

Η δική μας ματιά ...



**Οι μαθητές του 3^{ου} Γυμνασίου Παλλήνης
αρθρογραφούν**

Συντακτική ομάδα:

Αγγελάκου Μ.

Ανδριανόπουλος Α.

Αποστολοπούλου Θ.

Γιαμάς Δ.

Κόρδα Ε.

Κοτσαμπάσογλου Γ.

Κουκουβάος Φ.

Κούτρα Α.

Κωνσταντιδέλης Π.

Λαγός Α.

Λεβαντής .

Μαυροειδή Ά.

Μιχαλόπουλος Κ.

Συεργάτες - Ελεύθεροι Σκοπευτές:
όλοι οι μαθητές του σχολείου μας

Συντονισμός του προγράμματος: Καρβουνίδου Βασιλική, Φιλολόγος
Πρόγραμμα πολιτιστικών θεμάτων 3^ο ΓΣΙΟ Παλλήνης 2021-2022

<https://3gym-pallin.att.sch.gr/>

Η συντακτική ομάδα εύχεται σε όλα τα παιδιά
επιτυχία στις εξετάσεις και ...

καλό Καλοκαίρι

Στιγμές από τη ζωή στο σχολείο μας...

από τη συντακτική μας ομάδα

Το σχολείο μας συμμετείχε σε εκπαιδευτικό πρόγραμμα του Ινστιτούτου Οδικής Ασφάλειας, Πάνος Μυλωνάς. Μαθητές και καθηγητές, μέσω βιωματικών διαδικασιών αποκτήσαμε πολύτιμες γνώσεις και εμπειρίες γύρω από την οδική ασφάλεια και την κυκλοφοριακή αγωγή. Ήταν μια αξέχαστη εμπειρία.

Οι «αποδράσεις» μας,...
στον αρχαιολογικό χώρο της Βραυρώνας

Κούτρα Αντωνία, Β2

Την Πέμπτη 3 Μαρτίου 2022 οι μαθητές του Β2 πήγαμε μία εκπαιδευτική εκδρομή στο Μουσείο της Βραυρώνας.



Θαυμάσαμε τον εξωτερικό αρχαιολογικό χώρο, που περιείχε παιδικά δωμάτια, έναν αρχαίο δρόμο και ένα μέρος από το ναό της Αρτέμιδος, όπως και μία λιμνούλα που παλιά έτρεχε πολύ νερό. Είναι εντυπωσιακό πως όλα αυτά άντεξαν τόσους αιώνες.

Μπαίνοντας μέσα στο μουσείο αντικρίσαμε το ναό της Αρτέμιδος και τα δωμάτια των παιδιών σε μακέτα. Επίσης, είδαμε αγγεία, κοσμήματα, σπαθιά, νομίσματα και αγάλματα παιδιών. Ο χώρος στον οποίο μπήκαμε ήταν μαγικός. Αφού είχαμε αρκετό χρόνο πήγαμε στην παραλία και φάγαμε. Ήταν μια όμορφη εκδρομή και όλοι χαρήκαμε.



αλλά ... και στο Κέντρο Πολιτισμού του Ίδρ. Σταύρος Νιάρχος



Δράση καθαρισμού στο προαύλιο του σχολείου μας από τα παιδιά του Α2

Σχολικά, και άλλα θέματα...

από τη συντακτική μας ομάδα

Τελικά υπάρχει ισότητα ανάμεσα στα δύο φύλα;

από τους Άννα Μαυροειδή, Φίλιππο Κουκουβάο, Άγγελο Λαγό, Κωνσταντίνο Μιχαλόπουλο, Γιώργο Κοτσαμπάσογλου

Με αφορμή την πρόσφατη συζήτηση που κάναμε πάνω στο κείμενο του Παιανίου των αρχαίων ελληνικών για την Καλλιπάτειρα αποφασίσαμε να συντάξουμε ένα άρθρο για το αν υπάρχει τελικά ισότητα ανάμεσα στα δύο φύλα. Από την αρχαιότητα υπήρχαν διακρίσεις κατά των γυναικών, όμως, στις ημέρες μας τα πράγματα, ευτυχώς έχουν αλλάξει προς το καλύτερο και έχουν περιοριστεί σε μεγάλο βαθμό. Στη χώρα μας δεν υπάρχουν διακρίσεις ανάμεσα στα δύο φύλα, τουλάχιστον σύμφωνα με το ισχύον Σύνταγμα. Κι αυτό γιατί οι γυναίκες έχουν κατοχυρώσει δικαιώματα στην εργασία, στην εκπαίδευση, στη συμμετοχή στα κοινά. Στις χώρες του τρίτου κόσμου, όμως, όπως αφρικανικές, ασιατικές συνεχίζουν να υπάρχουν πολλές διακρίσεις. Οι γυναίκες είναι αποκλεισμένες από την κοινωνική ζωή και η χώρα τους της τιμωρεί αυστηρά όταν παραβαίνουν κάποια δεδομένα, που ισχύουν, κυρίως βάση της θρησκείας.

Ποια είναι, όμως, η πραγματική εικόνα στις ανεπτυγμένες χώρες; Αρχικά οι γυναίκες σε μεγάλο βαθμό εργάζονται σε χαμηλότερα αμειβόμενους τομείς και λείπει αρκετά η παρουσία τους από θέσεις και τη λήψη αποφάσεων. Επίσης, συχνά εξαιτίας πολλών στερεοτυπικών αντιλήψεων, που εξακολουθούν να ισχύουν, ο ρόλος τους ως σύζυγοι μπορεί να τους στοιχίσει ακόμη και την ίδια τους τη ζωή. Στο χέρι μας είναι να αλλάξουμε όλα αυτά τα στερεότυπα και να



αποφασίσουμε τελικά ότι οι άνθρωποι δεν αξιολογούνται από το φύλο τους ή οποιοδήποτε άλλο στερεότυπο!

https://cdn.pixabay.com/photo/2020/10/18/19/23/human-5665885_960_720.png

Surfing έξω από την θάλασσα ... από την Αγγελάκου Μάγδα, Β2



Με αφορμή ένα εκπαιδευτικό βίντεο που παρακολούθησε το τμήμα μας πάνω στο πώς να είμαστε ασφαλείς στο διαδίκτυο σκέφτηκα να γράψω λίγα λόγια γι' αυτό. Θεωρώντας ότι τα προβλήματα από τη χρήση του διαδικτύου είναι λίγο ως πολύ γνωστά σε παιδιά του γυμνασίου, προτίμησα να αναφερθώ στο **πώς μπορούμε να προστατευόμαστε όταν χρησιμοποιούμε το διαδίκτυο.**

Ας ξεκινήσουμε, λοιπόν, από τα πιο βασικά: ποτέ δεν δίνουμε τα προσωπικά μας στοιχεία σε κάποιον που γνωρίσαμε στο διαδίκτυο όσο και αν νομίζουμε ότι μπορούμε να τον εμπιστευόμαστε,

έπειτα, δεν στέλνουμε δικές μας φωτογραφίες ή των φίλων μας χωρίς την άδειά τους για να ξεγελάσουμε κάποιον στο διαδίκτυο

επίσης, πάντα κοιτάμε μηνύματα από εταιρείες που αφορούν την ασφάλειά μας, όπως η εταιρεία Google και την ασφάλεια των λογαριασμών μας ή των φωτογραφιών.

Τέλος, όταν βρισκόμαστε σε μία κατάσταση που δεν νιώθουμε ασφαλείς στο διαδίκτυο μιλάμε σε έναν ενήλικα ή και σε κάποιον φίλο.

Καταλαβαίνω πως αρκετά παιδιά του γυμνασίου πιστεύουν πως οι γονείς τους και γενικά οι ενήλικες δεν ξέρουν και πολλά πράγματα για το διαδίκτυο. Αυτό όμως δεν σημαίνει πως δεν μπορούν να μας βοηθήσουν σε περίπτωση που γίνει κάτι.

Αν κάνουμε τα παραπάνω και εφαρμόσουμε και τις βασικές γνώσεις που μάθαμε στο σχολείο ή εκτός σχολείου, γύρω από το θέμα

αυτό μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε σωστά το διαδίκτυο και με ασφάλεια.

Χρήσιμοι σύνδεσμοι:

https://www.otegroupmuseum.gr/portal/educational_programs/school_visits/closeup/-/article/96351140/view_article

Χρήσιμα τηλέφωνα: Χαμόγελο του Παιδιού, 1056

Από Εικοσιπέντε γαλόνια σε Τρισεκατομμύρια....

Από τους Δημήτρη Γιαμά, Παύλο
Κωνσταντιδέλη και Ανδρέα
Ανδριανόπουλο του Β2

Η Coca-Cola εφευρέθηκε στις 8 Μαΐου του 1886 από τον Τζον Στιθ Πέμπερτον (John Pemberton), αρχικά προοριζόμενη ως φάρμακο και έχοντας την ονομασία French-Wine-Coca. Ο Πέμπερτον ξεκίνησε να ψάχνει στα λιμάνια της Αβάννα της πολιτείας της Τζόρτζια, αναζητώντας το ιδανικό μείγμα φρέσκων συστατικών και μπαχαρικών από όλο τον κόσμο. Τελικά, τον Μάιο του 1886 δημιούργησε στο εργαστήριό του το σιρόπι French-Wine-Coca. Ακόμα δεν είχε πάρει το όνομα Coca-Cola. Ο κόσμος, αν και στην αρχή βρήκε τη γεύση του σιροπιού παράξενη, άρχισε να το αγοράζει και στο τέλος της χρονιάς ο Πέμπερτον είχε πουλήσει συνολικά 25 γαλόνια σιροπιού.

Αρχικά συστατικά French-Wine-Coca: Φύλλα Κοκαΐνης, Κόκκινο Κρασί, Καρπός από Κόλα (δέντρο)

Ο Ρόλος των συστατικών : Φύλλα Κοκαΐνης: απαλύνουν πολλά είδη πόνου και σταματούν προσωρινά την πείνα και την δίψα. Κόκκινο Κρασί: Δίνει μία ποιο γλυκιά γεύση στο σιρόπι. Καρποί Κόλα: Έχουν Καφεΐνη και βοηθούν στην πέψη.

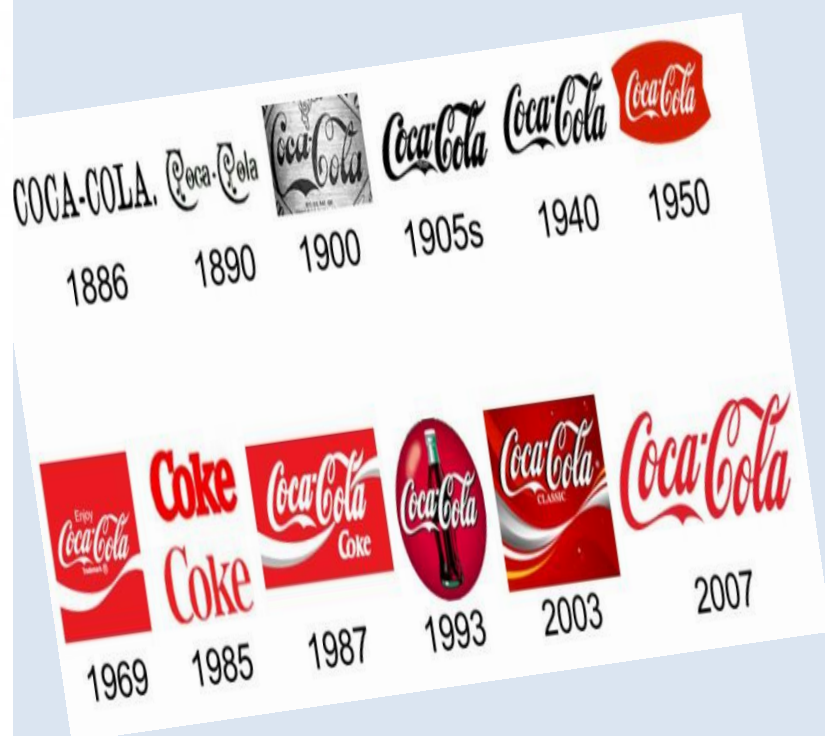
θα γνωρίζει την συνταγή εκτός αν παραχωρήσουν τα δικαιώματα της εταιρείας σε κάποιο τρίτο πρόσωπο. Κύρια Πηγή Βικιπαίδεια.



Όταν βγαίνει ο νόμος της Ποτοαπαγόρευσης το ποτό φεύγει από την αγορά αλλά ο Πέμπερτον δεν τα παρατάει. Κατασκευάζει ένα νέο ποτό χωρίς αλκοόλ.

Σύντομα, το νέο ποτό απέκτησε όνομα, το γνωστό μέχρι και σήμερα «Coca Cola», χάρη στον λογιστή του φαρμακοποιού, που χρησιμοποίησε το γράμμα «C» από την κοκαΐνη, που ήταν αρχικά ένα από τα βασικά συστατικά του σιροπιού. Αργότερα, βέβαια, η κοκαΐνη αφαιρέθηκε από τα συστατικά και παράλληλα τετραπλασιάστηκε η καφεΐνη. Ένας λογιστής έγραψε τη φίρμα με το χέρι, χρησιμοποιώντας τον δικό του γραφικό χαρακτήρα και δημιούργησε το λογότυπο. Όμως ο Πέμπερτον αντί να κατοχυρώσει νομικά την Coca-Cola καταστρέφει όλα τα έγγραφα που είχαν μέσα την συνταγή της κρατώντας μόνο 2 έγγραφα με την συνταγή τα οποία κράτησε και πούλησε ώστε μόνο 2 άνθρωποι στον κόσμο να γνωρίζουν την συνταγή της δημιουργώντας έτσι μεγάλη μυστικότητα και μηδέν ανταγωνισμό. Έπειτα πούλησε τα δικαιώματα της εταιρείας του μαζί με τα έγγραφα για την συνταγή στον επιχειρηματία Άιζα Κάντλερ. Εκείνος ίδρυσε την «Coca Cola Company» και εργάστηκε για την προώθηση του προϊόντος. Και κάπως έτσι φτάσαμε στο σήμερα με την συνολική αξία της Coca-Cola Company να φτάνει τα 64,5 τρισεκατομμύρια δολάρια ή 63,97 τρισεκατομμύρια ευρώ. Φυσικά η τιμή της ανεβαίνει περίπου 1,5 εκατομμύρια ευρώ κάθε χρόνο από τα οποία τα 500.000€ πάνε στις διαφημίσεις.

Τέλος σήμερα την συνταγή της Coca-Cola την γνωρίζουν μόνο 2 άνθρωποι, οι οποίοι απαγορεύεται να ταξιδεύουν μαζί σε αεροπλάνο ή με πλοίο γιατί σε περίπτωση που το αεροπλάνο πέσει από τον ουρανό ή το πλοίο βυθιστεί δεν θα υπάρχει κάποιος που



Ένα άθλημα, που λίγοι γνωρίζουν...

από την αθλήτρια Μαλισιόβα Αθανασία του Β2

Αγωνιστικός ακροβατικός διάδρομος-TUMBLING

Ο ακροβατικός διάδρομος συνδυάζει ασκήσεις εδάφους της ενόργανης γυμναστικής και του τραμπολίνου. Οι ρίζες του κρατάνε από τα αρχαία χρόνια. Οι αρχαίοι Έλληνες εκτελούσαν ακροβατικές ασκήσεις, διαφορετικής βέβαια μορφής, με σκοπό να αναδείξουν τις ικανότητες και τη φυσική τους κατάσταση. Η σύγχρονη ιστορία του ξεκινά το 1886 με το Αμερικάνικο εθνικό πρωτάθλημα. Ο ακροβατικός διάδρομος υπήρξε Ολυμπιακό άθλημα μόνο το 1932, ενώ σήμερα συγκαταλέγεται στο Ευρωπαϊκό και Παγκόσμιο πρωτάθλημα. Ένα πρόγραμμα του διαδρόμου αποτελείται από 5 έως 8 ακροβατικές ασκήσεις ανάλογα την κατηγορία και εκτελείται πάνω σε έναν ελαστικό διάδρομο 25 μέτρα

μήκος και 2 μέτρα πλάτος. Η τελευταία άσκηση πρέπει να εκτελεστεί και να προσγειωθεί μέσα σε ένα ειδικό χώρο, τον οποίο τον ονομάζουμε χώρο προσγειώσεων (Landing area). Ο ακροβατικός διάδρομος διακρίνεται για την ακρίβεια της κίνησης και την άψογη εκτέλεση των ασκήσεων. Στην Ελλάδα ο ακροβατικός διάδρομος είναι ένα ανερχόμενο άθλημα και συμπεριλαμβάνεται όλο και περισσότερο στα προγράμματα των αθλητικών ομίλων και σωματείων ενόργανης γυμναστικής. Είναι αναγνωρισμένο από την Ελληνική Γυμναστική Ομοσπονδία, ανήκει στην κατηγορία Τραμπολίνο και προκηρύσσεται ετησίως ένα Πανελλήνιο πρωτάθλημα ακροβατικού διαδρόμου διαφόρων κατηγοριών ανάλογα με την ηλικία και το επίπεδο των συμμετεχόντων.

Το tumbling το ξεκίνησα πριν 3 χρόνια από επιλογή του προπονητή μου. Στην συνέχεια δέθηκα αρκετά με το άθλημα και με την ομάδα μου. Τώρα έχει γίνει πια η καθημερινότητά μου και ο αγαπημένος μου χρόνος σχεδόν κάθε μέρα. Οι δυσκολίες, όμως, είναι αρκετές. Οι κανόνες του αθλήματος είναι πολλοί και μερικοί από αυτούς υπερβολικοί. Μπορώ να πω ότι το πιο δύσκολο κομμάτι δεν βρίσκεται στους κανόνες αλλά στο μυαλό μας. Το χειρότερο πράγμα που μπορείς να πάθεις είναι να κολλήσεις και να μην μπορείς να κάνεις τίποτα, το μυαλό να μην θέλει να συνεργαστεί με το σώμα σου με αποτέλεσμα φόβο και τις κακές σκέψεις που μπορεί να σε κυριαρχήσουν. Επίσης μπορώ να πω ότι οι τραυματισμοί στο άθλημα αυτό είναι αρκετοί, κάθε μικρό λάθος μπορεί να σε οδηγήσει σε τραυματισμό. Πιστεύω ότι για να τα καταφέρεις σε αυτό το άθλημα θέλει θάρρος, υπομονή δυνατό σώμα και μυαλό και πάνω από όλα να κυριαρχεί η αγάπη σου για αυτό που κάνεις. Το άθλημα αυτό μου προσφέρει χαρά, αγάπη, αρκετό φόβο και μερικές φορές αυτοπεποίθηση.



Ένας παλιός πρωταθλητής της ποδηλασίας, ο Σπύρος Θεοδωράκος, μέσα από τα μάτια του εγγονού του... από τον μαθητή του Β2, Θεοδωράκο Σπύρο.

«Ο παππούς πάντα έλεγε ότι τα νέα παιδιά είναι καλό να ασχοληθούν με τον αθλητισμό, επειδή πάντα υποστήριζε ότι ο αθλητισμός είναι κάτι που προσφέρει σωματική και πνευματική υγεία. Αν και ο ίδιος ασχολήθηκε με τον πρωταθλητισμό γνωρίζει πολύ καλά ότι αυτό στη χώρα μας δεν είναι τόσο εύκολο και αξιοκρατικό. Όπως και να έχει πάντα συμβούλευε τους νέους αθλητές να κυνηγούν τα όνειρά τους και να μοχθούν για αυτά. Σαν εγγονός του νιώθω πολύ περήφανος για εκείνον και για όσα έχει καταφέρει και έχει αφήσει πίσω του. Τέλος νιώθω πολύ τυχερός που έχω έναν τέτοιο παππού».

Ο Σπύρος Θεοδωράκος γεννημένος το 1947 στα Πετράλωνα από μία φτωχή οικογένεια κατάφερε στην ηλικία των 16 ετών να ξεκινήσει την ποδηλασία με τα χρώματα του Παναθηναϊκού και σύντομα να γίνει πρωταθλητής της Ελλάδος. Από το 1982 αναλαμβάνει προπονητής της Εθνικής ομάδας σε μία πολυτάραχη εποχή για την Ελληνική ποδηλασία. Από τους αθλητές του, ο Ηλίας Κελεσιδης αναδείχθηκε πρώτος βαλκανιονίκης και η ομάδα των ανδρών κατέκτησε το αργυρό μετάλλιο στους βαλκανικούς αγώνες ενώ ο Κανέλλος Κανελλόπουλος στην Καζαμπλάνκα το 1983 κατέκτησε το μοναδικό αργυρό μετάλλιο στην ιστορία της ελληνικής ποδηλασίας. Γενικά έβαλε τη σφραγίδα του στη Χρυσή δεκαετία της Ελληνικής ποδηλασίας και παραιτήθηκε από τη θέση του προπονητή της εθνικής ομάδας γιατί η ερασιτεχνική νοοτροπία των παραγόντων, η τακτική της αναβλητικότητας, της ασυνέπειας και άλλα προβλήματα βρίσκονταν σε ευθεία αντίθεση με τις αντιλήψεις του και τα πιστεύω

του. Το 1948 αποφασίζει τον ποδηλατικό όμιλο κατέκτησαν το πανελλήνιο του ομίλου με τη



μαζί με πολλούς ποδηλάτες να ιδρύσουν βετεράνων. Την τριετία 1984 έως 1986 πρωτάθλημα εφήβων αλλά και τον τίτλο μεγαλύτερη δραστηριότητα.

Ελεύθεροι Σκοπευτές ...

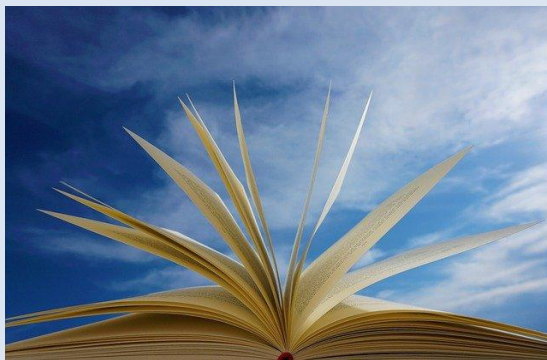
από μαθητές-συνεργάτες.

Γιατί διαβάζω βιβλία;

από την Φωτεινή Τσοούκα του Γ3

Διαβάζω όχι για να δείξω ότι ξέρω ούτε για να προσποιηθώ κάτι που δεν είμαι.

Διαβάζω για να μάθω από τον πραγματικό κόσμο που δεν είναι μαγικός. Σύμφωνα με Έρνεστ Χέμινγουεϊ: κάτι κοινό: είναι πιο συμβεί πραγματικά».



περισσότερα, για να βγω κόσμο και να μπω σε έναν πραγματικός, γιατί είναι τον Αμερικανό συγγραφέα «Όλα τα καλά βιβλία έχουν αληθινά απ' ό,τι αν είχαν Το διάβασμα δεν είναι κάτι

που υποκρινόμαστε πως κάνουμε ή λέμε ψέματα πως έχουμε διαβάσει κάτι, αλλά είναι αυτό που μας κάνει καλύτερους ανθρώπους, είτε διαβάζουμε πολύ, είτε διαβάζουμε λίγο.

ΔΙΑΒΑΖΩ ΓΙΑ ΕΜΕΝΑ ΟΧΙ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΑΛΛΟΥΣ. ΔΕΝ ΔΙΑΒΑΖΩ ΑΥΤΟ ΠΟΥ ΑΡΕΣΕΙ ΣΤΟΥΣ ΑΛΛΟΥΣ, ΑΛΛΑ ΑΥΤΟ ΠΟΥ ΑΡΕΣΕΙ ΣΕ ΕΜΕΝΑ ΓΙΑΤΙ ΟΤΑΝ ΔΙΑΒΑΖΕΙΣ ΚΑΤΙ ΠΟΥ ΔΕΝ ΣΟΥ ΑΡΕΣΕΙ ΒΑΣΑΝΙΖΕΙΣ ΤΟΝ ΙΔΙΟ ΣΟΥ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ. Όπως είχε πει και ο Χαρούκι Μουρακάμι, Γιαπωνέζος συγγραφέας: «Αν διαβάζεις μόνο τα βιβλία που διαβάζουν όλοι οι άλλοι, μπορείς να σκέφτεσαι μόνο ό,τι σκέφτονται όλοι οι άλλοι».

κι ω χρόνε, γερο-υφαντή, άφησε μια καλή ιστορία...
για το τέλος .

Τάσος Λειβαδίτης

από τις Ελένη
Κόρδα και Δώρα
Αποστολοπούλου

Μόδα

«τι θα επιλέξεις να φορέσεις την άνοιξη και το καλοκαίρι;»

Γ. Γυαλιά

Γ. Καπέλο

ΚΟΡΙΤΣΙΑ:

- A. Πέδιλα
- B. Εσπαντρίγιες
- Γ. Σνίκερς

- A. Κροπ τοπ
- B. Ραντάκι
- Γ. **T-shirt**

- A. Ψάθινο Καπέλο
- B. Μπερές
- Γ. Μαντήλι

- A. Σορτς/Βερμούδα
- B. Φούστα
- Γ. Τζην Παντελόνη

- A. **smart watch**
- B. Βραχιόλια

ΑΓΟΡΙΑ:

- A. Πέδιλα
- B. Αθλητικά
- Γ. Σνίκερς

- A. T-shirt
- B. Πουκάμισο
- Γ. Πόλο μπλουζάκι

- A. Σορτς/Βερμούδα
- B. Φόρμα
- Γ. Τζην παντελόνη

- A. Γυαλιά
- B. Ρολόι

Αν επιλέξατε

Περισσότερα A:

Είσαι καλοκαιρινός τύπος, που θέλει να ακολουθεί τη μόδα.

Περισσότερα B:

Είσαι άνθρωπος καλόγουστος, που θέλει να είναι σύμφωνος με τη μόδα, αλλά νιώθει ανασφαλής με το πολύ μοντέρνο ντύσιμο.

Περισσότερα Γ:

Είσαι άνθρωπος «κουλ», πάντα μέσα στη μόδα!

Και ένα βιβλίο

της

Μαργαρίτας Λυμπεράκη,

συντροφιά για το καλοκαίρι ...

