Teksty popularno-naukowe (2-3 minuty):

WER: 18/202

SER: 5/8

CER: 65/1414

Błędy w tym tekście wynikały ze sporej liczby nazw własnych (Leon XIV)

w księdze guinnessa możemy przeczytać że aktualny rekord najgłębszego nurkowania z otworu gdzie należy do żołnierza i wiatr ognisty ahmeda brat który zszedł na głębokość trzystu trzydziestu dwóch trzydziestu pięciu setnych metra poniżej tafli morza czterdziestu jedno letniego opcjami dokonał swojego wyczynów dwa tysiące czternaście roku w okolicy hp na morzu czerwonym gab wykorzystał sześćdziesiąt butli zawieszonych nad pożyczką sejmu linie i spędził pod wodą aż piętnaście godzin z czego tylko czternaście minut trwało zanurzanie a ponad czternaście godzin bardzo powolny powrót na powierzchnię trzysta metrów pod wodą ciśnienie wynosi trzy tysiące kilo pa skali i jest trzydzieści krotnie wyższe od ciśnienia atmosfer wiecznego żebyście poczuli ciężar dokonania gawra mówimy o głębokość i czego każdy centymetr kwadratowy ciała nurka woda wywiera nacisk około trzydziestu trzech kilogramów wysokie ciśnienie kojarzymy z wykres mieszczącą siłą jednak w przypadku nurkowania zagrożenie jest bardziej subtelne gdy głęboko pod wodą zasilane organizm sprężonym powietrzem z butli zawarte w nim gazy rozpuszczają się we krwi kiedy natomiast wracamy na powierzchnię a ciśnienie wody wokół spada gaz próbuje uciec jeżeli przejście nastąpi zbyt szybko w układzie krwionośnym i tkankach zaczną powstawać pęcherzyki takiego podkręcone i butelce coca coli jak możecie się domyślić wykasowanie krwi i innych płynów ustrojowych to nic przyjemnego pojawiają się bóle stawów głowy zabrudzenia odrętwienie paraliż i inne objawy zwiastujące chorobę kompresyjne lub mówiąc po staremu chorobę bez ładowania jest też inne niebezpieczeństwo gazy którymi normalnie oddychamy na lądzie przy ekstremalnym ciśnieniu okazują się szkodliwe azot stanowiący siedemdziesiąt osiem procent skład powietrza zwykle obojętne dla naszego zdrowia już na głębokości poniżej trzydzieści metrów potrafi działać podobnie do pod ręką azotu czyli gazu projekt czego wywołując euforię zaburzając osąd sytuacji upośledzają ruchy i opóźniając reakcje jeszcze niżej euforia ustępuje miejsca histerii oraz halucynacjom prowadząc dostawą nazywanego przez lekarzy narkozą azotowe tobą nawet życiodajny tlen w zbyt dużym zagęszczeniu ujawnia właściwości toksyczne nadmiar tlenu w tkankach czyli hiper aukcjach wyniszcza płuca oczy oraz układ nerwowy wywołując duszność że urządzenie widzenie tunelowe zawroty głowy oraz drgawki

W Księdze Guinessa możemy przeczytać, że aktualny rekord najgłębszego nurkowania z akwalungiem należy do żołnierza i triatlonisty Ahmeda Gabra, który zszedł na głębokość 332,35 metra poniżej tafli morza. 41-letni Egipcjanin dokonał swojego wyczynu w 2014 roku w okolicy portu Dahab na Morzu Czerwonym. Gabr wykorzystał 60 butli (zawieszonych na towarzyszącej mu linie) i spędził pod wodą aż 15 godzin – z czego tylko 14 minut trwało zanurzanie, a ponad 14 godzin bardzo powolny powrót na powierzchnię.

300 metrów pod wodą ciśnienie wynosi 3000 kPa i jest trzydziestokrotnie wyższe od ciśnienia atmosferycznego. Żebyście poczuli ciężar dokonania Gabra: mówimy o głębokości, gdzie na każdy centymetr kwadratowy ciała nurka woda wywiera nacisk około [33 kilogramów](https://www.convertunits.com/from/pascal/to/kg/cm2).

Wysokie ciśnienie kojarzymy zwykle z miażdżącą siłą, jednak w przypadku nurkowania zagrożenie jest bardziej subtelne. Gdy głęboko pod wodą zasilamy organizm sprężonym powietrzem z butli, zawarte w nim gazy, rozpuszczają się we krwi. Kiedy natomiast wracamy na powierzchnię, a ciśnienie wody wokół spada, gaz próbuje uciec. Jeżeli przejście nastąpi zbyt szybko, w układzie krwionośnym i tkankach zaczną powstawać pęcherzyki, tak jak w odkręcanej butelce Coca-Coli. Jak możecie się domyślić, wygazowanie krwi i innych płynów ustrojowych to nic przyjemnego. Pojawiają się bóle stawów, głowy, zamroczenie, odrętwienie, paraliż i inne objawy zwiastujące chorobę dekompresyjną lub mówiąc po staremu, chorobę kesonową.

Jest też inne niebezpieczeństwo. Gazy, którymi normalnie oddychamy na lądzie, przy ekstremalnym ciśnieniu okazują się szkodliwe. Azot stanowiący 78% składu powietrza, zwykle obojętny dla naszego zdrowia, już na głębokości poniżej 30 metrów potrafi działać podobnie do podtlenku azotu (gazu rozweselającego), wywołując euforię, zaburzając osąd sytuacji, upośledzając ruchy i opóźniając reakcje. Jeszcze niżej euforia ustępuje miejsca histerii oraz halucynacjom, prowadząc do stanu nazywanego przez lekarzy narkozą azotową.

Nawet życiodajny tlen w zbyt dużym zagęszczeniu ujawnia właściwości toksyczne. Nadmiar tlenu w tkankach, czyli hiperoksja, wyniszcza płuca, oczy oraz układ nerwowy, wywołując duszność, rzężenie, widzenie tunelowe, zawroty głowy oraz drgawki.

w niektórych mediach pisze się na temat retro gradacji merkurego której pewne osoby przypisują realny wpływ na nasze zachowanie czy jest odrobina prawdy i czym tak naprawdę jest ta retro gradacja retro gradacja w języku astronomii oznacza ruch wstecz czyli okres w którym planety poruszają się w odwrotnym kierunku niż normalnie wyjaśnienie zjawiska retro grata gdy tak retro gradacji rozpoczyna się od zrozumienia że wszystkie planety w naszym układzie słonecznym krążą z różnymi prędkościami wokół słońca oraz znajdują się w różnych odległościach od niego w czasie gdy my sami my słońce możemy obserwować inne planety poruszające się po naszym niebie jednakże czasami może się wydawać że planeta nagle zmieniła kierunek i zaczęło poruszać się po niebie w przeciwnym kierunku jest to tylko złudzenie spowodowane położeniem ziemi w stosunku do planety ponieważ orbity ją co planeta krąży wokół słońca zawsze w jednym kierunku i nie może zmienić kurs dlatego też retro gratulacje nazywamy zjawisk i pozornym ponieważ tylko wygląda na to że plany porusza się do tyłu tak więc retro getta gradacja jest powszechnym zjawiskiem i dotyczy wszystkich planet i innych obiektów które obracają się wokół słońca w tym samym kierunku czy w takim razie retro retro gradacja wpływa na nas oraz otaczające nas nas wszechświat absolutnie nie my obserwatorzy z ziemi widzimy pozorny ruch wsteczny ponieważ merkury wyprzedza naszą planetę na wewnętrznej orbicie jednak gdybyśmy znaleźli się na innej planecie naszego układu słonecznego to retro retro gradację będą miały miejsce w kompletnie innym czasie

W niektórych mediach pisze się na temat retrogradacji Merkurego, której pewne osoby przypisują realny wpływ na nasze zachowanie. Czy jest w tym choć odrobina prawdy? I czym tak naprawdę jest ta „retrogradacja”?

Retrogradacja w języku astronomii oznacza ruch wsteczny, czyli okres, w którym planety poruszają się w odwrotnym kierunku niż normalnie. Wyjaśnienie zjawiska retrogradacji rozpoczyna się od zrozumienia, że wszystkie planety w naszym Układzie Słonecznym krążą z różnymi prędkościami wokół Słońca oraz znajdują się w różnych odległościach od niego.

W czasie gdy my sami okrążamy Słońce, możemy obserwować inne planety poruszające się po naszym niebie. Jednakże czasami może nam się wydawać, że planeta nagle zmieniła kierunek i zaczęła poruszać się po niebie w przeciwnym kierunku. Jest to tylko złudzenie spowodowane położeniem Ziemi w stosunku do planety, ponieważ orbitująca planeta krąży wokół Słońca zawsze w jednym kierunku i nie może zmienić kursu.

Dlatego też retrogradację nazywamy zjawiskiem pozornym, ponieważ tylko wygląda na to, że planeta porusza się do tyłu. Tak więc retrogradacja jest powszechnym zjawiskiem i dotyczy wszystkich planet i innych obiektów, której obracają się wokół Słońca w tym samym kierunku.

Czy w takim razie retrogradacja wpływa na nas oraz otaczający nas Wszechświat? Absolutnie nie! My, obserwatorzy z Ziemi, widzimy pozorny ruch wsteczny, ponieważ Merkury wyprzedza naszą planetę na wewnętrznej orbicie. Jednak gdybyśmy znaleźli się na innej planecie naszego Układu Słonecznego, to retrogradacje będą miały miejsce w kompletnie innym czasie.

Teksty naukowe:

jednym z bardzo ważnych obszarów polityki europejskiego zielonego ładu a w jego ramach strategii od pola do stołu związanym z rolnictwem jest zmniejszenie wykorzystywanie chemicznych środków ochrony roślin co wpływa na ochronę i odbudową ekosystemów a także zwiększanie ubioru różnorodność organizmów strategie różnorodności na rok dwa tysiące trzydzieści skutkuje to wprowadzaniem nowych systemów prowadzenie działalności rolniczej jednym z takich systemów rolnictwa zyskujących coraz większe znaczenie staje się uprawa agro leśna stosowanie przez stosowanie środków chemicznych w produkcji rolnej jest czynnikiem niezbędnym ale takim który powoduje zanieczyszczenie środowiska grypowego oraz produkowanej żywności pozostałościami pestycydów jak również przyczynia się do wzrostu odporności agrofagów na aplikowanie aplikowane preparaty chemiczne w rozporządzeniu parlamentu europejskiego i rady czytamy że w celu zapewnienia wysokiego poziomu ochrony via ludzi i zwierząt oraz środowiska środki ochrony roślin powinny być stosowane w sposób właściwy zgodnie z wydanym zezwoleniem z uwzględnieniem zasad integrowanej ochrony roślin przy czym zawsze gdy jest to możliwe priorytetowo należy traktować nie chemiczne i naturalne rozwiązania alternatywne jednym z najmniej obciążających środowisko naturalne metod ochrony roślin uprawnych przed agrofagami są metody agrotechniczne i biologiczne we współczesnym rolnictwie pestycydy które mają pochodzenie naturalny stają się alternatywą dla tradycyjnych chemicznych środków ochrony roślin grzyby owadobójcze są jednymi z najbardziej znanych i skutecznych mikroorganizmów które infekuje i prowadzą proces chorobowy doprowadzając do śmierci szkodnik szkodników roślin w warunkach klimatu umiarkowanego najczęściej izolowanym grzybami mu patogen licznymi które skutecznie ograniczają populacji szkodników występujących w glebach uprawnych są grzyby z rodzaju był wersja met tak jest i co d c p s celem pracy było porównanie składu rodzaju owego oraz nasilenia postępowanie grzybów patogen licznych w glebach pól uprawnych z intensywną ochroną chemiczną z glebą i bez ochrony a wśród nich gleb systemu uprawy agro leśnej założony hipotezę że nasilenie występowanie grzybów owadobójczych w glebach bez zastosowanej ucho chemicznej będzie większe niż w sklepach gruntów ornych z intensywną ochroną chemiczną

instytut pamięci narodowej od lat wspiera rozwój naukowy młodych historyków z całego kraju podejmując w swoich badaniach problematykę związaną z najlepszymi dziejami polski w dniach czwarty dziewięć września dwa tysiące siedemnaście roku w palce wieku walki odbyła się jedenaście edycja letniej szkoły historii w najnowszej osiemnastu doktorantów i studentów historii oraz nauk pokrewnych wysłuchało wykładów wybitnych polskich specjalistów z zakresu historii najnowszej przedyskutować wyniki własnych badań w ramach seminarium oraz pogłębiło swoje naukowe kompetencje i praktyczne umiejętności za sprawą specjalistycznych warsztatów wykład wypuść i między innymi profesora antoni dudek grzegorz brent ksiądz józef marecki grzegorz motyka i mieczysław ryba oraz wiceprezes ipn krzysztof szwagrzyk planem spotkania i dyskusji w potrzebie są publikowane w niniejszym tomie artykuły ułożone w porządku chronologicznym obejmujące szerokie spektrum zagadnień z historii najnowszej polski począwszy od okresu międzywojennego po lata osiemdziesiąte dwudziestego wieku tom otwierają dwa teksty odnoszące się do mało znanych aspektów z historii drugiej rzeczpospolitej magdalena gaj biec z charakteryzowała rolę inteligencji ukraińskiej w kształtowaniu świadomości narodowej w powiatach przygranicznych do specyficznym terenie galicji wschodniej przy styku z rumunią i czechosłowackiej ruszył za za karpat skąd wykorzystała przy tym nieznane dotąd źródła w postaci meldunków sytuacyjnych straży granicznej z lat tysiąc dziewięćset dwadzieścia osiem tysiąc dziewięćset trzydzieści pięć krystyna się też przedstawiła przebieg dyskusji na temat wprowadzenie chłosty jako kary dla przestępców która rozgorzała w prasie polskiej w drugiej połowie lat trzydziestych dwudziestego wieku społeczeństwo podzieliły się wówczas w tej kwestii na dwa obozy co znalazło odbicie w licznych artykułów zamieszczonych w prasie kolejne dwa artykuły dotyczą okresu drugiej wojny światowej paweł komu tak przedstawi konspiracyjną działalność ośrodka tajnego nauczania księży jezuitów ze starej wsi koło brzozowa na podkarpaciu prowadzoną w latach okupacji niemieckiej paweł prowincji dokonał analizy porównawczej dwóch najważniejszych polskich ceny żołnierskich z lat drugiej wojny świata hej teatru dramatycznego drugiego korpusu polskiego oraz teatru wojska polskiego na wschodzie zasadniczy blog tekstów obejmujące okres tej tak zwanej polski ludowej otwieranie dwa artykuły poświęcone pierwszym lato funkcjonowania struktur władzy komunistycznej w wielkopolsce marcin jurek ukazał początki władzy ludowej w poznaniu przez pryzmat publikowanych i niepublikowanych wspomnień działaczy komunistycznych anna h ekranie opisał działalność w których jak miejski w strukturach polskiej partii robotniczej w wielkopolsce jako przykład jednej z nielicznych karier kobiecych w elicie partyjnej

Teksty casualowe:

panie mógłby pan cieszy czy to radio co w radiu mówił żeby pan ściszyć a co przeszkadza że człowiek sobie posłucha ale ja bym chciał chwilę spokoju dobrze spokoju panie to się na cmentarzu wyśpisz no tak oczywiście po co się tak denerwować od rana co życie krótkie jest krótkie ale jak długie zarazem boże znowu ten sąsiad ten idiota z radia nie można normalnie żyć nie można spokojnie wypić kawę wszystko mnie denerwuje nawet to że się denerwuję cudownie po prostu

stoi na stacji lokomotywa ciężka ogromna i pod z niej spływa tłusta oliwa stoi i sapiens dyszy i dmucha żary z rozgrzanego jej brzucha puchar buch jak gorąco uh jak gorąco uff jak gorąco uff jak gorąco i ledwo sapiens już ledwo zipie a jeszcze palacz węgier wyjął sypie wagę do niej potoczy piali wielkie i ciężkie z żelaza i stali i pełno ludzi w każdym wagonie a w jednym krowy a w drugim konie a w trzecim siedzą same grubas siedzą i jedzą tłuste kiełbasy czwarty wagon pełen bananów a w piątym stoi sześć fortepianów w szóstym armata o jaka wielka pod każdym kołem żelazna belka w siódmym dębowe stołu i szafie w ósmym słonie niedźwiedź i dwie żyrafy w dziewiątym same toczone świnie w dziesiątym kufry paki i skrzynie a w tych wagon a tych wagonów jest ze czterdzieści sam nie wiem co się w nich jeszcze mieści lecz choćby przyszło tysiąc atletów i każdy zjadłby tysiąc kotletów i każdy nie wiem jak się wytężał to nie udźwigną taki ciężar nagle gwizd nagle świst para bóg koła w ruch najpierw powoli jak żółw ociężale ruszyła maszyna po szynach ospale szarpnęła wagony i ciągnie spoza łeb i kręć się kręć się koło za kołem i biegu przyspiesza ignacy oraz prędzej i dół dni i stuka było moce i pędzi a dokąd a dokąd a dokąd na wprost po torze po torze po torze przez most przez góry przez tunel przez pola przez las i spieszy się spieszy by zdążyć na czas tak tu turkot i półka stuka to tak to to a kto to tak to to tak to to gładko tak lekko tak toczy się w dal jak gdyby to była piłeczka jest tak nie ciężka maszyna z że jana zdyszany lecz fraszka igraszka zabawka blaszane a skąd że to jakże to czemu tak gna a co to a co to co to to tu tu tu tak pcha że pełni że wali że bucha buch buch to para gorąco wprawiła to w ruch to para co to rurami do tłoku w a tłoki kołami ruszają z dwóch boków i gnają i pchają i pociąg się toczy b uparty tłoki wciąż toczą tłoczy i tłoczy i koła tylko co i szuka i stuka to tak to to tak to tu taktu to tak to to

Wypowiedź swobodna (+/- minuta)

cześć dzień dobry ja nazywam się jakub co zabytki i dzisiaj od opowiem ci o swoim dniu wstałem przed godziną siódmą rano umyłem zęby umowę twarz i poszedłem na uczelnię od rana od godziny siódmej trzydzieści miałem język angielski po zakończonych zajęciach pojechałem do biura pracują przy ulicy legnickiej w biznes garden we wrocławiu w firmie kabina i kabinie i po pracowałem siedem godzin do godziny szesnaście trzydzieści plastyki spakowałem swoje rzeczy i wróciłem do mieszkania mieszkaniu przebrałam ubrania z wyjściowych na sportowe i poszedłem pobiegać przebiegu siedem kilometrów a wieczorem usiadłem do nauki na koniec dnia zjadłem pyszną kolację tak minął dzień około dwudziestej trzeciej poszedłem spać