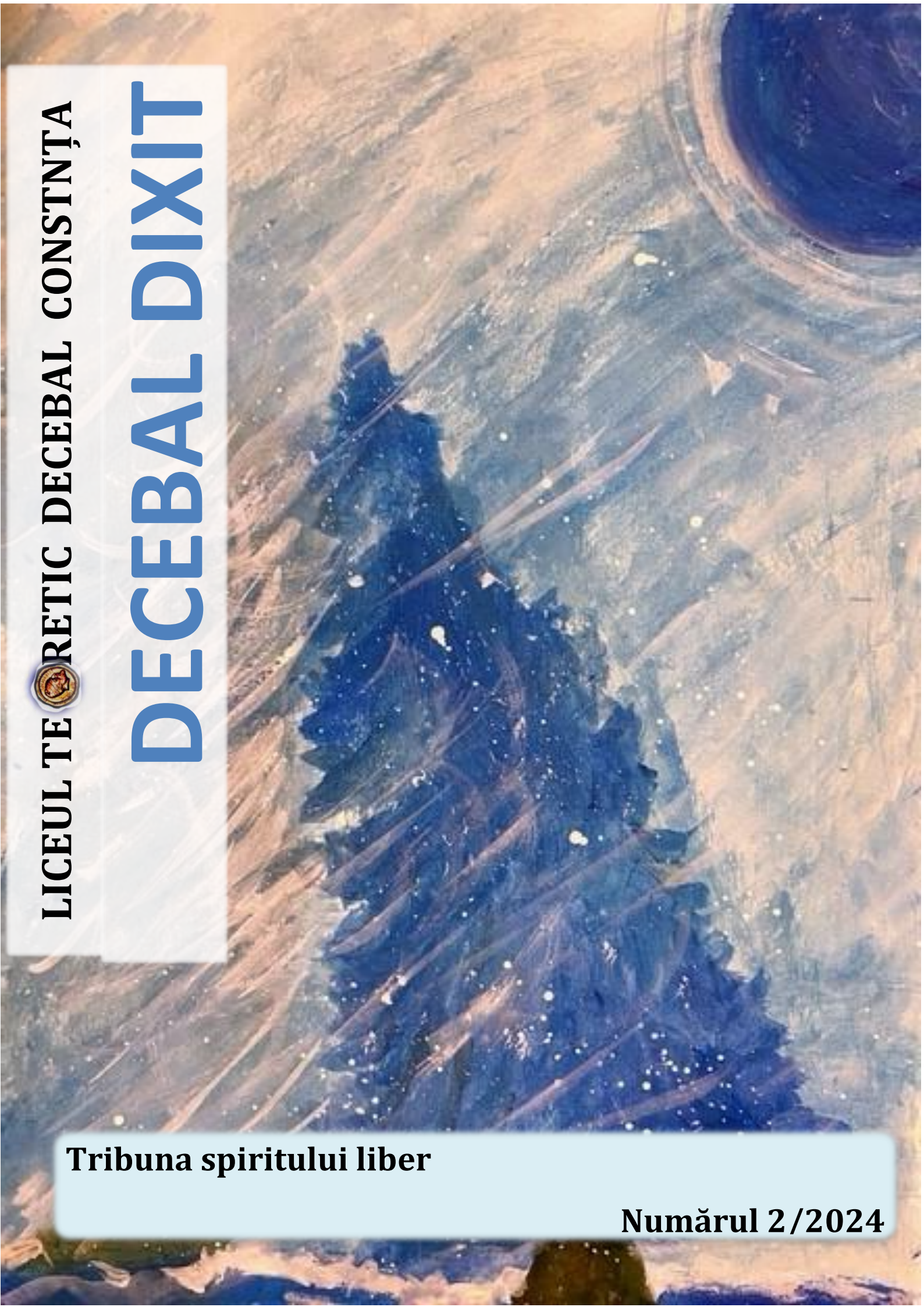
LICEUL TEORETIC DECEBAL CONSTANȚA

DECEBAL DIXIT



Tribuna spiritului liber

Numărul 2/2024

Decebal dixit. Tribuna spiritului liber
An 2024 Nr. 2 – decembrie 2024

COLEGIUL EDITORIAL
Prof. SVINARCIUC Liliana
Prof. CHIRATCU Adriana-Roxana

COORDONATORI
Prof. DRAGOMIR Elena
Informatician NENCIU Marian

COLABORATORI
PROF. BĂRBULEȚ Elena,
PROF. BIȚAN ȘTEFANA

AUTORI

PROFESORI

Prof. CONSTANTIN Adriana, prof. DRAGOMIR Elena, prof. NEGOESCU Simona, prof. NEGRU Sorin, prof. OPREA Filis, Prof. POPA Victoria

ELEVI

Culea Maria, Dalamitra Toni Costin, Dușu Yosif Andreas, Drăcea Georgiana-Eda, Iordache Isabella, Ionescu Ana-Maria, Stan Antonia

Publicaţie editată de

LICEUL TEORETIC DECEBAL

Aleea Gădiniţei, Nr. 4 Constanţa
Cod 900478 Tel-Fax +40341/405825
E-mail secretariat@liceulteoreticdecebal-ct.ro
Redacţie revista.decebal.dixit@gmail.com

ISSN 2284-9718

ISSN-L 2284-9701

Literatură

Romeo și Julieta
..... un altfel de final

Raul Anton, Clasa IX-a, Liceul Teoretic „Decebal” Constanța
Profesor Coordonator: Bărbuleț Elena

Romeo:
Oh, Julieta, iubirea mea, sufletul meu! Cum de-a putut soarta să fie atât de crudă? Să te ia de lângă mine și să mă lase pierdut... Dar nu! Nu pot trăi fără tine! Această otravă mă va duce la tine în lumea de dincolo.

(Intra Parintele Lorenzo.)

Părintele Lorenzo:
Romeo! Oprește-te! Nu bea! Totul este o greșeală!

Romeo: (înghețând în loc)
O greșeală? Cum? Ce vrei să spui, părinte? Julieta este moartă! Am văzut-o!

Părintele Lorenzo:
Nu, fiule, ea nu este moartă. I-am dat o poțiune care o face să pară fără viață, pentru a evita căsătoria cu Paris. Se va trezi în curând!

Romeo: (confuz)
Nu pot să cred asta... E adevărat? Julieta va trăi?

Părintele Lorenzo:
Da, Romeo. Ai răbdare. Privește, deja începe să se trezească.

Julieta: (ametita)
Romeo? Tu ești? Ce s-a întâmplat?

Romeo:
Iubirea mea! Te-ai întors la mine! Am fost la un pas să mă alătur ție în moarte, dar părintele Lorenzo m-a oprit.

Julieta: (prinzandu-i mainile)
Romeo, nu putem rămâne aici. Dacă familiile noastre află, ne vor despărți din nou. Trebuie să plecăm departe, unde ura lor nu ne poate ajunge.

Părintele Lorenzo:
Aveți dreptate, copii. Trebuie să plecați din Verona. Vă voi ajuta să vă strecurați din oraș în siguranță.

Romeo:
Julieta, vom avea o viață împreună, departe de aceste ziduri care ne-au despărțit. Nimeni nu ne va mai putea opri.

Julieta:
Atâta timp cât sunt cu tine, iubirea mea, nimic altceva nu contează.

***

* Romeo și sir Paris încep a se bate *

Pajul
Se bat! O, doamne! Merg să chem străjerii!
(pleacă)

Baltazar
(vede bătaia)
O, iertat fii al meu stăpân! Ai spus că-mi retezi capul
De a-și sta la pândă după tine: dar nu cutez să privesc
Asta-i luptă sângeroasă! Plec imediat și găsi ajutoare!
(pleacă)

* Romeo îl ucide pe sir Paris *

Romeo
. . . Eternul târg cu moartea răpitoare!
(intră fratele Lorenzo, alături de Baltazar)

Lorenzo
Dar astă moarte n-ar să vie,
Căci cea ce-ți este mai dragă
Nu s-a stins din viață - a fost un truc!
Un șiretlic! O stratagemă! Astfel împiedică nunta
Cu sir Paris: ce șade-aci, fără suflare,
Mort din pricina iubirii sale.

Romeo
Vai, părinte! În cele mai adânci părți ale cugetu-mi
Nu m-aș fu gândi la astă chestiune!
Cât despre a mea logodnică,
Sunt plin de încântare
Că ea trăiește... uite-o acum, căci
Raza de lumină se trezește...

Julieta
O, prea bunule părinte!
Mă trezesc din somnu-mi ca de moarte,
Și zăresc pe-al meu Romeo lângă mine.
Dar ce-i aci!... cel de care fu-mi pecetluit
Să mă logodesc, șade de-a lângă criptei mele...

Lorenzo
Nu e ceas de aste detalii neînsemnate
Aud larmă... trebuie că nemernicul de paj al lui Paris
A anunțat străjerii... Fugiți!
Fugiți, dragii mei copii! Nu vă paște soartă bună

De veți sta aci: Plecați din acest palat al morții
Și incălecați în zori!...

Romeo (către Julieta)
Asta fu-ne-i soarta! Draga mea,
Zarii au fost aruncați! De ne-or prinde străjerii,
Vai ș-amar de noi. Înscriși in cartea cea neagră
A restriștei... Pune mâna ta-n a mea palmă,
Și - pecetluită fiind iubirea noastră - să plecăm
La Mantua, împreună.
(îi pune inelul)

Julieta
O, dulce Romeo! Chiar mai dulci cuvintele-ți-s...
Simt de parc-aș muri iar,
A doua oară, răpusă de fericire! Fie cum spui tu,
Luami-ai mâna, să fugim în lume, clădind
O nouă și mai frumoasă viață, împreună.
(cei doi pleacă)

Straja (intră în cimitir)
Pământu-i plin de sânge: iar aci...
O, ce-mi văd ochii! sir Paris zace mort în criptă!
Langă el, servitorul lui Romeo
Alături de-un călugăr.
Treziți îndată pe Capulet și pe Montague! Iar cei doi
Reținuți fiind până are să ajungă ducele.
(intră ducele)

Ducele
Ce povară oare
Are să ne trezească din odihna-i timpurie?
(intră Capulet și alții)

Capulet
Ce-i astă larmă afară?
(intră Montague și alții)

Ducele
Ce groază-n fața a noștri ochi! Sir Paris
Zace-aci, palid, ucis de ce pare a fi... spada lui Romeo?!

Contesa Capulet
Iar Julieta-i de negăsit! Vederea asta-mi
Cheamă din vreme bătrânețea: ce cumplit!

Întâiul străjer
Aci e un călugăr, și pajul lui Romeo.
Fu găsiți în criptă, la ei unelte ce slujesc
La dezgroparea morților...

Ducele
Adu-i în fața-mi pe cei doi!
Și vorbiți tot ce-ați știi! Că de nu,
Blestemați să fiți, de nu mai ieșiți de-aici!...

Lorenzo
N-am răgaz de lungă vorbă, și răsuflarea-mi
Se taie. Voi spune tot pe scurt:
Eu-i cununasem, pe umilul Romeo și frumoasa Julietă.
Dar se întâmplă, căci Tybalt pieri la mâna omului bun,
Iar acesta fu trimis în surghiun..
Astfel, domnița fiind silită
În cununia cu nobilul Paris. Ea fugi și mă rugă
Să împiedic nunta - îi dădu o fiolă, ce s-o pună
Într-un somn perfid. Acest plan am făurit:
Dădu de veste lui Romeo... răvașul
Fu oprit.
Dar iacă, mă aduse Baltazar,
Căci văzu lupta dintre sir Paris și sir Romeo.
Fu totuși cu un ceas prea târziu: Paris zăcea mort
Fără vreme, Romeo cât pe cale de suicid.
Îl opri: atunci se trezi draga Julieta din a-i somn
Înșelător, și cei doi plecă-n zori.

Ducele
Ei, ce ziceți voi acum, dușmani de moarte?
Ei, Capulet! Ei, Montague! Încercărați
Amândoi să-i țineți la o parte, de dragul
Dușmăniei voastre. Iacă acum, din pricina aceluiași
Blestem, nu-i veți mai zări pe niciunul!
Pe toți ne dor urmările acestei uri hapsâne...

Montague
O, frate Capulet, din cauza mâniei noastre
Am pierdut azi pe ambii copii. Dă-mi mâna ta!
Să îngropăm securea! Încheiată fiind ura-ntre noi!

Capulet
N-aș fi putut fi de altă părere!
Cât despre tine, umil paj Baltazar, adu îndată
Un răvaș și o pană, spre a le scrie
O veste celor doi îndrăgostiți!
Căci are să rămână, nici în povești
Mai mult prilej de jale, decât a celor doi,
Romeo și Julieta, despărțiți de ură,
Trecând aproape pragul morții,
Și uniți prin iubire.
(pleacă toți)

***

Nicola Eduard, clasa a IX-a-B, Liceul Teoretic „Decebal” Constanța
Profesor coordonator Bărbuleț Elena

Julieta (la castelul ei, înainte de a bea poțiunea): "Tată, mamă, vă rog să mă ascultați! Iubirea mea pentru Romeo este adevărată. Nu sunt dispusă să mă căsătoresc cu Paris. Voi face orice pentru a fi cu el, chiar și sa fug!"

Capulet (șocat): “Ce spui, fiica mea? Renunți la tot ce ți-am oferit? La o viață în siguranță, fără pericole?"

Julieta: " Dragostea nu se poate cumpăra, tată! Romeo este viața mea. Vă rog, dați-mi permisiunea să fiu fericită!"
....
La întoarcerea lui Romeo din exil, află vestea de la călugărul Lorenzo.

Romeo: “Julieta trăiește! Am venit prea târziu... Dar nu, trebuie să o găsesc!"

Julieta (se întâlnesc în secret): “Romeo! În sfârșit, suntem împreună! Nu mai există nimic care să ne despartă.”

Romeo (către Montague si Capulet): “De ce să ne urâm, când iubirea noastră poate aduce pace între voi?"

Julieta: “Dacă ne iubiți cu adevărat, lăsați ura deoparte. Nu mai vrem să fim prizonieri ai trecutului."

Capulet (cu lacrimi în ochi): “Poate aveți dreptate. Poate este timpul să învățăm să iubim și să iertăm."

Astfel, cele două familii se împacă, iar Romeo și Julieta trăiesc fericiți, unind Verona prin iubirea lor.

UNE RENCONTRE INATTENDUE

Boboc Monica, clasa a V-a B, Liceul Teoretic « Decebal », Constanţa
Profesor indrumător: Negoescu Simona

C'était une chaude nuit de septembre. Rémi venait de se coucher. Il a fait un rêve très étrange. Il était dans un jardin majestueux avec toutes sortes de fleurs. Soudain, il a aperçu un lapin qui se précipitait. Il a décidé de le suivre jusqu'au trou où il était entré. C'était assez grand pour qu'un homme puisse y entrer. Décidé, Rémi est entré dans le trou. Il n'en croyait pas ses yeux! Toutes sortes d'objets comme des chaises ou même un piano flottaient dans l'immense grotte ! Puis Rémi a réalisé où il se trouvait vraiment. C'était dans le terrier du

lapin d'Alice au pays des merveilles. C'était l'un de ses livres préférés ! Alors qu'il réfléchissait à des livres et à des histoires, il est arrivé soudain dans une pièce incroyablement haute. Bientôt, il a aperçu quelque chose de brillant. C'était la clé même qui ouvrait la porte du pays des merveilles. Rémi a pris la clé et il a ouvert la porte. Surprise ! Il s'est retrouvé face à face avec la vraie Alice. Rémi était ravi. La jeune fille, perplexe, lui a demandé qui il était. Il a dit qu'il s'appelait Rémi. Comme elle était polie, Alice, a commencé à lui montrer le jardin où elle était arrivée. Elle lui a montré toutes sortes de plantes multicolores que Rémi n'avait jamais vues auparavant ! Même les insectes présentaient toutes sortes de motifs et de couleurs vives. Rémi était si heureux quand il a découvert qu'Alice n'avait pas non plus de mère. Ils étaient vraiment très semblables, qu'ils le veuillent ou non. Malheureusement Rémi s'est soudainement réveillé de son beau rêve à cause des aboiements de son chien Cappy. Tout était irréel mais il se souviendra toujours de ce rêve.

FIN

Premiul I la Concursul Judeţean „Portret de copil" organizat de Şcoala Generala nr. 39 „NicolaeTonitza"

Poezie

Adâncul somn

Roxana Burlacu, clasa a XI-a F, Liceul Teoretic „Decebal" Constanța
Profesor coordonator Ignat Laura

Încerc să adorm, dar noaptea-i o brută,
La fereastră stă, privirea-i pierdută.
Trei bătăi în noapte și rana se-aprinde,
Fereastra oftează, iar luna se-ascunde,
Pe ușă apasă un cântec uitat-
Ecou ce sapă-n al nopții păcat.

La fereastă corbul își clatină pasul,
Sub aripa-i neagră se pierde tot ceasul.
Cuvintele-s strâmbe, se frâng în tăcere,
Un porumbel alb se stinge-n cădere.

O roză mă-nțeapă cu spini de durere,
Sângele-mi curge, dar nimeni nu cere,
Tulpina se-apleacă, își scutură floarea,
În pahar - doar umbra, iar eu beau uitarea.

Trei bătăi în noapte – o șoaptă de scrum,
Sub clapele grele se scurge doar fum.
Cântarea e stinsă, iar mâna ce bate
A mea e, pustie, pierdută în toate.

Mă uit în oglindă, dar chipul dispare,
Din abis mă privesc doi ochi fără soare.
Clopotul tace, iar timpul suspină,
Căci ușa-i sfărâmată, iar eu sunt lumină.
Neantul mă știe, mă cheamă încet,
Dar eu sunt chemarea – al vieții regret.

***

Cafea

Marian Moisa, clasa a XI-a B, Liceul Teoretic „Decebal” Constanța
Profesor coordonator Ignat Laura

Aceeași cafea,
De data asta - neagră.
Aceeași tigară,
Afară iar plouă.
Aceeași brichetă,
Aceeași privire pierdută,
Aceeași întrebare:
Ce ar fi fost, dacă..?
Dar nu a fost!

Am fost doar un prost!
O altă iubire pierdută...
Același regret?
Dar nu mai regret
Și nu mai sufăr
După o noapte
De șoapte meschine.
Aceeași realitate –
Infidelitate...

***

Să-mi reciți, iubite!

Teodora David, clasa a XI-a F, Liceul Teoretic „Decebal” Constanța
Profesor coordonator Ignat Laura

Să îmi reciți poeziile lui Eminescu,
Să îmi reciți poeziile lui Bacovia,
Să nu le excuzi pe cele ale lui Minulescu,
Dar nici pe cele ale lui Arghezi!

Să îmi aduci șoaptele lui Blaga,
Cu dorința de a iubi fără sfârșit,
Să mă îmbraci în cuvintele lui Sorescu,
Să simt cum iubirea străbate din ritm!

Să simt suspinele lui Macedonski,
Să mă cufund în lumina lui Alecsandri,
Să îmi șoptești în noapte versuri de Stanca
Și-n fiecare cuvânt să găsesc iubirea eternă!

Căci tu, iubite, ești cel mai bun cititor
Și-n fiecare stih găsești un alt înțeles.
Citește-mi cu patos, citește-mi orice,
Descoperă-mă-n rime și-n ritm cunoscut!

ȚARA MEA

Ionescu Ana-Maria, Liceul Teoretic „Decebal” Constanța

Profesor coordonator Munteanu Tatiana

Minunată-i țara asta, cu a ei istorie –ndelungată

Pe care, dac-o studiezi puțin...de sânge e pătată!

Murit-au mulți tați, bunici și fii viteji,

Pe care –i vom aminti cu acest prilej.

Mihai Pătrașcu, zis Viteazu, în 1600, fără a fi tăcut

Prima Unire a Țărilor Române a făcut!

Apoi, ca prin minune, reformele au curs

Crescând valoarea țătii pe parcurs...

Și toate acestea date au fost

De Alexndru Ioan Cuza al nost!

Acesta din 1859 a domnit

Și pe loc Mica Unire a înfăptuit!

Și acum îl amintim când, cu hoți întrăm în polemică

Acuzându-i c-au umblat cu ocaua mică.

Urmînd, în 1918, ca regele Ferdinand I Întregitorul

Să unească România Mare, luminându-i viitorul.

Au fost eroi câte frunze în copaci

Din epoca modernă și-n urmă, pân la daci.

Aceasta e o țară mică, un tărâm de feerie

Popor latin, unit în a lui istorie.

Să nu-i uităm pe cei căzuți pe front

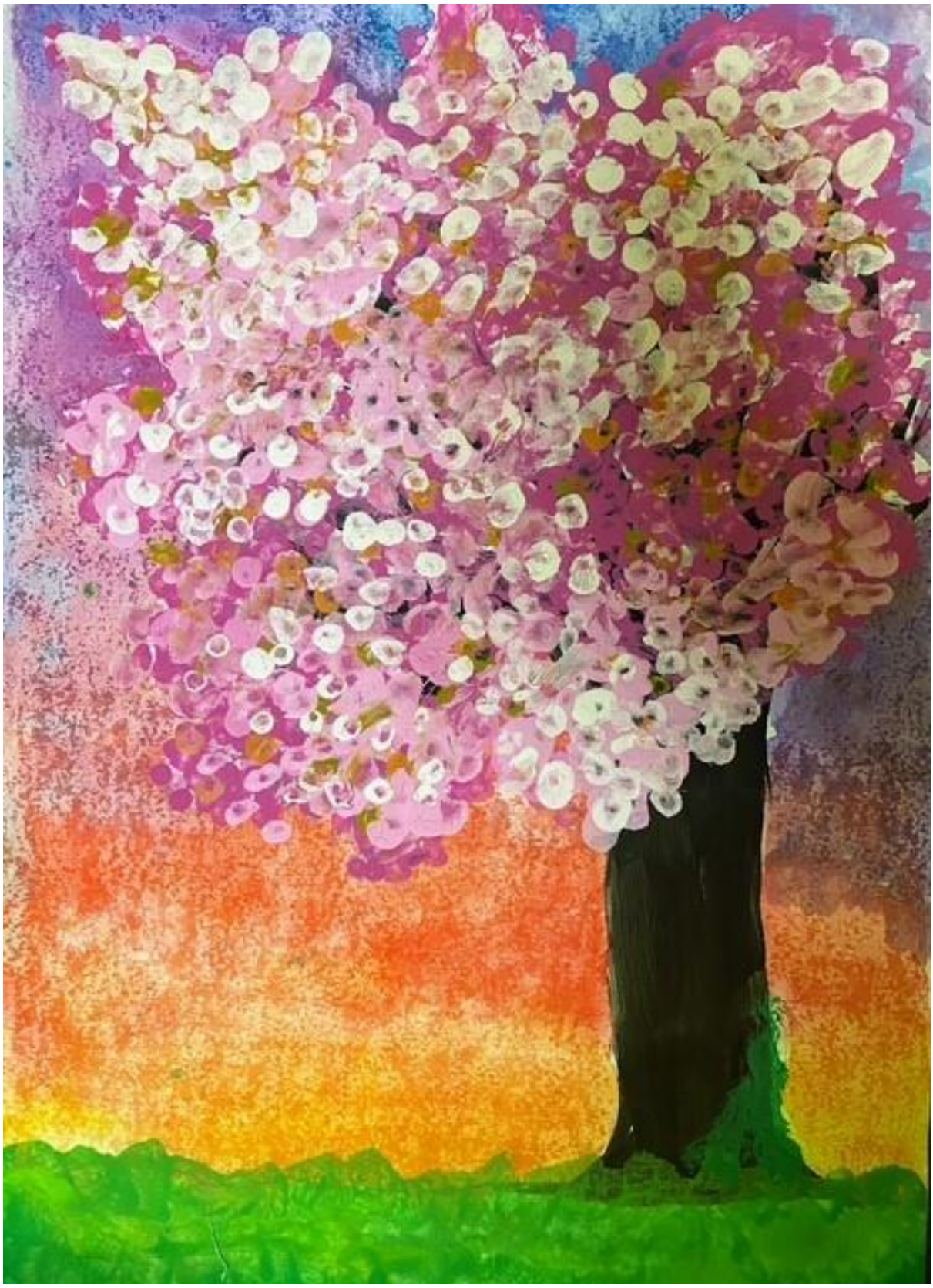
Căci s-au jetrfit pentru al nostru orizont.

Și să luptăm să o menținem toată-n brațe de iubire, Ca viitorul României să fie –a noastră fericire!

Arte



Imagine 1 Stanca Sara Maria, clasa a VI-a A



Imagine 2 Micula Amalia Maria, clasa a VI-a B



Imagine 3 Munteanu Daria Sabina, clasa a VI-a B



Imagine 4 Tudor Mara, clasa a VII-a A



Imagine 5 Despinoiu Ioana Mihaela, clasa a X-a F



Imagine 6 Hurmuzache Ana, clasa a IX-a E



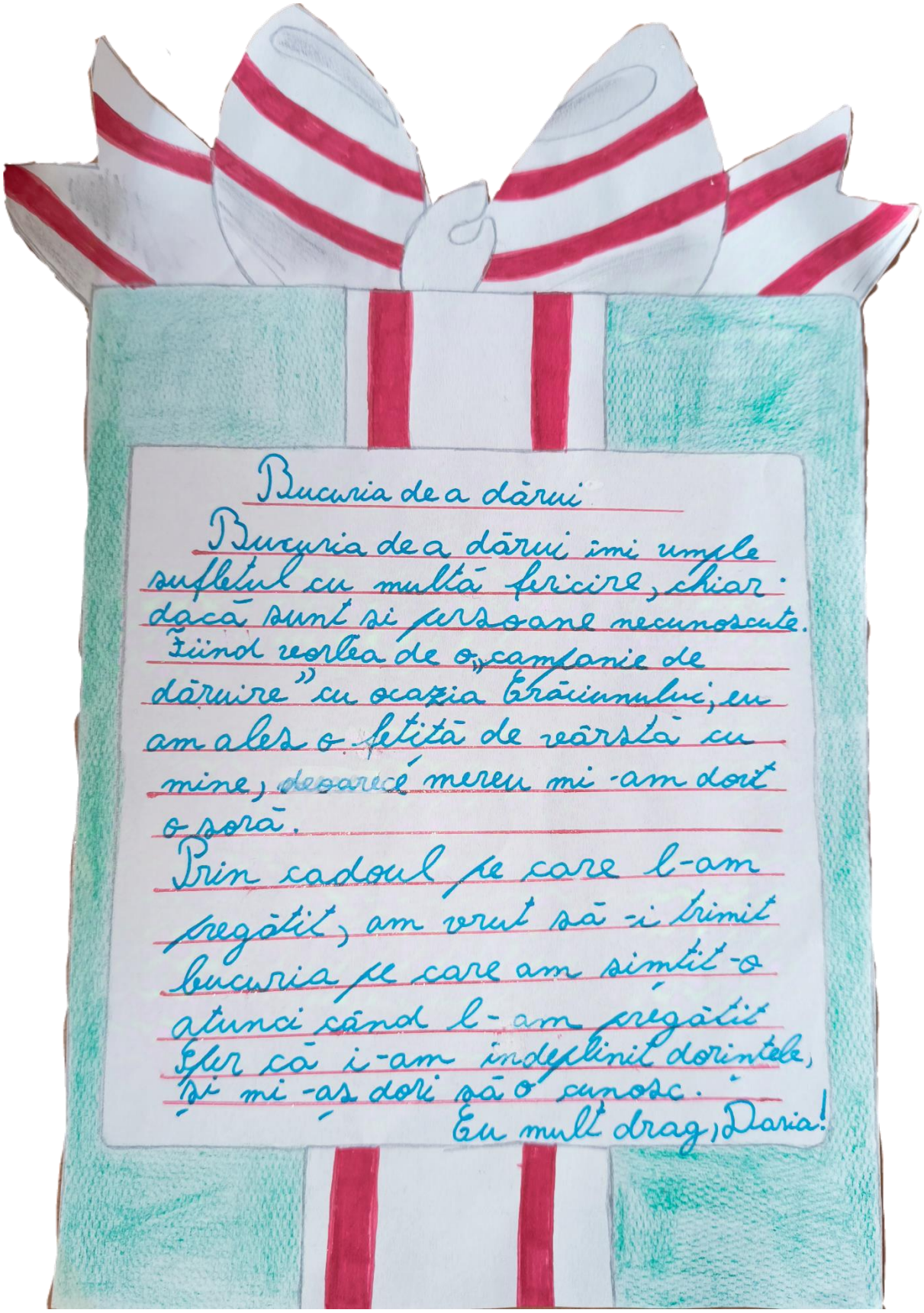
Imagine 7 Costache Raisa Alexandra, clasa a IX-a D



Imagine 8 Filip Alexia Mihaela, clasa a X-a F

Mărturii de boboc





Bucuria de a dărui

Bucuria de a dărui îmi umple sufletul cu multă fericire, chiar dacă sunt și persoane necunoscute. Fiind vorba de o „campanie de dăruire" cu ocazia Crăciunului, eu am ales o fetiță de vârstă cu mine, deoarece mereu mi-am dorit o soră.

Prin cadoul pe care l-am pregătit, am vrut să-i trimit bucuria pe care am simțit-o atunci când l-am pregătit. Sper că i-am îndeplinit dorințele, și mi-aș dori să o cunosc.

Cu mult drag, Daria!

Viața de boboc

Am absolvit cu brio clasa a opta, am dat examenul national, luând o nota mare. M-am gândit să mă înscriu la acest liceu deoarece este cel mai apropiat de intrarea în oraș pentru că fac naveta și deoarece este un liceu de top.

În prima zi, a clasei a IX-a stăteam cu mâinile tremurânde de frică și cu urechile ciulite la doamna directoare. Urma să fiu strigată pentru repartizarea în clase. Am urcat după aceea în clasă și am poposit cu doamna dirigintă mai multe ore. Liceul mi se părea subru și fără culoare , dar cu timpul am început să cred că tot ceea ce am crezut era doar frica ce m-a cuprins pe moment. Acum mă simt ca la școala veche, dar cu profesori care sunt puțini mai duri.

Aș dori ca liceu să fie mai prietenos cu urmatorii boboci pentru ca orice copil să se acomodeze rapid.

Palade Andreea, Clasa a IX-a A

***

Viața de liceu

Liceul Teoretic Decebal este un liceu minunat, plin de oportunități academice. Profesorii sunt înțelegători, capabili si oferă excelență celor care îi ascultă. Elevii sunt prietenoși și cumsecade, ceea ce face integrarea în grupuri sociale ușoară. Chiar daca liceul este momentan în renovare, studenților le este oferit destul spațiu și siguranță. Liceul Teoretic Decebal are multe campanii anti-bullying și diverse concursuri la care poți participa.

Experiența de licean la acest liceu este una inedită si plăcută, unde învățătura și excelența este egalată cu distracția și socializarea.

Iacob Lucas Cristian, Clasa a IX- a A

***

Viața de liceu

După ce am intrat la liceu, s-au schimbat multe lucruri: clasa, profesorii și, mai ales, colegii cu care eram obișnuit. Până în acest moment, clasa a 9-a nu este cu mult diferită de școala generală în legătură cu notele și modul de învățare. Încerc să păstrez aceeași rutină în fiecare zi și să nu ies prea mult în evidență, pentru a nu fi judecat sau pentru a nu eșua.

Sper să am ocazia să particip la cât mai multe activități școlare pentru a-mi descoperi mai bine pasiunile.

Nu m-am adaptat prea bine în acest nou colectiv, însă cu siguranță voi avea ocazii pe parcursul acestor patru ani.

Parasca Mihai Valentin, Clasa a IX-a A

***

Viața de licean

La început am păşit în curtea liceului copleşită de emoție, întrebări, curiozitate și o notă de teamă. Când doamna dirigintă a strigat catalogul pentru prima dată, în sufletul meu s-a instalat o emoție de nedescris. Am auzit numele persoanelor cu care urma să îmi petrec următorii patru ani.

La intrarea în clasă, fiind acaparată de emoții, am văzut doar primele două rânduri de bănci, nevăzând o colegă care îmi făcea semn să stau îm bancă cu ea. Așa că pentru primele trei zile am stat singură, nevorbind cu nimeni. Dar, după prima săptămână, o colegă cu care am vorbit în prima zi a început să vorbească cu mine.

Deși am fost retrasă și tăcută în primele zile din cauza faptului că vin dintr-un alt județ, am ajuns să mă integrez foarte bine în colectiv, făcându-mi prieteni și învățând să gestionez dificultățile legate de învățătură.

Butnariu Ioana, clasa a IX-a B

***

Viata de licean (ganduri de clasa a 9-a)

De cand am devenit boboc ma simt casicum am inceput un nou capitol in viata mea, s-au schimbat colegii, am cunoscut o multime de persoane, ganduri, mentalitati si locuri noi. De atunci am realizat in ce bula traiam in locul de unde am venit.

Prima zi de liceu a fost fix inversul la ce am spus mai sus. In prima zi am intarziat cu mult timp din cauza unui accident rutier. Prima data cand am pasit in curtea liceului nu am reusit sa vad nimic din cauza faptului ca ochelarii i-am pierdut la mare, pe langa asta am stat doar 3 minute si dupa am plecat, n-am avut nicio speranta.

Totusi, dupa doua saptamani totul a devenit normal si frumos. :)

Docu Alexandru Andrei, Clasa a IX-a B

Proiectele noastre

VOLUNTARIAT

În momentul în care doamna profesoară de română ne-a propus să ne implicăm în această acțiune de voluntariat, am fost adamant în a participa. Am ales să mă implic deoarece consider că fiecare copil merită să simtă bucuria sărbătorilor, indiferent de circumstanțele în care trăiește. Gândul că un dar, oricât de mic, poate aduce un zâmbet unui copil mai puțin norocos, m-a motivat și ideea că prin această inițiativă pot contribui la crearea unor amintiri prețioase pentru copii. Moș Nicolae este simbolul generozității, iar participarea la această activitate pune în lumină dorința de a împărți acest spirit.

Adam Dolceanu







Eu am ales să mă implic în această activitate,nu doar pentru ajutarea copilului nevoiaș,dar și pentru dezvoltarea propriilor emoții.Activitatea respectivă mi-a dezvoltat abilitatea de lucru în echipă și,în același timp,mi-am cunoscut mai bine colegii de echipă,cu care am colaborat.

Această implicare mi-a dezvoltat,în același timp,simțul empatiei.Am învățat că,în viață,nu trebuie să fii egoist și că e bine să dai din ceea ce ai.Chiar dacă,pentru tine,ceea ce oferi nu ți se pare prea mult,alt copil se va bucura când va primi acest cadou.

Oferă, și ți se va oferi!

Vizitiu Erich Andrei





Acest act caritabil mi-a arătat cât de norocos sunt pentru toate lucrurile de care dispun. Scopul acestei acțiuni a fost, în primul rand, de a-i ajuta pe niște copii care au nevoie de cele necesare.Doamna, la clasa, ne-a explicat situatia, iar eu si colegii mei am acceptat sa ajutăm un copil și sa facem o faptă bună.

Ne-am dus la magazin și am căutat câteva ore până să găsim cadoul perfect, unul de care sunt sigur ca ii va placea. După ce am dat cadoul am simțit bucurie si o pace interioara, care m-a facut sa fiu mai calm si mai bine dispus.

A fost o experienta care m-a maturizat umpic mai mult si m-a ajutat să văd lumea cu alți ochi.

XXX

Proiectul eTwinning BEWARE

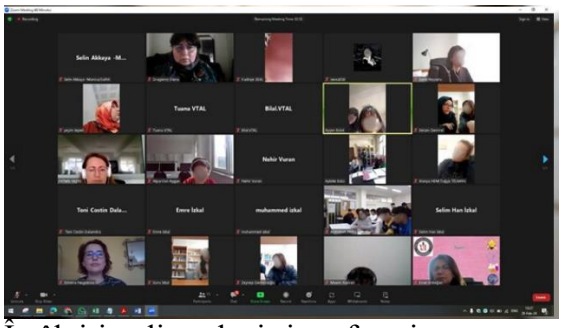
Profesor Dragomir Elena

În acest proiect, ne-am propus să folosim tehnologia, care, probabil, este utilizată cea mai mare parte a zilei, în limite sigure, pentru a învăța care sunt datele personale, eticheta și importanța lor. În primul rând, elevii au fost informați prin prezentări pregătite cu instrumente web2, iar apoi au fost încurajați să folosească informațiile pe care le-au învățat în viața de zi cu zi prin diverse activități.

La proiect au participat 12 școli din trei țări: Turcia, România și Spania, și s-a derulat în perioada decembrie 2023 – iunie 2024.

Din școala noastră au participat doamnele profesor Negoescu Simona, Zaharescu Atena și Dragomir Elena cu elevi din casele a XI-a, a XII-a D și a X-a A.

În cadrul proiectului s-au desfășurat mai multe activități:



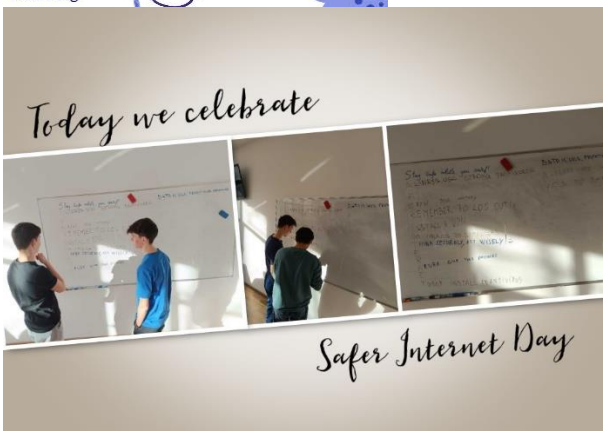
Întâlniri online elevi și profesori



Stabilirea regulilor de lucru în siguranță pe Internet



Prezentarea materialelor lucrate colegilor



Celebrarea Zilei Siguranței pe Internet

Realizare colțul eTwinning



Link-ul către proiect: https://school-education.ec.europa.eu/en/etwinning/projects/beware

Proiectul a fost evaluat si laureat cu National Quality Label și cu European Quality Label



Imagine 1 eTwinning National Quality Label



Imagine 2 eTwinning European Quality Label

Pagina cu parfum de istorie...

„1 Decembrie – Ziua Națională a României”. Gând și simțire românească”



Venirea iernii aduce după sine entuziasmul sărbătoririi Zilei Naționale a României, emoțiile asociate serbării tradiționale de Crăciun și binemeritata vacanță. Anul acesta, inimoșii profesori de istorie au propus organizarea unor activități dedicate zilei naționale sub egida *„1 Decembrie - Ziua națională a României”. Gând și simțire românească”*. Activitățile s-au încadrat în **proiectul** „**Fii activ**” desfășurat de elevii și cadrele didactice din Liceul Teoretic „Decebal” din Constanța.

Programul activităților dedicate Zilei Naționale au cuprins activități diverse, după cum urmează: prezentarea importanței zilei de 1 Decembrie în istoria României, realizarea unor colaje dedicate Zilei Naționale a României, purtarea simbolurilor naționale sau a vestimentației tradiționale românești, organizarea unor momente artistice etc. Firește, implicarea a fost notabilă: elevi, diriginți, cadre didactice, părinți etc.



Creativitatea artistică manifestată, emoția sărbătoririi Zilei Naționale și sentimentul de iubire pentru țară si istoria ei au părut obiective ce au reieșit firesc din atmosfera activităților desfășurate timp de o săptămână, între 24 – 28 noiembrie 2024, și nu impuse în mod formal. Pozele alăturate pot evidenția implicarea dar nu și emoțiile, din păcate. Interesul elevilor a fost pus în valoare de realizarea unor proiecte, planșe, expoziții de fotografii sau documente istorice, activități artistice etc.









Acum este momentul de reflecție care, în mod firesc, ne-a deschis noi perspective referitoare la viitoarele acțiuni, cu diversificarea formelor de manifestare a sentimentelor naționale, extinderea colaborării cu alte unități școlare, instituții de stat sau ONG-uri etc. Nu în ultimul rând, este un bun moment să adresăm mulțumiri tuturor celor care s-au implicat, elevi cadre didactice, conducerea unității de învățământ.

La mulți ani, România!

Știați că ...

Dix choses à savoir sur la France

(suite)

Profesor Simona Negoescu

1. La France est le plus grand pays de l'Union européenne en superficie.
2. La commune française au nom le plus court est Y, dans la Somme. Ses habitants sont les Ypsiloniens.
3. La France est le pays le plus rentable pour McDonald's après les États-Unis, avec plus de 1000 restaurants répartis sur tout le territoire.
4. Le plus vieil arbre de France connu est situé à Roquebrune-Cap-Martin, dans les Alpes-Maritimes. Il s'agit d'un olivier d'une circonférence de 20 mètres, qui aurait environ 2000 ans.
5. La France vit encore sur le fuseau horaire de l'Occupation. Pendant la Seconde Guerre mondiale, elle a été contrainte de s'aligner sur l'heure de Berlin, et ce changement n'a jamais été annulé. Mais avant la guerre, la France était sur le même fuseau horaire que Londres.
6. En France, les commerçants n'ont aucune obligation de rendre la monnaie. Selon la loi, c'est au client de faire l'appoint.

7. En 1940, la France et le Royaume-Uni ont brièvement envisagé de fusionner en une seule nation pour faire face à l'invasion allemande. Le projet incluait une citoyenneté commune et un parlement unique.
8. En France, les trains roulent à gauche, sauf en Alsace-Moselle car la région était allemande au moment du développement des voies ferrées.
9. La France possède le navire de renseignements le plus puissant au monde. Appelé le Monge, il peut repérer une pièce de 2 euros à 800 km. Un jour, il a été capable de détecter une clé à molette perdue dans l'espace par un astronaute américain. Le navire a surveillé la trajectoire de l'objet, qui était susceptible d'endommager des satellites.
10. À elle seule, la France détient le record mondial du nombre de carrefours giratoires (~ronds points~). On en dénombre 30.000, soit plus de la moitié des carrefours giratoires existant dans le monde.

Sport și sănătate

Influența exercițiilor fizice asupra organismului uman

Profesor Constantin Adriana

Exercițiile fizice reprezintă o componentă esențială a unui stil de viață sănătos, având multiple beneficii asupra organismului uman, atât din punct de vedere fizic, cât și mental. Practicarea regulată a activităților fizice contribuie la menținerea sănătății cardiovasculare, întărirea musculaturii, îmbunătățirea metabolismului și la reducerea riscului de afecțiuni cronice.

Unul dintre cele mai importante efecte ale exercițiilor fizice este îmbunătățirea funcționării sistemului cardiovascular. Activități precum alergarea, ciclismul sau înotul contribuie la creșterea rezistenței inimii, îmbunătățirea circulației sângelui și reglarea tensiunii arteriale. De asemenea, exercițiile fizice duc la mărirea masei musculare și la menținerea densității osoase. Astfel, riscul de osteoporoză și de alte afecțiuni degenerative este considerabil redus.

Pe lângă beneficiile fizice, exercițiile fizice au un impact pozitiv asupra sănătății mentale. În timpul efortului fizic, organismul eliberează endorfine, cunoscute și sub numele de „hormonii fericirii”, care reduc stresul și anxietatea, îmbunătățesc starea de spirit și contribuie la o mai bună calitate a somnului.

De asemenea, exercițiile fizice stimulează metabolismul, ajutând la menținerea unei greutăți corporale optime. Prin arderea caloriilor și creșterea ratei metabolice, acestea reduc riscul obezității, diabetului de tip 2 și altor boli asociate stilului de viață sedentar.

În concluzie, exercițiile fizice sunt esențiale pentru sănătatea și bunăstarea generală a organismului. Practicate cu regularitate, acestea îmbunătățesc funcționarea sistemelor vitale, contribuie la prevenirea bolilor și la creșterea calității vieții. Indiferent de vârstă, adoptarea

unui program de activitate fizică adaptat nevoilor personale poate aduce beneficii semnificative și pe termen lung.

ALIMENTAȚIA CORECTĂ

Profesor Anghel Margareta

Zicala ”Ești ceea ce mănânci” este foarte veche, dar este valabilă și astăzi – poate cu atât mai mult în secolul XXI. Un regim alimentar sănătos nu presupune cumpărarea unor alimente speciale și suplimente, dar înseamnă că trebuie să știm care alimente sunt esențiale și când introducem dezechilibre periculoase în regim.

Alese cu înțelepciune, alimentele hrănitoare care sunt gătite prin tehnici de preparare sănătoase ne vor oferi mese care nu sunt numai delicioase, ci ne îmbunătățrsc și starea de sănătate. Ele ne vor face să ne simțim mai bine și vor împiedica sau vor atenua anumite afecțiuni; împreună cu exercițiul fizic, ele sunt și cea mai bună cale de a ne menține greutatea dorită.

Producătorii fac anumite afirmații despre produsele pe care le vând, încercând să-i convingă pe cunsumatori să le cumpere. Nu există alimente bune sau rele, ci doar regimuri bune sau rele, iar cheia este de a stabili un echilibru între cele două. De exemplu, fructele și legumele sunt bune pentru noi, dar nu este bine să mâncăm doar fructe și legume.

Diversele alimente conțin nivele diferite de substanțe nutritive, dar niciun aliment nu poate să asigure toate vitaminele și mineralele de care are nevoie corpul nostru în cantitățile potrivite.

Cea mai bună cale de a stabili un regim bun nu este de a mânca un anumit aliment sau marcă de alimente, ci de a cunoaște grupele de alimente și substanțe nutritive conținute de ele. Aceasta este probabil calea potrivită spre un regim sănătos. Mulți oameni rămân totuși derutați de difetite afirmații care se contrazic și le este greu să decidă ce constituie un regim sănătos.

Pentru a rămâne sănătos și a funcționa eficient, corpul nostru are nevoie de 13 vitamine și 16 minerale, precum și de carbohridrați, proteine și grăsimi. Pentru a ne asigura că toate acestea sunt administrate în cantitățile potrivite, este necesar să mâncăm o varietate largă de alimente în proporții rezonabile. Doar astfel puetm să obținem nivelele optime din fiecare substanță nutritivă de care avem nevoie pentru a menține o stare bună de sănătate. Toți avem nevoi diferite de alimentație, în funcție de vârstă, sex, nivelul activității fizice, rata metabolismului și starea de sănătate. Însă oricare ar fi necesitățile noastre, toți avem nevoie aproximativ de aceleași proporții de hrană din diferite grupe de alimente.

✓ **Grupele de alimente**

Autoritățile din domeniul sănătății în Marea Britanie și în SUA au realizat linii de ghidare pentru o alimentație sănătoasă care împart alimentele în grupe. Potrivit britanicilor, există cinci grupe, în timp ce la americani sunt șase. Singura diferență semnificativă între cele două sisteme este faptul că britanicii pun fructele și legumele în aceeași categorie, pe când americanii le grupează separat. În rest, grupele lor sunt aceleași:

- **carbohidrații complecși**: pâinea, cerealele precum orezul și cartofii sunt sursele principale de carbohidrați complecși hrănitori, care asigură amidonul, fibrele, calciul, fierul și vitaminele B. Este bine să mâncăm pâine integrală sau o porție de cartofi, orez sau paste fainoase în locul alimentelor cu conținut mai mare de grăsimi.
- **fructele și legumele** alcătuiesc una dintre cele mai importante grupe și este important să alegem o varietate cât mai largă. Este bine să mâncăm cel puțin cinci porții de alimente din această grupă în fiecare zi. Fructele pot să fie proaspete, congelate, conservate, stoarse sau uscate. Ele asigură vitamina C, carotenul (o hidrocarbură nesaturată care este transformată de ficat în vitamina A), folații și fibrele. Legumele reprezintă ”coloana vertebrală” a majorității regimurilor, indiferent că sunt vegetariene sau nu, fiind o sursă importantă de vitamine și minerale, de fibre și carbohidrați.
- **proteinele** se găsesc în carne (pasare și pește), dar și în surse altenative de hrană ca: fasolea uscată, păstăioasele, ouăle și nucile. Acestea furnizează minerale, fier, zinc și vitaminele B, în special vitamina B12. Trebuie să consumăm cantități moderate de alimente din această grupă, alegând carnea macră și înlăturând grăsimea vizibilă. De asemenea, este bine să mâncăm pește cel puțin de două ori pe săptămână și să încercăm să inculdem o porție de pește uleios, precum tonul sau macroul.
- **laptele și toate produsele lactate** sunt surse importante de calciu, magneziu, proteine, riboflavina și vitamine B12 și A. Este bine să alegem versiunile cu grasime redusă ale acestor alimente, precum laptele slab și iaurtul dietetic.
- **carbohidrații simpli** se găsesc în principal în alimentele grase și zaharoase - margarină, unt și alte grăsimi tartinabile, în uleiul de gătit, frișcă, ciocolată, batoane de cereale, biscuiți, produse de patiserie, prăjituri și înghețată. Este bine să încercăm să consumăm aceste alimente în cantități mici și să alegem variantele cu grăsimi și zahăr puțin, atunci când este posibil. Să încercăm să nu ne răsfățăm cu produsele de patiserie și ciocolată.

✓ **Aditivii**

Când cumpărăm alimentele semipreparate, trebuie să citim neapărat eticheta. Printre aditivi pot fi: coloranți arificiali, conservanți, antioxidianți și arome. Produsele fără zahăr adesea conțin substitute ale zahărului precum aspartam sau zaharină, care sunt mai puțin sănătoase decât zahărul însuși.

✓ **Băuturile**

Nu doar hrana este importantă pentru sănătate, ci și lichidele pe care le bem. Majoritatea oamenilor nu beau nici pe departe suficient și este foarte ușor să ne deshidratăm fără să știm. Apa este esențială pentru toate funcțiile corpului. Este bine să încercăm să bem

cel puțin doi litri pe zi, de preferință apă sau sucuri diluate și nu băuturi alcoolice sau cu un conținut mare de cofeină, care sunt diuretice și pot să provoace o pierdere mai mare de apă din corp, sub forma de urină, decât în mod normal.

Strămoșii noștri consumau mult mai mult amidon și alimente vegetale decât o facem noi azi. De asemenea, ei mâncau mult mai puține grăsimi și porteine animale decât majoritatea dintre noi. La ei era mai rară moartea prematură provocată de bolile de regim, care au devenit ucigași atât de frecvenți azi, în special în lumea dezvoltată.

Cum să mâncăm corect

Deși un regim sănătos depinde în mare măsură de aceea ce mâncam, el este influențat și de modul în care ne consumăm hrana. Se consideră că este mult mai bine să mâncăm puțin și des și ideal este să mâncăm mai multe mese ușoare pe zi decât un prânz mare și o cină copioasă, care sunt greu digeabile și ne îngreunează. De preferat este să încercăm să mâncăm cât se poate de bine și de sănătos tot timpul, dar fără să devenim obsedați de regim. Ceea ce contează este ce facem în cea mai mare parte din timp și trebuie să acceptam faptul că greșelile ocazionale sunt relativ nesemnifivative.

Cea mai bună cale de a dobândi obiceiuri de alimentație bune este găsirea și reținerea numeroaselor argumente convingătoare în favoarea alimentației sănătoase. Un regim sănătos aduce în timp scurt recompense tangibile: vitalitate, pielea netedă, păr strălucior și unghii puternice.

Să încercăm să bem apă în locul băuturilor carbogazoase dulci - după câteva săptămâni vom savura chiar și gustul! Nu trebuie să renunțăm la gustările dintre mese, dar să alegem pentru gustări fructe proaspete sau uscate, batoane de legume și nuci nesărate în loc de ciocolată. Înainte de toate să ne asigurăm că avem legume sau salată la ficare masă. Nu trebuie să fie salată verde sau roșii de fiecare dată. Putem încerca morcovi răzuiți cu stafide și suc de portocale; pere felii cu țelină și nuci sau castraveți taiați cubulețe și iaurt. Făcând aceste lucruri bătălia pentru un corp sănătos va fi pe jumătate câștigată!

Diete sănătoase pentru copii

Baza unei diete sănătoase se aplică indiferent de vârstă. Însă copiii și adolescenții au nevoie de mai multe substanțe nutritive decât adulții, pentru a-i ajuta să crească. De aceea, ei au nevoie de cantități mari de: zinc, magneziu, acizi grași esențiali, calciu, biotina, vitamina A, vitamina D, vitamina B6. Adăugarea unei linguri de semințe măcinate la cereale, va asigura întraga cantitate de zinc, magneziu și acizi grași esențiali de care avem nevoie și având grijă în același timp să consumăm cinci porții de fructe și legume proaspete pe zi, putem fi siguri că toate substanțele nutritive necesare ajung în organism.

Bibliografie:

1. Păunescu, D., Negrițoiu, C.D., Grigore, A., Anghel, A. - Educație tehnologică și aplicații practice – manual pentru clasa a V-a, Editura Ars Libri, Costești, jud Argeș 2017;
2. Popescu, R.E., Galeș, C., Rotaru, I.C., Vlăduț, D. - Educație tehnologică și aplicații practice – manual pentru clasa a V-a, Editura Corint, București, 2017;
3. Revista de cultură generală pentru întreaga familie ”Arborele lumii”, Enciclopedia Marshal Cavendish.

STEAM

Demența digitală: O realitate a erei tehnologice

Profesor Oprea Filis, Popa Victoria

Într-o lume în care tehnologia ne influențează fiecare aspect al vieții, conceptul de demență digitală devine din ce în ce mai relevant. Termenul, introdus de psihiatrul german Manfred Spitzer, face referire la efectele negative ale utilizării excesive a tehnologiei asupra capacităților cognitive și emoționale ale indivizilor, în special ale generațiilor tinere. Dar ce este mai exact această “demență digitală” și cum ne afectează?

Ce este demența digitală?

Demența digitală nu este o afecțiune medicală oficială, ci mai degrabă o metaforă pentru a descrie declinul funcțiilor cognitive asociat cu dependența de tehnologie. Folosirea excesivă a dispozitivelor digitale, cum ar fi smartphone-urile, tabletele și computerele, poate duce la scăderea memoriei, a concentrării și a capacității de a gândi critic. În esență, mintea noastră devine leneșă atunci când ne bazăm prea mult pe tehnologie pentru a face sarcini de zi cu zi.

De exemplu, mulți dintre noi folosim GPS-ul pentru a naviga, uitând cum să citim o hartă. Sau poate salvăm numerele de telefon în telefonul mobil, fără a mai face efortul de a le memora. Pe termen lung, acest comportament poate slăbi abilitățile cognitive.

Cum ne afectează dependența de tehnologie?

1. Scăderea memoriei

Utilizarea constantă a tehnologiei reduce nevoia de a reține informații. Creierul nu mai este stimulat să memoreze, deoarece știm că toate informațiile sunt la un “click” distanță. Acest lucru poate duce la o pierdere progresivă a memoriei pe termen scurt.

2. Probleme de concentrare

Notificările, mesajele și rețelele sociale distrag constant atenția. Creierul se adaptează la schimbările frecvente de focus, ceea ce face dificilă menținerea concentrării pe o singură sarcină pentru o perioadă mai lungă de timp.

3. Izolare socială și efecte emoționale

Deși tehnologia promite să ne conecteze, utilizarea excesivă poate duce la alienare socială. Comunicarea prin ecrane nu poate înlocui conexiunile umane autentice, iar lipsa acestora poate cauza anxietate, depresie și sentimentul de izolare.

4. Impact asupra dezvoltării copiilor

În cazul copiilor, expunerea prelungită la ecrane poate afecta dezvoltarea creierului. Studiile arată că aceștia pot avea dificultăți în a dezvolta abilități de gândire critică și în a interacționa în mod eficient cu ceilalți.

Ce putem face pentru a combate demența digitală?

• Limitează timpul petrecut pe ecrane: Stabilește limite clare pentru utilizarea dispozitivelor digitale. Adoptă tehnici precum "digital detox" (pauze regulate de la tehnologie).

• Dezvoltă obiceiuri sănătoase: Înlocuiește timpul petrecut în fața ecranelor cu activități care stimulează mintea, precum cititul, scrisul sau puzzle-urile.

• Antrenează-ți creierul: Învață să memorezi informații fără a folosi tehnologia, rezolvă probleme complexe sau participă la activități care implică gândire critică.

• Petrece timp offline cu cei dragi: Interacțiunile față în față sunt esențiale pentru sănătatea emoțională.

Efectele câmpurilor electromagnetice asupra corpului uman: Mituri și realități

Profesor Oprea Filis, Popa Victoria

Într-o lume în care suntem înconjurați de dispozitive tehnologice, întrebările despre efectele câmpurilor electromagnetice (CEM) asupra sănătății sunt tot mai frecvente. De la

rețelele Wi-Fi până la telefoanele mobile și aparatele electrocasnice, câmpurile electromagnetice sunt omniprezente. Dar cât de periculoase sunt acestea, cu adevărat?

Câmpurile electromagnetice sunt regiuni caracterizate de energie , ele fiind generate de particule încărcate electric. Acestea se împart în două categorii:

1. Câmpuri electromagnetice de frecvență joasă (neionizante), precum cele emise de rețelele Wi-Fi, telefoanele mobile și electrocasnicele. Acestea nu au suficientă energie pentru a distruge legăturile chimice din celule.

2. Câmpuri electromagnetice de frecvență înaltă (ionizante), precum razele X și radiațiile ultraviolete, care pot provoca daune la nivelul ADN-ului și al țesuturilor.

Mituri despre câmpurile electromagnetice

1. Câmpurile electromagnetice cauzează cancer

Mitul conform căruia expunerea la CEM, în special de la telefoane mobile, crește riscul de cancer este răspândit. Deși există studii care au investigat această posibilitate, nu s-a stabilit o legătură cauzală clară între expunerea la CEM de frecvență joasă și dezvoltarea cancerului. Agenția Internațională pentru Cercetare în Domeniul Cancerului (IARC) clasifică aceste radiații ca "posibil carcinogene", dar acest lucru indică o necesitate de cercetări suplimentare, nu o confirmare.

2. Wi-Fi-ul este periculos pentru sănătate

În ciuda popularității acestui mit, numeroase studii au arătat că nivelurile de radiații emise de rețelele Wi-Fi sunt extrem de scăzute și insuficiente pentru a produce efecte dăunătoare asupra corpului uman.

3. Telefoanele mobile distrug creierul

S-a speculat că utilizarea telefonului mobil poate duce la încălzirea țesutului cerebral și la afectarea funcțiilor cognitive. În realitate, energia emisă de telefoane este mult prea slabă pentru a produce efecte semnificative asupra sănătății creierului.

4. Aparatele electrocasnice emit radiații periculoase

Electrocasnicele, precum cuptoarele cu microunde sau uscătoarele de păr, emit radiații neionizante. Acestea sunt controlate prin reglementări stricte și nu prezintă riscuri pentru sănătate atunci când sunt utilizate conform instrucțiunilor.

Realități despre câmpurile electromagnetice

1. Expunerea excesivă la radiații ionizante este periculoasă

Razele X și ultravioletele, care aparțin spectrului de frecvență înaltă, pot provoca daune ADN-ului, creând un risc crescut de cancer. Acesta este motivul pentru care expunerea la astfel de radiații este strict reglementată.

2. Efecte termice

Radiațiile neionizante de intensitate mare pot genera efecte termice, adică încălzirea țesuturilor, dar acest fenomen apare doar la niveluri de expunere extrem de mari, mult peste cele întâlnite în utilizarea cotidiană a dispozitivelor.

3. Hipersensibilitatea electromagnetică (EHS)

Unele persoane raportează simptome precum dureri de cap, oboseală sau iritație pe piele asociate expunerii la CEM. Deși nu există dovezi clare că aceste simptome sunt cauzate de CEM, ele pot avea o componentă psihologică sau pot fi legate de alte condiții.

4. Impactul asupra somnului

Expunerea la lumina albastră emisă de ecranele electronice poate afecta ritmul cardiac și calitatea somnului. Totuși, acest efect nu este cauzat de câmpurile electromagnetice propriu-zise, ci de inhibarea producției de melatonină.

Deși câmpurile electromagnetice sunt adesea înconjurate de controverse, majoritatea dovezilor științifice arată că utilizarea cotidiană a dispozitivelor care emit radiații neionizante este sigură. Totuși, este esențial să adoptăm o abordare echilibrată, informată de date științifice, și să evităm să cădem pradă miturilor sau alarmismului.

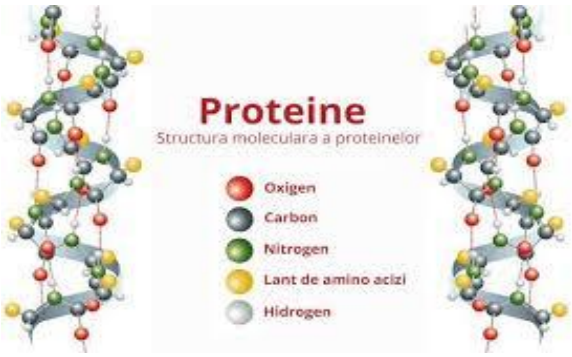
Prin educație și conștientizare, putem naviga în siguranță într-o lume tot mai conectată, menținându-ne sănătatea și liniștea.

Premiile Nobel Chimie

Profesor Marga Ingrid

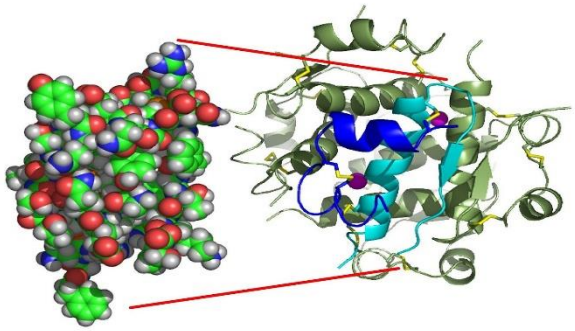
Premiul Nobel pentru Chimie este acordat anual de Academia Regală de Științe a Suediei oamenilor de știință din diferitele domenii ale chimiei. Este unul dintre cele cinci Premii Nobel stabilite prin testamentul din 1895 al lui Alfred Nobel , care a murit în 1896. Aceste premii sunt acordate pentru contribuții remarcabile în chimie, fizică, literatura, pace și fiziologie sau medicină. Primul Premiu Nobel pentru chimie a fost acordat în 1901 lui Jacobus Henricus van 't Hoff, din Olanda. Fiecare beneficiar primește o medalie, o diplomă și un premiu monetar care a variat de-a lungul anilor.

Premiul Nobel pentru Chimie 2024 se referă la **proteine**, instrumentele chimice ingenioase ale vieții. David Baker a reușit cu isprava aproape imposibilă de a construi tipuri complet noi de proteine. Demis Hassabis și John Jumper au dezvoltat un model AI pentru a rezolva o problemă veche de 50 de ani: prezicerea structurilor complexe ale proteinelor. Aceste descoperiri au un potențial enorm.



Proteinele constau, în general, din 20 de aminoacizi diferiți, care pot fi descriși ca elemente de bază ale vieții. În 2003, **David Baker** a reușit să folosească aceste blocuri pentru a proiecta o nouă proteină care nu seamănă cu orice altă proteină. De atunci, grupul său de cercetare a produs o creație imaginativă de proteine după alta, inclusiv proteine care pot fi folosite ca produse farmaceutice, vaccinuri, nanomateriale și senzori minusculi.

În 2020, **Demis Hassabis** și **John Jumper** au prezentat un model AI numit AlphaFold2. Cu ajutorul acestuia, ei au reușit să prezică structura aproape a tuturor celor 200 de milioane de proteine pe care cercetătorii le-au identificat. De la descoperirea lor, AlphaFold2 a fost folosit de peste două milioane de oameni din 190 de țări. Printre o multitudine de aplicații științifice, cercetătorii pot înțelege mai bine rezistența la antibiotice și pot crea imagini ale enzimelor care pot descompune plasticul.



Apoi are loc magia proteinelor: șirul de aminoacizi se răsucește și se pliază într-o structură tridimensională distinctă – uneori unică. Această structură este cea care conferă proteinelor funcția lor. Unele devin blocuri chimice care pot crea mușchi, coarne sau pene, în timp ce altele pot deveni hormoni sau anticorpi. Multe dintre ele formează enzime, care conduc reacțiile chimice ale vieții cu o precizie uimitoare. Proteinele care se află pe suprafața celulelor sunt, de asemenea, importante și funcționează ca și canale de comunicare între celulă și mediul înconjurător.

Influența Inteligenței Artificiale în Educație

Profesor Dragomir Elena

Inteligența Artificială (IA) a devenit o forță transformatoare în diverse domenii, iar educația nu face excepție. În contextul educațional, IA aduce multiple beneficii și inovații, schimbând modul în care învățăm și predăm. Această tehnologie îmbunătățește experiența educațională, personalizând procesele de învățare, optimizând resursele și facilitând accesul la cunoștințe.

Personalizarea Învățării

Unul dintre cele mai semnificative avantaje ale IA în educație este capacitatea de a personaliza învățarea. Algoritmii de învățare automată pot analiza stilurile și preferințele de învățare ale elevilor și studenților, ajustând materialele și ritmul de predare pentru a răspunde nevoilor individuale. Platformele educaționale, precum Khan Academy , utilizează IA pentru a oferi exerciții și resurse adaptate fiecărui utilizator. Astfel, elevii primesc feedback imediat și sugestii personalizate, ceea ce le permite să progreseze într-un mod mai eficient.

Asistenți virtuali și roboți educaționali

Asistenții virtuali, cum ar fi chatboții și roboții educaționali, sunt un alt exemplu de utilizare a IA în educație. Acești asistenți pot răspunde întrebărilor elevilor, oferi explicații suplimentare și ghida procesele de învățare. De exemplu, platforma Duolingo folosește un chatbot pentru a ajuta utilizatorii să practice limbile străine. Roboții educaționali, precum Nao și Pepper, sunt folosiți în sălile de clasă pentru a capta atenția elevilor și pentru a facilita activități interactive și colaborative.



Imagine 4 Nao



Imagine 3 Pepper

Analiza Predictivă și Intervențiile Educative

IA permite analizarea datelor colectate din activitățile educaționale pentru a identifica pattern-uri și a prezice performanțele viitoare ale elevilor. Analiza predictivă ajută educatorii să identifice elevii care au nevoie de suport suplimentar, oferindu-le astfel intervenții educative la timp. Platformele de învățare online, precum Coursera, folosesc IA pentru a monitoriza progresul cursanților și pentru a oferi recomandări personalizate de cursuri și resurse.

Automatizarea Sarcinilor Administrative

IA simplifică și automatizează multe sarcini administrative, eliberând timpul cadrelor didactice pentru a se concentra asupra activităților educaționale. De exemplu, algoritmii de corectare automată pot evalua lucrările scrise și testele, oferind feedback instantaneu elevilor. Acest lucru nu doar că reduce timpul alocat corectării, dar și asigură o evaluare obiectivă și consistentă.

Învățarea Adaptivă și Realitatea Virtuală

Învățarea adaptivă, susținută de IA, ajustează materialele didactice și metodele de predare în funcție de progresul și dificultățile întâlnite de fiecare elev. De asemenea, tehnologiile de realitate virtuală (VR) și realitate augmentată (AR) utilizate în combinație cu IA oferă experiențe de învățare imersive și interactive. De exemplu, aplicațiile VR permit elevilor să exploreze medii virtuale, să participe la experimente științifice simulate sau să viziteze locații istorice, toate acestea îmbogățind experiența de învățare.

Concluzie

Influența IA în educație este profundă și variată, deschizând noi orizonturi pentru modul în care învățăm și predăm. Prin personalizarea învățării, utilizarea asistenților virtuali, analiza predictivă și automatizarea sarcinilor, IA creează un mediu educațional mai eficient, accesibil și captivant. Pe măsură ce tehnologia continuă să evolueze, impactul IA în educație va deveni și mai semnificativ, transformând fundamental procesul educațional.

NUMERE FASCINANTE

Profesor Zaharescu Atena

Numerele sunt fascinante și pline de surprize. Iată câteva exemple de numere interesante și proprietățile lor unice:

Zero (0): Este singurul număr care nu este nici pozitiv, nici negativ. Este elementul neutru pentru adunare și punctul de origine pe axa numerelor. Numărul Zero este esențial în matematică, dar și în informatică. Înainte de inventarea sa, era dificil să se facă calcule complexe.

Unu (1): Este elementul neutru pentru înmulțire. Orice număr înmulțit cu unu rămâne neschimbat. Unu este singurul număr care are aceeași valoare la puterea orice alt număr. De exemplu, unu la puterea zece este tot unu.

Numerele prime: Acestea sunt numere mai mari decât unu care nu sunt divizibile decât cu unu și cu ele însele. Primele câteva exemple sunt doi, trei, cinci, șapte și unsprezece. Numerele prime sunt esențiale în criptografie. Securitatea multor sisteme moderne de criptare se bazează pe dificultatea de a descompune numere mari în factori primi.

Doi (2): Este singurul număr par prim. Toate celelalte numere prime sunt impare.

Trei (3): Este considerat un număr norocos în multe culturi și are numeroase aplicații în geometrie, cum ar fi în triunghiuri.

Numărul Pi (π): Aproximativ egal cu 3.14159, este un număr irațional care nu poate fi exprimat ca o fracție exactă și reprezintă raportul dintre circumferința unui cerc și diametrul său. Pi este folosit în multe domenii ale matematicii și ingineriei, este un număr irațional. Zecimalele sale nu se termină niciodată și nu se repetă.

Numărul e: Aproximativ 2.71828, este baza logaritmului natural. Este esențial în calculul diferențial și integral, apărând în calculele legate de creșterea exponențială și compunerea continuă.

Numerele Fibonacci: sunt legate de multe fenomene naturale, cum ar fi aranjamentul frunzelor pe tulpini și modelele de creștere ale scoicilor. O secvență în care fiecare număr este suma celor două anterioare. Începe cu zero și unu, apoi continuă cu unu, doi, trei, cinci, opt și așa mai departe.

Numărul de aur (φ) Aproximativ 1.61803, este un număr irațional care apare în multe contexte estetice și geometrice, cum ar fi proporțiile corpului uman și ale clădirilor antice. apare frecvent în artă și arhitectură. Este considerat proporția ideală și se găsește în multe lucrări de artă și structuri antice.

Numerele perfecte: Cum ar fi șase și douăzeci și opt, au fascinat matematicienii de secole. Sunt rare și au proprietăți unice în teoria numerelor Acestea sunt numere care sunt egale cu suma divizorilor lor proprii. De exemplu, șase este un număr perfect deoarece 1 + 2 + 3 = 6.

Numerele amiabile: Două numere sunt considerate amiabile dacă suma divizorilor proprii ai unuia este egală cu celălalt și viceversa. Un exemplu celebru este perechea 220 și 284, au fost descoperite în antichitate și sunt legate de teoria divizorilor și de legături fascinante între perechi de numere. Primele seturi de *numere amiabile* sunt (220, 284), (1184, 1210), (2620, 2924), (5020, 5564), (6232, 6368). Se spune că Pitagora la întrebarea *cine este Prietenul?* a răspuns: "Acela care este alt eu, ca numerele 220 și 284". Divizorii lui 220 sunt 1, 2, 4, 5, 10, 11, 20, 22, 44, 55 și 110, iar suma acestora este 284. Divizorii lui 284 sunt 1, 2, 4, 71 și 142, iar suma acestora este 220. Aceste exemple arată cât de diverse și pline de surprize pot fi numerele, fiecare având propria sa poveste și aplicații unice în lumea matematicii și dincolo de ea.

Fiecare dintre aceste numere și tipuri de numere are proprietăți și aplicabilități unice, demonstrând cât de variată și profundă este matematica.

CUPRINS

Tinere Talente	Pag 1
Mărturii de boboc	Pag 17
Proiectele noastre	Pag 21
Știați că ...	Pag 26
Sport și sănătate	Pag 27
STEAM	Pag 31

Aşteptăm sugestiile voastre, articole şi diverse materiale care pot fi publicate în revista liceului la adresa de poştă electronică revista.decebal.dixit@gmail.com sau la unul din profesorii coordonatori: Bărbuleţ Elena (limba şi literatura română) sau Dragomir Elena (informatică).

Toate creaţiile trimise trebuie să respecte normele de originalitate.

Termen limită pentru următorul număr 15 Iunie 2025

OFERTA EDUCAȚIONALĂ



3 Laboratoare informatică



Cabinet istorie



Laborator fizică

NIVEL LICEAL

PROFIL REAL:

2 CLASE MATEMATICĂ-INFORMATICĂ

2 CLASE ȘTIINȚE ALE NATURII

PROFIL UMAN:

1 CLASĂ FILOLOGIE

1 CLASĂ ȘTIINȚE SOCIALE

NIVEL GIMNAZIAL

2 CLASE a V-a, program de dimineață





Laborator chimie



Laborator biologie

OFERTA EXTRACURRICULARĂ

•CENTRU PREGĂTIRE ȘI EXAMINARE ECDL

•CURSURI CAMBRIDGE (limba engleză)

LICEUL TEORETIC DECEBAL

Structura **Şcoala Gimnazială „Dimitrie Ştiubei”** Aleea Gădiniţei, Nr. 4 Constanţa
Aleea Fragilor nr. 1 Constanţa Cod 900427 Cod 900478 Tel-Fax +40341/405825
Structura **Grădiniţa cu orar noral „Flipper”** E-mailsecretariat@liceulteoreticdecebal-ct.ro
Aleea Gădiniţei, Nr. 4 Constanţa Cod 900478 Redacţie revista.decebal.dixit@gmail.com