

Školák

Školský časopis

ZŠ Abovská 36, Košice - Barca

Rok: 2012 - 2013

Ročník: XI.

Číslo: 3



Každý z nás je umelec...

... keď musí. :D

Ale naozaj... Taký západ slnka v lete... Kdekoľvek. Len si ho cez prázdniny poriadne vychutnajte!

Západ slnka

Na svete je veľa prírodných krás, ktoré ľuďom vynášajú dych. Podľa mňa je západ slnka jedným z nich.

Slnko, ktoré sa po celý deň plaví po azúrovom mori, vidí všetko, čo je okolo. Pozerá sa na more, ktoré žiari rôznymi farbami. Obloha pri západe slnka je krásne oranžová. Oblaky na oblohe sú ako biele kučery, ktoré sprevádzajú slnko na jeho púti krajinou. Krásne more naráža svojimi vlnami o obrovské skaly a prináša piesok z pláže. More je veľmi pokojné, no môže byť aj nepredvídateľné. Keby chcelo, vie zničiť zo zeme všetky stromy. Na pláži rastú palmy, ktoré sa spolu s vetrom hýbu a tancujú ako tanečnice. Slnko pomaly zapadá, a to znamená, že sa končí deň. Máme nechať všetko za sebou a vybrať sa do ďalšieho dňa. O chvíľu príde noc a ako záclona zakryje temnotou celú pláž. More bude po celú noc odnášať a formovať piesok. Slnko nám dáva posledné náznaky dňa.

Slnko sa dotýka mora a oblohy, už odchádza. Vrátí sa až na ďalší deň.

Slohová práca „Umelecký opis“ Kamila Zeleňáková, VII. B





Západ slnka je "miznutie" Slnka za obzor v dôsledku rotácie Zeme okolo svojej osi. Väčšinou je doprevádzaný oparom okolo slnečného kotúča. Čas západu slnka sa počas roka mení (v zime slnko zapadá skôr ako v lete). V užšom zmysle je to len okamih, kedy sa Slnko dolným okrajom dotýka horizontu.

Vzhľadom na to, že svetlo letí zo Slnka na Zem približne 8 minút, v čase, keď sa Slnko zdanlivo dotkne horizontu pri západe, v skutočnosti sa nachádza už pod horizontom. Navyše aj index lomu svetla vo vzduchu spôsobí, že Slnko sa javí sploštené a o 1/2 stupňa vyššie, ako v skutočnosti je. Pri západe Slnka sa dôsledkom prechodu slnečného svetla cez hrubšiu vrstvu atmosféry mení farba Slnka aj oblohy. Vo chvíli, keď celý slnečný disk zmizne pod horizontom, sa začína súmrak.



Je mlčať zlato?

Takúto otázku dostali deviataci a ich úlohou bolo napísať úvahu. Nie je to práve najľahšie, skúste si to. Ale naši deviataci boli skvelí a poradili si.

Myslíte si, že mlčať je zlato? Síce niekedy je lepšie byť ticho, ale niekedy by sme sa nemali hanbiť vyjadriť svoj vlastný názor.

Je kopa prípadov, kedy je lepšie mlčať. Napríklad, netreba sa miešať do rozhovoru cudzím ľuďom alebo skákať niekomu do reči. Ale zase, keď sa ťa niekto opýta, čo si myslíš, svoj názor by si mal vyjadriť. No tu je problém, či sa tvoje názory nelíšia od tých ostatných. V dnešnom svete, keď má človek na nejakú vec iný názor ako väčšina, hneď je mudrlant, alebo neprispôsobivý, alebo niečo podobné. Keď nepovieš, čo si myslíš, hneď si bojko, ktorý nemá vlastný názor. Ľuďom jednoducho nevyhovieš. Je dobré, keď je človek úprimný, ale ani s úprimnosťou to netreba preháňať. Napríklad, keď sa ťa tvoja kamarátka opýta, či sa ti páči jej nový sveter, tak určite jej netreba povedať, že vyzerá ako nejaká chlpatá deka, ale radšej, že je pekný, ale ty by si si ho nekúpila. Tak jej povieš, že sa ti nepáči bez toho, aby si ju urazila.

Je rozdiel medzi mlčaním človeka, ktorý nemá potrebu deliť sa o svoje pocity, pretože má takú povahu a mlčaním, ktoré je vlastne cielené a jeho účelom je niekoho ignorovať. Niektorí ľudia sú skrátka takí, že pred ľuďmi, ktorých veľmi nepoznajú, sa zdajú byť uzavretí, sú tichí. Na druhej strane existujú aj ľudia, ktorí sú výreční, s každým sa vedia porozprávať, nehanbia sa rozhovoriť na hocijakú tému. Prehnaná výrečnosť, rovnako ako prehnaná mlčanlivosť, môžu byť niekedy na škodu. Keď sa človeku ani po dvoch hodinách rečenia nezavrú ústa a keď mu chceš niečo povedať, tak ťa nechce pustiť k slovu, je asi rovnako otravné, ako keď z niekoho musíš nejakú tú

vetu doslova ťahať. Takže keď od teba niekedy bude pýtať tvoj názor na vec, povedz mu, čo si myslíš, ale určite nevnucuj svoje názory ostatným.

Michaela Nováková, IX. A

Je naozaj mlčať zlato?

Niektoré názory ľudí na túto tému sa líšia, no väčšia časť sa zhoduje. Je to o tom: Keď vieš, čo povedať, a nie je to úplná hlúposť, hovor! No keď máš povedať nejaký nezmysel, buď radšej ticho.

Táto moja úvaha nebude o ničom inom. Asi najviac sa pokúsim rozobrať situácie v škole. Kedy hovoriť a kedy byť ticho?

Keď vás na hodine učiteľka vyvolá a máte odpovedať na jej otázku, odpovedzte! Hoci si aj tipnete. Aspoň bude vidieť, že sa snažíte, aj keď neodpoviete správne. Je to lepšie, ako keby ste boli ticho, učiteľia by si mysleli, že nič neviete a nakoniec by ste zistili, že ste to vedeli. No keď vás nikto nevyvolá ani sa vás nič neopýta, radšej buďte ticho. Nechajte si to pre seba a keď si to premyslíte a bude to k danej téme, pokojne sa vyjadrite. Vtedy je to pre učiteľov zlato.

Už z týchto príkladov sa dostaneme k tomu, že nie vždy je mlčať zlato. A prečo? Pretože vždy záleží na danom probléme a situácii.

Barbora Široká, IX. B



Rozhovor s...

Našími učiteľkami a učiteľmi o to, čo s voľnom v lete :D

Otázka bola rovnaká pre všetkých učiteľov /ktorých sa anketárkam podarilo odchytiť/ - Ako budete tráviť letné prázdniny?

p. uč. Šelestáková: Budem doma oddychovať a tešiť sa na ďalší školský rok .

p. uč. Sedláková-Lenártová: Dúfam, že v pokoji.

p. uč. Mátyás: Ja už nemám prázdniny, ale určite po starom.

p. uč. Raffáč: Pracou, pracou, pracou...



Dúfajme, že pán učiteľ Raffáč nedopadne takto...

p. uč. Mravcová: Budem oddychovať, relaxovať a pracovať v záhradke.

p. uč. Fenková: Budem v posteli.

p. uč. Ružinkovičová: Po 18 rokoch prvýkrát na dovolenku nejdem nikam!

p. uč. Šimonová: Budem sa muckať s Barčuškou, čítať knihy, chodiť na gajdovku, navštívim pani učiteľku Janečkovú na chate a keď ma Vladko zavolá, pôjdem ho navštíviť, aj jeho otca.



GAJDOVKA... mňam :D

p. uč. Antušová: Určite budem dlho spať, do desiatej každý deň. Pôjdem aj nakupovať na trh, so synmi na chatu a tiež pôjdeme do Chorvátska. Ale hlavne sa budem pripravovať do školy. A nechcem v lete nikoho zo školy vidieť ;-D

p. uč. Miženková: Tak na záhradke, pri mori a v Škótsku.

p. uč. Janitorová: Veľmi sa teším na prázdniny. Budem na záhrade, pri mori, v lese a to je už asi všetko.

p. uč. Maruničová: Idem na dovolenku na chatu, k moru a budem robiť práce, ktoré som cez školský rok nestihla.

p. riaditeľ Ďurik: Prvý týždeň v škole, dva týždne v Chorvátsku, doma na záhradke a ešte asi s vnukmi na horách. Taký je plán.

p. uč. Papinčáková: Klasicky, každý deň sa budem venovať môjmu synovi - môjmu pokladu.

p. zástupkyňa Bačová: Doma so psom, s babkou v lese, ale hlavne bez školy.



V lese je krásne, len pozor na medvedíky ;-D

p. uč. Urbančíková: Ja čo budem robiť? Maltu, jak stále. Ja stále budujem, to je moje hobby :D.

p. uč. Janečková: Ježiš, budem ležať a nohy mať vyložené... Možno ;D. To by som chcela. Uprostred lesa a vody.



KRÁSNE PRÁZDNINY!!!

ANKETA

Čo vás v tomto školskom roku najviac potešilo?

Terezka Vencelová, 7. B: Hádka medzi 7. A a 7. B. /jasné, taká dobrá hádka je niekedy super!/
;

Erik Keruľ, 7. A: Výlet do Blavy a veľa voľna. /bolo veľa voľna? Kedy? ;-D/
;

Terča Kudlatová, 7. A: Vodné bitky v Starej Ľubovni. /teda, vy siedmci ste ale nejako bojovo naladení!/
;

Mišo Tóth, 7. A: Koniec školského roka. /lebo už starí Germáni vedeli, že „koniec dobrý - všetko dobré“.../
;

Katka Margitanová, 7. A: Mám samé jednotky a idem na dovolenku. /a uži si to, Katka, prajem ti to/
;

Saša Poláková, 4. ročník: Škola v prírode. /mhm, tam je stále fajne/
;

Miro Bereš, 7. A: Výlet do Blavy. /Blava Blava cmuk cmuk cmuk.../
;

Jarka Sabolová, 7. A: Že som opeknela :D. /a k tomu ti všetci srdečne blahoželáme!/
;

Gabika Semanová, 6. ročník: Výlet na kone. /to znie veľmi dobre/
;

Dano Seman, 6. ročník: Že nemám 4 na vysvedčení. /čo nebolo, môže byť o rok :-P/
;

Viki Mrázková, 7. B: Nová kabelka. /ako málo niekedy stačí k desaťmesačnému šťastiu... Ach./
;

Kamilka Zeleňáková, 7. B: Vianočná akadémia a naša pesnička 7. B.
;

/pesnička bola super, rastie nám tu vážna Pani gitaristka/
;

Dávid Meňhert, 7. B: Nič. /a dobre ti tak, :-P :-P :-P/

Petra Bonková, 9. A: Že ma prijali na strednú školu. /to nesmierne potešilo a prekvapilo nás všetkých :-D/

Viktória Lenčáková, 5. B: Ta všade bola sranda. /ta neeeee????/

Baša Bertová, 7. A: Výlet do Blavy a školský výlet do Starej Ľubovne. /aha, asi rada cestuješ, hm?/

p. uč. Janečková: Úspechy mojich žiakov. /BLAHOŽELÁME!!!/

p. uč. Mravcová: Ešte neskončil. /anketa je z 24. 6 a táto myšlienka sa ukázala byť veľmi prezieravá/

p. uč. Šimonová: výlet so 7. A do Bratislavy a že som si dala prepichnúť uši. /a že som dostala náušnice - mačičky od Julky Kertészovej. Ďakujem!/

p. riaditeľ Ďurik: Výborné výsledky našich žiakov na súťažiach a olympiádach. Teším sa stále, keď sa niečo dobré dozviem o našej škole a žiakoch. /jasnačka... nech je toho dobrého v novom roku čo najviac/

Anonym: Že učiteľom zdvihli platy. /a toto nech je vtipom školského roka 2012 - 2013 :D/



Výsledky úspešnosti školy pri súťažiach a olympiádach

V školskom roku 2012/2013 naši žiaci vzorne reprezentovali svoju školu, mestskú časť i mesto Košice. Pod vedením pedagógov sa zúčastnili na mnohých súťažiach a olympiádach. Aj napriek tomu, že v porovnaní s inými školami máme menej žiakov, dokázali, že práca s nadanými a talentovanými žiakmi v našej škole má veľmi dobrú úroveň. Tu sú naše najlepšie výsledky:

Obvodné / okresné / kolá - 14 škôl v okrese Košice IV

Geografická olympiáda	2. miesto - Kristína Baloghová
Šaliansky Mat'ko	2. miesto - Katarína Kmetzová
	3. miesto - Lea Bodnárová
Pytagoriáda :	2. miesto - Šedivý Boris
Dejepisná olympiáda	2. miesto - Timura Martin
Geografická olympiáda	2. miesto - Baloghová Kristína
Čo vieš o hviezdach	1. miesto - Baloghová Kristína



Pani zástupkyňa vie u žiakov u žiakov vzbudiť záujem o hviezdy a vesmír

Biologická olympiáda	3. miesto - Zeleňáková Kamila
----------------------	--------------------------------------

Letné viazanie a aranžovanie rastlín

Slávik Slovenska 2013

Cezpoľný beh

Bedminton

3. miesto - Kertészová Juliana

3. miesto - Bako Dominik

1. miesto - Arkaiová Mária

3. miesto - Puzderová Natália

1. miesto - Vargová Dominika

1. miesto - chlapci

3. miesto - dievčatá

1. miesto - Miroslav Bereš

2. miesto - Jozefína Parlagiová

1. miesto - dievčatá

2. miesto - chlapci



Krásny šport, na ktorý sú naši žiaci machri

Florbal

1. miesto - starší žiaci

Orion Florbal Cap

3. miesto - starší žiaci

Ľahká atletika

1. miesto - Parlagiová Jozefína

- 3. miesto - Jadrníček Erik
- 3. miesto - štafeta dievčat
- 3. miesto - družstvo dievčat

Celomestské súťaže - 35 škôl v meste Košice

- | | |
|----------------------|-------------------------------|
| Mladý zdravotník I. | 1. miesto - 4. ročník |
| Mladý zdravotník II. | 1. miesto - 6. ročník |
| Ukáž, čo vieš | 2. miesto - 4. ročník |
| Spev bez hraníc | 1. miesto - Katarína Kmetzová |
| Košice | 1. miesto - 6. ročník |
| | 3. miesto - 8. ročník |



Súťaže o starých Košiciach sú zaujímavé

- | | |
|--------------------------------|-------------------------------|
| Divadelné Košice J. Zborovjana | 2. miesto |
| Cena Vsl. múzea | 3. miesto |
| Atletika hrou | 3. miesto - Ondrejkovič Matej |
| Plachého míľa 2012 | 3. miesto - Radovan Milkovič |

Plachého míľa 2013

3. miesto - Pitnerová Rebeka

3. miesto - Šoltésová Eva

3. miesto - Plachý Dávid

3. miesto - Iglódyová Alexandra

Krajské kolá :

Bedminton

2. miesto - dievčatá

3. miesto - chlapci

Slávik Slovenska 2013

3. miesto - Vargová Dominika

Čo vieš o hviezdach

3. miesto - Baloghová Kristína

Celoslovenské kolá :

Múdra príroda

1. miesto - Ružičková Alexandra

Vesmír očami detí

Kelemenová Sára

Kertészová Kristína

Čo vieš o hviezdach

14. miesto - Baloghová Kristína



Súťaž Plachého míľa sa organizuje každý rok na počesť Jozefa Plachého, ktorý pochádza z Barce

Na zdravie!

Pitný režim je slovné spojenie, ktoré už v dnešnej dobe poznajú aj deti. Vieme ale, prečo je pitný režim taký dôležitý? Poznáme správne zásady jeho dodržiavania? Dodržiavame ich? Toto sú otázky, ktoré si musíme položiť hneď na začiatku a zamyslieť sa nad nimi.



Dve tretiny nášho tela tvorí voda. Telo musí prijímať pitím približne 1,5 až 2,5 litra vody za deň. Okrem toho si vodu vyrába organizmus sám pri spaľovaní živín - metabolickými cestami. Nespotrebovaná, zužitkovaná voda sa z tela vylučuje najmä močením, únikom vodnej pary pri dýchaní a samozrejme potením.

Pitný režim je systém dopĺňovania tekutín stratených z ľudského organizmu pri bežných ale najmä náročnejších činnostiach. Je neoddeliteľnou súčasťou výživy vrátane regenerácie organizmu.

Pre správne dodržiavanie pitného režimu platia 3 základné princípy:

Princíp správneho nápoja - Hlavnou látkou pre život ľudskeho organizmu je voda. Ostatné nápoje sa od čistej vody odlišujú svojim obsahom cukru, dochucovadiel a konzervačných látok. Každá z týchto ingrediencií má svoje špecifiká, ktoré ju vylučujú z vhodnosti pre pitný režim, pretože zvyšujú spotrebu vody v biochemických procesoch. Preto ich konzumácii by sme mali úmerne prispôbiť aj konzumáciu vody v pitnom režime. Najvhodnejším typom vôd sú prírodné stolové vody, ľahké minerálne vody z vyrovnaným obsahom minerálnych látok do 500 mg/l.

Princíp správneho času - Pocit smädu je prvým signálom nedostatku vody. Pri správnom dodržaní pitného režimu by sme nemali pocítiť smäd. V priereze dňa je dôležité dodržiavať najmä pravidelnosť a priebežné pitie. Nevhodným návykom je pitie väčšieho množstva tekutín počas jedla. Sťažuje to tráviace procesy a znižuje efektívnosť využitia energie z prijatej stravy. Správne je napiť sa prvýkrát ráno po prebudení a ďalej piť medzi hlavnými dennými jedlami. Najlepšie v intervale zhruba pol hodiny po jedle a najneskôr pol hodiny pred jedlom.

Princíp správnych dávok - Aby bol organizmus hydratovaný efektívne, je správne prijímať menšie objemy vody v častejších intervaloch. Nesprávne je jednorazové pitie väčšieho množstva, ktoré zdanlivo odstráni pocit smädu ale neprimeraný objem nie je v súlade s aktuálnymi potrebami organizmu. Telo si nedokáže „vyrobiť“ zásoby a voda iba „pretečie“ organizmom. Preto ho zásobujeme vodou plynulo.



Aj bylinkový, ovocný či zelený čaj v lete zaženu smäd a dobre nám padne ich príjemná chuť.

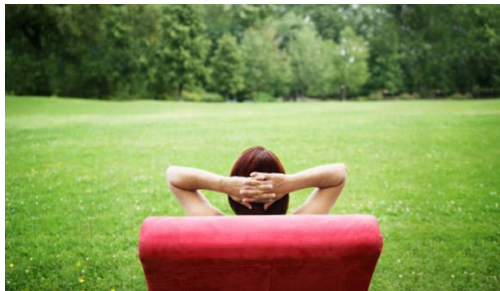
Holidays

Summer is coming and you should probably start thinking about what you gonna do on holidays.

There are some tips:

RELAX

It's holidays and that mean no school, work or stress. Take your favourite book and go to the park. Go out with your friends and be with them to night. Listen to the music . Take a trip, doesn't matter where. Choose what you want and do what you want. Be happy.



INTERESTS

If there is something you want to do but you didn't have time for that, do it now. Drawing, painting, singing, dancing, photographing, cycling, rollerblading - you can do all these things and you have enough time for that.



HOLIDAY

People also like to go on holiday in summer. Some people prefers sea, some monuments. In any case, there are many places you can go.

Popular countries for sea vacations are Croatia, Italia, Spain, France and Greece in Europe, but the rest of the world becomes better known every year.



But don't be sad if you will stay home. In every case, the main thing is - ENJOY THIS SUMMER





Made by Lydka Horváthová, VIII. B

Je melón ovocie?



- ☀ **Melón** je druh plodovej zeleniny patriacej do čeľade tekvicovité.
- ☀ Niekedy býva nesprávne považovaný za ovocie.
- ☀ Z botanického hľadiska je melón bobuľa.
- ☀ Vo svete sa pestuje mnoho druhov melónov s rozličným tvarom a farbou.

- ☀️ Obsahuje až 90% vody, keď ho zjete, nahrádzate vlastne vodu v pitnom režime.
- ☀️ Každým sústom tiež prijímate vitamín A, vitamíny skupiny B, vitamín C, zinok, draslík, železo, fosfor, magnézium, vápnik a jód.
- ☀️ Melón čistí krv, harmonizuje krvný tlak, pôsobí protizápalovo a melónové jadierka dokážu liečiť priedušky a horné dýchacie cesty.
- ☀️ Látky obsiahnuté v melóne patria medzi antioxidanty, ktoré ochraňujú naše telo pred rakovinou a ďalšími civilizačnými chorobami.
- ☀️ Najdrahší melón bol len pred pár mesiacmi predaný za neuveriteľných 4.000 eur! Volá sa Dansuke, vážil takmer 8 kilogramov a vzácny je najmä preto, že ho vypestovali na japonskom ostrove Hokkaido, kde ročne vyrastie len pár melónov. Bežne sa ceny melónov na tomto ostrove pohybujú od 30 do 180 eur.
- ☀️ Ak vás nudí guľatý tvar melónov a máte pocit, že by to chcelo nejakú zmenu, potešíme vás! V Brazílii začali pestovať kockové melóny! Letná zeleno-červená pochúťka jednoducho nemá tvar gule, ale pravidelnej kocky! Brazílski pestovatelia výhonky mladej rastlinky vložia do škatule, v ktorej melón rastie, a ktorá dosiahne želaný tvar zeleniny.



- ☀️ **Určite ste už niečo o melónovej diéte počuli. Leto je ideálnym obdobím kedy ju vyskúšať! Stačí si len naplánovať dva melónové dni v týždni a vydržať.**

- ☀️ Vďaka tomu si prečistíte obličky a z tela sa vám vyplavia všetky nečistoty. Črevám pomôže vláknina a prírodný cukor vám dodá energiu. Prečistí sa krv, zharmonizuje krvný tlak... Melónové jadierka dokážu preliečiť priedušky a horné dýchacie cesty.

