

DVOJKÁČIK



2/22



DVOJKÁČIK č. 2/22

Časopis Základnej školy, Komenského 959, Senica

Šéfredaktorka: Klára Rangelová

Zástupkyňa šéfredaktorky: Simona Kubincová

Koordinátor a korektor: Mgr. Michal Sabol

Grafická úprava: Mgr. Michal Sabol

Kontakt na redakciu: sabol@dvojka.sk

OBSAH

ZO ŽIVOTA NA DVOJKE

Imatrikulácie prvákov
Noc na Dvojke a Tekvicová párty
Návštevy spisovateľov
Cosmos Discovery
Dvojkáčik oslavuje 20 rokov
Mikuláš

ČLÁNKY

Umelá inteligencia mení svet
Cesta k spisovnej slovenčine
Čo je to haiku?
Hymna Slovenskej republiky
Futbalové majstrovstvá v Katare

NA SLOVIČKO

Pani učiteľka Veselá

PORADŇA

Sebavnímanie

Z NAŠEJ TVORBY

Haiku
Chemický vianočný stromček



EDITORIÁL

Vážení čitatelia,

veľmi radi by sme Vám na nasledujúcich stranách pripomenuli všetky krásne chvíle a zaujímavé zážitky, ktoré sme na našej Dvojke od prázdnin prežili.

Prijali sme medzi seba malých prváčikov na slávnostnej imatrikulácii, pre ktorých bola – okrem nových spolužiakov, tried a pani učiteľiek – určite zážitkom aj Tekvicová párty, ktorou prvý stupeň oslávil Halloween. Nezaháľal však ani druhý stupeň, ktorý prežil „hrozivú“ Noc na Dvojke. Zavítali k nám aj dvaja Mikuláši, ktorých sme privítali rovnako dobre ako dvoch senických spisovateľov, ktorí nás zoznámili so svojou tvorbou, náš folklórny súbor Dvojkáčik oslávil krásne jubileum, a dokonca sme sa boli pozrieť aj na „vesmírnu výstavu“ do Bratislavy.

Tešiť sa môžete aj na množstvo poučných a zaujímavých článkov – vedeli by ste napríklad, čo je to také haiku? – či rozhovor s pani učiteľkou Veselou.

V závere čísla sa potom môžete nechať uniesť našimi básňami či chemickým vianočným stromčekom, no... a aby sme príliš „neuleteli“, prečítame si aj článok našej pani psychologičky o sebavnímaní.

Za celú redakciu Vám prajeme príjemné čítanie a šťastné a veselé Vianoce :).

Klára Rangelová

ZO ŽIVOTA NA DVOJKE

Imatrikulácie prvákov



Streda 16. novembra 2022 bola sviatočným dňom pre našich najmenších – prvákov, ktorí boli oficiálne prijatí medzi žiakov našej školy. Skôr, ako sa samotné pasovanie do cechu študentského uskutočnilo, museli splniť viacero náučno-zábavných úloh, ktoré im pripravili naši deviataci v spolupráci s vychovávateľkami ŠKD. Všetci ich hravo zvládli a i svojím vystúpením dokázali, že za 2,5 mesiaca sa už v škole veľa naučili. Po slávnostnom príhovore bol každý prvák oficiálne pasovaný riaditeľom školy za žiaka našej Dvojky. Slávnostnú časť prvákom spríjemnili aj druháci pekným tancom. Na tento deň budú isto prváci ešte dlho s radosťou spomínať.

Viete že?

Imatrikulácia (tiež immatrikulácia, z lat. in-matriculatio, zapisujem do zoznamu) je zápis do úradného zoznamu. Najčastejšie sa používa na slávnostné prijatie študenta do akademickej obce vysokej školy, no tento zvyk sa postupom času rozšíril aj na iné typy škôl. Noví študenti/žiaci sa zhromaždia, vypočujú prejavy vedúcich predstaviteľov školy, ako aj znenie imatrikulačného sľubu. Každý študent/žiak je následne vyzvaný predstúpiť a zložiť imatrikulačný sľub – vyjadriť verejný súhlas s tým, že bude usilovným študentom/žiakom a bude si cítiť dobré meno svojej školy

ZO ŽIVOTA NA DVOJKE

Imatrikulácie prvákov



ZO ŽIVOTA NA DVOJKE

Noc na Dvojke a Tekvicová párty

Bojíte sa tmy? A čo masky? Naháňajú Vám strach?

Naši žiaci II. stupňa sa rozhodli vo štvrtok 27.10. skúsiť svoju odvahu a nebojácnosť. Je dôležité pripomenúť, že odvážlivcov sa nazbieralo až vyše 140 a svoj strach si otestovali počas dlhých 3 hodín v nočnej strašidelnej škole. Naša škola sa premenila na tmavé miesto, avšak plné smiechu, zábavy a výskotu. Deviataci sa v tomto roku spojili, aby pre svojich mladších spolužiakov pripravili strašidelné miestnosti s úlohami, ktoré bolo treba splniť a niektoré z nich boli skutočne náročné, nielen fyzicky, ale bolo potrebné použiť aj rozum a intuíciu. Súťažiaci sa rozdelili do jednotlivých skupín a pod vedením ochotných sprievodcov (ôsmakov a deviatakov), ktorí ich podľa plánu v nočnej strašidelnej škole navigovali, plnili žiaci úlohy pod názvami Opustená pavučina, Cesta cez strašidelnú nemocnicu, Únikový východ, Krvavý hrniec, Láska u Pavla a Václava alebo Číselný bludišťák... Spolu bolo miestností 12.

Keďže sa nielen výskalo a strašilo, ale aj súťažilo o najvyšší počet bodov získaných z úspešne vykonaných úloh, tesne po 20.00 hod. čarodejnica porota vyhlásila výsledky.

Na 4. mieste sa objavili až dva tímy so 152 bodmi – žiačky 8.B – Zara Šedivá, Diana Valenčíková, Leoni Oslej, Radovana Khúlová a Stella Šedivá a žiačky 7.B Sára Terézia Pěnkavová, Martina Machová, Lucia Kabátová, Karolína Štvrtecká, Nella Pátková, Kristína Viteková.

Na 3. mieste so 161 bodmi sa umiestnili žiaci a žiačky 7.B triedy – Diana Štorová, Tamara Nádašská, Maxim Štefečka, Viktória Pavesková, Kristína Wagnerová, Gréta Hrušková, Patrícia Kadlíčková a Linda Kóňová.

Na 2. mieste so 162 bodmi sa umiestnili žiaci zo 6.B – Oliver Macek, Ema Kováčiková, Dorota Zigmundová, Viktória Šaraboková, Natália Skýpalová.

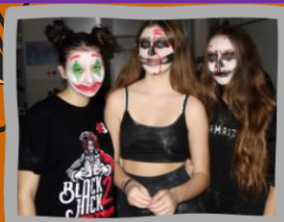
Víťazmi sa stali žiaci a žiačky 8.A s 219 bodmi – Klára Rangelová, Nikoleta Pittelová (8.B), Eliška Hodáňová, Viktor Vachula, Juraj Raček, Timotej Krátky, Filip Polák, Roderik Baran.

Ďakujeme všetkým pedagógom, ktorí aj v maskách pomáhali s dozorom, ďalej deviatakom, ktorí pripravovali miestnosti viac ako mesiac vopred, potom sprievodcom, ktorí trpezlivo sprevádzali skupiny žiakov a v neposlednom rade kolegom, ktorí stoja za celým nápadom a náročnými prípravami p. uč. Jelínkovej a p. uč. Melišovi. Už teraz sa tešíme na „Noc na Dvojke“ v budúcom školskom roku.



ZO ŽIVOTA NA DVOJKE

Noc na Dvojke a Tekvicová párty



Vo štvrtok 27. 10. 2022 sa po dvojročnej prestávke konala tiež v ŠKD spoločná Tekvicová párty. Čarodejnice a čarodejníci, princezné a aj akční hrdinovia zaplnili tanečný parket v telocvični, tancovali a zabávali sa. Svoje zručnosti si vyskúšali pri zametaní „tekvic“, triafaní do tekvice, v prehadzovaní „tekvice“, v strašidelnom pexese, preliezaní cez „pavučinu“ a ďalších iných aktivitách. K príjemnej zábave prispeli aj naši deviataci Šimon, Jakub, Juraj, Timka, Svetlanka a Sárka, ktorý m touto cestou ešte raz ďakujeme.



ZO ŽIVOTA NA DVOJKE

Návštevy spisovateľov



Dňa 21.9.2022 sa žiaci štvrtého ročníka stretli v školskej knižnici so senickým spisovateľom Miroslavom Záškvárom. Autor píše pre deti a jeho tvorba je špecifická práve tým, že píše v senickom nárečí. Týmto spôsobom zanecháva krásny odkaz pre budúce generácie. Pán Záškvara žiakom porozprával o svojej ceste k písaniu, prečítal niekoľko pútavých ukážok zo svojich kníh a zapojil žiakov aj do čítania. Na záver mu deti kládli zaujímavé otázky k tvorbe. Beseda bola pekným spestrením hodiny čítania.

Dňa 18.11.2022 v rámci spolupráce našej Školskej knižnice a Záhorskej knižnice v Senici sa uskutočnila prednáška spojená s workshopom vedená Matúšom Nižňanským, knihovníkom a popularizátorom tradičného japonského žánru haiku. Tejto akcie sa zúčastnili žiaci 8.A a 8.B triedy, ktorí – po oboznámení sa s niektorými formálnymi pravidlami tvorby haiku – otestovali svoju tvorivosť.



Vyskúšajte sa v čítaní s porozumením!

Ukážka 1

Arthur Conan Doyle sa viezol taxíkom z parížskej stanice do hotela. Keď platil, taxikár mu povie: „Ďakujem, pán Doyle!“ „Akože,“ zvolal udivený autor slávnych detektívok, „vy ste ma poznali?!“ „Nepoznal,“ odvetil taxikár, „ale prichádzate z južnej časti Francúzska, ste Angličan nakrátko ostrihaný, a keď máte čas na cestovanie, tak si čitateľ Sherlocka Holmesa všeličo domyslí.“ „Ale to je veľmi zaujímavé,“ povedal Doyle, „ozaj vás nič iného neprivedlo na stopu?“ „Snád jedna maličkosť. Máte svoje meno na batožine.“ Spisovateľ Doyle sa pristavil pri stánku s knihami. Predavač mu ponúkol celý rad kníh, ale stále počul rovnakú odpoveď: „To som už čítal.“ Nakoniec predavač vytiahol akúsi knihu spod pultu a riekol: „Túto ste určite nečítali. Je to posledné dielo Conana Doylea o špiritizme. Včera vyšla.“ „Máte pravdu,“ odpovedal spisovateľ, „nečítal som ju. Ja som ju iba napísal.“

Ktoré tvrdenie vyplýva z ukážky?

- a) Autor Sherlocka Holmesa cestuje v utajení. c) Autor Sherlocka Holmesa je často na cestách.
b) Taxikár je čitateľom príbehov o Sherlockovi. d) Arthur Conan Doyle si kupuje knihy, ktoré sám napísal.

Ktorá vlastnosť Arthura Conana Doylea nevyplýva z ukážky?

- c) Má zmysel pre humor. c) Je dobrý pozorovateľ.
b) Má poznatky o špiritizme. d) Je veľmi sčítaný.

V ktorej možnosti je správne určený rozprávač ukážky?

- a) predavač b) ja – forma c) A. C. Doyle d) on – forma

Ukážka 2

Ráno

Vstáva slnko,
utiera si oko o kopec,
zem je ešte od včerajška teplá ako pec,
na nej polia rozložené ako noviny.

A nad nimi ešte vtedy
sivá ranná hmla si sedí
jak ospalá stará kvočka
nad kuriatkami.

Kým ten sivý závoj klesá,
človek mnoho nedozvie sa,
ale slnko to vie čítať
medzi riadkami.

A tam – čujte, aké chýry,
len nezbedník pýr sa pýri,
uškiera sa potmehúdsky
nebu do okien,

Ktorá možnosť vyplýva z ukážky?

- a) Je skoro ráno a zem je už teplá. c) Počas rannej hmly veľa nevidno.
b) Človek vie čítať medzi riadkami. d) Pýr sa uškiera nad novinami.

Z ukážky nevyplýva, že:

- a) polia sú rozložené na zemi ako noviny. c) pýr sa pozerá nezbedne na oblohu.
b) sivý závoj rannej hmly klesá. d) kvočka s kuriatkami ospalo sedí na poli.

Prirovnania v ukážke sa týkajú:

- a) zeme, hmly. b) pýru, novín. c) polí, okien. d) závoja, kvočky.

V ktorej možnosti nie je personifikácia?

- a) nezbedník pýr sa pýri c) slnko vie čítať medzi riadkami
b) sivá ranná hmla si sedí d) zem je ešte od včerajška teplá

Ukážka 3

Úfón stratený v meste - detolokátor

Grin5X nikdy na inú planétu nechcel ísť. Lenže na školskej exkurzii v Ústave vesmírneho cestovania sa omylom dotkol fotónového detolokátora, čím sa teleportoval do stredu malého mesta na planéte Zem. „A do kapusty,“ pomyslel si Grin5X, keď okolo seba uvidel scénu ako z učebnice galaxypisu. Domy okolo boli oveľa menšie ako na jeho planéte, navyše postavené z kameňa, železa, betónu, teda veľmi zastaralých materiálov. Po uliciach veľmi pomaly chodili prazvláštne dvojnohé tvory a medzi nimi o niečo rýchlejšie kľučkovalo veľa rôzne tvarovaných farebných krabic so štyrmi kolesami. „To zas bude deň,“ povzdychol si chudák mimozemšťan a išiel hľadať veľvyslanectvo svojej planéty.

Akým slovom by sa dalo nahradiť slovo „teleportoval“ v druhej vete?

- a) rozhneval b) odcestoval c) zablúdil d) premiestnil

Čo je to galaxypis?

- a) čarovné galaktické pero c) vedecké zariadenie používané na rýchle cestovanie vo vesmíre
b) školský predmet, v ktorom sa na planéte mimozemšťana d) slávny mimozemský autor knížiek a cestopisov
Grin5X učí o vesmíre

Civilizácia na planéte mimozemšťana Grin5X je pravdepodobne

- a) vyspelejšia ako civilizácia na Zemi. c) zničená čiernou dierou.
b) menej vyspelá ako civilizácia na Zemi. d) rovnako vyspelá ako civilizácia na Zemi.

Čo Grin5X pomenoval ako „rôzne tvarované farebné krabice“?

- a) ľudí b) stánky s občerstvením c) autá d) domy

ZO ŽIVOTA NA DVOJKE

Cosmos Discovery

V piatok 9.12. a 16.12.2022 sa naši štvrtáci, šiestaci i ôsmaci zúčastnili výstavy Cosmos Discovery v Incheba Expo v Bratislave. Pre žiakov bol pripravený NÁUČNÝ CHODNÍK, vďaka ktorému sa nielen zabavili, ale zároveň načerpali množstvo nových vedomostí. Žiaci videli stovky exponátov mapujúcich vývoj pilotovaných vesmírnych letov, od ich historického začiatku až k súčasným plánovaným misiám. Videli ruský Sputnik, Lajku, Gagarina, či americkú raketu Mercury. Nechýbal lunárny program Apollo, ani ruský Lunochod, obrovský model rakety Saturn alebo originál ruského Soyuzu. Zaujala aj prehliadka vesmírnych skafandrov, či model riadiaceho strediska v Houstone. V závere prehliadky potom žiakov čakali rôzne hry, mohli si vyskúšať virtuálnu realitu či tréning, aký podstupujú skutoční astronauti.



Na výstave boli aj časti vesmírnych lodí, ktoré boli vo vesmíre. Z niektorých boli spravené chodbičky cez ktoré sme mohli prechádzať – zaujímavé bolo, že jeden z modelov interiérov vesmírnej lode bol „naklonený“, aby sme si vedeli predstaviť, ako vyzerá pohľad na svet v stave bez tiaže – niektorí chodbičku veľmi rýchlo opustili.



Na výstave sme si urobili veľa spoločných fotiek.



ZO ŽIVOTA NA DVOJKE

Cosmos Discovery

Chodiacim maskotom v kostýme kozmonautky bola Zoe Macinská.



Pre návštevníkov bol pripravený náučný chodník. Prechádzaním po ňom sme nachádzali malé pečiatky, z ktorých sme skladali písmenká - výsledkom bolo slovo ARMSTRONG. Vďaka tomu sme sa nielen zabavili, ale aj načerpali množstvo nových vedomostí.

Videli sme veľa zaujímavých artefaktov.



V interaktívnom Cosmos kempu, ktorý bol súčasťou výstavy, sme si vyskúšali výcvik kozmonautov a zaujímavé 3D-technológie.

Každý návštevník výstavy dostal kartu kozmonauta s menom a príbehom reálneho kozmonauta, o ktorého vesmírnej misii sa dozvedel ďalšie podrobnosti v priestoroch výstavy.



Výstava Cosmos Discovery vznikla v spolupráci s NASA, svetovými, českými a slovenskými odborníkmi.

COSMOS CAMP
TRAINING CENTRE



Simona Kubincová a Klára Rangelová, 8.A

ZO ŽIVOTA NA DVOJKE

Dvojkáčik oslavuje 20 rokov

V piatok 2. decembra 2022 sa v Dome kultúry v Senici uskutočnilo vystúpenie nášho detského folklórneho súboru Dvojkáčik, ktorý si v tomto roku pripomína 20 rokov svojej existencie.

Malí tanečníci si pod vedením pani učiteliek Mgr. Hanky Kalamenovej a Mgr. Jany Ponechalovej pripravili pásmo pod názvom „Eniky, beniky, kliky bé“. Inšpiráciou pre jeho pomenovanie bola vyčítanka ako symbol detskej bezprostrednosti a hravosti. Deti divákovi predstavili, ako to bývalo kedysi v období od Troch kráľov až po najkrajšie sviatky v roku - Vianoce. Vystúpenie sa im vydarilo. Záverečnú pieseň „Tichá noc“ spievali nielen účinkujúci, ale i celé hľadisko. A najväčšou odmenou pre členov súboru boli stojaci diváci, ktorí veľkým potleskom odmenili ich výkon na javisku.

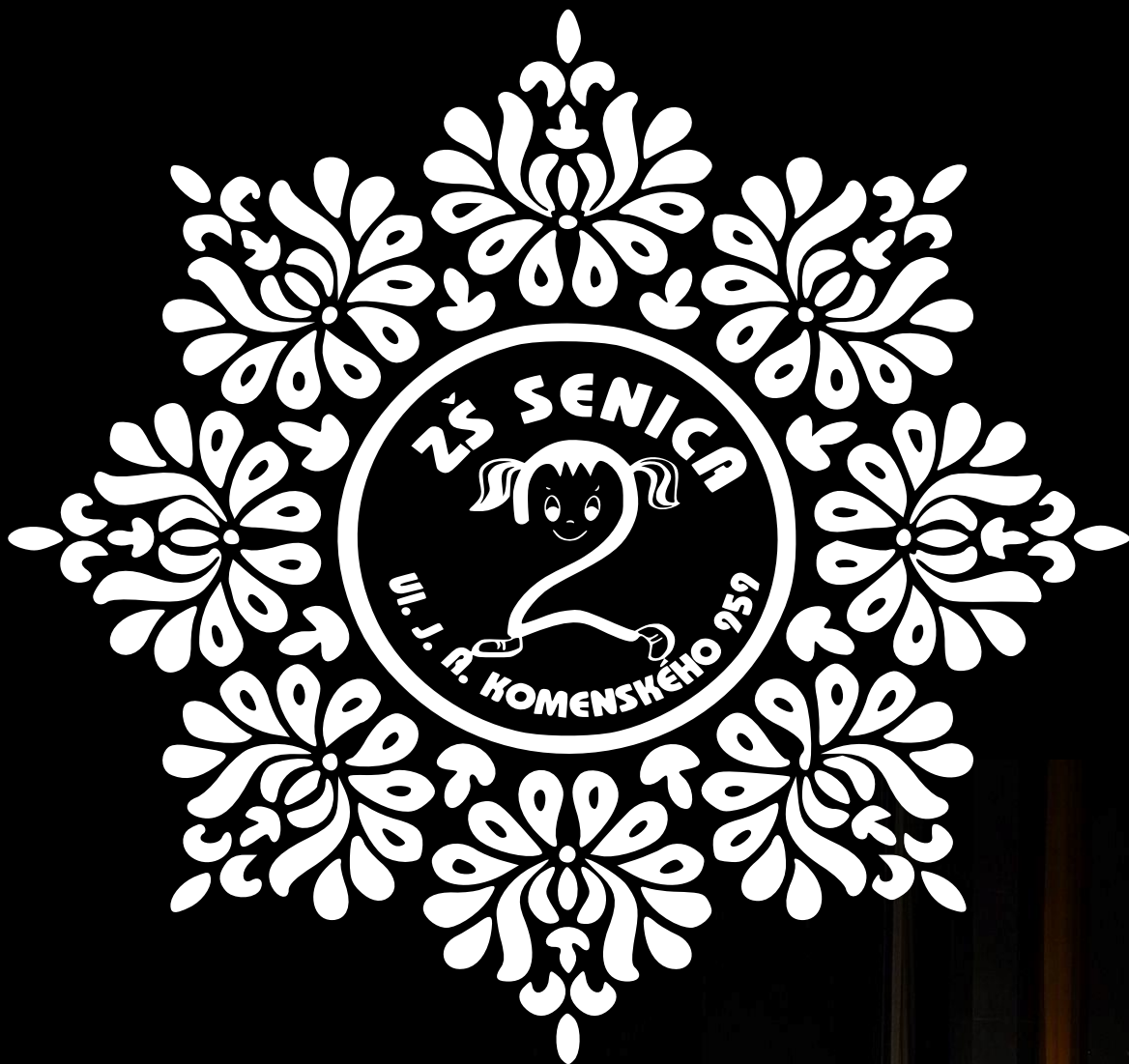
V závere programu pani riaditeľka Záhorského osvetového strediska v Senici RNDr. Ľubica Krištofová poďakovala všetkým za šírenie kultúry v meste Senica a odovzdala ďakovné i pamätné listy pani učiteľke Čížovej, ktorá pôsobila v súbore 16 rokov, súčasným vedúcim súboru - pani učiteľkám Kalamenovej a Ponechalovej, pánovi riaditeľovi Siwievovi, vnukovi pani Kráľovičovej - p. Kráľovičovi a pani Volekovej.

Dvojkáčiku k výročiu vzniku srdečne blahoželáme, ďakujeme za reprezentáciu školy a do ďalších rokov želáme veľa šikovných spevákov a tanečníkov, aby mohli naďalej rozdávať radosť nám všetkým.



ZO ŽIVOTA NA DVOJKE

Dvojkáčik oslavuje 20 rokov



ZO ŽIVOTA NA DVOJKE

Mikuláš

Mikuláš sa každoročne zastaví aj u nás a vždy mu pomáhajú čerti aj anjeli hneď zrána pri vchode do školy. Tento rok opäť rozdával balíčky v každej triede, a tak sa deti mohli tešiť z bohatej nádielky. Ak sa niektoré detičky priznali, že počas roka neposlúchali, čerti si ich vzali do vriec, a keď si Mikuláš vypočul krásne básne a piesne, nešetril uznaním a aj neposlušné deti prikázal čertom vrátiť naspäť do lavíc. Veríme, že sa Vám všetkým páčil aj v tomto roku náš Mikuláš spolu s jeho pomocníkmi a ďakujeme žiakom deviatego ročníka za skvelú prípravu a pomoc pri rozdávaní aj takejto formy radosti našim deťom. Prajeme Vám, aby sa Vám darilo poslúchať aj v ďalšom roku a spoločne sa tak môžeme tešiť na návštevu Mikuláša aj nabudúce.

Na svätého Mikuláša
do okna sa obuv znáša.
Topánky si každý čistí,
kto aký bol, ráno zistí.

Mikulášku, dobrý strýčku,
modlím sa ti modlitbičku,
zlož tú svoju plnú tašku,
daj nám z darov tvojich trošku,
či koláča makového,
či koníka medového.
Veď ty svätý Mikuláš,
veľa dobrých darov máš.



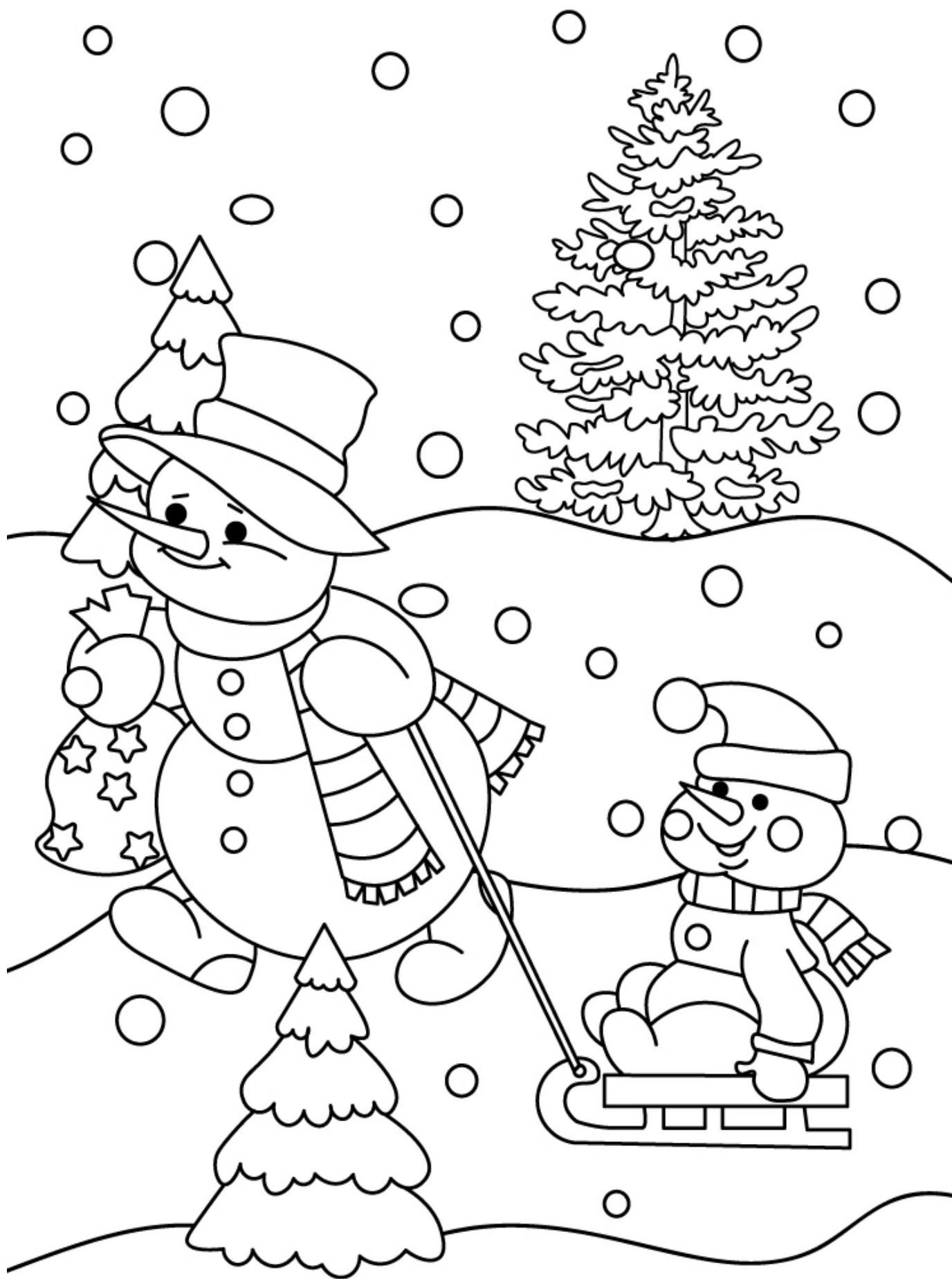
ZO ŽIVOTA NA DVOJKE

Mikuláš



VIANOČNÁ OMAĽOVÁNKA





Umelá inteligencia mení svet

Umelá inteligencia v poslednej dobe veľmi pokročila. Jednou z firiem na čele tohto vývoja je OpenAI. Táto spoločnosť bola založená v roku 2015 skupinou podnikateľov, výskumníkov a filantropov: Elon Musk, Sam Altman, Greg Brockman, Ilya Sutskever, Wojciech Zaremba, a John Schulman.

Významne prispela k vývoju umelých inteligencií, vrátane vývoja ChatGPT-2 a DALL·E 2.

AI sa od bežných programov líši tým, že je navrhnutá tak, aby simulovala ľudskú inteligenciu. Je schopná adaptácie na nové situácie a účely, zatiaľ čo bežné počítačové programy sú zvyčajne navrhnuté na vykonávanie špecifických úloh v preddefinovanom spôsobe, respektíve nemajú schopnosť adaptácie a seba učenia.



ChatGTP2 a čo dokáže

ChatGTP je umelá inteligencia schopná až strašidelne realistických odpovedí, vie písať eseje, to má potenciál zmeniť školstvo navždy, rovnako ako kedysi kalkulačky, ktoré boli neprijateľné pri výučbe, dnes sú integrálnou súčasťou nástrojov akéhokoľvek žiaka – rovnako sa AI môže stať súčasťou výučby (už dnes vychádza množstvo článkov v angličtine, ktoré hovoria o tom, že „tradičná školská esej je mŕtva“.

Takto sa predstavilo samotné ChatGTP: „Ahoj! Som predovšetkým asistent, veľký jazykový model (typ umelej inteligencie určený na interpretáciu, analýzu a generovanie ľudských textov) vyškolený spoločnosťou OpenAI. Môžem rozumieť a odpovedať na textové vstupy v mnohých rôznych jazykoch, vrátane slovenčiny. Som vyškolený na odpovedanie na rôzne otázky a pomoc s riešením problémov, ale môj obsah je obmedzený na informácie, ktoré som sa naučil pred určitým dátumom. Nemôžem preto poskytovať aktuálne informácie alebo odpovedať na otázky, ktoré sa týkajú udalostí po tomto dátume. Ak máte akékoľvek ďalšie otázky, pokojne ma spýtajte. Rád vám pomôžem, ak budem môcť.“

DALL·E 2 a jeho tvorba

DALL·E 2 je systém umelej inteligencie vyvinutý spoločnosťou OpenAI, je schopný generovať jedinečné obrázky zo stručných textových popisov. Jeho architektúra je trénovaná na sady párov text – obrázkov. DALL·E 2 dokáže generovať širokú škálu obrázkov, vrátane fotorealistických, štylizovaných a surrealistických. Nie je však limitovaný tým, čo ho v OpenAI naučili – vie vytvárať nové kombinácie prvkov a štýlov, ktoré v skutočnom svete neexistujú. Môže byť použitý v rôznych aplikáciách, ako je vytváranie obrázkov pre sociálne médiá, umenie alebo dizajn.

Umelá inteligencia mení svet

Esej napísaná ChatGPT

Spomenuli sme, že v niektorých anglicky hovoriacich krajinách sa množia názory, že tradičná školská esej je mŕtva. Prečítajte si krátku esej vygenerovanú ChatGPT na tému: Prečo by mali byť telefóny v školách zakázané? Čo myslíte, zmení vznik ChatGPT charakter písania slohových prác aj na Slovensku?

Telefóny sa stali súčasťou moderného života a ich prítomnosť v školách je stále diskutovanou témou. Hoci niektorí argumentujú, že telefóny môžu byť užitočnými vzdelávacími nástrojmi a cennými zdrojmi pre komunikáciu a organizáciu, iní veria, že by mali byť v školách zakázané kvôli potenciálnym negatívnym vplyvom na vzdelávanie a správanie študentov.

Jeden dôvod, prečo zvážiť zákaz telefónov v školách, je ich potenciálna schopnosť rozptyľovať študentov. S prístupom k sociálnym sieťam, hrám a iným aplikáciám je pre študentov ľahké stratiť sústredenie na svoje štúdium. To môže viesť k horším známkam a celkovo zlým akademickým výkonom.

Ďalším dôvodom, prečo zvážiť zákaz telefónov v školách, je potenciál pre kybersíkanovanie a iné negatívne sociálne interakcie. S nástupom sociálnych sietí a rôznych aplikácií na anonymnú komunikáciu sa stalo ľahšie pre študentov šikanovať a zneužívať svojich spolužiakov online. To môže viesť k negatívnemu a toxickému školskému prostrediu a mať vážne následky pre mentálne zdravie a pohodu študentov.

Napokon, rastúca závislosť od telefónov môže mať tiež negatívny vplyv na fyzické zdravie študentov. Prolongované používanie telefónov môže viesť k problémom ako napríklad únava očí bolesti krku a chrbta, ba dokonca aj závislosť. Umožnenie študentom používať smartfóny v škole môže prispieť k týmto zdravotným problémom a podkopať ich celkovú pohodu.

Na záver, zatiaľ čo smartfóny môžu mať niektoré užitočné funkcie a môžu byť v určitých situáciách prospešné, potenciálne negatívne dopady na učenie, správanie a zdravie študentov sú silným dôvodom na ich zákaz v školách. Obmedzením alebo odstránením používania smartfónov v školách môžeme vytvoriť pozitívnejšie a produktívnejšie vzdelávacie prostredie pre študentov.

Obrázok vytvorený DALL·E 2

Takto vyzeral grafický výstup umelej inteligencie DALL·E 2 po zadaní príkazu – vytvor sochu gréckeho filozofa používajúceho smartfón.

Michal Slezák, 9.C



Umelá inteligencia mení svet



Midjourney je AI bot, ktorý dokáže vytvárať obrázky na základe zadaných kľúčových slov a príkazov. Tento AI bot bol vynájdený 12. Júla 2022. Vytvára vygenerované obrázky v aplikácii Discord, ktorú väčšina z nás už využíva na bežnej báze. Fotky sú vždy len internetové (tz. že človek alebo vec na obrázku v realite neexistuje). Zatiaľ je to iba beta verzia.

Midjourney tým je vedený Davidom Holzom, kto je aj co-owner celej spoločnosti Midjourney. Niektoré fotky od Midjourney ani nevyzerajú ako fotky vytvorené umelou inteligenciou. Zároveň platí, že firma pracuje na vylepšovaní a zlepšovaní algoritmov a vydáva nové verzie každých pár mesiacov.



Midjourney je zatiaľ iba Discord bot, ale už sa vie od vedenia, že by z toho chceli spraviť väčší projekt, resp. program, ktorý by vytváral takéto obrázky.

Na použitie postačí ísť na jeho oficiálny Discord server, kde pri komunikácii s ním treba použiť príkaz /imagine a nejaké slovo, a bot automaticky vygeneruje fotku, ktorá sa slovu podobá najviac.

Matyáš Kováčik, 8. B



Futbalové majstrovstvá v Katare



Pre niektorých hviezdnych hráčov boli katarské Majstrovstvá sveta pravdepodobne posledné v ich bohatej futbalovej kariére, napríklad: Messi, Ronaldo, Neuer, Bale, Suárez, Modrić, Neymar, Navas, Lewandowski.

Kvôli katarským letným horúčavám sa tento futbalový sviatok konal od konca novembra do polovice decembra, čo z katarského šampionátu robí vôbec prvé futbalové Majstrovstvá sveta, ktoré sa nekonali v máji, júni alebo júli. Kvôli takémuto rozvrhu sa tiež hrali v skrátenom časovom rámci, trvali len 28 dní.

Tieto Majstrovstvá boli vôbec prvé v arabskom svete, resp. v krajine s moslimskou väčšinou.



Z ôsmich štadiónov je sedem klimatizovaných. To, že nešlo iba o „marketingový ťah“ dokazujú aj názory niektorých divákov, ktorým bola aj napriek katarským tridsiatkam na štadiónoch zima. Výduchy z klimatizácie mal každý návštevník pod sedadlom. Okolo hracej plochy boli veľké trysky, ktoré fúkali chladný vzduch aj na ihrisko. Len jeden štadión je bez klimatizácie – Štadión 974.

Katarské Majstrovstvá sprevádzalo aj viacero kontroverzií. Prípravu najdrahších Majstrovstiev v dejinách futbalu sprevádzali časté protesty ľudskoprávných aktivistov. Drvivá väčšina robotníkov podieľajúcich sa na ich príprave za 12-hodinové služby 7 dní v týždni nezarábalo ani základnú mzdu. Mnohí z nich navyše pre nedôstojné pracovné podmienky pri práci aj zahynuli. Predpokladá sa, že príjmy FIFA z majstrovstiev presiahnu 6 miliárd dolárov. Na druhej strane však stojí otázka, či ľudské životy predsa len nemajú vyššiu cenu.



Futbalové majstrovstvá v Katare

Lusail Iconic Stadium

Na najväčšom katarskom štadióne s kapacitou až 80-tisíc divákov sa odohrali štvrtfinálové, semifinálové zápasy aj finále MS vo futbale 2022. Výstavba štadióna stála 767 miliónov.



Khalifa International Stadium

Nazývaný aj **Národný štadión**. Tento multišportový stánok sa nachádza v Dauhe a je pomenovaný po bývalom katarskom emírovi. Štadión otvorili v roku 2017. Kapacita štadióna je 40-tisíc a jeho cena je 374 miliónov dolárov.



Stadium 974

Stadium 974 je zaujímavý tým, že ho postavili z **974 recyklovaných prepravných kontajnerov** a po MS vo futbale 2022 ho demontujú a presunú do Afriky. Štadión otvorili v roku 2021 a stál 717 miliónov dolárov. Z pozerania zápasov sa môže naraz tešiť 40-tisíc fanúšikov.



Education City Stadium

Diamant v púšti, takúto prezývku nesie Education City Stadium, ktorý postavili práve pre MS vo futbale 2022. Nachádza sa v meste al Rayyan, pojme 45 350 divákov a jeho výstavba stála 700 miliónov dolárov.



Al Thumama Stadium

Jeho tvar je inšpirovaný tradičnou **pokrývkou hlavy taqiyah**, ktorú nosia muži a chlapci na Blízkom východe. Otvorili ho v roku 2021, má kapacitu 40-tisíc miest a jeho cena je 342 miliónov dolárov.



Al Bayt Stadium

Jeho strechy sú pokryté tkanou membránou zo sklenených vlákien. Vonkajšia časť membrány je v tradičnej čiernej, bielej a červenej farbe, **čo pripomína stany nomádskych kočovníkov**. Výstavba zhltná 847 miliónov v dolárov.



Predspisovné obdobie

Predspisovné obdobie vo vývoji slovenského jazyka je obdobie pred vznikom, respektíve kodifikáciou/uzákonením spisovnej jazykovej normy. Toto obdobie sa datuje do stredoveku – začína sa vznikom slovanských jazykov v 1. storočí n. l. A končí v roku 1787. V tomto období (výraznejšie však až od 11. storočia) sa slovenský jazyk postupne vyvíjal – podobne ako napríklad čeština či poľština – z takzvaného praslovanského základu (spoločný jazyk starých Slovanov). Prvé písomné záznamy slovenského jazyka sa objavili v 13. storočí v úradných a cirkevných dokumentoch, v ktorých sa používala latinská abeceda. Tieto prvé písomné záznamy slovenského jazyka nám dnes poskytujú cenné informácie o tom, ako sa slovenský jazyk vyvíjal v predspisovnom období a akými zmeny prešiel v priebehu storočí.

V nasledujúcich storočiach sa slovenský jazyk ďalej vyvíjal a postupne sa vytváral akýsi základ pre budúcu spisovnú normu, ktorá by jasne určila pravidlá písania a gramatiky slovenského jazyka. Slovenčina, akú poznáme dnes sa vytvárala postupne a bola ovplyvnená rôznymi faktormi, ako napríklad kultúrnou vyspelosťou národa, vzdelaním, politikou, no tiež aj jazykom susedných slovanských národov (najviac na rozvoj slovenčiny vplývala čeština) či latinského, nemeckého a maďarského jazyka. Platí však, že slovenčina sa v podstate celé toto obdobie rozvíjala iba v hovorenej podobe, písalo sa predovšetkým latinsky, neskôr takzvanou biblickou češtinou (jazyk českých evanjelikov, ktorý sa postupom času „slovakizoval“ = české slová sa nahrádzali za slovenské).

Prvá kodifikácia spisovnej slovenčiny sa uskutočnila až v roku 1787 – postaral sa o ňu predovšetkým slovenský katolícky kňaz a filozof Anton Bernolák. Jeho dielo bolo prvou reálnou kodifikáciou spisovnej slovenčiny (neúspešné pokusy boli už pred Bernolákom). Bernolák pri tvorbe diel, v ktorých opisoval pravidlá používania slovenského jazyka (napr.: Filologicko-kritická rozprava o slovenských písmenách, Slovenská gramatika, Etymológia slovenských slov, Ortografia či rozsiahle slovníkové dielo – Slovár slovenský česko-latinsko-nemecko-uhorský) vychádzal z reči, ktorá sa vtedy používala v okolí Trnavy.

V Bernolákovej kodifikácii sa navrhovali pravidlá pre správne písanie i výslovnosť slovenčiny, vrátane pravopisu a výslovnosti. Tieto pravidlá sa však odlišovali od pravidiel používaných v iných oblastiach Slovenska, a preto boli kritizované ako nevhodné pre celé Slovensko.

Napriek tomu, že Bernolákova kodifikácia založená na princípe – píš ako počuješ – neuspela, zohrala veľmi dôležitú úlohu v rozvoji slovenského jazyka a stala sa základom pre budúce kodifikácie spisovnej slovenčiny.

V nasledujúcich storočiach sa v slovenskom jazyku vytvárali ďalšie kodifikácie spisovnej slovenčiny. Známa je napríklad štúrovská podoba slovenčiny (uzákonená v roku 1843 Ľudovítom Štúrom, Jozefom Miloslavom Hurbanom, a Michalom Miloslavom Hodžom) alebo jej upravená podoba z roku 1852 – takzvaná hodžovsko-hatalovská reforma slovenčiny (známa je napríklad aj kvôli zavedeniu ypsilónov) v knihe Krátka mluvnica slovenská..

V 19. storočí sa tak aj vďaka kodifikáciám začali objavovať prvé slovenské knihy a časopisy, ktoré pomohli rozšíriť používanie slovenského jazyka a prispeli tak národnej a kultúrnej emancipácii Slovákov. V súčasnosti sa slovenčina vníma ako „samozrejmosť“ – používa ako oficiálny jazyk v Slovenskej republike, no je rozšírená aj v iných krajinách, kde žijú Slováci. Skrátka, stala sa plnohodnotným európskym jazykom.

ČLÁNKY

Predspisovné obdobie



Anton Bernolák

Čo je to haiku?

Niektorí by vám povedali že Haiku je čudná nerýmovaná trojriadková (ne)báseň, no Japonci či vyznávači Haiku by jednoznačne odpovedali že haiku je Umenie s veľkým U. No čo je to haiku v skutočnosti?

Ako spoznám haiku?

Haiku je žáner japonskej poézie (alebo aj umenie krátkej básne) pozostávajúce tradične zo 17 slabík (mór) usporiadaných do troch veršov obsahujúcich 5 + 7 + 5 mór. Nepoužívajú sa básnické obrazy a figúry známe v západnej poézii, ani viazaný verš s rýmom.

Tradičné haiku (na rozdiel od toho moderného) dodržiava viaceré zásady. Časté je napríklad kigo (haiku reflektuje prírodné javy, geografické, meteorologické, flóru, faunu, človeka a ich vzájomnú spätosť), wabi-sabi (krása prirodzenosti, prijímanie nedokonalostí ako niečoho krásneho a individuálneho) či makoto (pravda/istota/správnosť).

Vo všeobecnosti sa tiež v haiku kladie dôraz na zmyslové vnemy (všetkých 5 zmyslov je dôležitých) – v haiku sa nič nevysvetľuje, v haiku sa len „ukazuje“, často sa stretáme s protikladmi – typická je v tomto zmysle zásada fueki-ryuko (haiku zobrazuje niečo nemenné a zároveň niečo premenlivé, aby vytvorilo kontrast, napätie) a mnohé ďalšie. Moderné haiku však častokrát narúša tradičné zásady a stáva sa skôr „krátkou básňou“.

Pôvod Haiku

Vznik haiku je odvodené od starej japonskej básnickej formy Renga, ktorá sa písala už v 11. storočí. Skladala sa z 50 až 100 strof a každú túto lyrickú sekvenciu komponovali striedavo vždy dvaja alebo viacerí básnici. Prvá strofa bola fixovaná na určité ročné obdobie a volala sa hokku – tvoril ju vždy najväznejší z mužov. Renga vznikala často na cisárskom dvore, ale neskôr sa rozšírila aj medzi ľud a pobrala názov haiku.

Japonská tradícia vraví, že prvé samostatné trojveršie haiku napísal Rjúho Nonoguči. Ako prvý zozbieral úvodné slohy z básní Renga, z ktorých neskôr zostavil zbierku haiku. Neskôr v 17. storočí sa rozvinula literárna vlna skladateľov haiku, ktorí sa nazývali haidžin a tvorenie haiku bolo ich životným štýlom.

Ak by ste si chceli nejaké to haiku prečítať, siahnuť môžete napríklad po textoch starých majstrov ako Matsuo Bashō, Yosa Buson, Masaoka Shiki, Natsume Soseki, Kobayashi Issa či Katsushika Hokusai.

V slovenskej literatúre sa s haiku môžete stretnúť napríklad v tvorbe autorov ako Daniel Hevier, Ján Štrasser, Mila Haugová, Peter Repka a mnohí ďalší. Z mladších je to napríklad aj Matúš Nižňanský, ktorý sa takmer výlučne venuje žánru haiku. S Matúšom Nižňanským sme sa stretli aj na jednej z hodín slovenčiny a spoločne si vyskúšali „nejaké to haiku“ napísať. Výsledky našej práce si môžete pozrieť **v závere tohto čísla**.

Timotej Krátky, 8. A

Čo je to haiku?

Asi najznámejší príklad na haiku

5 - Starý rybník bol (古池や)
7 - Žabička doň skočila (蛙飛び込む)
5 - Či len zažbľkol (水の音)

Matsuo Bashō

Jasné more

Celý deň sa dviha a klesá

Dviha a klesá

Yosa Buson

Hmyz letných dní

Podchvíľou padá mŕtvy

Na stránky knihy

Masaoka Shiki

Dedinské dieťa

Z rukáva mu padajú

Lupene sakúr

Kobayashii Issa

Vonku padá sneh

Vnútri je načmudené

Som teda domy

Kobayashii Issa

Bodaný vetrom

Som odhodlaný kostiam

Dať zbelieť v poli

Matsuo Bashō

*Hľadáme na strom
kým nás holé konáre
neškriabu v očiach*

Matúš Nižňanský

*Z úsvitu už len
Bieloba na púčikoch
Konárov slivky*

Yosa Buson

*Drevené nohy
Pod pútnikom zbesneli
V prachu žeravom*

Peter Repka

*Smrť príde ticho
Tak ako nočný zlodej
Kradnúci ruže.*

Daniel Hevier

*Nad čerstvým snehom
Nachvíľu zaváhala
Otcova čižma*

Matúš Nižňanský

*U nás doma po
Našom: Haiku, haiečku,
Haiku zelený...*

Ján Štrasser

*Naozaj zima
Obzor skrehnutý vtákmi
V mojom vzdialenom srdci*

Mila Haugová

*Fúkaš do čaju -
Vietor za oknom češe
Jabloňový sad*

Matúš Nižňanský

Hymna Slovenskej republiky

Už ako malí sme sa učili, že každý štát má svoje symboly. U nás sú oficiálnymi štátnymi symbolmi znak, vlajka, hymna a pečať. Reprezentujú nás na medzinárodných stretnutiach, či už politických alebo športových udalostiach, vidíme ich v rôznych inštitúciách, školách, budovách. Nie náhodou to spomíname v tomto článku, pretože všetky symboly spĺňajú reprezentatívnu úlohu danej krajiny. Slovenská hymna je súčasťou slovenskej kultúry už od roku 1844 a do súčasnej verzie prešla mnohými úpravami. V období slovenského národného obrodzenia sa rukopis tejto piesne mnohokrát pripisoval V.P. Tóthovi, no po viacerých polemikách sa autorstvo definitívne pripísalo Jankovi Matúškovi. Dôvodom je, že Matúškov rukopis textu piesne sa nezachoval, no jeho autorstvo napokon doložili svedectvá jeho spolužiakov. Text bol priamou reakciou na rozhodnutie zriaďovateľa Evanjelického lýcea v Bratislave odvolať Ľudovíta Štúra, učiteľa, ktorý viedol jazykové a literárne cvičenia so slovenskými poslucháčmi, no najmä – viedol mladých Slovákov k boju za svoje národnostné práva. Nesúhlas s odvolaním Štúra vyvrcholil protestným odchodom 22 študentov z lýcea 5. a 6. marca 1844. 13-ti prešli na lýceum do Levoče, ostatní išli domov a štúdiá si dokončili individuálne. Medzi týmito 22 študentmi bol aj Janko Matúška. Pieseň, ktorú **Janko Matúška** zložil na nápev ľudovej piesne Kopala studienku, si študenti spievali na mnohých stretnutiach, na ktorých sa rozhodovali, ako reagovať na nepravosti, s ktorými sa ako Slováci vo vtedajšom Uhorsku museli vyrovnávať (Slováci v tej dobe nemali národné práva, boli utláčaní zo strany Maďarov).

Pôvodný názov tejto piesne bol v tej dobe Prešporskí Slováci, budúci Levočané – na počesť odchodu študentov z Bratislavy (Prešporoku) do Levoče – no vyskytoval sa aj názov Dobrovoľnícka – pieseň postupom času „zludovela“ a spievali si ju napríklad aj slovenskí dobrovoľníci bojujúci v revolúcii 1848/1849. Pieseň Slovákov sprevádzala aj oboch svetových vojnách či pri vzniku Československa v roku 1918. Ku koncu I. svetovej vojny znela v zákopoch a zajateckých táboroch oveľa častejšie ako *Hej Slováci* (1834) či *Kto za pravdu horí* (1848), ktoré mali tiež potenciál stať sa národnou hymnou.

V súčasnosti štátnu hymnu Slovenskej republiky tvoria prvé dve slohy piesne J. Matúšku, i keď v čiastočne upravenom znení. Po vzniku SR v roku 1993 bolo napríklad zmenené Matúškovo pôvodné zastavme „sa“ bratia na zastavme „ich“ bratia. Nahrávka štátnej hymny nebola vôbec jednoduchá, dirigent Ondrej Lenárd a hudobný skladateľ Ladislav Burlas museli viackrát „dať hlavy dohromady“, aby vzniklo dielo, ktoré všetci tak dobre poznáme.

Kedy sa môže hymna používať, teda pri akých príležitostiach a podobne nám ustanovuje zákon. Štátna hymna sa môže hrať, teda púšťať z reproduktorov, alebo môže byť spievaná, a to pri príležitostiach ako sú napríklad štátne sviatky, pamätné dni, výročia, prípadne pri iných príležitostiach, ktoré majú miestny alebo celoštátny charakter, napríklad hymna SR sa hrá aj pred začiatkom oficiálnych a významných športových, či kultúrnych podujatiach a podobne.

Hymna Slovenskej republiky

\:Nad Tatrou sa blýska,
hromy divo bijú.:\

\:Zastavme ich bratia,
veď sa ony stratia,
Slováci ožijú.:\

\:To Slovensko naše
posiaľ tvrdo spalo.:\

\:Ale blesky hromu
vzbudzujú ho k tomu,
aby sa prebralo.:\

\:Ešte jedle rastú
na krivánskej strane.:\

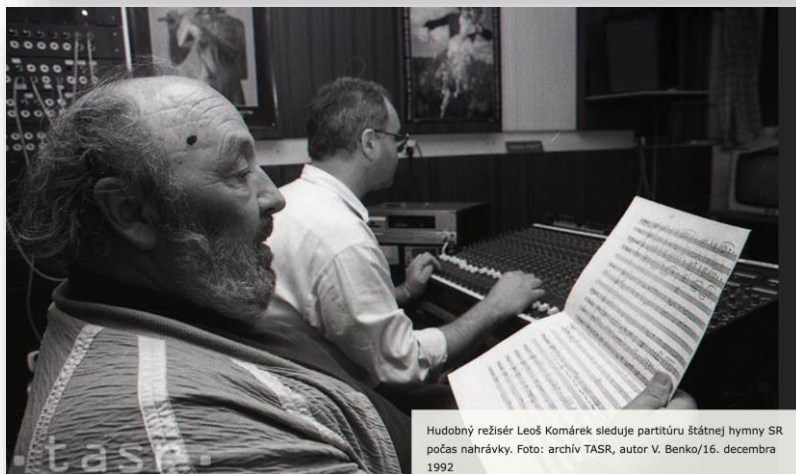
\:Kto jak Slovák cíti,
nech sa šable chytí,
a medzi nás stane.:\

\:Už Slovensko vstáva,
putá si strháva.:\

\:Hej rodina milá
hodina odbila,
žije matka Sláva!:\



Nahrávka novej štátnej hymny SR nebola vôbec jednoduchá, a tak dirigent Ondrej Lenárd (vľavo) a hudobný skladateľ Ladislav Burlas museli viackrát dať hlavy dohromady, aby vzniklo dielo, ktoré bude dôstojne reprezentovať novú Slovenskú republiku. Foto: archív TASR, autor V. Benko/16. decembra 1992



Hudobný režisér Leoš Komárek sleduje partitúru štátnej hymny SR počas nahrávky. Foto: archív TASR, autor V. Benko/16. decembra 1992



NA SLOVÍČKO

Pani učiteľka Veselá

Dnes sa v rubrike Na slovíčko porozprávame s pani učiteľkou Veselou, slovenčinárkou, nemčinárkou, tvorkyňou makramé a milovníčkou psíkov.

Dobrý deň, pani učiteľka, mnohí Vás poznajú aj ako tvorkyňu makramé, mohli by ste nám povedať, čo to vlastne makramé je a ako ste sa k dostali k jeho tvorbe?

Makramé je technika pletenia pomocou rôznych uzlíkov. Už dlhšiu dobu sa mi páčili makramé výrobky, tak som sa rozhodla, že sa ich naučím vyrobiť. Pustila som si na kanáli YouTube návody a začala uzlíkovať. Prostredníctvom sociálnych sietí som uverejňovala fotografie mojich výtvorov a ľudia si ich začali objednávať. Postupne vznikla značka Veselé makramé ☺.



Čo pre Vás táto záľuba znamená?

Makramé je pre mňa srdcovou záležitosťou. Každý jeden výrobok tvorím s láskou a teším sa, keď sú zákazníci spokojní.

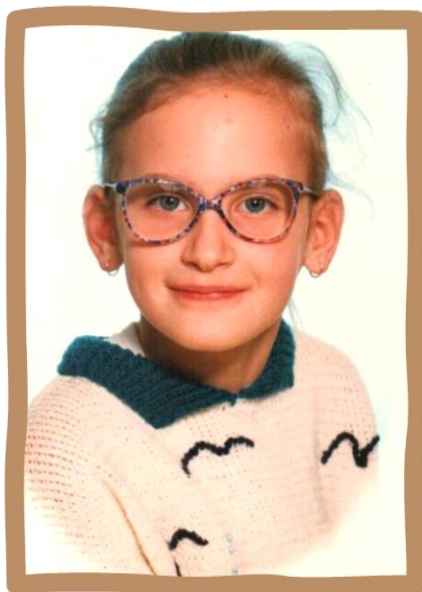
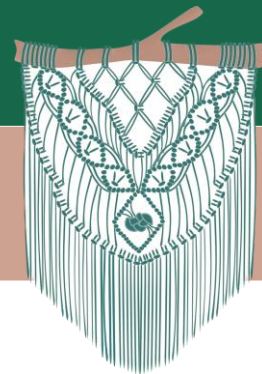
Z Instagramu Vás poznáme aj ako milovníčku psíkov, predstavíte nám tých vašich?

Moji psici sa volajú Bambi a Bellka. Bambi je Bellkina maminka. Sú to pudlíci marhuľovej farby. Pre mňa dve krásne stvorenia, ktoré nám rozveseľujú každý jeden deň.



NA SLOVÍČKO

Pani učiteľka Veselá



A čo škola? Ako ste sa dostali k učeniu?

Moja mamina pracovala 40 rokov ako učiteľka a mne sa toto povolanie veľmi páčilo. Keď som bola malá, posadila som si na posteľ plyšové hračky a vysvetľovala im abecedu. Tak tu sa to niekde začalo 😊

Prečo ste si vybrali práve tú našu? Čím vás zaujala?

Naša Dvojka má dlhodobu v Senici aj okolí dobré meno a keď sa uvoľnilo miesto slovenčinárky, neváhala som. Školu navštevujú slušní žiaci, dodržiavajú sa jasné pravidlá, učí sa mi tu dobre.



Čo máte najradšej na našej škole?

Na našej škole mám najradšej, že „žije“. Neustále sa zapájame do rôznych súťaží, projektov, vymýšľame svoje vlastné akcie. Veľký podiel na uskutočnení týchto podujatí má žiacky parlament, ktorý všetko do najmenších detailov premyslí a zorganizuje.

Čo Vás najviac baví na učení?

Na učení ma najviac baví odovzdávanie vedomostí žiakom a vymýšľanie rôznych spôsobov, ako ich čo najlepšie danú látku naučiť. V dnešnej dobe majú učitelia k dispozícii veľa pomôcok a inšpirácie, napríklad na internete.

Pani učiteľka, keďže sa blíži vianočné obdobie, dovoľte nám zaželať Vám čo krásne a pokojné Vianoce prežité s najbližšími. Ďakujeme za rozhovor!

Na záver – naša TOP3 anketa.

Tri najobľúbenejšie knihy: Šlabikár šťastia, Mengeleho dievča, Štyri dohody

Traja najobľúbenejší hudobníci: Ed Sheeran, IMT Smile, Lewis Capaldi

Tri najdôležitejšie veci, ktoré by sme sa v škole mali naučiť: V škole by sme sa mali naučiť hlavne vzájomnej tolerancii, rešpektu a úcte.

To, ako vnímame samých seba, sa formuje počas nášho vývinu, teda od nášho raného detstva. Naše sebavnímanie alebo to, ako samých seba vnímame, ako sa na seba samých pozeráme, ako sa vidíme duševne (psychicky) aj fyzicky formuje naša **rodina**, jej pravidlá, presvedčenia a naučené formy správania a fungovania, sociálne okolie, naše **skúsenosti v kolektívoch**, ale vo veľkej miere aj **sociálne médiá** a **médiá** vôbec. Sebavnímanie je ovplyvňované tým, čomu dávame význam a hodnotu.

To, ako sa vidíme rozlišujeme na vnímanie seba ako osoby **v duševnej rovine**, teda kto si myslím, že som, aký som, porovnávame naše výsledky a výkony s inými, porovnávame naše zručnosti, vedomosti, záujmy, životný štýl a pod. Na to, ako sa vnímame má veľký vplyv naša rodina, sociálne vzťahy a médiá. Často seba samých hodnotíme vo vzťahu k iným ľuďom negatívne, myslíme si, že sme menej schopní, šikovní, múdri, zdatní... ako náš spolužiak, kamarát, súrodenec... Svoju hodnotu klamlivo staviame na tom, že sa **porovnávame**. Len to s čím alebo s kým sa porovnávame býva samo o seba klamlivé. Sú to len naše domnienky, že ostatní sú lepší ako my. A potom sa pohybujeme na škále sebavnímania na hodnote „NIE SOM DOSŤ DOBRÝ“ (žiak, človek, syn, dcéra, súrodenec, kamarát, športovec....).

Druhou rovinou nášho vnímania je to, ako sa vidíme **po fyzickej stránke**. Postupne, ako sa naše telo vyvíja a mení (čo je úplne prirodzený proces), začíname sa prísnejšie a častokrát úplne skreslene vnímať. Nie sme spokojní so svojou výškou, váhou, vlasmi, farbou očí, s oblečením... Opäť sa **porovnávame** a vnímame skreslene. Obzvlášť nebezpečné, nepravdivé a skreslené je porovnanie sa s obrázkami ľudí na sociálnych sieťach, televízii či časopisoch. Napriek tomu, že vieme o tom, že ide o umelo upravené obrázky (fotky), veríme „ideálu“ krásy, ktorý neexistuje. Sme rôzni a páčia sa nám rôzne veci, detaily, ľudia. Je povrchné podliehať kultu, ktorý je len skvelým marketingovým ťahom na vytváranie osobného zisku. Je dôležité cítiť sa dobre vo svojom tele, oceniť, že funguje, že nám dobre slúži a mnohé dokáže.

Naše telo a výzor sa bohužiaľ vďaka týmto kultom a stále sa meniacim módnym trendom, stávajú terčom **posmechu a šikany**. Má to svoje pomenovanie – v takomto prípade ide o **BODY SHAMING**. Je to vlastne forma šikany, ktorá sa zameriava hlavne na fyzické aspekty ako sú hmotnosť, tvar tela, účes, oblečenie a pod. Ponižovanie a negatívne výroky o niekoho tele alebo kritika vlastného tela majú veľký **vplyv na naše duševné zdravie**. A tým sa podporuje negatívne zmýšľanie o sebe. Naše telo a naše prežívanie idú ruka v ruke. Spokojnosť so sebou nám pomáha zvládnuť každodenné starosti i radosti života a naopak, nespokojnosť a kritické sebavnímanie nám spôsobujú následne ďalšie a ďalšie negatívne skúsenosti, zážitky, obavy, úzkosti, depresie a pod. ktoré môžu viesť až k tragickým rozhodnutiam.

Ťažko zmeníme svet okolo seba, ale môžeme začať od seba. Od zdravého sebavnímania, **nehanbiť sa za svoje telo, či to kým som/sme**. Ani seba a ani iných neponižovať a ani sa nad nikým nepovyšovať. Starat' sa o seba, svoj vlastný rozvoj, mať pozitívne skúsenosti sám so sebou. Dokázať oceniť to, čo sa nám podarilo a zobrať si ponaučenie, ak sa nám niečo nepodarilo. Nesmiať sa z cudzích chýb a nezdarov a ani nezvažovať svoje vlastné úsilie. **Všetci máme svoje silné a slabé stránky**, radosti a starosti, úspechy i zlyhania. Každý z nás je jedinečný, nikto nie je horší či lepší ako my. **Sme rôzni** a rôznorodosť nás môže obohacovať. Máme na niečo predpoklady, v niečom sa nám darí a v ničom nie. Tým, že budeme svojím správaním niekoho znevažovať, smiať sa mu, negatívne ho hodnotiť, môžeme prispieť k tomu, že daný človek bude mať závažné psychické problémy (rany na duši), ktoré môže viesť až k tragédii a krajným riešeniam. Pamätajte na to, že slovom môžete raniť viac ako päst'ou, modriny na duši nevidíme. **Kým niekomu niečo povieš alebo ho budeš hodnotiť a posudzovať, skús si najskôr v duchu predstaviť, aké by to bolo pre teba, ak by to isté niekto povedal alebo urobil tebe.**

Z NAŠEJ TVORBY

Haiku

Prišlo sem auto
Jeho motor je hlučný
Počuť ho všade

V blate stojím
Nohy sa zabárajú
Už som špinavý

Padá silný dážď
Nebesa nariekajú
Kvapky padajú

Doma ležím sám -
choroba má zložila,
nič ma nebaví

Vtáčik tu letí
Vo vzduchu sa vznáša
Krídlami máva

Žaby kfkajú -
V jazierku
Hopkajú

Vánok tichý
Nepozorovateľný
Ucítiť ho chcem

Lúka jarná
Práve zelená
Kvitne

Októbrový vánok
Veje pustým hájom
Jeho čepel ma naplňa

Mŕtve komáre
Veľa mŕtvych komárov
Kto ich uprace?

Krumple v zemi
Rastú veľmi pekne a
Dedo sa díva

Výber z prác žiakov z
8.A a 8.B triedy.

Z NAŠEJ TVORBY

Chemický vianočný stromček

Stromček sme poskladali z dvoch stojanov, na ktoré sme naukladali svorky a držiaky. Ako gule sme použili destilačné a kužeľové banky, ktoré sme naplnili rôznymi roztokmi. Hviezdu tvorí vrchnák z Kippovho prístroja.

Modrú farbu majú vodné roztoky modrej skalice, fialovú zasa manganistanu draselného. Do niektorých sme pridali aj chlorid meďnatý, ktorý vytvoril zákal.



Damián Dujsík a Martina Orgoníková z 9.C

*Spokojné, láskou
a porozumením naplnené
vianočné sviatky a
úspešný nový rok 2023
Vám praje riaditeľ školy
PaedDr. Krzysztof Siwiec
s celým kolektívom našej školy.*

