



Školský internetový časopis

Náš svet

IX. ročník

Interview

Interview s Mgr. Evou Zacharovou a PaedDr. Tiborom Valentom

Služobne najstaršími pedagógmi na našej škole sú pani učiteľka Eva Zacharová a pán učiteľ Tibor Valenta. Chceli sme vedieť, čím ich naša škola pred rokmi prilákala, akými obdobiami prešli a čo ich aj po rokoch motivuje natoľko, že zostávajú verní rovnakému pracovisku.

Interview s Mgr. Evou Zacharovou - učiteľkou slovenského jazyka

V ktorom roku ste nastúpili ako pedagóg na našu školu?

Nastúpila som v školskom roku 1979/1980.

Prečo ste sa rozhodli práve pre túto školu? Čo vás k tomu viedlo?

Po materskej dovolenke som dostala umiestenku a bola to práve TV 10 ako moderná športová škola s bazénom, dobrým kolektívom a výborným riaditeľom pánom Jaroslavom Vyhňálkom.

Oľutovali ste niekedy svoje rozhodnutie pracovať na našej škole?

Nie, vždy som sa cítila na našej škole dobre, vďaka kolektívu, pracovným podmienkam a samozrejme aj žiakom, ktorých som učila.

Ktoré ľudské vlastnosti sa vám na ľuďoch nepáčia?

Nemám rada zlomyseľných, panovačných, zákerných ľudí a klamárov.

Akí boli žiaci vtedy, keď ste sem nastúpili a akí sú teraz? Skúste porovnať.

Žiaci boli podobní ako dnes, ale oveľa slušnejší a skromnejší.

Aká bola situácia na škole vtedy, podmienky pre prácu, kolektív.

Situácia bola dobrá, podmienky prispôbené na vtedajšiu dobu a kolektív vynikajúci.

Čo ovplyvňuje vaše rozhodnutie zotrvať na tej istej škole aj po rokoch?

Je to práve energia, ktorú mi dávajú žiaci a preto sa medzi nimi cítim stále mladá.

Kedy to bolo pre vás najťažšie na tomto pracovisku ?

Na také obdobie si nespomínam.

Interview s PaedDr. Tiborom Valentom - učiteľom telesnej výchovy

V ktorom roku ste nastúpili ako pedagóg na našu školu?

Začal som v auguste 1983, po 6 rokoch praxe na ZŠ Požiarnická 3.

Prečo ste sa rozhodli práve pre túto školu? Čo vás k tomu viedlo?

Niežeby sa mi nepáčilo na ZŠ Požiarnickej, ale bol som poverený NVMK-OŠ funkciou zástupcu riaditeľa školy na tejto škole . V škole, ktorá mala stabilizovaný učiteľský zbor a výborných pracovníkov, som mal možnosť získavať nielen potrebné skúsenosti v riadiacej práci, ale hlavne realizovať svoje odborné vedomosti a poznatky v telovýchovnej a športovej oblasti, pretože ZŠ Trebišovská 10 bola zameraná predovšetkým na telesnú výchovu, šport a záujmovú činnosť.

Oľutovali ste niekedy svoje rozhodnutie pracovať na našej škole?

Nie. Svoje činy ľutujú iba tí, ktorí nie sú si istí svojou prácou a sami sebou. Tejto škole a žiakom som odovzdával a odovzdávam celého seba v tej najlepšej viere v ich správnu výchovu a získavanie vzdelania.

Akí boli žiaci vtedy, keď ste sem nastúpili a akí sú teraz? Skúste porovnať.

Určite rozdiely boli, sú a budú. Žiaci sú žiakmi stále, vývoj nezastavíme. Napriek tomu sa domnievam, že predtým mali väčší rešpekt ku škole ako takej, k pedagógom, väčšiu vôľu cvičiť, seberealizovať sa, dokázať sebe aj iným že majú talent. Viac dôverovali svojim učiteľom. Viac si ich vážili a učili sa od nich.

Aká bola situácia na škole vtedy, podmienky pre prácu, kolektív.

Táto škola bola výsledkami vždy v popredí nielen medzi košickými školami. Dosahovala vynikajúce výsledky aj v rámci celej republiky. Zamestnanci školy si napriek maximálnej pracovnej frekvencii vždy našli dostatok času na mimopracovné aktivity, utužovanie pracovných vzťahov a spoluprácu s rodičmi. Boli sme skoro ako jedna veľká rodina.

Čo ovplyvňuje vaše rozhodnutie zotrvať na tej istej škole aj po rokoch?

Vždy som bral svoju prácu ako poslanie. Boli to vždy určité vízie, sny, priateľstvá, budovanie niečoho užitočného. Som rodinne založený človek. Čo dlhé roky budujete, ťažšie opúšťate. Sledujete, ako sa výsledky vášho snaženia menia na skutočnosť a vrcholom zadostúčinenia je, keď naši bývalí žiaci s vami komunikujú, radia sa, navštevujú školu a nakoniec k nám prihlásia aj svoje vlastné deti.

Koniec sveta 21.12.2012

Magický dátum, ktorý sa spája s koncom sveta. Mnoho ľudí si myslí, že koniec sveta nastane v tento deň a preto sa na to patrične pripravujú ako medvede na zimný spánok. Nakupujú potraviny nielen pre svoju bežnú potrebu, ale aj do zásoby. A samozrejme, niektorí zašli až tak ďaleko, že si všetko dávajú do bunkrov, ktoré si sami postavili. Vyzerajú ako menšie karavany postavené v podzemí.



Podľa Mayského kalendára, ktorý končí 21. decembrom 2012, v tento deň prejdeme z jedného sveta do druhého, tzv. New Age. Je to skutočne tak, alebo sa predpovede kalendára mýlia? Čo ak je to len marketingový ťah, aby sa ľudia zásobili potravinami a vecami, ktoré nevyhnutne potrebujú a zvýšili tak tržby?

Tak či onak, každý sa na to pripravuje po svojom. Niektorí sa zásobujú v supermarketoch, iní utrúcajú na dovolenkách a rôznych výletoch alebo si užívajú adrenalín niekde hore nad všetkými. Podľa nich si posledné dni treba užiť. Ale sú aj takí, ktorí tomu neveria a žijú tak, ako doteraz. Máme predsa slobodnú vôľu a rozhodnutie je na každom z nás.

Koniec koncov, niekoľko koncov sveta sme už prežili a kto vie, ako dopadne tento. Ja mám pre vás malý dôkaz, že koniec sveta predsa len opäť nebude. Podľa mňa koniec sveta nemôže byť v roku 2012 lebo mám doma jogurt, ktorý má trvanlivosť do roku 2013.

Monika Löfflerová, VII.B



Stres a tréma

Stres

Podľa našich zistení existuje asi 200 definícií stresu. Treba rozlišovať medzi Eustresom - pravým stresom, podporujúcim výkonnosť a Distresom - rušivým stresom, vyvádžajúcim z rovnováhy. Častokrát sa však stane, že stres nám prerastie cez hlavu a cítime sa paralyzovaní. Na stres reaguje naše telo zvýšenou srdcovou aktivitou, stúpajúcim krvným tlakom, utlmením tráviacich procesov. Keď stres trvá príliš dlho, môže dôjsť k oslabeniu imunitného systému.



Niekoľko spôsobov, ako sa dá bojovať so stresom:

- relaxácia, uvoľňovacie cvičenia (autogénny tréning)
- odpútanie pozornosti, zaoberanie sa niečím iným, pozitívnym
- cvičenie, fyzická aktivita
- správna životospráva
- smiech, odľahčenie
- vyhľadávanie úľavy, príjemných situácií

Tréma

Tréma je emocionálny stav, ktorý sa nedá ovládať vôľou. Je to prirodzený stav organizmu. Signalizuje, že sa bude diať niečo dôležité. Mierna tréma je dôležitá, pretože nás poháňa k podaniu čo najlepšieho výkonu. Mnohí z nás jej však prepadnú, hoci sa ju snažia nevnímať a odháňať.

Čo pomáha proti tréme?

- odpútať svoju pozornosť iným smerom
- zhlboka dýchať
- mať pri sebe nejaký obľúbený predmet – talizman
- neprikladať príliš veľký význam udalosti, ktorá nám spôsobuje stres
- pri „podávaní výkonu“ sa sústrediť na obsah, nie na svoje pocity
- dôkladne sa pripraviť, aby sme nemali dôvod na strach z neúspechu

Príjemné chvíle bez stresu z písomiek a trémy pri odpovediach vám želá Katka Buriková z VIII.B

Keď nás kopne múza

Vybrali sme zaujímavé ódy, ktoré vytvorili naši deviataci. Želáme vám príjemný umelecký zážitok

Óda na školu

Každé ráno musím vstávať,
večer budík dávať sebe,
prvú hodinu dospávať,
Ó, škola, to kvôli tebe!

Každý deň pol dňa stráviť,
v jednej malej tmavej triede,
koho to len môže baviť,
Ó, škola, to kvôli tebe!



Každý deň sa pripravovať,
domáce úlohy robiť,
potom si ich kontrolovať
a v noci si silu dobiť.

anonym, IX.B

Óda na školu

Keď na hodinu zazvoní,
oko sa mi zaroní.
Ó, škola moja milovaná,
ironicky myslená.

Neznášam sa učiť učivá,
je to veda mučivá.
Ale škola je potrebná,
veď kto ju zanedbá,
nebude mať na chleba.

anonym, IX.B

Óda na zvonček

Ó, ty môj zvonček jediný,
ty, ktorý mi dávaš pocit blažený,
ty, ktorý vydávaš zvuk prekrásny
a hodinu ukončíš zvonením.

Ó, ty môj zvonček jediný,
ktorý zvukom svojím odpudivým,
ničíš moju nádej premilú,
že nemám už ďalšiu hodinu.

Ó, ty môj zvonček jediný,
čo na stene už 50 rokov visíš,
keby si len deň nezvonil
pokoj v duši by si každému privodil.

anonym, IX.B

Óda na zvonček

Ó, zvonček, ty budeš priateľ môj,
len cez prestávku nezazvoň.
Keď však hodina sa začne,
akože sa pomýľ a zazvoň hlučne.

Vždy pri zazvonení tvojho zvuku,

nič nenahradí tvoj tón ani hudbu.
Aj keď nás škola pripravuje na cestu novú,
ty máš nenahraditeľnú cenu.

Cez prestávku ma tvoj zvuk znervózni,
nechcem ani pomyslieť, že prídem do školy
a hodina sa neskončí.

Toto je moja nočná mora,
odohráva sa vo mne znova a znova.
Zvonenie znie ešte krajšie,
keď je popoludnie a voľno začne.

Hana Gulášová, IX.B

Ako sa slávia sviatky vo svete?

Iný kraj, iný mrav. Samozrejme, aj iné zvyky počas najväčších sviatkov v roku. Preskúmali sme, ako tieto dni prežívajú v iných kútoch sveta, aké majú zvyky a tradície počas sviatkov radosti a pokoja.

Európa

Vianoce na Cypre

Oslavujú sa až 25. decembra. Ráno idú všetci do kostola, potom spoločne obedujú pečenú morku a typický grécky šalát. Z domu do domu chodia skupiny mladých ľudí, spievajú koledy a nosia drevenú loďku, ktorá symbolizuje dominantné postavenie starovekých Grékov na mori.

Štedrý deň vo Francúzsku

Rodiny vo Francúzsku slávia Štedrý deň spoločne. Večer si deti položia topánky pred krb a čakajú, že im ich Pere Noel naplní darčekom. Jeho spoločník Pere Fouettard by mal zasa zlé deti "oceniť" výpraskom. O polnoci tradične podávajú reveillon, čo znamená budíček alebo prvé volanie dňa. Reveillon symbolizuje očakávanie narodenia Krista. Toto jedlo pozostáva z ustríc, párkov, vína, opečenej slaniny, pečenej hydiny, šalátov, ovocia a francúzskeho pečiva, najmä bagety.



Sviatky v Izraeli

“Hlavným mestom Vianoc” je Betlehem. Počas Vianoc sa Svätá zem – Izrael tradične zaplňa množstvom pútnikov, ktorí sem prichádzajú sláviť sviatky. Štedrovečerný jedálny lístok v Izraeli dokazuje vplyv amerických a anglických zvykov. Hlavný chod tvorí morka okorenená paprikou, škoricou a muškátovým orechom a plnená ryžou, mäsom, orieškami a mandľami.

Afrika

Sviatky v Egypte

V Egypte trvá adventné obdobie 40 dní pred Vianocami. Egyptskí veriaci sa počas neho postia – nejedia mäso, hydinu ani mliečne výrobky. Na Štedrý večer idú všetci do kostolov v úplne nových šatách. Bohoslužby sa končia o polnoci hlaholom zvonov. Potom idú ľudia domov na slávnostnú večeru, počas ktorej sa podáva fata - jedlo z chleba, ryže, cesnaku a vareného mäsa.

Vianoce v Maroku

Maroko je krajina zmiešaných kultúr a tolerancie. Hlavným náboženstvom je islam, stretávajú sa tu moslimovia, kresťania, židia. Moslimovia Vianoce nemajú, podobným sviatkom je Sviatok obety. Tiež má korene v Biblii, v Starom zákone. Obetou je baránok, ktorého zarezú a zjedia. Maročania sú však prispôsobiví. Na trhoch pred Vianocami predávajú vianočné stromčeky a rodiny, ktoré majú príbuzných v zahraničí, Vianoce oslavujú.

Amerika

Vianoce v Kolumbii

Oslavujú ich veselou hudbou, ozdobeným stromčekom a bohatým stolom. Na Štedrý večer sa stretáva celá rodina, dokonca susedia a kamaráti, aby tradičnou pečenou morkou vychutnali sviatky pohody. K tradícii patrí aj to, že na Vianoce má skoro každý na sebe niečo nové, akoby novou vecou obnovili svojho ducha.

Sviatky v Mexiku

Mexičania sa na Vianoce pripravujú deväť dní pred 24. decembrom, teda od 16. decembra. Toto obdobie sa volá Posada. Domácnosti v dedine si rozdelia, kto bude mať kedy Posadu. Každý deň potom v jednotlivých domoch hrajú príbeh o tom, ako Mária s Jozefom hľadali v Betleheme miesto na prenocovanie. V noci 24. decembra všetci idú na polnočnú svätú omšu. Po nej sa rodiny stretnú pri slávnostnej a bohatej večeri, na ktorú pozývajú aj osamelých ľudí alebo bezdomovcov. Mexičania si na Štedrý deň nedávajú darčeky. Deti ich dostávajú až 6. januára na sviatok Troch kráľov. V tento deň mexické rodiny pripravujú špeciálny koláč. Je v ňom zapečená malá postavička Ježiša a kto ju objaví, bude 2. februára hrať rodiča malého Ježiška.

Austrália

Sviatky v Austrálii

Horúce Vianoce prežívajú Austrálčania. Na Štedrý deň nie sú zvláštnosťou teploty okolo 30 stupňov Celzia. Santa Claus často chodí na pláže, kde sa vozí na surfe alebo na záchranárskej lodi a rozdáva deťom darčeky. Niektorí Austrálčania sa na Vianoce vyvezú k moru, iní idú na výlety do prírody. Ak ostanú doma, kúpu sa v bazénoch, hrajú kriket alebo robia jednoduché domáce práce. Tradičným jedlom je morka, šunka a bravčovina. Ako dezert sa podáva slivkový puding, do ktorého zapekajú nejakú drobnosť – kto ju nájde, bude mať veľa šťastia. V krajine klokanov obľubujú na Vianoce aj koláč plnený mletým mäsom.

Ázia

Sviatky v Japonsku

V Ježiša Krista verí iba jedno percento Japoncov. Aj napriek tomu však v krajine vychádzajúceho slnka ozdobia obchody a domy vianočnými dekoráciami. Aj ľudia v Japonsku si na Vianoce navzájom dávajú darčeky. V japonskej tradícii vystupuje kňaz Hoteiosha, ktorý tam plní úlohu akéhosi európskeho Mikuláša. Prináša darčeky do každého domu a obdarúva deti. Tie veria, že má oči aj vzadu, a tak sa snažia v tomto období správať, akoby bol nablízku.

Sviatky vo Vietname

Vietnamskí veriaci poctivo dodržiavajú kresťanské zvyky. Na Štedrý deň sa zúčastňujú na polnočnej svätej omši. Po nej sa vracajú domov na vianočnú večeru. Slávnostný jedálny lístok tvorí kuracia polievka, bohatší ľudia jedia morku a vianočný puding. Tradičné európske zvyky s Mikulášom či niektorou z jeho "odrod" a stromčekom sú veľmi populárne. Rozdielom je, že deti nechávajú svoje topánky na Štedrý deň pred dverami.

Katka Buriková, VIII.B

Redakčná rada

Katarína Buriková, VIII.B – redaktorka
Monika Löfflerová, VII.B – redaktorka
Mgr. Ivana Belicová – šéfredaktorka
Mgr. Peter Fábry - grafická úprava, webmaster

