeni ples	9
	Dijakinja 4. oddelka: Nogomet, šola, korona – kako vse uskladiti?	10
	Patricija Ham: Kam naprej po srednji šoli	11
Intervju	Kaja Pečovnik: Živi in pusti živeti, pogovor z Dragom Vočancem, varnostnikom	12-15
Mladost in njen čas	Kaja Pečovnik: Kakšne počitnice si želim	16-17
	Jan Križ: Odraščanje	18
	Filip Avsec: Ljubljana – drugi dom	19-20
	Maša Černivšek: Dragi dnevnik	21-23
Prosti čas	Gaja Bizjak: Začne se vedno z eno črto	24-33
Reportaža in fotoreportaža	Reo Mraz – Hladni: Tekma med Nemčijo in Portugalsko, U21	34
	Gorenc, Sušnik: Zaključna prireditev nogometnih razredov	35-43
Razvedrilo	Križanka	44-45



Tigrovo leto

Tudi letos bomo v domskem časopisu na različne načine predstavili dijake, njihovo življenje v domu in zunaj njega, njihove poglede na svet in prepreke, s katerimi se srečujejo in ki jih bolj ali manj uspešno premagujejo.

To zadnje obdobje je bilo, kot vsi zelo dobro vemo, prav posebno. Srečevali smo se s številnimi še ne poznanimi zagatami, s katerimi se je vsak spoprijemal po svoje. Pouk je večino leta potekal na daljavo, kar je bilo za marsikoga zelo stresno, nekaterim pa je to, vsaj od začetka, tudi ustrezalo. Pouk prek ekranov je zahteval veliko zbranosti, motivacije, samostojnega dela, predvsem pa, kar je najpomembnejše, samodiscipline. Od te je bilo pravzaprav še najbolj odvisno, kakšen bo zaključni uspeh. Kljub temu da je bil dijaški dom kar nekaj časa prazen, smo ga počasi, a vztrajno polnili in proti koncu šolskega leta le napolnili z nadobudno mladostniško energijo. Roko na srce, to vsekakor znamo. Kljub ukrepom za zaježitev covida.

Tudi športne dejavnosti, za nas tako pomembne, so bile zelo omejene ... Tudi to se odraža v prispevkih.

V letošnjem glasilu bomo tako med drugim izvedeli, kako smo preživljali minulo leto, kako nam je šlo v šoli, športu, ljubezni in v življenju nasploh. Za radovedne so teksti prav zanimivi in tudi zelo iskreni. Predvsem to drugo.

Naslovno in tudi vse druge ilustracije za tokratno številko je prispevala dijakinja Gaja Bizjak. Čeprav se na prvi pogled zdi, da je osrednja tema našega doma šport, pa imamo med seboj tudi ljudi z raznoraznimi drugimi talenti. Gaja je že tak primer.

Z naslovnico smo hoteli ponazoriti čas, ki ga preživljamo. Čas dvomov, vprašanj, strahu, polovičnih odgovorov ... Kaj je res, kaj ni? Katera stran resnice je prava? Kaj je zgodba za naslovnice in kaj je zgodba, ki kroji naša življenja? Ali lahko dopustimo, da nas stiska, pa naj bo kakršna koli, pripelje do tega, da vidimo svet samo še črno-belo? Da pristajamo samo na danost, ki nam ponuja le dve možnosti, in sicer za in proti?

Kot je bilo že rečeno: življenje je lepo, ker je v danem položaju edino, ki ga imamo, in priznati moramo tudi, da so časi taki, kakršni smo ljudje.

Ali je na naslovnici navaden papirnati tiger ali je to tiger, ki sliši na ime Strah, pa se odločite sami.



Kaja Pečovnik

ALI NAS JE KORONA SPREMENILA?

Larissa Pirnat

Iz lastnih izkušenj lahko povem, da nas je. Vsakemu od nas je vzela košček sebe. Sicer ne korona kot virus, vendar korona kot neka volja, korona kot razlastitev naše svobode, ki nam jo sicer življenje podarja. Bili smo zaprti vsak zase v svojih sobah, se zapirali tudi vase in skrivali svoje težave; posledice vsega tega pa se bodo šele pokazale. Smo bitja, ki v življenju potrebujemo bližino soljudi, toplino, zaupanje, pogovor in še bi lahko naštevala.



Te stvari pa so nam bile odvzete in mnogim izmed nas – vem in verjamem – ni bilo lahko.

V šoli nam je padala motivacija ter koncentracija, ocene so bile sicer boljše, ampak vsak zase ve, da to v resnici ni ravno zasluga nas samih. Športniki nismo imeli možnosti napredovati in nadgrajevati svojega znanja, kar je bila za nas prava nočna mora, in resnično upam, da se kaj takšnega ne bo več



ponovilo. Vedno več in več je bilo prepirov doma in prav tako v šoli, kar je vodilo v slabo voljo in slabo počutje nas najstnikov ... Z druge perspektive pa vse le ni bilo tako slabo. Lahko smo preživeli veliko časa z družino, nadoknadili pogovore, ki jih med šolskim letom zaradi vseh obveznosti resnično primanjkuje. Za nekatere je bil to tudi dragocen čas, v katerem so lahko spoznali samega sebe, razvili svoje mišljenje in si postavili neke cilje, ki si jih zdaj prizadevamo uresničiti. V vsem tem času smo lahko tudi spoznali, kateri so pravi prijatelji in kateri ne. Glede na to, da smo bili prepuščeni sami sebi samo z računalniki in telefoni, kar nam ne bi smel biti večji problem, ker jih tako in tako že preveč uporabljamo, so nekatera prijateljstva razpadla. Zakaj? Odgovor na to se mi zdi preprost. Ko smo skupaj v živo, smo na telefonih, in ko imamo na voljo samo še telefone, se preprosto ne znamo več pogovarjati. S tem se šele pokaže, kakšen močan vpliv imajo na nas socialna omrežja in konec koncev tudi sami telefoni. Ne glede na položaj, v katerega smo bili postavljeni zadnji dve šolski leti, bi se morali iz tega veliko naučiti. Eden izmed naukov, ki si ga lahko zapomnimo, je zagotovo ta, da nam v življenju ni vedno poslano z rožicami, ampak so na naši poti tudi trni in ovire, ki jih bomo morali slej ko prej premagati in nanje gledati kot na novo izkušnjo, ki nas bo naredila močnejše.



Nika BOHINC

KAKO SEM PREBOLELA COVID-19

Covid-19, ki sem ga prebolevala 12 dni, sem dobila od mame, ki dela v bolnišnici. Pri nas smo zboleli vsi člani družine.

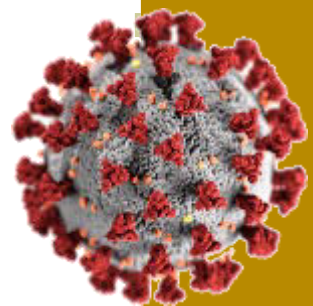
Prvi znaki bolezni so bili vročina, glavobol, boleče grlo, bolečine v hrbtu in bila sem čisto brez moči. Izgubila sem tudi vonj in okus. Prve 4 dni je bilo kar hudo, potem pa se je stanje izboljšalo.

Ves čas bolezni me je bilo strah, da bom okužila stare starše, kajti na starejše lahko covid vpliva hujše kot na nas mlajše.

V družini smo vsi preboleli koronavirus, vendar z različnimi znaki. Mama je izgubila vonj in okus, drugače pa se je počutila dobro. Oče je imel vročino, bolečine v hrbtu, bil pa je tudi povsem brez moči. Brat pa, kljub okužbi, ni kazal kakšnih posebnih znakov. Mama in oče sta kar hitro okrevala in sta se kmalu vrnila v službo.

Ko sem izvedela, da imam covid, sem pomislila na druge, na prijatelje, s katerimi sem se družila. Bilo me je namreč strah, da sem koga okužila. Zaradi mene je kar nekaj ljudi moralo iti v karanteno zaradi preprečevanja nadaljnjega širjenja okužbe. Moja sostanovalka, ki je bila v stiku z mano, na srečo ni imela covida. Čeprav sem se bala, da bi sama dobila hudo obliko te zahrbtnje virusne bolezni, sem se slabo počutila tudi zaradi tega, ker je moralo iti veliko mojih prijateljev v karanteno. Vem, da je to vplivalo na njih na različne načine, npr. niso mogli hoditi na treninge, niso se mogli družiti itd.

Bolezen je pustila posledice tudi pri mojem športu: nogometu. Treningi po okrevanju so bili še posebej naporni, saj sem se hitro utrudila. Pri fizičnih naporih med treningi so se mi pojavili glavoboli, težko sem dihala, v mišicah sem občutila posebno hude bolečine, pojavljala pa se mi je tudi slabost. Toda iz dneva v dan, od treninga do treninga, se mi je stanje izboljševalo in počasi sem spet dobila občutke, ki me v mislih niso vedno znova vračali na prebolelo bolezen. Vse se je nekako spravilo v red tako, kot je bilo pred tem.



MARCEL

BARLE

KARANTENA

Tako kot vsako leto bom tudi letos napisal nekaj o dogajanju v dijaškem domu, šoli in v naših glavah ... dotaknil se bom karantene in šolanja na daljavo.



Na začetku so se vsi šoloobvezni otroci po Sloveniji veselili šolanja na daljavo in »druženja« s starimi prijatelji. Jaz pa nisem imel nobenega navdušenja nad tem, saj ne maram biti doma, ker mi je v dijaškem domu prav prijetno in mi ne manjka nič.

Kot se je izkazalo, sta se dva tedna šolanja na daljavo spremenila v mesece, kmalu pa bomo praznovali drugo obletnico pandemije koronavirusa.

V času karantene sem imel veliko motivacije za učenje, saj sem se zavedal pomembnosti ocen za šolanje in kasneje za študij. Kljub temu pa sem izgubil vso voljo do druženja in treniranja: z ustavitvijo športnih dejavnosti se mi je svet popolnoma postavil na glavo. Življenje je bilo sestavljeno iz učenja, šole in spanja. Za družino sploh nisem imel časa, če pa sem že našel voljo in prišel ven iz svoje sobe, smo se pa skregali.

Karantene si nisem mogel olajšati niti z »druženjem« s svojim razredom, saj večini »nista delala« kamera in mikrofoni. Tako so sodelovali le nekateri. Imel sem občutek, kot da vsak dan 6 ur gledam v steno in poslušam profesorico razlagati snov, ki jo bom moral na koncu tako in tako predelati sam.

V svoji notranjosti sem se celo karanteno boril s svojimi demoni in sem se odločil, da bom poskusil narediti spremembo. Začel sem hoditi k psihologu in vsak dan sem veliko delal zase, da sem koristno zaposlil svoje misli.

Končno se stvari spet vračajo v normalno stanje, plodovi mojega dela med karanteno pa so navsezadnje le skalili. S šolo sem končal že pred dvema tednoma, na tekmah pa imam vedno znova več energije in moči ... A kljub vsemu mi nihče ne more vrniti najboljših let, ki bi jih prav gotovo izbral veliko kvalitetnejše, kot pa sem jih v obdobju karantene.



PO DEŽJU VEDNO POSIJE SONCE

Kot vemo, sta leti 2020 in 2021 zelo nenavadni. Pa ne le zato, ker ju je zaznamovala pandemija, temveč tudi zaradi vremenskih sprememb, ki jih lahko označimo kot neznailne za ta čas v letu. V prejšnjih letih smo bili v maju navajeni že hoditi v kratkih hlačah in »minicah«, marsikdo pa je tudi odpotoval na morje. Letos pa bi lahko rekli, da smo imeli maja kar aprilsko vreme. Maj je bil poln hladnih deževnih dni. In lahko bi rekli, da je poleg presenečenja, ki ga je povzročilo, zelo vplivalo tudi na psihološko stanje ljudi. Čeprav sami misli, da je dež lahko zelo pomirjujoč, pa se mnogi z nama ne bi strinjali in bi trdili, da dež prinaša le slabo razpoloženje. Ob tem pa spodbudi tudi lenobo, saj bi se ob deževnih dneh najraje zavili v odejo in si ogledali kakšen film. Poleg tega smo se zelo razveselili, da bomo po zelo dolgi karanteni končno spet lahko preživeli nekaj časa s prijatelji. Na našo nesrečo pa nam vreme dostikrat ne prizanaša in tudi to ljudi spravi v slabo voljo. Kljub temu pa se da tudi takšne sive dni dobro izkoristiti. Lahko nadoknadimo domačo nalogo, ki se nam je ni dalo narediti prejšnji dan, ali ponovimo snov. Ob takšnih priložnostih pa so zelo dobrodošle tudi razne družabne igre, ali pa v roke vzamemo kakšno knjigo. Moramo pa si zapomniti, da po dežju vedno posije sonce.

Hude
nevihte
ne
trajajo
dolgo.



KAJ MI POMENI PLES

ZARA AVSEC

“Kaj ti pomeni ples?” je zelo pogosto vprašanje, ki ga dobim mnogokrat zastavljenega. Moj odgovor pa ni tako preprost. Ples je zame nekaj, kar mi dela življenje posebno. Kakšno bi bilo življenje brez plesa? Pusto? Brez doživete vsebine? Skozi ples sem spoznala, kdo sem in kaj me zanima. Ko plešem, pozabim na vse, kar se dogaja okoli mene, se sprostim in



moje gibanje se zlije z glasbo, tako kot se morje in valovi zlijejo s peskom na plaži. Mnogim ljudem, ki jih srečujemo vsak dan, ples pomeni nekakšno sprostitev, uživanje in zabavo. Jaz pa še vedno dodam, da je zame ples tudi motivacija, ki me žene naprej. Plešem že od prvega razreda in že takrat sem se vanj zaljubila. En izpuščen trening zaradi šole ali učenja je zame kazen, zato pa to rada zelo hitro nadoknadim. Če pa me kdo vpraša, kaj me pri plesu najbolj razžalosti, bi rekla, da je najslabše to, ker ne morem plesati vsak dan, in sicer kjer koli že sem. Rekla bi, da je plesna dvorana moj drugi dom, kjer preživim večino svojega prostega časa.

Nogomet, šola, korona - kako vse uskladiti?

Sem dijakinja 3. letnika Gimnazije Šiška in članica nogometnega oddelka. Letošnje šolsko leto je bilo zame in seveda tudi za vse ostale zelo nenavadno. Najprej nam je življenje, kakršnega smo bili vsi navajeni, obrnil na glavo covid-19. Vsakdanje življenje je bilo zelo omejeno in težko je bilo živeti na način, ki ga je zapovedovala epidemija. Nепrestano nošenje mask, razkuževanje na vsakem vogalu, varnostna razdalja ... Vsi ti ukrepi so nam oteževali življenje.

Glede na to, da treniram nogomet in da je to ekipni šport, je epidemija poskrbela za nevšečnosti tudi na tem področju. Veliko tekem in treningov je bilo odpovedanih. Kot da že to ni bilo dovolj, sem morala prestati še operacijo palcev na nogah, saj zaradi bolečin nisem več mogla normalno trenirati. Okrevanje je dolgotrajno, najhuje pa je, da ne bom smela igrati nogometa celih 6 mesecev. Trenutno sem na polovici rehabilitacijskih dni in to obdobje treh mesecev je bilo zame res težko. Večkrat sem se vprašala, ali bom po okrevanju sploh lahko igrala ali bom morala prenehati. Obenem sem se morala posvečati tudi šoli, kar mi je predstavljalo ogromen izziv. K sreči sem pouku lahko sledila, saj je bil pouk na daljavo, kar je olajšalo usklajevanje šole in rehabilitacije. Dela je bilo sicer precej, na srečo pa so bili profesorji vedno pripravljeni pomagati in me spodbuditi s kakšno pozitivno besedo. Prav tako so mi bili tudi trenerji vedno na voljo v tem težkem položaju.

Po dolgem času smo se spet vrnili v šolske klopi. Ukrepi so še vedno ovirali bivanje v domu. Težko je bilo omejiti večerna druženja, vendar smo le tako lahko dosegli izboljšanje razmer.

Kljub letu mnogih preprek grem z dvignjeno glavo naprej novim izzivom naproti.

**Uspeh bomo
dosegli le, če si
bomo vsak dan
naložili tisto
breme, ki je
namenjeno za tisti
dan. Tovor bo
pretežak, če bomo
danes nosili še
včerajšnje breme
in mu dodali tudi
jutrišnje, še
preden bi si ga
morali naložiti. –**

John Newton

"Tudi po slabi žetvi je treba sejati."

Seneka

KAM NAPREJ PO SREDNJI ŠOLI



PATRICIJA HAM

Sem dijakinja 3. E razreda in se že 12 let ukvarjam z nogometom. Kot majhna deklica sem prvič stopila na zelenice s fantovsko ekipo Svoboda. Že takrat sem vedela, da mi bo nogomet predstavljal velik del življenja mladostnih let. Iz tega razloga mi je bilo vedno zelo pomembno, da sem imela možnost dobrega usklajevanja in prilagajanja s šolo glede treningov. To je bil dejavnik, ki je igral največjo vlogo pri izbiri srednje šole. Tako sem se brez pomislekov vpisala na Gimnazijo Šiška, kjer se ob učenju z lahkoto posvetim športu. Pogoji za treninge so odlični, obenem pa mi šola zagotavlja odlično izobrazbo.

Prihodnje leto me čaka izbira študija, ki bo zelo težka in kompleksna. Veliko mojih soigralk se je vpisalo na fakulteto za šport in po končanju tega programa imajo veliko možnosti za zaposlitev na področju športa. Čeprav bi se sama s to izbiro še bolj približala športu, ki ga imam zelo rada, me bolj zanima psihologija. Mislim, da bodo v Sloveniji na tem področju slabše možnosti za usklajevanje s športom, zato so moje misli trenutno usmerjene v študij psihologije na kakšni dobri ameriški univerzi. Tam je nogomet na višji ravni kot pri nas in s štipendijo bi mi omogočil kritje stroškov več tisoč evrov plačljivih izobraževalnih programov.

Časa imam še več kot dovolj, kamor koli me bo pa pot peljala, verjamem, da bom uspešna, saj mi je Gimnazija Šiška dala dobro podlago za kakršno koli življenjsko napredovanje.



ŽIVI IN PUSTI ŽIVETI

INTERVJU: DRAGO VOČANEC, VARNOSTNIK

Pogovor je opravila: **KAJA PEČOVNIK**

V dijaškem domu so med zaposlenimi, ki na takšen ali drugačen način skrbijo za nas, tudi varnostniki. Varnostnika Edi Bušić in Drago Vočanec opravljajta službo v popoldanskem in nočnem času, v dopoldanski izmeni pa nam je na voljo tudi gospa Andreja Sotlar.

Čeprav je na prvi pogled videti to precej mirna in nenaporna služba, vemo, da to ravno ne drži, še posebej ne za večerno in nočno varovanje doma. Zato smo se odločili, da bomo opravili pogovor z enim izmed varnostnikov, Dragom Vočancem, ki se je prijazno odzval vabilu, in prek tega poskušali spoznati tudi njihovo plat zgodbe našega doma.

Čeprav nas včasih, ko se mladost po hodnikih in sobah preveč razživi, hitro pošljejo spat, kar se nam zdi seveda nadvse krivično, vemo, da so tu zato, da smo mi bolj varni.

Upamo, da bomo znali postaviti takšna vprašanja, da bomo dobili odgovore na to, na kaj vse mora biti pozoren varnostnik, kaj je najpomembnejše pri njegovem delu, katere »mehke« večšine mora znati uporabljati, ko se pogovarja z dijaki in dijakinjami ... Sicer pa pogledjmo, kaj smo vprašali in kakšne odgovore smo dobili.



Gospod Drago, pozdravljeni.

Verjetno vas ni treba posebej predstavljati. Srečujemo se vsakodnevno. Vemo pa, da ste tudi vi oče številnejši družini, pa nas za začetek zanima tole vprašanje: koliko očeta je v varnostniku in koliko varnostnika je v očetu?

Uh ... takšnega vprašanja si sam ne bi nikoli zastavil ..., ampak je smiselno. Pri meni osebno se ti dve vlogi vsakodnevno prekrivata, sam pa poskušam biti enako pošten do svojih otrok kot do varovancev dijaškega doma v smislu, da ne delam razlik. Je pa res, da si posebej pozoren (opozorjen) na otroke – dijake, ki sami s svojimi dejanji stopijo v ospredje. Za nekatere dijake pa ne boš vedel, da so sploh bili kdaj v dijaškem domu. Razlik med otroki ne moreš delati, naj bodo moji otroci ali varovanci. Pa še nekaj je: v naši službi (tudi v službi očeta) v ospredje stopa neke vrste zaščitniški instinkt.

Služba varnostnika ni tako lahka, kot se zdi na prvi pogled. Že samo delo v nočnem času je naporno, kaj šele kaj drugega. Kako se človek navadi biti celo noč pokonci?

Meni osebno odgovarja, da službo opravljam dvoizmensko. Noč ima svoje zakonitosti in človek si mora sam ustvariti nočno »rutino«. Pride dan, ko je še posebej težko zdržati buden do jutra. Takrat si po navadi skuham kavo oz. grem večkrat na obhod okoli zgradb gimnazije. To mi pomaga.



Kaj je na splošno najtežje pri vašem delu?

Veliko je dela, ki ga opravimo, a se sploh ne »vidi«. Naše delovno področje ni omejeno samo na hodnik, kjer imamo svoje stalno mesto, ni omejeno samo na dogajanje znotraj dijaškega doma, ampak imamo na skrbi tudi okolico doma in šole. Pred leti smo imeli velike težave z raznimi skupinami, ki so na klopcah v parku poleg doma ponujale in prodajale prepovedane substance. Bil je kar veliko dela in težav, da smo jih odgnali, zdaj pa tega ni več. Moramo pa biti stalno pozorni, da to vzdržujemo, da se odzovemo na vsak sum ... Potem je tu še prerekanje glede parkiranja na domskem parkirišču, prerekanje z lastniki psov ...

Se vzgojitelji radi obrnejo na vas, da dobijo »sliko« tega, kaj se dogaja ponoči? Kako si izmenjujete informacije z vzgojitelji? Imate skupne sestanke?

Ugotovitve sproti zapisujemo v dežurno knjigo in s tem obveščamo vzgojitelje. Veliko je tudi sodelovanja ter ustnega prenašanja informacij. Pogovorimo se o vsem, kar je nujno in potrebno. Sam sem predlagal vzgojiteljem, da bi se ob začetku šolskega leta eden od varnostnikov udeležil sestanka, ki ga imajo vzgojitelji z otroki, ter predstavil delo varnostnikov ter recepcije, povedal kakšna so pravila ter opozoril na težave, na katere naletimo varnostniki.

Kaj je tisto, kar vas kljub vsemu pri vašem delu navdaja z veseljem?

Jaz sem vesel, ko spremljam, kako dijaki – otroci pri nas v dijaškem domu rastejo ter postanejo osebno, vedenjsko zrele osebe ... Tudi sam sem bil športnik (in še vedno sem po duši) in zato me veseli tudi vsak uspeh, ki ga naši dijaki dosegajo, pa najsi bo med šolanjem ali kasneje v profesionalnem svetu. Z nekaterimi bivšimi dijaki in dijakinjami še zdaj ohranjam prijateljski stik, čeprav jih tu že nekaj časa ni več.

Ali imate občutek, da se posamezne generacije otrok med seboj zelo razlikujejo?

Generacije otrok se ne razlikujejo toliko, kolikor se razlikujejo njihove navade. K temu je najbolj prispeval napredek internetne tehnologije in razvoj raznih družbenih omrežij. Še 10 let nazaj je

dvorišče dijaškega doma bilo ob večerih polno dijakov, ki jih je bilo treba ob 21.00 »poditi« v dom; sedaj ni tako, saj so po navadi v tem času že po sobah na svojih mobilnih telefonih, tablicah in računalnikih.

Ali se dijaki do vas obnašajo kulturno?

Sam zagovarjam misel, da lepa beseda lepo mesto najde in v tak pristop izzovem tudi dijake. V 16 letih bi na prste ene roke naštel dijake, ki so bili res nesramni do mene. Drugače pa ja ... dijake že v prvih stikih nagovarjam na »fair play«.

Se vam zdi, da je v našem domu, glede na to, da smo v večini športniki, bolj mirno vzdušje? Je manj alkohola, cigaret in drugih mladostniških razvad?

Strinjam se z ugotovitvijo, da je vzdušje bolj mirno. Res je, da je to zelo pogojeno s tem, da so v večini športniki. Gotovo potrebujejo po vseh naporih, ki jih doletijo čez dan (šola, treningi, tekme), počitek. Tudi glede cigaret in alkohola lahko zatrdim, da smo skoraj blizu ničle.

Vas dijaki in dijakinje velikokrat »prinesejo naokoli«?

Jaz upam, da ne. Največkrat poskušajo v večernih urah na lahek način priti do bližnje pekarnice. Izhod po 21. uri lahko odobri samo vzgojitelj.



Kaj bi priporočili mladim, kako naj se obnašamo, da bomo vsi skupaj v domu boljše živeli?

Lepa beseda lepo mesto najde: normalna spoštljiva komunikacija je temelj vsega.

Ali dijake velikokrat zalotite pri kakšni neumnosti oziroma kršenju pravil?

Seveda. (Sledi smeh.)

Kaj naredite v tem primeru?

Odvisno od kršitve. Trenutno je največ kršitev pri nošenju mask, čeprav varnostniki in vzgojitelji na to neprestano opozarjamo. V nočnem času je pa najpogostejši vzrok hrup. Če je kršitev večkratna, potem kršitelje pravil prijavimo matičnim vzgojiteljem.

So po vašem mnenju dijaki preveč omejeni?

Sam osebno ne mislim tako. Res pa je, da so v trenutnem času, ko nas pesti koronakriza, omejeni v druženju in rekreiranju. Vendar to ni težava našega doma, temveč je to težava našega trenutnega stanja v družbi zaradi virusa.

Se velikokrat zgodi, da bi dijaki v poznih urah delali »galamo« oziroma povzročali nemir?

Niti ne.

Kako obvladate prekomerno živahne dijake?

Z opozarjanjem ter normalno komunikacijo se da veliko narediti.

Se vam vaša služba kdaj zdi dolgočasna?

Zgodi se, da se zalotim, da sem zamišljen ... dolgočasna pa ni, saj je vedno kaj za početi.

Se pri dijakih opazi, da so, če imajo včasih prekomerno šolskih in športnih obveznosti, bolj nemirni in razdražljivi?

Opazijo se utrujenost, živčnost, strah. Vse to se opazi. To se večinoma dogaja v času ocenjevalnih obdobj, najbolj izrazito pa je proti koncu šolskega leta.

**Bi za konec dali
dijakom še kakšen
življenjski nasvet?**
Živi in pusti živeti.

**Gospod Drago, hvala za
pogovor!**



KAKŠNE POČITNICE SI ŽELIM

KAJA PEČOVNIK

Sem dijakinja tretjega letnika Gimnazije Šiška. Kot verjetno marsikateri drugi dijaki imam tudi jaz šolskih obveznosti že čez glavo. Letošnje šolsko leto pa je bilo sploh za vse zelo nenavadno. Tudi izven šolskega življenja so se stvari zelo spremenile. Prilagoditi smo se morali na povsem novo življenje, ki pa je bilo za veliko dijakov zelo stresno. Pouk je večino leta potekal na daljavo, kar je predstavljalo še dodaten izziv. Ne glede na okoliščine smo se proti koncu leta vrnili v šolo, kjer so nas zasuli s testi ter s spraševanji iz snovi, ki smo jo predelovali prek ekranov. Nenadna sprememba je zahtevala ogromno prizadevnosti



in sprotne delo v preteklih petih mesecih karantene. Verjamem, da je vseeno večini uspelo izpeljati kar se da dober zaključek in da smo pripravljeni na več kot zaslužene počitnice.

Jaz se jih neizmerno veselim, saj verjamem, da mi bodo pomagale nabrati novih moči,

motivacije in zagnanosti za zaključno leto srednješolskega izobraževanja. Prvi teden počitnic bom večinoma počivala in nadomeščala spanec zadnjih dveh mesecev. Nato bom začela s počitniškim delom, hkrati pa se bom, kar se bo le dalo, zabavala. Ko ne bom na delu, se bo moj dan začel z jutranjo telovadbo in tušem, nadaljeval pa z branjem kakšne dobre knjige ob reki, kjer se bom sončila in »dobivala barvo«. Popoldne se bom pa verjetno družila s prijatelji ali družino. Gotovo bomo šli večkrat na igrišče igrati nogomet ali pa odbojko na mivki.

Upam, da se bodo ukrepi še bolj sprostili in da bo dovoljenih čim več družabnih prireditev in zabav, saj verjamem, da jih po dobrem letu že vsi zelo pogrešamo. Če bo tako, bom šla s prijatelji nekam na morje, kjer bomo uživali pod žgočim soncem. V vsakem primeru pa bomo za uživanje izkoristili proste konce tedna, ko bomo imeli vsi čas. Moj cilj tega poletja bo, da vsak dan izkoristim, kar se da maksimalno. Hodila bom v hribe, na sprehode, piknike in raziskovala še neznane predele prečudovite Slovenije. Februarja sem dopolnila 18 let, zato želim to poletje pridobiti tudi voziško dovoljenje. Sem mnenja, da je čas, da se moja mami upokoji kot osebni neplačani taksist. Teoretični del sem že naredila, čaka me še praktični del pridobivanja voziškega izpita, ki ga bom lažje izvajala poleti, ko bom v domačem kraju, kjer bom lahko vozila.

Še eden od velikih načrtov pa so čim boljše priprave na sprejemne izpite v Ameriki (SAT), ki jih bom opravljala osemindvajsetega avgusta. Doseči bom morala čim višji rezultat, da bom lahko prejela štipendijo, saj so njihovi študiji plačljivi in izredno dragi. Že od nekdaj si želim študirati psihologijo, ki je povezana s svetom kriminologije. Dobrega programa v tej smeri na slovenskih fakultetah ni, zato je Amerika res dobra priložnost, za katero se bom čim bolj potrudila.

Imela bom več kot pestro poletje, polno dogodivščin, pa tudi nekaj obveznosti, ki jih bo treba opraviti. V prvi vrsti pa mi bo pomembno, da se bom imela kar se da lepo in prijetno.



Veliko morate delati, če želite veliko počivati!

Jan Križ

ODRAŠČANJE

Obdobje odraščanja je za vsako osebo drugačno, saj je to zelo viharo obdobje, ko spoznavamo samega sebe in svoje dejanske oz. realne želje za prihodnost. Odraščanje se nikoli ne zaključí: z vsako novo izkušnjo smo močnejši in s tem drugačni. To pa traja vse življenje.

Osredotočil se bom na svoje odraščanje, na obdobje, ko sem zaradi odhoda v srednjo šolo zamenjal svoje domače okolje za okolje dijaškega doma v Ljubljani. To je čas, ko sem spoznal mnogo novih ljudi.

Prihod v Ljubljano in vstop v dijaški dom je bil zame do zdaj največji korak, ki sem ga naredil v svojem življenju in s tem tudi največji korak na poti v odraslost, na pot k samostojni osebi. Seveda me je bilo strah, bil sem negotov, saj nisem vedel, kaj naj pričakujem. Kot vsak posameznik sem tudi jaz, da bi mi bilo lažje, želel najti svoje mesto med vrstniki – na začetku so bili to moji sošolci. Zaradi vseh teh čustev in sprememb, ki jih vsi doživljamo na podobnih prelomnicah, na začetkih nečesa novega in v odraščanju nasploh, menim, da je vse skupaj veliko lažje, če ti stoji ob strani nekdo, ki te razume in pozna tvoj položaj. Morda sta se celo znašla v enakem položaju in skupaj poiščeta pot do cilja.

Vendar, kot pravijo, prvi korak je vedno najtežji. Sploh če je tako velik. Počasi pa je tudi ta začetna negotovost minila in hitro sem se privadil na novo okolje, na nove sošolce in profesorje ... Spoznal sem nove prijatelje in spletel močne vezi, za katere mislim, da lahko ostanejo do konca življenja.

Na koncu koncev mislim, da je najpomembnejše, kako sam gledaš na dan položaj in kako sam odrasteš. Seveda je tu zunanje okolje, ki vpliva nate, seveda so tu stvari, ki jih ne moreš spremeniti, pa tudi če si še tako želiš. A pomembno je, da se zavedaš, da je na koncu predora vedno tista luč, ki jo potrebuješ in si jo želiš. Pomembno je ostati pozitiven in vzeti tisto, kar ti je dano, z največjo možno mero. Le tako lahko odrasteš v osebo, katera želiš postati.

"Vsi cvetovi bodočnosti so v semenu sedanjosti."

Kitajski pregovor

LJUBLJANA – DRUGI DOM

Filip Avsec

Prvega septembra se v Ljubljano zopet prikažejo dijaki in študentje. Nekateri sicer tudi drugače živijo v tem mestu, nekateri se sem pripeljejo iz sosednjih mest in bližnjih vasi, večina dijakov, predvsem tistih, ki si najdejo začasno prebivališče v dijaških domovih, pa prihajajo iz bolj oddaljenih krajev, saj je ravno to namen dijaških domov – da lahko v njih začasno prebivajo dijaki, ki se ne morejo vsakodnevno voziti iz svojega kraja v izbrano šolo.

Dijaki, ki prihajajo iz bolj mestnega/urbanega okolja, so že vajeni utečenega mestnega vrveža, in jim srednja šola ne predstavlja takšne spremembe v samem ritmu življenja. Za dijake s podeželja pa je lahko srednja šola ena večjih prelomnic v življenju. Že samo bivanje v dijaškem domu in selitev dvakrat na teden je lahko za nekatere prav posebna izkušnja.

Če samo primerjam svoje domače okolje s tem, v katerem živim v Ljubljani, so razlike zelo očitne.

Prva velika očitna sprememba je glede števila ljudi. Doma jih je mnogo manj. V Ljubljani pa je že zaradi velike množice ljudi, ki hitijo en mimo drugega, ritem življenja precej hitrejši. Če samo pomislim, da bi lahko vse svoje sovaščane naštel do zadnjega, ter za nekatere celo vedel rojstne datume ... Potem veste, kaj mi predstavlja Ljubljana v tem pogledu. Da je Ljubljana velika, sem vedel. Resnično pa sem se tega zavedel prvi mesec življenja tukaj, saj sem bil kot mlad otrok seveda naučen, da se ljudi, ki jih srečaš, bodisi na ulici bodisi na poti v šolo, vljudno pozdravi. Doma je to normalno, saj je velika verjetnost, da to osebo poznam in da jo bom zagotovo še srečal. V Ljubljani pa sem se le-te navade moral kar odvaditi.

Kako resnično je Ljubljana velika? – Zelo. Veliko poti in postaj mestnega avtobusa sem se moral kar hitro naučiti, če sem sploh želel ob petkih priti domov in ob nedeljah nazaj v dijaški dom. Človek hitro spozna, da če želiš priti v center, se ne moreš kar sprehoditi, saj bi ti to vzelo



dobre pol ure časa, za opravke, ki bi jih želel opraviti, pa bi hitro zmanjkalo časa. Sicer je bilo doma moje glavno prevozno sredstvo kolo in zato sem natančno vedel, koliko časa mi bo vzelo do sosednje vasi ali kraja, kamor sem želel priti, saj mi ni bilo treba jemati v

obzir kakšnih cestnih zastojev ali časovnih zamikov avtobusov. Pa vendar je verjetno tudi v Ljubljani tako, da mestni ljudje poznajo vse poti trol in ulic, ki te pripeljejo do cilja hitreje, tako kot jaz podobno uporabljam gmajniške bližnjice in sekam kakšne travnike – da prihranim čas.

Ko sem doma, sem veliko časa v naravi. Kaj pa v Ljubljani? V resnici se to ne da primerjati, saj je Ljubljana tako rečeno »betonska džungla« in naj bo še tako velika, tega prostora, takšne okolice, kot jo imam doma, mi ne more nuditi. Če bi se odločil za sprehod doma, mi praktično sploh ne bi bilo treba stopiti na asfalt, saj so doma povsod okrog mene travniki, gozdovi in poti med pašniki. V Ljubljani pa je to nekako nemogoče, saj je trava tukaj samo v obliki dekoracije.

Smo pa dijaki teh šolskih let (2019/2020, 2020/2021) dobili pristno izkušnjo šolanja od doma, kar je bilo kar nenavadno. Največja razlika (ali podobnost) pa je bila – ko so bile temperature že višje – da sem med videokonferencami kdaj pa kdaj zavohal gnojevko, ki jo je kakšen kmet tisti dan raztresal po poljih. V Ljubljani med bloki gnojevke verjetno ne bi našli, je pa res, da so tudi v Ljubljani kdaj pa kdaj kakšne podobne arome (šala).

Ljubljana pa lahko pusti tudi dober vtis. Ko se enkrat navadiš ljubljanskega ritma, obvladaš številke trol, imaš Ljubljano v malem prstu ..., se lahko položaj obrne tebi v prid. Počasi spoznaš, kje pripravljajo dobro hrano, kje so določene stvari bolj poceni, malo lahko primerjaš lokale ... Precej uporabno pride, ko iščeš kakšno trgovino. Če v Ljubljani kakšne stvari ne dobiš, jo boš težko kje drugje.

Pa naj bo Ljubljana konec koncev še tako fantastična, doma je vedno najlepše in najboljše.



Viševsek (v ozadju je vas Pudob)

Foto: Ema Avsec

Maša Černivšek

DRAGI DNEVNIK,

že nekaj časa ti želim izpovedati vse, kar mi leži na duši, ampak do zdaj še nisem našla pravih besed. Danes pa sem se odločila, da je že skrajni čas, da te stvari nekomu povem.

Vse se je začelo, ko sem spoznala čudovitega fantička (ime bo ostalo skrito tudi pred tabo) na zabavi svoje najboljše prijateljice. Nikoli si ne bi mislila, da bom tako hitro našla nekoga, ki bo izpolnil visoke standarde, ki jih imam za fante. A nekaj na njem me je pritegnilo takoj, ko sem ga zagledala in vzpostavila z njim prvi stik. Od takrat naprej sva se vsak dan pogovarjala. Bile so ravno poletne počitnice, zato sva se lahko pogosteje videvala, kar je bilo čudovito, čeprav sva na vsakem srečanju znova razbijala »nerodnost«, ki je vrela med nama.

Bolj kot so minevali tedni, vse bolj in bolj mi je bil všeč. To je bil čuden občutek, predvsem pa zame nov. Ne pravim, da občutek ni bil lep ... vendar kljub vsemu sem bila sama v sebi negotova, saj ne zaupam takoj ljudem in njihovim namenom, za katere

nikoli ne veš, kakšni so. Glede čustev še sebi komajda zaupam. No, skratka, resnično mi je postajal všeč, ampak sem se mu to bala povedati, ker nisem vedela, kaj čuti on glede tega. Nekega večera, ko sva se pogovarjala prek SMS-ov, sem se končno odločila, da mu zaupam in povem. Povem ti: v trenutku, ko sem mu poslala sporočilo, mi je srce tako razbijalo, kot še nikoli v življenju. Doživljala sem vrtnec čustev in ko sem videla, da mi je odgovoril, si sporočila sploh nisem upala odpreti, ker sem se bala zavrnitve. Ko sem končno odprla SMS sporočilo, se mi je srce ustavilo za trenutek ... Odgovor pa mi je bil lep. Želim si, da bi vedela, kaj vse se je njemu takrat



Risba: K. Cankar, arhiv

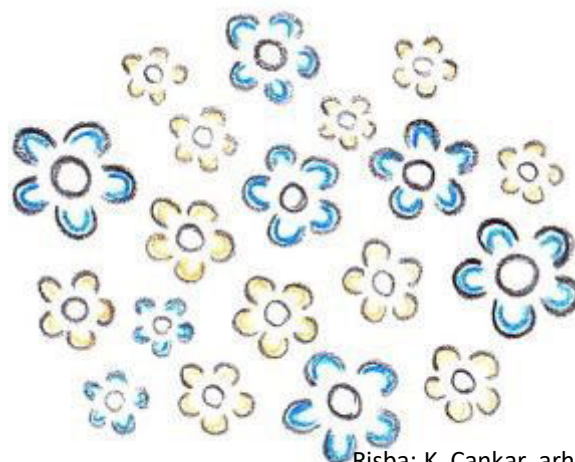
pletlo po glavi, a to ostaja za zdaj skrivnost. No, razvilo se je poletno romantično ljubezensko razmerje, pogovarjanje, zabave ... Res sem uživala z njim in čedalje bolj sva se zbliževala. Stal mi je ob strani kot še nihče drug. Ob njem sem se počutila varno, iskreno varno. Dajal mi je občutek topline. Nato pa konec. Konec poletnih počitnic in konec svobode – morala sem nazaj v šolske klopi. Še vedno sva se pogovarjala in še vedno sva se videvala, ampak le na vsake 14 dni. Meni pa se je ta čas med srečanji čedalje bolj vlekel. Želela sem preživeti več časa z njim. Tako je bilo do oktobra, ko se je začela karantena zaradi nevarnega koronavirusa. V tem obdobju bi že lahko rekli, da sva bila par, čeprav to še

nisva bila "uradno". Kakor koli: uživala sva. Mislim, da v tem primeru lahko govorim za oba.

Čeprav sem se imela lepo, je v tem času moja srečo skalila moja neukrotljiva »bolezen«, ki ji jaz pravim »preveč nesmiselnega premišljevanja«. Včasih se mi zdi, da je ta bolezen predvsem v tem, da prehitro dojamem stvari narobe in da si vse vzamem k srcu. Vendar tudi to je človeško, kajne? A vseeno: mnogo stvari premlevam in premišljujem v nedogled, pri čemer imam tudi zelo bujno domišljijo. Na tej točki se človek lahko sooča z veliko nevarnostmi, ki pretijo vse naokoli. To lahko primerjamo z divjino, pa še tam je bolj mirno kot tukaj. Pri svojem odnosu s fantom sicer mislim, da mi ta moja domišljija pomaga in da se odlično ujame z gospodičevim značajem, saj še vedno vztrajava v tem čudovitem razmerju. Čeprav se mi včasih zdi, da me obkroža veliko nevarnosti, prav tako njega ... Ne vem, zakaj imam takšen občutek,

tako pač je. Imamo socialna omrežja s tisočnimi potmi

.... Niso pa ravno vse poti prave. Na Instagramu imamo vse polno videoposnetkov o razmerjih: Kakšen je on, kakšna je ona, kako se fant obnaša, kaj bi moral reči, storiti ali obratno ... Druga nevarnost so prijatelji na obeh straneh. Prijatelji, ki imajo po možnosti tudi razmerje in poslušaj še njihove zgodbe o stvareh, kaj je kdo naredil in kako ... Na koncu se človek težko znajde. In premišljujem: Kaj bi moral fant početi, misliti, reči ... in na koncu te zmoti vsaka stvar, ker



Risba: K. Cankar, arhiv

tvoj princ na belem konju ni popolnoma po tvojih pričakovanjih. Vendar pa kljub vsemu vem, da nihče ne bo nikoli popoln in zato ga lahko samo sprejmeš takšnega, kot je, saj si ga sprejel prav zaradi njegovih nepopolnosti, ki ga naredijo posebnega in vrednega. Nič na tem svetu ni popolno, še posebej kar se tiče človeka, njegovih čustev in odnosa z drugimi.

Moj naslednji problem oz. nevarnost, moj največji strah, sem jaz. V sebi imam prepričanje, da sem ničvredna. Saj se trudim in delam na samozavesti, ampak se razvija počasi. Problem je, ker imam obdobja, ko se počutim kot najgrši, najbolj obupen človek na tem planetu. In takrat se sprašujem, kaj sem storila, da sem si tega fanta zaslužila, da je prišel v moje življenje in mi polepša vsak dan mojega življenja. Odkar ga poznam, mi stoji ob strani in mi pomaga. Potem pa mi to občutje dobrega prinese še slabši občutek, ker mi nekaj v meni pravi, da mu mogoče jaz ne nudim tega, kar on meni. In to kljub temu da mi nikoli kaj takšnega ne omeni! V razmerju ni nikoli 50 : 50. To bi pomenilo, da vsak daje samo polovico tega, kar je zmožen. Trud mora biti 100 : 100 s vsake strani. Tako šele pridemo do zaupanja, za kar mislim, da je ključ do dobrega odnosa. Predstavljaš si, da je razmerje brez zaupanja kot telefon brez interneta. In kaj počneš, ko nimaš interneta? Igraj igrice.

Na splošno mislim, da na svetu ni »prave« osebe ali tvoje sorodne duše. Vedno je lahko nekdo boljši, lepši, pametnejši, nekdo, ki ima boljšo vizualno podobo. Ampak če si našel tisto eno osebo, ki ti pomeni največ na svetu zaradi njenega značaja, videza, zaradi tega, kako se smeji, poje, pleše,

zaradi topline, ki jo čutiš, ko si ob njej, potem mislim, da ne boš našel boljše osebe, dokler si tega ne boš dopustil. Zakaj bi hotel zavreči vse, na čemer si gradil, vlagal voljo in čas? Predvsem pa zakaj prizadeti to osebo, samo zaradi nekega neumnega dejanja. Če pa izgubljaš čustva do te osebe, potem pa tukaj nastopi iskrenost, ki si jo dolžan izraziti, da te osebe ne prizadeneš še bolj in s tem tudi samega sebe.

Še vedno pa mi ostaja vprašanje, kako utišati te glasove, ki me obdajajo in ki so vedno prisotni v mojem življenju, da bi čim manj motili odnos in ljubezen, ki ju imava.



Risba: K. Cankar, arhiv

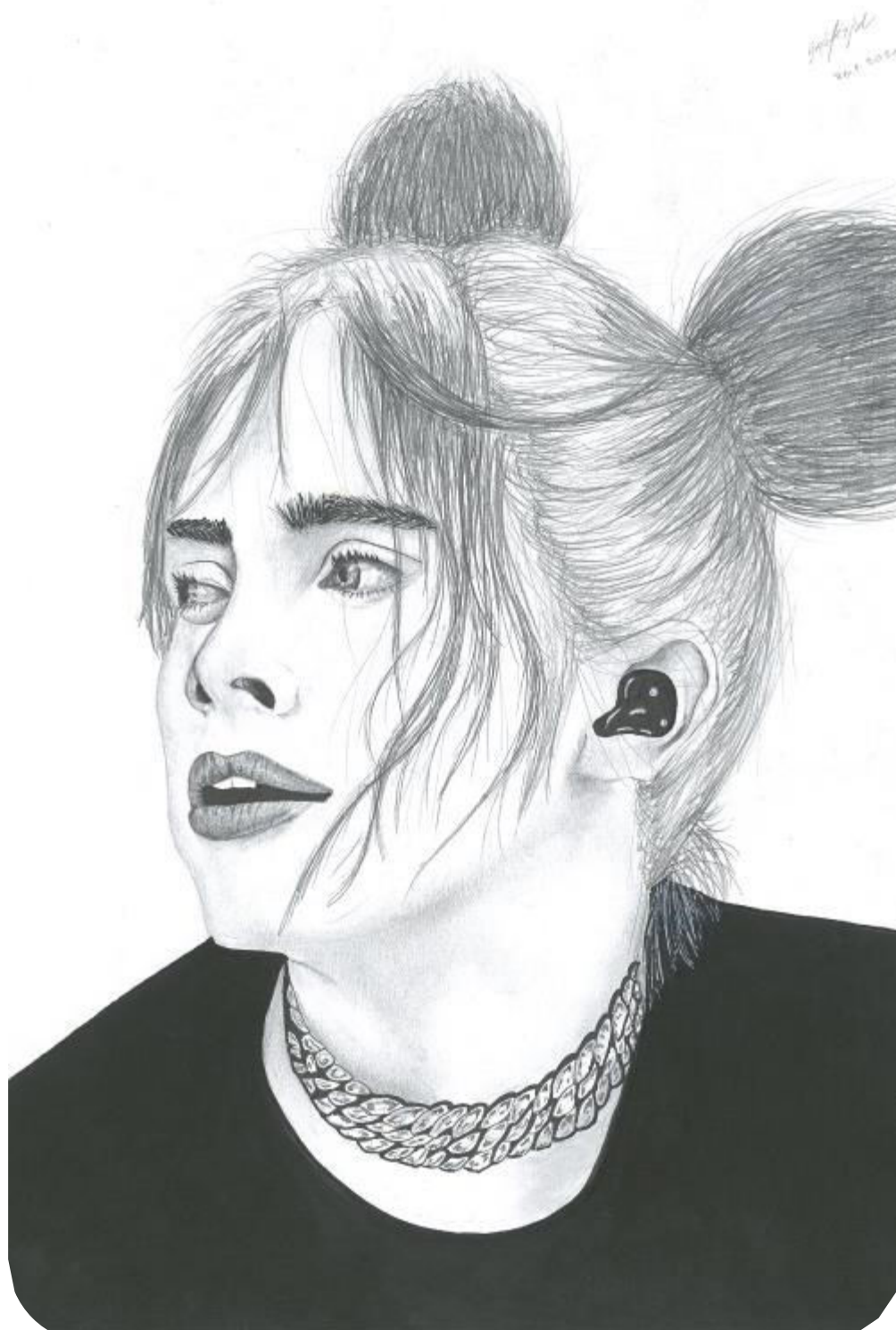


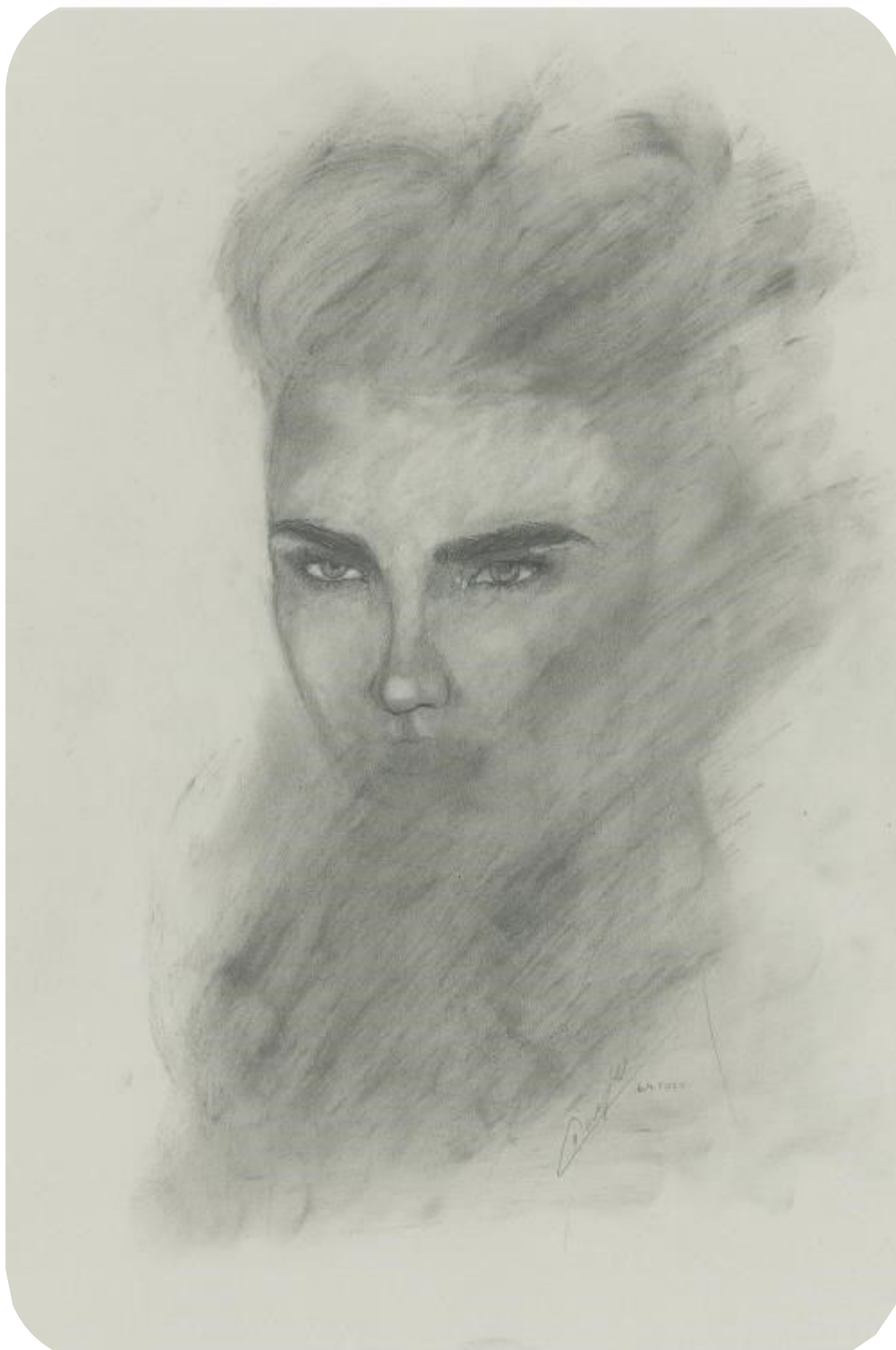
Začne se vedno z eno črto

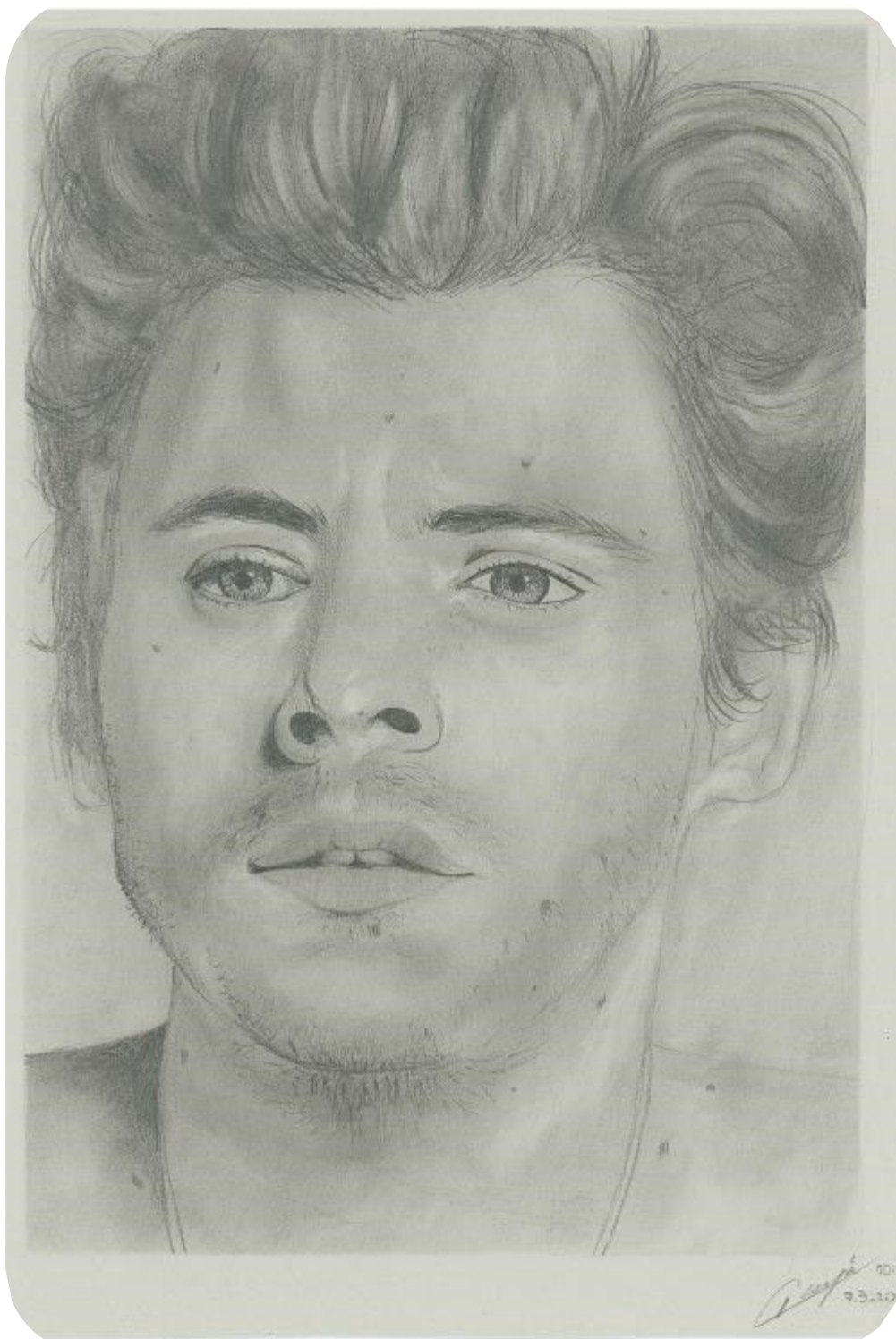
Gaja Bizjak

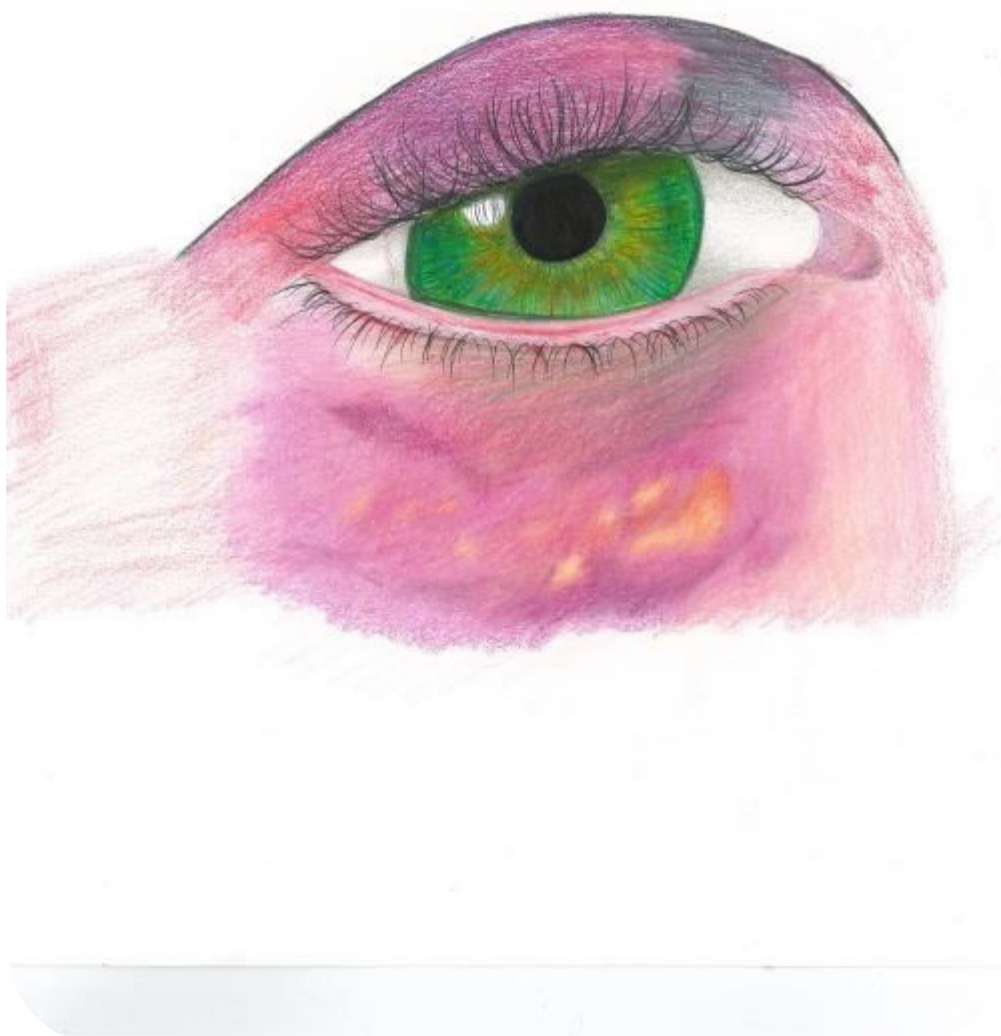




















Tekma med Nemčijo in Portugalsko, U21

Slovenija je v sodelovanju z Madžarsko letos organizirala evropsko prvenstvo v nogometu za mlajše od 21 let. V nedeljo smo se ob 20. uri zvečer odpravili na tekmo v Stožice v Ljubljani, kjer smo si ogledali finale med Portugalsko in Nemčijo. Na največji slovenski stadion smo se odpravili kot navijači portugalske zasedbe. Na tekmi smo videli veliko znanih oseb, tekma pa je bila ves čas tudi zelo napeta in živahna. Ne glede na izenačenost je uspela Nemčija vseeno zadeti vodilni gol v 49. minuti srečanja. Strelec vodilnega in tudi zmagovalnega gola je bil Lukas Nmecha, ki igra za belgijsko ekipo Anderlecht.

Po koncu tekme smo bili zaradi poraza Portugalske s prijatelji rahlo razočarani, vendar vseeno dobre volje, saj smo preživeli zelo zanimiv večer. Po dvigu pokala smo se lačni ustavili v pekarni, kjer smo vsak pojedli kos pice. Okoli polnoči smo se rahlo utrujeni vrnili v dijaški dom. Nato smo hitro zaspali, saj smo vedeli, da nas naslednji dan čaka naporen dan.



Foto: Manuela Keršič

FOTOREPORTAŽA

Fotografije:

Maša Gorenc

Tekst:

Zarja Sušnik

Ob koncu šolskega leta smo imeli tako kot vsako leto zaključno prireditev nogometnih oddelkov. Letos je zaključek potekal na igrišču na Žaku in v parku pri šoli. Odigran je bil turnir med fantovskimi oddelki, vendar brez 4. letnikov, ki zaradi pomembnosti mature niso igrali, saj bi s tem lahko tvegali okužbo. Eno tekmo so odigrala tudi dekleta. Kljub vročini so vsi prikazali dobro igro. Po odigranih tekmah je sledila podelitev priznanj v šolskem parku. Priznanja so podelili dijakom in dijakinjam za največji nogometni napredek, največjo vestnost v domu in najboljši učni uspeh. Razglašeni so bili tudi naj vratar in naj strelec turnirja, pa tudi uvrstitve ekip na turnirju. Ravnatelj je imel zaključni govor, nato pa je sledila pogostitev, ki so jo pripravile naše kuharice. Sledilo je prijetno druženje, ki je po tem nenavadnem letu še bolj prijalo. Veseli in zadovoljni smo se odpravili domov.











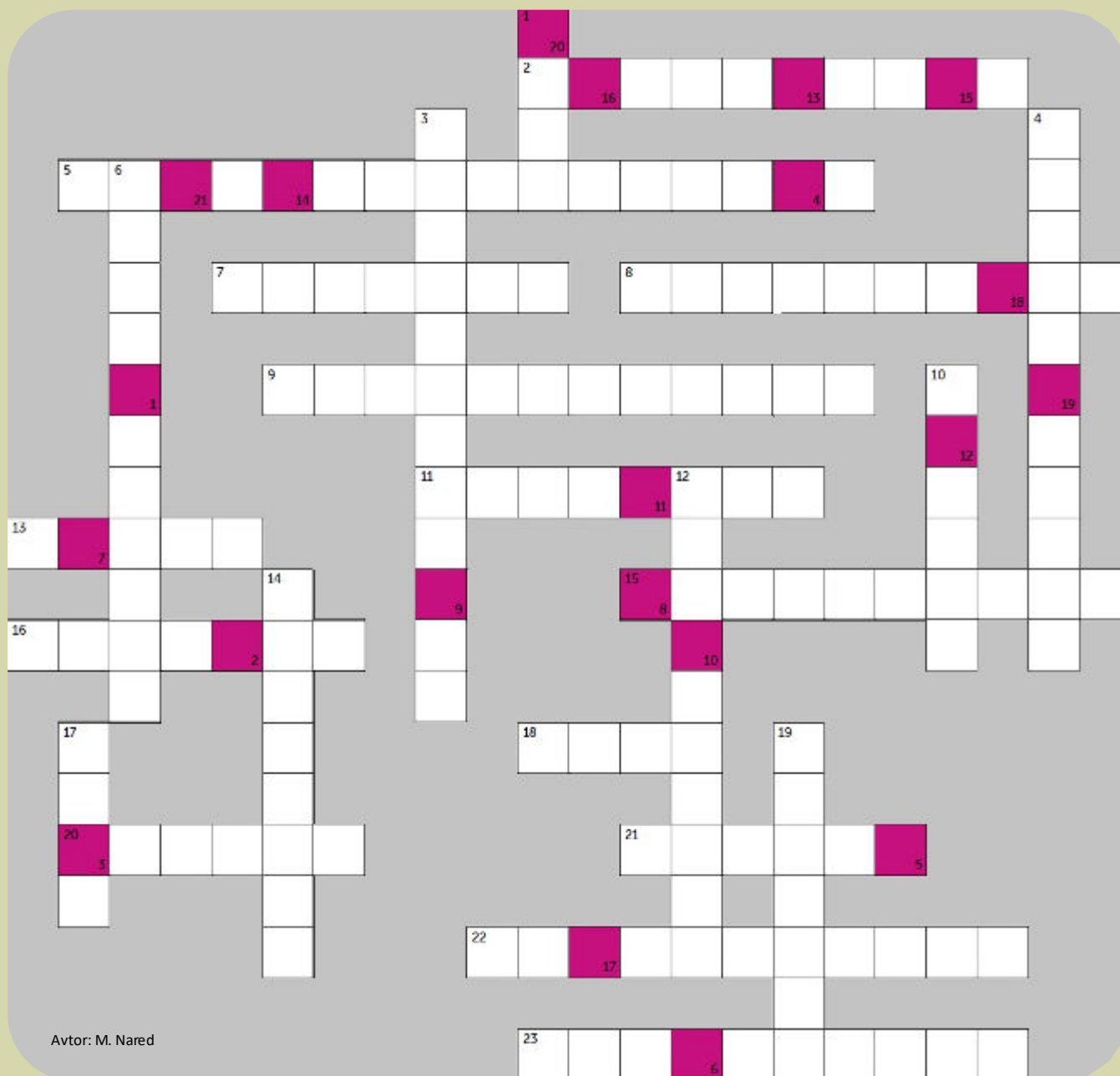








KRIŽANKA



Avtor: M. Nared

GESLO

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21											

VODORAVNO

- 2 Kako z drugo besedo imenujemo "stretching?"
- 5 Katere igre so značilne za šport v času rimskega imperija?
- 7 Japonski bojevniki, spreten borec in mečevalec
- 8 Test pri ŠVK, ki je časovno omejen na dve minuti
- 9 Test, pri katerem merjenec z vzvratno hojo po vseh štirih prehodi razdaljo med označenima črtama
- 11 Kompleksna gibalna sposobnost, na katero v največji meri vplivajo hitrost, moč in ravnotežje
- 13 Predmet, ki nosi olimpijski ogenj in kot štafetna palica potuje iz Olimpije do kraja Olimpijskih iger.
- 15 Kako so Grki imenovali telesne vaje?
- 16. Pripomoček za merjenje podkožnega maščevja pri športnovzgojnem kartonu?
- 18 Katero ljudstvo je preko športa izražalo bogovom svojo hvaležnost in slavo?
- 20 Prepovedan položaj
- 21 Mlečna kislina
- 22 Slovenka, ki je na POI v Londonu leta 2012 dosegla 1. mesto v judu
- 23 Gibalna sposobnost, ki jo potrebujemo za obvladovanje položaja v lastovki

NAVPIČNO

- 1 Tek v naravi
- 3 Gibalna sposobnost, ki športniku omogoča povezovanje posameznih gibov v usklajeno gibanje
- 4 Kako po domače imenujemo gibalno nalogo, s katero merimo moč trebušnih mišic?
- 6 Slovenec, ki je dosegel 1. mesto na POI v Parizu, leta 1924
- 10 Japonska borilna veščina, prvič del poletnih Olimpijskih iger leta 2021
- 12 Štiriletno obdobje med zaporednimi olimpijskimi igrami.
- 14 Gimnastične vaje ob glasbeni spremljavi
- 17 Tehnika skoka v višino
- 19 Katera gibalna sposobnost je v 90–95 % prirojena?

