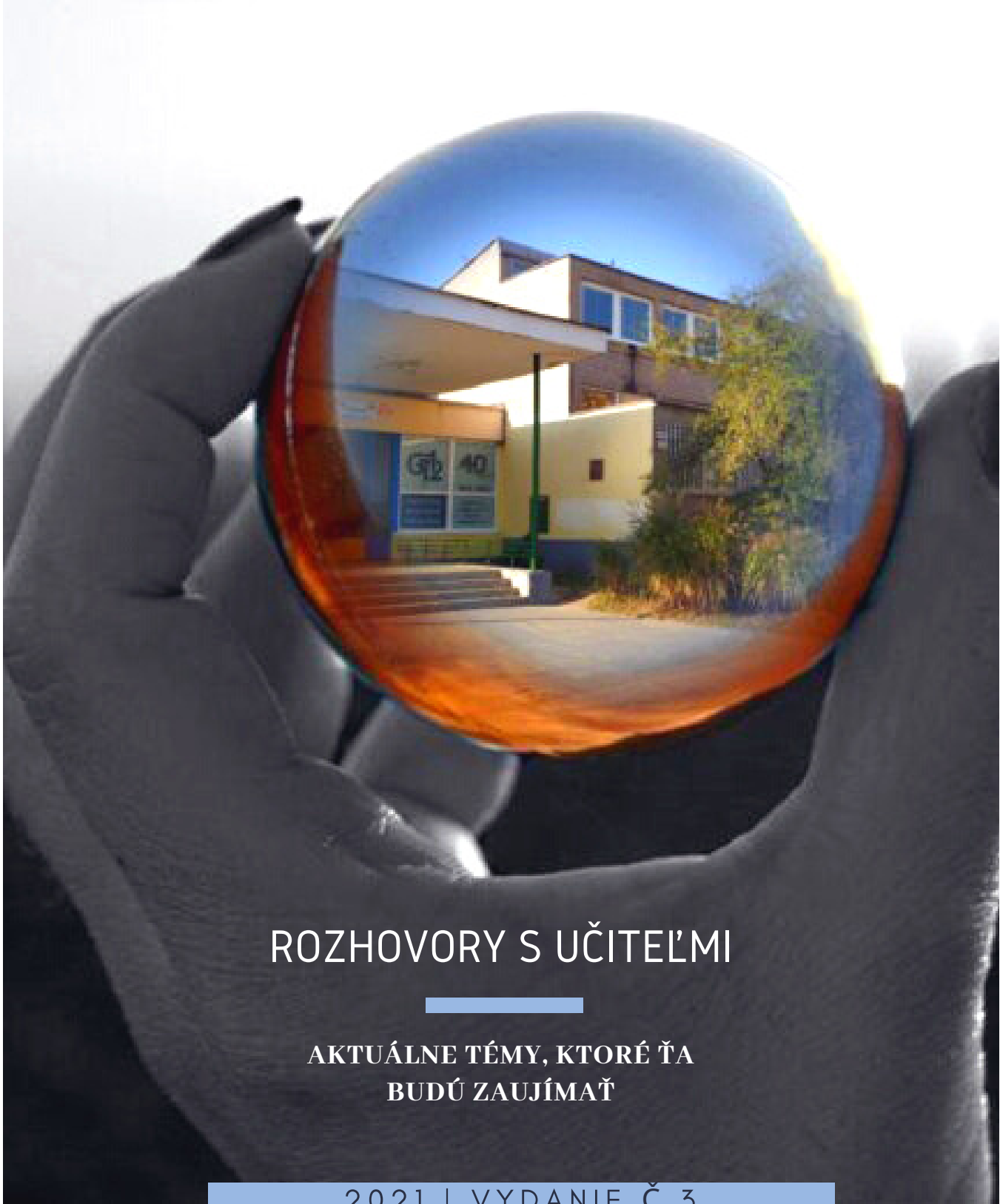


GETE MAGAZINE

- STREDOŠKOLSKÝ ČASOPIS -

A hand holding a glass sphere that reflects a school building. The sphere is held in the center of the frame, and the reflection shows a modern school building with a covered entrance and a tree. The background is a bright, hazy sky.

ROZHOVORY S UČITEĽMI

AKTUÁLNE TÉMY, KTORÉ ŤA
BUDÚ ZAUJÍMAŤ

2021 | VYDANIE Č.3



GeTe Magazine

Vydáva: Gymnázium, Trebišovská 12, Košice

Vydanie: 3/2021

Periodicity: občasník

Redakčné vedenie: PhDr. Miroslava Štefancová

Zodpovedná za anglické príspevky: PaedDr. Gabriela Bednáríková

Šéfredaktorka: Kristína Žaková, IV. A

Grafická úprava: Júlia Marková, IV. A

Kristína Žaková, IV. A

Redaktori:

Júlia Marková, IV. A

Monika Samková, III. BB

Ráchel Sabolová, III. BB

Natalee Kate Čižmárová, III. BB

Nina Dzurová, III. BB

Stella Grabanová, II. BB

Alexandra Ivasenková, VII. OA

Emma Andelová, VII. OA

Martina Proksová, VII. OA

Ema Baculíková, V. OA

Lenka Nemčíková, V. OA

Laura Pukanová, I. OA

www.gt12.sk



OBSAH

4	Úvodník	33	Mental Health
5	Slovo pani riaditeľky	34	Homophobia in a life of student
6	Angličtina - Brána do sveta	35	Lenivosť alebo syndróm vyhorenia?
7	Pýtali sme sa našich prvákov	37	Keby som stretla Maca Mlieča
8	Žiacka školská rada	39	Ako správne napísať seminárnu prácu
10	COGITO - Študentská firma	42	Kam na vysokú školu
11	Európsky deň jazykov	44	Porozumieť otázke je polovicou odpovede
12	Strašiakoviny	46	Dokážeme zvrátiť globálne otepľovanie?
14	Trebiška vo filme	47	November 1989
16	English tea time	51	Bitcoin
17	Škola v oute	52	Interviewing last-year's graduates
19	DofE - Vodné dobrodružstvo	56	Pýtali sme sa
21	Skladaj sny	63	Vlastná tvorba
23	Naše talenty	67	Čo nás zaujalo vo svete umenia
27	Interview with Martin Sova	70	Otestuj sa
28	Sexuálna výchova	73	Knižná šifra



ÚVO DNÍK

Srdečne sa chcem
poďakovať pani profesorku
PhDr. Miroslavu Štefancovej
za skúsenosti s tvorbou a
publikáciou časopisu.

Milí čitatelia,

vychádza tretie a zároveň pre mňa posledné vydanie GeTe magazine. Práve preto som sa rozhodla do tohto vydania investovať množstvo energie a času, aby bol ten najlepší z najlepších. Každým rokom náš občasník zdokonaľujeme, získavame nové skúsenosti. Učíme sa vzájomne. Želám si, aby tento časopis bol nie len popísaným papierom, ale aj tradíciou v našej škole.

Verím, že moje žezlo prevezme žiak, ktorý sa do tohto diela pustí s nadšením a pridá do doň kúsok seba.

Tí, ktorí náš časopis ešte nepoznate, určite sa máte na čo tešiť. Nájdete tu pútavé rozhovory s učiteľmi, vlastnú tvorbu našich žiakov a množstvo ďalších rubriek nielen v našom materinskom jazyku. Keďže naša škola ponúka aj bilingválne štúdium, anglické príspevky vás určite prebudia.

Pred tromi rokmi som dostala ponuku od pani profesorky PhDr. Miroslavy Štefancovej byť šéfredaktorkou nášho školského časopisu. Bola som z toho veľmi prekvapená a potešená.

Why me?

Dávnejšie som písala príbehy, ktoré som zverejňovala na sociálnych sieťach. Keďže som vedela, že naša nová profesorka sa venovala redakčnej činnosti vo vydavateľstve, obrátila som sa na ňu s prosbou o názor na príbehy, ktoré som písala. Jej pozitívne hodnotenie ma povzbudilo a vo vlastnej tvorbe som pokračovala.

Slovo pani riaditeľky



Milí čitatelia,
hurá, opäť je to tu :). Tieto slová mi prebehli hlavou, keď som sa dozvedela, že šikovná redakčná rada nášho školského časopisu má opäť pre nás zaujímavé kúsky. Kúsky, ktoré nás vtiahnu do života mladých ľudí, ktorí sa vydali na expedíciu, venujú sa dobrovoľníctvu, rozvíjajú svoj talent. Kúsky, ktoré nás vyzvú zamyslieť sa nad problematikou globálneho otepľovania, mentálneho zdravia, vyhorenia. Kúsky, ktoré nám dajú pár rád, zoznámia nás s niektorými učiteľmi a našimi prvákmi. Tých kúskov bude ešte omnoho viac, nudiť sa určite nebudete. Ja sa už na ne veľmi teším :).

Tak teda, hajde si navariť voňavý čajík, zabaľte sa do deky, pohodlne sa usadte alebo natiahnite na gauč a nechajte sa vtiahnuť do pútavých príbehov, článkov. Prajem vám príjemné čítanie.

„Čítať zaujímavé články je nepretržitý dialóg, v ktorom texty hovoria a naša duša odpovedá.“

Zamyslenie

Kolkokrát si sa dostal do situácie, kedy si to chceš vzdať, kedy si si povedal, už naozaj stačí, no aj tak si urobil tu istú chybu? Napriek chybám, skúsenostiam si sa znovu popálil na svojej naivite. Prečo? Myslíš si, že to malo nejaký význam? Predsa si hľadal dobro a naivne veril, že to bude lepšie? Snažil si sa a napriek tomu, si to nezvládol. Nevadí. Veď každý z nás robí chyby. Uvedom si, že všetko zlé v živote sa obráti na to dobré. Celý vesmír funguje na princípe rovnováhy a rovnako ako ying a yang, funguje dobro a zlo. Jasné, každý máme zlé obdobia. Každý z nás to už veľakrát chcel vzdať. Chcem ňa však nakopnúť a podporiť. Nie všetko pôjde ľahko a za každým úspechom býva ťažká cesta. Preto sa nevzdávaj a rob to, čo ňa baví !

Kika,
šefredaktorka časopisu



ANGLIČTINA

BRÁNA DO SVETA

Študovať na bilingválnom gymnáziu bolo správnym rozhodnutím, ktoré som bez váhania urobil.

A prečo to bola rozumná voľba?

Podľa môjho názoru je to perfektná alternatíva pre ôsmakov a deviatakov, ktorí nevedia, akým smerom sa chcú v živote vybrať a ich budúcnosť je stále nejasná. Bilingválne gymnázium im dá päť rokov, počas ktorých si môžu premyslieť a ujasniť si svoju cestu životom. Študenti si majú možnosť vybrať z rôznych ponúkaných voliteľných predmetov i mimoškolských aktivít, ktoré sú pomyselným navigátorom v ich budúcom smerovaní. Dôležitým faktorom je aj to, že bilingválne gymnázium poskytne ôsmakom i deviatakovi úplne nový kolektív, v ktorom si nájdu kamarátov a kamarátky možno i na celý život, majú priestor rýchlejšie nabehnúť na stredoškolský život. Možno si teraz viacerí z vás povieť, že toto všetko predsa ponúka aj klasické štvorročné gymnázium. Všeobecné vzdelanie predmetov, ako sú geografia, dejepis, biológia, občianska náuka, matematika a informatika sú výbornými predpokladmi pre ďalšie štúdium na vysokej škole podľa zvoleného zamerania.

Je tu však jeden zásadný rozdiel, a tým je práve pridaná hodnota bilingválneho štúdia, ktorá zahŕňa samotné štúdium viacerých predmetov v cudzom jazyku. Podľa odborníkov sa pri štúdiu jazykov u študentov zlepšuje ich kreativita, schopnosť kritického myslenia, schopnosť viesť dialógy, riešiť problémy a hľadať ich riešenia. Žiaci, ktorí navštevujú bilingválne gymnázium, vďaka disponujú väčšou duševnou flexibilitou, majú lepšie matematické schopnosti a taktiež lepšie výsledky v štandardizovaných testoch. Poznanie cudzieho jazyka poskytuje konkurenčnú výhodu v hľadaní zamestnania na domácom aj zahraničnom trhu práce a vytvára schopnosť hlbšie pochopiť a porozumieť jazyku a kultúre, ktorá obohacuje život a osobné skúsenosti študenta bilingválu. Toto sú dôležité faktory, pre ktoré som sa rozhodol študovať na bilingválnom gymnáziu. Pri výbere toho konkrétneho som taktiež neváhal a moja primárna voľba bola práve Trebiška. Som rád, že som jej súčasťou.

Lukáš, I. BB

Pýtali sme sa našich prvákov

1. Prečo si si vybral/a práve našu školu ?

2. Aká bola tvoja prvá reakcia, keď si zistil/a, že ťa prijali na GT12?

3. Mal/a si nejaké obavy pred nástupom na našu strednú školu?

4. Je niečo, čo by si chcel/a vylepšiť?

Filip Mitro → 1. Odporučil mi ju kamarát. 2. Mal som veľkú radosť, keď som sa dozvedel, že ma prijali. 3. Nie, nemal som žiadne čiastočné obavy. 4. Na tejto škole by som nič nevylepšil. 5. Nemal som dostatočné množstvo času obľúbiť si nejaký daný predmet. 6. Tento rok je zatiaľ pre mňa úspešný. 7. Mam pocit, že som získal solídny a priateľský kolektív. 8. Zaujímajú ma hlavne počítače a športy.

Zuzana Kalašová → 1. Na túto školu chodila aj moja sestra a bola veľmi spokojná. 2. Bola som prekvapená, lebo po prijímačkach som si sebou nebola veľmi istá. 3. Mala som obavy z nového prostredia, ale inak nie. 4. Asi ani nie. 5. Určite slovenský jazyk. 6. O dosť lepšie, ako som čakala. 7. Áno, neporovnateľný s kolektívom zo základnej školy. 8. Venujem sa aktívne tenisu.

Sofia Justová → 1. Nieкто mi o nej rozprával a keďže som nevedela, kam ďalej, tak som si vybrala túto školu. 2. Tešila som sa a veľmi. 3. Asi ani nie, čakala som všetko nové a celkom som sa tešila. 4. Podľa mňa je úplne super a nič by som nemenila. 5. Najradšej mám francúzštinu. 6. Zatiaľ hodnotím všetko fajn. 7. Áno, so spolužiakmi sme si celkom sadli. 8. Baví ma hip-hop a stretnutia s kamarátmi.

5. Aký predmet máš aktuálne najradšej?

6. Ako zatiaľ hodnotíš svoje prvé mesiace na našej Trebiške?

7. Máš pocit, že si získal/a dobrý kolektív spolužiakov?

8. Aké sú tvoje záľuby mimo školy?

Adam Šoltés → 1. Pretože je to dobrá škola a mám to k škole blízko. 2. Veľmi som sa tešil a radoval. 3. Nie, nemal som žiadne obavy. 4. Dal by som obedňajšiu prestávku medzi 5. a 6. alebo medzi 6. a 7. vyučovacou hodinou. 5. Aktuálne mám najradšej telesnú výchovu. 6. Zatiaľ ich hodnotím veľmi úspešne. 7. Určite áno. 8. Rád trávim čas s kamarátmi.

Karin Klindová → 1. Nevedela som, čo chcem robiť v budúcnosti a gymnázium mi prišlo ako najideálnejšia možnosť. 2. Veľmi som bola natešená a prekvapená. 3. Bála som sa, že nebudem stíhať učenie a že toho bude príliš veľa. 4. Asi aby bolo v triedach teplejšie a nestriedali sme sa stále v nejakej učebni. 5. Nemám veľmi obľúbený predmet. 6. Zatiaľ celkom v pohode, aj keď sa mi niekedy zdá, že vyučujúci učivo prechádzajú veľmi rýchlo, no na druhej strane ho vedia pekne vysvetliť. 7. Rozhodne áno. 8. Mojimi záľubami sú stretnutia s kamarátmi, kreslenie a počúvanie hudby.

Stella, II. BB



Žiacka školská rada

Milí spolužiaci,

mnohí z vás určite viete, že na našej škole už dlhé roky pôsobí študentská rada. Ak ste však o nás ešte nepočuli, rada by som nás predstavila. Študentská rada má na našej škole už dlhoročnú tradíciu. Sme skupina študentov, ktorí radi tvoria nové projekty, snažia sa zlepšiť študentský život na Trebiške a prijímajú podnety aj od študentov, zastupujúc ich záujmy. Každý rok organizujeme množstvo rôznych akcií a inak tomu, veríme, nebude ani tento rok. Po menšej minuloročnej pauze, kedy sme pre pandémiu nemohli pracovať plnohodnotne a pohybovali sme sa len v online priestore, sme tu späť aj s novými členmi a nápadmi.

Minulý školský rok bol nielen pre nás, ale aj pre všetkých vás nesmierne náročný. Nie raz sme sa cítili vyhorení a strácali motiváciu. Celodenné vysedávanie za počítačom nám už priam naháňalo hrôzu. Aj napriek tomu sa nám však podarilo zorganizovať zopár menších aktivít v online priestore a koncom roka aj naživo. Vianočná akadémia a Halloween online? Pred pár rokmi nepredstaviteľné, minulý rok – realita. Som veľmi rada, že sme našu snahu nevzdali ani v tejto náročnej dobe a urobili všetko, čo bolo v našich silách. A čo nás čaká tento školský rok? Sme plní nových nápadov, výziev a sme pripravení pretaviť ich do skutočnosti.

Deň v maskách, zoznamovanie prvákov, Vianočná akadémia, Dobročinná burza, Dni zdravej výživy, Deň otvorených dverí či takzvané dni naopak, na to všetko sa môžete tešiť.

Keďže ako študenti trávime v školských priestoroch väčšinu nášho dňa, je veľmi dôležité, ako sa v nej cítime. Preto sme sa zapojili do projektu s názvom Pokračovatelia Novembra. Jeho cieľom je spoločne revitalizovať a zveľaďovať priestory našej školy.

Zameriavame sa na skrášľovanie tried, skriniek, oddychových či iných spoločných priestorov. Samozrejme, nezabúdame ani na átrium, v ktorom chceme vytvoriť priestor na oddych pre nás, študentov, počas prestávok a voľných hodín.

Ak si teda aj ty aktívny človek a si plný skvelých nápadov, máš chuť priložiť ruku k dielu a niečo zmeniť, neváhaj, pridaj sa k nám a pomôž nám tak neustále zlepšovať zázemie pre študentov na našom gymnáziu.

*Veronika Tomčová,
predsedníčka Žiackej školskej rady*





Študentská firma

Milí čitatelia,

spolu s kolegami zo študentskej firmy sme sa rozhodli, že vám našu firmu trošku priblížime. Nesie názov COGITO, čo v preklade z latinčiny znamená „myslieť“. Naši členovia sú z tried: III. A, VII. OA a IV. AB.

Čo sa v takej firme robí?

Cieľom firmy je nájsť dieru na trhu a vymyslieť produkt, s ktorým potom členovia inú na veľtrh, kde ho predstavia. Hneď na začiatku sa študenti rozdelia do 4 skupín. Každá skupina má na starosti niečo iné. Starajú sa o marketing, financie, ľudské zdroje i o výrobu. Jeden zo žiakov je zvolený za prezidenta firmy a každá skupina má svojho viceprezidenta. Čiže firmu vedú 5 študenti, no na aktivitách firmy sa podieľajú všetci rovnako. Študentská firma je perfektná príprava pre budúcnosť študentov.

Naučia sa narábať s financiami, byť asertívni, kreatívni, majú možnosť vidieť, ako to v takej firme funguje a v neposlednom rade sa naučia riešiť problémy ako tím.

Ako firma máme na starosti aj akcie v škole. Snažíme sa ostatným žiakom spríjemniť štúdium na GT12 rôznymi akciami. V tomto školskom roku máme za sebou fotenie kalendára pre rok 2022, ktorý bude možné zakúpiť si už čoskoro a ochutnávku z neho nájdete aj v tomto časopise. Realizovali sme aj Halloweensky program a čaká nás ešte množstvo iných zaujímavých akcií, na ktoré sa môžete tešiť.



 @Cogito_sk

Európsky deň jazykov

26. september je dňom, kedy si školy v členských krajinách pripomínajú prostredníctvom aktivít, kvízov dôležitosť učenia sa jazykov, podpory jazykovej a kultúrnej rozmanitosti ako nástroja väčšieho interkultúrneho porozumenia. Európske jazyky spadajú zväčša do troch hlavných skupín: slovanských, germánskych a románskych, pričom v každej z nich nájdeme podobný pôvod slov. O tom, čo majú jazyky spoločné i odlišné nás zábavnou formou poučili naši študenti a v spolupráci s vyučujúcimi pripravili jednotlivé stanovišťa v slovenskom, anglickom, nemeckom, francúzskom a španielskom jazyku.

Španielsky jazyk

Para el Día Europeo de las Lenguas, que tuvo lugar en GT12, elegimos el español porque estamos aprendiendo español y queríamos descubrir para los estudiantes lo hermoso que es el español. Fue muy agradable porque los estudiantes tuvieron que prepararse para una serie de actividades interesantes para poder acercarse a los diferentes idiomas de Europa. Personalmente, creo que los estudiantes estaban interesados en nuestras tareas y aprendieron algo nuevo nuevamente. ¡Gracias a todos los que dedicaron nuestro tiempo!

Mariana Chomová, II. BB

Francúzsky jazyk

Le jour de la langue était très agréable. Beaucoup des étudiants a essayé de compléter quelques activités de la langue français. Moi-même j'ai essayé mes connaissances de l'espagnol et en fait je vois que le deux langues sont en



Slovenský jazyk a literatúra

Žiakom boli ponúknuté nasledovné aktivity:

1. spájanie nárečových slov a ich významy
2. hádanie porekadiel, slovenský kvíz
3. hádanie názvov jednotlivých diel

Žiakov najviac pobavilo hádanie porekadiel a spájanie nárečových výrazov. Stanovište bolo vhodné pre všetky ročníky a každý si mohol upevniť svoje vedomosti.

Paulína Hudáková, I. A

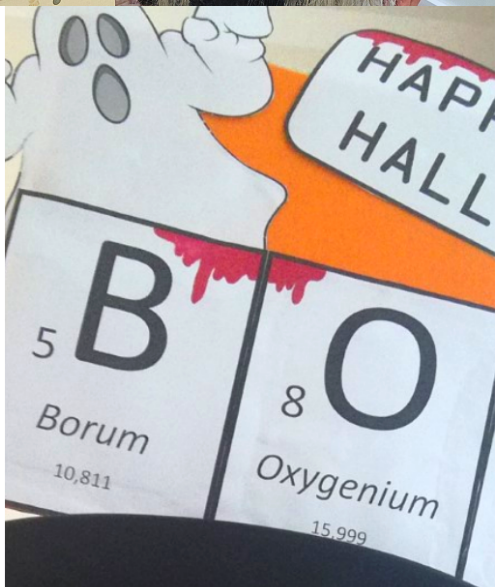


base similaire grâce a cet événement je vais peut-être étudier la espagnol aussi. Ça a été mon deuxième année à Le jour de les langues et j'aimais l'expérience.

Barbora Badoničová, VIII. OA

STRAŠIAKOVINY





TREBIŠKA

vo filme

Školská firma COGITO sa rozhodla pripraviť školský kalendár pre rok 2021/2022 s tematickým fotením. Každéj triede prideliť film, podľa ktorého si všetci žiaci pripravili kostýmy. Trieda, ktorá najvýtížnejšie stvárnila film, bola aj ocenená.

Ponúkame vám tie najzaujímavejšie odprezentované filmy:

Piráti z Karibiku, víťazná trieda, I. AB



Šmolkovia, I. OA



Scooby-Doo, V.OA



Star Wars, II. AB



Dr. House, Žiacka školská rada



English Tea Time

In October we wanted to bring British culture into our lives. We made tea and brought biscuits and cookies. The only thing missing was fish and chips. We were talking about British traditions, habits and culture. We enjoyed our tea time in the classroom.



Ema Miřovčíková, Nina Vodarčíková, III. OA

Škola v oute



Už od minulého školského roka sme s p. uč. Kaclíkovou zapojení v projekte "Školy v oute". Tento projekt je zameraný na vzdelávanie v outdoore - čiže vonku. Práve vďaka tomuto projektu sa učíme chémiu zaujímavým spôsobom. Takúto hodinu sme mali už viackrát. Prvýkrát sme sa učili rozdeľovať jednotlivé vlastnosti cukrov, tukov, bielkovín a nukleových kyselín. Sami sme kreslili tabuľky a potom do nich doplňovali. Na ďalšej hodine sme tvorili štruktúry uhľovodíkov z vecí, ktoré sme našli v prírode. Naposledy sme vytvárali

filtračnú aparatúru z vecí, ktoré nájdeme doma - napríklad fľaša, štrk či čierne uhlie. Špinavú vodu sme preliali cez podomácky vyrobenú aparatúru do kadičky a pozorovali sme, ako sa špina zachytá na vate a voda čistí pomocou čierneho uhlia. Niektorí museli prefiltrovať viackrát pre lepší výsledok. Pre nás sú tieto hodiny veľmi zaujímavé, baví nás sa vzdelávať aj inak ako sedením na zadku a pozeraním na tabuľku. Sme radi, že sme zapojení v tomto projekte, ktorý nám umožňuje vidieť chémiu inak ako len v učebnici.

Tamara Pribulová & Ema Baculíková, V.OA



Epidémia koronavírusu rozhodne zasiahla všetkých nás. Výnimkou nebola ani škola a vyučovanie. Najhorším obdobím bolo, keď za oknami školy svietilo slnko, no my sme museli sedieť v triede a násavať vedomosti aj s rúškami. Pani profesorka Gergeľ Čechová pochopila naše trápenie. Vymyslela nám aktivity, ktoré pre nás boli vítanou zmenou. Zabavili sme celú vyučovaciu hodinu.

Čerstvý vzduch nám otvoril mysle a zlepšil náladu. Naučili sme sa nové slovíčka, zopakovali si učivo z angličtiny, a to všetko hrovou formou. Najšikovnejší žiaci boli odmenení jednotkou. S celou triedou sa zhodneme, že sa nám tieto hodiny veľmi páčili. Určite by sme ich ocenili aj s vyučujúcimi iných predmetov.

Anna Jacková & Natália Bárányová, IV. OA





VODNÉ DOBRODRUŽSTVO

DofE expedícia je pre každého niečo iné, pre niekoho to je výzva, pre iného zase odдыхová turistika. No pre nás to bolo jedným slovom dobrodružstvo. Už doma, keď sme sa pripravovali na expedíciu, kontrolovali stany, zásoby, vedeli sme, že to bude zážitok, na aký nikdy nezabudne. Našou hlavnou úlohou tejto expedície bolo preskúmať vodný živel v okolí Zádiela. Navštívili sme Hrhovské vodopády, Čertovu dieru a aj Hájske vodopády. Keď sme pochodovali, snažili sme sa byť vždy dobre naladené. Ale, samozrejme, boli aj úseky, pri ktorých nám dobrá nálada na chvíľu odpadla.

No my sme ju dostali rýchlo späť. Boli sme super tím, ktorý sa navzájom podporoval, vždy sme sa rozprávali, užívali si výlet so smiechom, dávali na seba pozor a plnili si náš cieľ. A aj napriek menším problémom sme to nakoniec zvládli a boli na seba viac ako hrdé. Určite sme si na začiatku plnenia cieľov tejto Medzinárodnej ceny vojvodu z Edinburghu neuviedomovali, čo všetko nás to naučí. Expedícia bola jednoznačne fantastická, ale aj jednotlivé ciele v oblasti šprotu či talentu, ktoré sme poctivo a s radosťou plnili, pre nás znamenali veľa. Naučili sme sa sebadôvere, tímovej spolupráci a predovšetkým

prekonávať svoje hranice, vyjsť z vlastnej komfortnej zóny.

Naučili sme sa cennosti, ktoré v živote určite zúročíme a vôbec nelutujeme, že sme vzali tento úžasný program do vlastných rúk.

Ak ešte stále váhate, milí študenti, či sa zapojiť a pridať sa do skupiny mladých ľudí, ktorí sa rozhodli naplniť svoj potenciál, tak naša odpoveď je jednoznačná. Určite áno! DofE vám nedá len skúsenosti a cenné rady, ale bude to pre vás aj čas plný zábavy s novými ľuďmi a zážitky, ktoré získate, nezažijete len tak hocikto. A úžasnou čerešničkou na torte bude pre vás ocenenie v podobe certifikátu a odznaku, ktoré sme si i my odniesli.

Tím Wildgirls (Veronika Bodnárová, Kristína Kaluhová, Lucia Laczková, Kristína Mackulinová, Martina Proksová, Dana Semancová, Barbora Stupavská)



SKLADAJ SNY

„Kto nerobí nič pre ostatných, nerobí nič pre seba.“ (Goethe)

Žijeme v dobe, keď sa pojem „láska“ znehodnocuje, keď stráca svoju podstatu. Každý z nás ju potrebuje v akejkolvek podobe. Láska má byť prejavom náklonnosti, úcty a v neposlednom rade solidarity. Vtedy sa stáva niečím večným, neotrasiteľným. O tom, že aj naši žiaci majú veľa lásky, veľké srdcia a dobrovoľnícke ruky niet pochyb. Sú zapojení do rôznych charitatívnych zbierok a venujú sa aj dobrovoľníckej činnosti v rámci programu Medzinárodnej ceny vojvodu z Edinburgu. Biela pastelka je verejná zbierka, ktorá aj vďaka pomoci verejnosti zlepšuje životy tých, ktorí sa ocitli v neľahkej životnej situácii. Cieľom zbierky je získanie finančných prostriedkov na podporu ľudí so zrakovým postihnutím. Výnos Bielej pastelky je každoročne použitý na poskytovanie sociálneho poradenstva a sociálnej rehabilitácie, teda na financovanie aktivít, ktoré nevidiacim a slabozrakým ľuďom pomáhajú začleniť sa do bežného života. Biela pastelka patrí medzi 10 najväčších zbierok na Slovensku. Tento rok sa našim dobrovoľníkom pod vedením koordinátorky RNDr. Miroslavy Gergeľ Čechovej podarilo vyzbierať sumu 189,85 eur.

Mladý záchranár je krúžok realizovaný pod vedením Ing. Moniky Ballovej a RNDr. Miroslavy Gergeľ Čechovej. Naši študenti sa pravidelne pod záštitou Slovenského Červeného kríža zapájajú do programu Študentská kvapka krvi, Valentínska kvapka krvi. Krúžok organizuje rôzne charitatívne zbierky na pomoc ľuďom v núdzi, deťom a sociálne slabším rodinám realizáciou verejných zbierok Úsmev ako dar a Deň narcisov. Dobrovoľníci krúžku Mladý záchranár absolvujú profesionálny kurz prvej pomoci vedený vyškolenými inštruktormi SČK. Vďaka absolvovaniu týchto kurzov môžu pomáhať pri expedícii DofE i pri rôznych aktivitách organizovaných školou, ktoré vyžadujú zdravotný dozor. Ponožkový október je zbierka, ktorá prebieha pod záštitou organizácie Charity shop Košice a na našej škole pod vedením RNDr. Lucie Barankovej. Naši žiaci a učitelia takto pomáhajú ľuďom bez domova, aby ľahšie prežili zimné obdobie. Charitatívna zbierka zimného šatstva a obuvi pre ľudí bez domova sa realizuje pod vedením RNDr. Lucie Barankovej, ktorá každoročne spolu so žiakmi a učiteľmi vyzbiera potrebné oblečenie a obuv, aby tak pomohli tým, ktorí to potrebujú.

Zuzana čistí vybrané sídlisko v Košiciach a prispieva takto k ochrane životného prostredia.



Júlia pomáha v Útulkú opustených zvierat v Košiciach venčením, čistením kliek a zbierkou potravy pre psíkov.

Dobrovoľníctvo v programe DofE

Karin pomáha pri čistení svojho okolia, pomohla tak dedine Pohradnice, Koliňany i mestským častiam Košíc.



Lenka prostredníctvom predaja vlastných maľovaných tričiek pomáha útulkú pre psov.



Vivien pomáha odstraňovať škodlivé rastliny, ktoré ohrozujú ekosystém, pomáha pri skrášľovaní záhradky na jednom zo sídlisk v Košiciach.





ČO NAŠI ŽIACI VEDIA?

NAŠE TALENTY



Alexandra Ivaskenková

(VII. OA)

Som členkou kapely, ktorú sme založili spolu so sestrou, jej najlepšou kamarátkou a dvomi skvelými hudobníkmi. Spolu pôsobíme od júna, ale ja sama sa klavíru venujem už 14 rokov. Venujem sa aj individuálnej tvorbe a začínam sa učiť aj hrať na gitare.



Anetta Reicherová

(IV. A)

Tancu sa venujem od štyroch rokov. Zaujímam sa o všetky druhy umenia no tanec ma fascinuje najviac. Venujem sa viacerým štýlom tanca ale hlavne modernému. Bol vytvorený ako reakcia na klasický tanec - balet, takže zahŕňa jeho prvky. Osobne ma na tomto štýle fascinuje najviac, ako sa ním dá vyjadriť každá myšlienka. Ale samozrejme aj celkovo krása línií a tvarov vytváraných pri tancovaní.



Sebastián Pribula

(II. BB)

Hokeju som sa začal venovať už od malička. Moje ciele sú v tomto športe vysoké. Túžim sa dostať do NHL, no určite by som v blízkej budúcnosti chcel vyskúšať USHL. Hokej je mojou záľubou, je súčasťou mňa, mojej osobnosti.



Stella Grabanová

(II. BB)

Tenisu sa venujem už od svojich deviatich rokov. Tenis ako samotný individuálny šport je veľmi dobrý na tréningovanie našej psychiky, ako napríklad v zápase, keď ste v strese, ale snažíte sa byť naďalej pokojný a dosiahnuť ten najlepší výsledok. Pri tenise ma naplňajú hlavne tie pozitívne emócie. Poviem vám, nie je nič lepšie ako dobrý pocit z vyhratého zápasu a pocit, že sa zlepšujete. S košickým aj prešovským tímom, v ktorom som hosťovala, sme už veľakrát po sebe vyhrali v rámci družstiev Slovenska. S bratislavským tímom sme taktiež navštívili tenisové kurty v Turecku či Slovinsku. Som rada, že sa venujem práve tomuto športu, ktorý má ozaj naplňa.

Em a Liščinská

(VII. OA)

Folklóru sa venujem 13 rokov (od svojich piatich rokov). Priviedli ma k tomu hlavne rodičia, ale mojím vzorom bola moja teta, ktorá tancovala dlhé roky. Som členkou FS Železiaru už tretí rok, no pred tým som bola členkou MFS Želiezko, DFS Železiarik a Jazierko. Tanec ma naplňa hlavne kvôli tomu, že pri ňom nemyslím na nič, len na svoje telo a kroky... Viem pri tom vždy zrelaxovať. Taktiež sa mi folklór páči kvôli tradíciám.



Boris Geci

(I. OA)

Na bicie hrám 5 rokov. Baví ma ich zvuk a to, že sa na nich dá zahrať akýkoľvek hudobný štýl. Je to pre mňa hudobný nástroj bez hraníc. Môj najväčší úspech je účinkovanie s vynikajúcim Mariánom Čekovským v niekoľkých reláciách RTVS s názvom Čekyho hudobný labák, kde mám možnosť hrať s rôznymi slovenskými muzikantmi. Som veľmi vďačný za túto príležitosť.





Oliver Tabačko

(II. OA)

Mám 13 rokov a som profesionálny lyžiar. Lyžovaniu sa venujem už 11 rokov. Lyžujem za tím SK UNI KOŠICE. Zúčastňujem sa viacerých slovenských súťaží. Mojim najväčším úspechom na slovenských pretekoch SLA a ZSL je 3. miesto v rámci Slovenska. Lyžovanie je skvelý šport. Človek sa pri ňom zabaví a získa veľa pekných spomienok. Zvyčajne obdivujem tú nádhernú snežnú prírodu. Som rád, že sa venujem práve tomuto zimnému športu.



Anna Wolczková

(III. OA)

Keď si predstavím slovo tanec, napadne mi hudba, pohyb, javisko, tempo, kroky, potlesk. Milujem ho a myslím, že všetci, čo tancujú, budú so mnou súhlasiť. Samozrejme, platí to vtedy, ak ho berú ako súčasť svojho života. Na tanci ma najviac fascinuje voľnosť. Keď sa pustí hudba a ty sa úplne uvoľníš. Počúvaš rytmus, tempo hudby a tancuješ kroky, ktoré ti práve napadnú. Najdôležitejšie je úplne vypnúť hlavu a ponoriť sa do myslenia hudby a do všetkých jej častí. Tento rok som sa zúčastnila Battle pre začiatočníkov, 2 vs 2. Battle je tanečný súboj, kde tancuješ podľa zadanej hudby. Nakoniec sme skončili na 2. mieste. Zažila som svoj prvý tanečný battle.



Interview with Martin Sova

Martin, I would like to congratulate you on having placed yourself on the 6th place in the national English speaking Olympics which were organized on 24.3.2021. What were your feelings at the time?

Well first off thank you. To be frank I was quite stressed out and I just couldn't wait till they announced the results. I must admit that although I was stressed out, there was also a lot of adrenaline coursing through my veins: I had never attended the nationals of any Olympics, so it was a new experience for me.

What advice would you give others so that they could more easily improve their English speaking abilities?

My advice would be that they should read a lot as to improve their vocabulary and more importantly try to view words deeper and understand their true meaning but as always, practice makes perfect. I would also try to keep out degenerative influences that social media has on speech.

Do you plan on later studying somewhere outside of Slovakia? Or if you already had, where?

Well when I was young I went to elementary school in America and I haven't studied outside of Slovakia since. Currently I have no plans for studying abroad, but plans are such fragile things and the future is never really certain so if the opportunity arises, I will definitely consider it.

Where do you draw your knowledge of English?

I draw it from a lot of things like a pretty large amount of reading and listening to English on the internet. But without a doubt the thing that helps the most is talking with my brother in English.

Tell us something about your stay in America, what was the best thing about it? What did you dislike? In what things do you see the biggest difference between Slovakia and America? Where did you like it more? Where would you be more willing to live?

Well my time spent in America couldn't have been spent better. Maybe it's just nostalgia but I really enjoyed it. I can't begin to describe the best thing in words adequately but if I had to try I would just say the atmosphere of the land. Their culture is really positive and something about it just makes you feel alive. I felt like I was living in a movie since most of the clichés that you see in films set in America are true. One thing I disliked were the unhealthy eating standards and the fact that a lot of things were centered on material wealth. The biggest difference I'd say is the pacing of life. In America things are dynamic and here in Slovakia they're more laid back and peaceful. I liked living in America more but I also want to raise a family someday and I think Slovakia is better suited for that.

Students of IV.BB

SEXUÁLNA VÝCHOVA

Prednávkou som sa zúčastnila fantastického projektu organizovaného regionálnym úradom WHO v spoločnosti s UNICEF, UNESCO a UNFPA a v koordinácii s Partnerstvom pre zdravie matiek, novorodencov a detí s názvom: Konzultácie o blahobyt dospelých v Európskej Únii.

Popri mnohých jednoznačne relevantných otázkach, som sa rozhodla venovať téme sexuálneho a reprodukčného zdravia.

Prečo je dôležité vzdelávať o tejto téme?

Predstavím vám niekoľko zarážajúcich faktov, ktoré som sa dozvedela na tomto stretnutí.

Intímne násilie na partneroch (IPV) je najbežnejšou formou násilia, ktorému čelia dospelé dievčatá. Takmer každé tretie dospelé dievča vo veku 15–19 rokov globálne uvádza, že niekedy zažili emočné, fyzické alebo sexuálne IPV.

Miera tehotenstva u adolescentov sa medzi krajinami výrazne líši a niektoré sú nad svetovým priemerom. V krajinách, kde chlapci používajú ochranu menej často, je miera gravidity u dospelých vyššia.

Túto aktuálnu problematiku sme v rámci meetingov konzultovali s rôznymi odborníkmi a dozvedeli sme sa rôzne pohoršujúce informácie súčasnej doby. V diskusii sme sa venovali rôznym námetom, ktoré sa považujú za „tabu“, ako je napríklad antikoncepcia, tehotenstvo v mladom veku, interrupcia, sexuálne správanie či LGBT+ komunita. Spoločne s expertmi sme sa však zhodli na dvoch témach, ktoré považujeme za najdôležitejšie. A tými sú edukácia a medializácia.

Miera interrupcií klesla a v súčasnosti je trikrát nižšia ako v roku 1994. Interrupcie sa napriek tomu stále príliš často využívajú ako metóda kontroly pôrodnosti, najmä na Blízkom východe. V niektorých krajinách nie je umelé prerušenie tehotenstva pre dievča legálne povolené alebo je obmedzené. Prekážky bezpečného potratu zvyšujú riziko nelegálnych komplikácií súvisiacich s potratom a predčasného rodičovstva.

Krajiny v regióne ECCA majú jednu z najrýchlejšie rastúcich epidémií HIV na svete. Mladí ľudia sú obzvlášť citliví na HIV, a to z dôvodu slabej sexuálnej výchovy.

A čo chceme učiť?

Komplexná sexuálna výchova je nie len o intímnych témach, ale je aj o rodine (primárne naučená v mladom veku), rodovej rovnosti či LGBT+ komunite. KSV pokrýva veľké množstvo problémov súvisiacich s vývojom adolescentov. Mala by sa realizovať na školách a tým učiť mladých ľudí, ako čeliť aktuálnym problémom doby.

Čokoľvek sa žiaci naučia na KSV, musí byť podložené dôkazmi a spĺňať medzinárodné štandardy. Žiaci, študenti sa musia dozvedieť o širokej škále problémov, vrátane toho, ako zistiť pravdivosť ponúkaných informácií i to, ako rozlíšiť, kedy je pre nich vzťah nebezpečný. Je však potrebné v tejto oblasti vzdelávať aj rodičov a prepojiť spoluprácu medzi dospelievajúcimi a dospelými, aby sme nenechali dospelievajúcich sa učiť samých.

Ako to medializovať?

Časť adolescentov by mala byť zapojená do projektu a nájsť tak vhodný komunikačný kanál pre mladých. Kampane a reklamy by sa preto mali zamerať na aplikácie, ktoré letia medzi mládežou, ako sú Instagram/TikTok, Spotify/Apple Music.

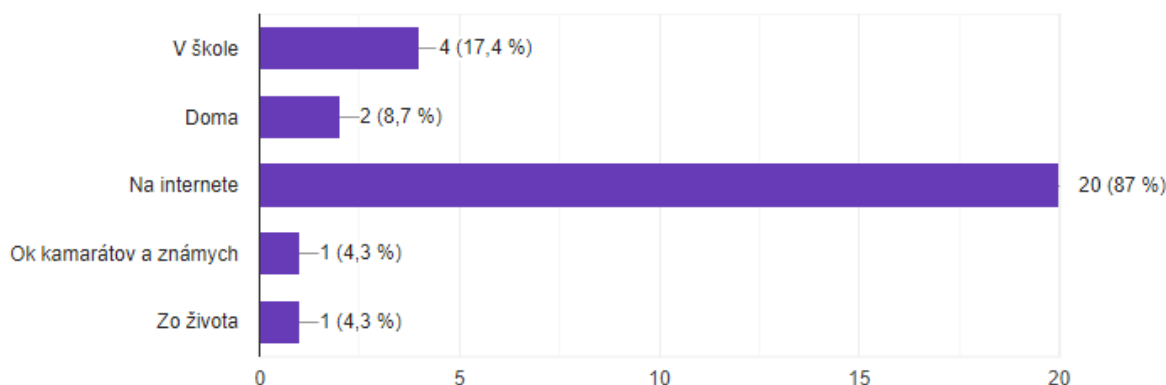
Téma sexuálneho a reprodukčného zdravia je vážny a zároveň citlivý problém, ktorý je nutné zapojiť do edukačného procesu. Zo štúdií je známe, že mnohí učitelia, rodičia a zainteresované subjekty v oblasti vzdelávania podporujú KSV v školách a že táto by sa mala začať pred pätnástym rokom života. Je však iba na nás, mladých, či sa budeme pokúšať o destigmatizáciu tejto témy, budeme o nej učiť, vzdelávať sa a zabránime tak prizeraniu sa na problémy, ktoré začínajú hraničiť s bezpečnosťou adolescentov.



Pýtali sme sa

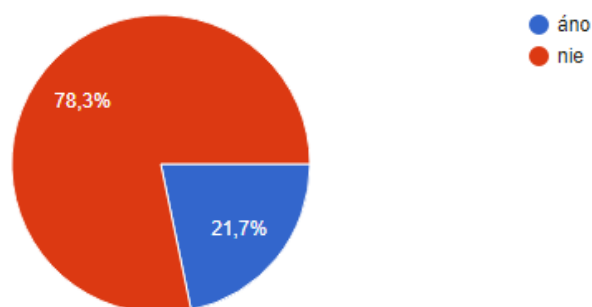
Kde sa dozvedáš informácie o sexuálnom a reprodukčnom zdraví?

23 odpovedí



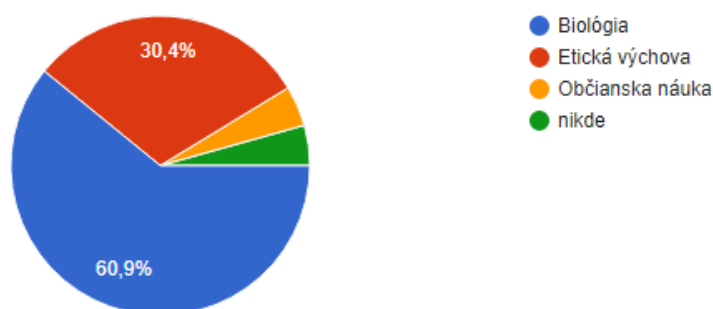
Máš pocit, že si dostatočne informovaný o problematike sexuálneho zdravia na škole?

23 odpovedí



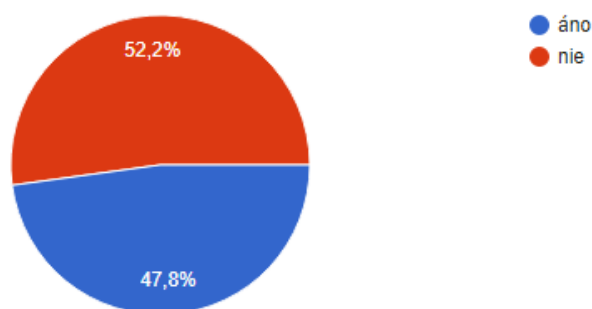
Na ktorých predmetoch ste sa už niekedy venovali problematike sexuálneho zdravia?

23 odpovedí



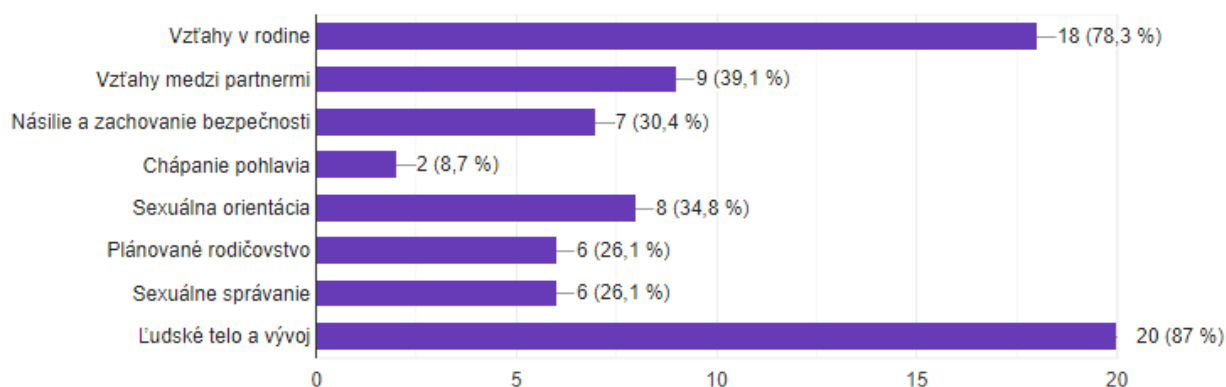
Myslíš si, že by mal byť samostatný predmet na výučbu sexuálnej výchovy?

23 odpovedí



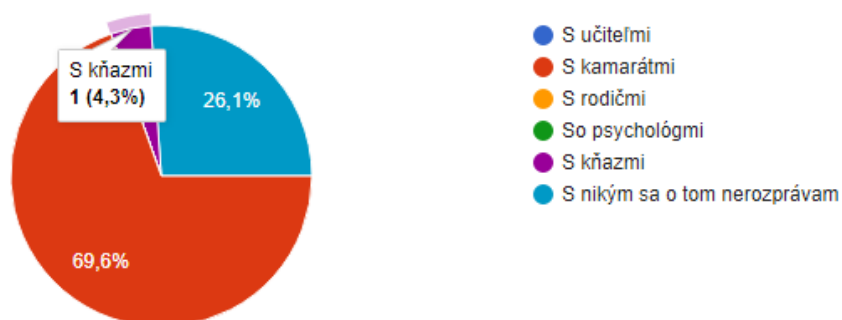
Aké témy sa už u teba na hodinách biológie, etiky či občianskej náuky preberali? Môžeš vybrať viac možností.

23 odpovedí



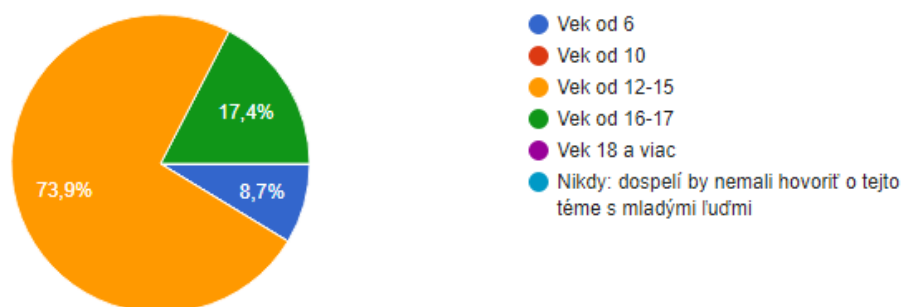
S kým sa najčastejšie rozprávaš o tejto problematike?

23 odpovedí



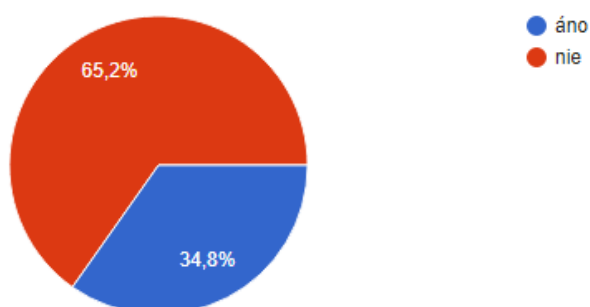
V akom veku by sa malo podľa Teba malo začať hovoriť o sexuálnom a reprodukčnom zdraví?
Vyber jednu možnosť:

23 odpovedí



Na škole sa organizuje aj beseda dievčat či chlapcov s psychologičkou. Bolo to pre teba poučné?

23 odpovedí



Myslíš si, že je dôležité, aby sa rozprávalo o tejto téme? Ak áno, zdôvodni prečo:

1. Aby sa ľahšie predišlo nechceným situáciám ako nechcené tehotenstvo, choroby...

2. Určite, sám na sebe vidím, že nie som dostatočne informovaný napríklad o problémoch druhého pohlavia, čo môže negatívne ovplyvniť moje vzťahy v budúcnosti.

3. Pretože, ide hlavne o naše zdravie a prevenciu rôznych pohlavných chorôb.

4. Nerozpráva sa o tom veľa, čo spôsobuje veľa problémov či u nás, alebo u niekoho, koho poznáme. Je toľko prirodzených vecí, o ktorých nám nikto nepovie a potrebujeme o tom počuť napr. od lekára (ak k nemu vôbec zájdeme), aj keď to možno nie je ani potrebné. Mnohé iné témy týkajúce sa telesnej alebo psychickej sexuálnej problematiky - treba sa tomu venovať odborne. Je to súčasť života a mali by sme sa tak k tomu aj postaviť.

5. Myslím, že zvýšením povedomia o sexuálnom a reprodukčnom zdraví sa zníži riziko mnohých javov- napríklad sexuálnych obťažovaní, interrupcií, sexuálnych chorôb a podobne.

6. Lebo je to súčasť života.

7. Áno, lebo sa o nej vo všeobecnosti vôbec nerozpráva.

8. Áno, pretože je to súčasť života každého z nás.

9. Myslím si, že určite áno. Z môjho uhla pohľadu je táto téma celkom zanedbaná či už sa rozprávame o škole, alebo o iných oblastiach. Deti, ale aj dospelí by mali takéto témy brať bez problémov a vedieť sa o nich porozprávať, čiže trochu viac rozšíriť komunikáciu ohľadom sexuálneho, ale aj reprodukčného zdravia by určite nezaškodilo.

10. Áno, pretože každý by mal vedieť, čo je správne a čo nie.

Saška, VII. OA



MENTAL HEALTH

AWARENESS



MENTAL HEALTH AWARENESS alebo dôležitosť upovedomenia ľudí všetkých vekových kategórií o mentálnych poruchách.

V dnešnej dobe najmä mladí ľudia trpia rôznymi psychickými poruchami, stavmi ako je stres, depresia, úzkosť, závislosť, anorexia či iné. Ich duševné zdravie sa stáva čoraz viac krehkejšie a zraniteľnejšie. Štúdia uskutočnená spoločnosťou Bupa zistila, že od marca 2020 mali traja zo štyroch ľudí vo veku 13 až 19 rokov problémy s fyzickým zdravím súvisiace so zlým psychickým stavom. Áno, dospelévanie je naozaj kritické obdobie formatívneho rastu, ktoré ovplyvňuje blahobyt počas celého života. Dokonca až polovica všetkých problémov duševného zdravia sa prejavuje počas dospievania. Samovražda je prvou hlavnou príčinou smrti medzi adolescentmi v krajinách s nízkym a stredným príjmom a druhou hlavnou príčinou v krajinách s vysokými príjmami v európskom regióne WHO.

A ako môžeme pomôcť?

Dôležitým faktorom je upovedomiť mladšiu i staršiu generáciu o mentálnych poruchách a problémoch, nasmerovať ich k pomoci.

Práve touto problematikou sa zaoberá instagramový profil @psychelpsk,

ktorý bol zriadený nami, mladými ľuďmi, vďaka projektovej aktivite organizácie Youthfully Yours SK. Sme skupina mladých ľudí, ktorá sa usiluje o odstránenie negatívnych hodnotení (destigmatizáciu) v rámci mentálnych porúch. Svojím profilom by sme chceli poučiť tých, ktorí nie sú dostatočne informovaní o mentálnych poruchách. Chceme tiež poskytnúť mladým ľuďom relevantné informácie a ubezpečiť ich, že je v poriadku absolvovať stretnutia s odborníkmi, ktorí im dokážu pomôcť. Chystáme tiež spoluprácu s organizáciou SAŠAP (Slovenská asociácia študentov a absolventov psychológie), ktorá nám zabezpečí obsah bez dezinformácií priamo od profesionálov. Túto spoluprácu sme sa rozhodli realizovať preto, že si uvedomujeme naliehavosť danej problematiky i to, že ako študenti nemáme dostatok odvahy tvoriť obsah príspevkov sami a rovnako si nie sme istí, že všetky dostupné zdroje sú dôveryhodné.

A preto by sme chceli osloviť aj vás, mladých, ktorí sa možno s týmto problémom stretávate, aby ste neváhali a navštívili náš profil. Sme tu pre vás.

*Saška, VII. OA,
Líder teamu Psychelpsk*

HOMOPHOBIA

in a life of student

Growing up feeling differently from everybody else, having to adjust to stereotypical hobbies and visual expressions can be a hard pill to swallow for a child. As soon as you enter the school building, you quickly become an easy target for insecure people. Our peers use the word gay as a tool for building and humiliation. At first, you do not understand what the word means yet you feel the hostility behind it. As I asked adults what the word meant they answered me with disgust: „When a person is attracted to the same gender.“ Every single time I have heard this word my heart sunk. As some time passed I have realised that I was becoming the person everybody hated. Every time someone asked me if I was gay I said no, simply because I was afraid of rejection and judgement. As I wanted to escape the toxic environment, I took a chance and applied to GT12 and leave the primary school sooner.

I had hopes that the bullying would end and it did. As some of you may know mental issues are very common in the LGBTQ+ community, mostly because of PTSD. I was not an exception. Struggling to make sense of your own identity, while encountering negative comments without getting support from your loved ones can consume you.

Even though the school was unprejudiced, I had some bad experiences with a student shouting gay slurs at me across the hall. But as I grew and learned that the word gay is nothing to be afraid of. It makes you the person you are, it is part of your identity and you should be proud of it. Everybody deserves love and respect, regardless of our differences.



Lenivosť alebo syndróm vyhorenia?

Tento príspevok som zostavila z vlastnej skúsenosti a v žiadnom prípade nie je profesionálnym poradenstvom. Článok je zostavený len na osobných názoroch a rád, aby aj vám, milí čitatelia, pomohol sa zamyslieť.



Prečo sa zdá, že v poslednej dobe tráviš veľa času v posteli, poležiačky a nič nerobíš? Si ten človek, ktorý sa ľahko unaví a nechce sa mu nič robiť? Myslíš si, že je to lenivosť a nič viac? V skutočnosti existuje veľa spoločných vlastností medzi lenivosťou a vyhorením, čo môže sťažiť rozlíšenie medzi nimi.

Vyhorenie je negatívny stav emocionálneho, fyzického a psychického vyčerpania. Je spôsobený nadmerným stresom a neschopnosťou sa s ním vyrovnáť. V dnešnej dobe je viac ako nevyhnutné lepšie porozumieť syndrómu vyhorenia.

Vymedzím vám 6 jasných znakov, ktoré sú prejavom vyhorenia a nie lenivosti.

Cítiš sa byť odpojený od všetkého

Máš pocit, že svoj deň prežívaš tak, ako keby si bol zapnutý v režime autopilota, cítiš, že to nie si naozaj ty, odosobňuješ sa, pociťuješ emocionálnu necitlivosť alebo prázdnotu, akoby si sledoval život samého seba zvonku.

Stal si sa náladovým a podráždeným

Odrazu si sa stal nervóznym a ľahko sa nahneváš. Cítiš sa v dnešnej dobe často emocionálne mimo svojej kontroly a sám nevieš prečo. Náladovosť a podráždenosť sú bežným javom a často aj prehliadaným znakom vyhorenia. Ak začneš mať problém s ovládaním svojich emócií, najmä keď ti to predtým nikdy nerobilo problém, syndróm vyhorenia môže byť odpoveďou. Naopak leniví ľudia sú často veľmi uvoľnení a pokojní.

Býval si motivovaný

Lenivosť je charakterová vlastnosť. A povahové vlastnosti zostávajú v priebehu času stabilné. Lenivý človek nemá nikdy chuť vynaložiť úsilie alebo sa v niečom angažovať. Ak si však býval motivovaný a silný, často až vynikajúci v určitých oblastiach a len prednedávnom si začal pociťovať demotiváciu, vyčerpanosť, apatickosť, je pravdepodobnejšie, že trpíš vyhorením a nie lenivosťou.

Býval si plný vášne

Jasný rozdiel medzi niekým, kto je vyhorený a niekým, kto je lenivý, je ten, že si sa zvykol venovať činnostiam, pre ktoré si bol zaniatený. Či už je to talent alebo šport, alebo len tvoj akademický výkon. Vyhorenie ti sťažuje robiť veci, ktoré si kedysi miloval.

Zanedbávaš starostlivosť o seba

Jedným zo signálov emocionálneho a fyzického vyhorenia je aj to, ak zanedbávaš starostlivosť o seba, svoj zovňajšok a začneš sa izolovať od ostatných. Narušíš si svoj stravovací či spánkový režim. Začneš mať tendenciu nerobiť nič, pretože aj tie najjednoduchšie úkony ťa rýchlo vyčerpajú. Nikdy si takýto nebol. A to je stav vyhorenia.

Mnoho ľudí začne pociťovať symptómy už v druhej fáze. Dochádza k miernemu stresu.

Optimizmus, záujem, motivácia a výkonnosť začínajú klesať. Keď dosiahneš piate štádium, vyhorenie sa stalo súčasťou tvojho života. Pretrvávajúca psychická a fyzická únava sa stane intenzívnejšou. Vďaka tomu si náchylnejší na narastajúcu depresiu a úzkosť.

Všetko sa deje časom

Všetky tieto stavy prichádzajú postupne. Nestanú sa za jednu noc. Štúdie uvádzajú, že existuje päť hlavných štádií syndrómu vyhorenia, z ktorých každý zvyšuje stupeň závažnosti.

1. Medová fáza
2. Nástup do stresovej fázy
3. Chronický stres
4. Vyhorenie
5. Chronické vyhorenie

Keď si ľudia všimnú príznaky vyhorenia v rannom štádiu, bude pre nich jednoduchšie nájsť pomoc a zotaviť sa z tohto stavu. Preto je nesmierne dôležité zvýšiť povedomie o syndróme vyhorenia. Je nutné si uvedomiť, že tento problém nesmieme ignorovať, je tu s nami v každom veku a dokáže nás úplne pohltiť.

Takže ak ty alebo niekto z tvojich známych pociťuje podobné príznaky, neváhaj a obráť sa na odbornú pomoc. Veď navštíviť psychológa nie je tabu.

Karin Gerendová, VIII.OB



Keby som stretla Maca Mlieča

Porušovanie ľudských práv



Keď sme na hodine literatúry dostali za úlohu interpretovať poviedku Maco Mlieč, po jej prečítaní som prvotne uvažovala, ako sa môže človek takto poddať nespravodlivosti a krivde. Neanalyzovala som dielo z pohľadu literárnej teórie, ale z pohľadu etiky a životného osudu postavy. Uvedomila som si, že i samotný autor, Jozef Gregor Tajovský ako predstaviteľ slovenského realizmu, chcel cez svoju prózu zobrazíť ľudské charaktery, malosť a zároveň veľkosť človeka. Poviedka Maco Mlieč rozpráva príbeh, ako je z názvu známe, o Macovi Mliečovi, prezývaného Mliečnik. Sirota, muž, nie veľmi inteligenčne obdarený, ktorý sa stal pastierom, reprezentuje dobovo charakteristickú postavu spoločnosti, ktorá je odsúdená tvrdo, dlho a za smiešne peniaze drieť. Jeho nadriadený, teda gazda, využíva fakt, že Maco nemá vytvorenú vedomosť o hodnote práce a peňazí, a teda jeho prácu neadekvátne vypláca alebo mu ani vôbec nezaplatí aj napriek tomu, že si ho váži a má rád. Maco to však pre svoju dobrotu a skromnosť nerieši, naopak považuje svoju prítomnosť na statku za finančnú príťaž. Prichádza teda v jeho živote zlomový bod, kedy sa o seba prestáva starať, tým pádom sa ľuďom začína hnusiť svojim pachom i výzorom a pomaly začína byť spoločnosťou vyhosťovaný, začne spávať v maštali. Gazda si síce jeho prítomnosť váži, no využíva jeho povahu, aby z neho získal čo najväčšie množstvo peňazí. Autor sa vo svojej tvorbe snažil o charakteristiku obrazu dediny cez krutosť a sociálnu biedu.

Na to použil kontrast v charaktere a vzhľade na postave Maca Mlieča. On sám ako rozprávač vraví o Macovi ako o malom, nevýraznom. Zobrazuje človeka nepodstatného pre spoločnosť. Jeho podstata sa vytráca. Aj samotný Maco o sebe uvažuje ako o zbytočnom človeku, ktorú je na svete len na oštaru. Má pocit, že jeho postavenie je jeho životným údelom a to má prijať až do konca svojho života, čaká na smrť. Autor tak zobrazuje potlačenú ľudskú dôstojnosť v sociálno-ekonomickom kontexte. Postavy v prózach Tajovského žijú na periférii a okrem majetku, nemajú ani blízkeho človeka, ktorý by im bol nápomocný. „Hrdinovia“ jeho poviedok sa snažia o zabezpečenie základných životných potrieb, vyrovnávajú sa s vlastnou degradáciou na lacnú pracovnú silu. Tento autor vo svojich prózach zobrazuje otrasné sociálne osudy, sociálne typy, ktoré už svojou existenciou poukazujú na tradičné rozlišovanie medzi „dobrým“ a „zlým“. Ani Maco a ani bohatý gazda si vôbec neuvedomujú svoj spoločensky nerovný vzťah. Gazda svojim konaním ohrozuje Macove základné ľudské práva, ako právo na zachovanie ľudskej dôstojnosti, osobnej cti, dobrej povesti a na ochranu mena, právo vlastníť majetok, nedotknuteľnosť obydlia alebo i právo občanov na prácu a primerané hmotné zabezpečenie. Gazda mu všetky tieto práva vezme tým, že mu neposkytne možnosť starať sa o samého seba.

Zostáva nechcený, sám aj napriek jeho pozitívnym charakterovým vlastnostiam. Maco pracuje len preto, aby mal na pohreb a nezostal gazdovi dlžný. „Ráno porátame s gazdinou, a tieto ti, ak chceš, hneď vyplatím, stával sa gazda veľmi spravodlivým aspoň teraz. Macovi sa náramne uľahčilo, utrel si košeľou ústa, nos a oči a bol by sa zasmial od radosti, keby ho nebolo všetko bolelo. Ale nie gazda môj, neustávajúte sa. Veď mi to bude vari dosť na pohreb.“ Ani gazda sa vôbec nezamýšľal nad tým, že nebol spravodlivý k Macovi a on mal zas pocit, že žiada priveľa. Povedala by som, že v tomto období fungujú pravidlá mimo hodnotového rámca tradičnej morálky. Tajovský zobrazoval sociálnu problematiku bez prikrášľovania. Zobrazil chudobných ľudí, ktorí žijú z úst do úst, no predsa sú plní bohatstva ľudského citu, charakteru, ukrytého v biede a utrpení. Autor cez túto poviedku zobrazil pasivitu, zaslepenosť ľudí, ich nejednotnosť, neochotu prijať nové názory. Sám autor sa vyjadril vo svojej knihe slovami: „Slováci vedia veľa rozprávať o pánoch, grófoch, princoch, poznajú celé rodokmene cisárov, ale medzi sebou málokoho zbadajú, a čo by bol sebe osobitnejšieho života a mravov človek.

Medzi svojimi nikto nehľadá príkladu. Akoby sme všetci boli rovnako zlí, alebo rovnako dobrí, že by sme sa nemohli jeden od druhého niečomu dobrému naučiť...“ Tajovský sa ukazuje ako autor s dojímavým súcitom s trpiacim a bezmocným človekom, neschopným riešiť problémy. Zameriava sa na sociálnu tému, poukazuje na dôstojnosť človeka, jeho ľudské i morálne práva, tiež na vzťah medzi bohatými a chudobnými. Aj v súčasnej dobe je veľa Macov Mliečov, ktorí prijímajú svoj osud, veria v jeho nemennosť a len vyčkávajú, boja sa brániť, postaviť neprávosti, byť predovšetkým asertívni a nekonať len empaticky až samo trpiteľsky. Aj aktuálny svet čelí mnohokrát potláčaniu ľudských práv, ľudskej slobody a dôstojnosti, na ktorú má každý človek právo. Ak by som stretla Maca Mlieča, povedal by som mu: „Bojuj, ži, neprežívaj svoj život! Ži v takých podmienkach, na aké máš právo, ver v zmenu situácie a niečo pre to urob. A my ostatní sme tu preto, aby sme i tebe pomohli, pretože si jeden z nás. Všetci sme súčasťou tohto sveta bez rozdielu veku, rasy, postavenia. Svedomie je to, čo nás má viesť.“



Nina, III. BB

Ako správne napísať seminárnu prácu

Mnohí z nás sa onedlho budú „trápiť“ s písaním seminárnej práce, ktorá sa na prvý pohľad môže zdať komplikovaná, avšak s dnešnými možnosťami to pre stredoškolského študenta nemusí byť až taký problém. Seminárna práca funguje podobne ako odborné práce, ktoré budete písať na vysokej škole, len je menej rozsiahla a jednoduchšia. Naučiť sa ju správne písať je však veľmi dôležitou vstupnou bránou k úspešnému zvládnutiu vysokoškolských prác.

Najťažšia časť je obsahová stránka práce. Všetci to poznáme: O čom mám písať? Kde hľadať? Ako začať?... Akonáhle sa však dostaneme do témy a začneme písať, ide to samo.

Hlavné kroky sú:

1. Príprava projektu a výskum
2. Realizácia projektu
3. Prezentácia projektu

1. Príprava projektu a výskum:

- Veľmi pozorne si vyberte námety.
- Napíšte si zoznam čo najväčšieho počtu otázok k vybranému námetu.
- Získajte prehľad o námete.
- Efektívne si lokalizujte a zaznamenávajúte zdroje.
- Čítajte knihy a robte si odkaz.
- Vytlačte si kópie.
- Zdroje zaznamenávajúte aj s bibliografickými odkazmi.

2. Realizácia projektu:

Efektívne písanie

Revízia

Odovzdanie práce

3. Prezentácia projektu:

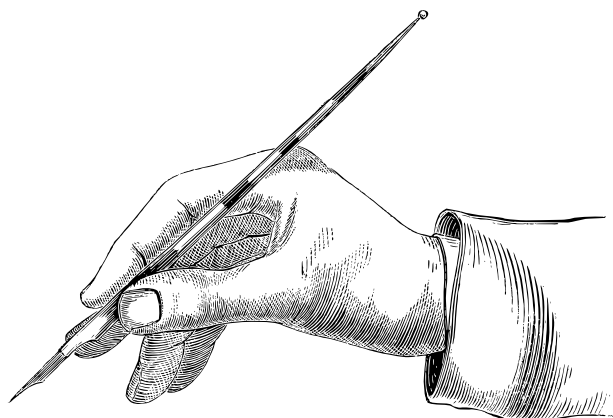
Môže sa realizovať v ústnej, písomnej alebo kombinovanej podobe, taktiež sa využíva prezentácia v PowerPointe.

Revízia- upravovanie konceptu:

- Počkajte aspoň jeden deň, potom si koncept znova prečítajte a „vylepšite“ ho.
- Napíšte druhú verziu.
- Napíšte a vytlačte si konečný koncept.
- Urobte korektúru konečného konceptu.
- Vytlačte konečnú verziu práce.
- Prácu si zálohujte na USB kľúči, vytlačte si druhú kópiu.

Efektívne písanie:

- Používajte textový editor - písmo: Times New Roman (12).
- Nastavte si okraje: zľava 3,5 cm (kvôli tlači), riadkovanie: 1,5.
- Sformulujte si hlavné myšlienky (tézy).
- Napíšte si osnovu.
- Napíšte prvý koncept svojej práce.



POSTUP PRI PÍSANÍ PRÁCE:

Práca musí mať rozsah najmenej 10, najviac 50 strán textu a dokladový materiál, ktorý pozostáva z máp, grafov, tabuliek, diagramov, fotografií, kresieb.

Seminárna práca musí obsahovať:

- 1.Úvodnú stranu
- 2.Obsah
- 3.Úvod
- 4.Metodiku práce
- 5.Vlastnú prácu
- 6.Diskusiu
- 7.Záver
- 8.Zoznam použitej literatúry (bibliografiu)



1. Úvodná strana:

- Meno autora
- Názov seminárnej práce

2. Obsah:

- Keď je práca rozsiahlejšia, pripájame na jej začiatok obsah s číslami strán pre lepšiu orientáciu v práci. Číslovanie strán začína až po obsahu.

3. Úvod:

- Môže nasledovať hneď po obsahu alebo na ďalšej strane.
- Obsahuje približne 10 viet o tom, čoho sa bude týkať vaša seminárna práca a rozličné údaje potrebné pre jej pochopenie: Dôvod jej spracovania. Cieľ, ktorý práca sleduje. Ťažkosti a prekážky, s ktorými ste sa stretli pri písaní práce. Poďakovanie tým, ktorí pri práci pomáhali.

4. Metodika práce:

- V tejto oblasti opisujeme spôsob, metódu, podľa ktorej sme pri vlastnej práci postupovali.
- Využívame logicko-myšlienkové postupy:

Analýzu	Dedukciu
Syntézu	Komparáciu
Analógiu	Generalizáciu
Indukciu	Porovnávanie

6. Diskusia:

- V tejto kapitule konfrontujeme svoje výsledky s literatúrou.

8. Zoznam použitej literatúry (bibliografia):

Príklad: monografia, príspevok v zborníku
PAVKOVÁ, I. a : Pedagogika voľného času.
Bratislava: SPN, 2009. ISBN 978-80-7367-423-6.

SZEGHYOVÁ, B.: Korupcia v stredoveku a ranom novoveku. In: Forum Historiae. 2011, roč. 5, č. 2, s. 198 – 205. ISSN 1337-6861.

5. Vlastná práca:

- Opisujeme podrobne výsledky vlastných pozorovaní v slede, ako sme zaznamenávali.
- Môže byť rozdelená na niekoľko ucelených kapitol alebo častí, označených samostatnými názvami.

7. Záver:

- Rozsah má podobný ako úvod, prípadne o niečo väčší.
- Stručne zhrňte obsah a výsledky práce.
- Prípadne doplňte svoj vlastný názor na rozdiel medzi cudzojazyčnou a našou literatúrou o danej téme.

Natalee, III. BB

Stredoškolská odborná činnosť

Ak učiteľ považuje vašu prácu za veľmi dobrú, môže vás prihlásiť do súťaže SOČ. Jediná zmena vo vašej práci bude, že na obale a titulnom liste bude napísané Stredoškolská odborná činnosť a príslušný odbor. Túto prácu pošlete v pdf. formáte do systému ešte pred školským kolom a vytvoríte si krátku prezentáciu o vašej práci.

KAM NA VYSOKÚ ŠKOLU?

Milí čitatelia,

predstava ukončenia štúdia na strednej škole môže byť pre mnohých z nás stresujúca, priam desivá. Viacerí si určite nevedia predstaviť opustiť svoje stále miesto v stredoškolských laviciach. Väčšina študentov chce pokračovať vo svojom vzdelaní na vysokej škole či univerzite, no nevedia, ktorú si zvolíť. Mnoho absolventov si vyberá štúdium mimo Slovenska. Pre mladého človeka je to výzva. Nadobudne nové skúsenosti, naučí sa samostatnosti, rozšíri si obzory, spozná nových ľudí z rôznych kultúr. Výber univerzity môže byť však veľmi náročný, keďže školy ponúkajú mnoho pestrých ponúk či už v oblasti samotných odborov, alebo výhod v rámci štúdia. Týmto príspevkom vám chceme priblížiť vysoké školy, ich programy v európskych krajinách, ich flexibilitu.

Nemecko

Nemecko má viac ako 40 univerzít, ktoré sa pýšia výborným hodnotením a patria medzi najlepšie univerzity sveta. Na väčšine verejných škôl neexistujú žiadne študijné poplatky ani pre zahraničných študentov bez ohľadu na štátnu príslušnosť. Nemecké univerzity môžu žiadať od študentov maximálne školné len do výšky 1000 € ročne. Administratívny poplatok sa pohybuje od 50 € do 200 € za semester a ten pokrýva verejný transport a iné študentské služby.

Francúzsko

Vzdelávací systém vo Francúzsku je podobne ako na Slovensku trojstupňový, skladá sa z trojročného bakalárskeho štúdia, dvojročného magisterského a trojročného doktorandského štúdia. Vysoké školy sa selektujú do troch kategórií: univerzity, grandes écoles a špecializované školy. Je to teda podobné ako na Slovensku, len na grandes écoles je prijímací proces ťažší a selektívnejší. Nájdete tam verejné i súkromné školy. Verejné vysoké školy nemajú žiadne školné, avšak platí sa štátom stanovený poplatok, tzv. zápisné, ktoré je v rôznej výške od 100 € do 600 €. Súkromné vysoké školy si stanovujú výšku školného sami.

Rakúsko

Rakúsko poskytuje tri typy škôl: verejné univerzity, súkromné vysoké školy, odborné vysoké školy a pedagogické akadémie. Vysokoškolský systém je totožný s naším (bakalársky, magisterský, doktorandský stupeň). Študenti zo Slovenska sú zvyčajne prijímaní bez povinnosti absolvovania prijímacieho pohovoru. Výnimkou môžu byť bakalárske programy v rámci odborov

biológia, medicína, farmácia, psychológia, veterinárna medicína, zubné lekárstvo, podniková ekonomika, ako aj publicistika a komunikačné vedy, kde je univerzita oprávnená udeliť uchádzačovi o štúdium povinnosť absolvovať prijímacie skúšky alebo môže robiť výber študentov najneskôr do dvoch semestrov po tom, ako uchádzač začal študovať.

Holandsko

Ideálnym príkladom rozvinutého a moderného školstva je práve Holandsko, ktoré prikladá vzdelaniu veľký význam. Systém vzdelávania v Holandsku je orientovaný na rozvíjanie špecifických schopností a zručností, ktoré žiak či študent vykazuje už počas stredoškolského štúdia a na prípravu na budúce povolanie. Tento, na prax orientovaný systém vzdelávania, pokračuje ďalej aj počas vysokoškolského štúdia. Ako na Slovensku, tak aj v Holandsku je možné študovať bakalársky, magisterský a doktorandský stupeň štúdia.



Veľká Británia

Anglicko je veľmi populárnou krajinou na štúdium, keďže sa pýši najprestížnejšími univerzitami sveta. No kvalita škôl sa odráža aj na poplatkoch za štúdium. Výhodou je však to, že študenti si na školné môžu požiadať o nekomerčnú pôžičku. V Anglicku je možné financovať celé školné nekomerčnou študentskou pôžičkou, ktorú študenti splácajú až po prekročení určitej hranice príjmu.

Ponúkame vám zoznam najlepších slovenských univerzít:

Univerzita Komenského v Bratislave
Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach
Univerzita veterinárskeho lekárstva
a farmácie v Košiciach
Univerzita Mateja Bela v Banskej Bystrici
Technická univerzita v Košiciach
Akadémia ozbrojených síl generála M.R.Š

Česká republika

Jazykovo menej zdatní študenti určite ocenia štúdium v Českej republike. Jazyková alebo kultúrna príbuznosť sú pre mnohých veľkým plusom taktiež ako životné náklady, ktoré sú cenovo prijateľnejšie ako v mnohých krajinách západnej Európy. V ČR platia pre slovenských študentov rovnaké podmienky ako aj pre domácich. Za denné ani externé štúdium sa v štandardnej dobe štúdia neplatí, prijímacie skúšky je možné absolvovať v slovenskom jazyku a zvyčajne aj pri štúdiu odovzdávať práce v našom materinskom jazyku. České školy sú nápomocné aj v podpore ubytovania. Slovenskí študenti práve kvôli vzdialenosti bydliska bývajú uprednostnení pri rozdeľovaní internátov.



Slovenská republika

V našej krajine je denná forma štúdia bezplatná, ak ide o štúdium v štátnom jazyku a dĺžka štúdia je štandardná. Každý študijný program má samostatne určenú dĺžku štúdia. Na Slovensku sa študuje dennou alebo externou formou na verejných alebo súkromných vysokých školách.

Veríme, že sme vám aspoň trochu priblížili vysoké školy a ich výber o niečo zjednodušili.

Martina & Emma, VII. OA

Porozumieť otázke je polovicou odpovede

Parafrázovaný výrok Sokrata tvorí podstatu debaty. Rozhovory o najrôznejších témach sa stali dennodennou súčasťou života. Naučiť sa správne debatovať je i cieľom našej akademickej debaty, ktorá prebieha na GT12 už niekoľko rokov. Zámerom debaty ako organizovanej výmeny názor je niekoho presvedčiť, argumentovať na základe istých pravidiel, ktoré zohľadňujú predovšetkým férovosť, tematickosť, konštruktívne výpovede, ktoré prebiehajú v súhlasných a nesúhlasných tímoch.

Vďaka debate si študenti dotvárajú si zrelší svetonázor, objavujú možnosti a hranice rozumnej argumentácie. Stávajú sa aktívnejšími a tolerantnejšími ľuďmi, ktorí nepovažujú názorovú nezhodu za nepriateľstvo, ale naopak za možnosť o veciach rozumne, vecne a otvorene diskutovať.

Byť súčasťou debatného tímu je častokrát veľmi zábavné a v neposlednom rade debata formuje osobnosť mladých ľudí, mení ich v logicky, analyticky a kriticky mysliace bytosti.

Naši študenti vnímajú akademicкую debatu takto:

Z vlastných skúseností musím povedať, že akademicкая debata mi dala jednoznačne veľmi veľa. Spoznala som nových študentov z iných tried, našla nových kamarátov. S debatou som začala ako dievča, ktoré často nevyjadrovalo svoj názor, bola som skôr tichá, menej komunikatívna. Vďaka debate som sa naučila asertívne vyjadriť názor a následne si ho zdôvodniť, kriticky rozmyšľať, začala som vidieť konkrétny problém zo všetkých uhlov pohľadu, bola som schopná argumentovať i protiargumentovať, obohatila som si slovnú zásobu a naučila sa komunikovať aj pod nátlakom a stresom. Spočiatku to však nebolo ľahké, ale časom som sa otvorila a začala viesť plnohodnotné debaty. Rečníctvo ma čoraz viac zaujímal. Už ako skúsenejšia debatérka môžem povedať,

že mi ten čas strávený na hodinách akademickej debaty stál za to, rozšíril moje vedomosti, pohľad na aktuálne témy. Verím, že aj tie ďalšie študijné roky bude debata prebiehať v priateľskom duchu a zároveň energicky súťaživo, lebo o tom je táto forma výmeny názorov. Veď ako sa hovorí: „Čo sa za mlada naučíš, v starobe akoby si našiel.“ Debatu odporúčam všetkým študentom, ktorí sú prirodzene zhovorčiví, zaujímajú sa o aktuálne témy i filozofické otázky, ale naopak aj tým, ktorí nemajú odvahu vyjadriť svoj názor. Dôležitým faktorom je aj to, že debata naučí študentov nebáť sa prezentovať. Je výborným základom k úspešnej ústnej forme maturitnej skúšky, učí odbúravať stres, strašiaka mnohých.

Viktória Sasáková, IV. AB

Prečo odporúčam akademickú debatu? Vďaka nej dokážeš rozvíjať svoju osobnosť a učiť sa praktických schopností aj počas iných vyučovacích hodín. Vystupovanie pred verejnosťou, zlepšovanie prejavu a ďalšie mäkké zručnosti sa vieš naučiť práve u nás. Politické témy a filozofovanie sú na týždennom poriadku.

Kriticky myslieť sa ti nie raz zídne. Budeš stáť pred veľkým rozhodnutím, ktoré ti zmení život. Rozhodneš sa správne? Správna argumentácia ti vie zachrániť krk. Aj napriek tomu, že radi vidíme samostatných rečníkov, nezabúdame na silu tímovej spolupráce. Pokiaľ si otvorený novým možnostiam, príď si nás omrknúť a povedz nám svoj názor! :)

Adam Bejda, V. AB





Dokážeme zvrátiť



GLOBÁLNE OTEPĽOVANIE?

Nikdy v histórii ľudstva sme neboli bohatšími, vyspelejšími, mocnejšími ako v súčasnosti, no napriek tomu čelíme veľkej kríze, ktorá tu ešte nebola. Navzdory neustálym pokusom vedcov o zviditeľňovanie témy globálneho otepľovania, sa bohužiaľ stále stretávame so smutnými štatistikami a nejasnou budúcnosťou. Ak podobne ako mne ani vám nie je naša budúcnosť ľahostajná, určite ste si neraz položili otázky: Dokážeme zvrátiť globálne otepľovanie? Ako môžem pomôcť ja ako jednotlivec? Na nájdenie odpovede je však dôležité pochopiť problém, ktorému čelíme. Už takmer pravidelne sa rozprávame o negatívach plastov, taktiež všetci vieme, že využívanie lietadiel nie je najviac eko či to, že každodenná konzumácia mäsa našej Zemi príliš neprospeje. Činnosť človeka je najväčším problémom globálneho otepľovania. Okrem klimatických zmien môže dôjsť aj ku geografickým zmenám, zahrňujúc zvýšenie hladín morí. Mnohí z nás veľa nevieme o skutočne najväčších „znečisťovateľoch“. Emisie unikajúce zo skládok hrajú rovnakú rolu v znečisťovaní ovzdušia ako emisie všetkých lietadiel vo vzduchu a emisie vyprodukované pri výrobe jedného nového auta sa vyrovnajú vybudovaniu iba dvoch metrov asphaltovej cesty. Takže je síce pekné využívať elektrické auto,

no pokiaľ budeme jazdiť na cestách, nič nezachránime. Neželané emisie sú už roky dlhodobo zakorenené v každodennom živote. Používanie kovovej slamky namiesto tej plastovej je také zbytočné, ako keby sme sa snažili udržať rybu nažive tým, že by sme ju „polievali“ pohárom vody. Pekné, ale nanešťastie zbytočné. Ako teda môžeme prispieť k lepšej budúcnosti? Snažme sa využívať hromadnú dopravu, skúsiť sa stať vegánom alebo aspoň obmedziť mäso, recyklovať, nenakupovať fast fashion (fast fashion - nakupovanie vo veľkých obchodných reťazcoch s lacným oblečením). Je to len malá čiastka toho, čo môžeme urobiť. Ak by som sa o to snažil len ja, zachránil by som toľko emisií, koľko globálny energetický sektor vyprodukuje za 1 sekundu. Ak by sme to spravili všetci, šlo by o 250 rokov. My sami bohužiaľ zďaleka zmenu nespravíme, a teda odpoveď na našu otázku znie, jedinou našou nádejou ako dokážeme prispieť k väčšej zmene, sú voľby, či už parlamentné, regionálne, okresné, alebo komunálne. Máme to šťastie, že žijeme v demokracii, takmer pravidelne sa aj na našom malom Slovensku dejú nejaké tie voľby. Ak teda budete mať možnosť ísť voliť, choďte. Pretože jediní, ktorí dokážu niečo zmeniť, sú prekvapivo volení nami všetkými.

Oliver Kohuth, V. OA

NOVEMBER 1989

Nespokojnosť s komunistickým režimom v Nemeckej demokratickej republike sa už od jej vzniku prejavovala emigráciou, ktorú nezastavil ani Berlínsky múr, ani prísne strážené hranice. V roku 1989 nadobudla emigrácia masovú podobu. Od augusta 1988 sa občianska nespokojnosť s komunistickým režimom prejavila aj v Československu, kde od okupácie v roku 1968 vládol normalizačný režim na čele s Gustávom Husákom. Ten s nevôľou sledoval zmeny v ZSSR a v okolitých krajinách. Signálom k nepokojom bol brutálny zásah polície proti spomienkovej demonstrácii študentov na Národnej triede v Prahe 17. novembra 1989, ktorá sa konala pri príležitosti 50. výročia uzavretia českých vysokých škôl nacistami. Na druhý deň vstúpili do štrajku vysoké školy a divadlá a v

nasledujúcich dňoch sa v Prahe na Václavskom námestí začali mohutné zhromaždenia občanov, ktoré požadovali vyšetrenie policajného zásahu a demokratizáciu spoločnosti. V novembri 1989 vznikol v Čechách koordinačný výbor Občianskeho fóra a na Slovensku hnutie Verejnosť proti násiliu. 29. novembra 1989 bol zrušený ústavný článok č. 4 o vedúcej úlohe KSC v štáte a v spoločnosti. Z funkcie prezidenta republiky odstúpil Gustáv Husák a 29. decembra 1989 ho nahradil Václav Havel. Predsedom Federálneho zhromaždenia sa stal Alexander Dubček. Keďže sa prevrat režimu uskutočnil bez násilia, dostala zmena režimu názov Nežná revolúcia (v Česku sa používa aj výraz Sametová revolúcia). V roku 1990 sa uskutočnili prvé slobodné parlamentné voľby.

Pýtali sme našej pani profesorky Mgr. Martiny Szilágyiovej, vyučujúcej dejepisu:

**Aké sú vaše spomienky na obdobie Nežnej revolúcie?
Pamätáte si na stretnutia, ktoré sa v tejto súvislosti konali?**

Nakoľko som mala v čase Nežnej revolúcie iba 14 rokov a bola som prváčka na gymnáziu, veľa spomienok, ktoré by stáli za zverejnenie a mali aj nejakú pointu, nemám. Čerstvo som zažívala zmenu školy, prostredia, kolektívu a snažila som sa adaptovať na nové stredoškolské podmienky, tak ako väčšina mojich spolužiakov. Preto si ani veľmi nepamätám, či sa na našej škole a v akej miere

angažovali starší spolužiaci. A nakoľko som nebola ani Košičanka, ale cezpoľná, tak som sa nezúčastňovala ani popoludňajších aktivít súvisiacich s novembrovými udalosťami. Mojou najvýraznejšou spomienkou je skutočnosť, že som tieto udalosti novembrových dní veľmi intenzívne sledovala doma v televízii a veľa o tom čítala vo vtedajšej tlači.

V rámci pozitívnych zmien, ktoré tieto udalosti priniesli, akú by ste ocenili najviac?

V súvislosti s týmito zmenami asi najviac oceňujem, tak ako väčšina ľudí, slobodu presahujúcu do rôznych oblastí života človeka a spoločnosti. Veľkým darom pre našu spoločnosť však bola, podľa môjho názoru, najmä sloboda slova a tlače, zrušenie cenzúry a slobodný prístup k informáciám. V dnešnej dobe si uvedomujem, možno viac ako inokedy, akú potrebnú, náročnú, často nedocenenú a nebezpečnú prácu robia novinári - myslím skutoční novinári, ktorých cieľom je hľadať a odhaľovať pravdu aj za cenu života, novinári, pre ktorých je Etický kódex novinára a princípy v ňom obsiahnuté absolútne kľúčový pre kvalitu jeho práce a predstavuje hodnoty, ktoré sú integrálnou súčasťou osobnosti novinára.

Pred pár rokmi (2019) sme na škole absolvovali symbolickú Nežnú revolúciu na počesť jej 30-teho výročia, kedy sme na chodbách spoločne štrngali kľúčmi. Aké to vo vás vyvolalo pocity?

Bola to krásna akcia. Veľmi ma vtedy dojalo, koľko žiakov a kolegov našej školy sa na nej zúčastnilo, koľko žiakov bolo ochotných sa aktívne podieľať na príprave samotného celodenného programu a dodnes, keď sa k videozáznamu z tejto akcie sporadicky vraciam, tak ma to naplňuje nádejou, že predsa medzi mladou generáciou sú mnohí, ktorým záleží na hodnotách, ktoré symbolizuje November 89 a zároveň mi to dodáva energiu pre moju učiteľskú prácu a poznanie, že aj napriek náročnosti má práca učiteľa stále zmysel.

Nie nadarmo sa hovorí o novinároch ako o strážnych psoch demokracie. Pri náznakoch obmedzovania slobody slova a tlače či pri útokoch na novinárov - verbálnych, či fyzických - v demokratických krajinách by mala spoločnosť spozornieť a byť citlivá na takéto prejavy, lebo môžu signalizovať prvé kroky k postupnému obmedzovaniu aj iných slobôd jednotlivca, či spoločnosti. Ak pri takýchto prejavoch nebudeme dostatočne vnímaví, nebudeme ich odsudzovať, nebudeme verejne odmietať takéto praktiky anonymných jednotlivcov na sociálnych sieťach, ale najmä verejne známych osôb vo verejnom priestore, môže sa nám stať, že sa jedného dňa zobudíme do diktatúry.

„Slúbili sme si lásku.“

„Posledné zvonenie!“

„Nie sme ako oni!“

Čo považujete za najväčší symbol alebo heslo Nežnej revolúcie?

Za najväčší symbol revolúcie považujem kvety, ktoré študenti v Prahe 17. novembra rozdávali príslušníkom polície - príslušníkom, ktorí boli "po zuby" ozbrojení a pripravení na zásah proti bezbranným neozbrojeným študentom. Ľudia si v Novembri 89 svoju slobodu vybojovali bez zbraní a to je v dejinách naozaj veľmi ojedinelý jav, ktorý však paradoxne poukazuje na to, že sila protivníka nespočíva vždy v jeho fyzickej prevahe, výzbroji či agresivite.

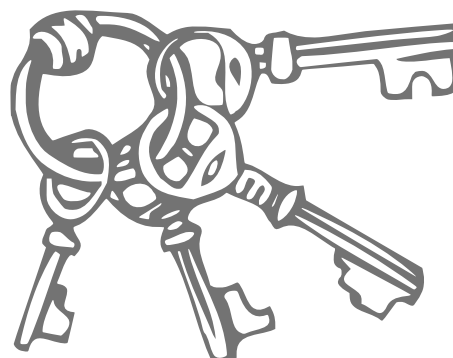
Sú podľa vás protesty, ktoré sa konali v posledných rokoch na Slovensku (napr. Za slušné Slovensko), do istej miery porovnateľné s Nežnou revolúciou?

Protesty Za slušné Slovensko boli iné, boli najväčšie od Nežnej revolúcie, ale podľa môjho názoru v istom zmysle boli symbolicky prepojené s udalosťami Nežnej revolúcie. V Novembri 89 bolo cieľom revolúcie a protestov zvrhnúť totalitný režim. Ten sa podarilo síce odstrániť legislatívne (máme Ústavou deklarované ľudské a občianske práva, prebehla transformácia ekonomiky z príkazovej na trhovú atď.), ale mentálne časť spoločnosti v tej totalite zostala a prepadol nás spomienkový optimizmus. Nenaučili sme sa, že demokracia nepríde sama od seba, že si ju

musíme budovať a to je ťažká práca. Popri každodenných starostiach, osobných aj pracovných, sme sa stali pasívnymi pozorovateľmi vecí verejných, pri riadení ktorých sa postupne začala vytrácať slušnosť, česťnosť, zodpovednosť, poctivosť, morálka. Preto sa pri protestoch Za slušné Slovensko časť spoločnosti rozhodla upozorniť na to, že v Novembri 89 sme si na námestiach sľúbili niečo iné, čo je potrebné vrátiť do slovenskej spoločnosti - slušnosť, spolupatričnosť, toleranciu, pravdu. A v tom vidím paralelu týchto protestov s Novembrom 89.

Myslíte, že je Nežná revolúcia porovnateľná s inou historickou udalosťou? Ak áno, akou?

Každá historická udalosť je jedinečná a neopakovateľná, je výnimočná či už v pozitívnom, alebo negatívnom slova zmysle pre danú krajinu, daný národ, konkrétneho jednotlivca, ktorý túto udalosť zažil priamo "na vlastnej koži." Preto by som Nežnú revolúciu neporovnávala s inou udalosťou v dejinách.



Myslíte, že dnes máme takú demokraciu, za akú sme pred 32 rokmi bojovali?

Myslím si, že takú demokraciu, za akú sme bojovali v novembri 1989, žiaľ nemáme. November 89 bol udalosťou plnou emócií - väčšinou pozitívnych: veľkej nádeje, očakávania, obrovskej solidarity a spolupatričnosti, ale s odstupom času aj veľkej naivity. Naivity v tom zmysle slova, že sme mnohí mali predstavu, že tak ako v rozprávke zlo šibnutím čarovného prútika pominie a navždy zvíťazí dobro a láska - že teda demokracia tu zrazu bude a bude prinášať len tie pozitíva.

Opak bol pravdou, pretože demokracia a jej prítomnosť v každodennom živote spoločnosti je veľmi náročný proces, na jej budovanie je potrebné neustále pracovať, je potrebné ju neustále kultivovať, zdokonaľovať a bohužiaľ, táto práca nemá koniec - nedá sa povedať v nejakej fáze, že konečne je hotovo. Tento proces je skoro večný, tak ako je večný boj dobra a zla, nakoľko vždy existujú a sú prítomné sily, niekedy viac inokedy menej, ktoré sa pokúšajú demokraciu oslabiť či ju

dokonca zničit. Príkladov z dejín máme viac ako dosť. A ďalším veľkým problémom je aj to, že sme ako spoločnosť veľmi chceli demokraciu, ale ukazuje sa, že len takú polovičnú - demokraciu so slobodou - pre niektorých až absolútnou, ale bez zodpovednosti. A sloboda bez zodpovednosti nie je demokraciou, ale anarchiou. Preto, aby bol tento proces kultivovania demokracie neustále živý, je potrebné kultivovať aj

spoločnosť aj jednotlivcov v nej, vychovávať ich k spoluzodpovednosti za seba, za svoje okolie, za verejný priestor, k tomu, aby si uvedomovali, že to, ako vyzerá naša demokracia v každodennom živote, je výsledkom našej občianskej angažovanosti, resp. neangažovanosti, nášho záujmu, resp. nezájmu o veci verejné. A tento cieľ nie je možné realizovať, okrem iného, bez kvalitného vzdelávacieho systému.

Saška, VII. OA



„Nad Tatrou sa blýska.“

„Utvorte koridor!“

„Pravda víťazí.“



Základ finančného systému budúcnosti alebo investícia plná rizík?

Akú to má hodnotu? Odkiaľ to prišlo? Prečo to vôbec existuje?

Predtým ako si zodpovieme tieto otázky, mali by sme vedieť, čo to je Kryptomena.

Kryptomena je typ digitálnej meny či elektronických peňazí, čo je novodobý druh meny. Podľa vyjadrenia Generálneho finančného riaditeľstva sa však nejedná o menu, ale o nehmotnú hnutelnú vec. Tieto peniaze sú tvorené elektronicky. Na svete je mnoho druhov týchto kryptomien a jednou z nich je aj samotný Bitcoin. Táto kryptomena je na svete od roku 2009 a jej tvorcom je Satoshi Nakamoto. Bitcoin je nezávislá internetová open-source kryptomena, ktorou sa dá platiť prostredníctvom úplne decentralizovanej P2P siete. Jedinečnosť Bitcoinu je jeho úplná decentralizácia. Je zámerne navrhnutá tak, aby nikto, vrátane jej autorov, záujmových skupín alebo vlád, nevedel menu nijako umelo ovplyvňovať, falšovať, aby vôbec nebolo možné zhabať Bitcoin účty, kontrolovať tok peňazí alebo spôsobovať infláciu. V sieti neexistuje nijaký centrálny bod, ani nikto, kto by vedel o sieti rozhodovať. Bitcoin je deflačná mena. Celkové množstvo peňazí je konečné a je dopredu známe a jeho uvoľňovanie do obehu sa definuje iba matematickými zákonmi. V sieti prebiehajú platby za minimálne alebo nulové náklady. Podľa centrálnych bánk kryptomeny nespĺňajú na 100% všetky definície meny a ani základné funkcie peňazí. Prijímajú ich iba niektoré kamenné a internetové obchody.

No na druhej strane môžu tieto podmienky časom spĺňať, čo bude závisieť od jednotlivých štátov, finančných inštitúcií, množstva ľudí, ktorí ich začnú využívať. Podľa stránky bitcoins.sk je na Slovensku dostupných asi 40 miest, kde prijímajú túto menu a môžeme si vďaka nej zaobstarať rôzne tovary a služby. Prijímať platby v tejto mene pomohla aj spoločnosť PayPal.

Podľa môjho názoru je Bitcoin budúcnosťou ekonomiky a svetového trhu. Sila tejto kryptomeny vie pomôcť či už firmám, alebo jednotlivcom v znásobovaní ich finančných prostriedkov. Z prieskumov je známe, že mnohým ľuďom zmenila ich život. Je však dôležité si uvedomiť, že Bitcoin vie ovplyvniť život jednotlivca nielen po finančnej stránke, ale aj jeho mentálne zdravie. To musí byť naozaj dostatočne silné a odolné, keďže cena Bitcoinu môže klesnúť alebo stúpnuť extrémne rýchlo. Napríklad v roku 2017 sa hodnota Bitcoinu zvýšila z tisíc dolárov na takmer dvadsaťnásobok.

Pravý význam Bitcoinu ešte len svet objavuje a nikdy nie je neskoro sa doň ponoriť a naučiť sa s ním pracovať. Virtuálna mena Bitcoin a jej spôsob fungovania predstavuje teda novú možnosť platby. Západné krajiny majú zväčša pozitívny postoj k tejto mene. To, ako sa uchytí v krajinách s inou formou vlády či kultúry, je zatiaľ otázne.

Sebastián Pribula, II. BB

WE HAVE ASKED THE LAST-YEAR'S SCHOOL LEAVERS

1. *What are you going to miss after leaving this school?*
2. *What are you NOT going to miss?*
3. *What are you thankful for?*
4. *What would you recommend the school could improve/change?*

Daniela Bieleschová

1. The witty comments some of our teachers always put into their lessons
2. Waking up at 5AM every morning and acting as if I didn't run out of breath every time I walked up all those stairs
3. I'd say I'm thankful for the debate club which I would have never known about if it wasn't for our school and definitely a few of my classmates whom I can call confidentially call my best friends at this point
4. Give the kids a lunch break, they deserve it

Alexandra Gedrová

1. I'm going to miss some of my teachers. They've been my inspiration ever since I started going to this school. They also play a significant role in encouraging me to become an ambitious and successful student. They are the reason for who I am as a person now.
2. I'm not going to miss some of the school subjects like math, chemistry, physics and biology since I wasn't particularly interested nor good at them.
3. I'm thankful for the people I met here. They are genuinely lifetime friends. I am also grateful for the funny memories I will cherish forever.
4. I wouldn't change much but I would like for the students to be more outdoors. I remember that one time we had a Zumba class for the whole school on our sports field and it was really fun. Therefore I would like to see it happen more regularly.

Tomáš Onodi

1. I will be missing the place, 'cause lets say that place what we are calling school is actually our home, some teachers, and my students on academic debate which I'm learning to be the best debaters, and I have fear who's gonna take my place when I would not be there.
2. Some of the subjects and some teachers, but I'm still in that mood my life is going forward and I can't stop and looking back on some bad things and memories, and actually I don't like my classmates (there was two people I liked).
3. I'm thankful and also proud of my skills that I learned on that school, and also I'm thankful for teachers that were teaching me, and I'm thankful for my best class teacher 'cause she had a really big nerves for me.
4. For some teachers, they need to change their system of learning 'cause I think some of their systems are boring and not really educative for young students.

Anonymous

I am going to miss my classmates and some teachers the most. They have been the most important parts of my studies and I thank them a lot for everything they have done. I hope that we will meet again in the near future. I am not going to miss some subjects at all, which were not that enjoyable for me. But that is just my sole own opinion. Other than that, the school and all 8 years were full of joy. I am thankful for all the patience and tolerance of all our teachers. Sure it was not always easy, though in the end we have made it without any significant problems.

Soňa Antošová

Hello, I'm sending my response to the interesting questions you gave us.

1. It's honestly dreadful to imagine my life without the annoyance of having to walk oh so many steps just to get into one room only to discover that the next lesson is at the very opposite of the school. No seriously, as a proud and loud optimist, my memories shift the very moment they're created as I'm sponging the best parts of them only. So quite sincerely, I'll miss it all. The annoying questions and stupid fights, the never-ending stress of oral exams, the oh damn we had homework? and the yeah, I guess I do love all my classmates. It's mostly the people and the place that makes you remember the people, but it's also youth and discovering the world whilst the world is discovering you, only guessing what kind of a person will you be one day.

2. Perhaps the only parts that weren't so glamorous were the sometimes confusing curriculum which decided that my knowledge of mitochondria being the powerhouse of the cell is more important than learning how to pay taxes or recognizing my human rights (there's 30 of them, did you know that?) and the things that were annoying at the time of their happening.

Like waking up, having exams and being stressed about pretty much everything.

3. I think it would be slightly embarrassing for me to type out here how seriously thankful I am for all my wonderful teachers, as I feel like we should for once stop thanking them and start actually rewarding them. With proper salaries and rights to do their jobs in a way they want to. Education is often taken for granted, but miseducation is always associated with bad human conditions, terrible political and economical situations and unhappy people. Only as properly educated people we can avoid all of these, prospering in our day-to-day lives and societies as well. Education is simply a human right that should always be exercised. I am beyond thankful for having the ability to exercise mine.

4. As a fellow teenager, I am very aware of the fact that we think we figured it all out and know so much more than anyone around us, as well as the fact that nothing could be further from the truth. I'd feel bad trying to recommend something to a group of people that not only studied a lot more than me but more importantly has much more experience to fact check their knowledge and apply it to the best use. I would just hope that our school will continue to thrive and prosper the way it is doing so for 40+ years.



Lucia Linkeschová

1. Most of all, I will miss the atmosphere here. I have, glad to say, always felt welcomed in my class. I have found inspiration in some of my classmates and their opinions and enthusiasm made me want to achieve the best qualities in my own self.

2. At certain moments, I have found it difficult to address my teachers, due to their opinion about me just as about a child. I prefer to be taken seriously.

3. I am thankful for the environment I had a chance to grow up in. It has shaped my personality, pushed me to my limits. While I am leaving, I do feel nostalgic. Overall I am thankful for my knowledge, but my friendships are the ones I personally am thankful for the most.

4. The easiest way to say this is to really start listening to students. We are lazy sometimes, but most of the time we are in school and want to get the most of it. We are not children in school, we are students. While I am glad for the amical atmosphere in school, a little seriousness while dealing with students would change a lot.

Anonymous

1. I'm going to miss that the teachers were kind of benevolent and considerate, compared to a college, because I think it will work a little differently there.

2. I'm not going to miss some of the subjects I didn't like. Also I am definitely not going to miss hundreds of stairs in front of the school.

😊

3. I am really thankful for people who I met and for making good friendships. I have also experienced new things and have been through new situations, which gave me so much for my future life.

Dominika Vargová

1. I'm definitely going to miss some of the teachers. I know that for most of the student's high school teachers are annoying but I feel like they still don't know what they have. For my whole high school there was someone who cares for my grades and my knowledge and motivates me to study.

2. I'm not going to miss some of my subjects because even though I choose grammar school in past 2 years I realize what I want to study in future and what are my interests. And that's why I struggled with chemistry and biology. It's just not "my cup of tea" and lessons was boring for me.

3. I'm thankful for my classmates. I loved to be in a group of ambitious people whose motivates me to be as good as they are. And I'm thankful that my parents give me a chance to go here.

4. One think I struggled thru 8 years of my studies was "sufficient reason not to go to school" a lot of girls will understand me because as a women once a moth I have a hard time. I'm one of those whose menstrual cramps are really painful that sometimes is hard for me to even get out of bed. But I was always told from teachers "every girl has a menstruation take a pill and sit down" and this wasn't just about this. Even if I feel sick our class teacher told us to go to doctor or go to school because will be harder for us to catch up the lessons. Basically school was more important that our health....well until corona came we act like staying home when we fell bad was normal before.

Lila Ha Khanh

1. I feel like the answer is pretty obvious but I'm going to miss my classmates and the teachers the most, for sure. I mean we spent almost everyday with each other for the past 8 years so it's only natural for us to have created a space of comfort. It's truly going to be weird not seeing one another everyday anymore and instead having to adapt to a new place with new people and create a new routine.

2. Since I have to commute to school daily, I will definitely not be missing the early mornings and travelling. I will not be missing subjects such as chemistry, biology, physics, etc.

Honestly, I can't think of anything right now, probably because I'm still technically a part of this school, but I'm sure I'll be able to tell you once I'm officially a university student.

3. I'm thankful for all of the education that I was fortunate enough to receive from the school and teachers. I'm thankful for the considerate behaviour from some of the teachers and not making my school life so miserable. I'm thankful for my classmates. And overall I'm just thankful for the school because I was able to meet amazing people.

4. Honestly, the building would benefit from a reconstruction but I know that that is not solely the schools fault and they probably do not have enough funds to do a makeover.

Ema, V. OA





Mgr. Patrícia Kaclíková

Aké spomienky máte na Vaše stredoškolské časy?

Na moje stredoškolské časy mám len dobré spomienky. Chodila som na 8-ročné gymnázium, takže strednú školu a rovnakých spolužiakov som si užila osem rokov. Boli sme skvelý kolektív, ako to býva, občas sme aj niečo vystrojili, ale v náročných situáciách sme sa vždy dokázali podporiť. Toto prajem aj všetkým našim študentom, aby na gymnáziu našli priateľov na celý život.

Čo by ste zmenili na našej škole?

S jednou menšou zmenou som už začala. Je to realizácia oddychovo-vyučovacej zóny, tzv. Zelenej oázy v školskom átriu. S mojou kolegyňou, p. prof. Gergeľ Čechovou, chceme pri vchode do tretieho pavilónu vytvoriť priestor s vonkajším sedením a množstvom zelene a kvetov, kde sa počas teplejších mesiacov bude môcť vyučovať časť hodín a zároveň bude slúžiť na relaxáciu pre všetkých študentov a zamestnancov našej školy. Ak sa podarí,

tak v podobnom duchu plánujeme pokračovať a revitalizovať aj ďalšie časti átria, aby sme betónovú džungľu zmenili na príjemnejšie zelenšie prostredie.

Čo Vás priviedlo k študovaniu pedagogiky? Naplnili sa Vám očakávania?

Štúdium pedagogiky bola v mojom prípade náhoda. Pôvodne som chcela študovať iný odbor. Ale osud to zariadil tak, že som sa ocitla na PF UPJŠ na pedagogickom odbore. Nikdy som to však neoľutovala a po prvom semestri som si povedala, že to je presne to, čomu sa chcem v živote venovať.

Myslíte si, že vzdelanie je základ života?

Určite áno. Vzdelanie je kľúčom k pochopeniu zákonitosti života, vzdelaný človek sa dokáže ľahko orientovať v množstve (často aj falošných) informácií a nemá problém diskutovať a prijímať názory ostatných ľudí. O to sa snažím aj na svojich hodinách, aby mali žiaci priestor na vyjadrenie svojho názoru a aby si ho vedeli aj obhájiť na základe vedomostí, ktoré majú.

Aké máte záľuby?

Vo voľnom čase rada zjdem na prechádzku do prírody, čítam knihy, prípadne upečiem nejaký chutný koláčik. V zime patrí k mojim najobľúbenejším aktivitám lyžovanie.

Ako by ste sa ohodnotili ako študentka?

Čo sa týka učenia, tak patrila som k „jednotkárom“. Učenie mi vždy išlo ľahko a prirodzene, takže to nebolo trápenie. Učitelia ma vnímali skôr ako slušnú študentku a spolužiaci vedeli, že ak si zabudli domácu úlohu, tak ja ju určite budem mať. 😊

Čo Vás baví najviac na vyučovaní?

Najviac ma baví kontakt so súčasťou generáciou mladých ľudí. Aj keď zatiaľ máme k sebe vekovo pomerne blízko, vždy ma dokážu naučiť niečo nové, čo je práve v móde. Baví ma počúvať ich názory a naopak svojimi názormi môžem pomôcť formovať ich osobnosti a ovplyvniť ich budúce smerovanie.

Akú aprobáciu máte a ktorý predmet učíte radšej?

Mojou aprobáciou je biológia a chémia. Na GT12 učím prevažne len chémiu, ale biológiu mám rovnako rada. Nikdy si neviem vybrať iba jeden predmet, pretože oba majú niečo špecifické, čo mám rada.

Ako sa Vám učí na našej škole?

VÝBORNE 😊 Príjemné prostredie, milí kolegovia a študenti. Som veľmi rada, že som sa stala súčasťou tímu GT12.

Prečo práve chémia?

Chémia predstavuje základ života na Zemi. Je všade okolo nás, jej princípy sa uplatňujú v každodenných činnostiach aj keď si to možno neuvedomujeme. Ja sa snažím svojich študentov viesť k tomu, aby vždy hľadali príklady na rôzne chemické procesy práve v bežnom živote. No a chémii som si vybrala tiež preto, že obsahuje aj praktickú zložku – experimentovanie a to je pre všetkých veľmi populárna časť tohto predmetu.

Čo si myslíte, čím sa líšite od ostatných učiteľov?

V prvom rade asi vekom. 😊 Keďže som mladšia ako väčšina pedagógov na našej škole. K študentom sa snažím pristupovať ako k seberovným partnerom v komunikácii, chápem, že aj oni sú len ľudia a všetci môžeme mať občas zlý deň. Na mojich hodinách nechýba humor. Potvrdilo sa mi, že to ako sa správate k žiakom, tak oni vám to zrkadlia vo svojom správaní.

Myslím si, že väčšina učiteľov na našej škole zastáva podobné názory ako ja a všetci spoločne sa snažíme vytvoriť priateľské, inšpiratívne prostredie, v ktorom ide získavanie vedomostí oveľa jednoduchšie.

V minulom školskom roku ste sa stali na našej škole učiteľkou roka. Ako ste takúto poctu vnímali?

Veľmi si toto ocenenie vážim. Bolo to pre mňa totálne nečakané, keďže som na škole učila len prvý rok. O to viac si cením, že si študenti vybrali práve mňa. Je to uznanie toho, že svoju prácu robím dobre a pre mňa motivácia robí ju ešte lepšie.

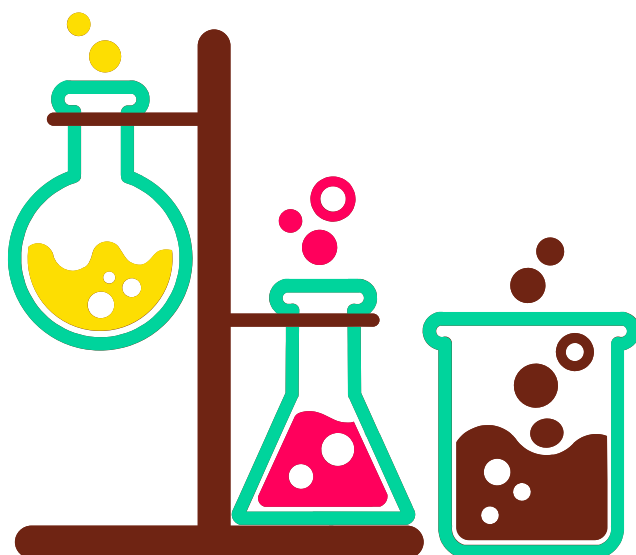
Akým spôsobom sa pripravujete na vyučovacie hodiny?

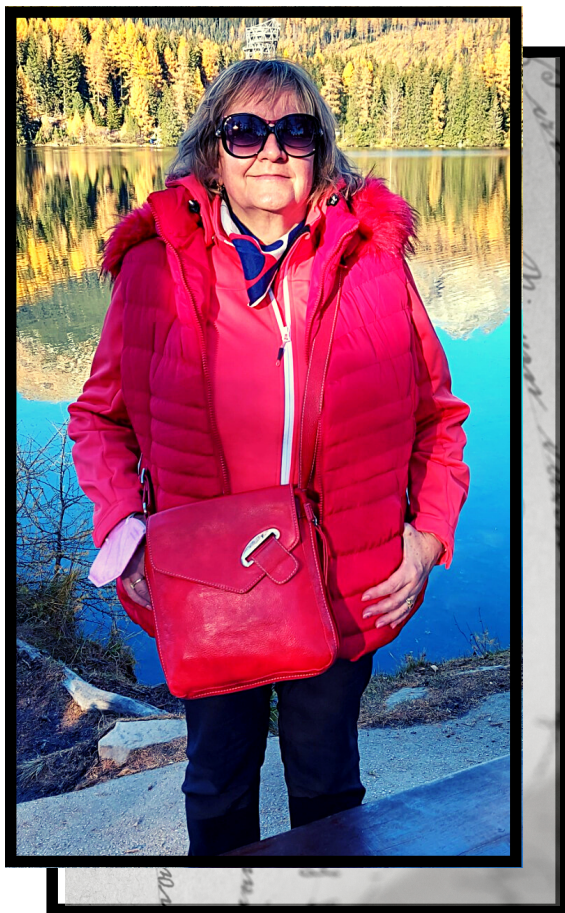
Vždy si musím pripraviť to, o čom sa na danej hodine budeme rozprávať, čo bude cieľom hodiny a čo musia študenti na jej konci vedieť. Snažím sa robiť hodiny zaujímavejšími, preto často vymýšľam rôzne netradičné aktivity a formy vyučovania. K príprave na vyučovanie patrí aj opravovanie písomiek a kontrola zadání. V neposlednom rade sa snažím mať dobrú náladu, aby sa hodiny niesli v príjemnom duchu.

Aké hodnoty by mal mať úspešný absolvent našej školy?

Úspešný absolvent našej školy by mal byť mladý rozhladený človek, mal by vedieť slušne vyjadriť a obhájiť si svoj názor, byť čestný a úprimný. A určite nesmiem zabudnúť na to, že by mal byť hrdý na svoju „alma mater“, ktorá mu umožnila získať kvalitné vzdelanie a spoznať nových ľudí.

Monika, III. BB





Mgr. Eva Findoráková

Ako si spomínate na svoje stredoškolské časy? Je podľa vás v súčasnosti štúdium náročnejšie?

Na strednej škole som zažila najlepšie časy! Chodila som na gymnázium Kovačská 30. V triede nás bolo 37 a aj napriek tomu, že sme boli rozdelení do skupiniek, boli sme dobrý kolektív. Chodievali sme na Bankov, korčuľovať sa na zimný štadión, zažili sme výborné výlety a exkurzie. Doteraz mám najlepších priateľov zo strednej školy! Mali sme krásne detstvo aj študentské časy, bez mobilu, počítača, s kamarátmi, na výletoch, na diskotékach...

Neviem, či je štúdium náročnejšie, ale určite je toho VIAC. A niekedy ani počítače a mobily nepomáhajú, ale naopak, kradnú nám čas... Myslím si, že veľa žiakov nemá systém, učí sa nárazovo a potom si málo pamätajú.

Aké predmety ste mali ako študentka najradšej? Bol aj taký, ktorý vás nebavil?

Mala som veľmi rada fyziku, všetky jazyky: slovenský, nemecký aj ruský jazyk.

Nebavil ma VÔBEC dejepis a zemepis...a doteraz netuším, kde na mape je ŽILINA . Škoda, že je Ivetka Píšová mladšia ako ja, s ňou by som slepú mapu určite dala 😊 . Aj dejepis s Maťou Szilágyiovou. Obe sú výborná učiteľky .

Prečo ste si vybrali práve povolanie učiteľky?

Pôvodne som chcela ísť vedeckým smerom na UPJŠ a venovať sa len fyzike, ale nejako sa to zmenilo na učiteľský smer v aprobácii MAT-FYZ. Asi je to takto dobre, neviem si seba predstaviť zatvorenú v laboratóriu alebo vo výskumnom ústave.

Čo vás na matematike fascinuje natolko, že ste sa rozhodli ju študovať? Ktoré jej odvetvie učíte najradšej?

Matematika je podľa mňa jasná, presná, logická. Veľmi rada mám analytickú geometriu, vektory, kombinatoriku... Nerada učím stereometriu, žiaci to nemajú radi, nevedia rezy telies, nevidia, kde je uhol...

Ak by ste neboli pedagógom, aké povolanie by vás naplňalo?

Chcela som sa venovať aj žurnalistike. Písala som básne, slohy som milovala. Taktiež som kedysi snívala o malom obchodíku, v ktorom by som ponúkala a aj vyrábala rôzne aranžmány - to ma stále baví!

Čo vás dokáže u žiakov najviac potešiť a naopak najviac nahnevať?

Hnevá ma, keď sú žiaci apatickí, keď ignorujú výuku, učiteľa, rodičov, keď sú drzí a arogantní. Naopak, teší ma, keď sa im darí, keď sú kreatívni, tvoriví, nadchnú sa pre niečo, keď vedia spolupracovať, pomáhať si, keď sa zasmejeme na vlastnej chybe, hlúposti...

Hovorí sa, že nie len pedagóg učí žiakov, ale aj samotní študenti učia pedagóga. Je niečo, čím vás obohatili vaši študenti?

Často mi hovoria, aby som nebrala život tak vážne, aby som sa ja netrápila, keď dostanú 5 alebo nie sú pripravení na vyučovanie, že to je ich vec. Tak to sa mi veľmi (vôbec 😊) nedarí... Teší ma, keď sú žiaci veselí, keď sa im darí, pretože aj oni majú svoj svet, v ktorom nie sú len radosti, ale aj starosti a problémy.

Nedávno ste oslávili svoje životné jubileum, vtedy človek začne bilancovať. Je niečo, čo by ste si ešte chceli splniť?

Tak neviem, ...predtým ľudia v 60-tke šli do dôchodku, ja ešte pracujem, aj keď mám dve deti.

Nikdy som nemala nejaké väčšie kariérne ambície, tak bilancia bude krátka .

Na GT12 som bola sedemkrát triedna učiteľka. Na štvorročnom aj osemročnom gymnáziu, v triedach svojich, aj „ podedených “ po kolegoch, ktorí odišli zo školstva, ochoreli alebo šli na materskú dovolenku.

Bola som vedúca predmetovej komisie matematiky, aktívne som účinkovala v našom učiteľskom súbore „VEDERKO “, kde sme spolu s Ruženkou Spišákovou písali aj texty piesní na akcie a jubileá kolegov.

V našej škole učíte dlhé roky. Keď sa obzriete späť, čo sa na nej zmenilo?

Zmenilo sa veľa... budova, kolegovia, veľa z nich odišlo, niektorí žiaľ navždy... IKT technológie prenikli aj do škôl, žiaci už nechodia do knižnice, všetko si „ vygúglia“. Ale stále máme dosť výborných žiakov, ktorí sú všestranní a zaujíma ich dianie v škole.

Aké sú vaše obľúbené voľnočasové aktivity?

Veľmi rada chodím na výlety, na turistiku do Tatier, na Bankov, Aničku, do okolia Košíc. Taktiež mám veľmi rada ručné práce. Vyšívam, pletiem, šijem. Počas korony som začala recyklovať všetky staré rifle, ktoré sa za 30 rokov v skrini „zbehli “ a šijem z nich rôzne vecičky. Veľmi rada mám aj čítanie kníh. Keďže som blbá z dejepisu, teraz, na staré kolená, čítam historické romány. Rada varím, pečiem a vyrábam ikebany.

Mám dve atestácie a 62 kreditov, momentálne som tretíkrát v Rade školy ako jej predsedníčka.

V súkromnom živote mám dve veľké tajné želania, ktoré sa týkajú mojich detí. Viac neprezradím, lebo sa mi nespĺnia. Som vďačná za to, že mám v práci dobré kolegyne aj kamarátky. Vieme sa spolu smiať aj plakať, keď je to nutné a hlavne si vieme spolu sadnúť a konštruktívne riešiť všetko, čo momentálne riešiť treba. Chýbajú mi všetci tí, ktorí odišli navždy, je mi za nimi smutno.

Som vďačná aj za to, aké máme vedenie, pretože sú ústretoví, ľudskí a chápací, aj keď máme niekedy odlišné názory.

Čo by ste odkázali žiakom GT12 a taktiež mladším kolegom?

Mladým kolegom, aby „nezdupkali“ zo školstva, raz bude dobre.

Žiakom odkazujem, aby sa nebáli objavovať svet, aby nezaspali na vavrínoch, aby sa k spolužiakom nesprávali arogantne,

aby sa zapájali do života našej školy, pretože v našej škole ponúkame naozaj širokú škálu aktivít, z ktorej si každý môže niečo vybrať.

Tebe Julka, aj tvojim spolužiakom prajem úspešné ukončenie štúdia na našej škole!

Julka, IV.A



„Aj ten najhorší počtár si vie vypočítať výslednú známku z matematiky.“

Mgr. Igor Birčák



Čo vás viedlo k tomu stať sa učiteľom?

Nikdy som si nevedel predstaviť, že sa postavím pred študentov, budem stredobodom pozornosti a k tomu ešte aj čosi tých študentov naučím – bol som totiž kedysi (a vlastne ešte stále som) plachý chlapec. Dokonca ani po ukončení štúdia angličtiny na Prešovskej univerzite som neplánoval učiť iných. Až zhoda životných náhod ma priviedla k tomu, že som začal učiť zamestnancov po rôznych firmách a zistil som, že študenti sa na mňa nesťažujú a po určitom čase sa dokonca aj niečo naučia. ... a po prvom roku som došiel k záveru, že učenie angličtiny je spolu s hraním na gitare jediná vec, ktorú dokážem robiť tak, aby aj ostatní z toho mali ošoh. A napokon som zakotvil na GT12, kde sa každým dňom uisťujem o pravdivosti predchádzajúcej vety.

Kolko rokov ste žili v zahraničí ?

V rôznych obdobiach môjho plodného života to bolo dokopy šesť rokov v piatich rôznych krajinách na troch kontinentoch. Keďže väčšina z nich bola anglicky hovoriaca, cibril som si tam nielen svoje životné skúsenosti, ale aj zručnosti lingvistického charakteru, ktoré teraz, na veľkú radosť mojich študentov, využívam na hodinách na GT12.

Kolko času vám zabralo naučiť sa hrať na gitare?

Hranie na gitare je nekonečný proces učenia, ale matematicky vyjadrené – prvý akord (bol to samozrejme E mol) som sa naučil ešte v časoch Československa, v roku 1992, takže takmer 30 rokov už brnkám. Gitara mala pre mňa však aj širší ako len hudobný dosah – ľahšie sa s ňou balili dievčatá.

Ako najradšej trávite čas so svojim synom?

So svojim synom sa učíme angličtinu z videí na Youtube, chodíme na detské ihriská, počúvame Depeche Mode, avšak väčšinu času sa mu snažím vysvetliť, že musí aj niečo zjesť, keď chce existovať na tomto svete.

Máte nejaké životné motto, ktorým sa riadite? Ak áno, tak akým?

Žiaľ, musím sa priznať, že trpím „chorobou“ zvanou prokrastinácia, teda mojim krédom je bondovské „Tomorrow never dies“ – aj zajtra je deň. Dám však mladým čitateľom radu do života – vyhýbajte sa tejto chorobe, život s ňou je náročný. Okrem toho sa snažím žiť aj podľa „Forever young“, k čomu mi výrazne napomáha aj moja práca na GT12.

Čo si najviac vážite na svojich študentoch?

Vážim si ich za to, že sa mi pozdravia na chodbe a niekedy dokonca aj v Optime. Vážim si na nich, že mi na konci školského roka poďakujú (vo forme bonboniér a káv) za to, čo sa pri mne naučili. Vážim si aj tých, ktorí mi pošlú fotografiu knihy poviedok Sherlocka Holmesa s tým, že to začali čítať na základe našich hodín literatúry.

Ktorá z krajín, v ktorých ste žili, vás najviac ohúrila a túžil by ste sa do nej vrátiť?

Odpoveď na túto otázku je jednoznačná – Nórsko. Ak by som musel emigrovať zo Slovenska, tak by som určite skončil v tejto severskej krajine. Krásna príroda, milí a skromní ľudia, fungujúce služby – znie to ako kliše, ale je to presne tak aj v skutočnosti. Nórsko je jedna z mála krajín, ktorá vyzerá lepšie v realite ako na obrázkoch. Ak teda budete mať čas (a peniaze), „booknite“ si AirBnB niekde v Oslo, sadnite do auta a vyrazte za škandinávskym dobrodružstvom – neoľutujete.

Čo vás viedlo k tomu vrátiť sa späť na Slovensko?

Som síce chlapec s túlavými topánkami a dobrodružnou povahou, ale zároveň som aj patriot. Najkrajšia časť všetkých mojich ciest svetom bol návrat domov – je to neopísateľný pocit. Okrem toho sa mi veľmi nechce rozprávať celý život cudzími jazykmi.

Ktorý šport je pre vás ten naj?

Za mojich mladých liet som pravidelne hrával tenis, ale najradšej som mal stolný tenis. Teraz mi ostáva len pasívne sledovanie športu v TV – milujem pozeranie biatlonu a hokeja.

Čo vás najviac fascinuje na povolaní učiteľa?

Fascinuje ma, že svojou troškou prispievam k tomu, že mladý človek v júni vie o tomto svete viac, ako vedel v septembri predchádzajúceho roku. Som hrdý na to, že ten istý mladý človek si určite spomenie o 10 rokov v práci pri prezentácii v angličtine pred svojimi šéfmi, že kedysi dávno ho nejaký profesor Birčák naučil, ako sa používa predprítomný čas. Na práci učiteľa tiež zbožňujem, že spomaľuje starnutie.

Stella, II. BB



Forever
Young



Prí jazere

Medzi štípmi mohutných, vo vrcholoch hôr slovenských, nachádza sa jazierko čisté ako ľalia, belasé jak nebesá, navôkol nič, len panenská príroda pokrytá bielymi vločkami, ktoré si z nebies už od východu jasnej, žltej gule tancujú ku povrchu zeme. Tiché je to miesto, no to si radostne vychutná každý domáci aj návštevník ľadového kráľovstva.

Jazero široké ako svet, no naopak nie až tak hlboké a tajuplné opäť zastavilo pod povrchovým skleneným štípm. Ani jeho obyvatelia už nešantia, no uľahli do hlbokých, dlhých snov zimného spánku. Naopak ako deti lesa si veselo navôkol skackajú chlpaté, rohaté gule nazývané kamzíky, pozorne strážiace svoje tiché kroky pred nebezpečenstvom dravých šeliem. Nečudo, že ich ťažko spatrí aj ten najpozornejší návštevník lesa, keď sa ako myšky potichučky prelietavajú okolím.

Naopak hlasno si odfukuje pán lesa, ktorý ako batola zaľahol už koncom novembra a necháva aj zvyšok horského sveta okolo jazera oddýchnuť si od jeho ťažkých krokov.

Priam ľadové až ukrutné vetriská ohýbajú vrcholmi aj tých najstatočnejších zelených strážcov lesa, ktorí sa len tak tak nezlomia pod ťarchou bielej prikrývky. Pýšia sa svojou košatou korunou a ľahajú sa až tam k Pánovi do nebies. Veselé farby horských kvetov tu v tomto čase nemožno nájsť, taktiež sa rozhodli počkať na jar a nebojovať s chladivým protivníkom januárových dní.

Pri odchode od zázraku prírody každého ten pohľad zahreje pri srdci. Miesto, akoby v čase zastavené, dodáva tak potrebnú či žiadanú energiu do dnešnej doby, plnej negatívnych, zlých a zákerných ľudských stvorení matky prírody.

Nina Dzurová, III. BB

Jablkový koláč

„Kedy sa to celé začalo?“ pýta sa ryšavá teta s okuliarmi sediaci oproti mne. Mysľou sa vrátim skoro rok dozadu. Koniec marca 2020. V kuchyni rozvoniaval jablkový koláč. „Vyzerá dobre,“ povedala babka. Otvorila som zásuvku a vybrala nôž. Na sladučký jablkový koláč sa mi už zbíhali slinky. „Aj ja chcem! Aj ja chcem!“ zakričala moja šesťročná sestra. „Dobre teda. Prvý bude tvoj.“ Vtom do obývačky vtrhol môj otec. „Načo ste zase piekli?“ zaburácal, „Veď som vám hovoril, že neznášam zákusky!“ Babka sa zahanbene pozrela do zeme. „Chcela som iba urobiť dievčatám radosť...“ začala. „Chcela si im pokaziť zuby? Vieš, aké sú koláče nezdravé?“

Babka posmutnela. Prišlo mi jej ľúto, tak som sa jej zastala: „Nikto ťa to nenúti jesť! Je to pre nás!“ „Hej, jasné. Už vidím teba jesť koláč. Vieš, koľko má kalórií?“ Slzy som mala na krajíčku. Už som sa chystala rozrevať a hystericky naňho navrieskať a urobiť tým ešte väčšiu scénu ako on, keď do kuchyne vošla mama. „Karol, prestaň robiť scény pred návštevou,“ zasípela. „Návšteva tu nemá čo robiť, do riti! Veď je karanténa! Všetci majú sedieť doma na zadkoch! Čo je na tom také ťažké?! Ja to robím už poondiate tri týždne!“ „Tak ja teda pôjdem,“ povedala babka potichu. „Karol, upokoj sa!“ „Nehovor mi, čo mám robiť!“

s týmito slovami sa zvrhol na päte a oddupotal k dverám, „A keď sa vrátim, ten koláč tu nebude!“ Tresol dverami. „Čo je s ním?!“ opýtala sa moja sestra so slzami v očiach. „Nič, zlatko,“ povedala mama, „vieš, všetci to máme teraz ťažké.“ To je pravda. Ale nie všetci máme každý deň amoky kvôli úplným hlúpostiam. „Dáš si koláč, zlatko?“ opýtala sa mama mojej sestry. Potiahla nosom a prikývla. Aj ja som si odkrojila kus. Poriadne kusisko, ako pre drevorubača. A potom ďalšie. A ďalšie. Aký bol dobručký! Sladučké cesto rozplývajúce sa na jazyku doplnené kyslými jabĺčkami... „Kolký kus už ješ?“ opýtala sa ma mama. Odpovedala som, že ani neviem. Nepočítala som. Ani kusy, ani kalórie, nič. „Nebude ti zle?“ Pokrčila som plecami. „Počula si ho, máme to zjesť celé a hneď.“ „Len aby ti zle nebolo.“ Nepočúvala som ju. Spokojne som sa napchávala ďalej. Mama so sestrou medzi tým odišli z kuchyne do obývačky pozeráť nejaký film. Kým prišiel otec bol už plech prázdny. „Vy ste to vážne celé zožrali?“ opýtal sa neveriacky. Zožrali. To slovo ma zabolelo. Asi preto, že sa väčšinou používa v spojení so zvieratami. Prasatami. V rúre a mikrovlnke som zachytila svoj odraz. Brucho som mala veľké ako minimálne v piatom mesiaci tehotenstva. Do očí mi vyhĺkli slzy. Bolo mi zo seba zle. Ako to len budem vyzeráť až sa vrátim do školy? Veď ma spolužiaci nespoznajú! Chcela som vrátiť čas. Chcela som to všetko dostať zo seba von. A o jednom spôsobe som počula, aj keď som ho sama nikdy neskúšala. Išla som na záchod, kľakla si na studenú dlážku a... No to všetko si nechám pre seba a tete oproti mne len sucho odsekem: „Počas karantény.“ „Presnejšie?“ „Niekedy v prvej vlne.“ Chápavo prikývne, spôsobom, akým dokážu len psychológovia.

„Rozumiem. Veľa ľudí má počas pandémie tento problém. Poruchám príjmu potravy sa najviac darí v izolácii.“ V tomto má pravdu. Nevieť si ani predstaviť strkať si ruku do úst v odporných školských záchodoch. Doma sa mi to darilo robiť nenápadnejšie. Nechala som bežať vodu, pustila som odsávanie a nikto ma nepočul. Síce sa otec potom rozčuľoval, prečo toľko platíme za vodu, čo ma vystresovalo ešte viac a znova som sa musela napchávať na prasknutie a znova utekať na záchod a pustiť vodu a... „Máš pocit, že v septembri, keď ste na chvíľu chodili do školy, ti bolo lepšie?“ V spomienkach zalovím na ten necelý mesiac, na ktorý nás pustili do školy, predtým než ich kvôli pandémie znovu zavreli. Vynorí sa mi jedna špecifická spomienka z jedného piatku, keď sme išli s kamarátmi do čínskej reštaurácie. Predtým som celý deň nič nejedla, keďže som sa rozhodla, že prestanem s tým večným karanténnym napchávaním a prejedaním sa do prasknutia. No keď som uvidela tie hory voňavých rezancov a v nose ma poštekľila štiplavá vôňa korenia, neodolala som. Rezanca som začala do seba hádzať, zatiaľ čo moji kamaráti na mňa nechápavo zízali. „Si v poriadku?“ „Hej,“ snažila som sa povedať no zabehlo mi. Na to som sa prudko postavila od stola a utekala na záchod. Nemohla som sa však zdržať dlho a vyvrátiť to všetko, lebo to by bolo podozrivé. Zvyšok jedla som už zjedla normálnym tempom, lebo napchávanie sa rozhodne nie je pôvabné. Doma je to iné. Tam sa proste zavriem do izby a bez hanby, keďže ma nikto nevidí, do seba hádžem čokoládu zo zásob pod posteľou. Buď z nudy alebo zo zúfalstva nad tým, že mrhám najlepšimi rokmi svojho života zavretá doma so svojim cholerickým otcom, čo sa vytáča do nepríčetnosti nad najväčšími hlúposťami

a kričí až zo steny padá omietka. „Prečo si s tým vlastne začala?“ pýta sa psychologička, „veď ty vôbec nevyzeráš, akoby si niekedy potrebovala chudnúť.“ „To nebolo ani tak o chudnutí, skôr...“ odmlčím sa, hľadajúc správne slová. Jej zelené oči, zväčšené cez okuliare ma doslova prebodávajú spýtavým pohľadom, až som prinútená sklopiť zrak. Hodiny na stene hlasným tikaním zaplňajú trápne ticho. „O kontrole,“ poviem napokon, „nemôžem nič, ani chodiť do školy. Hodiny na stene hlasným tikaním zaplňajú trápne ticho. „O kontrole,“ poviem napokon, „nemôžem nič, ani chodiť do školy. Ale keď sa prinútim vracať, mám kontrolu aspoň nad jednou vecou vo svojom živote.“ No pravda je taká, že aj tú kontrolu som stratila veľmi rýchlo. Práve naopak ono to začalo kontrolovať mňa. „Aha, chápem,“

pritaká znovu a posunula si okuliare vyššie na nose. Nie, nič nechápeš, pomyslím som si. Nikto ma nechápe. Vôbec nikto. „Prečo to robíš? Nechápem, ako môže niekto naschvál zvracať!“ bola pohoršená reakcia mojej mamy, keď ma prvý krát prichytila. No teraz už iba gúľa očami, keď vidí ako do seba pri obede hádzem jedlo a pýta sa: „Načo to vôbec ješ, keď to aj tak potom vyvraciaš?“ Vau. Fakt povzbudzujúce, mami. Hodiny na tej odpornej kanárikovo žltej stene po dobe, ktorá sa zdala ako večnosť, oznámili, že päťdesiat minút ubehlo. Koniec sedenia. Na parkovisku v aute ma čaká mama. „No, čo?“ pýta sa ma, „Už s tým konečne prestaneš a začneš normálne ješ?“ Podľa mňa hlúpa a zbytočná otázka. Ako môžem vedieť, čo spravím, kým to neurobím? Odpoveď je, nemôžem.

Júlia Jakubeková, absolventka

Pre moju zem

Čo môže byť osamelejšie než noc?
Tak krehká a predsa prítulná ako mača.
Dokáže dušu človeka omámiť jej moc,
že sa spoločne radosť i smútok vznáša.

Ja blúdím večerom i dňom,
opitostou pocestných, čo dotkli sa neba.
A predsa verím svojim snom.
Práve tak, ako verím v teba.

V teba, moja rodná Zem, moja pôda.
I keď zmenila si podobu mnoho ráz,
zmenil sa tvoj tvar, ľudia i móda,
ako sa ročne strieda s teplom mráz.

Tá láska moja však úprimná je,
veď som prešla tvoje doliny i hory.
Videla rozmŕzajúce rieky, úbočia i žne,
so slnkom usínala, keď padalo za obzory.

I iné bolo krásne, možno ľahšie,
ale čosi tam chýbalo, čosi živé.
To, čo je len doma, čo nemôže byť krajšie
ako predstavy nad ránom, naivné a snivé.

Viem, že ty v únave mi poskytneš mäkký mach
a v čase, keď hviezdy rozsvietia tvoju zem
ani v kamenných úbočiach nepoznám strach,
lebo len po tvojich cestách kráčať chcem.

Ivana Veronika Labajová, IV. A

Vojenská prísaha

Vojak nikdy nepatrí vlastným rozhodnutiam. Už od chvíle, kedy sa rozhodol, že ním bude, ho poháňali iba podvedomé myšlienky podsúvané nenávisťou. Vojna sa rodí z neprispôsobivého vnímania riešení problémov či už osobných, alebo medzištátnych. Opakovane, stále dokola robíme tie isté chyby a nikdy nemáme dosť. Človek nenásytý. Tak by sa mal volať ľudský druh. Nenásytý po láske, nenásytý po kráse, po hudbe, keď je ticho, po tichu, keď je hluk. Nenásytý po pomste, ak mu je ublížené či dokonca po zrade, ak sa už v živote nudí a má dokonalý život. Neukojený smäd čo rastie s príjmom dúškov čerstvej vody. A prečo? Lebo každý vlastní iba sám seba. Som majetkom samej seba. Telo je majetkom pre moju myseľ, ktorá sa má vždy na niečo sťažovať a činiť podľa toho, čo uzná za vhodné. A duša, tá sa z vlastenectva nejako vymanila. Komu patrí tvoja duša? Bohu, tomu kto ňu urobí šťastným či tomu, kto ti ju naplnil zlosťou a upál sa o ňu vlastníctvom? No vojak si môže vybrať. Ťažká práca vyžaduje ťažké rozhodnutia. Vyberie si slúžiť vlasti so cťou, bez premýšľania sa poddá tomu, kto sa nazýva jeho majiteľom. Vojak má hodnotu tisícov ľudí. Taktiež má hodnotu jedného rozhodnutia o postupe boja či už je rozhodnutie správne, alebo nie. Hodnota sily ľudskej výdrže pod nátlakom. To čo vojna robí, nemá za vinu človek, čo slúži vlastným telom pre majiteľa.

Ruky stláčajú spúšte, nohy kráčajú po mínových poliach a oči znášajú bolesť tisícov cudzích ľudí, ktorí sú v tej chvíli jeho najbližší. Dlane, čo sú dlho odlúčené od dotykov a pery od bozkov. Týmto všetkým sa sprisaháva jeho pánovi, jeho vlasti. Telom, čo bolo predurčené k slúženiu. Mysľou je upätý na to, aké následky má jeho slúžiace telo. Racionalita ho zdržiava pozadu. Otázky svedomia sa predierajú na povrch, no nikdy nezastavia prsty, aby stláčali spúšť. Dokonalá nadradenosť. Moment, kedy sval vyhráva nad pochabou myšlienkou. No to, čo sa dá cítiť v chvíľach vojny, vrážd, manipulácie a bolesti, predurčuje nadradenosť nad dušou. Tá sa zomiera pomaly ale isto, pod hrbou svalov a potláčaním vlastnej ľudskosti. Duša patrí jedine veciam neľudským. Pretože láska nemôže byť ľudskou záležitosťou, ak vie byť tak krásna a zároveň tak zraňujúca. Pocity podobné láske, čo sa ledva dajú popísať, tie čo cítiš v sklamaní a v sekunde znovuzrodenia vlastnej viery, tie sú pánom tvojej duše. Jeho duše. Keď vidí umierať tvory, čo patria iba sami sebe a ledva dokážu pochopiť, čo sa v tej chvíli deje. Pocity, čo ňu utláčajú naspäť k zemi gravitáciou a nedovolia lietať. Prepletení vlastníctvami vlastnej nedokonalosti sa viažu k plneniu úloh. Vojaci, ľudia, čo rozdeľujú svoje bytie na ľudské vlastníctva a neľudské. Ľudské zviažu čestnou vojenskou prísahou a neľudské učinia podpísaním duše do rúk osudu. Všetko ostatné je pominuteľné. Tak, ako tlak, pod ktorým plní zlo zrodené v cudzích myšliach.

Linda Kollárová, III. AB

Čo nás zaujalo vo svete umenia

Six of Crows

Román „Vrania šestka“ od autorky Leigh Bardugo som si ako e-book v angličtine prečítala na základe (viac-menej) natočeného seriálu „Shadow and Bone“, ktorý som si celý pozrela a zapáčil sa mi. Po prečítaní som si dokonca uvedomila, že na spomínaný seriál vybrali úplne dokonalých hercov, vďaka čomu ho mám ešte radšej. Žáner toho 2-dielneho románu je fantasy a dobrodružný, no má aj trochu prvky detektívky. Dej sa hlavne odohráva vo vymyslenom meste Ketterdam, kde má nadpriemerne inteligentný zločinec Kaz Brekker svoj kartový klub plný kriminálnikov, s ktorými pácha rôzne zločiny či už nájomné vraždy, alebo len krádeže. Kaz má len 16 rokov, ale v tom, čo robí, je vďaka jeho nepeknej minulosti a detstvu profesionál. Hlavný dej sa začne, keď Kaz dostane ponuku (za veľké množstvo peňazí) uniesť navonok neškodného vedca nachádzajúceho sa v najnedobytnnejšej pevnosti v úplne inej krajine. Preto si Kaz postupne musí nájsť schopných

pomocníkov, ktorí by mu s tým (samozrejme nie zadarmo) pomôžu. Knihu som oficiálne zaradila medzi moje úplne obľúbené, lebo je fakt perfektná a nemám jej ani čo vytknúť. Na začiatku by sa čitateľ pravdepodobne trochu nudil, no po pár stranách by ju už určite nepustil z ruky. Román je úžasne napísaný a dej dáva zmysel, je veľmi zaujímavý a často napínavý. Kazove premyslené plány ma nútili chytať sa za hlavu, doteraz som v šoku, ako to niekomu (autorovi) vôbec mohlo napadnúť. Čo ma na knihe však najviac fascinuje, je prepracovanosť hlavných postáv (dokopy 5,5). Fakt, že kapitoly románu sú vlastne uhly pohľadu týchto osôb, vám umožni každú jednu krásne spoznať a úplne sa vžiť do ich príbehu. Ich komplexnosť a 3-rozmernosť je až neskutočná. Autorka vie, čo robí. Román by som odporučila každému, kto má rád fiktívnosť spojenú s realitou, detektívku, a celkovo najvyššiu kvalitu, akú sa u kníh dá nájsť.

Sarah Anna Háková, II. BB

Niečo ako čistá depka, Ned Vizziny

Hlavnou postavou je chlapec Craig, ktorého cieľom je dostať sa na dobrú školu. Keď sa tam ale dostane, nevie čo ďalej. Zistí, že má depresiu. Nakoniec skončí na psychiatrickom oddelení a stretne tam veľa zaujímavých ľudí. Kniha sa mi veľmi páčila, keďže hovorí o vážnych témach nie najväznejším spôsobom a aj to ju robí zaujímavou. Dej tvorí množstvo postáv, v ktorých sa určite nie jeden čitateľ nájde.

Ten kto stojí v kúte, Stephen Chbosky

Kniha je písaná v štýle listov, ktoré dostávajú od hlavnej postavy, Charlieho. Charlie je 15-ročný prvák na strednej škole, nemá veľa kamarátov. Keď ale spozná Patricka a Sam, jeho život sa zmení. Mne osobne sa kniha veľmi páčila. Našla som sa v nejednej postave a uvedomila som si nejednu vec o živote. Knihu určite odporúčam na čítanie pre všetkých 13+.

Vrania Šestka, Leigh Bardugo

Vrania Šestka je fantasy román od spisovateľky Leigh Bardugo. Dej knihy sa odohráva vo fiktívnom meste Ketterdam, inšpirovaným Amsterdamom. V Ketterdame sa zoznámime so šiestimi pokútnymi ľuďmi, ktorých najali na pochybnú lúpež storočia. Ich úlohou je vlámať sa na nedobytný Ladový dvor a oslobodiť jedného väzňa. Kaz, Inej, Jesper, Nina, Matthias, Wylan musia prežiť dosť dlho na to, aby si vyzdvihli a potom aj minuli svoju nepredstaviteľnú finančnú odmenu, ak sa však nepozabývajú skôr, než vstanú od stola. Táto kniha je napínavá a magická. Bude vás prekvapovať až do samého konca a má aj pokračovanie: Kráľovstvo Podvodníkov. Knihu by som odporúčala najmä čitateľom nad 13/14 rokov.

Zoznam hostí, Lucy Foley

Zoznam hostí je strhujúci a zamotaný triler v duchu klasiky od Agathy Christie. Odohráva sa na opustenom ostrove pri divom pobreží Írska, kde sa najbližšia rodina, príbuzní a priatelia zídu, aby oslávili svadbu majiteľky časopisu Jules a atraktívneho herca Willa. Všetko vyzerá perfektne a zdá sa, že to bude dych vyrážajúca slávnosť. Avšak drsná príroda a povesti o dávných úmrtiach vyvolajú medzi hosťami závisť, žiarlivosť, nenávisť a dávno pochované nepriateľstvá. A krátko po tom, ako sa začne krájať svadobná torta, vonku pri močariniach objavia telo jedného z účastníkov svadby. Túto knihu odporúčam milovníkom dobrých detektívok a trilerov, čitateľom 15+.

Ema Baculíková & Kristína Buchová, V. OA

Nájdem odvahu, Lenka Vacvalová

Beh. Aktivita rovnako milovaná ako nenávidená. Buď v ňom vidíte príležitosť aktívne zrelaxovať, alebo si ho spájate s nekonečne zdĺhavým utrpením a bezvýznamným pohybom vpred bez konkrétneho cieľa.. Lenka Vacvalová patrila k tým, ktorých beh nijako nenadchol. Jedného dňa si však obula nové bežecké tenisky a rozbehla sa. Dnes je táto známa herečka a moderátorka aj veľmi úspešnou vytrvalostnou bežkyňou zdolávajúcou vzdialenosti dlhšie ako 100 kilometrov. Vo svojej knihe rozpráva o jednom zo svojich splnených snoch – o tom, ako zdolala Cestu hrdinov SNP. Čitateľovi vo svojom denníku odvahy približuje zážitky a pocity sprevádzajúce jej púť presahujúcu 700 kilometrov. Dočítame sa v nej o krásnych, ale aj náročných momentoch, o výzve, motíve aj

šlachetnom úmysle stojacom za jej cestou. Na knihe osobne oceňujem najmä to, že autorka sa nesnaží tváriť ako superhrdinka. Ľudsky ukazuje svetu svoju dobitú tvár ženy z mäsa a kostí, ktorá miestami bojuje so svojím okolím, ale aj sama so sebou. Čitateľovi otvorene opisuje svoju frustráciu a demotiváciu. Zároveň sa však dozvedáme aj o nádherných chvíľach, priateľstve, pomoci a odhodlanosti splniť svoj cieľ a postaviť sa svojmu strachu, spraviť to, na čo sme nevedeli nájsť odvahu. Od knihy som toho veľa neočakávala, keďže som doteraz po motivačnej a autobiografickej knihe siahla len zriedkavo, no neľutujem. Lahko sa číta, človeka obohatí o nové vedomosti a ukáže cestu SNP autenticky, očami priamej účastníčky.

Alexandra Müllerová, VIII. OB

Geniálny experiment, Paterson, Einsteinová

Maxi a jej priatelia zachraňujú svet, no na krk im dýcha nadnárodná korporácia Korp, ktorá sa na týchto problémoch snaží zbohatnúť. Podarí sa Maxi a jej tímu vyriešiť problémy a zachrániť svet? Nielen chlapci dokážu byť géniami.

Malé ženy, L. M. Alcott

Román, ktorý zachytáva príbeh 4 sestier a ich každodenné príhody, radosti aj strasti.

Denník odvážneho bojka, J. Kinney

Greg Heffley a jeho problémy. Občas sa dostáva aj do celkom zlých situácií a takmer vždy sa z nich dostane. Je predsa odvážny (bojko). Kniha je vhodná nie len pre chlapcov.

Zvierací záchranári, T. Brezina

Úžasné príbehy o zvieratách a ich osude, priateľstvách, ktoré získali a hlavne o tom, aké dôležité je im pomáhať.

Klub záhad, T. Brezina

Séria detektívok o troch malých detektívoch, ktorí riešia záhady a občas sa dostanú aj do nezávidenia hodnej situácie. Súčasťou knihy je špeciálna lupa, vďaka ktorej uvidíte aj inak "neviditeľné" obrázky.

Charlie a továreň na čokoládu, R. Dahl

Čarodejnice chcú premeniť všetky deti na myši. Podarí sa chlapcovi a jeho starkej zvrátiť ich hrôzostrašný plán? Prečítajte si tento napínavý príbeh.

20 výnimočných osobností, ktoré zmenili svet

Sú to príbehy 20 výnimočných ľudí, ktorí sa preslávili v oblasti vedy, filozofie či umenia. Boli to obyčajné deti, ktoré v škole dostávali zlé známky, hrávali sa a snívali a postupne sa z nich stali géniovia. Kniha zachytáva ich životné príbehy a je aj pútavo ilustrovaná.

Vražedná matika, K. Poskitt

Skvelá kniha, vďaka ktorej vám matematika nebude už nikdy robiť problém. Perfektné vysvetlenie ľahších, ale aj ťažších výpočtov.

Planéty, J. Rafalski

Táto kniha dostane každého milovníka vesmíru. Kniha plná krásnych fotografií, pikošiek a v neposlednom rade jednoduchého textu.

Laura Pukanová, I. OA

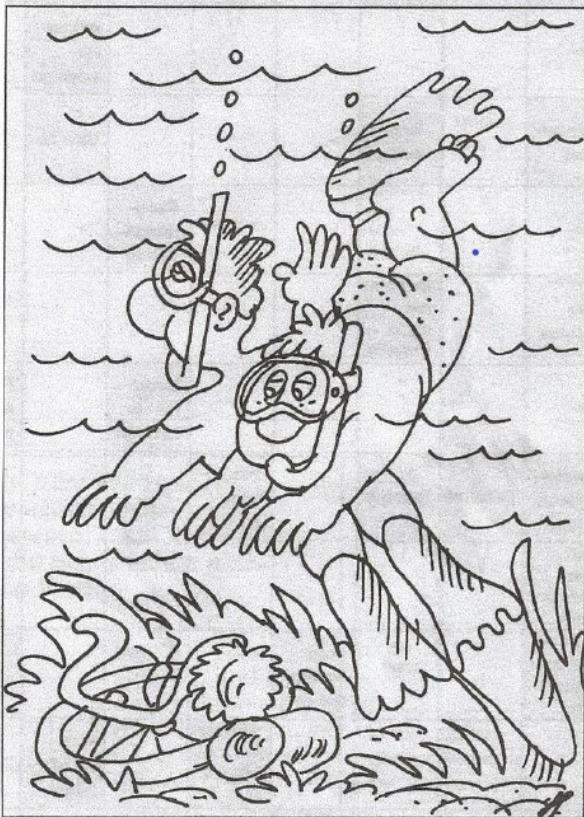
Squid game, Hwang Dong-hyuk

Tento pútavý seriál nie je príliš dlhý, má deväť epizód, každá trvala okolo šesťdesiatich minút. V každej časti sa niečo deje, takže sa od seriálu neviete odtrhnúť. Herci sú úžasní, dejová línia taktiež. Tento seriál určite zaujme milovníkov trilerov a drám. Scény zobrazujú smrť/zranenia, no aj napriek tomu sa mi tento seriál veľmi páčil. A čo môžete očakávať? Dve dejové línie, jednu z pohľadu hráča a druhú z pohľadu policajného vyšetrovateľa, hry, ktoré hráči hrajú, vás určite prekvapia a nikdy si nemôžete byť istý tým, kto postúpi do ďalšieho kola. Režisér sa pekne pohral s napätím a pocitmi divákov.

Ľada Šipošová, IV. OA

Otestuj sa a vyhraj

Tauchvergnügen



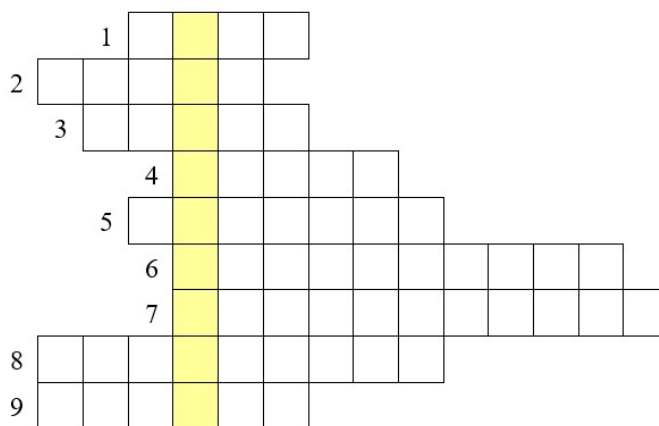
Jens und Kai sind leidenschaftliche Taucher, doch Jens hat eine Taucherflosse verloren. Wo ist sie?

Wandertag



Familie Sonntag nutzt das herrliche Sommerwetter für eine Wanderung. Aber für welches Ziel sollen sie sich entscheiden? Die Anfangsbuchstaben aller Dinge, die aus Ingos Rucksack fallen, ergeben, richtig zusammengesetzt, das Lösungswort.

TAJNÍČKA



1. najväčšie pohorie Európy
2. rieka v Európe pretekajúca i Slovenskom
3. rieka pretekajúca cez Londýn
4. hlavné mesto Grécka
5. malý štát na hraniciach Francúzska a Španielska

6. štát, v ktorom je najvyšším orgánom kráľ
7. more na juhu Európy
8. polostrov, na ktorom leží aj Grécko
9. jeden z najvyšších vrchov na Slovensku

School Paper Quiz Questions

1. Which law was introduced by the 1st King of England?

- a) everyone has to be in bed by 8pm
- b) nobody can sing between 5pm-6pm
- c) every new-born's name must start with an 'E'

2. Who was the first British writer to ever become a billionaire from her/his writing?

- a) Charles Dickens
- b) Agatha Christie
- c) J.K. Rowling

3. What was the second title of Prince Philip?

- a) Duke of England
- b) King of Wales
- c) Duke of Edinburgh

4. How many versions did the American flag have?

- a) 7
- b) 17
- c) 27

5. Which one of these 3 sentences about English literature/language is true?

- a) William Shakespeare had a fear of height.
- b) Roald Dahl, the author of Charlie and the Chocolate factory, tested chocolates for Cadbury's while he was at school.
- c) Daniel Defoe's novel Robinson Crusoe was published in 1722.

6. Which is the largest English speaking country?

- a) The USA
- b) Australia
- c) Canada

7. A new word is added to English language every ...

- a) Day
- b) 2 hours
- c) 8 hours

8. What are the native people of Australia called?

- a) Sentinelese
- b) Navajo
- c) Aboriginal

9. In which sentence are all 26 letters of English language used?

- a) The horses raced past the barn fell down.
- b) The quick brown fox jumps over the lazy dog.
- c) English is full of weird and wonderful words.

10. What was the official language of England for about 300 years?

- a) Spanish
- b) French
- c) English



