Gymnázium Andreja Vrábla v Leviciach
Ročník XXXV.
Číslo 3
január - apríl 2025
2€

Preklepy

Téma: Energia



Škola bez vyhorenia

Ako sme vymenili halušky za tapas

Zvládne bufet boj s infláciou?

S KUPÓNOM!

Orchester

Dirigentka:
Mgr. Alžbeta Krišková

Skladateľky:
Romana Gagačová (Romča)
Veronika Kralinová (Nikka)

Inšpicientka:
Soňa Mészárošová

Hudobníci:
Adam Pusztai
Adrián Hudec (Hraničiar)
Alexander Samuel Chudý
Daniel Latika (DANDO)
Hanka Hancková (Margarétka)
Jakub Hangai (Kamil)
Jana Vrbová (Džejn)
Nela Blaženková (Nela)
Nikol Báčkaiová (Alexander)
Nikolas Beluš (Niko)
Nina Gazdíková (Ninka)
Róbert Čunderlík (Robŕŕt)
Soňa Gutyanová (Sonka)
Tereza Drapčaťová (Tessa)
Vivien Mária Mrázová (RiaVi)
Zoja Tužinská (Zojka)
Zuzana Potočná (Zuzka)

Hostia:
Mgr. Vladimír Tóth
Ing. Anna Ševčíková
Mgr. Martina Hašková
Ing. Jarmila Mlynárová
Mgr. Ladislav Svetlík
Mgr. Andrea Bíňovská
Ján Gunár (III.D)
Alexej Jenčo (X)
Maren Busche
Ľudmila Boledovičová (IV.A)
Aimie Pomoziová (III.B)
Koloman Kertész Bagala
Samuel Remenár



Školský časopis Preklepy
Vydáva: Gymnázium Andreja Vrábla,
Mierová 5, 934 01 Levice
IČO: 00160211, DIČ: 2021171570
Vychádza od: 1991
Vydavateľ: SB Press Levice, M. Kukučína 44, 934 01 Levice
Copyright © 2025 Gymnázium Andreja Vrábla.
Všetky práva vyhradené.

Editoriál



V našom svete sa slovo „energia“ spája nielen s elektrinou alebo pohonnými látkami, ale aj s tým, čo nás ženie dopredu v každodennom živote. Energiu možno chápať ako životnú silu, ktorá nás motivuje k tomu, aby sme dosahovali naše ciele, učili sa nové veci a prekonávali výzvy.

Každý z nás má určité množstvo psychickej a fyzickej energie, ktorú každý deň investujeme do štúdia, športu, umenia, vzťahov alebo dokonca do práce na sebe samom. Ako mladí ľudia, študenti, stojíme pred mnohými rozhodnutiami o tom, ako našu energiu najlepšie využiť. Naša schopnosť riadiť a obnovovať našu energiu môže výrazne ovplyvniť našu efektivitu, šťastie a celkovú spokojnosť v živote.

Jednou z najväčších výziev tohto obdobia sú bezpochyby maturity pre našich štvrtákov. Tento rozhodujúci moment v živote každého študenta vyžaduje veľké množstvo energie – nielen intelektuálnej, ale aj emocionálnej. Je dôležité, aby sme vedeli, ako správne hospodáriť so svojou energiou, aby sme prežili obdobie príprav bez zbytočného stresu a vyhorenia. Práve preto sme si pre vás pripravili rozhovor s našou školskou psychologičkou Martinou Haškovou.

S energiou úzko súvisia aj zmeny a nové začiatky. Aj pre mňa osobne nastal čas posunúť sa ďalej. Po krásnych a tvorivých rokoch, počas ktorých som mala možnosť viesť náš školský časopis, sa s touto úlohou lúčim a s pokorou prenechávam štafetu ďalej. Preklepy pre mňa neboli len o písaní, ale o ľuďoch, príbehoch a spoločnom nadšení tvoriť niečo zmysluplné. Ďakujem všetkým, ktorí sa akokoľvek podieľali na každom vydaní – úžasnej redakcii, vedúcim pani profesorkám, čitateľom, aj tým, ktorí len ticho fandili zo zákulisia, prípadne len tak nechali euro v kasičke navyše :)

Som veľmi rada, že časopis ostáva v dobrých rukách. Nová šéfredaktorka je výnimočne šikovná, kreatívna a má skvelý cit pre jazyk aj ľudí. Verím, že prinesie nové nápady, svieži pohľad a zároveň zachová ducha, ktorý Preklepy vždy mali. Budem s radosťou sledovať, kam sa časopis posunie ďalej. Držím palce a zo srdca ďakujem za všetko.

Prajem príjemné čítanie!

/Romča

@preklepy_gav
preklepy.gav.sk
Preklepy



Obsah

4 | Keď veci fungujú tak, ako majú
Rozhovor s pánom riaditeľom Vladimírom Tóthom
5 | Týždeň, na ktorý sa nezabúda
Písomné maturity
5 | Valentín, ktorý mal štýl
Školský ples
6 | Deň srdiečok
Valentín
7 | Tam, kde sa z triedy stáva tím
Lyžiarsky výcvik
7 | Z postele rovno do školy
Pyžamový deň
8 | Zvládni školu aj únavu s týmito jednoduchými trikmi
Rozhovor so školskou psychologičkou Martinou Haškovou
10 | Za všetkým je logika a kúsok filozofie
Rozhovor s novou pani profesorkou Annou Ševčíkovou
10 | Umenie vidieť, počuť a zažiť
Školská exkurzia Modra a Čunovo
11 | Ako sme vymenili lavice za rokovaciu sálu
Exkurzia do Národnej rady Slovenskej republiky
12 | Čierny protest učiteľov: Znamenie krízy alebo výzva na zmenu?
Anketa – Štrajk učiteľov
14 | AI v službách včiel: Projekt, čo bzučí úspechom
Úspechy našich žiakov
17 | Čo sa stane v Madride, neostane v Madride
Zážitky z Erazmu – Španielsko
18 | Kann I Englisch speak?
Zážitky z Erazmu – Nemecko
19 | „Wenn es nicht gut ist, kann es nicht das Ende sein.“
Rozhovor s nemeckou učiteľkou Maren Busche
21 | Ako nás Fínsko naučilo spomaliť
Zážitky z Erazmu – Fínsko
22 | Kráčali sme tam, kde kedysi bežal čas
Zahraničná exkurzia do Poľska
24 | Takto chutí Bagala
Knižná rubrika
26 | Koloman Kertész Bagala: Nerobím knihy, tvorím literatúru
Rozhovor s Kolomanom Kertészom Bagalom
29 | Ozveny časov minulých
Vlastná tvorba
29 | Za oknom je kvet
Vlastná tvorba
30 | Príbehy, ktoré chutia ako leto
Filmová rubrika
31 | Hudba ako zdroj energie: Psychológia zvuku a jeho vplyv na myseľ
Hudobná rubrika
32 | Zasiahne inflácia aj náš školský bufet?
Finančná rubrika
33 | Reaktory budúcnosti
Zaujímavosti z laboratória
34 | Herné bomby mája
Herná rubrika
35 | Z telocviku rovno na energický Grand Slam
Športová rubrika









Keď veci fungujú tak, ako majú



Dobrý deň, pán riaditeľ, posledné tohtoročné číslo Preklepov sa blíži, a s tým aj uzavretie ďalšieho roku pôsobenia nášho školského časopisu. K tomuto obdobiu taktiež neodmysliteľne patria maturity. Zaujíma nás, či sa tento rok niečím líšili od zažitého štandardu, a či sa stalo niečo neočakávané. Aké posolstvo by ste chceli predať nadchádzajúcim maturantom?
Po externej časti maturít môžeme skonštatovať, že sa ničím podstatným nelíšili od predchádzajúcich rokov. Neočakávané bolo možno len to, že sa v testoch tento rok neobjavilo nič dramaticky neočakávané.

Hlavne by som chcel odovzdať všetkým tohtoročným maturantom maturitné vysvedčenie v júnovom termíne. Určite nie v septembri. A posolstvo? Želám im, aby z rokov, ktoré strávili na GAVe čerpali celý život - vedomosti, návyky, postoje, spomienky, priateľstvá, lásky ...

Aj tento rok bol iste plný úspechov, výletov, exkurzií a rôznych iných akcií. Mohli by ste sa s nami podeliť o to, ktoré z nich vám boli srdcu najbližšie či zanechali dlhodobú stopu?
Priznávam, že po 35 rokoch pôsobenia na našom gymnáziu som si možno vypestoval istý emocionálny odstup od konkrétnych pozitívnych podnetov. Napĺňa ma však radosťou, keď veci fungujú tak, ako majú, keď študenti a zamestnanci prichádzajú ráno do školy bez stresov a odchádzajú z nej spokojní, keď sme k sebe slušní, tolerantní a ústretoví. Naopak, ani po toľkých rokoch školskej praxe si neviem zvyknúť na sporadické prejavy sebectva, arogancie, necitlivosti, pokusov o podvádzanie a nešetrné zaobchádzanie s majetkom školy.

Aké je vaša vízia na nadchádzajúci školský rok? Plánujete nejaké zmeny? Ako si ho predstavujete?
Našim trvalým zámerom je, aby budúci školský rok bol aspoň o kúsok lepší, ako ten súčasný. Aby sme sa poučili z našich chýb a nedostatkov, aby sme čo najviac eliminovali vnútorné a vonkajšie negatívne vplyvy, aby sme ďalej skvalitňovali naše vzťahy a prostredie.

Ak mám byť konkrétnejší, základnou témou nadchádzajúceho školského roka by malo byť skvalitnenie vyučovacieho procesu a vytvorenie ešte lepších podmienok na rozvoj talentu a záujmov našich študentov. Je to zložitejší cieľ, ako to na prvý pohľad vyzerá. Aj na druhý.

Čo je podľa Vás najprínosnejší aspekt Erazmus-u pre žiaka gymnázia do budúceho života? Čo môže účasťou na tomto programe získať? Využili by ste možnosť sa zapojiť do tohto programu, keby ste mohli?
Erasmus+ je výrazne pozitívny projekt. Netreba podrobnejšie ani hovoriť o jeho prínose pre účastníkov – kontakt s rovesníkmi z iných štátov EU, spoznanie reálií, školského systému, spôsobu života, komunikačné zručnosti, atď. Som rád, že sa nám na GAVe podarilo Erasmus+ nastaviť na tri cudzie jazyky, že je oň veľký záujem zo strany žiakov aj učiteľov a že jeho realizáciu bravúrne zvláda pani prof. Bieliková a naša ekonómka Mgr. Krekovičová. Ako študent sa tohto programu (žiaľ) zúčastniť nemôžem a ako učiteľ dávam prednosť svojim kolegom a kolegyniam.

/Alexander Samuel Chudý



Týždeň, na ktorý sa nezabúda

Keď mi vo februári všetci začali hovoriť, že o mesiac maturujem, mykla som plecom, povedala, že viem a inak som tomu viac nevenovala pozornosť. Potom prišiel posledný februárový týždeň a ja som si uvedomila, že je už asi načase do niečoho sa pozrieť. Môj víkend pred maturitami bol strávený čítaním obsahov povinných diel a prezeraním si starých testov, ktoré som už robila.

Myslím, že nie som jediná, kto to tak mal, pretože nás študentov poznám. Stresy pre mnohých z nás prišli práve v deň maturít. Mňa to však akosi obišlo.

Prvý deň, prvá skúška – slovenčina
V utorok sa písala slovenčina. Chodby boli plné, dievčatá v pekných šatách, niektorí chalani dokonca v oblekoch. Pomaly sme museli ísť do tried, ktoré nám boli pridelené a potom sa začala naša prvá „naozajstná“ skúška.

Slovenčina bola, ako tak, v pohode a po niekoľkodňovom modlení mnohých z nás, nás NIVAM nesklamal a na teste naozaj bolo Soireé. To haiku tam byť nemuselo, ale tak čo už.

Keď som po teste čakala na čas, kedy sa bude písať sloh, všetci sme sa zhodli, že chceme rozprávanie. To tam proste muselo byť. A bolo. Ešte k tomu aj s parádnou témou – Urobil/a by som to znovu. Aj ostatné témy boli fajn. Okrem slávnostného príhovoru. Poznám však niekoho kto ho fakt písal.



Keď ticho neznamená pokoj
Angličtina na druhý deň bola ťažšia, ako som ja osobne čakala. Prišlo to tak aj mnohým iným. Ten open clause bol hrozný a druhý listening sa ťažko počúval. Keď vám do toho všetkého ešte pri počúvaní poslednej úlohy vypadne elektrina v celej budove a vedľa vás vonku vŕtajú a brúsia robotníci... je to extrémne príjemné. Ako fakt. So slohom si to u mňa vyžehlili, pretože článok na tému Knihy a literatúra bol proste top.

Matematiku som nepísala, to som si užívala spánok a riaditeľské voľno, no držala som mojim kamarátom päste. Čo od nich viem je, že matika bola v pohode. Pre niekoho úplne, pre iných trochu ťažšia.

Každopádne, verím, že sa nám všetkým darilo a tento rok zmaturujeme - a to najmä vďaka našim profesorom, ktorí s nami nestratili trpezlivosť. A dúfam, že im do júna ešte vydrží.

/RiaVi

Valentín, ktorý mal štýl

Školský ples patrí k najočakávanejším udalostiam roka – a ten tohtoročný opäť potvrdil, že právom. V piatok 14. februára, presne na sviatok zaľúbených, sa hotel Astrum Laus premenil na miesto plné noblesy, tanca a výbornej nálady.

Večer otvorili talentovaní študenti
Program plesu odštartovali naši žiaci, ktorí sa predviedli s vystúpeniami, ktoré si okamžite získali celé publikum. Ich energia a kreativita navodili tú správnu slávnostnú atmosféru a postarali sa o perfektný úvod večera.



Delikátna večera a parket plný života
Po kultúrnej časti nasledovala večera, ktorá očarila chuťové poháriky všetkých prítomných. A keď DJka spustila prvé tóny, tanečný parket sa okamžite zaplnil. Zábava bola skutočne pre každého – od študentov až po učiteľov. Hudba, smiech a

tanec sa niesli celým večerom.

Neodmysliteľnou súčasťou plesu bola aj bohatá tombola. Hostí čakalo množstvo lákavých cien – od wellness pobytov, cez poukážky do obľúbených obchodov, až po zaujímavé vecné darčeky. Každý si prišiel na svoje a napätie pri



losovaní cien bolo cítiť v každom kúte sály.

Kráľovská korunka pozná svojich víťazov

Vyvrcholením večera bolo slávnostné vyhlásenie kráľa a kráľovnej plesu. Po spočítaní hlasov sa víťazmi stali Martina Gafriková a Samuel Maťo. Obaja si svoj titul vyslúžili nielen štýlom, ale aj charizmou a tanečným nasadením.

Na záver patrí veľké ďakujeme všetkým, ktorí sa podieľali na príprave tejto výnimočnej udalosti – od organizátorov až po účinkujúcich. Vďaka ich obetavej práci sme si mohli užiť večer plný radosti, zábavy a výni-



močných spomienok.

Ak ste tam boli, určite viete, že tento ples mal jednoducho čaro. Ak nie – budúci rok to treba napraviť. Už teraz sa tešíme na ďalší ročník a veríme, že bude opäť nezabudnuteľný.

/Ninka

Valentín

Deň srdiečok

Červená, večere, kvety, čokolády a v neposlednom rade valentínky. Tak poznáme 14. február dnes my, no stojí za ním niekoľko príbehov, takmer až legiend.

Valentínska pošta plná úsmevov

Už niekoľký rok sa na GAVe posielala Valentínska pošta, kde si my, žiaci, môžeme posielať odkazy alebo takzvané „pick-up lines“, no zakázané nie je poslať ich ani učiteľom, či iným zamestnancom školy a spríjemniť tak niekomu deň. Aj jedáleň bola ako pri každej príležitosti vyzdobená, tentokrát srdiečkovými balónmi, ktoré sa ešte donedávna nachádzali rôzne po škole :D.



Odkiaľ vlastne prišiel Valentín?

Tento sviatok však nevznikol len tak a viaže sa k nemu zopár príbehov. Najznámejšie sú o troch pánoch s menom Valentín, každom z iného obdobia. Najviac ich koluje konkrétne okolo toho z 3. storočia nášho letopočtu. Vtedy vládnuci cisár Clau-



dius II. zakázal zásnuby a sobáše v celom Ríme, podľa neho sa ženatí muži nechceli zapájať do vojen, lebo ich doma čakali rodiny. Kňaz Valentín však páry tajne sobášil, za čo bol neskôr 14. februára v roku 296 popravený.

Ku dňu zaľúbených sa viažu aj rôzne tradície. V Škótsku sa usporadúva festival, kde si z klobúka ľudia losujú meno svojho partnera a majú s ním/ňou pretancovať celý večer. V Anglicku sa zas rozpráva, že vtáci si volia v tento deň partnera na celý život. O tom, či je niečo z týchto legiend a povrávačiek pravda sa dá iba polemizovať, no jednoznačne sa za desaťročia, možno stáročia stal z tohto dňa sviatok zaľúbených a aj my sme si ho na škole pripomenuli.

/Zuzka



Lyžiarsky výcvik

Tam, kde sa z triedy stáva tím

Lyžiarsky výcvik patrí medzi obľúbené aktivity, ktoré nielen podporujú pohyb a zdravý životný štýl, ale zároveň pomáhajú utužovať kolektív medzi prvákmi. Tento rok sa naši žiaci vybrali do obľúbeného lyžiarskeho strediska Malinô Brdo. Hoci prvý termín sprevádzalo len skromné množstvo snehu, druhý turnus mal väčšie šťastie a užil si snehovú nádielku naplno.

Zábava na svahu aj mimo neho

Okrem samotného lyžovania si žiaci spríjemnili pobyt aj rôznorodým večerným programom, ktorý si jednotlivé triedy pripravili navzájom. Nechýbalo ani otužovanie pre odvážnych, oddych v hotelovom wellness centre a množstvo spoločných zážitkov, ktoré prispeli k vytváraniu silnejších priateľstiev a dobrej atmosféry.



Zdraví, spokojní a plní zážitkov

Počas celého výcviku našťastie nedošlo k žiadnemu vážnemu zraneniu, a tak si všetci mohli naplno vychutnať nielen športové aktivity, ale aj spoločný čas mimo školských lavíc. Veríme, že na tento výlet budú študenti ešte dlho a s radosťou spomínať.

/Zojka

Pyžamový deň

Z postele rovno do školy

Prvý apríl. Deň, kedy si dávame extra pozor, či nám niekto nenalepil papierik na chrbát, nevymenil topánky alebo neohlásil falošnú písomku z matiky. Tento rok nás ale čakal trochu iný „žart“ – úplne dobrovoľný a ešte k tomu pohodlný - pyžamový deň. Namiesto klasických školských outfitov sme chodby školy zaplnili vtipnými, pohodlnými a kreatívnymi pyžamami, papučami, županmi, nočnými čiapkami, jednorožcami i plyšákmi.

Hravosť, ktorú si zamilovali všetci

Študentský parlament opäť raz ukázal, že vie priniesť do školského života hravosť a nápad. Pyžamový deň bol dokonalou kombináciou oddychu a zábavy, ktorá uvoľnila atmosféru pred záverom školského roka. Okrem oblečenia nechýbala ani dobrá nálada, spoločné fotky a kopa smiechu.



Každý po svojom a všetci spolu

Zapojili sa triedy naprieč ročníkmi



– od tých najmenších až po maturantov a každý pridal niečo zo seba. Niektorí zvolili klasickú pohodlnosť, iní vsadili na vtip či tematické kombinácie. Telocvičňa sa premenila na pyžamové kráľovstvo a triedy na spálne plné fantázie.



Tento deň bol dôkazom, že škola nie je len o známkach a učení, ale aj o spolupatričnosti, kreativite a radosti zo spoločných momentov. A my veríme, že práve takéto dni robia študentské roky nezabudnuteľnými. Tak čo, dáme si to o rok znova?



/Romča

Zvládni školu aj únavu s týmito jednoduchými trikmi

Učiť sa, keď máš málo energie alebo nálady, vie byť poriadna výzva. Povinnosti sa kopia, času je málo a únava si pýta svoje. Ako to celé zvládnuť bez vyhorenia? V článku nájdeš tipy od našej pani psychologičky Martiny Haškovej, ako si učenie zorganizovať, udržať si motiváciu a nájsť vlastný rytmus, ktorý ti bude vyhovovať.



Niekedy je veľmi ťažké nájsť energiu a vymedziť si nejaký čas na učenie. Máte nejaké tipy ako to premôcť?

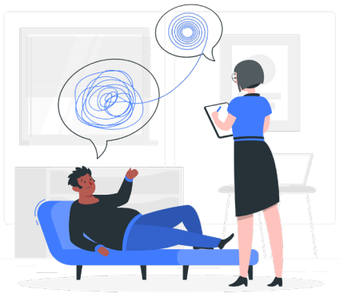
Verím, že niekedy je povinností v škole naozaj veľa a popri dennom rozvrhu i mimoškolských aktivitách je náročné nájsť ešte silu pokračovať s prípravou na všetky predmety ďalšieho školského dňa. Všetci študenti GAVu, máte môj veľký obdiv.

Určite odporúčam aj zo svojich študentských skúseností naozaj nezanedbať pravidelnosť a systematickú prípravu, aby toho nebolo nárazovo príliš veľa, čo môže prispievať k zvýšenému stresu. Môže pomôcť rozdeliť si učivo na menšie celky, aby ste sa necítili zahltení.

Učenie je proces a existujú rôzne metódy, ako si ho čo najviac uľahčiť a spríjemniť. Urobiť si z neho hru, či zábavu, aby sme sa do neho nemuseli nútiť a mali z učenia prirodzenú činnosť sprevádzanú zvedavosťou. Je dobré poznať seba a vedieť si povedať, kedy je pre nás na učenie najvhodnejší čas.

Ak si ranný typ, uč sa ráno, ak nočná sova, prispôsob si k tomu denný režim, aby si večer ešte mal/a energiu sadnúť si k poznámkam. Sleduj, kedy máš najviac energie a využi čas, kedy si najviac sústredený/á.

Zaujímavá je technika Pomodoro. Môže fungovať, keď toho potrebuješ zvládnuť viac naraz. Uč sa 25 minút, potom si daj 5-minútovú prestávku. Po štyroch cykloch bude nasledovať dlhšia pauza. Táto technika pomáha udržať sústredenosť a zabrániť vyhoreniu.



Rob si poznámky a zapájaj viac zmyslov. Písanie rukou ti pomôže lepšie si zapamätať informácie. Použi farby, schémy, myšlienkové mapy. Hovor si učivo nahlas alebo ho vysvetli niekomu inému. Odmeňuj sa. Po každom úspešne dokončenom bloku učenia si dopraj niečo malé – čokoládu, obľúbenú pesničku, krátku prechádzku, vyvetraj si.

Eliminuj rozptýlenia. Daj mobil do režimu „nerušiť“ alebo ho nechaj v inej miestnosti. Použi aplikácie ako Forest, Freedom alebo Cold Turkey na blokovanie rušivých stránok. Uč sa aktívne, nie pasívne. Namiesto čítania si rob kvízy, testy alebo si informácie opakuj vlastnými slovami. Spoj učenie s reálnymi situáciami alebo si ho sprav zábavným (napr. cez videá, podcasty). Udržuj zdravý životný štýl. Pi dosť vody, jedz vyvážene a dopraj si dostatok spánku. Krátka fyzická aktivita pred učením môže tiež pomôcť s koncentráciou.



Akú úlohu hrá motivácia v živote? Je vnútorná motivácia dôležitejšia ako tá vonkajšia?

Motivácia je našim hnacím motorom v živote. Pomáha nám dosahovať ciele, prekonávať prekážky a zlepšovať sa. Bez motivácie by sme sa ťažko posúvali k našim vytúženým cieľom. Keď sa pýtate na motiváciu, ktorá nás viac poháňa, tá vnútorná je vo väčšine prípadov dôležitejšia ako vonkajšia, pretože je dlhodobejšia. Keď niečo robíme, pretože nás to baví alebo v tom vidíme zmysel, vydržíme pri tom aj bez vonkajších odmien.

Vnútorná motivácia podporuje kreativitu a učenie – ak sa učíme niečo, čo nás naozaj zaujíma, sme ochotní ísť do hĺbky a rozvíjať sa. Vnútorná motivácia nás vedie k celkovej spokojnosti, súvisí s pocitom naplnenia a radosti, zatiaľ čo vonkajšia môže spôsobiť skôr tlak a stres. Zlepšuje vytrvalosť – ľudia, ktorí sú vnútorne motivovaní, sa len tak ľahko nevzdajú, aj keby neprišli okamžité odmeny.

Aj vonkajšia motivácia má svoju úlohu – pomáha nám začať alebo prekonať krátkodobé prekážky. Napríklad: Študent sa môže učiť na písomku kvôli dobrým známkam (vonkajšia motivácia), ale ak ho predmet zaujíma, bude sa mu venovať aj po odovzdaní vysvedčenia (vnútorná motivácia). Najlepšia je kombinácia. Ideálna je rovnováha – vonkajšia motivácia môže pomôcť na začiatku, ale na dlhodobé úspechy je nevyhnutná vnútorná motivácia.



Čo môžeme ako študenti robiť, keď sme v škole, ale nemáme žiadnu energiu?

Keď si v škole a cítiš sa úplne bez energie tu je pár tipov ako rýchlo „dobiť baterky“ a lepšie sa sústrediť:

- Dopraj si pohyb a prekrvenie mozgu.
- Cez prestávku sa prejdi aspoň na chodbe alebo vonku.
- Natiahni si ruky, krk, chrbát – aj malá „rozcvička“ pomáha
- Niekoľkokrát sa z hlboka nadýchni a vydýchni– viac kyslíka znamená viac energie.
- Dostatok tekutín a rýchle občerstvenie. Pi vodu! Bez vody sme viac unavení.
- Ak môžeš, zjedz niečo malé, ale výživné – ovocie, oriešky, horkú čokoládu.
- Vyhni sa veľkému množstvu cukru a kávy – krátkodobo ťa nakopne, ale potom príde ešte väčší útlm.
- Mikropauzy pre reštart mozgu.
- Aj úsmev na tvári alebo jednoduchá relaxačná pauza môže byť malý „reset“ pre tvoje myšlienky.
- Otvor v triede okno a na chvíľku pusti dnu čerstvý vzduch.
- Striedaj spôsob učenia – ak sa len pasívne pozeráš na tabuľu, skús si niečo písať alebo kresliť myšlienkovú mapu.

Pomáha aj aktivácia mozgu. Ak je hodina nudná, skús si ju spraviť interaktívnejšou – skús sa opýtať učiteľa nejakú zvedavú otázku.

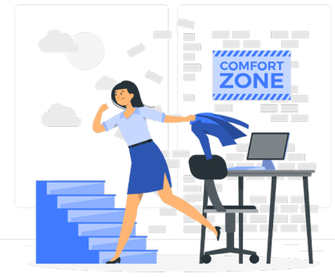
Akú úlohu hrá spánok pri motivácii a získaní energie?

Spánok je veľmi dôležitý pri motivácii, získavaní energie aj našej celkovej produktivity. Bez kvalitného spánku je ťažké sústrediť sa, učiť sa a mať chuť niečo robiť. Spánok ovplyvňuje úroveň energie, pretože počas spánku sa telo regeneruje a mozog spracováva informácie. Nedostatok spánku vedie k únave, ospalosti, či podráždenosti, čo znižuje motiváciu



a chuť učiť sa. Spánok vplýva aj na mozgové funkcie. Spánok posilňuje pamäť, takže pokiaľ ho máme dostatok učíme sa efektívnejšie. Spánok zlepšuje pozornosť a sústredenie, čo je nevyhnutné pre motiváciu. Nedostatok spánku spomaľuje rozhodovanie aj naše premýšľanie. Spánok a motivácia spolu tiež súvisia. Kvalitný spánok reguluje hormóny, dopamín a serotonín, ktoré ovplyvňujú náladu a motiváciu. Keď sa dobre vyspíš, máš viac chuti do učenia a práce.

Študenti, ako aj všetci ostatní potrebujú dostatok spánku, minimálne 8-9 hodín denne. Menej ako 6 hodín spánku môže výrazne znížiť nielen našu motiváciu, ale aj kognitívne schopnosti. Nezabúdajme, že kvalita spánku je rovnako dôležitá ako jeho dĺžka. Kvalitu spánku ovplyvňuje viacero vecí, jednou z nich je napr. modré svetlo (mobil, PC), ktoré by sme mali eliminovať aspoň 30 minút pred spaním. Ku kvalite spánku môže prispieť aj eliminovanie pitia kávy, energetických a sladených nápojov, veľkého množstva cukru a dopriať si pred spánkom aspoň dve hodiny bez jedla. Ak máš pocit, že ti chýba motivácia a energia, naozaj možno stačí len dopriať si lepší spánok.



Ak by si chcel/a o tom vedieť viac, budem rada, keď mi napíšeš alebo si so mnou dohodneš stretnutie. Nájdeš ma v škole každý utorok a v stredu. Som k dispozícii cez Edupage alebo na ***haskova@gav.sk***

Ďakujem veľmi pekne za rozhovor a veľmi zaujímavé rady a postrehy, ktoré niektorým z nás naozaj veľmi pomôžu. Teším sa na Vaše ďalšie rady a tipy. A pamätajte, že na to nie ste sám/sama – a niekedy aj malá rada môže priniesť veľkú zmenu.

/RIaVi

Rozhovor

Za všetkým je logika a kúsok filozofie

Od začiatku školského roka už ubehlo pár mesiacov, no stále sú na škole noví učitelia a jednou z nich je aj pani profesorka Anna Ševčíková. V rozhovore porovnala svoje skúsenosti z učenia na rôznych školách, prezradila, čo ju viedlo k výučbe informatiky, či jej obľúbený predmet.

Bolo učiteľstvo vždy Vašou prvou voľbou?
Áno, odmalička som chcela byť učiteľkou. Neriešila som, čo by som učila, len som chcela byť učiteľkou.

Na GAVe učíte informatiku. Ako ste sa dostali k tomuto zameraniu?
Ako som povedala, chcela som byť učiteľkou, no nemala som v období socializmu dobrý „sociálny pôvod“ na to, aby som mohla študovať filozofiu alebo psychológiu. Zároveň boli v tom období dievčatá vedené k štúdiu techniky a tam som si vybrala odbor technická kybernetika, čo je dnes priemyselná informatika.

U nás učíte prvý rok a predtým ste boli na odbornej škole. Vidíte nejaké rozdiely medzi učivom, ktoré sa učí a aj nami, žiakmi?
Žiaci, deti sú všade rovnaké. Jedno, či tu, či na inej škole alebo kdekoľvek vo svete. Na odbornej škole majú deti skôr manuálne zručnosti, nemusia veľmi teoretické učenie. To, čo ich však baví, dokážu robiť tiež veľmi dobre. Všetky deti idú tam, kde je niečo, čo ich baví. Aj tu na gymnáziu sa nájdu deti, ktoré to nebaví a išli sem preto, lebo neboli rozhodnuté, kam ísť a možno práve nejaká iná odborná škola by ich bavila viac.



Keďže informatiku učíte už nejakú dobu a technológie stále napredujú, všimli ste si nejaké zmeny aj vo výučbe?
Rozdiel je už v tom, že som študovala priemyselnú informatiku a tú som aj učila predtým. Tu však učím všeobecnú informatiku. Tá učí používať rôzne aplikácie, čo je dobré aj pre vaše napredovanie. V priemyselnej informatike sa viac vytvára a ide aj o prepojenie hardvéru so softvérom. Každým rokom sa však všetok softvér mení, a preto sa mení aj prístup k tomu, ako ho používať a čím ďalej, tým viac je prístupnejší pre bežného používateľa.

Ktorý predmet z tých, ktoré ste kedy učili vás najviac baví?
Jednoznačne elektronika. Elektronika zahŕňa filozofiu, fyziku, matematiku a aj preto mám k tomu najbližšie. Aj vedci, ktorí sa zaoberali týmito vedami, hlavne v spoznávaní fungovania všetkého okolo nás, boli vlastne filozofmi.

/Zuzka

Školská exkurzia Modra a Čunovo

Umenie vidieť, počuť a zažiť

História a umenie idú ruka v ruke už od počiatkov ľudstva. Pani profesorka dejepisu Kosková a pani profesorka umenia a kultúry Mácsaiová spojili sily a pripravili pre prvákov nezabudnuteľnú exkurziu.

Modra a posledné dni Ľudovíta Štúra
Vo štvrtok 3.4. naši prváci najskôr zavítali do Modry. Tam navštívili Pamätnú izbu Ľudovíta Štúra, kde Ľudovít Štúr strávil posledné tri týždne svojho života. Žiaci mohli okrem dobového nábytku a odevu vidieť aj prameň Ľudovítových vlasov, kúsok z jeho postrelenej kosti a mnohé iné predmety spojené s jeho životom. Taktiež si vypočuli obohacujúci výklad o jeho živote.



Tradičné remeslo, ktoré prežilo veky
Odtiaľ sa premiestnili k Slovenskej ľudovej majolike. Žiaci tam mohli na vlastné oči vidieť, ako sa v súčasnosti modrianska keramika vyrába, no taktiež si vypočuť niečo zaujímavé o ich histórii a tradícii. A samozrejme mohli podporiť toto nádherné umenie ocenené medzinárodným dedičstvom UNESCO a potešiť svojich blízkych ich originálnymi keramickými výrobkami.

Po krátkej obedovej prestávke v Bratislave, žiaci ďalej cestovali do galérie moderného umenia Danubiana v



Čunove. Moderné umenie nie je pre každého, ale kto nenašiel radosť pri obrazoch a soškách vnútri múzea, určite sa potešil pri prechádzke po slnečnom ostrove na štrkovisku



Veľké Čunovo, na ktorom múzeum stojí. Výlet si určite všetci užili a veľa nového sa dozvedeli.

/Zojka

Exkurzia do Národnej rady Slovenskej republiky

Ako sme vymenili lavice za rokovaciu sálu

Dňa 4. februára sme sa my, štvrtáci seminaristi Spoločenskovedného semináru a Ekonomiky, zúčastnili exkurzie do našej najväčšej legislatívnej inštitúcie: Národnej rady Slovenskej republiky (NRSR) a Kancelárie Európskeho parlamentu.

Bezpečnostná kontrola ako na letisku
Po príchode do hlavného mesta, viedli naše kroky hneď k budove parlamentu. Pred vstupom nás čakala prehliadka ako na letisku. Stálo to však zato, lebo nás čakala zaujímavá prehliadka po budove s veľmi príjemnou pani sprievodkyňou. Dozvedeli sme sa nové fakty z minulosti, aj súčasnosti. Najzaujímavejšia však bola rokovacia sála, kde sa schvaľujú zákony. Tam sa prehliadka skončila a presunuli sme na ďalšie miesto našej výpravy.





Európska únia zblízka
V Kancelárii Európskeho parlamentu na nás čakala skvelá prezentácia o EÚ. Najaktívnejší žiaci si mohli zobrať maličkosť za aktivitu (najlukratívnejšia bola malá vlajka Európskej únie). Mali pre nás pripravený aj Kahoot a tri najlepšie družstvá boli ocenené.
Posledná zastávka bola v obchodnom dome Avion. Po výdatnom obede a nákupoch sme sa autobusom vybrali späť do Levíc. Cestou nás sprevádzal krásny západ slnka.



/Ľudmila Boledovičová (IV.A)

Čierny protest učiteľov:
Znamenie krízy alebo výzva na zmenu?

V súvislosti s tichým protestom učiteľov, ktorí oblečením vyjadruje ich nespokojnosť s aktuálnym smerovaním slovenského školstva, sme v redakcii Preklepov pripravili anketu zameranú na fungovanie a financovanie škôl. V ankete sme oslovili naše pani profesorky a profesorov s cieľom zistiť, ako vnímajú svoje postavenie v rámci súčasného vzdelávacieho systému a aké zmeny by uvítali na zlepšenie podmienok, ktoré by pozitívne ovplyvnili nielen ich pracovný život, ale aj kvalitu vzdelávania budúcich generácií.

Krízový stav v slovenskom školstve

Slovenské školstvo čelí dlhodobým problémom, ktoré sa týkajú predovšetkým financovania, nedostatočných platov učiteľov, a zastaraných školských infraštruktúr. Finančné alokácie vyčlenené na vzdelávanie sú často vnímané ako nedostatočné na pokrytie základných potrieb škôl, čo viedlo k značnej nespokojnosti medzi pedagogickými zamestnancami. Táto situácia vyvrcholila do tichého protestu, ktorý učitelia vykonali oblečením sa do čierneho ako symbol smútku nad súčasným stavom a vývojom v oblasti školstva.

Tento krok nasledoval po sérii neúspešných rokovaní medzi školskými odborármi a ministerstvom školstva. Predsedníctvo odborov kritizuje ponúkané riešenia, ako sú jednorazové odmeny alebo malé percentuálne zvýšenie platov, ktoré podľa nich nepostačujú na zlepšenie situácie ani nekryjú rastúcu infláciu. Pripomínajú, že bez serióznych zmien môže dôjsť k ďalším, intenzívnejším formám protestov, vrátane ostrého štrajku.

Ministerstvo školstva sa snaží nájsť riešenia, ktoré by boli akceptovateľné pre obe strany, pričom zdôrazňuje, že tichý protest nepovažuje za nátlakovú akciu, ale skôr za súčasť otvorenej a konštruktívnej diskusie.

Otázky, ktoré sme položili našim pani profesorkám a pánom profesorom:

1. Ako hodnotíte súčasný stav financovania slovenského školstva vzhľadom na očakávania a potreby učiteľov? Myslíte si, že navrhované zvýšenie platov o päť percent a jednorazová odmena 800 eur adekvátne reflektujú potreby zamestnancov školstva?

2. Vzhľadom na súčasné rokovania medzi školskými odborármi a ministerstvom školstva, aké sú podľa vás kľúčové faktory, ktoré by mali byť adresované na dosiahnutie udržateľného riešenia pre školstvo? Ako vnímate potenciál ostrého štrajku alebo protestov v uliciach ako nástroje na dosiahnutie zmien, a aký vplyv by mohli mať na vzdelávací systém a spoločnosť?

Mgr. Andrea Bíňovská, učiteľka nemeckého jazyka



1. Financovanie školstva určite nepokrýva reálne potreby učiteľov a zamestnancov škôl a navrhované opatrenia považujem za nedostatočné.

Peniaze nie sú všetko, ľudia ich však pre kvalitný život potrebujú. Učitelia sa každý deň 6 – 9 hodín starajú o deti a mladých ľudí, odovzdávajú im vedomosti a zručnosti, sú v neustálom zhone a nesú obrovskú zodpovednosť. Po vyučovaní sa vzdelávajú a pripravujú na ďalší deň, nemôžu si urobiť prestávku alebo vziať dovolenku, kedy to potrebujú. Určite by si ich preto mala spoločnosť viac vážiť a malo by sa to výrazne odraziť aj na finančnom ohodnotení.

2. Školy potrebujú dobrých učiteľov a dobrí učitelia potrebujú motiváciu. Zasa to súvisí s financiami. V porovnaní s krajinami EÚ sú na Slovensku podpriemerné platy učiteľov a preto nemajú šikovní mladí ľudia motiváciu študovať učiteľstvo a pracovať v školstve.

Ďalším problémom je nedostatok psychológov a špeciálnych pedagógov na školách, pretože školy si ich z finančných dôvodov nemôžu dovoliť. Vieme však, že počet žiakov, ktorí potrebujú takýchto špecialistov z roka na rok rastie.

Keďže rokovania školských odborárov s ministerstvom školstva nie sú úspešné, inú cestu k zlepšeniu situácie ako štrajk nevidím.

Mgr. Jarmila Mlynárová, učiteľka anglického jazyka



1. Fakt, že slovenské školstvo (a mám na mysli všetky jeho úrovne) je dlhodobo podfinancované a potreby a očakávania učiteľov zo strany kompetentných orgánov ignorované a odsúvané od úzadia je vecou všeobecne známou, vie o nej odborná aj laická verejnosť, ministerstvo, vláda.

V médiách sa už objavili informácie, že odbory vyjednali s vládou určitý kompromis a platy učiteľov by sa mali zvýšiť o 7% (školské odbory požadovali 10%-né zvýšenie) od septembra 2025. Takisto jednorazová odmena 800€ by mala byť vyplatená už v máji 2025. To riešenie je určite kompromisom, ktorý sa nateraz podarilo školským odborárom vyjednať. Avšak podľa mňa ani 10% k platu ani jednorazová odmena v horeuvedenej výške nereflektujú adekvátne potreby zamestnancov školstva, pretože by si zaslúžili oveľa viac.... Vzhľadom na stav štátnych financií a potrebu ich konsolidovať je to podľa mňa dočasne akceptovateľný kompromis. Po jeho odsúhlasení vládou je ale potrebné pracovať a podnikať kroky na opatrenia, ktoré zabezpečia dôstojné ohodnotenie učiteľov od januára 2026.

2. Jedným z faktorov pre dosiahnutie udržateľného riešenia pre školstvo by podľa mňa mohlo byť zavedenie tzv. platového automatu - čiže zvyšovanie platov v školstve podľa určitého dohodnutého vzorca - to by mohlo nahradiť pravidelné vyjednávanie miezd s odborármi.

Na druhej strane má takéto opatrenie aj mnohých kritikov. Sama si myslím, že mzdy sa majú vytvárať na základe dohody medzi zamestnancom a zamestnávateľom rešpektujúc platné normy, že mzda má mať fixnú a aj pohyblivú zložku, vždy však musia reflektovať aj aktuálnu výkonnosť ekonomiky a produktivitu v štáte. Myslím si preto, že nájsť riešenie pre tento problém, t.j. nájsť kľúč na zvyšovanie platov učiteľov akúsi strednú, „zlatú cestu“ je v momentálnej situácii v krajine veľmi náročná úloha...

Ostrý štrajk a protesty pedagógov v uliciach som vždy vnímala ako krajné, no potrebné a aj účinné nástroje na dosiahnutie zmien, pokiaľ všetky ostatné nástroje zlyhajú, resp. sa javia ako neúčinné a pokiaľ sa organizujú v zákonnom rámci, sú vopred ohlásené, majú jasne a zreteľne deklarovaný cieľ a prebiehajú pokojne, bez násilia, zbytočne vybičovaných emócií, vulgarizmov na transparentoch, zbytočných útokov na jednotlivcov či skupiny.... Ak prebehnú podľa takýchto pravidiel, určité nebudú mať negatívny vplyv ani na vzdelávací systém, ani na spoločnosť.

Mgr. Ladislav Svetlík, učiteľ anglického jazyka



1. Jednorazová odmena, v akejkoľvek sume, je len kozmetická úprava, ktorá nijakým spôsobom nerieši zásadný problém slovenského školstva – nedostatok učiteľov. (Odmena má nulový potenciál motivovať nových ľudí, aby sa uchádzali o prácu učiteľa.) Čelíme nedostatku nielen kvalitných, ale aj akýchkoľvek učiteľov. Pomôcť môžu iba systémové riešenia s jasnou víziou, ako pritiahnuť kvalitných mladých uchádzačov o učiteľskú profesiu. To bude možné len vtedy, ak sa vytvoria dôstojné pracovné podmienky s adekvátnym finančným ohodnotením.

Verejnosť nevníma, v akej hlbokej kríze sa slovenské školstvo nachádza, pretože ho na svojich pleciach nesú preťažení a nedocenení zamestnanci, a to na úkor svojho zdravia a kvality života. Z dlhodobého hľadiska je to neudržateľné a už teraz to má negatívny dopad na kvalitu vzdelávania.

Dôvodom týchto problémov je chronické podfinancovanie školstva. Je potrebné na tieto problémy upriamiť pozornosť verejnosti, ak nie inak, tak štrajkom.

2. Je nevyhnutné, aby si slovenské vlády stanovili ako jednu zo svojich priorít dostať slovenské vzdelávanie a školstvo na európsku úroveň. Nestačí to iba deklarovať – musia to podporiť činmi, a táto otázka sa musí stať jednou z hlavných tém verejného diskurzu. Nemožno vytvoriť úspešnú víziu, ak sa na školy bude naďalej pozerať ako na pasívnych poberateľov finančných prostriedkov, ktorí spôsobujú dieru v štátnom rozpočte. Je potrebné zmeniť optiku a vnímať financie pre školstvo ako investíciu do budúcnosti tejto krajiny. Všetky ostatné problémy a ich riešenia (platy, status učiteľa, kvalita vzdelávania, úroveň vysokých škôl v európskom porovnaní atď.) súvisia s prijatím alebo odmietnutím tejto vízie.

Veľká časť slovenskej verejnosti nevníma vzdelanie ako hodnotu, a preto neexistuje tlak zdola na politikov, aby sa v tomto smere niečo zmenilo. Politickým elitám zase chýba vôľa vytvárať dlhodobé vízie,

ktoré by presahovali jedno volebné obdobie. (Výborným príkladom je už spomínaná jednorazová odmena, ktorá poukazuje na nepochopenie problému – namiesto jeho riešenia sa problém len dočasne zametá pod koberec.) Ostáva preto už len jedna možnosť, a tou je nátlak zo strany zamestnancov v školstve – štrajk. Štrajk by mal mať takú formu a trvanie, aby sa slovenská spoločnosť, a prostredníctvom nej aj politici, prebrali z tejto nebezpečnej letargie. Ide o viac než len o platy učiteľov – ide o budúcnosť a smerovanie našej krajiny.

Z odpovedí našich pedagógov je zrejmé, že problém slovenského školstva nie je len otázkou peňazí, ale najmä systémového zanedbávania. Učitelia volajú po dôstojnom ohodnotení, stabilite, zmysluplnej vízii a najmä po tom, aby sa vzdelávanie stalo skutočnou prioritou spoločnosti – nie len prázdnym sľubom.

Tichý protest v čiernom tak nie je len symbolom smútku nad stavom školstva, ale aj znakom vytrvalosti a nádeje. Nádeje, že hlas pedagógov bude vypočutý. Pretože ak stratíme učiteľov, stratíme viac než len ľudí pred tabuľou – stratíme budúcnosť, ktorá sa dnes učí čítať, počítať a myslieť.

Je načase prestať ignorovať výstražné signály. Učitelia nežiadajú nič nadbytočné – len férové podmienky, v ktorých môžu naplno rozvíjať potenciál mladých ľudí. A to by malo byť záujmom nás všetkých.

/Romča

Úspechy našich žiakov

AI v službách včiel:
Projekt, čo bzučí úspechom

Má len 18 rokov, no už má za sebou projekt, ktorý by mu závidel nejeden výskumný tím. Študent našej školy Ján Gunár (III.D), vášnivý včelár a technický talent v jednom, vymyslel, skonštruoval a naprogramoval systém, ktorý pomocou umelej inteligencie dokáže detegovať invazívneho sršňa ázijského. S týmto unikátnym projektom zaujal aj odbornú porotu na celoštátnej prehliadke Stredoškolskej odbornej činnosti, kde získal skvelé 5. miesto. Za týmto úspechom však nevidí bodku, ale štartovaciu čiaru k ďalším nápadom

Projekt Bee Guard predstavuje spojenie odborných poznatkov z oblasti biológie, umelej inteligencie a informačných technológií. Vznikol ako reakcia na narastajúcu hrozbu invázneho druhu sršňa ázijského a zároveň ako dôkaz, že aj stredoškolák dokáže vytvoriť systém s reálnym prínosom pre spoločnosť. O jeho pozadí, vývoji aj víziách do budúcnosti sme sa porozprávali s autorom projektu, Jánom Gunárom, žiakom III.D.

Čo bol ten moment, keď si si povedal: „Musím niečo spraviť proti sršňovi ázijskému?“ Bola to inšpirácia, frustrácia, alebo čisto výzva?

Úprimne, tento projekt bol pre mňa hlavne výzva. Keď som začínal, nemal som žiadne skúsenosti s umelou inteligenciou, no mal som chuť sa učiť a rozhodol som sa vystúpiť zo svojej komfortnej zóny. Cieľom nebol len školský projekt, ale niečo, čo by mohlo mať dopad v reálnom svete. Moment, keď som si povedal, že s tým treba niečo urobiť, bol keď som zistil, že sršeň ázijský bol vo Francúzsku ignorovaný viac ako päť rokov. Dnes s ním má problémy množstvo ľudí a dokonca znižuje ceny nehnuteľností, pretože sa vždy vráti na miesta, kde si v minulosti vytvoril hniezdo.

Mal si už osobnú skúsenosť so sršňom ázijským pri včelárení? Ako konkrétne ohrozuje včelie populácie a prečo je dôležité na to reagovať technologicky?

Na Slovensku zatiaľ ázijský sršeň nepredstavuje žiadny problém, keďže tu bolo len pár výskytov. Osobnú skúsenosť som s ním zatiaľ nemal a dúfam, že ani nebudem. Pre včelstvá je hlavne nebezpečný preto, že sa priamo živí včelami. Má dlhšie žihadlo, viac jedu a je rýchlejší ako náš bežný sršeň (Vespa crabro). Reagovať technologicky nie je nevyhnutné, ale určite je to výhodnejšie. Existujú mechanické pasce, no vyžadujú pravidelnú kontrolu a údržbu, čo je časovo náročné. Navyše nedokážu rozlíšiť medzi sršňom ázijským (Vespa velutina) a naším sršňom obyčajným.

Mohol by si priblížiť, ako celý tvoj systém funguje – od prvého záchytu obrazu až po rozhodnutie, že ide o sršňa ázijského?

Systém online monitoruje priestor vstupu do úľa pomocou Raspberry Pi kamery 3, ktorú sme aj s príslušenstvom umiestnili do ochrannej skrinky a pripevnili na čelnú stranu úľa, priamo nad vstup. Kamera nepretržite sníma vstup a v pravidelných intervaloch zasiela fotografie monitorovaného priestoru na platformu Dropbox. Vyhotovené fotografie sú automaticky vyhodnocované umelou inteligenciou a v prípade detekcie predátora – sršňa ázijského – sú zobrazené na webovej stránke. Včelár následne posúdi zaslanú fotografiu a v prípade potvrdenia pozitívneho nálezu nahlási tento objav, kliknutím na pripravený odkaz ktorý ho presmeruje na stránku Štátnej ochrany prírody Slovenskej republiky.



Ochranná skrinka, v ktorej sa nachádza systém BeeGuard.

Ako vyzerala tvoja cesta od nápadu po funkčný prototyp? Boli momenty, keď si mal chuť to vzdať?

Najprv som si to celé musel poriadne premyslieť – ako budem posielať fotografie? Akú kameru použijem? Kam ju vôbec umiestnim? Aká veľká powerbanka bude potrebná? A ako ochránim celý systém pred počasím? Keď som si už bol 100 % istý, ako chcem, aby celý systém vyzeral a fungoval, začal som objednávať jednotlivé časti a postupne ich dával dokopy. Mal som to chuť vzdať každých 10 minút – stále niečo nefungovalo. Raz kamera, potom Raspberry Pi, inokedy môj vlastný kód. Ale po chvíli som mal chuť to skúsiť to znova, opraviť chybu a posunúť sa ďalej.

Ako včelár máš k prírode blízko – zohralo to úlohu pri výbere témy?

Ako mladý včelár mám k prírode blízko, a to zohralo veľkú úlohu pri výbere témy. Chcel som vytvoriť niečo, čo môže pomôcť prírode aj ľuďom, a zároveň využiť svoju vášeň pre programovanie.

Na akých technológiách si systém postavil a prečo si si vybral práve tieto nástroje?

Použil som mikropočítač Raspberry Pi Zero, pretože má nízku spotrebu energie, čo je veľmi dôležitý faktor v tomto projekte. Kameru Raspberry Pi 3 som zvolil kvôli jej cene a kompatibilite s Raspberry Pi. Na ukladanie fotografií som využil platformu Dropbox, pretože má jednoduché a prehľadné API. Programovací jazyk Python som si vybral pre jeho jednoduchosť a obrovskú knižnicu nástrojov, ktoré sú ideálne na prácu s umelou inteligenciou.



Úľ typu B10, na ktorom je pripevnený systém BeeGuard.

Čo ti dala účasť v SOČ – okrem umiestnenia? Naučil si sa niečo nové o sebe, o práci pod tlakom alebo o prezentovaní?

Účasť mi dala možnosť spoznať množstvo skvelých ľudí, ktorí sú pre mňa inšpiráciou a uvedomil som si, ako ma tieto súťaže bavia. Ľutujem, že som sa nezúčastnil rôznych súťaží skôr a ďalší rok sa určite zúčastním znova a do množstva ďalších. Taktiež som sa naučil pracovať pod tlakom, čo mi veľmi pomohlo, a zlepšilo mi to aj moje prezentačné schopnosti.



Výhercovia SOČ v odbore Informatika (sprava Ján Gunár, III.D).

Keď si potrebuješ vyčistiť hlavu od programovania aj od bzukotu úľa, čo ti najviac pomáha vypnúť? Máš nejaký „hack“ na oddych?

Najviac mi pomáha vypnúť fitko, ktoré ma neskutočne baví a dokáže mi úplne vyčistiť myseľ. Veľmi mi pomáhajú aj prechádzky. Ale málokedy cítim potrebu oddýchnuť si od programovania – je to aktivita, ktorá ma naozaj baví a dokážem pri nej stráviť aj niekoľko hodín vkuse bez toho, aby mi to prekážalo.



Slávnostné otvorenie SOČ v Košiciach (zľava Ján Gunár, Romana Gagačová).

Čo by si odkázal niekomu, kto má nápad, ale váha, či má zmysel ho rozvíjať?

Ak som to dokázal ja, tak to naozaj dokáže hocikto. Najdôležitejšie je veriť si, užívať si tú cestu, a nevzdávať sa pri prvých problémoch. Keď sa spätne pozriem, som naozaj šťastný a hrdý, že som sa rozhodol začať a nevzdať to – stálo to za to.

/Romča

PROJEKT

ERAZMUS+

tri krajiny, tri kultúry, jeden program

Španielsko • Nemecko • Fínsko

Čo sa stane v Madride, neostane v Madride

Z Madridu do Levíc a späť – s kufrom plným zážitkov, kultúrnych šokov a nových priateľstiev. Vďaka programu Erasmus+ sme zažili viac než len výlet. Bolo to dobrodružstvo, ktoré nás vytrhlo z rutiny a hodilo rovno do víru španielskej energie, histórie a každodenného života. Meškanie lietadla? Len malý detail oproti tomu, čo všetko nás čakalo. A keď prišiel čas privítať Španielov u nás doma, ukázali sme im, že aj Levice majú svoj šarm.

Prvé dojmy z Madridu
Práve sa chystám opísať naše bohaté skúsenosti z hlavného mesta Španielska, Madridu. Síce cesta tam bola celkom náročná (lietadlo nám meškalo 13 hodín), stálo to za to. Do Madridu sme dorazili v noci. Hneď na letisku sme sa zoznámili s našimi hosťovskými rodinami. Samozrejme sme ich spoznali, keďže sme sa už videli na predošlých videohovoroch. Všetky rodiny k nám boli nesmierne pohostinné a nik nemal problém.

Objavovanie španielskej kultúry
Spolu sme preskúmali španielsku históriu, kultúru a aj skutočne iný svet ako je ten náš, na ktorý sme tak zvyknutí. Naše dni boli naplánované do bodky, čiže nuda musela zostať za dverami. Španieli mali pre nás nachystané množstvo aktivít, ktoré sme ani nestíhali dokončiť...



Výlet do historického Toleda
V strede týždňa sme navštívili historické mesto Toledo. Leží blízko Madridu a je často turistami vyhľadávané a aj sme zistili prečo. Atmosféra Toleda je neuveriteľná. Uličky tohto mesta vás prenesú po časovej priamke prstom do minulosti, aj keď turisti tieto predstavy môžu skresľovať. Španieli nás mestom previedli a navštívili sme aj múzeum, kde sme sa mohli dozvedieť o minulosti Toleda.



Návšteva slovenskej ambasády
Ďalší deň sme tradične navštívili ambasádu Slovenska v Madride, kde sme mali šancu sa popýtať mnoho otázok ohľadom práce veľvyslanca, a to pána Juraja Tomagu. Síce to tu nevoňalo po salašníckej tráve a žinčici, aspoň trochu sme sa cítili ako doma.

Umenie a oddych v parku Retiro
Predposledný deň sme mali na pláne Museo del Prado, čo je jedno z najvýznamnejších múzeí celosvetovo. Mali sme tú možnosť vidieť mnoho slávnych obrazov, o ktorých väčšina môže len snívať. Neskôr nás čakal Retiro Park. Prichádzala už na nás únava z plne nabitého týždňa, tak ten park padol vhod.

Prepáčte mi, že nespomeniem všetko (keďže tých aktivít bolo hojne), ale keby že tak urobím tak by tento článok nikto nečítal :)... Ale snažil som sa zhrnúť aspoň niektoré najzaujímavejšie

Privítanie Španielov na Slovensku
Španieli sa k nám dostali bez problémov a na rozdiel od nás, teda neboli ukrátení o jeden celý deň programu. Po ich vzore sme si nachystali mnoho aktivít priamo pre nich, hoci Levice sú veľké ako jedna madridská ulica. Dúfali sme, že ich nejak prostredím nesklameme.



Zoznámenie s GAVom
Väčšinu času sme strávili, v nám už veľmi dobre známej budove, teda v budove GAVu. Hodiny nám sprostredkúvali hlavne angličtinári spolu s prváckymi, druháckymi a tretiackymi triedami, kde mohli aj ostatní žiaci spoznať Španielov a prehodiť s nimi pár viet.

Výlet do Bratislavy

V plánoch boli zahrnuté aj dva výlety, a to do Bratislavy a Banskej Štiavnice. V Bratislave sme mali zaobstaraný „vláčik“, ktorý nás po-



vodil po kľúčových bodoch mesta. Súčasťou prehliadky bola aj sprievodkyňa, ktorá Španielom povysvetľovala históriu nášho hlavného mesta. Okruh sme končili na Bratislavskom hrade, kde sme si spravili spoločnú fotku. Časťou programu bolo aj stretnutie so španielskym funkcionárom pracujúcim na ambasáde, ktoré sa konalo v knižnici španielskeho veľvyslanectva. Po pútavom prejave sme si mohli obzrieť skvosty španielskej literatúry, povedzme police plné všelijakých verzií Don Quijota.

Objavovanie Banskej Štiavnice

V Banskej Štiavnici sme navštívili Počúvadlo, kde sme si spravili okružnú prechádzku a baňu Bartolomej, ktorá Španielov isto zaujala. Výklad bol charakteristický pre minulosť a vývoj samotného Slovenska a bol opísaný aj život baníkov pracujúcich v takýchto baniach. Súčasť programu tvoril aj rozchod po Štiavnici, počas ktorého si Španieli nakúpili plné tašky suvenírov.

Posledný deň bol rozhodne jeden z tých dní, pri ktorých neviete, ako sa máte cítiť. Španieli odchádzajú a možno sa už nikdy neuvidíte a na druhej strane sa váš život vracia späť do normálu, ste radi, že môžete zase zapadnúť do svojej rutiny.



Erasmus mi pomohol si uvedomiť, že život nemusí byť len rutinný systém bez konca. Pomohol mi pochopiť mentalitu iného národa, krajiny a úplne novú kultúru. Otvoril som oči novým možnostiam a jednoznačne ho odporúčam aj vám. Získal som novú španielsku rodinu, kde budem mať dvere stále otvorené.

/Alexej Jenčo (X)

Zážitky z Erazmu – Nemecko

Kann I Englisch speak?

V dňoch 31. marca až 4. apríla 2025 sme mali tú česť privítať na GAV-e skupinu 15 žiakov z Nemecka, konkrétne z mesta Stadthagen. Päť dní, tridsať žiakov, dve kultúry, tony zážitkov. Takto by sa dal zhrnúť výmenný pobyt, počas ktorého nuda prestala existovať.

Vzdelávanie trochu inak

Čo sme vlastne robili? V rámci hodín angličtiny a nemčiny sme sa ponorili do tém ako demokracia,



sloboda prejavu či ľudské práva. Absolvovali sme aj workshop s Amnesty International, kde sme zistili, že bojovať za spravodlivosť sa dá aj bez megafónu na námestí. Keď sme nesedeli v triede, jazdili sme na motokárach či hrali bowling. Dva levické podniky si nás dokonca odfotili – vraj „medzinárodná návšteva z Nemecka“. Aby toho nebolo málo, stihli sme aj výlet do Bratislavy, kde sme navštívili Goethe Institut a Veľvyslanectvo Spolkovej republiky Nemecko. Po asi desaťminútovej ceste historickým vláčikom sme absolvovali prehliadku mestom, samozrejme auf Deutsch.





Výnimočný deň v Banskej Štiavnici

Výnimočný deň nás čakal v meste Schemnitz (Banská Štiavnica). Naša prehliadka začala naozaj in medias res – výstupom na Veľkú vodárenskú, ktorú väčšina skoro nezvládla. Trocha vyčerpaní sme sa vrátili naspäť do mesta, kde sme pri šálke čokolády nabili svoju energiu a obdivovali výhľad na celú krajinu. Tí viac odvážni potom navštívili aj baňu Bartolomej.

Rozlúčka plná emócií

Ani sme sa nenazdali a už bol piatok. Menšia rozlúčková oslava plná hudby, smiechu, spevu, ale aj sĺz spečatila naše nové priateľstvá, ktoré vznikli počas celého týždňa.



Naozaj sa zrazu ten týždeň zdal príliš krátky.

Príbehy, ktoré sa nezmestia do článku

Zažili sme toho naozaj veľa – „stratu“ či zabudnutie mobilu, spontánne rozhodnutia, každodenné rozhovory, vysvetľovanie, čo sú to bryndzové halušky, či ako niekto skoro... no to už si necháme pre seba.
Na záver by sme chceli poďakovať aj pedagogickému zboru, ktorý zorganizoval celý týždeň iba pre nás – od programu, cez logistiku až po úsmevy, ktoré nás sprevádzali celý týždeň. Týmito pár dňami nekončíme. Nové priateľstvá a spoločné spomienky zostávajú medzinárodne prepojené. Už teraz sa tešíme na pobyt v Nemecku, kde určite zažijeme ten pravý nemecký „Abenteuer“.

Bis bald!



/Robŕŕt

Rozhovor

„Wenn es nicht gut ist, kann es nicht das Ende sein.“

Vor ein paar Wochen hatten wir einen speziellen Besuch aus Stadthagen – Niedersachsen, Deutschland – Frau Busche, eine Lehrerin, die Biologie und Englisch an einer Gesamtschule unterrichtet. Welche Energie- und Motivationsquellen hat gerade sie?

Wie waren Ihre ersten Eindrücke von der Slowakei? Gibt es etwas, das Sie besonders überrascht hat?

Ich war noch nie in der Slowakei, das muss ich vorher sagen. Als ich mit dem Zug in die Slowakei gefahren bin, sah es so aus wie bei uns in Niedersachsen. Keine Berge, grüne Felder, es war sehr ähnlich. Ich bin nach Bratislava gefahren und dort sieht man deutliche Unterschiede. Die Gebäude sind ganz anders als bei uns. Viele Hochhäuser, viel Beton, das fällt natürlich schon dann auch auf.

Hatten Sie vor Ihrem Besuch einige Erwartungen über die Slowakei?

Ehrlich gesagt, nicht so richtig. Ich glaube, leider haben viele Deutsche keine Vorstellung, wie es hier bei euch ist. Das ist sehr schade, weil es auch sehr schön ist. Ich habe hier viel gesehen und würde gerne auch noch die Hohe Tatra sehen. Ich habe sehr viel darüber gehört und ich glaube, das Land ist schöner, als wir es uns vorstellen, weil wir keine Vorstellung haben.



Maren Busche mit Sekunda Klasse.

Haben Sie Unterschiede zwischen den Schulen, den Schülern oder den Schulsystemen bemerkt?

Ja, das System ist komplett anders. Wir haben andere Fächer, wir haben andere Verpflichtungen. Wir haben längeren Unterricht als ihr, bis nachmittags um halb vier. Die Schüler sind Schüler und ihr seid sehr nett, ihr seid sehr offen und könnt vor allem sehr gut die Sprachen sprechen. Ich habe Deutschunterricht gesehen, ich habe auch Englischunterricht gesehen. Und ich muss sagen, ich war wirklich sehr beeindruckt davon, wie viel ihr mit eurem Lehrer redet. Das ist bei uns nicht so, aber das liegt auch daran, dass wir keine halben Klassen haben. Wir unterrichten immer eine Fremdsprache mit 28 Schülern. Das heißt, natürlich ist die Zeit, die jeder Schüler zum Reden hat, viel kleiner.

Sie haben auch in Ecuador unterrichtet. Haben Sie als Le-

hrerin etwas Ungewöhnliches erlebt?
Ja, habe ich tatsächlich. Das war eine Privatschule, eine deutsche Schule im Ausland. Das sind oft Privatschulen und die Kinder, oder besser gesagt die Eltern, haben sehr viel Geld. Und man ist es aus Deutschland nicht gewohnt, dass Eltern zu einem kommen und sagen, so, mein Kind hat nur eine 3, wie viel Geld wollen Sie, damit es eine 2 bekommt? Das ist passiert, aber wir sind Beamte in Deutschland, das heißt, ich



Maren Busche mit Deutschlehrerinnen.

habe mein Geld aus Deutschland bekommen. Und natürlich sind wir nicht korrupt, aber es war sehr komisch. Und natürlich waren die Eltern auch immer sehr schick gekleidet. Wir, deutsche Lehrer, na ja, sind jetzt in einer Jeans und T-Shirt oder Pulli. Das war manchmal ein bisschen komisch.

Was ist das Beste an Deutschland? Welche Städte würden Sie uns empfehlen?
Also, natürlich ist München ganz typisch. München wird von vielen Touristen besucht. Ich persönlich mag München nicht so gerne. Aber ich komme auch aus Norddeutschland. Und wir haben ein kleines Problem mit den Bayern. Nur ein Scherz. Ich würde euch empfehlen, Berlin zu besuchen. Berlin als Hauptstadt ist total faszinierend. Es ist chaotisch, es ist toll, es ist künstlerisch. Man hat von allem etwas, gerade im Sommer. Man kann wunderschön draußen sitzen und viele Menschen sehen. Es gibt kulturelle Vielfalt. Berlin ist super. Also, wenn ihr dort einmal hinkommt, macht das.

Was sind Ihre Energie- und Motivationsquellen? Was bedeutet eigentlich die Energie für Ihr Alltagsleben?
Das ist meine Familie natürlich. Ich habe vier Kinder, einen tollen Mann und einen super Hund. Und das ist meine Energiequelle für die Schule auf jeden Fall. Na ja, der Job als Lehrerin ist nicht immer so einfach. Ich arbeite sehr viel. Ich arbeite auch an den Wochenenden viele Stunden und gerade, wenn wir Abitur haben, ist es zu viel. Und ich brauche dafür Energie aus meinem Privatleben. Und in der privaten Schule ist es leider manchmal eng verknüpft.

Haben Sie vielleicht ein paar Tipps, wie man die Energie und Motivation bei sich selbst halten kann?
Ja, ausreichend Schlaf. Also darauf achten, dass man wirklich viel schläft, dass man sich gut ernährt. Das, was alle sagen, dass man auch sich einmal Zeit nimmt, um nichts zu tun, um gelangweilt zu sein. Sich mit Freunden treffen. Nicht ins Kino gehen. Nicht Musik hören. Einfach nur nichts tun. Ich glaube, das ist eine gute Hilfe.

Haben Sie auch ein Lebensmotto?
Ja, ein Lebensmotto, tatsächlich. Und das lautet: „Wenn es nicht gut ist, kann es nicht das Ende sein.“ Das ist für mich immer eine Motivation, weil ich denke, wenn ich nicht zufrieden bin, dann ist es noch nicht das Ende. Dann kann es das nicht sein. Und das hält meine Motivation auch recht.

/Robŕŕt

Audioaufnahme und Lösung.

Aufgabe: Lesen Sie den Text noch einmal oder hören Sie den Text (QR-Code). Welche Aussagen sind richtig (r), welche sind falsch (f)?

		r	f
1.	Die Slowakei hat die Lehrerin sofort mit hohen Bergen und schneebedeckten Gipfeln überrascht.		
2.	Die Lehrerin hatte vor ihrem Besuch eine klare Vorstellung davon, wie die Slowakei aussieht.		
3.	In Deutschland dauert der Unterricht länger als in der Slowakei, bis etwa halb vier nachmittags.		
4.	In Ecuador wurde der Lehrerin Geld angeboten, um die Noten der Schüler zu verbessern.		
5.	Die Lehrerin findet München faszinierend und empfiehlt es als Reiseziel.		
6.	Die wichtigste Energiequelle der Lehrerin ist ihre Familie, einschließlich ihrer vier Kinder und ihres Hundes.		

Zážitky z Erazmu – Fínsko

Ako nás Fínsko naučilo spomaliť

Zažiť Fínsko na vlastnej koži je niečo celkom iné, ako si len predstavovať sobov a polárnu žiaru z obrázkov na internete. Vďaka programu Erasmus+ sme mali možnosť stráviť týždeň v malej fínskej obci Leppävirta a ešte pár dní navyše v hlavnom meste Helsinki. Spolu piati študenti z rôznych ročníkov v sprievode pani profesorky Korpovej a pána profesora Svetlíka sme sa na túto cestu vybrali plní očakávaní – niektorí s nadšením, iní s obavami, no všetci so zimnými bundami.

Leppävirta – miesto, kde sídli ticho
Leppävirta je pokojné mestečko vo východnej časti krajiny, obklopené jazerami, lesmi a nekonečným tichom, ktoré je pre Fínsko tak typické. Našou školou bola Leppävirran Lukio, kde sme celý týždeň fungovali ako súčasť bežného školského života. Hoci na prvý pohľad boli fínski študenti trochu odmeraní a opatrní, no po pár dňoch sa atmosféra



výrazne uvoľnila. Zrazu z nich boli milí, zvedaví a veľmi priateľskí ľudia, s ktorými sme si začali rozumieť nielen v angličtine, ale aj záujmami, koníčkami a podobnými vecmi.



Príroda, ktorá vás naučí dýchať pomalšie
Najviac nás prekvapilo, aký dôležitý je pre Fínov kontakt s prírodou. Každá voľná chvíľa sa využíva na pobyt vonku – či už ide o prechádzku lesom, piknik pri jazere, opekačku alebo len tiché sedenie na lavičke obklopenej stromami. Počas jednej z aktivít sme sa dostali práve do takejto prírody a musíme uznať, že dýchať čistý vzduch a hrať sa tradičnú hru Mölkky má niečo do seba. Dokonca, aj keď netrafíte cieľ ani na piaty pokus!

Viac než len výlet
Zážitkov sme mali počas týždňa neúrekom – prezentovali sme Slovensko pred mladšími študentmi, navštívili sme ľadovú jaskyňu s rozprávkovými



postavičkami Muumin, vyšli sme na vežu Puijo s výhľadom na mesto Kuopio, hrali sme bowling, tvorili projekty, spievali karaoke a na záver sme si užili menší večierok, kde sa každý podelil o jedlo z domova a dobrú náladu. Všetko to bolo prirodzené, nenútené a veľmi príjemné – presne ako samotní Fíni, keď si vás pustia k sebe.

Kultúrny šok
A teraz k tej časti, ktorá nás zaskočila najviac – fínske saunovanie. Samotný fakt, že sauna je v tejto



krajine národným športom, nás vôbec neprekvapil. No až keď nám vysvetlili, že sa do nej chodí úplne nahý (áno, úplne), a to nielen s rodinou, ale pokojne aj so susedom, kolegom alebo človekom, ktorého ste stretli pred piatimi minútami, trochu nám zamrzol úsmev. A čo viac – pred saunou nasleduje spo-



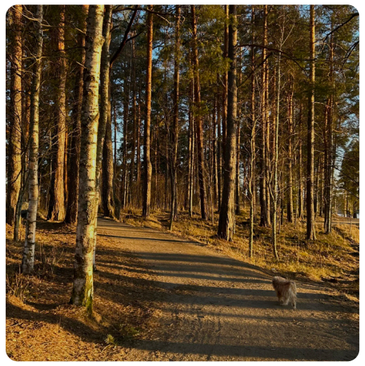
ločná sprcha, kde sa takisto nehrá na hanblivosť. Povedzme, že pre nás to bol kultúrny šok, na ktorý sme neboli celkom pripravení.



Helsinki na rozlúčku

Záver nášho pobytu sme strávili v Helsinkách, kde sme si prešli centrum mesta, navštívili niekoľko zaujímavých miest a pamiatok a užili si posledné chvíle v tejto krásnej krajine. Niektorým z nás sa dokonca podarilo zahliadnuť aj polárnu žiaru, čo bol zážitok, ktorý ťažko opísať slovami – jedinečný, tichý a trochu magický.

Z Fínska sme si neodniesli len magnetky a fotky v telefóne. Vrátili sme sa s novými priateľstvami, zlepšenou angličtinou, väčším pochopením pre inú kultúru, množstvom spomienok a – čo je najdôležitejšie – s otvorenejšími očami. Cestovanie nás učí nielen o svete, ale aj o nás samých. A ak je k tomu navyše ešte aj sneh, jazero, čučoriedkový koláč a fínsky humor, nemôže to byť zlé.



/Aimie Pomoziová (3.B)

Zahraničná exkurzia do Poľska

Kráčali sme tam, kde kedysi bežal čas

Za dva dni sme prešli temnou minulosťou koncentračného tábora, objavili krásy historického Krakova a zostúpili hlboko pod zem do slávnej soľnej bane Wieliczka. Naša školská exkurzia do Poľska bola plná silných emócií, zaujímavých objavov a zážitkov, na ktoré budeme ešte dlho spomínať.

Naša exkurzia do Poľska sa začala v pondelok skoro ráno. Vyrazili sme od školy okolo 7:30 a po niekoľkých hodinách cesty sme dorazili do Osvienčimu, kde sa nachádza známy koncentračný tábor Auschwitz.



Silná skúsenosť v Auschwitzi a Birkenau

O 13:35 nám začala prehliadka tábora Auschwitz. Trvala približne dve až tri hodiny, počas ktorých sme videli množstvo miest, ktoré rozprávajú tragický príbeh druhej svetovej vojny. Prešli sme cez múr smrti, plynovú komoru, miestnosť na spaľovanie tiel aj historický vagón, ktorým tam privážali ľudí.



Následne sme sa presunuli do druhej časti – Birkenau. Tam sme si prezreli baraky a vypočuli si podrobný opis ťažkého života väzňov. Atmosféra bola silná a emotívna, no zároveň veľmi poučná.

Oddych v hoteli a objavovanie Krakova

Po náročnom dni sme sa presunuli do hotela, ktorý sa nachádzal na okraji Krakova. Po chutnej večeri sme si mohli oddýchnuť a načerpať sily na ďalší deň.



Ráno sme začali prehliadkou historického centra Krakova. Prešli sme Hlavné námestie, videli sme Baziliku sv. Márie a navštívili aj hrad Wawel, ktorý je jedným z najvýznamnejších symbolov Poľska.

Výprava do soľnej bane

Po Krakovskej prehliadke sme sa vybrali do známej soľnej bane Wieliczka. Pre mnohých z nás to bola výzva – čakalo nás vyše 800 schodov – ale pohľad na podzemné soľné miestnosti, kaplnky a sochy rozhodne stál za to. Celá prehliadka trvala približne tri hodiny a bola to jedna z najzaujímavejších častí výletu.



Pred cestou späť sme si ešte spravili zastávku v McDonald‘s, kde sme sa občerstvili, a potom sme sa už vydali na cestu domov – unavení, ale plní dojmov.

Exkurzia do Poľska nebola len obyčajným výletom – bola to silná lekcia histórie, príležitosť vidieť nové miesta a zároveň stráviť super čas so spolužiakmi. Určite na ňu budeme ešte dlho spomínať. Veľké poďakovanie patrí našim pani učiteľkám a sprievodkyniam, ktoré exkurziu zorganizovali, postarali sa o všetko potrebné a sprevádzali nás počas celého výletu – bez nich by tento zážitok nebol možný.

Ďakujeme!

/Ninka

Prehľad aktivít Školského parlamentu

Parlament v pohybe

Apríl

- Pyžamový deň
- Brigáda v areáli školy v rámci iniciatívy Upracme Slovensko
- Filmová noc (4G)

Máj

- Filmový večer (8G)
- Rozlúčka s maturantami
- Tematický deň

Jún

- Medzinárodný deň detí
- Športový deň
- Dobrovoľnícke aktivity
- Ukončenie školského roka

Takto chutí Bagala

Niektoré knihy prečítame, zavrieme a zabudneme. A potom sú tu tie, ktoré v nás zostanú. Práve také vydáva KK Bagala, vydavateľstvo, ktoré už roky dáva hlas slovenským autorom s výnimočným talentom rozprávať o svete inak. V nasledujúcich riadkoch vás pozývam preskúmať so mnou príbehy, ktoré možno nebudú kričať z výkladov kníhkupectiev, no o to silnejšie zarezonujú vo vašom vnútri.

Dôvod na radosť

Autor: Soňa Uriková
Rok vydania: 2022
Počet strán: 112

Moje hodnotenie: 4/5



Táto útla kniha by sa pokojne dala prečítať na jedno posedenie, ale to by bola až priveľká škoda. Každú poviedku si treba vychutnať, ideálne samostatne, aby mohla doznieť. Každý príbeh sa číta veľmi ľahko. Čitateľ sa nemusí v príbehoch nájsť, no i tak vám dokážu byť blízke a písanie autorky nám dokonale umožňuje sa do príbehov vžiť.

V krátkej knihe nájdeme zbierku siedmich príbehov so zaujímavými názvami. Hlavnú tému tvorí hĺbka vzťahov, či už tá rodičovská, ale aj zvieracia medzi slimákmi a králikmi, ako to autorka sama nazýva. Poviedky písané naprieč slovenským vidiekom sú na povrchu hrejivé pri srdci, ale v hĺbke znepokojivé. Niektoré úsmevné, iné menej. Soňa Uriková píše výstižne. Na malom rozsahu toho ponúka veľa. Každá poviedka stručne a možno aj trochu vulgárne zobrazuje situácie bežného života, zaoberá sa témami ako klebety, dedina, rodinné dynamiky, vnútorné aj vonkajšie očakávania, či podprahové tlaky vyvíjané na ženy.

Či sa jedná o frustrovanú matku, ktorá musí riešiť hlúpu domácu úlohu do družiny alebo o malé dievčatko vyrastajúce s babkou a otcom, autorka vo všetkých prípadoch vykresľuje tieto ženy ľudsky. Ak máte radi ironický humor, odporúčam hneď prvú poviedku, Slimačie denníky, naopak najťažšia poviedka na čítanie podľa môjho názoru, bola poviedka o Marike, ktorá ma však zaujala najviac.

PS: Podľa môjho názoru, knižka plne zaslúžene vyhrala Anasoft Litera 2023.

Piata loď

Autor: Monika Kompaníková
Rok vydania: 2010
Počet strán: 288



Moje hodnotenie: 5/5

Miestami krutý príbeh dieťaťa, ktoré muselo dospieť v útlom veku, aby sa vedelo pretĺcť životom, odkázané samo na seba. Spomienky už dospelej ženy na detstvo, ktorej chýbal pocit domova, milé slovo, dotyk a mnohokrát aj jedlo.
Malá Jarka má mamu, ktorá matkou byť nechce. Túži po láske a hoci ju nehľadá cielene, nájde ju celkom nečakane, keďže za zvláštnych okolností vezme dve malé deti do opustenej záhradnej chatky. Jej konanie je dojemným a detsky úprimným pokusom opraviť pokrivený svet dospelých prostredníctvom hry na rodinu, po akej sama túži. Táto kniha vo mne prebudila emócie a ostala mi v hlave ešte veľmi dlhú dobu. Najprv ma odradilo, že v knihe nie je priama reč, no neskôr sa to ukázalo ako dokonalé rozhodnutie autorky.
Knihu odporúčam naozaj všetkým. Autorkin štýl písania nie je komplikovaný a kniha vás zatiahne do deja, teda aspoň mňa tam okamžite zatiahla. Je tam veľa podnetov na zamyslenie, čo sa týka rodinných vzťahov, vplyvu výchovy na prežívanie, správanie a vývin dieťaťa a jeho následné rozhodnutia, ale aj jeho dospelosť. Pokiaľ nie ste veľký fanúšik kníh, odporúčam si minimálne pozrieť film, ktorý je podľa tejto knihy, taktiež pod názvom Piata loď. Sľubujem, že nebudete ľutovať.

Dom pre jeleňa

Autor: Dominika Moravčíková
Rok vydania: 2022
Počet strán: 180

Moje hodnotenie: 4,5/5



Kniha Dom pre jeleňa ma veľmi príjemne prekvapila. Je to zbierka poviedok, ktoré sa síce odohrávajú v prostredí slovenskej prírody a dediny, ale tematicky sú veľmi pestré a ponúkajú oveľa viac, než by sa mohlo na prvý pohľad zdať. Každá z nich má vlastnú atmosféru, no všetky spolu vytvárajú kompaktný celok, ktorý pôsobí premyslene a uveriteľne.

Dominika Moravčíková píše pútavo a veľmi prirodzene. Postavy a ich dialógy nepôsobia umelo, a to platí aj o samotnom prostredí. V texte cítiť silný vzťah k prírode, kultúre a akýsi návrat ku koreňom. Autorka sa nebojí načrieť aj do folklóru a mýtov, no robí to jemne, bez toho, aby to pôsobilo nasilu.

Najviac ma zaujala poviedka Kútna plachta, ktorá podľa mňa krásne ukazuje prepojenie medzi tým, čo je tradičné a čo prežívame dnes. Celkovo ma na knihe bavilo to, že sa v nej spája niečo známe s niečím trochu tajomným a neuchopiteľným.
Štýl písania je sebavedomý, ale zároveň zrozumiteľný. Kniha sa číta dobre a rýchlo, no zároveň si ju viete vychutnať aj pomalšie – niektoré poviedky si podľa mňa zaslúžia chvíľu na spracovanie.

Ak vás baví vidiecke prostredie, vzťahy, trochu symboliky a niečo, čo vo vás zostane aj po dočítaní, túto knihu určite odporúčam. Rada by som si prečítala aj ďalšiu knihu od autorky, ak nejakú vydá.

/Alexander

Mačka, ktorá zachránila knihy



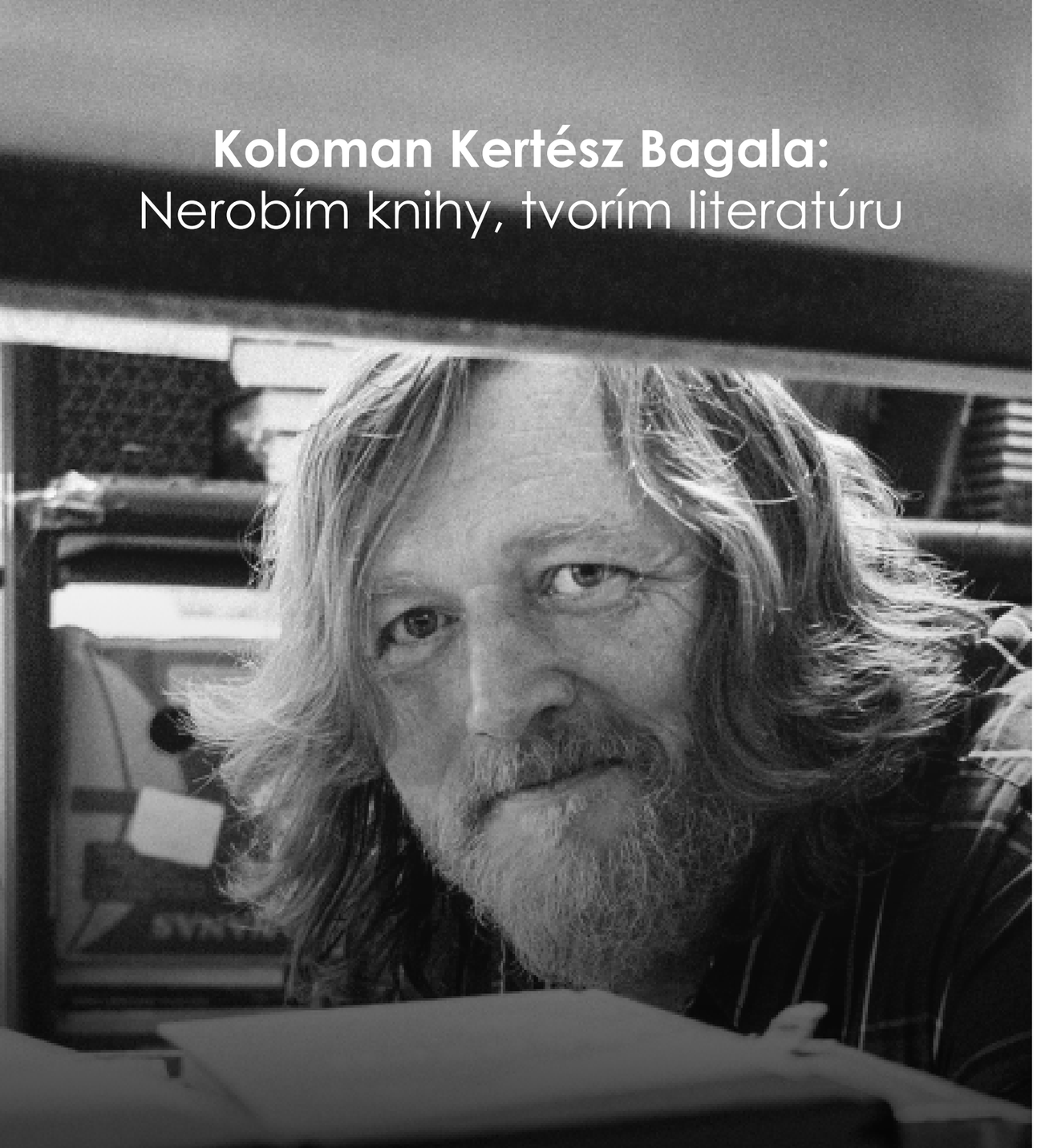
Autor: Sosuke Natsukawa
Rok vydania: 2022
Počet strán: 288

Moje hodnotenie: 5/5

Táto knižka sa mi veľmi páčila hlavne kvôli jej hlbokej myšlienke a štýlu, v akom bola napísaná. Určite ju odporúčam! Išlo tu o to, ukázať, aké sú knihy výnimočné, prostredníctvom fantázie. Kniha pochádza z Japonska a tiež tam bola veľmi populárna. Príbeh je o stredoškolákovi, ktorý sa volá Rintaró Nacuki. Jeho rodičia zomreli, keď bol ešte malý a preto žije so svojim starým otcom. Ten však tiež, bohužiaľ, onedlho zomrie. Rintaró je z toho veľmi smutný a uzatvorí sa v ich obchode Antikvariát Nacuki a nechce chodiť ani do školy. Neskôr sa pred ním zjaví hovoriaca mačka a požiada ho, aby jej pomohol zachrániť knihy. Hoci sa tomu Rintaró čuduje, knihy má veľmi rád, nakoniec súhlasí s jej prosbou. A tak sa obaja vydajú na ťažkú výpravu do sveta plného fantázie, kde na nich čaká niekoľko labyrintov a silní protivníci - nedbanlivý majitelia kníh, ktorým sa nedá len tak ľahko dohovoriť. Podarí sa ich prehovoriť práve jemu?

/Margarétka

Koloman Kertész Bagala:
Nerobím knihy, tvorím literatúru



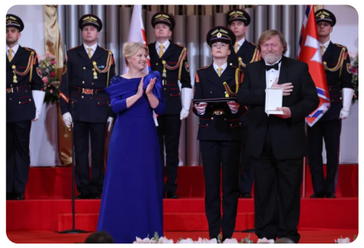
Koloman Kertész Bagala, rodák z Levíc a jeden z najvýznamnejších vydavateľov súčasnej slovenskej literatúry, už viac ako tri desaťročia vedie vydavateľstvo KK Bagala, ktoré dalo príležitosť mnohým, dnes už uznávaným, autorom a autorkám. Sústreďuje sa najmä na pôvodnú slovenskú prózu a dlhodobo podporuje mladé literárne talenty, najmä prostredníctvom súťaže *Poviedka*. Ako pomohlo vydavateľstvo KK Bagala formovať súčasnú slovenskú literatúru a akú úlohu v tom zohráva podpora mladých talentov?

zdroj foto: archív K. K. B.

Pán Bagala, v roku 1991 ste založili vydavateľstvo KK Bagala, ktoré sa zameriava na slovenskú literatúru. Čo bolo hlavným impulzom pre tento krok a ako sa vaša vízia a ciele zmenili počas uplynulých troch dekád?
Keď som uvažoval o založení vydavateľstva, mal som krátko po 26. narodeninách. V tom čase si človek začína uvedomovať, na čo má talent a schopnosti a čo sú len podružné alebo vyskúšané zručnosti. Páčila sa mi literatúra, páčila sa mi hudba, a tak som si založil živnosť na podnikanie – v úvodzovkách – v tejto oblasti.

Prvú knižku som vydal v roku 1992, vtedy 20-ročnému Tomášovi Horváthovi, ktorý odvtedy vydal už sedem kníh. Od začiatku som vedel, že sa chcem zameriavať predovšetkým na mladú slovenskú literatúru, nových slovenských autorov a novú generáciu talentovaných ľudí, ktorí píšu. Hoci odvtedy uplynulo 34 rokov, na mojom prístupe k vydavateľstvu sa nič nezmenilo.

Počas vášho pôsobenia na slovenskom knižnom trhu ste prešli dlhú cestu. Aké boli najväčšie výzvy či rozhodujúce momenty, s ktorými ste sa stretli? A naopak, ktoré úspechy alebo príjemné chvíle považujete za najvýznamnejšie?
Myslím, že to bol jeden z najkrajších dní v mojom živote – nielen osobne, ale aj v rámci mojej pracovnej kariéry. Pred rokom som z rúk pani prezidentky prevzal Rad Ľudovíta Štúra za prínos pre kultúru Slovenska.



Koloman Kertész Bagala ocenený prezidentkou Zuzanou Čaputovou.

Pre mňa však nie je podstatné len to, že ocenili moju prácu a výsledky, ale predovšetkým to, kto ma ocenil.
Pani prezidentku Čaputovú si nesmierne vážim – počas celého svojho mandátu zostala verná svojim hodnotám, a v tom vidím paralelu aj so svojím životom. Keď som sa raz rozhodol vydávať knihy, zostal som pri tom.

Ste známy svojím dlhoročným angažovaním sa v podpore nových talentov prostredníctvom súťaže *Poviedka*. Ako vyhľadávate nových autorov a ako sa podľa vás táto iniciatíva odrazila na slovenskej literárnej scéne?
Tak ako som pri prvej knihe hľadal nového debutujúceho autora, rovnako som počas celej svojej vydavateľskej činnosti objavil desiatky ďalších talentovaných autorov. Veľkú zásluhu na tom má literárna súťaž *Poviedka*, ktorú organizujeme od roku 1996. Za 29 rokov do nej prišlo približne 14 000 príspevkov.



Súťaž Poviedka na festivale Pohoda.

Ako vydavateľ a editor sa venujem autorom a autorkám, ktorí v tejto súťaži získali ocenenie. Takých bolo vyše 300, pričom viac ako 100 z nich debutovalo – najmä v mojom vydavateľstve, ale aj v mnohých iných. Súťaž si totiž všímajú aj ďalší vydavatelia, a keď autor získa ocenenie, ľahšie sa dostane do edičných plánov. Vďaka tomu som nepomohol len sebe, ale aj celkovej podpore novej slovenskej literatúry.

Čo by ste odporučili mladým spisovateľom a spisovateľkám, ktorí sa snažia presadiť na literárnom trhu?
Pracoval som so stovkami textov od rôznych autorov a autoriek – či už v zborníkoch alebo ako redaktor literárnych príloh pre časopisy. Redigoval som viac ako 200 dvoj- alebo štvorstranových literárnych príloh pre Denník SME a Denník Pravda. Považujem za dar, že pri čítaní textu dokážem vycítiť, či má autor talent, či sa oplatí text ďalej rozvíjať alebo naopak, do akej miery si vyžaduje úpravy. Rovnako viem odhadnúť, kedy je lepšie autora netlačiť do písania, ale nechať ho hľadať iné smerovanie.



Príloha Poviedka 2024 v Denníku SME.

Pre tých, ktorí si chcú overiť svoj talent, odporúčam písať a posielať svoje texty do literárnych súťaží – na Slovensku ich existuje približne 50, zameraných na rôzne žánre a formy. Ak sa niekto umiestni medzi prvými desiatimi v súťaži *Poviedka*, kde sú stovky účastníkov, nie je to náhoda. Porota posudzuje texty anonymne, takže rozhoduje výlučne kvalita písania, nie osobné kontakty. Práve vďaka tejto súťaži sme objavili mnohých talentovaných autorov.

Máte v pláne rozšíriť portfólio KK Bagala aj o iné žánre?
Plánujem sa aj naďalej sústrediť výhradne na prozaické diela, keďže sa mi tento prístup osvedčil. Doteraz som vydal viac ako 500 kníh, z ktorých 95 % tvoria prozaické tituly. Popri tom som vydal aj diela profesorov literatúry, ktorých si veľmi vážim – napríklad súborné diela alebo zobrané spisy Osamelých bežcov, ktorých tvorbu obdivujem. Okrem toho spolupracujem s rôznymi vydavateľstvami na ďalších knižných projektoch.



Krst knihy Básne od Ivana Laučíka.

Ako prebieha výberový proces pre začlenenie diel do edičného plánu vášho vydavateľstva a akým spôsobom zosúlaďujete svoj osobný vkus s trhovými požiadavkami?

Ja nerobím len knihy, ja tvorím literatúru. Pre mňa nie sú dôležité nejaké breakpointy, obchodné míľniky či zisky, ale vydanie kvalitnej knihy. Práve z tohto princípu vychádzam pri zostavovaní edičného plánu.



Koloman Kertész Bagala s humoristom Milanom Lasicom a spisovateľom Kornelom Földvárim.

Keďže vo vydavateľstve pracujem sám, mám slobodu rozhodovať sa podľa seba, bez kompromisov či tlaku zvonku. Tento prístup sa mi osvedčil – žiť slobodne, myslieť slobodne a realizovať sa slobodne.



Koloman Bagala držiaci zbierku ExEdícia.

Stalo sa niekedy, že kniha, ktorú ste osobne považovali za výnimočnú, nezaznamenala očakávaný ohlas u čitateľov a čitateliek? Ako sa vyrovnávate s rozdielmi medzi odborným ocenením a komerčným úspechom?

Ako som už spomenul, moja práca sa končí v momente, keď rukopis zaradím do edičného plánu, ako zodpovedný redaktor ho dotiahnem do finálnej podoby a kniha vyjde. Potom sa od nej oslobodím a môžem sa venovať ďalšiemu autorovi či autorke. Z profesionálneho hľadiska ma preto spätná reflexia neovplyvňuje – nerobím knihy na základe toho, ako budú neskôr hodnotené.

Ak vydám knihu neznámemu autorovi, ktorý predtým publikoval len jediný 10- či 15-stranový text v súťaži *Poviedka* a o rok získa literárne ocenenie, neberiem to ako potvrdenie správnosti svojho rozhodnutia. Ja som ho ocenil už vtedy, keď som ho zaradil do edičného plánu. V tomto smere si vytváram vlastný paralelný vesmír, ktorý funguje nezávisle od literárnych súťaží a hodnotení.

Ako vnímate súčasnú situáciu v slovenskej kultúre? Aké sú podľa vás najväčšie problémy, ktorým dnes čelí literárna a umelecká obec?

Od istého momentu, keď som si uvedomil, že rezort kultúry riadia nekoncepční a nekultúrni ľudia, som sa spolu s kolegami z oblasti kultúry pripojil ku kultúrnemu štrajku, v ktorom zotrvávame dodnes. Vyjadrujeme tým nespokojnosť s krokmi, ktoré sa dejú v našej oblasti.



Štafetový protest platformy Otvorená kultúra pred Ministerstvom kultúry SR.

Zastrešujúcou organizáciou je platforma Otvorená kultúra, ktorá sa snaží vytvoriť kultúrne odbory, schopné zastupovať nás pri rokovaniach s vládou či parlamentom. Bežne sa totiž stretávame s mylnou predstavou, že autori a umelci nepracujú, pretože neprodukujú manuálnu prácu. Ale kto by napísal knihy, keby autori nepracovali duševne? Potrebujeme, aby nás niekto zastupoval v dialógu o našich právach a podmienkach na tvorbu.
Čo sa týka financovania kultúry, vidím nádej na vypracovanie spravodlivejšieho systému oceňovania najlepších diel v slovenskej literatúre a umení. Nech už však bude úradne zavedený akýkoľvek model, kultúrny život funguje ďalej – existuje literárna scéna, divadelné predstavenia, výtvarné umenie. Umelci berú kultúrne aktivity ako prirodzenú súčasť svojej práce – chodíme na besedy do škôl, knižníc, kníhkupectiev a klubov, organizujeme festivaly, stretávame sa s čitateľmi a keď treba, ideme na námestia vyjadriť aj občiansky postoj.

Napriek všetkým výzvam tí, ktorí sa v kultúre našli, chcú v nej zostať. Nejde nám o finančný zisk, ale o sebarealizáciu a slobodu tvoriť bez zbytočných prekážok.

/Romča

Vlastná tvorba

Ozveny časov minulých

Lietajú tam v nebesách spevavci,
nad lesmi, riekami, horami.
Kto ich len započuje, starí či mladí paholci
nestačia utekať za nimi!

Ako matkin hlas ich pieseň znie.
V srdci len jedno miesto mali.
Väčšieho daru dať by nemohli,
Ako keď jej závoj sňali.

Na čiernych krídlach vrátili sa havrany,
z cudzích hájov, z druhého brehu rieky.
Nad dávno zabudnutou rodnou roľou,
žalospev otcom spievali.

Ale slzy ovlažia suché polia,
vyrastú tam lány žita,
Z krvi a utrpenia časov minulých,
do lúčov rannej zore.

Vetrom sa nesie už len ozvena,
Serafínskej piesne dohráva.
Kde ale zmizli, tie naše múzy?
Do nebies? Do rodnej hrudy? Do ďalekých zemí?
Či na nás dozerajú z bielych vŕškov,
čakajúc na chvíľu najtemnejšiu?

Chodím po poli, medzi lesmi a pasienkami.
Medzi kameňmi, orlie pierko sa leskne.
I tisícky sú ich, len čakajú na človeka,
Kým ich do atramentu duše namočí.

Za oknom je kvet

Živí sa na uhlí, tá beštia z ocele,
čo si razí cestu cez kvetinové pole.
Necháva za sebou len šedé nič,
hrozný to ľudstva pohonič!

Medzi dvoma prázdnymi mestami,
vozí ich prázdne zástupy.
Kto raz do jeho útrob vstúpi,
dole po schodoch už nezostúpi.

Veď, ale to nie je až tak zlé.
Má tam človek stravy i postele mdlé.
Vlak pôjde po v betóne zaliatych koľajniciach,
kým sa mu kolesá či jeho chodníčky nezmenia v prach.

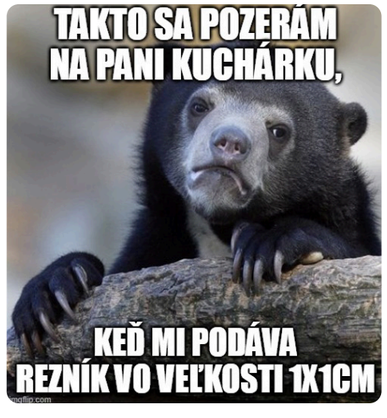
Vedú ho síce rušňovodiči,
nevedia však prečo ho vodia a či
sú vôbec ich úkony potrebné.
Riadia sa podľa knižiek, čo sú už druhýkrát opísané.

Vzácne sa však stane,
že vyrastú v pustine kvety lúčne.
Ak ich niekto zočí,
hneď mu ošarpaného vlaku stačí.

Holt, je však ťažké sa istoty vzdať.
Preraziť sklo a hľadať, je do neznáma padať.
A nie si aj ty jeden z nich,
čo kŕmi beštiu uhlím?

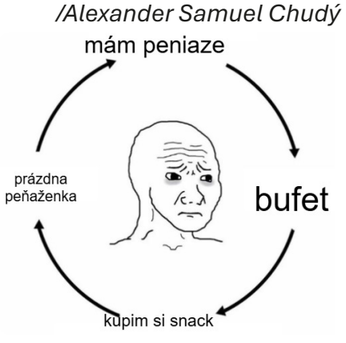
Ale to nevadí, veď veľa krát
cez okno uvidí krásy sťa zlata karát.
Raz sa to v srdci zlomí,
cez väzenie všednosti sa prelomí.

Znič tej beštie motor, vykoľaj ho či
z okna vyskoč, aj to stačí.
Lepšie so zlomenými nohami hľadať kvet,
než predstierať že len vlak je svet.





/Alexander Samuel Chudý



Príbehy, ktoré chutia ako leto

Hoci vonku je stále teplejšie a slnko zapadá až o pol ôsmej, možno aj tak potrebujete dobrý film na oddýchnutie od písomiek. Alebo rozmýšľate, čo si pozrieť cez prázdniny, či už cez veľkonočné alebo tie vytúžené letné? V každom prípade mám tu pre vás jarné a letné filmové odporúčania!

Tajomná záhrada

Filmové adaptácie knihy Tajná/Tajomná záhrada (The secret garden) z roku 1911 od spisovateľky Frances Hodgson Burnettovej sú skutočne nádherné a rozhodne plné nádeje, čo je aj samotná jar. Existuje viacero filmových adaptácií (najznámejšie sú z rokov 1993 a 2020), ale základ príbehu je rovnaký: Mary Lennox je malá dievčina, ktorá po smrti rodičov zostane sama a musí sa presťahovať z Indie do Anglicka, kde ju prijme vzdialený a prísny strýko Archibald Craven. Žije v obrovskom, tajomnom sídle, kde objaví opustenú záhradu – zamknutú a zarastenú. Spolu s novými priateľmi – chlapcom Dickonom, služobníčkou Marthou a chorľavým bratrancom Colinom – začne záhradu oživovať. A ako sa záhrada prebúdza k životu, menia sa aj deti.



Legendárna partia

Legendárna partia (Rise of the Guardians, 2012) sa síce začína pár dní pred Veľkou nocou, no vystupujú v ňom rôzni legendárni hrdinovia ako Santa Klaus, Zúbková víla, Sandman, či Veľkonočný zajac, takže tento animovaný film sa hodí na každé obdobie. Bubák (Pitch), ktorý chce ovládnuť svet strachom a zničiť vieru detí, opäť naberá na sile. Strážcovia ho nedokážu poraziť sami, a tak dostanú nového člena – Jacka Frosta. Ten je nespútaný, zábavný, ale stráca zmysel svojej existencie, pretože si ho nikto nepamätá. Spolu musia spojiť sily, aby zastavili temnotu a Jack musí objaviť svoju pravú podstatu – a to, prečo bol vybraný ako strážca.



Štúdio Ghibli

Moja srdcovka sú filmy od štúdia Ghibli. V každom jednom z nich sa nachádza trochu mágie a to nielen kvôli nádhernej animácií. Asi najznámejšie filmy sú Cesta do fantázie (Spirited away, 2001), Zámok v oblakoch (Howl's moving castle, 2004) a Princezná Mononoke (Princess Mononoke, 1997). Bez pochýb sú tieto filmy úžasné, no ja vám rozhodne odporúčam aj Môj sused Totoro (My neighbor Totoro, 1988), Arielka zo skrytého piadisveta (The secret world of Arrietty, 2010) a Ponyo z útesu nad morom (Ponyo on the cliff by the sea, 2008).



Môj sused Totoro

Môj sused Totoro bol prvý film od štúdia Ghibli, ktorý som videla, takže má v mojom srdci špeciálne miesto. Sestry Satsuki a Mei sa v päťdesiatych rokoch dvadsiateho storočia s otcom presťahujú do starého opusteného domu, aby boli bližšie k svojej mame. Ich mama sa totiž v neďalekom meste zotavuje z ťažkej choroby. Mei a neskôr aj Satsuki objavia v blízkom lese zaujímavé tvory, s ktorými sa rýchlo spriatelia. Tento film je síce menej akčný ako ostatné od štúdia Ghibli, ale o to viac je perfektný pre chvíle, keď si potrebujete oddýchnuť a odreagovať sa.

Arielka je v podstate japonská Palculienka. Je asi trikrát väčšia ako špendlík a so svojimi rodičmi žije vo svojom domčeku pod veľkým ľudským domom. Žijú pokojne, až kým do domu nepríde ľudský chlapec Sho, ktorý Arielku uvidí. To, ako domino, odštartuje sled činov, ktoré ohrozia život Arielky a jej rodičov, ako ho poznali.

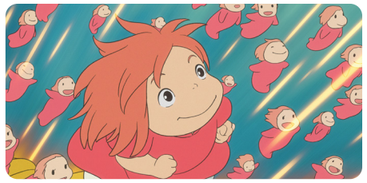


Ponyo

Ponyo z útesu nad morom rozpráva príbeh malej rybej princeznej menom Ponyo. Tá unikne zo svojho podmorského sveta a stretne päťročného chlapca Sōsukeho, ktorý ju zachráni. Ponyo sa doňho zamiluje a túži sa stať človekom, aby mohla žiť s ním na súši. Ich priateľstvo a láska však narušia rovnováhu prírody, čo spôsobí obrovské vlny a chaos. Obaja musia čeliť týmto problémom a vymyslieť, ako nastoliť rovnováhu medzi morom a súšou.

Čestné zmienky: hociktorý film z Barbie kolekcie - pokojne si ju môžete pozrieť celú cez prázdniny, Kráľovstvo lesných strážcov (Epic, 2013), Most do krajiny Terabithia (Bridge to Terabithia, 2007) a Kronika rodu Spiderwickovcov (Spiderwick Chronicles, 2008).

/Zojka



Hudba ako zdroj energie:
Psychológia zvuku a jeho vplyv na myseľ

Hudobné koncerty sú viac než len vystúpenie obľúbeného interpreta. Sú to chvíle, kedy sa stretáva energia davu, silné emócie a rytmus, ktorý nás doslova pohltí. Živá hudba má schopnosť vyvolať silný psychologický účinok, ktorý sa nedá porovnať s počúvaním pesničiek cez slúchadlá doma.



zdroj foto: Pexels

Hudba nás zladuje do jedného rytmu

Keď stovky alebo tisíce ľudí zažívajú tú istú hudbu, vzniká jav známy ako sociálna synchronizácia. Znamená to, že sa naše emócie, pohyby aj nálady zosúladia s davom. Výsledkom je silný pocit spolupatričnosti a šťastia, ktorý je podporený vyplavovaním endorfínov.

Pohyb ako prirodzená reakcia

Rýchle rytmy v hudbe aktivujú motorický kortex v mozgu – oblasť zodpovednú za pohyb. Preto sa na koncertoch hýbeme, tancujeme alebo aspoň kývame hlavou do rytmu. Tento spontánny pohyb uvoľňuje adrenalín, čo ešte viac znásobuje pocit energie.

Prečo hlasitosť „funguje“?

Hlboké basové tóny a vysoká hlasitosť nie sú len pre efekt. Výskumy ukazujú, že basy stimulujú mozgové centrá spojené s pozornosťou a vzrušením. Aj preto sa po dobrom koncerte cítime nabudení – no často aj príjemne vyčerpaní. Je to dôsledok intenzívneho zapojenia nervového systému a produkcie rôznych chemických látok v mozgu.

Hudba ako kognitívny stimulant: Ako zvuk ovplyvňuje mozog?

Nie je náhoda, že mnohí z nás siahajú po hudbe aj pri práci alebo učení. Vhodne zvolená hudba môže zlepšiť koncentráciu, náladu a dokonca aj výkonnosť.

Rytmus, ktorý ladí s mozgom

Hudba dokáže ovplyvniť elektrickú aktivitu mozgu. Rýchle rytmické skladby s frekvenciou okolo 40 Hz (tzv. gamma vlny) podporujú sústredenie. Naopak, pomalšia hudba s alfa vlnami nás uvoľní a upokojí.

A čo ten Mozart?

Hoci sa často spomína tzv. Mozartov efekt, nie je pravda, že by samotné počúvanie klasickej hudby zvyšovalo IQ. Výskumy však potvrdzujú, že Mozart (a nielen on) môže krátkodobo zlepšiť schopnosť riešiť priestorové úlohy a podporiť kognitívnu výkonnosť.

Pomoc pri strese a úzkosti

Hudba môže znižovať hladinu kortizolu – stresového hormónu – a tým nám pomáha zvládať napäté situ-

ácie. Každý však reaguje inak: to, čo jedného upokojí, môže druhého rozladiť. Veľa závisí od našich osobných spomienok a asociácií spojených s konkrétnymi skladbami.

Prečo nás niektoré skladby vyčerpávajú?

Nie každá hudba nás však povzbudí. Niektoré skladby môžu naopak spôsobovať únavu alebo nepohodu. Čím to je?

Spomalené tempo a monotónnosť

Hudba s nízkym počtom úderov za minútu (BPM) a malou dynamikou môže spomaliť naše myslenie a znížiť bdelosť. Niekedy je to zámer, inokedy neželaný efekt.

Emočné pozadie skladby

Ak máme s určitou piesňou spojené nepríjemné spomienky, môže nás nevedome vyčerpávať. Emócie sú v hudbe silným spúšťačom.

Keď je hudby „priveľa“

Skladby s príliš zložitou štruktúrou, náhlymi zmenami tempa alebo disharmonickými akordmi môžu mozog preťažiť. Ten sa musí viac snažiť, aby ich spracoval, čo vedie k mentálnemu vyčerpaniu.

Hudba má jedinečnú schopnosť ovplyvňovať našu úroveň energie – môže nás nabudiť, pomôcť nám sústrediť sa alebo naopak spôsobiť únavu. Živá hudba a koncerty nás energeticky nabíjajú vďaka intenzívnemu zvuku, sociálnej synchronizácii a fyzickému pohybu. Pri práci a učení môže hudba stimulovať mozgové vlny a podporovať koncentráciu, no nevhodný výber skladieb môže pôsobiť rušivo.

Na druhej strane, pomalá a monotónna hudba, negatívne emocionálne asociácie či nadmerná zvuková stimulácia môžu našu energiu znižovať. Preto je dôležité vedome si vyberať hudbu podľa situácie – aby bola naším spojencom v naberaní a nie v strate energie.

/Sonka

Finančná rubrika

Zasiahne inflácia aj náš školský bufet?

Inflácia sa za posledných pár rokov stala jedným z najväčších problémov celosvetovej ekonomiky. Niet divu, že toto slovo je aj jedným z najvychýrenejších slov z terminológie ekonomiky a že v dnešnej dobe je aj laickej spoločnosti viac než známe.

Inflácia má celoplošný vplyv na akýkoľvek trh, ktorý si len vieme predstaviť. Či burzu s cennými papiermi, celosvetové akciové trhy alebo dokonca aj na naše lokálne levické trhy s ovocím a zeleninou. No zasiahne inflácia aj náš školský bufet? A ak áno, do akej miery?

Zdražovanie potravín, energií, či zvyšovanie nákladov na dopravu sa nevyhne ani školským zariadeniam a náš bufet nebude žiadnou výnimkou. Školský bufet je závislý od dodávateľov, ktorí sa priamo stretávajú s rastom cien surovín. Tým pádom, ak sa budú ceny potravín, energií a dopravy zvyšovať, istotne sa to prejaví aj na cenách našich obľúbených pochúťok.

Aký to bude mať dopad na nás?

Pri študentoch, ktorí preferovali nákup desiaty v školskom bufete môže byť zvýšenie cien zákernou prekážkou. Z lacnejších alternatív a bežne dostupných jedál ako bageta, pizza alebo čokoládový croissant, sa môžu stať luxusnejšie varianty.



To môže viesť k tomu, že si študenti budú nosiť vlastné jedlo z domu čoraz častejšie a častejšie a školský bufet začne postupne upadávať. Ako štvorročný študent GAVu viem z vlastnej skúsenosti povedať, že ceny niektorých položiek vzrástli takmer dvojnásobne, čo ma prinútilo navštevovať školský bufet čoraz menej. Nebolo to dávno, čo jeden trojuholník pizze stál iba 1 euro no dnes už je to raz toľko.





Čo očakáva trh?

V súvislosti s problematikou inflácie sme oslovili aj analytika spoločnosti Finax, Samuela Vojtecha Remenára, ktorý nám poskytol odborný pohľad na aktuálnu situáciu a priblížil možné scenáre jej ďalšieho vývoja.

Inflácia na Slovensku sa momentálne pohybuje okolo 4% ročne, čo nie je až taká tragédia, avšak treba povedať, že spomenuté trhy nie sú v tomto prípade jediným faktorom.

Na jednej strane budú veľkú rolu hrať clá a obchodná vojna vyvolaná prezidentom USA, Donaldom Trumpom, a vlastné recipročné opatrenia. Jednak zarobia menej podnikatelia, ktorí sú potom výpadok nútení kompenzovať buď zvyšovaním cien alebo prepúšťaním a zároveň sa predražia dovážané tovary z USA. Situácií nepomáha ani zavádzanie nových a zvyšovanie existujúcich daní a odvodov zo strany vlády SR.

Na strane druhej môžeme minimálne v Európe očakávať celkové uvoľnenie čo sa tlaku na rast cien týka. Potvrdzujú to aj súčasné kroky centrálnych bánk, vrátane ECB, ktoré znižujú úrokové sadzby. Signalizujú tak, že inflácia postupne prestáva byť hrozbou a že naopak, je nutné podporiť stagnujúci ekonomický rast EÚ.

Okrem toho vyššie spomenuté clá mali aj zaujímavý efekt v podobe poklesu cien ropy, a tým pádom aj iných energií.

Aj keď inflácia nepochybne náš bufet zasiahne, stále to neznamená koniec sveta. Niektoré položky ako 50-centová karamelová papita si svoje ceny budú dosť pravdepodobne držať ešte veľmi dlho. Inflácia je prirodzený ekonomický jav v spoločnosti a je to už iba na nás, či si zvolíme byť vernými zákazníkmi a podporovateľmi nášho bufetu, alebo ušetríme a pripravíme si desiatu doma. V obidvoch prípadoch sa o náš školský bufet báť nemusíme. Existuje mnoho študentov, ktorým zvyšovanie cien zabraňovať v nakupovaní istotne nebude.

/Hraničiar

Zaujímavosti z laboratória

Reaktory budúcnosti

Dnešný svet je závislý na elektrickej energii, ktorá sa vyrába mnohými spôsobmi, no zďaleka najefektívnejšie sú jadrové elektrárne. Majú veľký výnos energie na spotrebované palivo, ale taktiež aj veľa nevýhod. V dnešnej dobe sa používajú ľahkovodné reaktory, no už niekoľko rokov sa na scéne začínajú objavovať aj reaktory s roztavenou soľou, ktoré eliminujú nevýhody doposiaľ používaného typu.

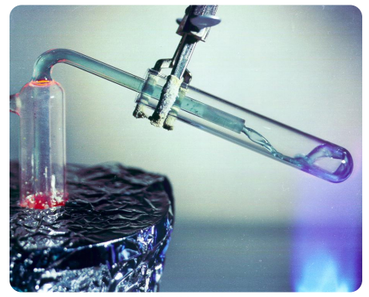
Klasické jadrové reaktory

V klasických ľahkovodných reaktoroch sa palivo nachádza vo vnútri natlakovaného reaktora a okolo neho prúdi voda, ktorá je zohrievaná štiepením paliva. Ohriata voda následne prúdi do ďalšej časti, kde ohrieva vodu za normálneho tlaku, tá sa mení na paru a roztáča turbínu generátora. Nevýhodou tohto typu reaktoru je hromadenie odpadových produktov v ňom z procesu štiepenia paliva, ktoré znižujú celkový výkon, a preto sa musí palivo pomerne často meniť za čisté.



Reaktory s roztavenou soľou

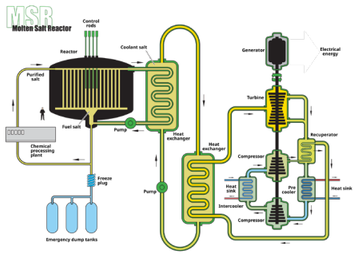
Tento typ sa od klasického reaktora líši v tom, že v reaktore miesto vody prúdi roztavená soľ s rozpusteným uránovým palivom. Roztavená soľ má teplotu vyše 700°C, vďaka čomu sa voda určená na premenu na paru zohrieva rýchlejšie a taktiež nie je potrebné, aby bol reaktor pod zvýšeným tlakom. Okrem toho



je palivo možné čistiť od štiepnych produktov bez potreby výmeny, pretože prúdi celým okruhom, teda aj mimo reaktoru, vďaka čomu neklesá výkon, palivo vydrží oveľa dlhšie a tvorí sa menej odpadu. Reaktor je celý obklopený ďalšou roztavenou

soľou, v ktorej je rozpustené tórium. Uvoľnené protóny zo štiepenia Uránu narážajú do tória, ktoré sa následne rozpadne na viac uránu, čím sa tvorí ďalšie palivo a celkovo ho takto vznikne viac, ako sa ho spotrebuje.

Jeho hlavnou nevýhodou je však zároveň aj jeho výhoda. Keďže cez potrubie prúdi roztavená soľ pri vysokých teplotách, musí byť na konštrukciu použitý silnejší, voči korózii a teplu odolnejší materiál, ako nehrdzavejúca oceľ, ako je v klasických reaktoroch. To samozrejme výrazne zvyšuje náklady na produkciu a údržbu, pretože kvôli vysokým teplotám je oprava pokazených alebo opotrebovaných častí takmer nemožná.



V Európe sa od roku 2014 týmto typom reaktorov zaoberá dánska spoločnosť Copenhagen Atomics, ktorej cieľom je, aby bola energia z tória lacnejšia ako ktorýkoľvek iný zdroj a taktiež sa snažia využiť vyhorené palivo z klasických reaktorov, čím by prispeli k odstráneniu dlhodobých skládok rádioaktívneho odpadu.

/Adam Pusztai

Herná rubrika

Herné bomby mája



METAL EDEN

METAL EDEN je adrenalínová sci-fi strielačka z pohľadu prvej osoby. Pokročilá hyper jednotka ASKA je vyslaná na samovražednú misiu, aby zachránila občianske jadrá z obrovského monolitického mesta MOEBIUS, ktoré bolo kedysi nádejným novým domovom ľudstva a teraz sa zmenilo na smrtiacu pascu. Ponorte sa do kybernetického boja proti strojovým silám, ktoré chránia tajomstvá umelého sveta. Bojujte s rozmanitou súpiskou húževnatých, agilných mecha jednotiek a elementárnych síl. Vydanie hry je naplánované na 5. máj 2025 pre platformy PC a PS5.



Elden Ring: Nightreign

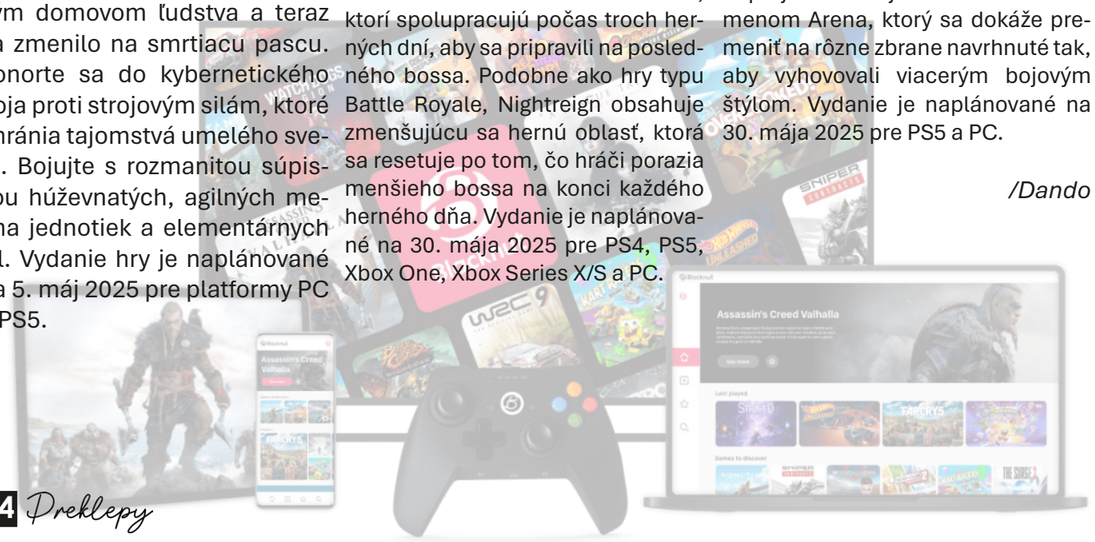
Elden Ring: Nightreign je akčná hra na hrdinov od spoločnosti FromSoftware. Kooperatívny spin-off hry Elden Ring zasadený do Limgrave, teraz pomenovanej Limveld, prvej oblasti s otvoreným svetom Elden Ring. Zatiaľ čo hra má režim pre jedného hráča, je určená na kooperatívne hranie tímov troch hráčov, ktorí spolupracujú počas troch herných dní, aby sa pripravili na posledného bossa. Podobne ako hry typu Battle Royale, Nightreign obsahuje zmenšujúcu sa hernú oblasť, ktorá sa resetuje po tom, čo hráči porazia menšieho bossa na konci každého herného dňa. Vydanie je naplánované na 30. mája 2025 pre PS4, PS5, Xbox One, Xbox Series X/S a PC.



Lost Soul Aside

Lost Soul Aside je akčná dobrodružná hra na hrdinov hraná z pohľadu tretej osoby vyvinutá spoločnosťou Ultizero Game. Hra sleduje hlavného hrdinu Kasera, ako sa vydáva na cestu za záchranou svojej sestry Louisy, ktorej dušu vzali interdimenzionálni útočníci známi ako Voidrax. Popri jeho boku je drak meniaci tvar menom Arena, ktorý sa dokáže premeniť na rôzne zbrane navrhnuté tak, aby vyhovovali viacerým bojovým štýlom. Vydanie je naplánované na 30. mája 2025 pre PS5 a PC.

/Dando



Športová rubrika

Z telocviku rovno na energický Grand Slam

V posledných rokoch trávi väčšina detí veľkú časť svojho voľného času na sociálnych sieťach a uniká im kontakt s reálnym svetom. Moderné technológie taktiež znižujú ich športovú aktivitu. Vďaka našim telocvikárom máme možnosť rozvíjať sa na hodinách telesnej výchovy v rôznorodých športoch, ako je futbal, basketbal, volejbal a po novom aj tenis. GAV sa v tento rok zapojil do známeho projektu Tenis do škôl.

Tenis priamo do lavíc

Tenis do škôl je projekt Slovenského tenisového zväzu, ktorý vznikol z úsilia STZ v spolupráci s Ministerstvom školstva vedy, výskumu a športu SR, Štátnym pedagogickým ústavom a Metodicko-pedagogickými centrami MŠVVaŠ SR. Od školského roku 2008/2009, kedy bol tenis zaradený do učebných osnov, sa do projektu zapojilo 650 základných škôl vrátane tej našej.



V teniskách po stopách Cibulkovej

Hlavné myšlienky projektu Tenis do škôl sú zatraktívniť hodiny telesnej výchovy na základných školách, motivovať deti k pravidelnému športovaniu a umožniť žiakom oboznámiť sa so základnými zručnosťami tejto hry.

Našej škole bolo poskytnuté kompletné tenisové vybavenie a naši pedagógovia oslovili známe tenisové osobnosti, aby prišli navštíviť a hlavne motivovať našich žiakov. Momentálne sa v plnom prúde pustili do výučby s novým vybavením.

Veľmi dôležitá je aj odozva žiakov. Od telocvikárov som sa dozvedel, že si študenti nový šport veľmi obľúbili. Sú z novej možnosti nadšení a hovoria, že ide o príjemné spestrenie v rámci hodín telesnej výchovy.

Paddle – nový kráľ telocviční

Jednou z nových informácií pre mňa bolo, že študentom je umožnené si zahrať aj jeden menej známy šport, menom paddle. Ide o šport podobný tenisu, ktorý sa hrá so špeciálnymi raketami a dal by sa opísať ako zmes squashu a tenisu. Odohráva sa v uzavretom priestore ako napríklad telocvičňa. Je to tímová hra a hrá sa vždy dvaja na dvoch.



Tenisový turnaj? Priprav sa na súboj

Ešte by som chcel spomenúť tenisový turnaj, ktorý sa bude konať na GAVe a súťažiť v ňom budú naši spolužiaci z osemročného gymnázia. Držíme všetkým palce a hlavne, nech sa dobre zabavia.

Na záver by som chcel vyzdvihnúť aktivitu a vynaložené úsilie pani profesorky Plašekovej a aj ostatných telocvikárov v tomto projekte.

/Nikolas



Antistresová omaľovánka



/Nikka



Zamotaj si hlavu

V sobotu večer si pán Mrkvička kúpil miniatúrne pagáčiky. Na raňajky z nich zjedol polovicu, na ďalší deň zjedol polovicu z tých, čo mu ostali a toto isté opakoval každé ráno. V stredu po raňajkách zistil, že už mu ostal iba jeden pagáčik. Koľko si ich v sobotu kúpil?

A) 16
B) 20
C) 8
D) 32

Vznikla nová teplotná stupnica – VAŠKOVA. 0° Celzia = -5° Vaška, 2° Celzia = 0° Vaška. Koľko stupňov Vaška bude 6 stupňov Celzia?

V miestnosti je 5 sestier a nikto viac. Všetkých 5 sestier je zaneprázdnených. Ela rieši logické úlohy. Nela varí obed. Ina hrá šach. Nina zametá. Čo robí piata sestra?

Určte, ktoré z prísloví zodpovedá zadanému text: "Vzdialenosť bodov A a B sa blíži k nule, pričom bod A je miestom, kde malvica priťahovaná gravitačnou silou začne svoju dráhu a bod B je miesto ležiace zvislo pod miestom počiatku dráhy malvice."

A) Tichá voda brehy myje.
B) Kto inému jamu kopne, sám do nej padne.
C) Nemusí pršať, stačí, keď kvapká.
D) Jablko nepadá ďaleko od stromu.

9		3		7				2
		5	1	3			6	
2		6		8		4	1	3
1	5	2	4	6				
3	9	8		5		6		4
						1		
	3		8	1		2		
				4		3		1
5		1	3			8		

				4				2
							4	3
7	9	4				1		
9		8	6		3	4		
6	5			7				
			9	5	1			7
3		9	2					4
	4	6		8			7	1
		7	4	1			3	6

/Romča

Perličky

U: 10102?
Ž: Nekonečno?

U: Ako rozprávka pred nocou...

Ž: Mhmmm...
U: To už vidím z tej rétoriky, že to k vylučovacím orgánom obrúčkavcov nebolo...

Ž1: Čo je najsilnejšie umelé svetlo?
Ž2: Slnko.

U: Pozri sa na toho chlapca, on je taký paragraf.

„púštny prach“ (pušný)

Ž: Trnavský kraj je banán okolo Bratislavského kraja.

U: Pamätáte si objavy humanizmu a renesancie?
Ž: Oheň.

Ž: Čo je CC? Uhol uhoľnatý?

„Nezabávajte čas!“

„Keď naprší sneh...“

Ž: Z ničoho nič sa zrazu všetko začalo dialo.

Ž: Tornádo si vyžiadalo mnoho obetí... verím, že aj 60.

U: Jednobunkové...a ďalej?
Ž1: Dvojbunkové!
Ž2: A troj! A štvor! A päť! A šesť!

Ž: Ja už mám všetky zuby múdrosti.
U: Tak to už ste premúdrelí.

„kríza stredného života“

U: Vymenuj osobnosti renesancie.
Ž: Leonardo DiCaprio.

Ž: Počkať, Štúrovo sa volá po Štúrovi? TY KOKOS!

U: Pýtaj sa, však ja som za to platená.

U: Dáš na Instagram, že si pri mori a príde ti niekto domov a odmontuje ti medený odkvap.

„Odlož si skrinku do tašky.“

Ž: Sme vyhorení... v sedemnástich...

U: Ako vyzerajú vyhorení ľudia?
Ž: Ako my.

U: Keď buchnem do stola, cítim aj ja, cíti aj stôl, len to nedáva najavo.

„Poďme ísť!“

