

Ej, a veš?



1. številka šolskega časopisa za fante izbirnega predmeta vzgoja za medije, OŠ Dravljje, junij 2014

KAZALO

Intervju z Jernejem Glaserjem **stran 3**

Malo poezije **stran 4**

Moška kozmetika **stran 6**

Kako postati všeč dekletom na naši šoli!? **stran 7**

Naj fantovske pesmi **stran 8**

Intervju z Reperjem Zlatkom **stran 9**

Fantovska moda **stran 10**

Vaje za fante **stran 11**

KOLOFON

Odgovorna urednica: Lidija Rupnik • **Člani uredništva:** xxx •
Oblikovanje: Jure Željko • **Naslovnica:** Benjamin Kudić • **Zunanji**
sodelavci: Žiga Željko • **Spletna stran:** www.osdravlje.si •
Elektronski naslov: ejaves@gmail.com •
Sponzor: <http://muzik.bot.nu>

INTERVJU Z UČITELJEM JERNEJEM GLASERJEM

Učitelj Jernej Glaser poučuje na naši šoli zgodovino in biologijo. Poučuje 7 let. Ker je mlajši učitelj in bolj moderno oblečen, me je zanimalo, kaj meni o modnih oblačilih.



1. Ali se ravnate po zadnji modi?

Po zadnji modi se ravnam le občasno.

2. Ali vam je pri oblačilih pomembna znamka/firma?

Da, pomembna mi je znamka oblačil.

3. Katera je vaša najljubša modna znamka?

Moja najljubša znamka je S'Oliver.

4. Ali kdaj uporabljate katere koli modne dodatke (ure, zapestnice, kape ...)?

Ne, nikoli ne uporabljam modnih dodatkov.

5. Koliko časa porabite, da se zjutraj uredite?

Zjutraj porabim za urejanje le 5 min.

ej, a veš
MALO POEZIJE

GLAVA

Glava si zida nekakšne gradove,
je pravzaprav luč življenja,
v sebi skriva bujne vrtove
in nove zanimive ideje načjenja.

Kadar je glava zelo nerazpoložena,
se nad njo zgrinjajo temni oblaki, mrak,
na plan ji ne pride misel nobena,
vendar misli lahko spremeni prav vsak.

Glava je zamišljena zelo redko,
takrat se poglobi v neko idejo,
to se lahko zgodi podnevi
ali pa ponoči pod odejo.

Je nekakšen vir življenja,
z lepimi mislimi radosti dušo,
na vseh bitjih iz vratu raste
ter omogoča, skoraj vse!

Aljaž Gornik

USTA

Oči ima usta,
da z njimi lahko hrusta.
Mami jih ima,
da mi reče bla, bla, bla.
Brat in sestra jih dobita,
da z njimi govorita.
Jaz jih pa imam,
da vam polepšam dan.

Denis Purič, 5.b

ZA VSE VAS, ENO SPOROČILO

Bam, baaaam!
Malo lekcije ti dam,
moj rap posluš,
pa neki se nauč.
Ne se folirat brat,
ne rabš se mafijca igrat,
ne rabš družga kopirat,
mej svoje, ne pobirat.
Noben glumcev ne mara,
vsak jim matko kara.
Zato pomagi drugmu živet
in dojem, da majo eni komi za preživet,
ti pa hočeš dober fon imet.
Pridobi si spoštovanje,
uresniči svoje sanje,
svetloba je bela,
najdi jo na koncu tunela.
Ne pustit, da ti je lajf sranje,
da ti je vseen za znanje,
probimo drug za družga skrbet,
pa gremo uspet.
Prjatu, probi poletet!

Zdej pa sporočilo za bralce:
ŽIVLJENJE IMA VZPONE IN PADCE.

Dino Bašanović

Dino je učenec 9. razreda naše šole in se že od 5. razreda ukvarja s pisanjem rap pesmi. Pravi, da piše pesmi, namesto da bi govoril. Piše o vsem, kar mu pride na misel, kadarkoli in kjerkoli, ko ima navdih. Kot raper nima posebnih želja, saj pravi, da piše za zabavo, ne za slavo. Najbolj mu je všeč raper Hodža-đa, ker so zanj njegove pesmi najbolj realne in resnične. Vam bralcem pa sporoča, da bodite to, kar ste, saj je original samo en.

MOŠKA KOZMETIKA

Večina deklet misli, da moški sploh ne uporabljamo kozmetike, vendar to ni res. Nekateri jo uporabljamo več, nekateri manj, toda čisto brez nje ne gre.

Kakšna je moška koža? Znano dejstvo je, da je moška koža drugačna kot ženska - predvsem na obrazu! Moška koža je od 16 do 20 % močnejša in zato bolj odporna na zunanje vplive. Toda tudi moški potrebuje občasno nekaj nege in kozmetike. Pa preberimo, kako skrbijo zase fantje na naši šoli in katere kozmetične pripomočke uporabljajo.

NEGA KOŽE NA OBRAZU

Večina si enkrat na dan umije obraz z vodo. Brijejo se z britvico. Pred tem nanesejo na obraz peno ali gel (najljubša znamka je Gillete). Po britju uporabijo after shave (najljubši znamki sta Old Spice in AXE (Africa ali Apollo). Kreme za obraz jih večina ne uporablja, nekateri včasih Niveo. Toda strokovnjaki priporočajo tudi moškim uporabo kreme, zlasti vlažilne. Priporočajo pa tudi uporabo balzama za ustnice, zlasti v zimskem času.

NEGA LAS

Večina si lase umije večkrat tedensko s šamponom (znamka ni pomembna). Po pranju uporabljajo gel (Taft V12) ali lak za lase (odvisno od pričeske). Frizerja obiščejo 1 do 2 krat mesečno.

NEGA TELESA

Večina se jih tušira vsak dan. Pri tem uporabljajo gel za tuširanje AXE. Proti znojenju in neprijetnemu vonju uporabljajo deodorant (večina Old Spice). Uporabljajo pa tudi parfume (Versace in Armani).

KAKO POSTATI VŠEČ DEKLETOM NA NAŠI ŠOLI!?

1. Najprej si moramo postaviti vprašanje, kakšni fantje so dekletom sploh všeč.

Ker sam nimam dovolj izkušenj, sem povprašal kar sošolke. Tule je nekaj najpogostejših odgovorov:

- da se zna lepo pogovarjati z dekleti,
- da zna dekle nasmejati,
- da ni preveč samovšečen,
- da je pameten in razgledan,
- da je samostojen,
- da ne žali drugih,
- da ni agresiven,
- da se ne važi,
- da ni piflar, niti cvekar, naj bo nekje na sredini,
- da je moderno oblečen,
- da ima urejeno pričesko, ne sme biti zanemarjen,
- da ima mišice, toda naj v tem ne pretirava,
- da uporablja deodorante in parfume, vendar ne preveč,
- da čim manj igra računalniške igrice,
- da uporablja aktualne slengovske besede, a ne preklinja,

2. Pri osvajanju naj ti pomaga njena prijateljica.

Če ti je neko dekle všeč, postani najprej prijatelj z njenimi prijateljicami, če je možno, kar z njeno najboljšo. Preko nje pošiljaj izvoljenki komplimente in ji povej, da ti je všeč.

3. Upoštevaj tudi nasvete, česa ne smeš početi.

Pravilne besede in dejanja ti lahko pri spoznavanju novega dekleta odprejo marsikatera vrata, po drugi strani pa ti jih lahko nepravilne zavedno zaprejo. Preberi nekaj najslabših.

1. Ne omenjaj ji, da ti Justin Bieber ali njen idol ni všeč.
2. Ne omenjaj njenih oblin, ker potem misli, da je ne jemlješ zares. Raje pohvali njeno obleko, oči, frizuro ...
3. Ne razlagaj ji o računalniških igricah, razen če veš, da jo to zanima.
4. V njeni prisotnosti ne govori o lepoti drugih deklet.
5. Ne sili preveč v dekle, če ji to ni všeč.
6. Od dekleta ne zahtevaj, da ti vedno pove, kam gre.
7. Ne bodi ljubosumen (malo lahko), če se kdaj pogovarja

ali družiti tudi z drugimi fanti.
8. Bodi potrpežljiv, ko jo čakaš ali se meniš za zmenek.

9. Takoj, ko ti kaj napiše na FB, ji odgovori, sploh če vidi, da si sporočilo prebral.

10. Ne »lajkaj« slik drugih deklet in jim ne piši komentarjev.

NAJ FANTOVSKESKE PESMI

Lestvica naj šolskih fantovskih »komadov« je nastala na podlagi ankete med učenci od 6. do 9. razreda. Anketiral sem 50 učencev in največ glasov je dobil raper Hodža. Tudi sicer fantje najraje poslušamo rap.

1. Hodža - Ne se folirat
2. Zlatko - Princi Fužinci
3. Manche & Rale & Armani - Ove godine
4. 2pac- California love
5. Djomla KS & LuckyStars feat Vertify - Gajba Puna Piva
6. Ghet - Z bloka snajper
7. Mile Kitic - Plava ciganko
8. Snoop Dogg - Gin & Juice
9. Hodža & Zlatko - Pejt Naprej
10. Imagine Dragons - Demons

DANIEL HODŽIĆ "HODŽA"

Je slovenski raper, ki se je rodil v Sloveniji. Njegova pesem Ne se folirat je najbolj poslušana pesem med fanti na naši šoli. Sodeloval je tudi z drugimi raperji v Ljubljani, kot so Zlatko, Fudex, Manche, Ghet itd. Svojo kariero v glasbi je začel leta 2009 s svojo prvo pesmijo Pismo. Njegov vzor je ameriški reper Tupac Shakur. V njegovih pesmih opisuje, kakšno je vsakdanje življenje in kako ga on doživlja. Tudi govori, da bodi, to kar si in ne se folirat.



Arijana Gartnar

INTERVJU Z REPERJEM ZLATKOM

Opravila sem intervju z raperjem Zlatkom, ki je od leta 2007 pa do sedaj izdal že 7 albumov. Sestavila sem 8 vprašanj, na katera je prijazno odgovoril.

Zakaj si začel repati?

Repato sem začel, ker mi je bilo to všeč in sem imel to vsak dan bolj rad.

Kaj je tvoj navdih, ko pišeš pesmi?

Moj navdih so življenjske zgodbe, življenje samo po sebi.

Kdaj si začel pisati pesmi?

Pesmi sem začel pisati v srednji šoli, a takrat sem pisal še »poezijo«, dve leti po tem pa sem to začel spreminjati v rap.

V zvezi s čim pišeš pesmi?

Če boš poslušala vsaj 3 pesmi na mojem youtube kanalu, boš takoj našla svoj odgovor.



S kom bi rad snemal v prihodnosti?

Nikoli ne gledam daleč v prihodnost. Načeloma bi se pa zdajle rad sprehodil na eno prireditev, če me bodo spustili noter.

Kaj ti je najbolj pomembno v življenju?

Zdravje, sreča in samozadovoljstvo.

Kako bi po tvojem mnenju izgledal svet brez glasbe?

Ne vem, kako bi izgledal, vem pa, da je nekoč bil. Trenutno si to težko predstavljam, glede na to da je glasba zelo razširjena po celem svetu. Tako da ... ne bi znal odgovoriti.

Sporočilo za bralce

Svet je lep, nasmejte se, sledite svojim sanjam, držite se zlate sredine, delite svoje znanje ... peace out.

Hvala.

Malenkost ☺

FANTOVSKA MODA



Fantje se oblačijo za v šolo predvsem preprosto. Ponavadi imajo oblečene hlače ali trenirko in pullover ali majico s kratkimi rokavi. Poskušajo se obleči kar se da lepo. Nosijo predvsem enobarvna oblačila. Na naši šoli prevladuje črna barva. Oblačila večinoma kupujejo v Pull&bear, Newyorker in Nike.



Tudi čevlji so pomemben del izgleda. Nosijo predvsem Nike Air Max, ki so zdaj zelo moderni. Tudi tukaj prevladujejo temne barve.

Njihove šolske torbe so temne. Najbolj priljubljena znamka je Dakine.



NEKAJ VAJ ZA FANTE



Most na komolcih

Začetne vaje

1. Most na komolcih

Postavite se v položaj za sklece, vendar tako, da bosta podlakti na tleh. Glava, trup in nogi naj bodo v ravni liniji. Zdaj napnite trebuh, kot da bi vas želel kdo udariti vanj, in zadržite ta položaj 30 sekund. Vzemite si pol minute počitka in ponovite.



Hoja navkreber ...

2. Hoja navkreber z rokama na klopi

Postavite se v položaj za poševne sklece, dlani sta naslonjeni na klop ali stol. Napnite trebuh in dvignite

levo koleno proti prsnemu košu. Zaustavite gibanje za 2 sekundi, nato pa koleno spustite. Ponovite še z drugo nogo. Izmenjajte ponavljajte 30 sekund, 30 sekund počivajte, nato pa še enkrat ponovite.

3. Stranski most

Ležite na levi bok, se oprite na levi komolec in podlaket ter dvignite boke na višino, ko je vaše telo popolnoma ravno od glave do pet. Napnite trebuh in zadržujte položaj 30 sekund. Obrnite se na drugo stran in ponovite. Nato si vzemite pol minute počitka in vse skupaj ponovite.

Nadaljevalne vaje

1. Poševni most

Za to vajo veljajo enaka navodila kot pri vaji 1 za začetnike, le da tukaj nogi postavite na klop.



Stranski most



Poševni most

ej, a veš



Poševni stranski most

2. Hoja navkreber z rokama na žogi

Sledite navodilom za drugo vajo za začetnike, le da tokrat namesto na klop, dlani postavite na telovadno žogo.

3. Poševni stranski most

Upošteвайте navodila za vajo 3 za začetnike, vendar tokrat postavite obe stopali na klop.

2. Zapiranje knjige na žogi

Postavite se v položaj za sklece, stopali pa položite na telovadno žogo. Nato dvignite boke ter pritegnite žogo proti prsnemu košu. Napravite 2 seriji s 15 ponovitvami in 30-sekundnim počitkom.

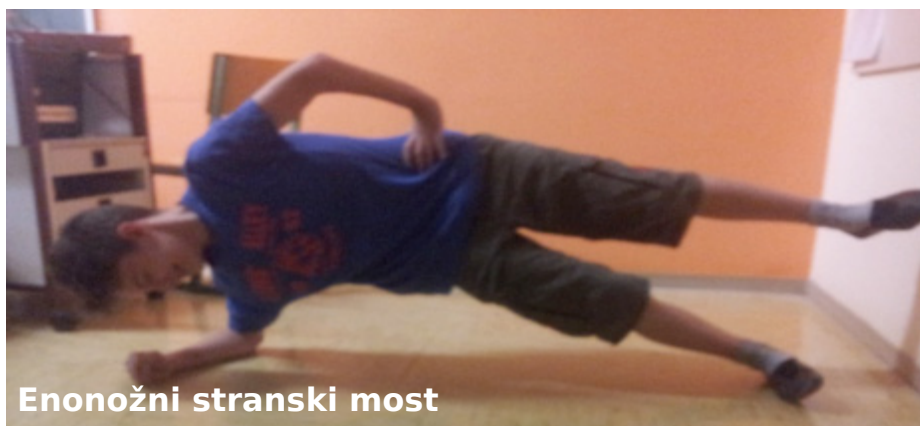
3. Enonožni stranski most

Postavite se v enak položaj kot pri vaji 3 za začetnike, le da boste tokrat zgornjo nogo dvignili in jo držali v tem položaju ves čas izvedbe vaje.

Napredne vaje

1. Iztegnjeni most

Vaja je enaka prvi vaji za začetnike, le da se tu postavite v položaj za sklece, kjer sta roki iztegnjeni, dlani pa postavljeni od 15 do 20 centimetrov pred rameni.



Enonožni stranski most



Iztegnjeni most