

# MY PORTFOLIO

Dominik Łuć from XXVII Liceum Ogólnokształcące im.  
Zesłańców Sybiru in Lublin

Quick Overview

Some of my work

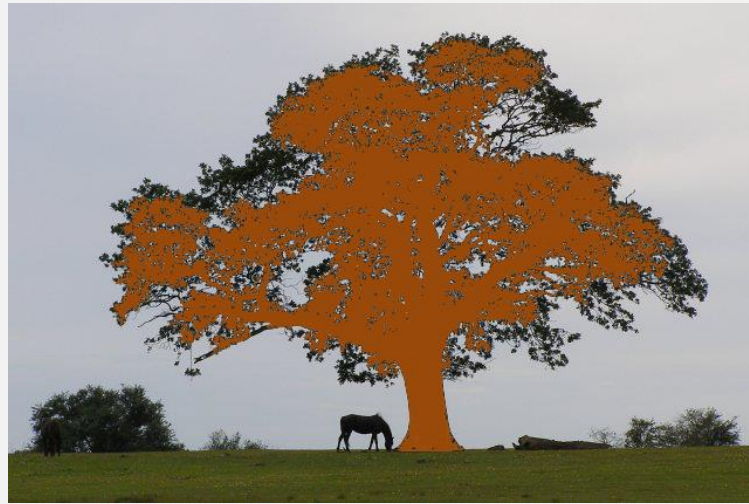
In my free time...

# QUICK OVERVIEW

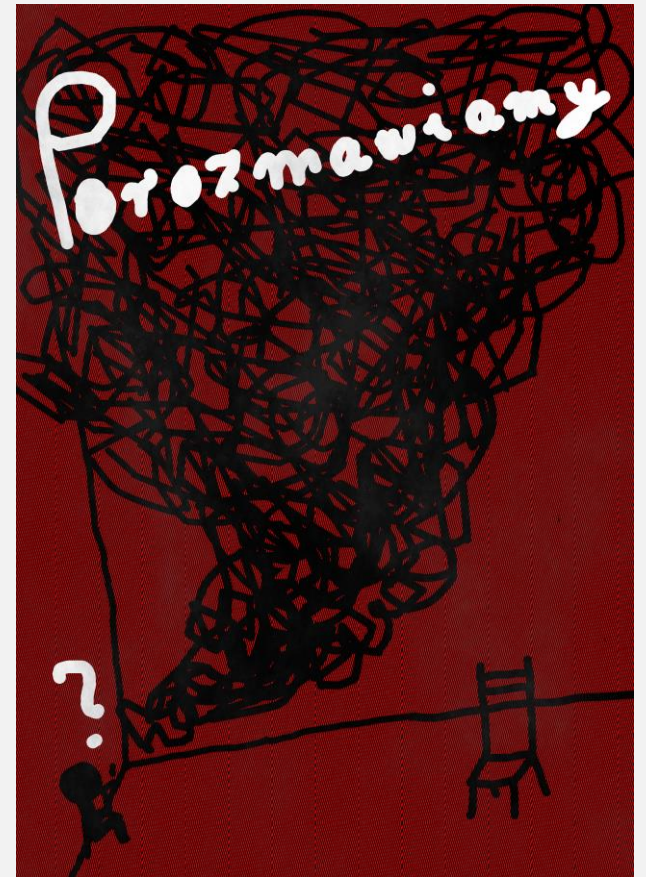
## PROFILE OF MY CLASS

- My class is focused on computer graphics and English. My extended subjects are **informatics and English.**
- Even though my school is based on military subjects it also supports various artistic subjects as well.

SOME OF MY WORKS



I made most of these in my graphics class in school.



# MY WORK MADE FOR ERASMUS +



## MANIFEST IN FAVOUR OF TOLERANCE

**5TH LYCEUM OF VOLOS, GREECE**

Ανοχή σημαίνει αποχή κάθε συμπεριφοράς;

Ενοείται πως όχι. Συμπεριφορές που δείχνουν ασέβεια, που πληγώνουν, που παραβαίνουν τους κοινωνικούς κανόνες και νόμους δεν χρίζουν ανοχής. Η ανεκτικότητα αναφέρεται στον σεβασμό της ανθρωπίνης υπόστασης και των διαφορετικών προοπτικών επιλογών.

Το να είναι κανείς ανεκτικός σημαίνει να αναγνωρίζει, να σέβεται και να εκτιμά την ταυτότητα και διαφορετικότητα του άλλου, να μπορεί να μαθαίνει από τους άλλους, να γεφυρώνει τις πολιτισμικές διαφορές, να απορρίπτει στερεότυπα αδικίας και προκατάληψης, να μπορεί να βρίσκει κοινό τόπο στη σκέψη και να δημιουργεί νέους δεσμούς συνεργασίας.

**THE IES NICOLÁS ESTÉVEZ BORGES, SPAIN**

Si desde niños nos enseñaran a aceptar la diversidad funcional como algo normal, no sería necesario hablar de inclusión, pero como todavía no es así, necesitamos más amor y más respeto. La tolerancia es otro valor que hace al mundo más amable. Respetar ideas, creencias, aunque sean contrarias a las propias... sin juzgar ni ofender mejora la convivencia y nos enriquece como seres humanos. Nunca es tarde para escuchar, reconocer, aprender y apreciar a los demás. Cuando inculcamos somos empáticos, valientes y mejores personas.

**XXVII LICEUM OGÓLNOKSZTAŁCĄCE im. ZESŁAŃCÓW SYBIRU, POLAND**

My uczniowie XXVII Liceum Ogólnokształcącego im. Zesłańców Sybiru w Lublinie apelujemy o pokój na świecie, poszanowanie godności i praw każdego człowieka bez względu na rasę, narodowość, wyznanie. Chcemy czuć się bezpieczni, uczyć się i rozwijać swoje zainteresowania i talenty. Pragniemy dojrzewać w środowisku rodzinnym, w atmosferze szczęścia, miłości i zrozumienia. Mamy prawo do pokoju, godności, tolerancji, wolności, równości i solidarności. Szanujemy polską historię i kulturę oraz dorobek wszystkich narodów. Chcemy patrzeć w przyszłość z nadzieją i bez lęku.



## INVITATION

The XXVII Liceum Ogólnokształcące im. Zesłańców Sybiru in Lublin has the honour to invite you to attend the meeting as a part of our KA2 Erasmus+ project:

**„DON'T BULLY ME, DON'T DISCRIMINATE ME, INCLUDE ME!”**

Financed by the "Erasmus+" programme with the agreement number:  
2019-1-ES01-KA229-064091

**This meeting will take place from 9th to 15th June 2022  
in Lublin, Poland.**

---

The schools participating in the mobility are:

Greece 5TH LYCEUM OF VOLOS Volos	Spain IES NICOLÁS ESTÉVEZ BORGES Icod de los Vinos
----------------------------------------	-------------------------------------------------------------

Lublin, Poland, 23rd May 2022

Coordinator  
  
Małgorzata Wrona

Yours sincerely,  
Headmaster  
  
Luiszula  
Łopifiska-Łubieska

## Embroidery



The main motives for a tradition Polish embroidery are flowers and geometrical figures. Colors are very bright and it makes Polish embroidery a very unique piece of art.

Embroidery in Poland is commonly described as "Painting by needle"



## Ceramics

The main factory of ceramics in Poland is located in Bolesławiec.

Products from there are very well-known around the world, and highly acclaimed by critics, because of very high quality of ceramics.



This is a photo of hand-made ceramics, waiting for their turn to be burned in the furnace.

## Embroidery, ceramics and other cultural heritage of Poland






















Prepared by students from XXVII Liceum Ogólnokształcące in Lublin, Poland



Traditional Polish Ceramics



# PRESENTATIONS I'VE MADE FOR MY SCHOOL:

 Amy Winehouse.pptx	 	07.12.2021 19:20	Microsoft PowerP...	111 389 KB
 Dyski sieciowePP.pptx		07.10.2021 20:24	Microsoft PowerP...	542 KB
 Geografia D.Ł-O.P.pptx	 	09.01.2022 23:32	Microsoft PowerP...	36 KB
 Geograficzna Syberia 2.pptx		17.05.2020 12:27	Microsoft PowerP...	4 994 KB
 Jaskinie PTX.pptx		24.04.2020 12:19	Microsoft PowerP...	1 557 KB
 Maseczki ochronne.pptx		18.05.2022 12:00	Microsoft PowerP...	4 868 KB
 National costumes of Poland DŁ2cp.p...	 	10.02.2022 18:19	Microsoft PowerP...	3 320 KB
 Ujście-Warty.pptx		30.05.2022 20:14	Microsoft PowerP...	5 906 KB
 Uran - fizyka.pptx		16.05.2020 17:34	Microsoft PowerP...	755 KB

# INTELIGENCJA EMOCJONALNA. CZYM JEST I JAK JĄ BUDOWAĆ?

Największą szansę na odniesienie sukcesu mają te osoby, u których jednocześnie na wysokim poziomie znajduje się inteligencja racjonalna i

**W**edług Reuvena Bar-Ona na inteligencję emocjonalną składają się cztery elementy.

- Inteligencja intrapersonalna
- Radzenie sobie ze stresem,
- Inteligencja interpersonalna
- Zdolność adaptacji

**Inteligencja emocjonalna** - to pojęcie, którego definicja kładzie nacisk na posiadanie umiejętności zarządzania własnymi emocjami. Występuje również pod nazwą „dojrzałość emocjonalna”. Polega na zdolności rozpoznawania własnych stanów uczuciowych, a także odczytywania emocji innych ludzi.

## CZYM JEST INTELIGENCJA EMOCJONALNA:

To termin wprowadzony do psychologii w 1990 roku przez amerykańskich absolwentów Uniwersytetu Harvarda – Johna Mayera i Petera Salovey'a. Zauważyli oni, że osoby z wysokim IQ rzadziej zajmują kierownicze stanowiska w największych korporacjach w porównaniu do ludzi o przeciętnej

inteligencji. Wkrótce Daniel Goleman, autor bestsellerowego podręcznika pt. „Inteligencja emocjonalna” przekonywał, że sam intelekt nie stanowi gwarancji odniesienia sukcesu w życiu – równie ważna jest umiejętność kierowania własnymi emocjami.



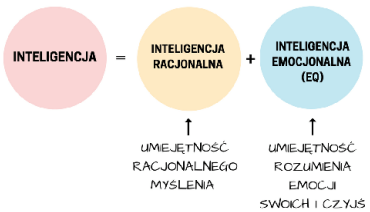
Przedstawienie głównych części inteligencji emocjonalnej

## JAK ROZWIJAĆ INTELIGENCJĘ EMOCJONALNĄ?

Dojrzałość emocjonalna nie jest czymś wrodzonym i danym raz na zawsze. Można ćwiczyć ją przez całe życie, aby żyć w sposób bardziej świadomy. Aby prawidłowo nazywać różne stany emocjonalne, pomocna jest znajomość wielu słów

za pomocą których można je określić. W celu poszerzenia zakresu słownictwa warto czytać książki, oglądać filmy i zaglądać do słownika. Umiejętności interpersonalne takie jak empatia, pewność siebie, asertywność czy zdol-

ność odczytywania mowy ciała można ćwiczyć na szkoleniach i warsztatach. Pomocne może okazać się również czytanie poradników i podręczników psychologicznych, jak na przykład: „Inteligencja Emocjonalna” Daniela Golemana.



Dominik Łuc i Oliwia Piątrowska / Klasa 3cp

They are not worn in daily life but at folk festivals, folk weddings, religious holidays, harvest festivals and other special occasions. The costumes may reflect region and sometimes social or marital status.



Here is a Lower Silesia costume

Here are some historical regions of Poland:

- Greater Poland
- Lesser Poland
- Mazovia
- Pomorania
- Warmia
- Masuria
- Podlasie
- Kujawy



Most of regions have their own regional costume.



National Costumes Of Poland

Made by Anabela from 2018  
16.com - Open market in the public domain



## Cortado, café corto, o tal vez largo?



Cortado — o espresso con un poco de leche

**Cortado**, un café con leche, es una especialidad tradicional española que consiste en un espresso mezclado con leche caliente. También es muy popular en Portugal, así como en América Latina.



En España, un café solo corto es una pequeña cantidad de café solo (generalmente un solo trago de espresso)



Café largo es simplemente doble espresso

Ne hay mal momento para tomar café en España. Casi todos los bares tradicionales tendrán una máquina de espresso y, ya sea a las 12 p. m. o a la mañana, estarán encantados de servirte una taza!

12:00 pm



**Bonus!**  
¡Si te encanta el azúcar puedes probar el "bombón"! Es un café con leche condensada.



## I ALSO:

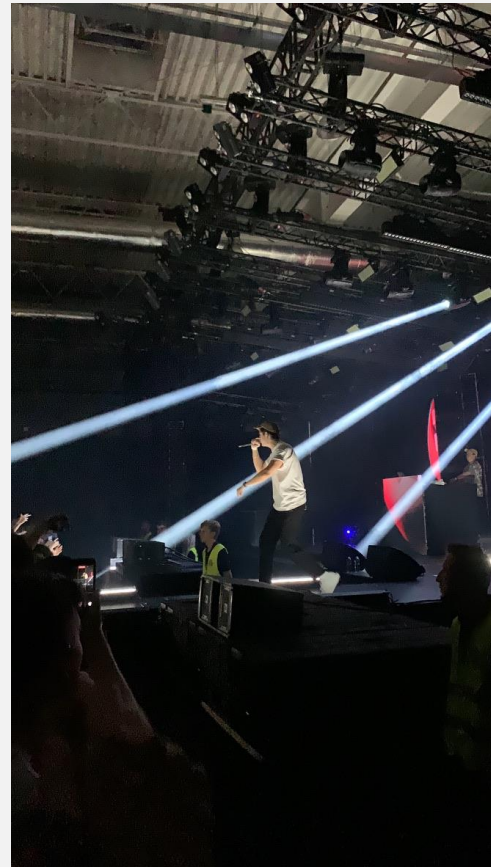
- Made various presentations for Erasmus projects,
- Made different posters for my school,
- Took a lot of photos for my class,
- Did a lot more artistic projects...

IN MY FREE TIME...

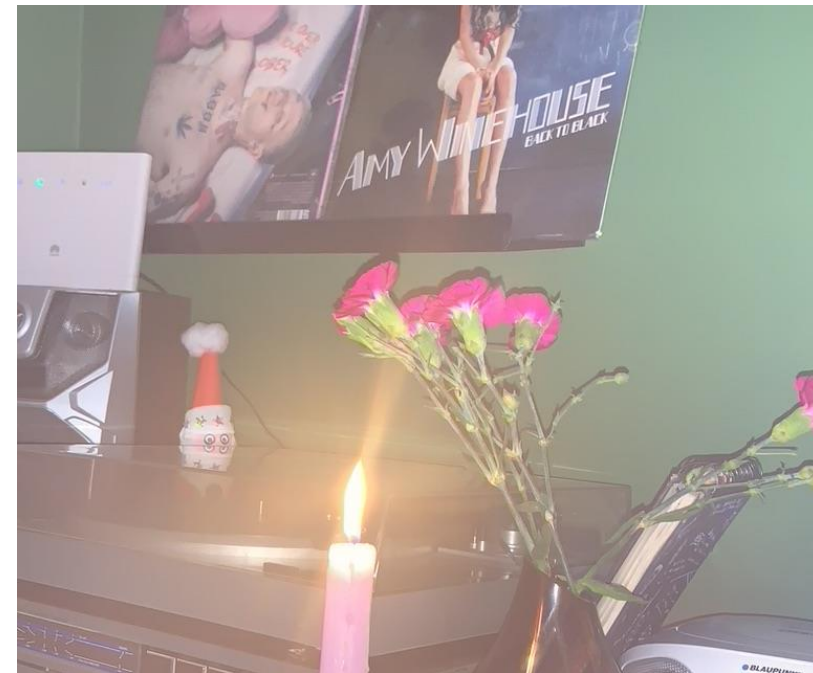
## IN MY FREE TIME:

- I like to take photos of the events I take part in,
- Make my own music,
- Paint,
- Make art in general.

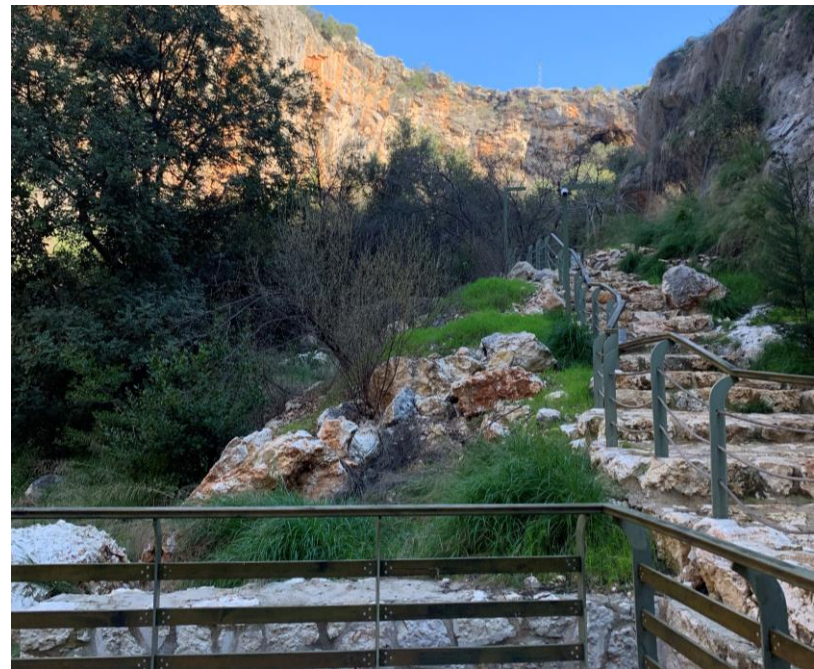
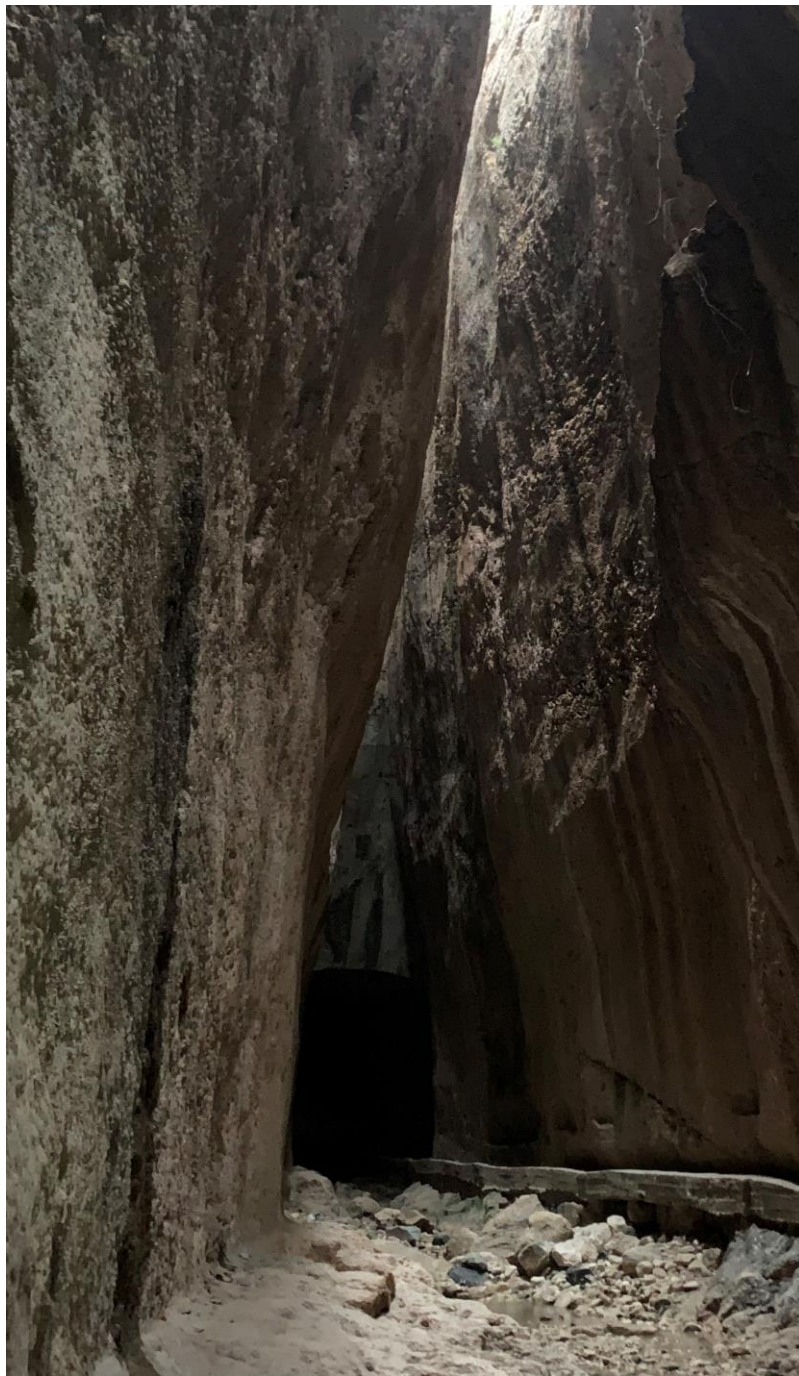
# SOME OF MY RECENT PHOTOS













THANK YOU FOR YOUR  
ATTENTION!

Presentation made by Dominik Łuć from  
XXVII Liceum Ogólnokształcące im.  
Zesłańców Sybiru in Lublin

