

Súkromná stredná športová škola ELBA

Prešov



LETNÉ vydanie časopisu

ELBACK



jún 2020

ELBACK

je

spät'!

A spolu s ním aj MY!

V novom ELBACKu nájdete viacero zaujímavých článkov od učiteľov a žiakov. Priblížime si vyučovanie v čase pandémie, budeme zdieľať naše dni počas uplynulých štyroch mesiacov, spoločne sa pozrieme na to, čo sme robili počas karanténnych dní a zistíme, ako sa dá skĺbiť vyučovanie a domácnosť tak, aby sme sa nezbláznili.

Jednotlivé príspevky v časopise sú tentoraz ešte rozmanitejšie a pútavejšie, preto si každý z vás určite príde na svoje 😊

WE  **SPORTS**

Na nasledujúcich stranách ELBACKu sa dozviete veľa!

Čakajú na vás tieto články:

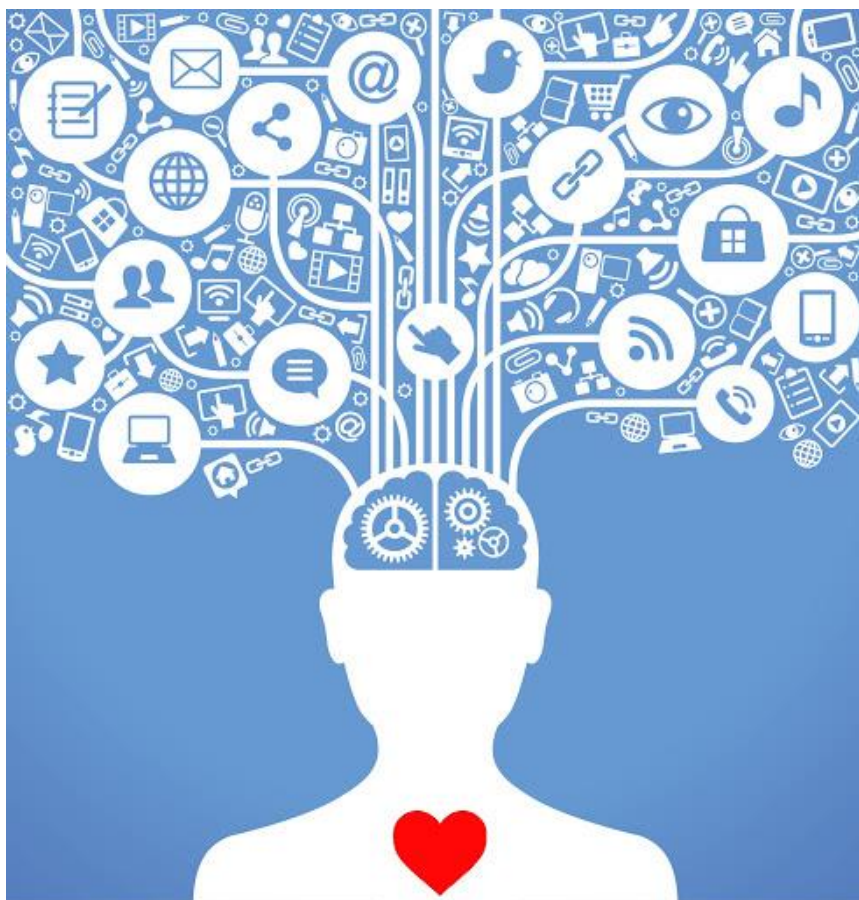
Dovolenkujem doma

Ako skĺbiť šport a štúdium

Vyučovanie v čase korony

Program Microsoft Innovative Educator Expert

Ako je na tom váš zdravý rozum – mini kvíz



Ako zbavit' mysel' neporiadku

Biologicko-medicínske okienko – vírusy a baktérie

Environmentálna hrozba – plasty a ich dopad na životné prostredie

Chvíl'ka gastronómie

Dobrovol'níctvo

Tipy pre budúcich maturantov

Rozlúčka s maturantmi

DOVOLENKUJEM DOMA

Skúste to aj vy! Neľutujete!

Zo všetkých strán v poslednom čase počúvame, že dovolenka toto leto nevyzerá ružovo. Dá sa už síce do viacerých krajín cestovať, no s viac či menej výraznejšími opatreniami a obmedzeniami. Ak zvážite, že zahraničie toto leto asi nie je najlepší nápad, nezabudnite na to, že parádnu dovolenku môžete mať aj doma na Slovensku. Rozumieme, more tu síce nenájdete, no zato tu objavíte mnoho iných skvostov.

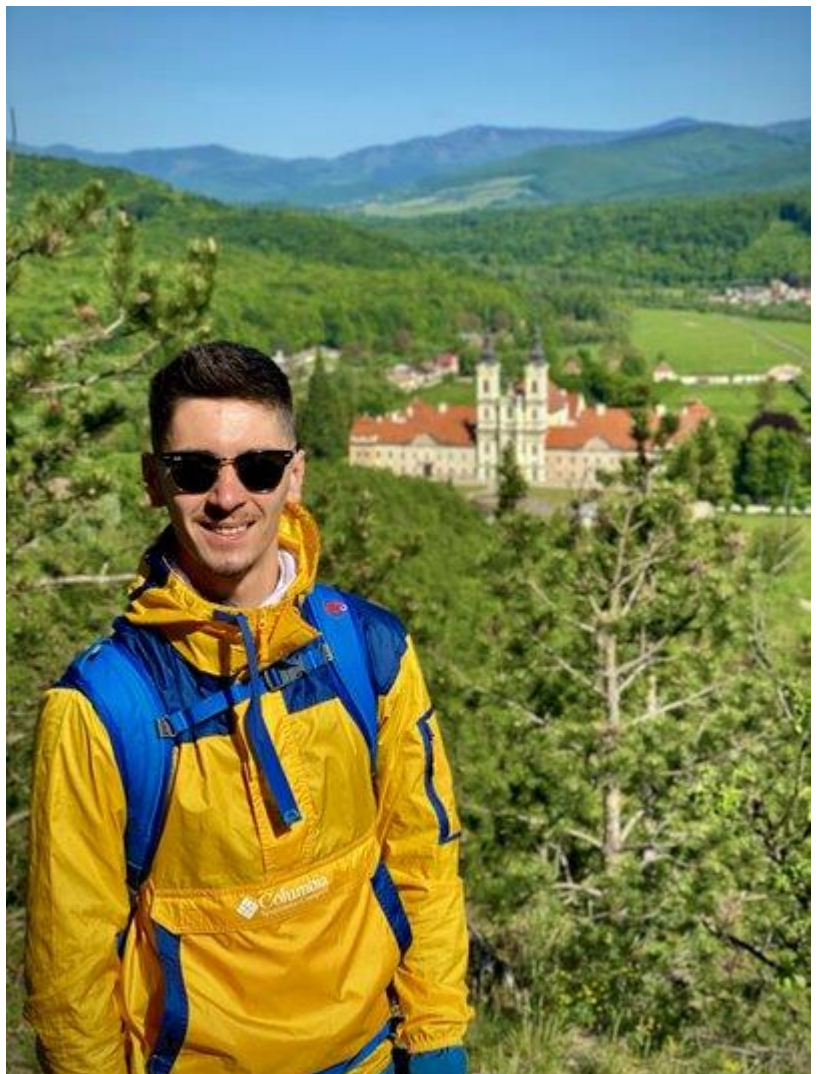
Aj pán učiteľ Richard Purdeš nás v nasledujúcom článku presvedčí, že dovolenkovat' doma sa skutočne oplatí. Treba podotknúť, že pán učiteľ nie je iba zaniatený športovec, ale aj cestovateľ a na všetkých spomínaných miestach už neraz bol. Veď sa presvedčte.

JASOV

V dnešnom tipe na fajn výletík doma na Slovensku vás presvedčíme, že Jasov to nie je len jaskyňa.

Sú to aj rybníky, premonštrátsky kláštor, mohutná vápencová skala či dubiny. Človek by ani nepovedal, koľko krás skrýva táto 3,5 tisícová banícko-hutnícka obec okresu Košice-okolie. Obec je pomyselnou “vstupnou bránou” do NP Slovenský kras na jeho severovýchodnej strane. Jasovská jaskyňa je Národnou prírodnou pamiatkou a je tiež zapísaná v zozname prírodného dedičstva UNESCO.

Bola objavená už v 13. storočí a je najdlhšie sprístupnenou jaskyňou na Slovensku. Dosahuje dĺžku 2 811 m a má vertikálne rozpätie 55 m (no prístupných je len 550 m). Jasovská skala je vápencovou dominantou obce a ponúka úžasné výhľady na obec a široké okolie Volovských vrchov a Kojšovskej hole. V jej masíve sa ukrýva Jasovská jaskyňa a na skale nájdete aj zrúcaniny Jasovského hradu, ktorý dal postaviť uhorský kráľ Karol I. Róbert z Anjou v 14. storočí ako ochrannú baštu kláštora premonštrátov.





V kláštorňoch priestoroch sa nachádza jedna z najvzácnejších knižníc na Slovensku s asi 80 000 zväzkami kníh. Zvláštnosťou kláštornej budovy je, že má 365 okien – ako dní v roku, má 12 veľkých komínov – ako mesiacov v roku, a má 4 vchody – ako počet ročných období.

Jasovské rybníky vznikli už v 15. storočí na pokyn kráľa Žigmunda. Sú napájané krasovým prameňom Teplice. Nachádza sa tu lesná križová cesta zakončená premonštrátskym cintorínom.

Spoločným menovateľom všetkých týchto lokalít v obci sú tzv. Jasovské dubiny – najstaršia Národná prírodná rezervácia na území Slovenského krasu s najvyšším 5. stupňom ochrany.

HÁJSKE VODOPÁDY

Baví nás objavovať málo známe miesta Slovenska, ktoré v sebe ukrývajú neskutočnú prírodnú krásu. Tú sme tentokrát našli v malej dedinke Háj (okres Košice - okolie), z jednej strany ohraničenej pohorím Miglinc a z druhej Hájskym vrchom na začiatku malebnej Hájskej doliny (jej celková dĺžka je 6,5 km), vo východnej časti Slovenského krasu medzi Zádielskou a Jasovskou planinou. Vodopády vznikli vďaka Hájskemu potoku pretekajúcemu dolinou a tiež vďaka výškovým rozdielom až do 300 metrov.

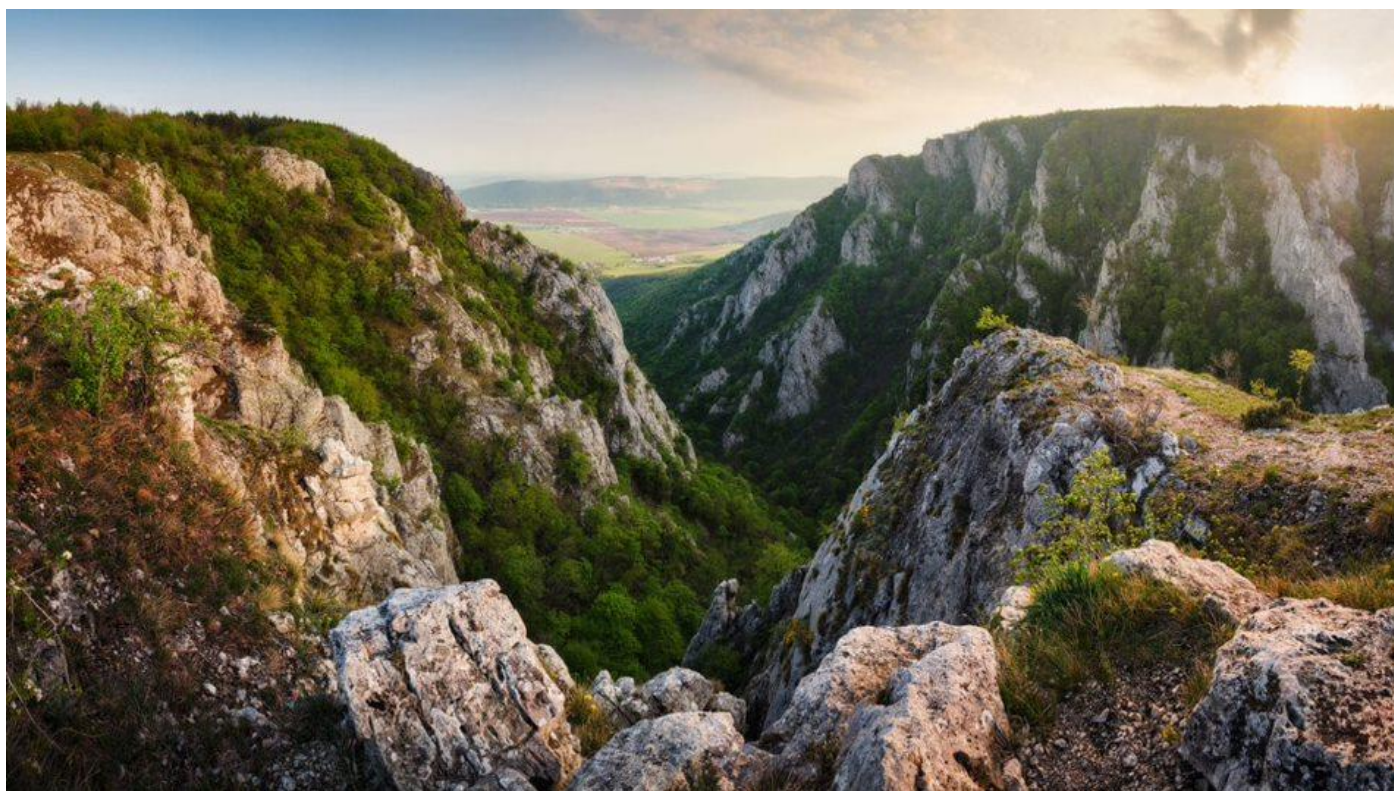
Nachádza sa tu 10 vodopádov rôznej veľkosti, od 1 do 7 metrov. Zaujímavosťou je, že vodopády nie sú len dielom prírody, keďže v týchto miestach boli travertínové bane a lomy, kde po ťažbe v 50. rokoch 20. storočia vznikli kaskádovité tvary, a neskôr si tam našla cestu aj voda – no a už bolo vymaľované.



K vodopádom sa dostanete v pohode autom či bicyklom (zastávky po ceste z Hája do Hačavy), alebo pešo z obce Háj po žltom lesnom turistickom chodníku. Na objavovanie vodopádov si vyhrad'te 1-2 hodinky v závislosti od toho, ako dlho si chcete vychutnávať jednotlivé stanovištia. Nenáročný výletík je vhodný aj pre rodiny s menšími deťmi či rekreačných výletníkov.

V obci Háj sa zachovala aj tradičná ľudová architektúra, ktorú reprezentujú sedliacke domy typu palóc, ale aj ľudové zvyky a remeslá. Obec v zahraničí preslávil americký celovečerný film Za nepriateľskou líniou s tematikou vojny na Balkáne. Istý čas tu teda strávili aj také hviezdy filmového plátna ako Gene Hackman či Owen Wilson. Spomínaný film sa nakrúcal v roku 2000. V záverečnej scéne zachránia Owena Wilsona spoza nepriateľskej línie práve vďaka soche anjela s odlomeným krídlom, ktorá bola orientačným bodom. Sochu vidieť už pri príchode do obce. Situovaná je napravo od kostola na Anjelskej ceste, ako súčasť obecného cintorína.

ZÁDIELSKÁ TIESŇAVA



Na potulkách Národným parkom Slovenský kras rozhodne nevynechajte ani jeho najnavštevovanejšiu dedinku – malebný Zádiel, za ktorou sa ukrýva tiesňava nevídaných rozmerov. Vytvoril ju Chotárny/Blatný potok v mohutných vápencových vrstvách, jej súčasťou sú aj malé vodopády a kaskády. Krasová tiesňava je dlhá približne 3,3 km, široká je miestami len 10 m, a jej vápencové steny dosahujú relatívnu výšku cez 310 m. Je aj najhlbšou tiesňavou na Slovensku (orientovaná od severu na juh).

Nachádza sa tu cca 120 jaskýň rôznych rozmerov. Pre svoju jedinečnosť bola v roku 1954 vyhlásená za Národnú prírodnú rezerváciu. Oddeľuje od seba turistami vyhľadávanú Zádielsku planinu a planinu Horný vrch.

Na planine sa nachádza Zádielské hradisko - rázcestník Okrúhly laz (je to jedno z najstarších a najväčších pravekých slovenských hradísk, ktorého úlohou bolo kontrolovať strategický prechod medzi Košickou a Rožňavskou kotlinou). Najviac si užijete turistickú trasu z parkoviska za obcou Zádiel, kam pôjdete hore tiesňavou po červenej turistickej trase až k rozcestníku, odkiaľ sa ďalej po modrej turistickej trase dostanete až na planinu, ktorá ponúka parádne výhľady.

Dole do dediny zídete strmším náučným chodníkom. Náučný chodník tvorený 7 zastávkami lemuje celú túto trasu, takže sa na tomto výlete aj niečo zaujímavé dozviete. Na tento výlet, ktorý zvládnu aj školopovinné deti, si vyhradíte cca 4 hodiny (zarátali sme do toho aj prestávky na občerstvenie a fotenie).



JÁNOŠÍKOVA BAŠTA

Keď sa budete pohybovať niekde v okolí vodnej nádrže Ružín, odporúčame tiež návštevu tejto monumentálnej 50 m vápencovej dominanty doliny Hornádu.

Skala výrazne vystupuje zo zalesneného hrebeňa Volovských vrchov, čo umožňuje nádherný a neopísateľný výhľad do doliny Hornádu, na Humenec, Košicko-bohumínsku železničnú trať, panorámu Kysackého hradu a Slanských vrchov.

Je najstaršou horolezeckou oblasťou pri Košiciach asi s 50-timi stredne ľahšími cestami. Najlepší prístup na skalu je po významnej červenej turistickej trase nazývanej Cesta hrdinov SNP, z obce Kysak, po ktorej budete na skale približne za hodinu a v pohode ju zvládnete aj s deťmi.

Na vrchole nájdete niekoľko pekných miest na oddych, relax, piknik v prírode či (mnohými vyhľadávané) skalolezectvo.

RANKOVSKÉ SKALY

Parádne miesto na oddych, s ešte krajšími výhľadmi na široké okolie! Pri potulkách po východnom Slovensku určite nevynechajte obec Herľany a jej svetoznámy gejzír. No táto oblasť skrýva aj ďalšie nepoznané miesta. Jedným z nich je aj tento skalný komplex týčiaci sa nad obcami Herľany a Rankovce. Nachádzajú sa vo výške 780 mnm. Toto územie bolo vyhlásené za prírodnú rezerváciu najvyššieho 5.stupňa ochrany v roku 1976.

Skaly sú hniezdiskom chránených dravcov vrátane tých ohrozených druhov sokola. Vyskytujú sa tu vzácne druhy rastlín a prakticky celé územie je bohaté na lesné, lúčne a skalné rastlinné a živočíšne spoločenstvá. Ponúkajú sa tu výhľady na celé údolie Torysy, časť Slanských vrchov, časť Zemplínskych vrchov, mesto Košice, Košickú kotlinu, Čergov, Volovské vrchy, Čiernu horu a pri priaznivom počasi sa dá dovidieť až na končiare Vysokých Tatier (čo sa nám aj podarilo).

Ku skalám vedie zelená turistická trasa z obce Herľany, ktorá je ale miestami rozbitá / znehodnotená po lesných strojoch, ktoré tu ťažia drevo. Nenáročná túrička vám zaberie približne jednu hodinku a v pohode ju zvládnete aj s deťmi.



SIVEC

Ach, tie západy slnka, čo povieť? Ak vyjde počasie, tak tie výhľady, ktoré ponúka toto ostré skalnaté vápencové bralo týčiace sa nad vodnou nádržou Ružín pri obci Malá Lodina, stoja rozhodne zato! Tento dominantný zalesnený vrch je súčasťou krasového územia Ružínsky kras, ktoré patrí medzi najmenšie krasové územie na Slovensku. Sivec je najkrajším vrchom pohoria Čierna hora a jedným z najkrajších prírodných miest na východnom Slovensku. Z vrcholového brala sú krásne výhľady na Volovské vrchy, vodnú nádrž Ružín, Branisko, Čergov, Slanské vrchy a za priaznivého počasia aj na Vysoké Tatry.

Vrch je súčasťou rovnomennej Národnej prírodnej rezervácie Sivec (vyhlásená v roku 1953 o rozlohe 169,79 ha), v ktorej platí 5. stupeň ochrany a neumožňuje vybočovať z turistických značkovaných chodníkov. Je domovom viacerých druhov chráneného vtáctva, a na svahoch sa rozkladajú vzácne lesné porasty a bohatá vápencová flóra. V skalnatých stenách vrchu, ktoré sa zvažujú do doliny zvanej Malý Ružínok sa nachádza cca 10 jaskýň. Turisticky je prístupný z viacerých blízkych bodov.

Odporúčame najkratšiu cestu na vrchol a vďaka prechodu cez Sivecké lúky azda aj najkrajšiu túru po zelenej turistickej značke a neskôr na rozcestníku Priehyba pod Sivcom, po žltej značke tam budete za približne hodinu a pol.



Prajem vám pekné výlety a veľa plnohodnotných zážitkov pri spoznávaní Slovenska.

Mgr. Richard Purdeš

AKO SKLBIŤ ŠPORT A ŠTÚDIUM

Môj individuálny učebný plán

Ahojte, moje meno je Lenka Niňajová, pochádzam z Liptova, konkrétne dediny Liptovský Ján, mám 19 rokov a bola som žiačkou športového gymnázia Elba. Od malička sa venujem zjazdovému lyžovaniu, pričom som vyskúšala mnoho ďalších športov, ale závodné lyžovanie mi zostalo až dodnes. Vo svojich 16 rokoch som odišla do talianskeho medzinárodného tímu, kde pôsobím už 3 roky od začiatku novembra do konca apríla.

Samozrejme, ešte ako študentka som musela navštevovať strednú školu, prvé dva ročníky som robila



normálne ako denní študenti, mala som zranenia, ktoré mi na lyže nedovolili ísť, tak som sa plne venovala škole, ale napokon do 3. a 4. ročníka som sa rozhodla pre individuálny plán na mojej škole, pretože klasické štúdium bolo pre mňa časovo náročné a keďže som bola neustále v zahraničí, bolo nemožné dochádzať do školy každý deň. Bolo to pre mňa niečo celkom nové, vôbec som nevedela do čoho idem, pravdupovediac som mala aj strach.

IUP funguje na princípe, že učivo ktoré sa preberá v škole, som si preberala sama doma za pomoci učiteľov a spolužiakov, ktorí vám po dohode posielajú učebné materiály, ktoré oni preberajú na hodinách. K dispozícii som mala, samozrejme, aj učebnice a osnovu, podľa ktorej som vedela aké témy, v aký mesiac sa preberajú, vedela som, že v polovici januára ma čakajú polročné skúšky a v júni koncoročné. To, ako som si rozložila učivo a načasovala si ho, bolo na mne. Ja som sa snažila učiť

systematicky, pravidelne a ísť tempom, ako išli moji spolužiaci, aby som toho potom nemala veľa naraz.

V zime bolo pre mňa učenie výzvou, pretože sklbiť 2 tréningy do dňa, cestovanie, regeneráciu nebolo vždy možné, ale vedela som, že v lete sa to potom obráti a budem mať čas dobehnúť aj veci, čo som zameškala. Samotné skúšky sú rozdelené na celý týždeň, majú 2 formy, písomnú (test) a ústnu časť, na spôsob maturity. Väčšinou sme začínali ráno a skončili poobede ako klasické vyučovanie. Tento typ štúdia mi zo začiatku nesedel, no po čase som si našla systém a potom to už išlo samo, aj keď nie vždy sa mi chcelo, ale naučilo ma to viac, ako som si myslela na začiatku. Musela som byť samostatná, zodpovedná, systematická, premôcť sa, aj keď sa mi naozaj nechcelo.

Pri nejakých nejasnostiach som bez problémov mohla prísť za vyučujúcimi a oni mi to vysvetlili. Bola to pre mňa veľká škola a som veľmi vďačná za túto skúsenosť, ktorá mi dáva aj veľa do môjho športu, ktorému sa teraz môžem venovať s čistou hlavou, naplno.

Verím, že lyžovanie ma bude baviť tak ako doteraz a budem napredovať. V lete a na jeseň sa venujem kondičnej príprave približne päť mesiacov v Liptovskom Mikuláši a pomedzi to chodím na ľadovce so svojím zahraničným tímom, väčšinou na dva týždne jedenkrát do mesiaca potom sa vraciam a pokračujem na sucho. V zime sa to mení a presúvam sa do Talianska, kde už len lyžujem a kondičné tréningy sú len udržiavacie. Touto cestou by som sa chcela dostať do bodu, kde by bol môj koníček aj prácou, ktorá ma bude živiť do budúcnosti.

Medzi moje ďalšie záľuby patrí najviac pečenie, ktoré je pre mňa akosi psychohygienou a relaxom, pri ktorom úplne vypnem. Milujem skúšať nové veci, tvoriť a dekorovať a robiť tak radosť aj druhým ľuďom. Mám rada aj turistiku, čítanie, čas s rodinou a priateľmi, baví ma hudba a cestovanie.

Lenka Niňajová, absolventka SSŠ ELBA v Prešove

VYUČOVANIE V ČASE KORONY

Počas koronakrízy sme sa nemohli stretávať v škole, a tak sme museli prísť na iné spôsoby, ako spolu komunikovať a učiť sa. Dištančné vzdelávanie so sebou prinieslo mnoho výhod, ale aj nevýhod, pre niektorých z vás to bolo veľmi náročné obdobie a škola vám veľmi chýbala, pre iných to zas bolo obdobie, kedy ste si viac oddýchlí. V každom prípade, pre každého z nás to bola zmena, a preto sa so svojimi skúsenosťami podelíme. V nasledujúcich príspevkoch sa môžete dočítať, ako sa vzdelávanie doma pozdávalo alebo nepozdávalo viacerým z vás. Zaujímal nás váš celkový pohľad na takýto typ vzdelávania, ale taktiež ste sa mohli zamerať aj na nejakú z nasledujúcich otázok:

- Čo vám na dištančnom vzdelávaní vyhovovalo /čo sa vám páčilo?
- Čo vám na dištančnom alebo online vzdelávaní prekážalo najviac alebo čo bolo najzložitejšie?
- Ako sa dalo sklbiť dištančné vzdelávanie s bežným životom?
- Ak by sa takéto vzdelávanie malo znova zopakovať, čo by ste zmenili alebo vylepšili?
- Čo okrem učenia ste počas karantény robili?

Bola to moja prvá skúsenosť s dištančným vzdelávaním. Myslím si, že je to moderná forma vzdelávania, ktorá bude v budúcnosti naberať na obrátkach. Veľké plus som videl v tom, že som mohol byť doma a dostal som úlohy, ktoré som mal splniť. Treba však uznať aj to, že sú predmety, ktoré sa dajú vyučovať spôsobom „napíšeš poznámky, naučíš sa a koniec.“

Ale potom sú tu predmety, ktoré potrebujú dôkladné vysvetlenie, aby to nebolo kontraproduktívne pre žiaka. Celkovo to určite hodnotím pozitívne, ale samozrejme, treba ešte vychytať muchy, ktoré ten systém má a keď bude aj naďalej napredovať, myslím si, že to bude oveľa lepšia forma štúdia hlavne pre žiakov s individuálnym učebným plánom. Myslím si totiž, že komisionálne skúšanie je pre študentov náročnejšie najmä tým, že na skúške ich čaká obrovský nával učiva.

Priamy kontakt žiaka a učiteľa v škole je nenahraditeľný a ťažko porovnateľný s audiovizuálnym kontaktom na online hodine. V škole študent zažíva podanie učiva všetkými zmyslami a je to pre neho určite viac zapamätateľné ako len prezretie prezentácie či písanie ako s klapkou na očiach.

Peter Milenky, III. A

Ak mám povedať pravdu, tak neviem veľmi zhodnotiť, či je nám lepšie v škole alebo doma, pretože všetko má svoje výhody aj nevýhody. Päť dôvodov, prečo chodiť do školy namiesto školy z domu, je na dlhšie rozmyšľanie, no pár vecí som našla. V škole sú kamaráti, čiže to je veľká výhoda, keďže sa s nimi môžeme vidieť a podporiť sa.



Ďalšia vec je školská atmosféra, ktorú možno teraz nevnímame, no o pár rokov nám bude určite chýbať. Sú to aj učitelia. Práve teraz zisťujeme, akí sú pre nás dôležití a myslím, že nie som sama, ktorej výklad učiteľa celkom chýba. Taktiež obedy, je to maličkosť, ktorú som si nikdy neuvedomila, ale atmosféra v jedálni s kamarátmi mi celkom chýba. Zábava a vtipné chvíle, ktoré zažívame cez prestávky alebo počas hodiny, tak to je ďalšia vec, ktorú doma nezažijeme.

Ak mám prejsť na dôvody, prečo je lepšie doma, tak je to určite to, že aj pomalší žiaci majú svoj čas, ktorý im naozaj vyhovuje. Ďalšia vec je „vlastný rozvrh“. Keď nám učitelia pošlú úlohy, tak si ich môžem rozvrhnúť podľa seba, čím napríklad začnem. Skrátený čas vyučovania je tiež veľkou výhodou, keďže v škole končíme až o druhej poobede, no pri dištančnom vzdelávaní končíme už o dvanástej. Nič nezameškáme, ak sme u lekára alebo sa necítime veľmi dobre. Ak by sme neprišli do školy, tak učivo zameškáme, no pri tejto forme vzdelávania nám doslova nič neutečie. Online hodiny, ďalšia super vec. Môžeme byť doma a zároveň sa učiť nové a zaujímavé veci a presne toto je jedna z najlepších vecí na tomto vzdelávaní.

Tamara Eliašová, 4. G

Mne asi najviac vyhovovalo to, že sme sa museli osamostatniť a viacej sa spoľahnúť na seba pri učení, chápaní učiva a podobne. Prekážalo mi, že nie na všetky úlohy sme mali dostatok času a niekedy toho bolo naozaj strašne veľa. Bolo to zvládnuteľné, ale bolo na to treba dosť prostriedkov, ktoré nemá každý doma. Ak by bolo dištančné vzdelávanie znova, priala by som si, aby sa učitelia dohodli alebo sa aspoň nastavil nejaký rozvrh na písomky, testy a online hodiny, lebo dosť často sme mali dva väčšie testy a takmer sa nám tie časy prekrývali. Ja som počas karantény trénovala, upratala si izbu (je to divné, že až pandémie ma donútila upratať si izbu), namaľovala rám od zrkadla, totálne si spálila chrbát na slnku počas maľovania a trávila veľa času s rodinou.

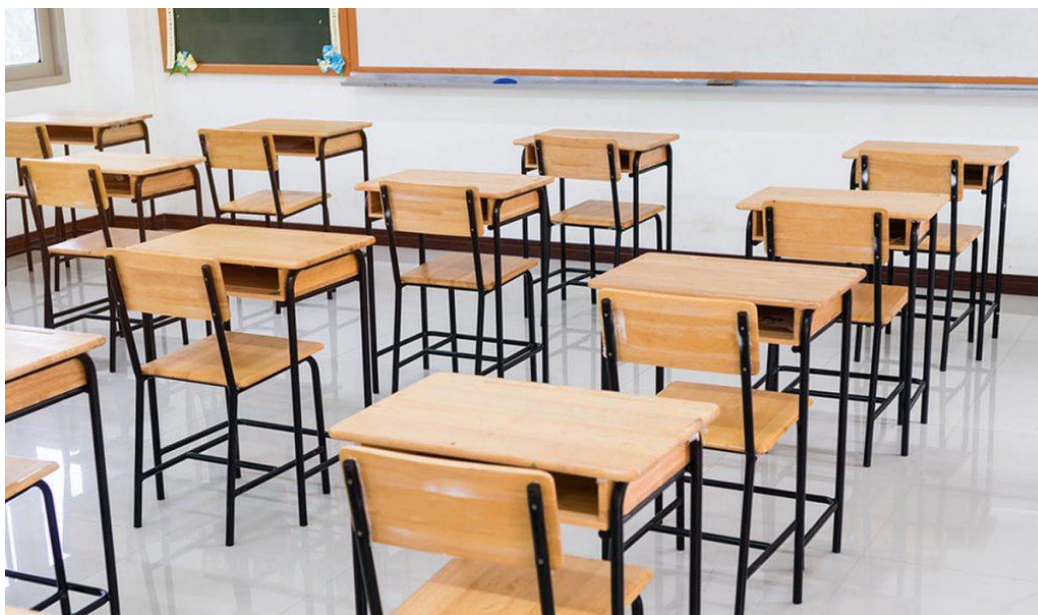
Michaela Ižarová, 3. G

Mne na tomto vzdelávaní vyhovovalo, že som si učenie časovo mohla upraviť podľa seba (nemusela som vstávať do školy, mohla som sa učiť aj večer, ak som poobede nemohla...) a že som mohla tráviť viac času s rodinou a robiť aj veci, ktoré som popri škole nestíhala.

Nič mi nejako extra neprekážalo, ale k niektorému učivu my žiaci potrebujeme aj výklad, aby sme mu lepšie porozumeli. Preto bolo učenie niektorých predmetov pre mňa trochu ťažšie než v škole.

Ja si myslím, že skĺbiť školu s bežným životom pre mňa nebola nejaká veľká chémia, aj keď boli chvíle, keď som úlohy zabudla poslať alebo som ich dopisovala večer, lebo som to cez deň trochu odflákla.

Ak by sa to opakovalo, asi by som nič veľmi nemenila, len by som si začala lepšie organizovať čas.



Okrem učenia som často upratovala, aby som pomohla mamke, keďže sme boli s všetci doma a toho neporiadku trochu viac než zvyčajne, keď sme všetci v škole a v práci. Taktiež som piekla koláče a varila. A keďže som nemohla trénovať, tak som takmer každý deň buď cvičila, alebo som sa

šla s niekým z rodiny prejsť. Minulý týždeň sme s mamkou napríklad boli prejsť v lese a zbierali sme lesné maliny.

Olivia Daňková, 4. G

Jediná vec, ktorá mi vyhovovala na tejto výučbe bolo to, že som mohla spať dlhšie, ako keď som chodila do školy. Prekážalo mi, keď nám dávali učitelia veľa úloh a dali nám na to málo času. Učenie a bežný život sa dali ľahko skĺbiť, keď som si rozvrhla, čo kedy budem robiť. Tak sa to aj dalo zvládnuť.

Určite by som chcela viac online hodín, aby sme mali hlavne ten výklad učiteľa, pretože pochopiť niečo len z poznámok je veľmi ťažké. Okrem učenia som samozrejme upratovala doma, stihla som si poupratovať svoju izbu, mala som tréningy každý deň, naučila som sa piecť rôzne koláče.

Ema Baricová, 2. G

Pozitívom bolo, že som mala oveľa viac času na rodinu. Nemusela som skoro vstávať do školy. Na druhej strane, asi najviac mi prekážalo, že viacerým veciam som nevedela porozumieť a museli mi to vysvetľovať rodičia. Keby bolo dištančné vzdelávanie znova, brala by som menej textu na písanie a viac online hodín. Okrem učenia som počas karanténnych dní veľmi veľa času trávila s rodinou a kamarátmi. Každý deň som cvičila a snažila sa mať každý deň kontakt s loptou, aby som nevyšla z cviku.

Tamara Gerbocová, 2. A

Na dištančnom vzdelávaní sa mi páčilo, že som bol doma v pokoji, nikde som sa nemusel ponáhľať a bol som pokojný a na všetko som mal dosť času. No na online vzdelávaní mi prekážalo to, že som si nevedel stanoviť nejaký pravidelný čas na úlohy, takže som niektoré aj kvôli tomu nespravil. Inak mi nič neprekážalo. Ak by zasa bola nejaká epidémia alebo hocičo, tak by som nemenil nič. Maximálne ľudí navôkol, pretože niektorí nedodržovali opatrenia, čo bolo pre ľudí veľmi nebezpečné.

Počas karantény som viac-menej spal, upratoval, jedol niekedy aj vyšiel von, ale viac času som strávil hraním online hier na počítači.

Vratko Kollarčík, 4. G

Na dištančnom vzdelávaní bol najväčšou výhodou asi čas strávený s rodinou. Na samotnom učení však asi nič, lebo ako nižšie uvediem, dištančná forma výučby mi vôbec nevyhovuje. Celkovo systém vyučovania na diaľku bol pre mňa veľmi namáhavý, pretože ja som skôr typ, ktorý sa naučí v škole, keď mi to priamo učiteľ vysvetlí a som v škole. Tak sa mi aj jednoduchšie učí a viem sa lepšie sústrediť.

Na začiatku to bolo veľmi namáhavé, lebo to bolo pre mňa niečo nové a mali sme celkovo veľa úloh z viacerých predmetov, ale potom už som si viac a viac na to zvykal. No dával by som trochu menej úloh, lebo niekedy som už naozaj nestíhal, lebo toho bolo na mňa priveľa, ale vždy som sa snažil spraviť tú úlohu čo najlepšie a v stanovený termín.

Okrem učenia som pomáhal v domácnosti, staral som sa o psíka a po prvej fáze uvoľňovania som začal chodiť na tenisové tréningy.

Filip Nemjo, 2. G



Na dištančnom vzdelávaní sa mi páčilo, že úlohy som mohol robiť počas celého dňa a nemusel som ráno vstávať. Najviac mi prekážalo to, že veľakrát som látku nepochopil tak dobre, ako som mohol, pretože som sa nesústredil. Ak by som sedel v škole, určite by som sa sústredil viac.

Ak by bolo dištančné vzdelávanie znova, určite by som chcel, aby sme dostávali menej úloh, niekedy sa to nedalo stíhať a veľakrát som meškal s úlohami a musel som sa ospravedlňovať.

Timotej Polivčák, 3. G

Vyhovovalo mi to, že som mal na určité veci viac času. Páčilo sa mi, ako niektorí učitelia s nami hovorili či vlastne, ako sme si písali. Bolo to také aj zábavné a ani som si nemyslel, že sú niektoré učiteľky také milé.

Najzložitejšie bolo sa pripojiť sa na tie online hodiny, pretože niekedy nás odpájalo, nepočuli sme pani učiteľku, niekedy nepočula ona nás, problém bol aj s kamerou a podobne.

Ako sa dalo dištančné vyučovanie sklbiť s normálnym životom? Zo začiatku to nebolo ľahké, pretože som si na to vzdelávanie nevedel zvyknúť. Prvé dva týždne bola doma aj mamka a my sme nemali toľko počítačov a aj ona musela robiť z domu, tak sme nevedeli, kto má čo robiť skôr, ale potom išla mamka do kancelárie robiť svoju robotu, aby nám nechala počítač a mohli sme sa pripájať, keď nám učitelia povedali a mohol som aj robiť úlohy, dokedy som chcel.

Lebo ja nemám rád a vlastne ma tlačí čas. Najhoršie bolo, keď som si raz zlepenými očami Edupage a až po chvíli čas. Skoro som zinfarktoval! Tak to bol teda A ešte niečo... ja mám síce fakt veľa začínam mať aj na slovíčko Edupage. ☺



neznášam, ak mám robiť niečo, pri čom ráno ešte pred raňajkami zapol len tak so som zistil, že to ja už píšem písomku na dobrý štart dňa. Hneď som sa prebral! všelijakých alergií, ale mám pocit, že

Ak by sme ešte niekedy mali mať takýto typ vzdelávania, v prvom rade by som zmenil to, aby nám pedagógovia nedávali toľko úloh.

Väčšinu času som počas karantény jazdil na bicykli a prišiel som domov zničený a dotrepaný. Teda išiel som von hneď, ako som si napísal úlohy, lebo tiež nemám rád, ak sa musím vrátiť domov len preto, že musím niečo dokončiť.

Tomáš Panák, 2. G

Na dištančnom vzdelávaní sa mi páčilo, že som si mohol usporiadať čas podľa vlastnej potreby. Najzložitejšie bolo asi preberanie nového učiva, musel som pýtať rodičov o vysvetlenie, niekedy si to aj oni museli naštudovať na internete. Je lepšie, ak to učiteľ vysvetlí priamo aj s ukážkou – face to face. Sklbiť dištančné a bežný život nebolo jednoduché. Zo začiatku to bol chaos, ale rodičia ma poučili, že je nutné sedieť pri počítači od ôsmej do dvanástej a úlohy si robiť hneď a nenechávať to na poslednú chvíľu. Mám dvoch súrodencov a bol to občas boj o počítač. Nie vždy som stíhal úlohy, najmä keď boli do nasledujúceho dňa.

Raz sa stalo aj to, že sme mali mať všetci traja online hodinu a bol cirkus. Okrem učenia som robil aj iné veci. Bývam v rodinnom dome a máme veľkú záhradu. Neboli sme obmedzení pri pobyte vonku. Pomáhal som rýľovať, polievať skleník a robil som vlastne všetko, čo bolo treba.

Martin Kohút, 2. G

Dištančné vzdelávanie mi dosť vyhovovalo v tom, že som nemusel ráno skoro vstávať a cestovať do školy. Na druhej strane, malo to aj svoje nevýhody, asi viac sa naučím počúvaním na hodine, doma som sa nevedel donútiť. Na začiatku to bolo ťažké, každý doma potreboval počítač, internet bol slabý. Postupne si každý vyhradil čas na prácu, nervozita doma sa upokojila. Ak by bolo dištančné vzdelávanie znova, chcel by som, aby od začiatku boli online hodiny, hoci možno kratšie. Počúvať a pracovať s ostatnými spolužiakmi a s učiteľom je takmer ako v triede. Počas karantény som si aj upratal izbu, mamke som vyrobil z dreva záhon na jahody a s ockom som opravoval veterána.

René Remeta, 2. G



Marko Kašprišin z triedy 2. G ako sme ho ešte nevideli. Doma vraj pomáhal takmer každý deň. Počas koronakrízy trávil veľa času aj so svojím mladším bratom.



Tamara Chovancová z triedy 3. G sa zdokonaľovala v gastronómických zručnostiach a upiekla takúto úžasnú sladkú pizzu.

Veríme, že takýchto pekárenských pokusov ste mali mnoho a už teraz nám chystáte recepty do vianočného vydania časopisu ELBACK.

MODERNÉ DIGITÁLNE TECHNOLOGIE

Program Microsoft Innovative Educator Expert

Pani učiteľka Erika Petrašková sa informatike a moderným digitálnym technológiám venuje naplno. Mnohé z poznatkov využíva aj na hodinách so svojimi žiakmi. V nasledujúcom článku vám ponúkame náhľad na najnovšie záležitosti, ktorým sa venuje a zahŕňa do výučby. Ved' posúďte sami.

Patrím k učiteľom, ktorí radi využívajú moderné digitálne technológie vo vzdelávaní, hľadajú nové spôsoby vyučovania a dobre sa cítia v komunite inšpiratívnych učiteľov, ktorí vychádzajú zo svojej komfortnej zóny a zároveň sa radi delia o svoje skúsenosti. Spoločnosť Microsoft podporuje takýchto pedagógov, ktorí sa neustále vzdelávajú a rozvíjajú digitálne kompetencie svojich študentov, prostredníctvom svojho programu Microsoft Innovative Educator (MIE) Expert. Som veľmi rada, že mi bola ponúknutá možnosť participovať v tomto unikátnom programe, ktorú som prijala.

MIE expert je exkluzívny program, ktorý spája nielen slovenských inovatívnych učiteľov, ale združuje pedagógov z celého sveta, ktorí sú akísi vizionári a ukazujú svojim kolegom rôzne spôsoby, ako efektívne využívať technológie pre zlepšenie vzdelávacieho procesu a študentských výsledkov. MIE experti pomáhajú spoločnosti Microsoft viesť inovácie vo vzdelávaní, odporúčajú a zdieľajú svoje názory na efektívne využívanie technológií vo vzdelávaní s kolegami, či inými pedagogickými pracovníkmi alebo lídrami. Poskytujú prehľad o nových produktoch spoločnosti Microsoft či nástrojoch určených pre vzdelávanie a zdieľajú svoje osvedčené postupy s ostatnými pedagógmi.



MIE experti majú tieto príležitosti:

- prístup k profesionálnemu a kariérnemu rozvoju a certifikáciám,
- zdieľať svoje skúsenosti so svetovo uznávanými pedagógmi a špecialistami, aby ďalej rozvíjali svoje inovácie,
- budovať komunitu učiteľov vo svojom okolí, trénovať, mentorovať kolegov, podporovať ich v aktivitách na portáli Microsoft Educator Community,
- byť súčasťou vybraných skupín pedagógov, ktorí pomáhajú vývojárskym tímom spoločnosti Microsoft vďaka ich cennej spätnej väzbe tak, aby Microsoft produkty boli špeciálne vytvorené pre potreby pedagógov,
- testovať nové produkty, ktoré sa nachádzajú v beta verzii a zúčastniť sa pri navrhovaní programov či nástrojov zameraných na vzdelávanie,
- reprezentovať spoločnosť Microsoft prostredníctvom ukážok jednotlivých produktov a návštevami rôznych udalostí,
- spolupracovať s inovatívnymi učiteľmi po celom svete,
- organizovať workshopy, na ktorých demonštrujú, ako využívajú Microsoft technológie počas ich vyučovacích hodín.

MIE expertov vyberá slovenský edu-tím spoločnosti Microsoft okrem iného aj na základe ich prezentácií, v ktorých kreatívne vyjadrujú, čo z nich robí MIE experta. Moju Sway prezentáciu „What’s my story?“ nájdete na nasledujúcej internetovej adrese: <https://sway.office.com/88HI74MVj0acCmMC>

Pred nejakým časom bola aktualizovaná a pribudli na nej ukážky prác našich žiakov, ktoré vytvorili v čase dištančného vzdelávania. Nechýba medzi nimi ani link na krásne video Frederiky Okresovej, s názvom: „Podaj mi ruku a prevediem ťa Slovenskom“.

PaedDr. Erika Petrašková

NIEČO NA POBAVENIE ALEBO KLASICKÉ CHYTÁČIKY

Ako je na tom váš zdravý rozum? Skúste odpovedať na týchto 6 otázok.

Zdravý rozum je schopnosť vnímať a rozumieť svetu okolo nás. To, čo ho definuje je pomerne dosť kontroverzné. Tom Dunbar vyrobil sériu hádaniek, ktoré podľa jeho názoru pomôžu odhaliť, ako na tom je ten váš. Či tieto otázky preveria zdravý rozum je diskutabilné, no pre pobavenie si to môžete vyskúšať.

1. Muž išiel von v prudkom lejaku bez akejkoľvek ochrany pred dažďom, ale nemal mokrý ani vlások. Ako je to možné?

2. Janov otec má päť synov. Volajú sa Alan, Blan, Clan a Dlan. Ako sa volá piaty syn?

3. Taxikár ide v jednosmerke v protismere a stretne dvanásť policajných hliadok. Ako to, že ho nikto nezatkne?

4. Čo je presne v strede Austrálie?

5. Futbalista kopne do lopty. Tá ide 10 metrov a vráti sa späť k nemu. Ako je to možné?

6. V priemere koľko knížiek môžete vložiť do prázdneho batoha?

Aristoteles bol prvou osobou, ktorá opísala túto hmlistú tému, veriac, že všetky zvieratá, vrátane ľudí, sú schopné spracovať vonkajšie podnety a pochopiť spomienky. Zdravý rozum sa môže zmenšiť, keď je potrebné spojiť dva alebo viac rozličných kúskov informácií, ktoré majú pre človeka konkrétny význam. No napríklad, keď zhodíte keramický džbán zo strechy, nemali by ste byť prekvapení, že sa džbán vďaka gravitácii rozbije na niekoľko kúskov. To mal na pamäti aj Dunbar pri zostavovaní týchto otázok, ktoré si doslova žiadajú, aby ste prepojili niekoľko základných informácií, aby ste tak na ne mohli odpovedať. No odpovede nie sú vždy okamžite zrejmé a ak ich nachádzate len veľmi zložitým a náročným spôsobom, tak by ste mohli nájsť útechu v názore jedného skvelého spisovateľa Voltaire, ktorý raz poznamenal, že zdravý rozum nie je až taký bežný.

quotespedia.info

Common sense is not so common.

Voltaire



Odpovede:

1. Muž je plešatý.
2. Piaty syn sa volá Ján.
3. Taxikár ide peši.
4. Písmenko „R“.
5. Loptu vykopol nahor.
6. Jednu, potom už nie je batoh prázdny.

Tento a viacero podobných „testíkov“ alebo nevšedností nájdete na stránke: <https://www.vedelisteze.sk/>

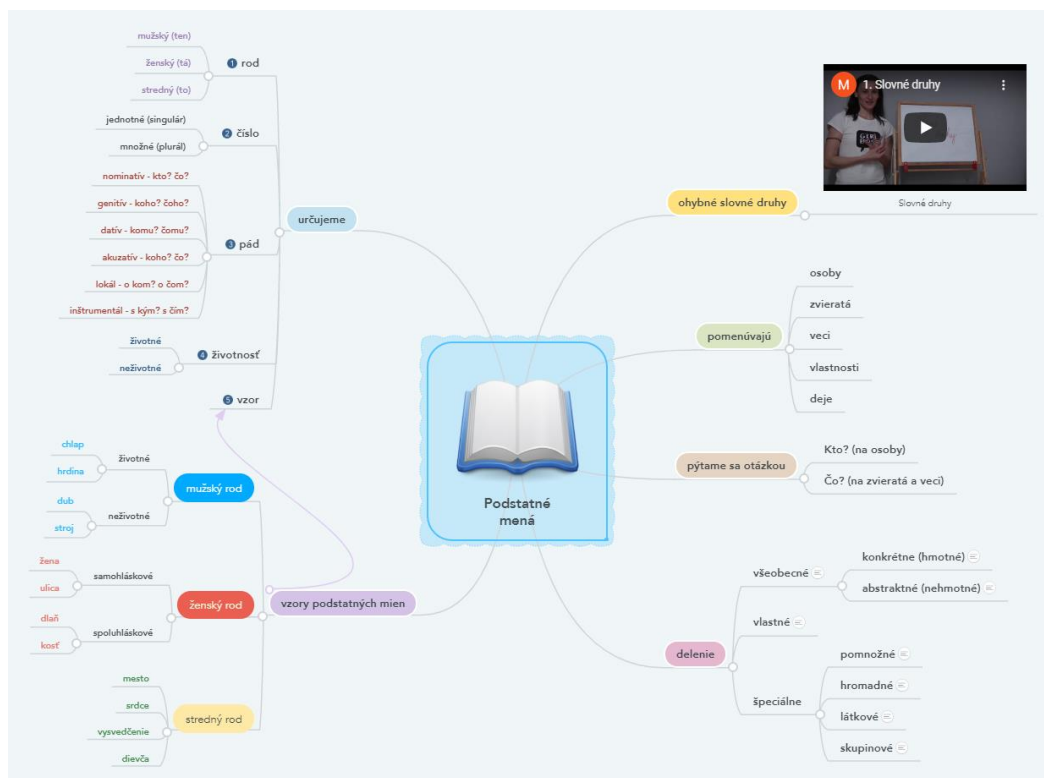
MYŠLIENKOVÉ MAPY

Ako zbaviť myseľ neporiadku

Ak ste zatiaľ nepoužívali myšlienkové mapy, neváhajte a vyskúšajte si ich. Naším druhákom sa ich tvorba veľmi zapáčila. Na online hodine informatiky dostali základné informácie o ich prednostiach, postupe pri ich vytváraní a tiež aplikačnom softvéri určenom na ich tvorbu. Hneď si to aj prakticky vyskúšali. Zistili, že tvorba myšlienkových máp je pomerne jednoduchá a navyše aj celkom zábavná aktivita. Pomáha zbavovať myseľ chaotických myšlienok, neusporiadaných pojmov, dát, informácií. Pomáha pri ich utried'ovaní a zoskupovaní do štruktúrovaných celkov.

Zmyslom myšlienkovkej mapy je lepšie štruktúrovať a organizovať myšlienky, pojmy, informácie. Pri ich tvorbe si rýchlejšie vybavujeme, čo už o problematike vieme alebo čo si myslíme. Tvorba myšlienkovkej mapy nás núti plne sa sústrediť na tému. Radikálne zvyšuje výkon mozgu a rýchlosť myslenia. Nabáda nás nové informácie hierarchicky usporiadať, vyzdvihnúť všetky podstatné, kľúčové predstavy a obrazy, ktoré dodávajú prejavu žiaducu iskru, inšpirujú našu predstavivosť.

Myšlienková mapa rozvíja schopnosť zrozumiteľne a jasne vyjadriť myšlienkové pochody v grafickej podobe. Pomáha začleniť nové myšlienky do už existujúceho systému vedomostí, zbavuje myseľ mentálneho neporiadku. Znázorňuje spojenie medzi dvoma izolovanými informáciami, jasne zachytáva aj podrobnosti, aj celok. Spracovávané informácie presúva z krátkodobej pamäte do dlhodobej.



Informácie zachytené myšlienkovou mapou môžeme združovať alebo, naopak, oddeľovať a vzájomne ich porovnávať. Pomocou myšlienkovkej mapy si môžeme stanovovať pracovné alebo životné priority a ciele. Naučí nás riešiť problémy, určovať najzávažnejšie črty problému, určovať zhodné a odlišné znaky, zvažovať rôzne možnosti riešenia, ich klady a zápory, stanoviť kritériá pre voľbu konečného optimálneho riešenia.

Čo môžeme získať používaním myšlienkových máp?

- zlepšenie v plánovaní a organizovaní
- zlepšenie pamäti
- zlepšenie sústredenia
- zlepšenie v komunikácii
- rýchlejšie učenie sa
- vnímanie sveta ako celku
- rozvoj kreatívneho myslenia

Ako postupovať pri tvorbe myšlienkovkej mapy

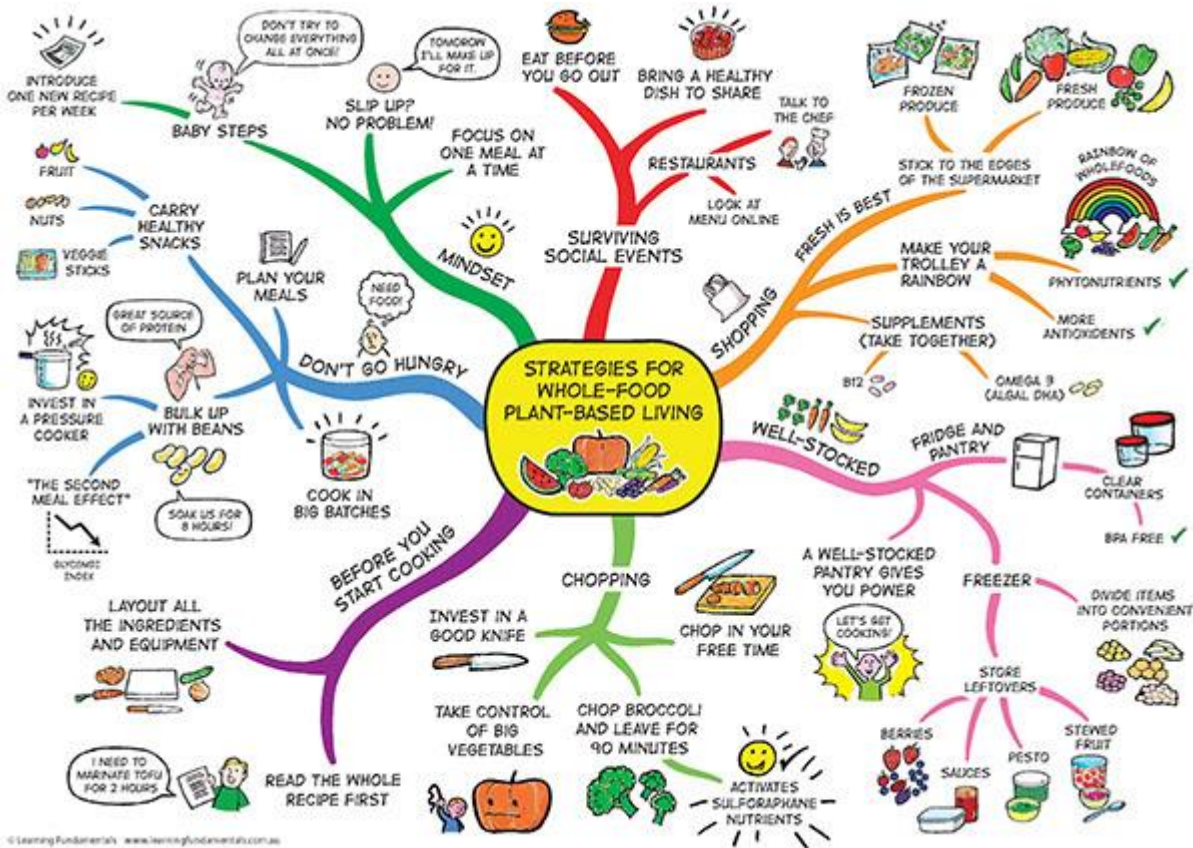
Pri tvorbe myšlienkovkej mapy myšlienky, pojmy a informácie o určitej téme vizuálne spájame pomocou „ostrovčekov” a spojovacích čiar. Ostrovčeky predstavujú kľúčové slová a spojovacie čiary predstavujú vzájomné súvislosti a spojenia. Dodržujte tieto pravidlá:

- Uprostred prázdnej strany umiestnime hlavný ostrovček s názvom témy.
- Doplníme ho obrázkom - bude motivovať náš mozog k činnosti.
- Používame rôzne farby, aby bola mapa pestrejšia a živšia.
- Pomocou spojovacích čiar pripájame vedľajšie ostrovčeky 2. úrovne, potom 3. úrovne, atď.
- Uprednostňujeme oblé, zakrivené tvary. Sú atraktívnejšie, viac upútajú.
- Používame krátke, jednoduché kľúčové slová a slovné spojenia. Dlhé frázy a vety znižujú účinnosť a flexibilitu mapy.
- Obrázkami vyplníme celú plochu mapy. 1 obrázok má hodnotu tisícky slov. 10 obrázkov na mape sa rovná 10 tisícom slov tradičného zápisu!

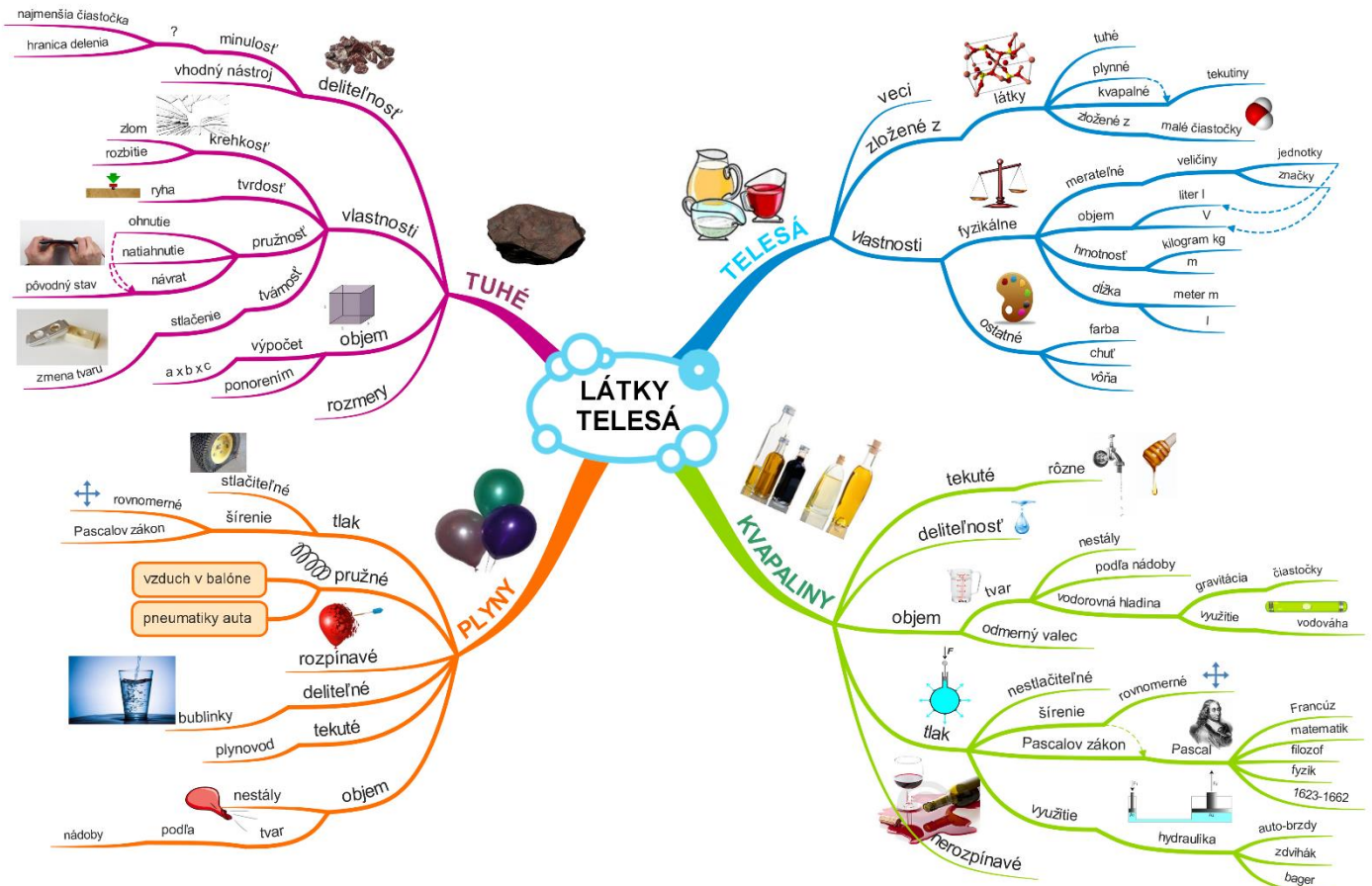
Myšlienkové mapy môžeme kresliť ručne na papier alebo využiť aplikačný softvér. Naši druháci používali aplikáciu MindMeister - <https://www.mindmeister.com>.

PaedDr. Erika Petrašková

PRÍKLADY MYŠLIENKOVÝCH MÁP



Na tomto obrázku je príklad myšlienkovej mapy, ktorej ústrednou témou je rastlinná strava.



Na tomto obrázku je myšlienková mapa zameraná na fyzikálnu tému – látky a telesá. Kľúčové slová z takejto mapy môžu slúžiť ako oporné body, podľa ktorých sa môžete učiť na ústne skúšanie.

BIOLOGICKO-MEDICÍNSKE OKIENKO

Infekcie – čoraz väčší zabijak

Ako nás ohrozujú baktérie v 21. storočí? Čo sú to vlastne baktérie a čo sú to vírusy? Kde sa s nimi stretávame? Ako sa vieme pred nimi chrániť? Ako sa dajú liečiť? Tieto a mnoho ďalších otázok sa nám v tomto období vynára spolu s touto problematikou. Poďme si tieto otázky rozmeniť na drobné a začnime tým, či baktéria a vírus je alebo nie je odpoveď. Nie je to to isté a nemajú obe môžu napádať rastliny, živočíchy stránke nebunkový organizmus. Nemá mu chýbajú organely ako jadro, dôležitý odlišovací znak je, že bez sa rozmnožovať. Sú to vždy tvoria skupinu jednobunkových to znamená? Ich telo tvorí len jedna bunka, ktorá zabezpečuje všetky životné funkcie, ako napríklad dýchanie, rozmnožovanie a táto bunka má jednoduchú stavbu. Je zložená z bunkovej steny, cytoplazmatickej membrány, cytoplazmy, ribozómov a nepravého jadra. Baktérie sa môžu teda rozmnožovať bez hostiteľa.



to isté. Hneď si na to môžeme spolu nič spoločné. Až na to, že aj človeka. **Vírus** je po biologickej typickú bunkovú štruktúru, čiže mitochondrie, ribozómy. A ďalší hostiteľskej bunky nie sú schopné vnútrobunkové parazity. **Baktérie** prokaryotických organizmov. Čo

S baktériami sa môžeme stretnúť všade. Vo vode, vo vzduchu, v pôde, na povrchu rôznych materiálov a všade, kde si viete aj neviete predstaviť. Podobne je to aj s vírusom, ale s tým rozdielom, že mimo živého organizmu sa vírus nerozmnoží a ak sa nedostane v istom čase k živému organizmu, zahynie. Ako sa teda chrániť pred týmito votrelcami, keď sú všade?

Možno by bolo vhodné najprv spomenúť, že napríklad baktérie nemusia byť len tie zlé. Zo všetkých skupín spomeniem aspoň tie, ktoré žijú v našich črevách a ovplyvňujú procesy trávenia, zdravie a funkcie sliznice a imunitné mechanizmy čreva. Tieto baktérie nazývame probiotické baktérie (*Lactobacillus*, *Bifidobacter*). Ale vráťme sa teda k prevencii voči votrelcom, ktoré ohrozujú naše zdravie. Prvým pomocníkom sú vitamíny a spomedzi nich najviac vitamín C. Ďalej sú to tekutiny v podobe vody, čajov či polievok. Nezabúdajme ani na hygienu! Umývanie rúk pred jedlom, po jedle, po použití toalety, po príchode domov z mesta či z prechádzky ... nech je samozrejmosťou. Vyhybanie sa chorým ľuďom a preľudneným miestam hlavne v chrípkových obdobiach. Dobré tepelné spracovanie potravín, ktoré konzumujeme je tiež dôležité. K dobrej imunite neodmysliteľne patrí aj dostatok oddychu a spánku. Netreba však podliehať panike. Vírusy aj baktérie tu boli, sú a budú. Základom je dobrá psychika, ktorá tiež ovplyvňuje našu fyzickú kondíciu. Na zlepšenie imunity odporúčam tiež zájsť do prírody na krátku prechádzku. Uvidíte, že vaše telo a myseľ sa budú cítiť oveľa lepšie.

Ako je to s liečbou? Liečba vírusových ochorení (chrípka, AIDS, COVID-19) je problematická. Proti niektorým z vírusových ochorení je k dispozícii účinná vakcína, proti niektorým vírusom boli vyvinuté liečivá špecificky blokujúce niektorý vírusový enzým, tzv. virostatiká/antivirotiká.



Virostatiká pôsobia tak, že sa snažia obmedziť množenie vírusu v hostiteľskej bunke. Virostatiká sú však veľmi drahé, a preto sa používajú len pri systémových vírusových infekciách (postihujúcich celé telo a viac orgánov). Preto sa pri vírusových ochoreniach liečia len príznaky choroby (lieky na zníženie teploty, bolesti, lieky proti nádche a kašľu atď.). Na vírusové ochorenia však nemá najmenší vplyv liečba antibiotikami.

Antibiotiká sa používajú výlučne na liečbu bakteriálnych ochorení (zápal pľúc, tuberkulóza). Antibiotiká cielia svoj účinok na bunkovú stenu baktérií. Buď ju priamo rozrušujú, a tým zabíjajú bakteriálne bunky, alebo bránia jej biosyntéze, čím baktérie priamo nezabíjajú, ale neumožňujú im množiť sa.

Na záver malá rada. Organizmus v dnešnom modernom svete je stále viac a viac nútený reagovať na vonkajšie vplyvy stresovými mechanizmami, ktoré sú nechtiac namierené proti organizmu samotnému. Ich vplyvom dochádza k narušeniu psychosomatickej rovnováhy, neskôr k poruchám vnútorného prostredia a môžu časom viesť k poškodeniu orgánov a k vzniku chorôb alebo zvýšenej náchylnosti na ochorenia. Držme sa preto zásady, v zdravom tele zdravý duch alebo udržíme v zdraví ducha a telo sa k tomu pridá.

Mgr. Mária Sabolíková

ENVIRONMENTÁLNA HROZBA

Plasty a ich dopad na životné prostredie

Životné prostredie je čoraz viac diskutovanou témou, venujú sa jej čoraz mladší ľudia a tým rozumnejším skutočne nie je ľahostajná. Sofia Slosarčíková z triedy 3. G si pre Vás pripravila svoj pohľad na danú tému, zamerala sa najmä na najničivejšiu hrozbu – plasty. Článok ponúka v angličtine, takže okrem zaujímavých poznatkov si môžete preveriť aj svoju jazykovú kompetenciu :)

Plastics

This material was discovered by the Swiss chemist Jacques Brandenberger in 1912. There are about 8.3 billion tons of plastics in the world. plastics production increases by 10% every year. The biggest problem is not plastics but separation of them. People use them every day, in almost every activity, but they don't even realize what a terrible impact it is on our planet.

Most plastics end up in the ocean, because of that many animals die everyday. The problem is that animals eat plastics but can't get them out of body, so their stomach is full of waste and they die. Turtles, seals or sea birds are endangered, they eat lots of plastic straws, lids or plastic bags every day.

Plastics are not just in stomachs of animals, they are everywhere, for example in oceans ,beaches or woods. A plastic island, visible from a satellite from space, floats across the Pacific Ocean.

But still we cannot ban the production of plastics overnight, if we could, other problems would turn out. For example, we would start using paper cups, bags or straws, but nature would



not be able to produce as many trees as we would need daily.

Therefore, we are left with only one possibility and that is separation of plastics. It's the only way to get started. Even so, it all depends on us, people. If we stop buying plastic products, fewer plastics will end up in the ocean. It is enough if we stop using disposable packaging or bags.

But what are we going to do with those 8 billion tons of plastics? We know that some are even hundreds of meters under the water where not even a person can reach them. People think that plastics decompose after hundreds of years, but that is not true.

Plastics never crumble because they do not carry natural material, so they can be only divided into smaller parts. Many people clean the ocean, beaches and forests of plastics, but many people don't separate waste. In the last 13 years, we have turned our planet into a landfill. However, there are already brands that produce clothes by using recycled plastics.

Unfortunately, some people wear recycled clothes as a trend and not as a thing that makes our planet a better place.

FILMY A SERIÁLY

Čo nám odporúčate?



Ako ste strávili voľný čas počas korona „prázdnin“? Pár našich žiakov sa podelilo s nami o ich obľúbené seriály, ktoré im robili spoločnosť, keď sa nemohli stretávať v čase karantény so svojimi spolužiakmi a kamarátmi. Prinášame niekoľko tipov od našich Elbákov.

Práve včera som dopozeral seriál The Last Dance. Bol to seriál o najlepšom basketbalistovi všetkých čias. Určite to stojí za to.

Lukáš Palovič, 7.G

Sledoval som najčastejšie Breaking Bad, Black Mirror a Rick & Morty. Aktuálne sledujem Silicon Valley. Najviac ma zaujal Breaking Bad. Od

začiatku prvej série až po poslednú sledujeme ako sa z nenápadného muža stáva drogový „boss“, nám seriál ukazuje aj to, že v každom z nás je aj tá „zlá stránka“ a iba my si dokážeme vybrať, ktorou cestou pôjdeme.

Braňo Gul'aš, 1.C

Odporúčam si pozrieť seriál s názvom Thirteen reasons why. Je to dosť poučný seriál a ukáže vám, že je lepšie byť úprimný a rozprávať veci na rovinu, než ich v sebe dusiť, čo vás môže priviesť do problémov.

Martina Sýkorová, 7.G

Veľmi seriály nepozerám, no sem-tam urobím výnimku a nejaký si pozriem. Celkom sa mi zapáčil seriál s názvom Euphoria. Seriál nemá náučný význam, no odporúčam ho hlavne pre teenagerov. V seriáli môžeme vidieť v podstate skoro presný obraz sveta, v ktorom žijeme. Každý z nás má iný príbeh, iné priority a každý z nás si prechádza hlavne v „teen veku“ rôznymi ťažšími obdobiami. Človeka to povzbudí, keď si uvedomí, že v týchto každodenných situáciách a problémoch nie je sám.

Sofia Pucherová, 7.G

La casa de papel alebo inak Money Heist si odporúčam pozrieť v pôvodnom jazyku (v španielčine) s anglickými titulkami, aby ste neprišli o atmosféru a jedinečný temperament hlavných postáv pomenovaných po svetových metropolách. Berlin, Tokyo, Rio, Nairobi, Helsinki sú postavy, ktoré si rýchlo zamilujete. Nestáva sa často, aby neamerický seriál spustil taký ošiaľ po celom svete.

Mgr. Ivana Vozarská



Pozerám Money Heist v angličtine s titulkami. Je to veľmi napínavé. Stále čakám, s akým novým plánom príde Professor.

Timo Lenárt, 1.C

Black Mirror sledujem už od začiatku. Seriál si vyberie nejakú nedokonalosť v súčasnej spoločnosti, ako napríklad závislosť na sociálnych sieťach. Vďaka tomu je možné ukázať, čo by sa stalo, ak by sme tieto problémy neriešili a ako by vyzerala budúcnosť, kde tieto nedostatky ignorujeme.

Rišo Kopaňa, 3.A



Príspevky do článku pripravila a spracovala Mgr. Ivana Vozarská

TOHTOROČNÁ LETNÁ „JEDENÁSTKA“

Od Sahary po Sibír: 11 tipov, kam sa vybrať v Česku „okolo sveta“

V úvode časopisu sme vám dali tipy na výlety na Slovensku. Ak by ste už prešli celé Slovensku a stále



by ste túžili po nejakom ďalšom výlete, ale nechcete ísť ďaleko do zahraničia, prinášame vám prehľad zaujímavých lokalít v Česku, ktoré boli pomenované podľa známych svetových destinácií. Česko je jednou z bezpečných krajín, preto neváhajte, baľte si batoh a hor sa na výlet.

1. Národná prírodná rezervácia Soos – český Yellowstone neďaleko Františkových Lázní

Neďaleko Františkových Lázní leží národná prírodná rezervácia Soos. Ide o rozsiahle rašelinisko a slatinu, kde vyviera veľké množstvo minerálnych prameňov a čistý oxid uhličitý v tzv. mofetách – bahenných sopkách. Náučný chodník vedie po dne vyschnutého jazera, ktoré malo slanú (minerálnu) vodu.

2. Zámok Nové Hrady vo východných Čechách – České Versailles

Jednou z mála rokokových stavebných pamiatok na území Čiech je zámok Nové Hrady pri Litomyšli. Rokoková stavba vybudovaná v rokoch 1774-1777 grófom Jeanom-Antoinom Harbuvalom de Chamaré v štýle francúzskych letných sídiel, často nazývaná „Malý Schönbrunn“ alebo „České Versailles“.

3. Národný park České Švajčiarsko patrí k najkrajším miestam v Európe

Zatiaľ najmladším národným parkom v Českej republike je Národný park České Švajčiarsko, vyhlásený dňa 1.1.2000 na celkovej rozlohe 79 km². Leží v Ústeckom kraji a prilieha k štátnej hranici, kde na neho nadväzuje Národný park Saské Švajčiarsko (Nationalpark Sächsische Schweiz).



4. Moravské Toskánsko – najviac fotogenické územie Česka

Dlhé pásy hnedých či zelených polí sa tiahnu až k obzoru a akoby nikde nekončia. Malebne zvlnenú krajinu južnej Moravy len sem tam dopĺňa osamelý strom, medza alebo biela kaplnka. Fotografi nazývajú krajinu v okolí Kyjova moravským Toskánskom.



5. Česká Sibír – drsný kraj v jižní části Miličínské vrchoviny

Česká Sibír je oblast na rozhraní středních a jižních Čech umístěná zhruba mezi městy Votice, Sedlec-Prčice a Tábořem, která dosahuje nadmořskou výšku až vyše 700 metrů. Svoje pomenovanie získala oblasť vďaka drsným klimatickým podmienkam, pretože je tu zima dlhšia a tuhšia ako inde vo vnútrozemí.

6. Viate písky pri Bzenci – moravská Sahara

Viate písky sú jedinečným biotopom, ktorý sa rozkladá medzi železničnými stanicami Rohatec a Bzenec-Přívosť. Často je táto časť prezývaná ako moravská Sahara. Nachádza sa len pozdĺž železničnej trate v dĺžke 5,5 km a jeho najširšia časť meria okolo 60 m.



7. Petřínska rozhľadňa – mladšia sestra Eiffelovej veže

Petřínska rozhľadňa (378 m.n.m.) sa týči nad starým centrom Prahy. Zrejme aj preto je jedným z najobľúbenejších návštevných miest turistov i samotných Pražanov. Okolie rozhľadne je ideálnym miestom na prechádzky a pikniky.

8. Juhočeský Stonehenge – menhiry Holašovice



Holašovice pri Českých Budějoviciach, s titulom dediny UNESCO, ponúka návštevníkom aj inú turistickú atrakciu – megalitický kruh z obrích kameňov. Kamene tohto kruhu pri Holašoviciach disponujú najsilnejšou energiou zo všetkých tuzemských megalitov postavených človekom.

9. Přírodní park Česká Kanada

Českou Kanadou je nazývaná prihraničná oblasť medzi mestami Slavonice, Nová Bystřice a Kunžak. Jej rozloha je približne 250

km². Přírodní park Česká Kanada tu bol vyhlásený v roku 1994.

10. Kanál Čertovka – pražské Benátky

Pražská Čertovka predstavuje miesto, ktoré oddeluje Kampu od ostatnej časti Malej Strany. Ide o umelo vytvorený vodný náhon, ktorý v 12. storočí vybudoval rád Maltézskeho rytierov, aby slúžil ako prívod vody



do pôvodných deviatich malostranských mlynov, ktoré sa okolo ostrova Kampa rozprestierali.

11. Mokrade dolného toku Dyje – Moravská Amazónia

V najjužnejšom cípe Moravy, uprostred hlbokých lužných lesov, sa stretávajú dve rieky: Morava a Dyje.

Ich sútok je zároveň trojmedzím Českej

republiky, Rakúska a Slovenska. Oblasť sa prezýva Moravská Amazónia a nachádza sa tu nádherná príroda bez zásahu civilizácie, ktorá je obývaná vzácnymi živočíchmi.

Článok je z nasledujúcej stránky: <https://dromedar.zoznam.sk/>

Okrem tohto článku na vyššie uvedenej stránke nájdete množstvo iného zaujímavého čítania o cestovaní.

CHVÍLKA GATRONÓMIE

PEČIEM, PEČIEŠ, PEČIEME

Počas uplynulých dní sme mali možnosť viac sa venovať sebe, svojim rodinám a domácnostiam. Aj preto sme počas karantény viac varili a piekli. Výnimkou nebola ani pani učiteľka Miloslava Olearník Štefanová, ktorá Vám nasledujúcim článkom podráždí chuťové poháriky.

Možno sa to nezdá, ale veľmi rada varím a pečiem, hlavne vtedy, ak urobím niekomu radosť. Mňa zase veľmi teší, keď vidím, že niekomu chutí, čo som navarila či napiekla. V poslednej dobe obľubujem jedlá, ktoré svojou prípravou nezaberú veľa času a presne také som vybrala aj do tohto čísla časopisu. Prvý recept je na bleskovú hrnčekovú bublaninu, ktorá vás dostane svojím nadýchaným jemným cestom a druhým je trochu náročnejší recept na hriešne krémovú nepečenú írsku tortu, ktorou však ulahodíte každému labužníkovi.

Blesková hrnčeková bublanina s ovocím



Na stredne veľký plech (25x40 cm) potrebujeme:

2 hrnčeky polohrubej múky,
1/2 kypriaceho prášku,
1 hrnček kryštálového cukru
1 balíček vanilkového cukru,
1/2 hrnčeka mlieka,
1/2 hrnčeka oleja,
1 malý biely jogurt
3 vajíčka,
štipka soli,
čerstvé alebo kompótové ovocie.

Pracovný postup:

Vajíčka vyšľaháme do peny spolu s cukrom, pridáme všetky ostatné prísady okrem ovocia a vzniknuté cesto vylejeme na vymastený a múkou vysypaný plech. Navrch poukladáme ovocie a pečieme asi 35 minút pri teplote 150 stupňov Celzia. Uvedené množstvo vám vyjde pri použití hrnčeka s objemom 250 ml. Ak použijete väčší hrnček, pripravte si aj väčší plech a namiesto polovice kypriaceho prášku použijete celý balíček.

Írská torta (potrebujeme okrúhlu otváraciu formu s priemerom 24 cm)



Kávová plnka:

300 ml šľahačkovej smotany,
2 PL mletej zrnkovej kávy,
40 g práškového cukru,
1 stužovač šľahačky.

Korpus:

150 g kakaových (maslových)
sušienok,
2 PL brandy/whisky/rumu,
80 g masla

Čokoládová plnka: 10 g plátkovej želatíny, 3 žĺtky, 70 g práškového cukru, 200 g čokolády na varenie, 250 ml šľahačkovej smotany, 50 ml brandy/whisky/rumu.

Na dokončenie: 150 g cukrárenských piškót, čokoládové hoblinky, kakao.

Pracovný postup:

1. Deň vopred si uvaríme smotanu s kávou a cukrom, necháme ju vychladnúť a odložíme na noc do chladničky. Korpus si pripravíme tak, že sušienky rozdrvíme/rozmixujeme, zmiešame s brandy, pridáme zmäknuté maslo a vzniknuté tuhé cesto natlačíme do (otvárateľnej) tortovej formy (s priemerom 24 cm), ktorú sme vystlali papierom na pečenie.

2. Na čokoládovú plnku si najprv pripravíme plátky želatíny, ktoré vložíme do studenej vody na 10 minút. Roztopíme si čokoládu a vyšľaháme šľahačkovú smotanu. Medzitým si v horúcom vodnom kúpeli (nad parou) vyšľaháme žĺtky s cukrom do hustej peny. Do horúcej peny pridáme napučanú vyžmýkanú želatínu a premiešame, kým sa želatína neroztopí. Pridáme roztopenú čokoládu, brandy a vyšľahanú šľahačku. Všetko je potrebné zmiešať za tepla, aby sa plnka nezrazila. Plnku natrieme na korpus a dáme do chladničky na 4 hodiny tuhnúť.

3. Kávovú plnku vyšľaháme zo smotany, ktorú sme deň vopred uvarili. Pridáme k nej stužovač a vyšľaháme dotuha. Natrieme na čokoládovú plnku a tortu odložíme na 1 hodinu do chladničky. Torta vyzerá veľmi dobre aj v tomto štádiu prípravy, ale ak ešte vládžete, môžete ju ešte dotvoriť piškótami.

4. Tortu vyberieme z formy, po obvode poukladáme cukrárske piškóty, ktoré môžeme zrezať v spodnej časti torty. Vrch ozdobíme čokoládovými hoblinkami a posypeme kakaom.

A EŠTE ČOSI POD ZUB

Asparagus Officinalis

Na začiatku karanténnych dní sme nielen viac varili a piekli, ale aj jedli. Chladnička poskytovala nielen obživu, ale aj „útočisko“ pred nudou :) Preto Vám v nasledujúcom článku ponúkame tip na mini detox – ak chcete siahnuť po niečom „ľahšom“, no nie príliš zvyčajnom.

Špargľa je kráľovnou jarnej kuchyne. Na jej sezónu sa tešia gurmáni a šéfkuchári na celom svete, ale obzvlášť obľúbená je u nás v Európe. Jar sa u nás síce už skončila, ale špargľu v obchodoch stále zoženiete. Špargľa pozostáva z 93 % z vody a vďaka tomu má len veľmi malý obsah kalórií (22 kcal na 100 g špargle), čím sa stáva jednou zo základných diétnych zelenín.



Benefity špargle pre zdravie

Špargľa neobsahuje tuk, má minimum kalórií a je bohatým zdrojom vlákniny, vitamínov a stopových prvkov. Existuje však oveľa viac dôvodov, prečo by ste sa jej mali najesť dosýta.

- Znižuje hladinu cholesterolu, upravuje krvný tlak a zlepšuje látkovú výmenu.
- Fytochemikália, ktorú táto zelenina obsahuje, má protizápalové účinky, pomáha pri úľave s artritídou a reumatizmom.
- Špargľa pôsobí ako diuretikum, teda odvodňuje. Telo očistí, pôsobí preventívne a pomáha pri infekciách močových ciest.
- Špargľa je zdrojom vitamínu E, ktorý posilňuje váš imunitný systém.
- Udržiava zdravé cievy a silné srdce, stimuluje krvotvorbu.
- Podporuje trávenie.
- Špargľa je výborným zdrojom kyseliny listovej.
- Vďaka vysokému obsahu vody zabraňuje jej zadržiavaniu v tele a obmedzuje tvorbu kľúčových žíl.
- Minerály v špargľovej šťave z nej robia dôležitú potravinu pre diabetikov.

Ak nie ste milovníkmi zeleniny a už vôbec nie špargle, môžete si dopriať malý letný detox v podobe smoothies alebo osviežujúcich nealkoholických koktejlov.



DOBROVOĽNÍCTVO

Dobré skutky sa dajú robiť vždy

Medzinárodný deň dobrovoľníctva (5. december) sa každoročne oslavuje, aby pripomenul nezištnú pomoc ľudí po celom svete. Motivovať ďalších k tomu, aby sa zapojili do aktivít v prospech iných osôb bez nároku na finančnú odmenu nie je ľahké. Napriek tomu, dnes po celom svete až jedna miliarda dobrovoľníkov slobodne odovzdáva svoj čas a energiu na to, aby zmenili veci vo svojom okolí k lepšiemu.

V období koronakrízy sa oveľa viac ako kedykoľvek predtým zdvihlo povedomie a odhodlanie ľudí pomáhať a venovať sa prínosným aktivitám vo svojej komunite. Jedným z takýchto ľudí je aj náš žiak Peter Milenky z triedy 3. A. V rozhovore s ním zistíte, aká je dobrovoľnícka práca obohacujúca.

Ako si trávil čas v karanténe?

Zo začiatku som si myslel, že to bude super, ostať doma a nemusieť každé ráno vstávať do školy. Postupne sa to však zmenilo a hľadal som aktivity, ktorým sa môžem venovať.

Ako si sa dostal k dobrovoľníckej práci?

Jedna známa mi ponúkla či by som nechcel prísť pomôcť do lekárne. Nastal veľký bum, čo sa týka predaja liekov. Mali deficit zamestnancov, a tak potrebovala ľudí, lebo už sa to nedalo stíhať v normálnom režime, no a ja som jej rád pomohol.

Čo bolo náplňou tvojej práce? Ako vyzeral tvoj pracovný deň?

Moja práca spočívala v tom, že ľudia si objednali liek po telefóne a ja som im ho potom doručil. Teda bol som niečo ako kuriér. Dostal som služobné auto so zoznamom ľudí, ktorých mám v daný deň vybaviť. Zavolať som dotyčnému zákazníkovi, oznámil mu, že som na ceste k nemu a koľko bude platiť.

Čo si mal na práci najradšej? Čo ti tá práca dala a čo bolo na nej najťažšie?

Práca mi určite dala skúsenosť a rozšírila obzory v mnohých oblastiach. Čas v práci mi rýchlo zbehol, a navyše som stále mal pred sebou nový cieľ, ktorý som musel splniť, a to bolo pre mňa neustálou motiváciu. Najťažšie bolo stále doručiť zásielku na konkrétnu adresu, keď ani navigácia nemá známosť o určitých uliciach. Veru, niekedy to bola hra na mačku a myš.



Prečo si sa na to dal?

Tak hlavne z toho dôvodu, že som nemal tréningy a prišlo mi to ako veľmi dobrý nápad mať skúsenosť s takýmto druhom práce. Hoci som prichádzal po celom dni domov unavený, mal som dobrý pocit, že k ľuďom sa dostali lieky, ktoré by si inak nemohli vyzdvihnúť sami.

Ako sa ti darilo sklbiť prácu a školu?

Nebolo to jednoduché. Pomaly sa mi domáce úlohy kopili, bolo toho čoraz viac a viac v škole, pribúdali aj online vyučovacie hodiny. Keď som nestíhal sklbiť prácu aj

školu, tak som požiadal o pochopenie učiteľov, ktorým chcem aj touto cestou poďakovať, že mi vo viacerých veciach vyhovelí a dali viac času na vypracovanie úloh.

Vysvetli prečo, by si odporúčal aj tvojim spolužiakom venovať sa dobrovoľníckej činnosti.

Určite je dobré pomáhať a nie stále pozerieť na materiálne veci. Myslím si, že odovzdať trochu aj zo seba nie je problém, a navyše každý raz bude potrebovať pomoc.

Aké máš plány na leto?

Moje plány na leto už sú iba venovať sa športu. Chcem ďalej napredovať a robiť to, čo má baviť a naplňať, a to je futbal. Keďže bývam na dedine, venujem sa aj prácam okolo domu. Najlepšie dokážem „vypnúť“ pri kosení.

Rozhovor pripravila: Mgr. Ivana Vozarská

TIPY PRE BUDÚCICH MATURANTOV

Ako mať skvelú stužkovú a nezbláznit' sa

Stužková je jednou z najdôležitejších udalostí v živote študenta. Každý chce, aby prebehla dokonale. Preto vám v nasledujúcom článku ponúkame pár rád.

Pekne poporiadku, čo treba vybaviť pred stužkovou:

- vybaviť sálu, kde budete mať stužkovú
- navrhnúť si oznamkú a dať si ich vyrobiť
- dať si vyšiť stužky, šerpy pre profesorov, stuhy na dvere a triednu knihu
- vygravírovať poháre, ktoré sa používajú na stužkovej
- darček pre triednu
- objednať si fotografa a kameramana, ktorí zachytia vašu stužkovú, aby ste si mohli aj po niekoľkých rokoch pripomenúť, aké to bolo
- zapečatiť triednu knihu
- vybrať si šaty pre dámy a nájsť fešný oblek pre chalanov
- pozvať rodičov a profesorov na stužkovú

Šestoro dokonalej stužkovej

Obleky, kravaty, profesor dojatý, dievčatá zmenené šatami na dámy. Úsmevné spomienky, už je to za nami... Ááááá! Elán to vyjadril za nás všetkých: Navždy sa zachová v pamäti stužková!

Aby sa v nej skutočne zachovala, nezabudnite na:

1. Vyjadrite sa oznamkom!

Zaujímavé a vtipné oznamkú s mottom a menami spolužiakov, triedneho učiteľa, riaditeľa a jeho zástupcov (ak túžite po originalite, namiesto dlhých mien s priezviskami uveďte len svoje prezývky).

2. Pozor na miesto a čas – treba konať včas!

Rezervujte sálu a termín s dostatočným predstihom – rovnako aj kameramana, fotografa, DJa.

3. Drobnosti s veľkým významom

Dohodnite sa na slávnostnom menu, objednajte tortu, zákusky, výzdobu sály, kvety pre učiteľov, darček pre triedneho.

4. Stučková so stučkami – tak to má byť!

K slávnosti patria neodmysliteľné stučky (aj s vankúšikom, na ktoré ich položíte) a spomienkové poháre s gravírovaním.

5. Réžia, ktorá si zaslúži Oscara

Premyslite si priebeh točenia klipu v škole, jednotlivé scény programu, precvičte si plynulý nástup na javisko, zorad'te sa do polkruhu podľa abecedy, vyberte si nevťieravú úvodnú hudbu, napíšte príhovory – poďakujte v nich rodičom, učiteľom a najmä triednemu.

6. Je to najmä o zábave!

A nakoniec posledná rada: hlavne si to spolu maximálne užite!

Takéto a viaceré tipy nájdete na stránke <https://zmaturuj.zones.sk/stuzkova/>. Pre tých, ktorí riešia oznamká a tablá je určená aj nasledujúca stránka www.tlacoznamka.sk, kde nájdete množstvo dizajnových návrhov a ponúk.

STUŽKOVÉ SLÁVNOSTI NA NAŠEJ ŠKOLE

Február sa na našej škole niesol v duchu stužkových slávností a musíme uznať, že tento rok sa naozaj vydarili.





ROZLÚČKA S MATURANTMI

Hoci maturanti tento rok nematurovali ako zvyčajne, patrilo sa rozlúčiť sa s nimi tradičným spôsobom. Preto sme si spolu s nimi v júni rekapitulovali všetky spoločné roky v škole. V rámci rozlúčky sa im za všetkých učiteľov prihovorila pani učiteľka Mgr. Zuzana Šmeralová. Jej slová a nadčasovosť myšlienok potešia nielen maturantov.

Vážený pán zriaďovateľ, vážený pán riaditeľ, milí kolegovia. Milí žiaci!

Pripadla mi dnes milá, nekaždodenná povinnosť a česť prihovoriť sa prítomným, predovšetkým však vám, žiakom 4.A a oktávy v deň vašej rozlúčky so školou.

Život je nespravodlivý, okradol Vás o jedinečný zážitok, tú, peknými, ale aj nevydarenými metaforami opradenú skúšku dospelosti – maturitu. Život je spravodlivý, veď tú prvú nahradil inou. Takou, v ktorej ide o život. Predčasne ste si vyskúšali skutočný strach o zdravie, o život svoj a vašich najbližších.

Verím, že vy aj my dokážeme z tejto nečakanej skúsenosti vyťažiť to dobré. Vážiť si zdravie, blaho a blízkosť našich najmilších. Rešpektovať jeden druhého, podať pomocnú ruku, byť ochotný ustúpiť zo svojich nárokov v prospech slabších alebo celku. Prehodnotiť rebríček našich životných hodnôt.

Poľský spisovateľ Witold Gombrowicz je autorom nasledujúcej myšlienky:

Bez žiakov by nebolo školy, bez školy by neboli učitelia.

Zmyslom tohto naoko banálneho konštatovania je myšlienka, že sme pevne zviazaní putom, ktoré sa prirodzeným chodom času muselo raz pretrhnúť.



Dnes teda odchádzate...

Z času na čas si pripomeniete, verme, čas strávený na Súkromnej strednej športovej škole ELBA, ktorá vás prichýlila a dnes vás symbolicky vypevňuje na cestu životom. Verím, že my, vaši učitelia, ale aj ostatní nepedagogickí pracovníci školy sme boli nápomocní pri vašom formovaní na čestných, spravodlivých, múdrych, sebavedomých, pracovitých, úspešných, ale aj láskavých, súcitných ľudí.

Mnohí z vás sa stanú osobnosťami, na ktoré budeme aj my, vaši učitelia, vaši sprievodcovia dospieváním, s hrdosťou spomínať.

Ľudovít Štúr sa už v roku 1842 takto prihovárať svojim študentom:

A čo teda ešte opúšťate vy, lúčiaci sa od nás priatelia? Rozpamätajte sa na sieň túto, v ktorej schádzame sa a teraz ostatný raz tohoto roku hovoríme si od srdca k srdcu, a ona vám pripomenie; pozrite na tváre tie, vnútornou skrušenosťou preniknuté, a ony vám odpovedia; pýtajte sa zhromaždenia a jednoty tejto, a ona na vás volať bude:

— Mňa, mňa opúšťate, synovia moji, mňa necháivate, priatelia!

Čas rozlúčky je aj časom zamyslenia a časom prianí. Z úprimného srdca za seba a verím, že aj za všetkých tu prítomných, vám prajem, aby ste sa stali dobre vzdelanými, rozhl'adenými, kultúrnymi, primerane sebavedomými ľuďmi s čistým, poctivým charakterom.

Znie to asi pateticky, ale vy ste aj budúcnosťou národa, krajiny. Hľadajte dopredu, ale nezabudnite poučiť sa aj v minulosti. Žite dobre svoj život, s plnou radosťou, ale i s pokorou.

Dovoľte mi dnes ešte posledný krát, trochu na veselšiu nôtu citovať iného slovenského klasika, bude to Hugolín Gavlovič, ktorý vám v krátkom úryvku poradí, ako pracovať a žiť.

Pilnosť mňej v tem, čo pred seba bereš.

**Dobre, skoro, chválitebne čo robíš, vykonáš,
jestli v tvojem pracovaní potrebnú pilnosť máš.**

**Hnusné je to pracovaní, kde neni pilnosti,
radnej nechaj, jak bys' nemnel učiniť zadosti.**

**Skorej skrz svůj těžký půrod slon porodí slona,
nežli zostane paripa z lenivého koňa.**

**Pilný bud' v tem, milý synu, čo vezneš pred sebe,
by jiný nepopravoval dílo tvé po těbe.**

Milí prítomní, milí naši absolventi!

Záverom mi zostáva už len popriať vám ešte za seba a ostatných kolegov: Bud'te verní svojej škole, tak ako svojim rodičom, priateľom, láskam. Bud'te však hlavne verní svojim ideálom, snom. Nevzdajte svoje úsilie pri prvej, ani druhej väčšej prekážke. Počúvajte rady starších a robte si po svojom. Bud'te zdraví a šťastní.

Mgr. Zuzana Šmeralová



A EŠTE JEDNO „VYZNANIE“ MATURANTA

Táto škola mi počas štyroch rokov dala veľmi veľa. Od prvého ročníka som býval na internáte, tak som sa musel stať zodpovedným skôr, než som čakal. Bývanie na internáte ma naučilo postarať sa sám o seba. Škola a internát mi priniesli do života veľa kamarátov. Taktiež som spoznal učiteľov, ktorí ma toho veľmi veľa naučili, či trénerov, ktorí ma po športovej stránke posunuli vpred. Zažil som tu veľa krásnych výletov či kurzov, z ktorých mám nezabudnuteľné zážitky.

Po úspešnom ukončení strednej školy pokračujem štúdiom na vysokej škole. Chcem sa stať učiteľom telesnej výchovy a trénerom. Ďakujem vedeniu školy a učiteľom za krásne roky na tejto škole. Ostatným želám rovnako krásne chvíle, aké som na tejto škole prežil ja.

Kristián Gmitter, absolvent SSŠ ELBA

V SEPTEMBRI SA ZNOVA VIDÍME!

Na čo sa môžete tešiť v budúcom školskom roku

Tento rok sme toho stihli síce dosť, pandémie nám však poriadne zmenila náš spoločenský život a kontakt s ľuďmi. Preto sme nemohli uskutočniť ani niektoré školské akcie. V budúcom školskom roku si to určite vynahradíme, preto sa už teraz môžete tešiť na mnoho z nich. Vybrali sme len niektoré podujatia, na ktorých sa podieľa aj žiacka školská rada.

V septembri sa po dlhých prázdninách po prvýkrát stretieme a hneď v druhý septembrový deň oslávime príchod nového školského roka. V tento mesiac zasadne aj žiacka školská rada a bude vymýšľať nové akcie a podujatia, ktorými by potešila počas roka svojich spolužiakov.

V októbri nás čaká imatrikulácia nových prvákov – tradičná akcia, pri ktorej nových prvákov zasväcujeme do tajov elbáckeho cechu. Deň zdravej výživy a Halloween si aj budúci rok získajú svojich nadšencov.

V novembri sa mladší žiaci môžu tešiť na „Strašidelné čítanie“, ktoré bude budúci školský rok ešte o čosi strašidelnejšie a zaujímavejšie. Okrem strašidelných príbehov vás čaká aj nočná hra, kde sa preverí vaša odvaha. Starší žiaci si svoje mentálne sily budú môcť zmerať na jazykových olympiádach.

V decembri nás okrem Mikuláša budú čakať Vianočné reminiscencie – chvíľa, kedy sa počas uponáhľaného roka aspoň na malú chvíľu vieme zastaviť a stíšiť.

Január sa ponesie v znamení opravovania známk, no po náročnom polroku pre vás žiacka školská rada chystá aj malé filmové popoludnie. Ale len pre tých zaniatených.

Február nás očarí svojou Valentínskou kvapkou krvi, keď zasa budeme môcť pomôcť tým, ktorí to potrebujú. Nebojte sa, ani tento rok sa nezaobídeme bez rozdávania valentínskej pošty.

V marci si spolu vymeníme svoje čitateľské zážitky a z burzy kníh si odnesieme aj nejaké nové knihy. Naším učiteľom všetko vynahradíme za tento školský rok a na Deň učiteľov im určite pripravíme nejaké prekvapenie.

Bláznivý apríl so sebou donesie našu novodobú akciu, pri ktorej sa obliekame do všakovakých (aj veľmi prapodivných) outfitov. Taktiež plánujeme novú akciu pre tých, ktorí radi čítajú. Už teraz ste pozvaní na literárne popoludnie.

Máj sa nemôže začať ničím iným než stavaním mája. Ukončíme ho taktiež tradične – majálesom a rozlúčkou s maturantmi.

Jún je známy svojím rýchlym priebehom a posledným „doladovaním“ známok. Okrem skvelých výletov sa môžete tešiť aj na športové popoludnie a varenie kotlíkových gulášov.

Okrem týchto akcií sa určite môžete tešiť na rôzne iné podujatia v rámci geografie, biológie, fyziky, chémie, matematiky, informatiky, dejepisu či cudzích jazykov. A najmä na množstvo vašich obľúbených športových akcií.

Mgr. Barbara Bačinská



Letné vydanie časopisu ELBACK 2020 pre vás pripravila redakčná rada:

Mgr. Barbara Bačinská – hlavný redaktor

Mgr. Zuzana Šmeralová – jazyková korektúra a štylistická úprava textov

PaedDr. Miloslava Olearník-Štefanová, PaedDr. Erika Petrašková, Mgr. Ivana Vozarská – výkonní redaktori

Svojimi článkami prispeli aj: Mgr. Richard Purdeš, Mgr. Mária Sabolíková, Mária Sofia Slosarčíková (žiačka 3. G), Peter Milenky (žiak 3. A), Lenka Niňajová (žiačka 4. A), Kristián Gmitter (žiak 8. G)

Krátkymi príspevkami prispeli aj viaceréžiačky a žiaci, ktorým veľmi pekne ďakujeme.

Redakčná rada chce týmto poďakovať všetkým svojim prispievateľom.

Časopis existuje práve vďaka vám ☺

ŽELÁME VÁM NÁDHERNÉ LETO



a

TEŠÍME SA NA VÁS V ŠKOLSKOM ROKU

2020/2021

