



ŠKOLA  
PODPORUJÍCÍ ZDRAVÍ



# Jaselský kurýř

ŠKOLNÍ  
ČASOPIS ROKU

1. místo  
v kategorii - střední školy v Jihoomoravském kraji 2018  
časopisu  
Jaselský kurýř

5/2024 - 60. vydání



# Obsah



Princ a princezna Brněnského Majálesu? .....	4
1. místo v soutěži první pomoci v Trenčíně .....	5
Nejinspirativnější středoškolský časopis 2023/2024 .....	12
Přehled nadcházejících školních akcí na měsíc květen .....	13
Věznice Kuřim – nabídka zaměstnání .....	14
Na oběd s Honzou – pozvánka do jídelny Grohova .....	16
Literární ohénko .....	18
Tajemství komunikace ve skautském oddíle – 1. část .....	21
Mezinárodní mistrovství Slovenska v plavání Masters .....	26
Tatranské štíty .....	27
Sociální síť .....	31
Úvahy o praxi .....	33
Exkurze Praha .....	34
Zajímavý koníček – Kondiční plavání .....	42
Můj nejzajímavější sportovní zážitek .....	44
Kdo mě přivedl ke sportu .....	45
Já a sport .....	46
Já a výživa .....	47
Nail Art .....	48
Jak zvládnout přechod ze střední školy do pracovního prostředí .....	52
Recepty s AI – domácí pizza se šunkou .....	54

Medailonky sportovců – Michael Jordan.....	56
Tipy na filmy a seriály.....	62
Tipy na (ne)povinnou četbu.....	63
Tipy na zajímavé aplikace.....	64
Hantec kolem nás – O perníkové chaloupce .....	65
Ostravské okénko.....	67
Tajemné předměty .....	68
Rébus.....	70
Vtipy pro lepší den.....	71
Křížovka.....	72
Zpátky do autoškoly .....	74
Poznej svého učitele.....	75
Mazlíček Vašeho učitele (Mgr. Dominika Babáková).....	77
Kronika školy aneb co se událo ve škole za měsíc duben.....	81
Kde nás najdete? .....	109





## Princezna Adel



### Motto:

Mej mind set jako by nebylo zitra, žij život naplno a uzivej si kazde sekundy!

Čauky jsem Adéla studuji na SZŠ Jaselská v Brně, praktickou sestru. Užívám si život dokud to jde. Ráda se bavím v klubu i kdekoliv jinde a dokážu to vždy pořádně rozjet.

### Proč bych se měla stát princeznou Majálesu 2024?

Protože jsem klubový tip a rada jsem na takových akci kde je super zabava a uzasnej vibe (a taky protoze potkam spoustu novych lidi). Majales je pro me hodně blízky a proto do toho jdu na 110%

### Podpoř mě svým hlasem ♥



nezapomeň potvrdit hlas na emailu!

## Princ HONZA



### Motto:

Nikdy se nevzdávej a dokážeš to!

Ahoj, jmenuju se Honza a volný čas věnuji převážně svým koníčkům, jako jsou hasiči a adrenalinové sporty.

### Proč bych se měl stát princem Majálesu 2024?

Toto je dost specifická otázka, na kterou nelze odpovědět jednoznačně, ale dá se shrnout do pár důležitých bodů...

- jsem společenská osobnost
- rád poznávám nové lidi
- prožívám život naplno, dokud to jde

### Podpoř mě svým hlasem ♥



nezapomeň potvrdit hlas na emailu!



## 1. místo v soutěži první pomoci v Trenčíně



### VI. ročník regionálního kola soutěže v poskytování první pomoci SZŠ

Dne 25. dubna 2024 se žáci naší školy Daniel Kalousek, Jakub Momirov a Patrik Urik zúčastnili Regionální soutěže poskytování první pomoci na Slovensku v Trenčíně pro střední zdravotnické školy. Jako trenér a učitelka první pomoci jsem měla možnost žáky na soutěži doprovázet.



Společně s námi cestovala Mgr. Martina Cahová, vedoucí metodického sdružení ošetřovatelství, která je navázala spolupráci s metodickým sdružením zdravotnické školy v Trenčíně.

Soutěž probíhala v terénu i v prostorách zdravotnické školy Celestíny Šimůrkové ve městě Trenčíně, který má 54 940 obyvatel.

Před samotnou soutěží, která je velmi prestižní, si soutěžící vylosovali pořadí a také doprovázející učitelé stanoviště, kde působili jako rozhodčí. Regionální soutěž na Slovensku je koncipována jako třetí kolo soutěží školních. Žáci zdravotnických škol prochází školním kolem, krajskými koly a z kol krajských vítězové postupují do regionální soutěže. Každým rokem soutěž připravuje ta škola, jejichž žáci vyhráli soutěž regionální. Z regionálních kol pak první týmy soutěží v celonárodním kole.

V regionální soutěži bylo jedenáct stanovišť a jedenáct týmů. Soutěž byla velmi náročná. Hoši zasahovali v restauraci, u autonehody, na břehu Váhu u přestřelky pašeráckých gangů, ale také v ordinaci zubaře nebo v kadeřnictví.

Modelová situace u Váhu byla opravdu těžká, jednalo se o hromadné neštěstí. Po dobu celé situace probíhala střelba a do modelovky byli vtaženi profesionální hasiči, vojáci i vodní záchranná služba. Organizátoři se snažili vyprovokovat soutěžící, aby vběhli do lesa, ze kterého se ozývala střelba. Jediný velitel ze všech soutěžních družstev, náš Dan Kalousek, svůj tým neohrozil a do lesa spolužáky nepustil.

Abych Vám dokreslila situaci, jak výše uvedená modelová situace byla náročná, tak Vám jen řeknu, že někteří účastníci po skončení plnění úkolu plakali a někteří do této modelovky ani nenastoupili.

V modelové situaci v kadeřnictví museli chlapci pracovat jen ve dvou, protože velitele týmu vyslali organizátoři hledat signál pro dovolání se záchranky. Dan běžel labyrintem přes silnici do druhé budovy, kde sídlil dispečink. Jak se Dan vrátil s instrukcemi, musel opakovaně vyběhnout. Kuba s Patrikem si tak museli sami poradit s ženou s masivním krvácením, s ženou s anafylaktickým šokem i s hysterickou dívčinou.

Objektivita celé soutěže je prioritou a tak, když Váš soutěžní tým dorazí na stanoviště, kde působíte, musíte odstoupit ani nesmíte fotit a hodnotit. Musím se přiznat, že bych toho ani nebyla schopna. Svým svěřencům jsem nejen fandila, ale také jsem byla dojatá, jak situaci vzorně zvládali, dokázali se velmi rychle v nepřehledné situaci zorientovat, komunikovali s postiženými laskavě a chytře, dávali pozor na detaily. Přestože pár chyb udělali, byla jsem na ně pyšná, ze soutěžních družstev, která jsme mohla vidět, byli nejlepší.

Hoši, ale byli rozladěni, ne všechna stanoviště se jim podařila zvládnout, jak si představovali. Také prý testy zdatnosti nedopadnou nejlíp...

Do lepší nálady mne dostal až hlavní garant soutěže, záchranář a autor mnohých knih o první pomoci MUDr. Nagy, který mi řekl, že, když chlapce viděl při zásahu u havárky, musí jít s nimi na další stanoviště, protože pracují lépe než kterýkoliv z jeho podřízených. Nejen pan doktor, ale také dispečerka ZZS Trenčín mi přišla projevit uznání a další záchranáři a kolegové pedagogové.

Přesto, že jsme do poslední minuty před vyhlášením nic nevěděli a Dan, Patrik a Kuba měli smíšené pocity, tak jsme byli všichni plní pěkných dojmů a zážitků.

Vyhlášení výsledků soutěže proběhlo ve škole, mysleli jsme si, že se ho ani nezúčastníme, jel nám totiž vlak. Paní ředitelka školy, PhDr. Eva Červenňáková, PhD., když jsme se šli za ní loučit, tak nás neustále zdržovala a měli jsme pocit, že snad dokonce se tváří naštvaně. Byla to však jen hra. Vy už asi tušíte proč.

Naše družstvo obsadilo fantastické první místo. Krásný pohár, diplomy a medaile pro nás pak rozdávala s velkým obdivem a laskavostí. Dokonce uznala, že žáci ze Slovenska se mohou od našich chlapců mnohé učit.

Dovolte mi na závěr poděkovat nejen naší paní ředitelce PhDr. Zuzaně Číkové, která nás na Slovensko vyslala a v našich aktivitách podporuje, ale také všem, kteří se mnou Dana, Patrika a Kubu vzděláváte a vychováváte. Dosažený výsledek patří také Vám.

Zapsala: Mgr. Dominika Babáková



















[Další fotky naleznete zde](#)



Jako každý rok jsme se s našimi školními novinami přihlásili do soutěže o Nejinspirativnější středoškolský časopis za školní rok 2023/2024, kterou pořádá Odborový svaz novinářů a pracovníků médií České republiky. Letos proběhl už 15. ročník této soutěže. V těžké konkurenci jsme se umístili na krásném třetím místě ze všech školních novin z celé České republiky.

## Nejinspirativnější časopis roku – 2023

1. místo:

GLOSSARIUM – Wichterlovo gymnázium, p. o., Ostrava-Poruba

2. místo:

Školník – Gymnázium, Mladá Boleslav

3. místo:

Jaselský Kurýr – Střední zdravotnická škola Brno, Jaselská, p. o.

GYBONOVINY – Gymnázium Boženy Němcové, Hradec Králové

## Nejkrásnější středoškolská poezie

1. místo: Netušilová Jana – RESTART, Masarykovo gymnázium, Příbor

2. místo: Pešová Magdalena – RESTART, Masarykovo gymnázium, Příbor

3. místo: Veškrnová Eliška – ŠKOLNÍK, Gymnázium Mladá Boleslav

## Zvláštní cena poroty

Jenda Šipka – TRUŇK, Gymnázium Uherské Hradiště

## Nejinspirativnější středoškolský časopis 2023/2024

finalisté soutěže bez dalšího pořadí

BEZEVŠEHO – SOŠ mediální grafiky a polygrafie – Rumburk

ECHO – Střední průmyslová a umělecká škola, příspěvková organizace, Hodonín

Facír – Česká lesnická akademie – Trutnov

GYM – Gymnázium v Třeboni

Gymtan – Gymnázium – Tanvald

TRUŇK – Gymnázium Uherské Hradiště

[Další informace naleznete zde](#)

# LET'S SWAP

## SBĚR OBLEČENÍ a SWAPOVÁNÍ



MÁTE DOMA OBLEČENÍ, KTERÉ UŽ NEVYNOSÍTE A  
NEVÍTE, CO S TÍM?

**MY VÁM POMŮŽEME**

### SBĚR OBLEČENÍ

27. 5. - 31. 5. 2024

10:20 - 10:40

V suterénu školy

### SWAPOVÁNÍ OBLEČENÍ

24. 6. 2024

V tělocvičně školy

Z oblečení, které jsme nastřádali si budete moci  
odnést, co budete chtít







# VĚZNICE KUŘIM

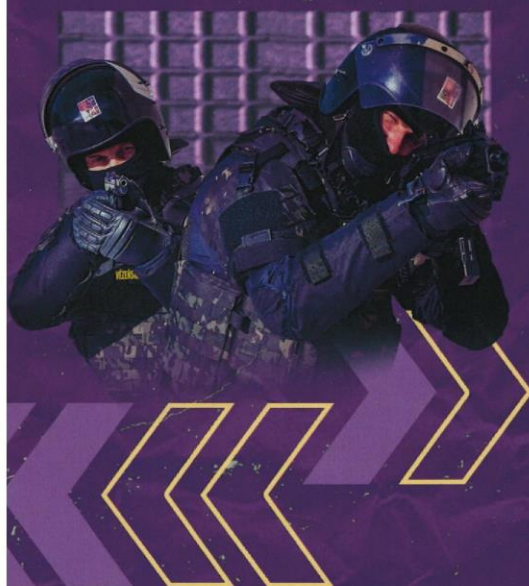
## NABÍRÁ NOVÉ PŘÍSLUŠNÍKY

### MÁŠ NA TO?

- Středoškolské vzdělání s maturitou
- Státní občanství ČR, trestní bezúhonnost
- Osobnostní, fyzická a zdravotní způsobilost

### CO ZA TO?

- Služební příjem od **37 300 Kč**
- Náborový příspěvek **100 000 Kč**
- Služba **37,5** hodin v týdnu
- Příspěvek na stravu a rekreaci **11 000 Kč**
- Bezplatné využití posilovny
- Dovolená **6** týdnů ročně
- Po 15 letech služby navíc 14denní ozdravný pobyt každý rok
- Při skončení služebního poměru po 6 letech nárok na odchodné
- Při skončení po 15 letech služby až do důchodu nárok na výsluhový příspěvek



# DRŽTE S NÁMI BASU

### KONTAKT

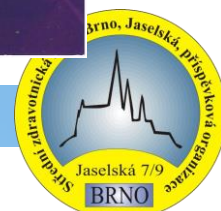
Životopisy zasílejte na **personální oddělení**  
Věznice Kuřim.

✉ [mdygas@vez.kur.justice.cz](mailto:mdygas@vez.kur.justice.cz)

☎ 541 555 210 / 541 555 211



Více informací na [nabor.vscr.cz](http://nabor.vscr.cz)





## Chceš práci při studiu a životní výzvu?

Věznice Kuřim hledá

# VYCHOVATELE

předpokládaný nástup od 1. května 2024 nebo dle dohody

- Co za to? od **29.790,-** Kč do **40.770,-** Kč podle přiznané praxe
- Máš na to? Minimálně vyšší odborné vzdělání, požadujeme bezúhonnost a čistý trestní rejstřík; hledáme pozitivního, zodpovědného a zároveň kreativního jedince, s dobrým zdravotním a psychickým stavem.
- Nabízíme: Možnost skloubení práce a distančního studia VŠ; práce v mužské věznici; platová třída 10 dle NV č. 341/2017 Sb.; platový stupeň dle započtené praxe; **30** dnů dovolené a **5** dnů indispozičního volna; bezplatné využití posilovny; příspěvek na stravu či důchod **9.000,-** Kč ročně; stabilní a perspektivní zaměstnání; pravidelná valorizace platu; rekreační zařízení MSp; VIP programy Datart, Generali ČP pojišťovna, CK Alexandria, O<sub>2</sub>.

**Životopisy zasílejte na personální oddělení Věznice Kuřim**

e-mail: [mdygas@vez.kur.justice.cz](mailto:mdygas@vez.kur.justice.cz)

informace: tel. **541 555 210** a **541 555 211**





Kuře na paprice s těstovinami a dvěma polévkami



Vepřový plátek s rýží a jednou polévkou





Kuřecí plátek s rýží, dvěma polévkami a sladkou tečkou



Pečené kachni prsa se zelím, knedlíkem a dvěma polévkami



Uzené maso s knedlíkem a křenovou omáčkou a dvěma polévkami



V měsíci únoru 2024 byly zveřejněny výsledky školního kola již 24. ročníku Literární soutěže. Nyní čtenářům školního časopisu předkládáme autentické vítězné příspěvky našich žáků (bez jakékoli korekce), které vybrala porota složená z vyučujících českého jazyka a literatury. V některém následujícím čísle Vám budou představeny příspěvky, které ohodnotila porota žakovská.

### Žakovská porota z 2D:

žáci Veronika Vrabcová, František Bíza, Sabina Holubová, Anna Francová

### Učitelská porota:

B. Baláková, R. Dvořáková, L. Opravilová

### Soutěžící si mohli vybrat ze tří témat:

1. „Kdyby věci mohly vyprávět“ (vypravování)
2. „Nečekané setkání“ (mikropovídka)
3. „Muži jsou z Marsu, ženy z Venuše“ (úvaha)

### Ocenění učitelské poroty:

1. místo: žákyně Alexandra Dlouhá (4L), téma č. 1
2. místo: žákyně Markéta Havlíčková (2A), téma č. 1
3. místo: žákyně Tereza Menšíková (4L), téma č. 2

### Ocenění žakovské poroty

Cena sympatie: Klára Vlachová (2La), téma č. 1

Cena sympatie: Simona Buchtová (4C), téma č. 1



### 3. místo – Nečekané setkání (Tereza Menšíková)

Pokaždé se v nich odehrávalo to samé. Byla jsem sama v jakémsi lese, okolo mě nebylo nic jiného než jehličnany, zužující šero a podivná světýlka tvořící jakoby cestičku k něčemu, co vypadalo jako brána. Předtím jsem jim nedávala příliš velkou pozornost, ale jakmile začaly být frekventovanější, začala jsem hledat různé snáře, abych se dozvěděla, co to může znamenat. Vysvětlení ale nikde. Neměla jsem ani možnost někomu říct o mých vizích, protože má rodina mě opustila, když jsem byla ještě batole a kamarády jsem kvůli přílišné uzavřenosti neměla. Nezbyvalo nic jiného, než sedět v routě a přemýšlet. Už se to stalo rutinou, každý den po škole jsem si sedla sama s mými myšlenkami a snažila se bezmocně přijít na to, co se mi mé sny snaží naznačit. Nedalo se ale říct, že bych se někam posouvala, spíše naopak. Ponořovalo mě to čím dál tím víc do hlubin samoty a smutku. Bylo mi to ale jedno, protože všechno tohle jsem zažívala pořád. Stále jsem ale měla malý hlásek vzadu v hlavě, který mi říkal, že ty sny musí něco znamenat. Začala jsem být posedlá tím na to konečně přijít, protože nic jiného mé dny nedoprovázelo. Dokonce se mi i vloudila myšlenka, že svět, ve kterém teď žiji, není pro mě, že mám místo na jiném světě. Možná se ze mě pomalu stával úplný blázen, ale bylo mi to jedno, protože tato myšlenka mě držela při životě alespoň o trochu více.

Blížily se mé narozeniny, už za den jsem měla oslavit osmnáctiny. Třeba se všechno v ten den zlomí, napadlo mou posedlou mysl. Jak blízko pravdě to bylo, jsem ani nemohla tušit. V noci se mi zdálo opět to samé, ale teď se to stupňovalo, přidal se slabý hlas, který mě jako by volal. „Vstaň a pojď za námi,“ říkal mi. Odolávala jsem mu, ale nakonec mě zlomil. Probudil mě pocit, že musím jít, nevěděla jsem kam ani jak, ale mé nohy jako by věděly všechno. Vedly mě za tím hláskem, vedly mě víc a víc do hlubin noci až mě dovedly do lesa. O tom lese mi nikdo nikdy neříkal, ale vypadal úplně stejně jako ten z mých snů. Po chvíli chůze se zde objevila i ta známá světýlka. Ukazovala cestu, tak jsem za nimi bezmyšlenkovitě šla. Na konci oné cesty stály dva stromy porostlé psím vínem a ohnuté do tvaru brány. U nich se opět objevily hlasy, teď už o dost hlasitější, ale stále jako by šeptaly. „Pojď za námi, projdi bránou,“ lákaly mě a já šla. Rozhrnula jsem psí víno a prošla mezi stromy. Na druhé straně mě čekalo něco neuvěřitelného, něco, co bych nikdy nečekala.

Nevěřila jsem vlastním očím, promnula si je a nestačila jsem se divit. Byla jsem stále v lese, ale tento byl plný světla, barevných květin a zpěvu ptáků. Pocit, který můj údiv doprovázel, byl neskutečně příjemný. Poprvé po 18 letech jsem měla pocit, že někam patřím. Mé oči stále nevěděly, kam se dříve dívat. Kochání těmi všemi vjemy však zastavil známý hlas, teď už ale našeptal. Podívala jsem se kolem sebe a hledala, odkud přichází, jeho původce jsem však našla až poté, co jsem sklonila zrak dolů. U nohou mi stála malá dívenka se špičatými ušima. Milým hláskem na mě promluvila. „Už tě tu očekáváme,“ řekla. Nevěřicně jsem na ni zírala. Z mého zmateného pohledu nejspíše poznala, že vůbec netuším, o čem mluví. „Jmenuji se Eleanora,“ sdělila a pak už jen chytla mou ruku a bez dalších slov mě vedla po jakési květinové

cestě. Nohy nás dovedly až před majestátní zámek, který vypadal skoro jako z pohádky. Jakmile jsme vstoupily před pozlacenou bránu, pustila mou ruku a jen řekla, „pojď za mnou a neboj, všechno se dozvíš.“ Následovala jsem ji tedy. Vešly jsme dovnitř do zámku a před očima se mi objevila taková neskutečná krása, že se mi ani nechtělo věřit, že to není jen pouhý sen. Po chvíli chůze se dívenka zastavila a sdělila mi, že teď už musím jít sama. Neměla jsem tušení kam a jak, ale mé tělo jako by vědělo vše. Po pár minutách jsem se ocitla v obrovském sále. V tomto sále stálo nespočet lidí, kteří však nevypadali jako lidé, na které jsem byla zvyklá. Vypadali totiž až zvláště magicky. Jakmile si mě všimli, utvořili uličku a dívali se na mě šťastnými pohledy. Netušila jsem vůbec proč, však jsem jen obyčejná osamělá holka. „Proč jsou tak šťastní, že mě vidí,“ přemýšlela jsem. Z tohoto zamyšlení mě vytrhla žena, která ke mně přicházela. Nejprve mě silně objala a poté mi sdělila, že už se na mě nemohli dočkat. Po objetí vzala mou ruku a dovedla mé zmatené tělo k obrovskému kulatému stolu. Tam si mě posadila a začala vše vysvětlovat. Dozvěděla jsem se, že nejsem vůbec obyčejná. To mě zaskočilo. Ale ještě více mě překvapil fakt, že jsem poslední z kouzelnického rodu a mám v sobě neskutečnou moc. Na další informaci mě ale nikdo nemohl připravit. Ta žena, která mě vedla ke stolu, byla totiž moje matka. Jmenovala se Elizabeth a byla vládkyní kouzelnického světa. Po vyslechnutí té skutečnosti mi vytryskly slzy z očí. Byly to ale slzy radosti. I když byla má hlava plná otázek, nemohla jsem se přestat radovat. Plná nadšení jsem ji objala a stále se slzami v očích jsem se nejistě zeptala, jak je možné, že je moje matka, když pocházím úplně z jiného světa. Na tento dotaz mi ale jen řekla, že mě museli někde schovat před zlým černokněžníkem, který zužuje jejich svět. „Teď jsi ale dospělá a my věříme, že ho dokážeš právě ty porazit.“ „Ale jak, však nemám mé schopnosti vůbec vycvičené,“ zeptala jsem se. Uklidňovala mě tím, že sílu mám v sobě a vše mě naučí. Měla jsem pocit, že porazit onoho černokněžníka je mé poslání, a proto jsem byla připravena udělat cokoli, abych byla schopna tohoto velkého úkonu.

Uběhlo několik měsíců a já se za ně nejen sblížila s matkou, poznala všechna kouzelná stvoření v této zemi a díky náročnému tréninku se ve mě opravdu probudila ona síla, o níž má matka mluvila. Dokázala jsem nejrůznější kouzla, která nikdo přede mnou nezvládl. Dokonce jsem si zde zvládla ochočit hipogryfa, stvoření s tělem koně a hlavou orla. Jmenoval se Elpis a stal se mým věrným partnerem. Byla jsem však připravena čelit černokněžníkovi? Měla jsem dostatek síly ho porazit? To nikdo zatím vůbec nevěděl...





## Úvod

Vzhledem k tomu, že již několik let působím jako skautský vedoucí v chlapeckém oddíle, kterým jsem si sám prošel, tak už několik let pozoruji chování a způsoby komunikace ať už mezi jednotlivými členy, tak i mezi různými skupinami, které si děti přirozeně tvoří.

## Organizace skautingu

Hned ze začátku bych rád uvedl několik pojmů, se kterými se v mé práci budete velmi často setkávat. Jsou to pojmy charakteristické pro skauting a tvoří tak unikátní komunikační prostředek. Dalo by se říci, že naše výrazy jsou profesním slangem, se kterým se v jiných zájmových kroužcích nepotkáte. Prvním z těchto pojmů je „skaut“. Přesněji Junák – český skaut, je nezisková mládežnická organizace, zabývající se výchovou kluků i holek jakéhokoliv věku. Cílem skautingu je naučit děti slušnému chování, naučit je všemožné praktické činnosti ale i se dobře bavit, tudíž hry jsou ve skautu na každodenním pořádku. Dalším důležitým pojmem je středisko. Středisko je jednotka, která sdružuje několik oddílů. Pro zajímavost středisko, ve kterém působím já, se jmenuje středisko Vrbovec, a je jedním z největších středisek v Jihomoravském kraji, a čítá přes 400 členů. Každé středisko se poté dělí na jednotlivé oddíly. Oddíl je výchovná jednotka, jejímž úkolem je organizace samotných dětí. Oddíl se potom dělí podle věkových kategorií na benjamínky/žabičky, vlčata/světlušky a skauty/skautky, rovery/rangers, vedoucí a oldskauty. Benjamínci/žabičky je věková skupina holek a kluků ve věku 5–7 let. Vlčata/světlušky jsou holky a kluci ve věku 8–10 let. Skauti/skautky jsou děti ve věku 11–14 let. Další věkovou skupinou jsou roveři/rangers, což jsou děti ve věku 15+. Stejně věkové rozpětí je i u vedoucích. Maximální rok vedoucích není omezen, ale nejčastěji jsou vedoucí vedoucími do ukončení vysokoškolského studia. Skauting je ale pro všechny, a tak nezapomíná ani na členy, kteří již mají vlastní rodinu. Této věkové kategorii říkáme ve skautingu oldskauti. Jsou to již neaktivní vedoucí. Oddíl, jehož členem jsem již 10 let, je čistě klučičí, znamená to tedy, že se věnujeme pouze věkovým kategoriím vlčata, skauti, roveři, vedoucí a oldskauti. Postupně bych vám chtěl sdělit výsledky mého zkoumání komunikace v jednotlivých věkových kategoriích, kterými jsem si prošel či právě procházím.

## Vlčata

Nejprve bych začal věkovou kategorií vlčata. V tomto věku, kdy kluci také nastupují do 1. třídy na základní škole, je to další ze zkoušek nového kolektivu. Ve stejném období se setkávají s novými kolektivy jak ve škole, tak i v jiných zájmových kroužcích. Je opravdu zajímavé pozorovat různé návyky jednotlivých členů. Některým nedělá žádný problém si začít povídat

prakticky o čemkoliv s kýmkoliv, jiní mají problém se třeba zeptat, kde se nachází toaleta. My se ve skautingu snažíme prolomit tyto jednotlivé bariéry a vytvořit ze všech členů fungující skupinu. Důležité je říct, že skautští vedoucí k tomu nemáme žádné odborné vzdělání, tj. nějakou střední nebo dokonce vysokou školu. Při vytváření programu se řídíme vlastními zkušenostmi z her, které jsme my hráli v dětském věku nebo zkušeností ze vzdělávacích kurzů. Ty však nejsou povinné a jejich kapacita napříč celou republikou je nedostatečná. Na těchto kurzech přednášejí skauti skautům. Žádný přednášející za to není zaplacen, a všichni to dělají pouze ze své dobré vůle. Právě tyto kurzy nás naučí „teorii“ v práci s dětmi, a to včetně psychologie dítěte. První z programů na schůzce vlčat, kde většina členů jsou naprostí nováčci, jsou právě „ice break“ programy. Je důležité tyto programy začlenit hned na začátek schůzky, právě proto, aby se kluci později nebáli mezi sebou komunikovat. Příklad takového programu je například lidské pexeso. Jednoduchý program, během kterého si děti vylosují kartičku, na které bude obrázek zvířete. V balíčku budou od každého zvířete vždy 2 stejné kartičky. Úkolem dětí potom je vydávat pouze zvuk zvířete, který mají na kartičce. Takto chodí po vymezeném poli a snaží se najít druhého se stejnou kartičkou. V momentě, kdy každé dítě najde svoji dvojici, jdou si stoupnout bokem, aby bylo zřetelně poznat, kdo už svoji dvojici našel a kdo ještě ne. Tato hra je skvělá v tom, že děti mezi sebou nebudou komunikovat slovy, což pro ně může být náročnější, ale budou mezi sebou komunikovat zvířecími zvuky. Tudíž to nebude tak osobní. Většina programu i během roku, by měla být založena právě na komunikaci mezi sebou a v pozdějším stádiu i na spolupráci. Mimo jiné je však potřeba mezi programy zařazovat i vzdělávací programy, kde se spojí příjemné s užitečným, kde si děti během programu zahrají nějakou hru a zároveň se i naučí něco nového, co doposud neuměli nebo neznali. Příkladem může být naprosto jednoduchá hra, kde je úkolem dětí dostat se z bodu A do bodu B s tím, že jeden ze skupiny je indisponován chodit, a tak jej musí skupina nést. Tento program v dětech rozvine jak schopnost komunikace, tak i spolupráce v týmu. Když během této cesty budou plnit ještě nějaké úkoly, můžou se takto obohatit o důležité informace. Pro jednodušší práci s dětmi my ve skautingu využíváme práci v menších skupinkách neboli „družinách“. Skautská družina je skupina dětí o zhruba osmi členech. Tato metoda nám umožňuje individuální práci s dětmi, a také větší přehled o případných indispozicích jednotlivých členů. Právě tyto družiny jsou skvělým příkladem pro dokázání důležitosti komunikace. Každý člen družiny má svoji roli, která přispívá k hladkému chodu družiny. Zároveň tyto role mají i psychický vliv na vývoj dítěte. Příkladem rolí může být kronikář, zdravotník, kuchař nebo třeba Hurej, jehož úkolem je svolávat celou družinu, aby všichni její členové byli včas na správném místě. Spolupráce, kamarádství, zážitky, o tomto všem je skauting, a právě k tomu je nesmírně důležitá komunikace. Bohužel ne vždy je vše růžové, a i ve družinách může často dojít ke konfliktům. Snažíme se těmto konfliktům co nejvíce předcházet a v případě, že k nějakému konfliktu dojde, je potřeba ho okamžitě vyřešit. Drobné



konflikty jako je například hádka o to, kdo koho předběhl ve frontě, jsou na denním pořádku, ale bohužel nastávají i více závažné konflikty, které často mají dost blízko k šikaně. Skautovat může každý, proto není výjimkou, že se v jednom oddílu případně i v jedné družině vyskytne tento jev. Nejčastěji se s tím však setkáváme u vyšší kategorii skautů. U vlčat se z větší části právě jedná spíše o ty drobné konflikty, vzhledem k tomu, že se kluci v tomto věku ještě nevyvíjí natolik, aby byly jejich přirozené rozdíly tak moc pozorovány. I malé konflikty u vlčat se snažíme řešit v první řadě domluvou. Nejspolehlivější metodou, která se mně samotnému osvědčila je vzít si všechny účastníky konfliktu někam stranou, a tam se s nimi pobavit o tom, co se stalo. Mým úkolem není nutně určit viníka, ale mým úkolem je, aby se situace již znovu neopakovala. Proto se s účastníky konfliktu snažím najít společnou cestu, jak v budoucnu stejnému konfliktu předejít. V případě že bych určil, kdo je viníkem, ztratil bych tak jistou důvěru, což by mně jakožto vedoucímu určitě nepomohlo. Mým hlavním úkolem je, aby se členové mezi sebou měli rádi a nedělali si naschvály, tomu jde podle mě tento typ řešení konfliktu velmi naproti. Komunikace dětí navzájem je v tomto věku charakteristická spíše neverbálními projevy. Podle mě je to určeno právě tím, že děti se v tomto věku často bojí zeptat, a tudíž gestikulace a celkově neverbální komunikace jim tímto velmi pomáhá. Obdobné to je i s komunikací s vedoucími. Dalším charakteristickým znakem komunikace je fyzický kontakt. Děti jsou často z domů zvyklé na objímání od rodičů a ostatních rodinných příslušníků, tudíž je potřeba je podpořit i v tomto ohledu. Typický příklad může nastat na letním táboře, kdy jsou děti často poprvé sami bez rodičů, tudíž se jim hodně stýská. V tento moment nejvíce pomůže si s dětmi osobně promluvit, co je trápí, a pokud sami chtějí, dát jim ten pocit fyzického bezpečí právě třeba obejmutím. Vedoucí často používají neverbální komunikaci i při komunikaci s dětmi, aby se naladili na stejný styl komunikace. Obrovskou pomůckou nám v tomto ohledu je symbolický rámeček. Symbolický rámeček je zjednodušeně řečeno příběh, který propojíme s programem. Symbolickým rámečkem může být pohádka, film, seriál, písnička, zkratka cokoliv, kde je nějaký děj. Symbolický rámeček se využívá napříč všemi výchovnými kategoriemi.

### Skauti

Další věkovou kategorií, která ve skautingu je, jsou skauti/skautky. Kluci a holky ve věku 2–15 let. Princip Družin je u této věkové kategorie stejný jako u vlčat, velký rozdíl ale nastává v oblasti vývoje. Vzhledem k tomu, že právě v tomto věku začíná u dětí puberta, rozdělují se nejenom jejich názory, ale i postoje a přístupy, a to ke všemu. Komunikace v tomto věku je jedna z nejdůležitějších složek výchovy. Nejen komunikace mezi jednotlivými členy, družiny, ale i mezi vedoucími a dětmi. Právě v tomto věku se děti často poprvé setkávají s návykovými látkami, jako jsou cigarety, elektronické cigarety nebo třeba alkohol. Právě toto je jedno z témat, kde se snažíme dětem vysvětlit, co všechno jim tyto návykové látky mohou v jejich věku způsobit. Je více než důležitá důvěra mezi členem a vedoucími. Jako příklad uvedu jeden z programů, který jsme v rámci prevence uskutečnili na letním táboře v roce 2023. V rámci

tohoto programu jsme s kluky probírali právě tuto problematiku. Byla nutnost udržet co největší komfort, proto jsme to se skauty probírali pouze v tom nejbližším kruhu s vedoucími, ke kterým mají největší důvěru. Pro zajímavost z výsledků vyšlo, že 16 skautů ve věku 12–15 let, se skoro všichni již s alkoholem setkali, zhruba třetina skautů alkohol požili více než jednou, a 5 z 16 vyzkoušelo jinou návykovou látku jako například kratom nebo elektrické cigarety. Komunikace s kluky je v tomto věku složitější, a proto diskutovat o takovém tématu není jednoduché. Vedoucí musí zastávat hned několik rolí, jako je například autorita, vzor, rodič, ale také kamarád. Tyto role se ale velmi často rozcházejí v přístupu, jakým s dětmi komunikují. V tomto věku se také ve skupině rýsují silní, dominantní jedinci, ale také i ti slabší. Vymýšlet program tak, aby si ho všichni skauti užili a zároveň měl nějakou přidanou hodnotu, není jednoduché. Obrovským pomocníkem nám v tomto ohledu je zpětná vazba, což je další z mnoha způsobů, jak mezi sebou děti a vedoucí komunikují. Jsou hned dva způsoby, jak od dětí můžeme zpětnou vazbu získat. Prvním způsobem je sledování dětí při samotném programu. Už to nám může mnohdy říci, jak moc je daný program baví. Emoce, prožívání, nadšení do hry, soutěživost, to vše můžeme během programu pozorovat. Druhým a častým způsobem je provádění zpětné vazby po programu. Stačí pár jednoduchých otázek, jako třeba, co konkrétního vás na programu bavilo nebo jestli by chtěli program někdy zopakovat. Tato zpětná vazba je pro nás nepředstavitelně důležitá při dalším plánování programů. Kluci ve družinách tráví spoustu času, ať už na samotných schůzkách, tak i na některých akcích, ale hlavně na táboře, kde spí celá družina v jednom teepee stanu. Proto je komunikace mezi jednotlivými členy tak důležitá, a snažíme se tomu i přizpůsobovat program. Právě proto, že spolu kluci tráví tolik času, není výjimkou, že dojde k nějakému konfliktu. Příkladem bych uvedl svoji vlastní zkušenost. Když jsem byl ještě člen, zhruba v roce 2018 jsem se svým dobrým kamarádem byl v jedné družině, takže během tábora i v jednom teepee stanu. První týden tábora byl v pořádku, komunikace a spolupráce mezi námi fungovala tak, jak by měla. Postupem druhého týdne jsme si lidově řečeno „začali lézt na nervy“. Byl to krásný případ ponorkové nemoci, kdy jsme spolu trávili až moc času. Nejvíce se to projevilo u závěrečné celodenní hry, kdy jsme museli spolupracovat nejvíce a byla to vlastně taková zkouška toho, jak moc jsme se během celého roku naučili spolupracovat. Jenže v tom byl ten problém, my dva, v té době vedoucí družiny, jsme zbrojili proti sobě a naše názory se rozcházely, ať už se jednalo o cokoli. Díky této naší rozepři naše družina nevyhrála celoroční hru a celá družina byla zklamaná. Hned o rok později se opakoval podobný scénář. To už jsme si ale dali pozor, aby naše rozepře neovlivnila výsledek celé družiny. Toto je jen jeden z případů, který jsem osobně prožil, ale takových rozepří je bohužel během roku spousta. Už jsem to tady několikrát zmiňoval, ale proto se snažíme všechny programy směřovat tak, abychom těmto problémům předešli nebo je alespoň minimalizovali. Další případ, ve kterém nebyla dostatečná komunikace, pochází z minulého roku, kdy jsem byl již vedoucí jedné družiny, a v této družině se vyskytl výchovný



problém „šikana“. Slovo šikana píše do uvozovek, protože si vlastně doteď nejsme jisti, jestli se jednalo přímo o samotnou šikanu. Problém spočíval v tom, že ve družině se nacházel člen, který trpí ADHD a jeho výchova je alternativní. Tyto faktory měly za příčinu změny chování. Konkrétně se jednalo o občasné nesmyslné komolení vět, mumlání, nebo i známky obsedantně kompulzivní poruchy. Díky tomuto, se tento člen stal častým terčem vtipů a narážek ostatních členů družiny. Na řešení situace jsme se podíleli s odborníkem, a došli jsme k závěru, že kluci si pouze snaží zvětšit popularitu v družině na jeho osobě. Ihned jsme zahájili preventivní opatření, aby k tomuto dále nedocházelo a upravili program speciálně pro tuto družinu. Odborník nám také doporučil vyzdvihnout silné vlastnosti nedoceňovaného člena družiny, abychom ostatním členům družiny ukázali, že je chytrý a mít jej v týmu je dobré pro úspěchy družiny. V podstatě stačilo pár programů, ve kterých byl zakomponován prvek šifry, ve kterých vynikal, a družina rázem poznala, že je důležitý člen týmu. Nyní je zhruba půl roku od události, a tento problém již nemáme. Byla to chyba v komunikaci mezi členy družiny a my jsme rádi, že jsme mohli družině ukázat, že ne každý komunikuje slovy, ale někdo komunikuje svými činy. Výchova dětí v tomto věku je sice těžká a často musíte být obrnění trpělivostí více než byste čekali, ale vidět na dětech nadšení do programu, úsměvy a ochotu spolupráce, to nám všem vedoucím stojí za to.

Pokračování příště...



Autor: Mgr. Peter Milčák

Dne 6. 4. a 7. 4. se otec a syn Milčákovi zúčastnili Mezinárodního majstrovstvá Slovenska v plavání Masters (IMCS) v Žilině za účasti 247 plavců z 8 krajín. Podařilo se mně vybojovat dvakrát třetí, jedno druhé a jedno první místo. Tato bol o niečo lepší ako já. Vybojoval dvě třetí, dvě druhé a tři první místa. Samozřejmě ve svých kategoriích...







O Velikonočních prázdninách jsem navštívil svůj rodný kraj pod Tatrami. Konečně jsem měl osm hodin bez dětí a užil jsem si krásu tatranských štítů z oblíbeného Slavkovského štítu. Nejkrásnější je na horách ta svoboda a pozitivní energie z čerstvého vzduchu.















Co nám dávají a co nám naopak berou?

Když se občas zamyslím nad tím, kolik volného času trávím na mobilu, zdá se to až neuvěřitelné. Po prohlédnutí aplikací na telefonu si uvědomuji, že minimálně polovinu dne strávím na sociálních sítích, ať už na Facebooku, Instagramu, Messengeru, Snapchatu a dalších. Občas se ptám sama sebe, kolik věcí bych za ten čas mohla stihnout. Podle studií studenti středních škol tráví na sociálních sítích alespoň 10 hodin týdně, což je opravdu hodně času, který bychom mohli využít lépe než sledováním toho, co se kde a jak stalo.

Dnešní společnost si podle mě už ani nedokáže představit život bez telefonu a obecně bez sociálních sítí. Dokonce i děti na prvním stupni škol mají Instagram a Facebook. Představa, že by se měli domluvit na venkovních aktivitách jinak než přes telefon, už téměř neexistuje. Osobně si pamatuji doby, kdy jsem byla malá, a musela jsem jít zazvonit na dveře, abych se zeptala, zda může kamarádka jít ven. Tehdy jsem neměla chytrý telefon, přes který bych si jednoduše mohla napsat.

Podle mého názoru nám sociální sítě velmi škodí. Na nich často vidíme nereálné věci. Vezměme si například Instagram, který má téměř každá dívka v mém věku. Víím, že lidé na sociálních sítích zveřejňují pouze to, co chtějí, aby ostatní viděli. Proč bych tam měla dávat fotku, na které vypadám špatně? Lidé tam sdílejí krásné fotky, dovolené, selfies a mnoho dalšího, ale za těmito snímky může být něco úplně jiného. V realitě si dovolenou nemusíme tolik užívat, můžeme být znechucení a otrávení, ale přesto musíme dát něco, co zaujme ostatní. Nebo fotka může být stará několik týdnů nebo dokonce let.

Problém spočívá v tom, že mladé dívky jsou velmi ovlivněny sociálními sítěmi. Sledují tam různé modelky a celebrity a snaží se s nimi konkurovat. Náhle chtějí mít úzký pas a dlouhé nohy, a začnou se tím zabývat. Některé začnou cvičit nadměrně, jiné přestanou jíst, nebo dokonce podstupují různé plastické operace. Všechno kvůli tomu, co vidí na sociálních sítích. Například na TikToku můžeme vidět videa s názvem „Co jsem dnes jedla“, která jsou sestříhaná s fotografiemi jídel. Je to podle mě nesmysl. Každý má jinou potřebu a jíst kvůli tomu, co jí někdo na TikToku, je naprosto absurdní.

Dalším problémem je seznamování. Naše babičky a rodiče neznaly život se sociálními sítěmi. Když se chtěli seznámit, museli jít ven, neměli možnost psát si zprávy. Dnešní mládež se seznamuje převážně přes sociální sítě. Dříve musel kluk přemýšlet, jak oslovit holku, vymýšlet různé způsoby a posílat dopisy nebo vzkazy na papírku, aby navázal kontakt.

Dnešní mládež už nemusí dělat vůbec nic. Stačí okomentovat nebo dát lajk na fotku. Psaní zpráv přes sociální sítě není zdaleka tak náročné, jako se někoho osobně zeptat na venkovní schůzku. Sociální sítě nám slouží také jako tržiště. Chcete něco koupit nebo naopak se něčeho zbavit? Stačí vyfotit věc, poslat ji na zeď a někdo se ozve. Otázkou však zůstává, zda taková věc skutečně vypadá, jak bylo popsáno. Mohlo by se stát, že si objednáte něco a ve skutečnosti to bude rozbité. S tím už ale bohužel není moc co dělat. Proto je důležité být opatrní při objednávání věcí, které jsme neviděli.

Sociální sítě mají široké pokrytí, což umožňuje provádět různé průzkumy a ankety, a také fungují jako efektivní prostředek pro reklamní kampaně. Nicméně bychom se měli naučit, kdy je vhodné je využívat, a kdy se raději soustředit na skutečný život. Každý by si měl být vědom toho, co o sobě na sociálních sítích sdílí.

Abych nezůstala jen u negativ, sociální sítě mají také své pozitivní stránky. Díky nim máme možnost spojit se s lidmi a přáteli, kteří žijí v jiných zemích, během několika vteřin. To bylo v minulosti nemožné. Na druhou stranu to však znamená, že dnešní mládež nemusí ven, protože mohou být v kontaktu kdekoliv a kdykoliv během dne. Některé páry se dokonce seznamují přes sociální sítě, což však občas přináší riziko, že osoba za obrazovkou není taková, jakou předstírá.





### Co mi praxe dala

Určitě mi dala jiný pohled na lidi. Když jsem měla jít ve druhém ročníku ve svých patnácti letech poprvé na praxi mezi staré lidi, nedokázala jsem si představit, co mě čeká. Teď už vím, že nejsme všichni stejní. Bylo mi zpočátku divné vstoupit mezi ty staré babičky a dědečky. Nyní jsem však ráda, když za nimi dojdu; oni se na mě těší, protože je posloucháme, často nám vyprávějí své životní příběhy, a já poté odcházím z praxe s pocitem, že jsem někomu udělala radost a možná i zpříjemnila den.

Dále mi praxe dala spoustu nových poznatků v oblasti zdravotnictví. Sledovat, jak se zdravotnictví neustále vyvíjí, a každý den se učit novým věcem, je to, co mě na té práci baví.

Praxe mi také poskytla spoustu nových kamarádek a díky ní jsem si k nim přirostla, protože jsme si vzájemnou oporou, jak psychickou, tak fyzickou.

Dala mi nový pohled na dnešní dobu, a troufám si říct, že díky práci, kterou dělám, kdy se pohybuji mezi nemocnými a starými, tak mám odlišnou představu o své budoucnosti než mé kamarádky.

### Co mi praxe vzala

Nevím, jestli k tomu něco vymyslím, protože jsem věděla už od začátku studia, co to obnáší. Možná tak mi vzala můj spánek, jelikož musím vstávat velmi brzo, abych stihla dojíždět. Vzala mi také stereotypní pohled na lidi se stejnou nemocí. I když mají dva pacienti stejnou nemoc, každý to nese jinak, a ke každému pacientovi musíme mít individuální přístup.



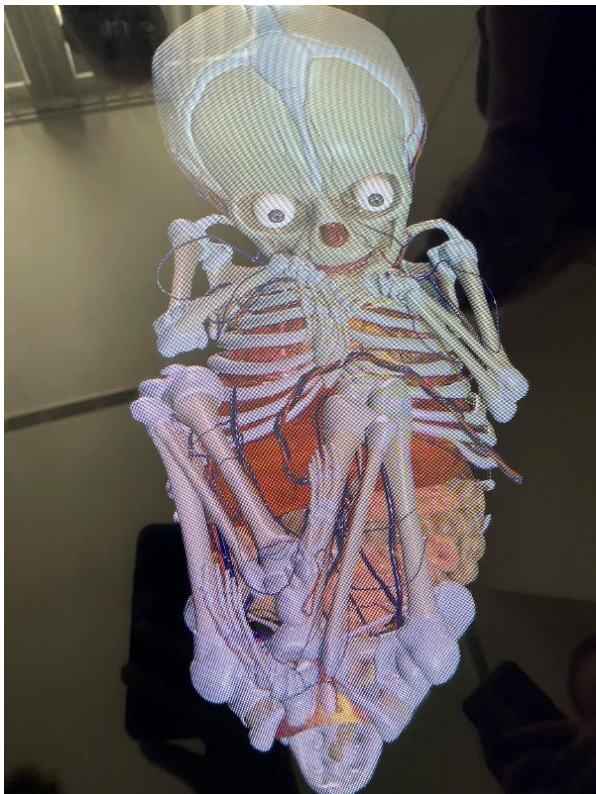
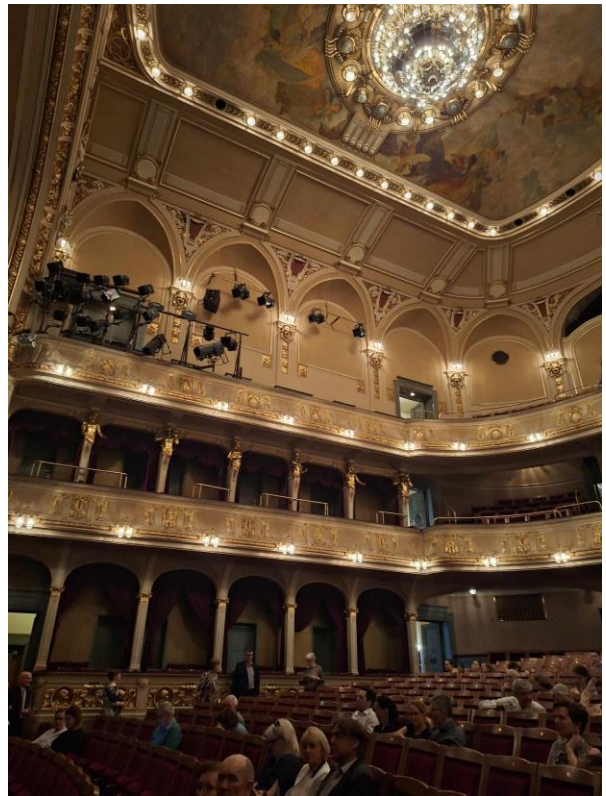
Naše exkurze začala v pondělí 8. 4. v 6:40 na brněnském hlavním nádraží. Všichni jsme se moc těšili, a tak cesta utekla rychleji, než jsme čekali. Když jsme dorazili do Prahy, koupili jsme si lístky na metro a pár zastávek se jím projeli.

Ubytovali jsme se v hotelu spadajícím pod Institut pro další vzdělávání lékařů a farmaceutů (ILF); nacházel se jen 3 minuty od zastávky, a tak jsme byli rádi, že kufry nemusíme tahat přes půlku Prahy. Zavazadla jsme si odložili u recepce a začala první přednáška, která byla rozdělena na 2 části. První část zahájila přednáška prof. doc. PhDr. Richarda Papíka, Ph.D. ze Slezské univerzity o vyhledávání odborných článků a knih z ověřených zdrojů, které nám později přijdou vhod, například při vypracovávání bakalářské nebo magisterské práce. Druhá část přednášky se zaměřovala na virtuální anatomický stůl; ten zobrazoval 4 reálná lidská těla bývalých vězňů, kteří se rozhodli, že po smrti jejich těla budou využita pro medicínské účely. Jejich těla byla po milimetru rozřezána a nafocena. Stůl zobrazoval 20 jednotlivých částí těla a přes 1000 patologických příkladů.

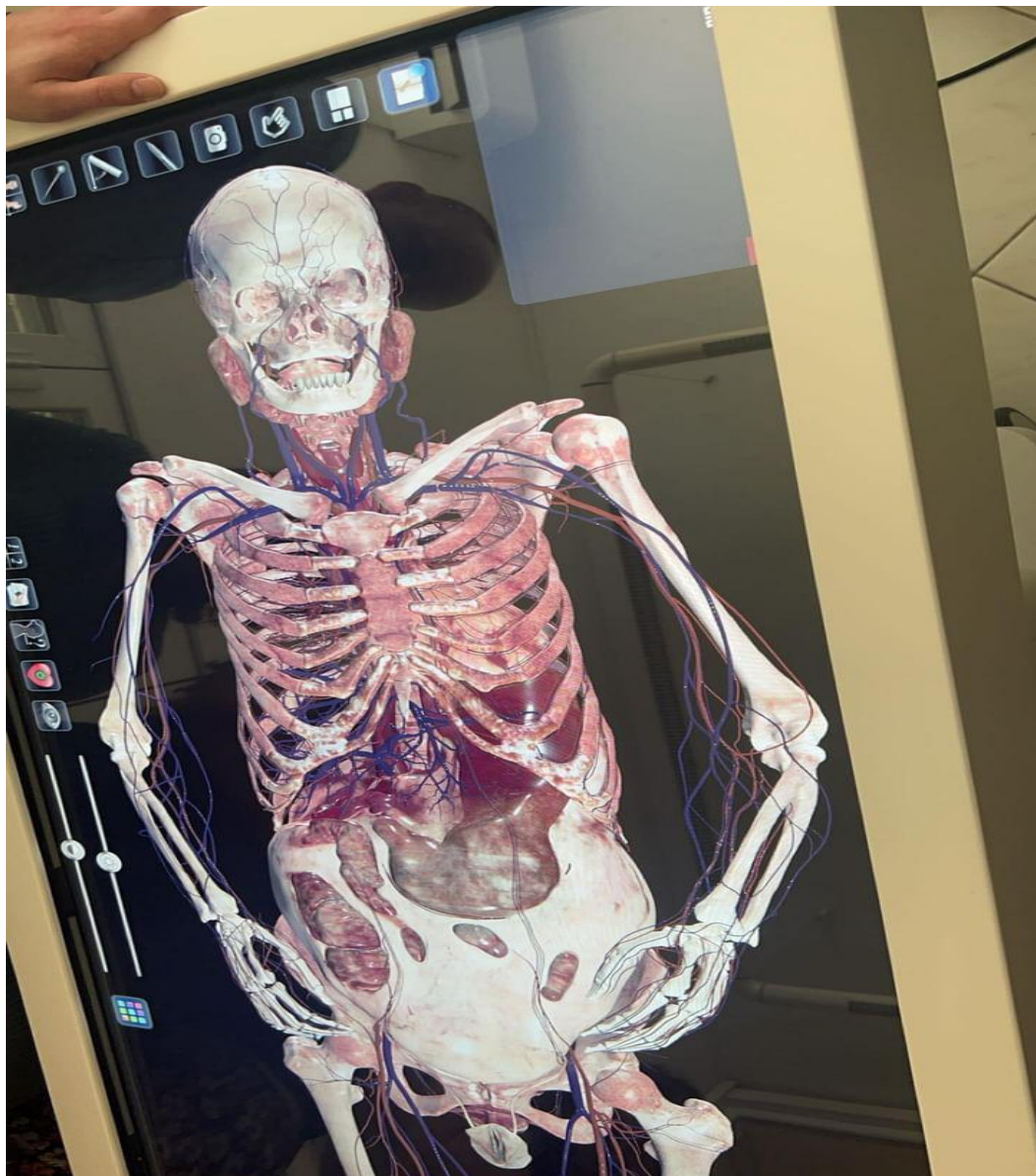
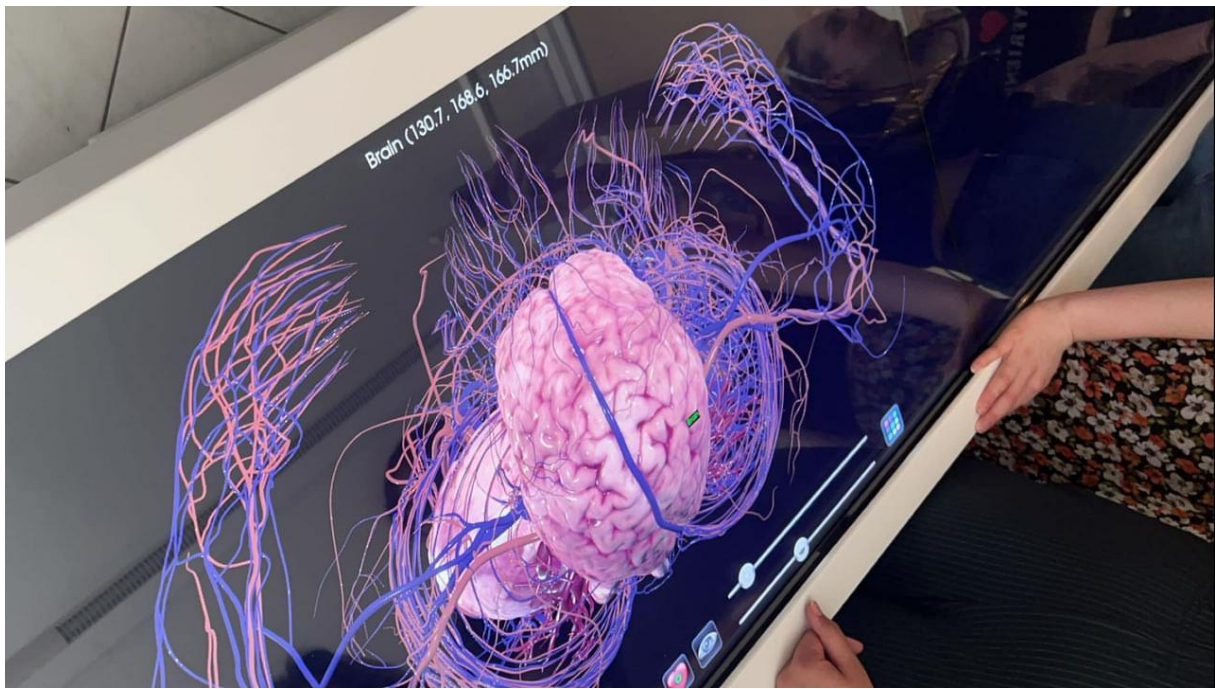
Po přednášce jsme se šli ubytovat; měli jsme chvilku volna, a tak jsme ji využili prohlídkou vyšehradského hřbitova, kde byly pohřbeny známé osobnosti (např. Milada Horáková, Jan Neruda, Vlasta Burian a další). V 16:30 jsme se sešli v hotelu a zahájili zdlouhavé a náročné přípravy do divadla. Navštívili jsme Vinohradské divadlo a byli svědky krásného představení Obchodník s deštěm. Byli jsme nadšeni, a to hlavně z hlavní postavy, kterou ztvárnil Marek Lambora.

Poslední den jsme se po vynikající snídani přesunuli do Institutu klinické a experimentální medicíny (IKEM). Čekala nás zajímavá přednáška od vedoucího oddělení odběru orgánu o možnostech a postupech darování. Dozvěděli jsme se například, že dokonce ani hepatitida není překážkou pro dárce nebo že jedny játra se dají rozdělit pro dva příjemce. Tahle operace je velmi náročná pro chirurgy, kteří musí jedny žlučové cesty rozdělit na dvoje. Později jsme se rozdělili na dvě skupinky a šli se podívat na kardiologické oddělení, kde leželi lidé po transplantacích srdce nebo se srdečními záněty. Celá nemocnice byla moderně zařízena a bylo vidět, že o zdravotnický personál není nouze. S IKEMem jsme se rozloučili a vyrazili ještě na malou chvilku do centra velkoměsta, kde jsme se mohli projít například přes Karlův most nebo zajít na Václavské náměstí.

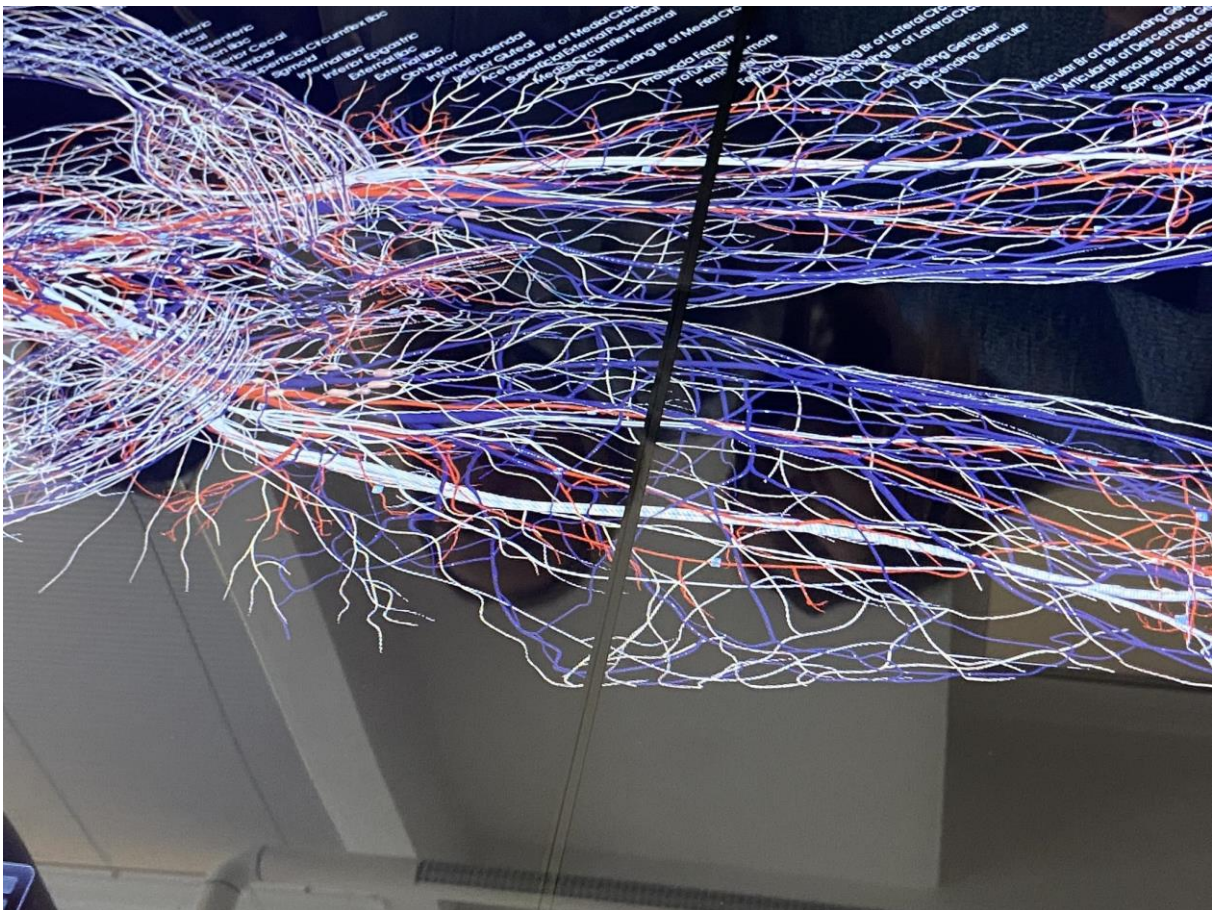
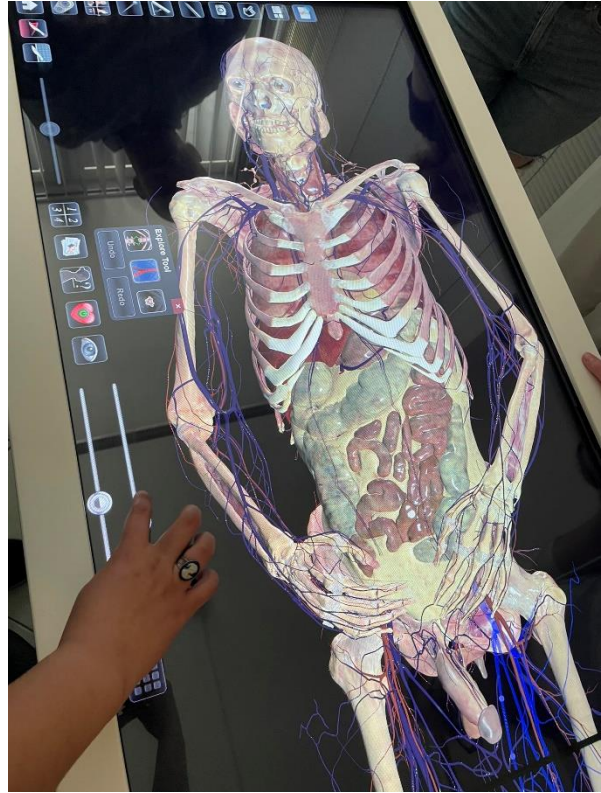
V 15:15 jsme už plní zážitků seděli ve vlaku a těšili se po krásné exkurzi domů. Zážitků a nových informací si vezeme domů spousty a jsme moc rádi, že jsme je mohli prožít s paní učitelkou Spurnou a paní učitelkou Lambovou.







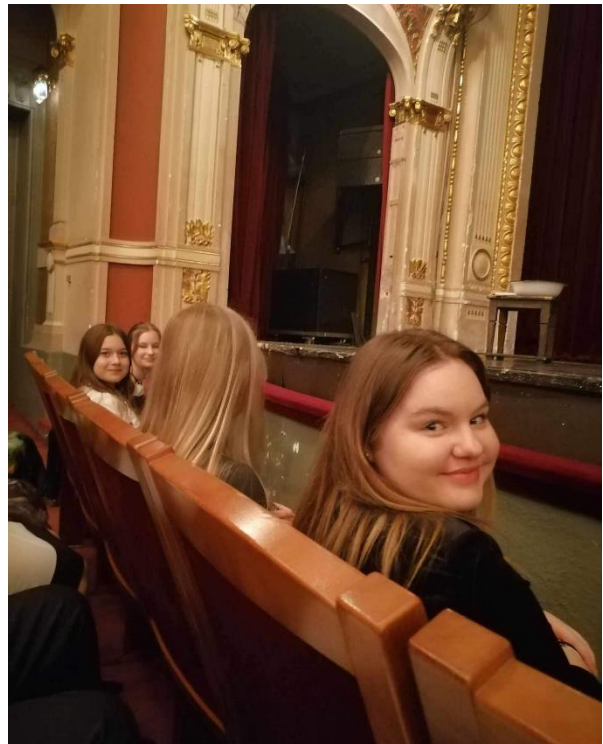
























### Historie

Kondiční plavání patří spolu s dalšími plaveckými sporty, jako jsou třeba dálkové nebo synchronizované plavání, pod Mezinárodní plaveckou federaci. Lidé plavou už od nepaměti, a jeho historie sahá až do prehistorických dob. Ovšem i tak v dřívějších dobách nebylo zvykem, aby uměl každý plavat, tak jako dnes. Proto se lidé vody báli a vymýšleli si postavy, jako třeba vodník, které stahovali lidi pod hladinu. V Evropě začalo být plavání populární až kolem 19. století, a až v roce 1896 bylo poprvé zařazeno do Olympijských her.



### Něco o plavání

Jde o sport, ve kterém se zapojuje celé tělo. Provozuje se v uměle vytvořených bazénech, které mají rozměry 25–50 metrů a jsou rozděleny na několik závodních drah. Plavec závodí jak ve výkonnosti, tak ve správnosti provedení stylu a těch je několik. Základním stylem je prsa. Plavec se ponoří a rukama opíše oblouk do boku. Nohy se poté pokrčí a kopnou do vody. Pak se vynoří, nadechne a zase opakuje. Je to nejvyužívanější způsob. Dalším stylem je kraul. Je nejrychlejším způsobem a provádí se následujícím způsobem. Plavec střídavě opisuje rukama kruhy a zároveň kope nohama. Za určitý počet temp vytočí hlavu do boku nad hladinu a nadechne se. Posledním ze stylů je motýlek. Plavec současně opisuje rukama kruhy a k tomu oběma nohama stejně kope do vody. Při prvním tempu se plavec vynoří a nadechne, a při druhém zanoří pod vodu. Kondiční plavání může být prováděno jako štafeta nebo jako kombinovaný sport, například pětiboj, triatlon nebo kvadriatlon.



### Já a plavání

Podle historických zdrojů (prarodiče a rodiče) umím plavat od svých 4 let. Vždycky mě plavání moc bavilo, ale nijak víc jsem se mu nevěnoval a chodíval jsem do bazénu jenom v létě. Až teď po prázdninách jsem se rozhodl, že bych se chtěl po delší pauze začít pravidelně hýbat. K plavání mě inspirovala jedna moje kamarádka, která chodí už delší dobu pravidelně plavat.

A tak jsem se s ní jednou na bazén vydal, a plavání mě začalo moc bavit. Líbí se mi, že se ve vodě nepotím, a taky bývá ve většině bazénů volný vstup třeba do saun. Takže je to spojení pohybu a odpočinku.



Tento zážitek mi teď nejvíce utkvěl v hlavě. Nevím, jestli je nejzajímavější, ale pro mě to bylo důležité. Moje kamarádka, která studuje v Americe v Texasu, chodí na Weatherford College, kde jsem sledovala jejich zápas s jinou univerzitou v Americe. Tyto zápasy vždy vysílají živě na stránkách. Řekla jsem si, že se podívám, jak je to odlišné v USA a u nás. O basketbal se zajímám velmi krátce, ale hodně mi přirostl k srdci. Od minulého roku se jezdím dívat na basketbalové zápasy mezi městy v ČR s rozhodčími. Přemýšlela jsem totiž i o vstupu do České asociace basketbalových rozhodčích (ČABR). A protože jsem viděla více těchto zápasů, chtěla jsem vidět, jak to tam tedy probíhá, a zároveň jsem chtěla podpořit kamarádku.

Velký rozdíl je, že i zápasy mezi vysokými školami začínají americkou hymnou. Poté to probíhá podobně jako v ČR, kdy si trenéři obou týmů podají ruce se zástupcem každého z týmu. To, co se mi hodně líbilo, bylo to, že každý hráč z obou týmů měl svůj individuální nástup. Hrozně se mi líbil i ten zápal, který mají Američané. Lze vidět, že to berou vážně, i když jde pouze o zápasy mezi vysokými školami. Všichni hráči si navzájem fandí, a když někomu něco nevyjde, nevadí jim to, naopak se podporují ještě více. Z této hry mají o dost větší zážitek.

Těšila jsem se, až uvidím kamarádku hrát, a bála jsem se, že na hřišti nebude často, protože je nová. Ovšem dávali jí na hřiště každou chvíli. Přispěla hodně bodů, má mnoho zkušeností, hrála za BK ŽABINY a je vážně vysoká, i jak na basketbalistku. Holky sice nevyhrály, ale i tak postoupily dál. Až dokončí studium, myslím si, že to dotáhne daleko. Je velmi šikovná, a těším se, až se zase dostane do hry. Zároveň bych jí chtěla vidět hrát zase na živo.



## Kdo mě přivedl ke sportu



Autor: Vendula Chromková (absolventka školy)

Tohle téma, pro mě není vůbec jednoduché. Protože jsem od malička dělala spoustu sportů, tak zkusím vybrat jen pár.

První sport, ke kterému mě dostal můj tatka, byl tenis. Proč právě tenis? Důvod byl jednoduchý, máme chatu kousek za Brnem, kam velmi často jezdíme na víkendy, a kde jsou také i tenisové kurty. Můj tatka tenis hraje pro zábavu už asi pět let, a mě k tomu chtěl dostat taky. Jenže tento sport mě po nějaké době přestal bavit, protože jsem musela dojíždět na chatu i přes týden, jen abych hodinu hrála na kurtu.

Dalším sportem byla gymnastika, k té mě nakonec přivedla moje mamka, která gymnastiku jako malá také dělala, ale bohužel musela ze zdravotních důvodů přestat. Gymnastika mě opravdu bavila a chodila jsem tam ráda, ale taky to nedopadlo. Jelikož můj tatka se snaží pořád hýbat a vymýšlet různé aktivity, sportů, které chtěl, abych dělala, byl nespočet. Jenže já jsem nedokázala u žádného zůstat.

Jediný sport, který mě opravdu zaujal, byl florbal. Proč právě on? Protože jsem vždycky měla ráda týmovou práci, ale hlavně jsem vždycky měla ráda pocit výhry, stejně jako moje spoluhráčky. Tento sport mě opravdu velmi zaujal, a myslela jsem, že u něj vydržím. Ale bohužel se tak nestalo. Proč? Protože do týmu došly dvě nové holky o dost starší než my ostatní a taky hrály už dávno vyšší soutěž než my, takže byly i lepší. Pořád si nás mladší dobíraly, když jsme byly v šatnách, nebo se nám na hřišti posmívaly, když nám něco nešlo. Už to nebyl tak super tým jako dřív. A holky začaly z týmu postupně odcházet, až jsem tam nakonec zbyla jenom já. Doufala jsem, že si ke mně najdou cestu a začnou se se mnou bavit, ale tak se nikdy nestalo. A největší důvod, proč jsem musela florbal opustit, bylo, když jednou na zápase mi jedna z holek podrazila nohy, ona tvrdila, že omylem, ale já si to nemyslím. Narazila jsem hlavou přímo do mantinelu, a musela jsem jet do nemocnice, kde jsem si poležela týden s lehkým otřesem mozku. A v té chvíli jsem si řekla, že končím, a že vyhrály, což mě na tom štvalo nejvíc, protože nesnáším prohry. Ale zdraví pro mě je důležitější. Myslela jsem, že se ke florbalu ještě někdy vrátím, ale nestalo se tak. Jsem rada, když si aspoň občas zahrajeme florbal ve škole, ale do týmu bych už se nevrátila.



### Sport? To neznám

Ráda bych napsala přínosný referát, ale už dva roky nemůžu prakticky dělat žádný sport.

ALE existuje mnoho sportů, které bych chtěla vyzkoušet (nebo jsem vyzkoušela), takže budu o nich psát. Je to absolutní směs. Od týmových sportů přes zimní až po vodní.

Jízda na koni – Koně jsem jako malá úplně zbožňovala. Odebírala jsem časopis, četla knížky, znala všemožná plemena. Ale nikdy se mi nepodařilo chodit pravidelně do jezdeckého klubu nebo jezdit na nich. Takže jsem přišla o dostihy, bolavý zadek, ranní vstávání, pády, předsoutěžní nervozitu. Moc mě to mrzí, ale možná některé z mých dětí budou v tomto tak jako já, a já si tak splním svůj sen přes ně. Kdo ví?

Lukostřelba – Ani nevím, kdy mě napadlo stát se lukostřelkyní, ale je to úžasný sport. Moje nejlepší kamarádka má luk, takže jsme někdy chodily spolu střílet. Lukostřelba mi připadá elegantní, precizní a na začátku jistě i bolestivá. A také drahá a docela nepoužitelná.

Rugby – Vždycky jsem chtěla rugby vyzkoušet. Ale musí se hodně běhat a používat sílu, což není moje silná stránka. Jsem také malá, takže si nemyslím, že by mě vzali. Také mám pocit, že se při něm lidi často zraní. A předpokládám, že by člověk potřeboval větší ramena a trup.

Jóga – Vždycky mě fascinovalo, jak dokáží lidé, co cvičí jógu, protáhnout svá těla. Navíc je to strašně estetické, ačkoliv ne moc náročné. Aspoň si to myslím. Člověk vlastně potřebuje jen podložku, pohodlné oblečení a odhodlání začít od něčeho jednoduššího.

Balet – Tento sport je pro mě naprosto srdcovou záležitostí. Je elegantní, extrémně náročný a kouzelný. Nikdy jsem balet netančila, ale moje sestra a její kamarádka ano, takže mám o něm informace z druhé ruky. Myslím, že hodně lidí si myslí, že balet je pouze o skákání a že je lehký. To ale vůbec není pravda. Vyžaduje odvahu, koordinaci od hlavy až po špičky na nohou. Není to vůbec jednoduchý sport a doufám, že si to lidé uvědomí.

Horolezectví – I když se bojím výšek, horolezectví mě vždycky nějak přitahovalo. Jako malá jsem byla párkrát na stěně pro děti. Člověk se při něm může zbavit strachu z výšek a naučit se koordinaci a soustředění. Myslím, že můj podivný vztah k horolezectví je nějak spojen s mým tatínkem. Už od mala jsem s ním jezdila do hor a učil mě, jak šplhat po stromech.



Já osobně jsem od dětství do svých 15 let jedla opravdu hodně, ale před rokem jsem k jídlu přestala mít chuť, takže jsem docela dost zhubla. Přestala jsem jíst pravidelně, omezila jsem spoustu věcí, což nebylo úplně dobré, takže jsem začala mít zdravotní problémy.

Doteď mám s jídlem velké problémy, jelikož pořád nejím tak, jak bych měla. Občas vynechám snídani, oběd i večeři. Pitný režim dodržuji moc dobře, ale ve stravování bych se měla zlepšit. Nemůžu říct kolikrát za den jím, protože to nepočítám.

Ale měla bych začít jíst pravidelně, mohla bych omezit sladkosti a tučná jídla (často jezdím do fast foodu), také bych mohla začít cvičit a jíst zdravější věci.

Zatím si ale nestěžuji, vím, že není dobré vynechávat jídlo, ale jím až když mám chuť nebo hlad. Což není moc často.

Od té doby, co jsme doma, se snažím stravovat lépe jak předtím. Na svoji váhu se snažím vypít 3,5 litrů denně vody a daří se mi to (s mátou a citrónem). Ráno vstanu a jím dost často vajíčka na jakýkoliv způsob, k tomu okurka nebo rajče a rýžový chléb. Snídani mám jako hlavní jídlo dne. Pak si dám po třech hodinách například banán jako svačinu. Obědy si vařím sama, takže si můžu kontrolovat, co vše jím. Vždy je to zdravé nebo se aspoň snažím – těstoviny, rýže, naložené kuřecí maso. Pak si dám jogurt nebo mléko s banánem. A na večeři si dávám něco lehčího. Snažím se jíst zdravě a pít, jak se má, jsem na sebe pyšná, že to vydržím a že mě to hlavně baví.

Výživu moc neřeším, i když to není moc vidět, jím hodně. Ráno obyčejně snídám, a to většinou bílý jogurt s müsli, protože u tohoto dávám za pravdu přísloví „ráno moudřejší večera“. Takže ráno začíná slibně, ve škole mám potom svačinu, která se většinou skládá z rohlíku nebo chleba a ovoce nebo zeleniny. Někdy teda svačinu vůbec nesním. Na obědy chodím do školní jídelny, kde vaří dobře. Akorát teda v pondělí bývají jídla typu čočka, fazole atd., což teda moc nemusím. Většinou doma po škole dostanu na něco chuť a sním, co uvidím. A to není dobře. Když mám step, tak to aspoň vycvičím. Večeře bývají různé buď teplé anebo studené. Docela bych i chtěla zdravěji jíst, ale nemám tak silnou vůli, abych to vydržela déle než dva dny. Když jsem doma, tak je to horší, protože jím mnohem víc než normálně. Ale naštěstí to vyjezdím na kole.





### Razítkování trochu jinak

1. K této manikúře budeme potřebovat odlakovač, vatové tampony, base coat, několik barevných laků, které k sobě ladí, top coat, plochý štětec, silikonový razítkovač na nehty, izolepu, případně olej na nehty. Plochý štětec namočený v odlakovači slouží k odstranění nedokonalostí, přetahů a podobně.



2. Použijeme vatový tampon namočený v odlakovači a přetřeme jím nehty. Tím se zbavíme všech mastnot a nečistot, které by omezily trvanlivost manikúry. Na čisté nehty nanese „base coat“. Je to vrstva, která přilne na nehet a pomůže laku déle vydržet.

3. Vezmeme nejsvětlejší lak z těch, co jsme si vybrali a natřeme jím všechny nehty. Já jsem použila od *Essie* lak *all you ever beaded*.



4. Nyní nehty oblepíme izolepou. Kromě triků z minulého čísla, je to jeden ze způsobů, který nám usnadňuje odstranění laku z okolí nehtu.



5. Na silikonové razítko nanese v kapkách všechny laky, které chceme použít. Já jsem si kromě *Essie* (*all you ever beaded*) zvolila od *OPI* laky *Pompeii Purple* a *Teal the Cows Come Home*. Je dobré dávat laky náhodně, bez ladu a skladu. Tím dosáhnete zajímavějšího výsledku.





6. Tento shluk barev pak několikrát obtisknete na všechny nehty. Nemusíte nutně spotřebovat veškerý nános laku na jeden nehet, snažte se nedělat vrstvu příliš tlustou. Lak se pak snadno odloupne.



7. Proces opakujeme, dokud nejsme spokojeni s výsledkem. Pak sundáme izolepu a zbytky laku odstraníme plochým štětcem namočeným v odlakovači.



8. Manikúru završíme rychleschnoucím vrchním lakem a olejem na nehty.







## Úvod

Přechod ze střední školy do pracovního prostředí je pro mnoho mladých lidí náročné období. Je to doba velkých změn, kdy se studenti musí vyrovnat s novými nároky a neznámým prostředím.

### Tipy pro zvládnutí přechodu

#### Realistická očekávání

Mladí lidé by měli mít realistická očekávání ohledně pracovního prostředí a nároků, které s sebou přináší.

#### Komunikační dovednosti

Komunikace se stává klíčovou v pracovním prostředí. Rozvoj schopnosti efektivně komunikovat s kolegy a nadřízenými je nezbytná.

#### Studium a specializace

Podpora průběžného studia a specializace umožňuje udržet krok s novými technologiemi a trendem v daném odvětví.

#### Mentorství a podpora kariérního růstu

Zapojení se do mentorství a hledání příležitostí pro kariérní růst poskytuje stabilní platformu pro profesní rozvoj.

#### Nastavte si realistická očekávání

Práce na plný úvazek je něco jiného než studium na střední škole. Nečekejte, že budete hned od začátku excelovat.

#### Budte flexibilní

Budte připraveni na to, že se budete muset učit novým věcem a přizpůsobovat se novému prostředí.

#### Budte aktivní a iniciativní

Nebojte se ptát na otázky a hlásit se o úkoly.

## Vytvořte si síť kontaktů

Seznamte se s kolegy a navazujte s nimi profesní i osobní vztahy.

## Hledejte podporu

Pokud máte problémy s adaptací na pracovní prostředí, obraťte se na kolegy, nadřízené, rodinu nebo přátele.

## Další rady

### Naučte se řídit čas

V práci je důležité dodržovat termíny a plnit úkoly včas.

### Budte profesionální

Dodržujte dress code a firemní kulturu.

### Udržujte si work-life balance

Nezapomínejte na odpočinek a relaxaci.

## Závěr

Přechod ze střední školy do pracovního prostředí může být náročný, ale s trochou snahy a přípravy ho zvládnete. Mladí jedinci by měli aktivně hledat příležitosti pro růst a neustále se učit novým dovednostem, aby úspěšně zvládli nároky pracovního života. Dodržujte tipy a rady uvedené v této práci, ať už se jedná o nastavení realistických očekávání, budování sítě kontaktů, nebo hledání podpory. Nezapomeňte, že je důležité si udržovat work-life balance a nenechat se prací pohltit.



## Ingredience:

- Na těsto:
  - 500 g hladké mouky
  - 250 ml vlažné vody
  - 10 g sušeného droždí
  - 1 lžička cukru
  - 1 lžička soli
  - 1 lžíce olivového oleje
- Na náplň:
  - 200 g rajčatového protlaku
  - 100 g strouhaného sýra
  - 100 g šunky
  - čerstvé bylinky (bazalka, oregano)

## Postup:

1. Těsto: V míse smíchejte mouku, vodu, droždí, cukr a sůl. Vypracujte hladké těsto, které necháte na teplém místě kynout asi 1 hodinu, dokud nezdvójnasobí svůj objem.
2. Náplň: Mezitím si připravte náplň. Rajčatový protlak smíchejte se strouhaným sýrem. Šunku nakrájejte na plátky.
3. Pečení: Vykynuté těsto rozválejte na tenkou placku. Potřete ji rajčatovou omáčkou, posypte šunkou a strouhaným sýrem. Pečte v předehřáté troubě na 220 °C asi 15 minut, dokud sýr nezezlátne.
4. Podávání: Pizzu po vychladnutí posypte čerstvými bylinkami a podávejte.

## Tipy:

- Pro lepší chuť můžete do těsta přidat i trochu olivového oleje.
- Pokud nemáte čas na kynutí, můžete použít i hotové těsto na pizzu.
- Do náplně můžete přidat i další ingredience, například houby, zeleninu nebo mořské plody.



### Tajemství nejlepší domácí pizzy:

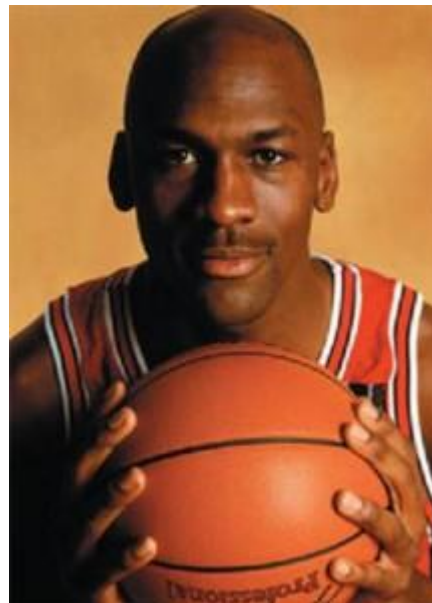
- Těsto: Těsto by mělo být hladké a pružné. Pokud je příliš tuhé, přidejte trochu vlažné vody. Pokud je příliš lepkavé, přidejte trochu mouky.
- Náplň: Náplň by měla být bohatá a chutná. Pokud chcete, aby pizza byla pikantní, přidejte do rajčatové omáčky trochu chilli.
- Pečení: Pizzu pečte v předehřáté troubě na 220 °C asi 15 minut, dokud sýr nezezlátne. Pokud chcete, aby byla pizza křupavá, pečte ji na mřížce.



### Nejlepší basketbalista všech dob? Michael Jordan s Chicagem Bulls ovládl svět

Je pravidelně označován za nejlepšího basketbalistu všech dob. Sportovec, který přesáhl hranice svého odvětví a stal se celosvětovou ikonou, jež nalákala davy fanoušků kdekoli a kdykoli. Kariéra Michaela Jordana byla plná nádherných akcí, vítězství, ale také odchodů a návratů.

Michael Jeffrey Jordan se narodil 17. února 1963 v Brooklynu a mládí však prožil v Severní Karolíně. Sportovní talent vykazoval již útlém věku, věnoval baseballu, basketbalu a americkému fotbalu. Jeho hvězda začala stoupat již na střední škole, kde však v patnácti letech nebyl vybrán do školního výběru pro nedostatečnou výšku. Během dalších dvou let nejen že se

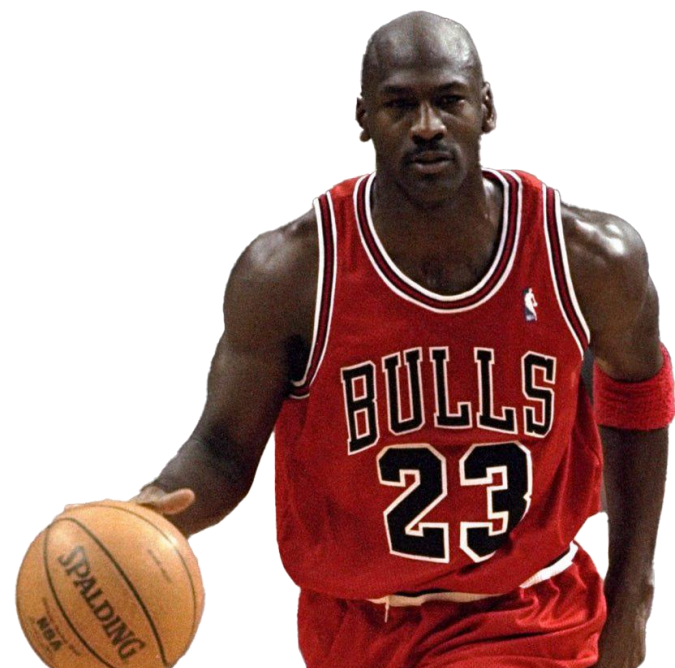


do týmu dostal, ale s průměrem větším než 25 bodů na zápas doslova zářil. O jeho služby se najednou praly všechny věhlasné americké univerzity.

Jordan se v roce 1981 upsal Severokarolínské univerzitě v Chapel Hill, kde trénoval Dean Smith, jeden z nejrespektovanějších trenérů v historii americké košíkové. Jordan se pod jeho vedením vypracoval v opravdovou hvězdu a posbíral řadu individuálních ocenění. Jeho největší okamžik v dresu Tar Heels přišel ve finále celostátní soutěže NCAA v roce 1982, kde Jordan proměnil vítěznou střelu.

Do draftu NBA se přihlásil v roce 1984, na univerzitu se však o dva roky později vrátil, aby mohl dokončit poslední ročník.

## Začátky v Bulls a první slavné boty



Michael Jordan byl během velmi silného draftu nakonec vybrán na třetí pozici Chicagem, které v té době bylo podprůměrným týmem, navíc jeho hráči údajně často holdovali drogám. Ambiciózní Jordan se však soustředil na svůj basketbalový rozvoj a hned v první sezóně ukázal, že do NBA přišla nová superhvězda. Dostal se do Zápasu hvězd, vyhrál ocenění pro nováčka roku a konečně – dovedl Bulls zpátky do play-off.

Na vzestup nové hvězdy vsadila také americká firma Nike, která se v té době zaměřovala spíše na atletiku, chtěla však prorazit také do basketbalu. A tak světlo světa v roce 1994 spatřily boty

s názvem Air Jordan, které Michael nosil každý zápas pod pokutou pět tisíc dolarů. Jejich barva byla proti pravidlům. A právě na tomto zákazu Nike postavilo svou reklamní kampaň. Od té doby se na nové modely tenisek značky Jordan stojí fronty a některé se prodávají za tisíce dolarů.

Velkou část druhé sezony strávil Jordan na lavičce kvůli zranění kotníku, Bulls se i přesto dokázali dostat do play-off, kde však narazili na Boston Celtics. Proti týmu, který je považován za jeden z nejlepších v historii, neměli Bulls moc šancí. Výjimkou byl druhý zápas série, kde Michael Jordan zaznamenal neskutečných 63 bodů a vytvořil stávající rekord počtu bodů v zápase play-off. Celtics sérii vyhráli 3:0, stejná situace se opakovala i o rok později.



## Krvavé bitvy s Detroitem

V následujících třech sezonách se z Jordana stal nejlepší hráč v lize, vyhrál svou první trofej pro nejužitečnějšího hráče (MVP), stejně jako pro nejlepšího obránce v lize. Týmový úspěch se



však stále nedostavoval. Tři roky po sobě byli totiž Bulls vyřazeni Detroitem Pistons, které vedl hvězdný Isiah Thomas.

Pistons byli v lize hodně nepopulární, a to kvůli velmi tvrdé, často nesportovní hře. S tím se tým Chicaga nedokázal vyrovnat, a to i přes příchod trenéra Phila Jacksona a nově se projevující mladé hráče jako byl Horace Grant a Scottie Pippen. I během těchto těžkých sezon však Jordan ukazoval svou individuální výjimečnost, jako v prvním kole play-off proti Clevelandu, kde rozhodl legendární střelou s klaksonem.

### **První tituly a odchod k baseballu**

V sezoně 1990-91 vyhrál Jordan druhou cenu MVP, klíčové však bylo zásadní zlepšení Scottieho Pippena. Hlavně díky tomu byli Bulls konečně schopni porazit nenáviděný Detroit a postoupit do finále NBA. Tam v pěti zápasech přehráli LA Lakers a poprvé se stali mistry. Jordan se stal nejlepším hráčem finálové série, což zopakoval i o rok později, kdy Bulls ve finále porazili Portland Trail Blazers v šesti zápasech.

Třetí trofej pro nejužitečnějšího hráče ligy v řadě Jordan nezískal, v sezoně 1992-93 byl takto oceněn Charles Barkley, na jehož Phoenix Suns narazili Bulls ve finále. Chicago vyhrálo v šesti zápasech a Jordan se stal prvním hráčem v historii, který byl zvolen nejužitečnějším hráčem finále třikrát po sobě.

Po třetím titulu Michael Jordan oznámil, že jde do basketbalového důchodu. Během roku vycházela na povrch jeho údajná závislost na hazardu, krátce po skončení sezony navíc zemřel jeho otec, který byl obětí loupežného přepadení. Po odchodu z NBA hrál Jordan dva roky baseball za tým Birmingham Barons.

### **„Jsem zpátky.“**

Pouhými dvěma slovy oznámil v březnu 1995 Jordan svůj návrat na palubovky, a i díky němu se Chicago znovu dostalo do play-off, kde však prohrálo s Orlandem Magic. Tuto prohru Jordan nesl opravdu těžce, což potvrdil následující ročník, který Bulls zakončili s rekordními 72 výhrami z 82 zápasů. Tento neuvěřitelný rekord byl překonán až v roce 2016 Golden State Warriors.

Celé tři sezony Bulls dominovali nad celou NBA. Trojice Jordan-Pippen-Rodman nenechala nikoho na pochybách, že právě tohle je nejlepší tým v historii soutěže, když znovu vyhráli tři po sobě jdoucí tituly. Nejprve proti Seattlu, poté dvakrát ve finále přehráli Utah Jazz. Poslední zápas sezony 1997–98 byl i posledním zápasem Michaela Jordana v chicagském dresu, který své angažmá v Bulls zakončil stylově – vítěznou střelou pět vteřin před koncem.

A právě 13. ledna roku 1999 Jordan znovu oznámil odchod do důchodu, o rok později se stal minoritním vlastníkem týmu Washington Wizards, což byla předzvěst dalšího návratu. V září 2001 osmatřicetiletý Jordan opravdu oznámil návrat, tentokrát však hájil dres právě Washingtonu. U Wizards strávil Jordan dva roky, během kterých bylo ve Washingtonu pokaždé vyprodáno, do play-off se však „Čarodějové“ nedostali. Svůj poslední zápas odehrál Michael Jordan 16. dubna 2003 ve Philadelphii, zaznamenal 15 bodů a obdržel třiminutovou ovaci ve stoje.



### Dream Team

Michael Jordan se v dresu USA dvakrát zúčastnil olympijských her. Poprvé ještě jako neprofesionál na olympiádě 1984 v Los Angeles, kde se stal nejlepším střelcem turnaje a byl klíčovým hráčem na cestě ke zlatu.

V létě 1992 byl součástí hvězdami nabitého Dream Teamu (Týmu snů) na olympiádě v Barceloně, kde mohli poprvé v historii hrát také profesionálové z NBA. Americká reprezentace, jejíž soupisku tvořilo jedenáct pozdějších členů basketbalové síně slávy, v turnaji zničila všechny soupeře a po finálovém vítězství nad Chorvatskem 11:85 dovezla domů očekávané zlato.

### Vlastník Charlotte a nejbohatší sportovec

Jako hráč se do NBA již nikdy nevrátil, v roce 2010 se ale stal většinovým vlastníkem týmu Charlotte Hornets (dříve Bobcats). Jordan je dodnes jediným afro-americkým vlastníkem NBA týmu. Kromě firmy Nike byl Jordan tváří několika nadnárodních značek, jako jsou Gatorade, Coca Cola, McDonald's nebo Chevrolet.

Často se objevoval také ve společnosti postaviček Looney Tunes od Warner Brothers, a to v reklamách, ale také v celovečerním filmu Space Jam. V roce 2017 byl magazínem Forbes označen za nejvíce vydělávajícího sportovce historie.

### Osobní život a dokument „Last Dance“

Michael Jordan má dva bratry a dvě sestry, poprvé se oženil v roce 1989 s Juanitou Vanoyovou, se kterou má tři děti. Syna Marcuse, Jeffreyho a dceru Jasmine. Dvojice se rozvedla v roce 2006 a jeho bývalá manželka dostala odškodnění 168 milionů dolarů. V roce 2013 se Jordan oženil znovu, a to s kubánsko-americkou modelkou Yvette Prietovou, se kterou má dvojčata.

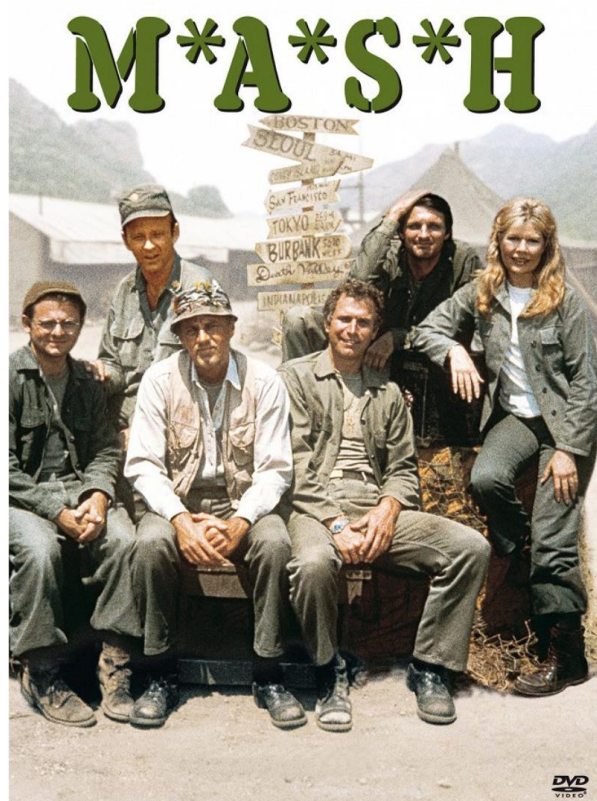
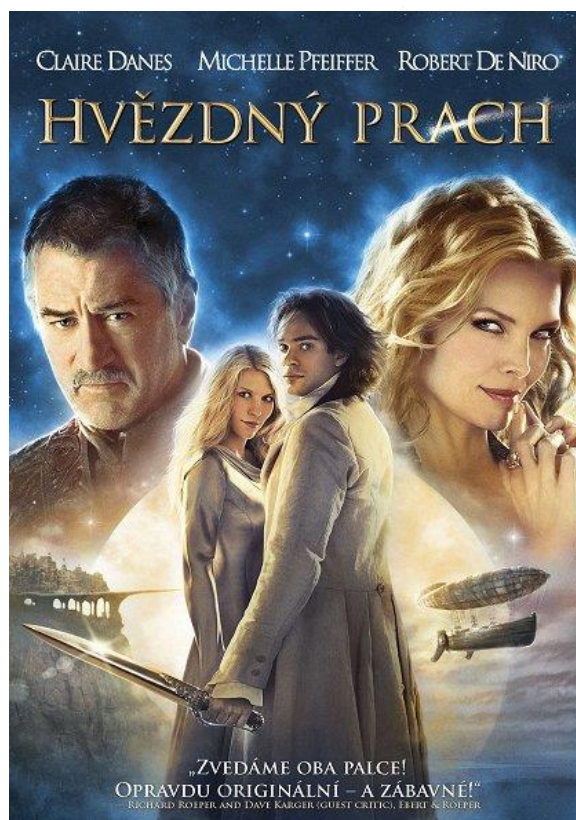
V roce 2020 vyšel o Jordanově kariéře desetidílný televizní dokument s názvem Last Dance (Poslední představení), v rámci kterého byly mimo jiné zveřejněny dosud neviděné záběry z poslední mistrovské sezony Chicaga Bulls 1997–98.

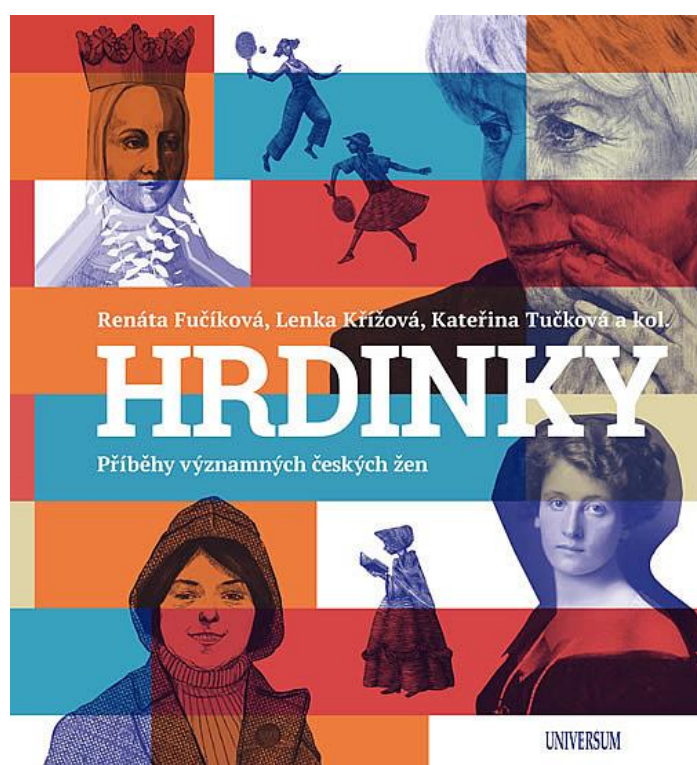
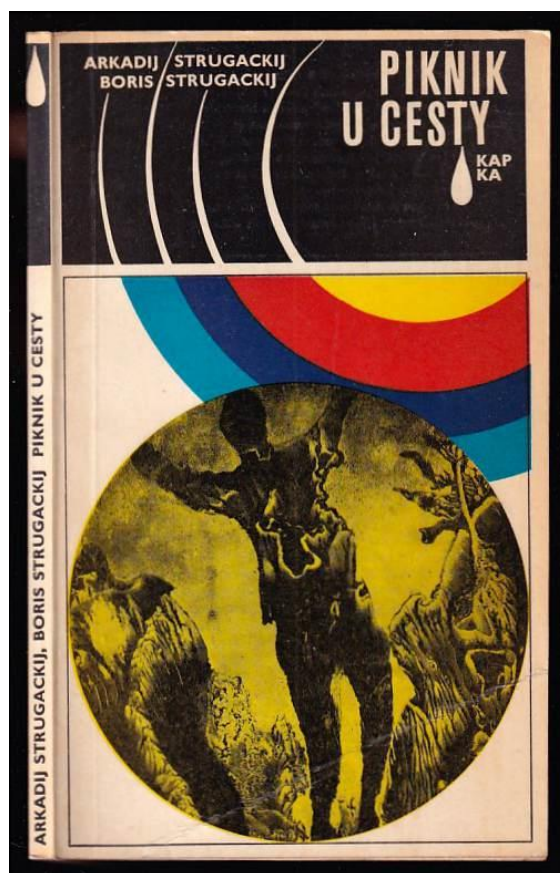




## Největší úspěchy

Titul NBA	6× (1991–93, 1996–98)
Nejužitečnější hráč ligy	5× (1988, 1991, 1992, 1996, 1998)
Nejužitečnější hráč finále	6× (1991–93, 1996–98)
Obránce roku	1× (1987–88)
Nováček roku	1× (1984–85)
Nejlepší skórer ligy	10× (1987–93, 1996–98)
NBA All Star (Zápas hvězd)	14× (1985–93, 1996–98, 2002, 2003)
Nejlepší tým NBA	10× (1987–93, 1996–98)
Nejlepší obranný tým ligy	9× (1988–93, 1996–98)
Vítěz soutěže smečářů	2× (1987, 1988)
Vítěz olympijských her	2× (1984, 1992)
Člen basketbalové síně slávy (2009)	
Číslo 23 vyřazeno týmem Chicago Bulls a Miami Heat	
Člen výběru 50 nejlepších hráčů historie NBA (1996)	
Držitel Prezidentské medaile svobody (2016)	





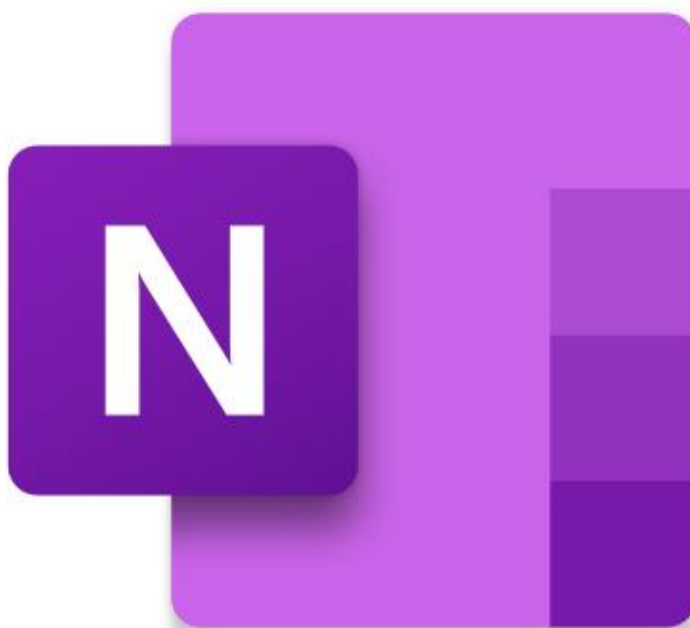




### Kempy v ČR a na Slovensku



### OneNote





Fotr hákoval v lese, kde poklízal haluze. Byl to old řízek. Né, že by neglgal, ale bordel v řepě z toho neměl a brajgl dělal jenom vo posvícení, kdy občas rozhodil konópkům sandál za blbý žgryndy. Ale žádné duté mlatař to nebyl. Jeho starou vzal velké kiloš na poslední fet už před pár metrama a von musel krinit dva pubescentní kindošé. Jedno už mu tak harašilo v lebeni z toho, jak ti dva šropáli celé den dělali bugr, že na ně vygómal těžkó podělávkú. A že byla zrovna teplá sezóna, pecen zoncnil, nahučel jim do budek, aby s ním klapali do hokny a že si můžou skočit do hvozdu na gample ajinó lesní chálku, zatímco von bude bóchat na fořta. Sotva svišti zmizeli v hóstí, vzal kramle a šel si zchladit glóbus pár kóskama z Oltecu. Ale zmazal se jak nudla a kdyby mu pivonoš nedal červenó, byl by z té glgačky navěky tuhé. Když se ráno probral vylágrované jak stará kukajda, zgóml že je singlovka, bez šropálů. Chvilu špekuloval esi je nepude špizovat, ale jak si stópl, glocna se mu zamotala a látl sebou zpátky do betle a dlabanec na to. Sténě měli doholpeca jenom suchý z ryny a kindoší zas nésou takový podělávkú, aby něco nevysomrovali sami.

Když šropy doklapali zpátky na flek, kde měli s fotrem scuka, zgómlí že je pali a že só asi v gébišu. Módr jak sviňa a kolem už padala noc. Malé Žanek byl gómák a tak mu blesklo, že se může podívat z véšky, kudy štreka do štatlu. A že byl fest nabyté, hókl švici:

„Mařko, vylez na to dubisko a vrzni voke kolem, esi nezmerčíš ňáký rožnutý palermo. Já už mám v ohryzku tak suché šlic, že by bodl aji zdechlé voskáč. Třeba vysomrujem vajgl a ňák to doklapem do domášova“. A už gómal, jak ju střelí za lampu červa. Ale pak mu doklapalo, že je to pas, bábovka je v Kramolíně a do toho by šel jenom ten nejvyglganější london. Mařka byla špicová kobra, žádná ledovka. Kysličníkový žině do půlky cemru, habrůvka jak z magazínu a dvorce betálně nadupaný. Ale jinak to byl jenom paradní futrál, vevnitř pustevna. Vyšplhala na haluz a zmerčila v dálce záblesk.

„Ty Žany“, hóká důle, „je to v cajku, támhle už to vaří, tak klapem“. Když však slezla na hródu, vypařilo se jí z lebeně, kde ten fajront viděla, a tak klapali jen tak na blind. Doklapali ale na palók, kde stál takové divné koplín. Kolem deka jak sviňa a přitom to vypadalo jako z perníku.

„Jenom cólová trubka postaví hangár z takovýho matroša v lese plným havěti a hmyzošů. Ale co, tak to aspoň testnem. Módr je módr“ hóká Žanek a lópl testovačku. V tom se rozrazilly futra. Takový šochtlu ještě kidnoši nezmerčili. Angoráky jak po tédení spářce, kelcny vylágrovaný, ovary jak vyždímaný fusekle, prostě humusárna. Gapa brlí do temnoty a hned spustí:

„Které čabrák mně čóruje fasádu. Já ti tak rozhodím sandál, že tě vlastní mutr nepozná“. Žany div nehodil šavlu. Baba zmerčí pakátla a hned mu vaří do štrycle:

„Nech ten perník, rybízku, vevnitř mám old chálku a taky nákou glgačku, jen pojd' dál." A už se těší, jak po pár stoletích vyvětrá slimáka.

„Děkanec za zvadlo, ale nésu tu sólovka" vece Žanek. Ježimutra zmerčí v hóstí labzu aje trochu nesvá. Už se těšila na taškent. Tož, ale masíčko je to fajnový, to zas bude betálné sjížd'ák.

„Jen pote dál, něco zgřufnem, takový glgačku ještě vaše augle nezčóhly, zabékáme při kajtře a pak se zhulíme ze žitné slámy", vaří baba jedy. „A jak se vlastně zoveš?"

„Já su Žanek a toto je má švica Mařka". Baba ju vobjíždí angorákama a už merčí kozičky na roštu.

„Ste ňáci bezbarví, klendra s vama casní, pojd Mařko, sedni na tu lopatu, trochu tě ohřeju, pak zalezeš na strožok ajá ti svařím červa".

Žanek kóří habad'ůru a už kómá jak to zmóglovat.

„Maruš, je to levingston, babě udělám lečo v budce a berem kramle".

„Ty, oldmutr, takový lopatu jsem eště nezmerčil, jak se s tím fachčí?"

Ježimutra byla nakóřená ze sena a tak neprogómila Žankovu flignu. Hodila sicnu na lopatu a Žanek nemeškal. Fułl ju do pecmena, no takové štyngec ještě nezažili. Vymlaskl babě se stolu šavlobudič, lópl ještě druhó flašu na cestu a pila pali. Brali kramle cestó necestó, až se ucaplování zastavili před palušou, kde pařil na žal jejich fotr. Když se trochu zretýroval a začal vidět, kópil každému vyrovnáváka a jestli jim nedošly rantále, udatně tam glgajó dodnes.





Přiřadte správné české definice k těmto ostravským výrazům:

a) štangla	1. dráha
b) štelovat	2. steh
c) štokrla	3. tyčka
d) štrample	4. ohladit používáním
e) štreka	5. židle bez opěradla
f) štrykovat	6. váleček
g) šťuřit se	7. nastavovat
h) štych	8. smát se
i) šuchat	9. plést
j) šulka	10. punčochové kalhoty

Řešení: 1e, 2h, 3a, 4i, 5c, 6j, 7b, 8g, 9f, 10d

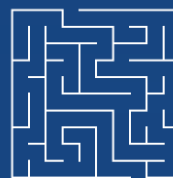


Vážení čtenáři, máme pro Vás další nelehký úkol! Kdo ví, jaké předměty jsou na obrázku a k čemu slouží? Vítěz tipovací soutěže získá opět sladké ceny ☺









Řešení rébusu z minulého čísla

Rébus č. 1: C, rébus č. 2: A

Zadání č. 1: Vyberte, co se hodí na vynechané místo.

16	20	?

<b>A</b>	<b>B</b>
<b>C</b>	<b>D</b>

Zadání č. 2: Vyberte, co se hodí na vynechané místo.

		?

<b>A</b>	<b>B</b>
<b>C</b>	<b>D</b>

Úspěšní řešitelé si můžou do kabinetu 45 dojít pro sladkou odměnu, pokud nám ještě řeknou prvních sedm číslic  $\pi$  ☺



Pak vzal Ježíš své učedníky na horu, svolal je k sobě a učil je říka:

Blahoslavení chudí duchem, neboť jejich je království Nebes.

Blahoslavení plačící...

Blahoslavení tiší...

Blahoslavení ti, kdo hladovějí a žízní po spravedlnosti...

Blahoslavení milosrdní...

Blahoslavení čistého srdce...

Blahoslavení ti, kdo působí pokoj...

Blahoslavení ti, kdo jsou pronásledováni...

Radujte se a jásejte, neboť hojná je vaše odplata v nebesích.

Pak Šimon Petr řekl: „Máme si dělat poznámky?“

A Ondřej řekl: „A to se máme učit nazpaměť?“

A Jakub řekl: „Bude se z toho psát písemka?“

A Filip se přidal: „Co z toho můžeme zapomenout?“

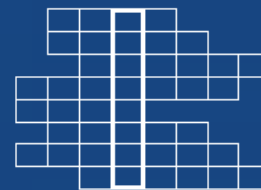
A Jan navrhl, že stačí, aby se to naučil jen jeden z nich.

A Matouš se ozval: „A jak to všechno souvisí s reálným životem?“

A Jidáš to uzavřel: „Kdy už zas půjdeme dál?“

Nakonec jeden z přítomných farizeů požádal, zda by mohl vidět Ježíšovy učební plány, a ptal se, jaké konkrétní cíle sleduje Ježíšovo vyučování v kognitivní oblasti.

A Ježíš zaplakal...



1	2	3	4	5		6	7	8	9	10	11
12						13					
15			16		14		18			20	
22		17		23		19			21		
		28	24		30			25			26
27	29			31							
32								33			
37					38		34		40	35	36
	42			39				41		45	
43			44			48			46		
50		47			49		51				
52							53			54	



## Vodorovně

- 1) NA POČÁTKU BYLO...
- 6) MUŽSKÉ JMÉNO, KTERÉ TVOŘÍ OTEC (KNIŽNĚ)  
A POHŘEBNÍ HOSTINA
- 12) NĚCO Z ÚČTU
- 13) SPIELBERGŮV HOROR, ALE V JEDNOTNÉM ČÍSLE
- 15) ZÁPAS BEZ M
- 16) TO, S ČÍM SVÁDÍ BOJ DOBRO
- 18) CHEMICKÁ ZNAČKA XENONU
- 20) PYL, KTERÝ L UPIIL
- 21) BÝT (ANGLICKY)
- 22) JE PRCHAVÝ, TĚKAVÝ A TEKUTÝ
- 23) JE JAKO ABATYŠE, ALE U MUŽSKÝCH ŘÁDŮ
- 27) **TAJENKA**
- 28) BYL BY TO NOS, KDYBY MU NĚKDO NEUKRADL O
- 30) JEDNA Z NEJDELEŠÍCH A NEJVODNATĚJŠÍCH ŘEK  
V JIŽNÍ AMERICE
- 32) DŮL, ALE VE TVÁŘI
- 33) ZKRATKA OBLÍBENÉHO (ZPRAVODAJSKÉHO)  
POŘADU, KTERÝ VYSÍLÁ TV NOVA
- 37) NAZÝVÁ SE TAK BOLTEC LOVNÉ ZVĚŘE A PSŮ
- 38) KDYŽ NĚKOMU POLIJE TVÁŘ, DOTYČNÝ ZČERVENÁ
- 39) KTERÉ SE DOBŘE A SNADNO ČTE
- 40) V ARABŠTINĚ JE TO CTITEL BOHA
- 42) JDETE DO OBCHOĐÁKU, KTERÉMU HOVOROVĚ  
MŮŽETE ŘÍCT...
- 43) INICIÁLY KAMARÁDA DO DEŠTĚ, TEN  
TMAVOVLASÝ TO NEBYL
- 44) KŘÍČTE TO NA ITALIA A ON BUDE VĚDĚT, ŽE JSTE  
PRO
- 45) TO BOLÍ!
- 48) SOUSTAVA NOTOVÉHO ZÁZNAMU HUDBY
- 50) MĚKKÁ POJIVOVÁ TKÁŇ, KTERÁ SE MŮŽE TAKY  
ZRANIT
- 51) POSPÍCHAT, OVŠEM KNIŽNĚ
- 52) KDO CHCE HOVOŘIT O KOZÁCKÉM NÁČELNÍKU,  
POUŽÍJE TOHLE SLOVO
- 53) OBYVATEL IRSKA VE SLOVENSKÉM PROVEDENÍ
- 54) JÁ + ... = MY

## Svisle

- 1) JE NA RUCI A MŮŽE BÝT VELKÝ
- 2) POKOŽKA SE SRSTÍ NA MLADÉM PAROŽÍ
- 3) GORILA I ŠIMPANZ DĚLAJÍ HOP A KNIŽNĚ SE JIM  
ŘÍKÁ ...
- 4) HLE!
- 5) EVROPSKÉ MĚSTO, KTERÉ DĚLÁ IÁ
- 6) PŘI SÁZCE SE NA TO URČITĚ ZEPTÁTE
- 7) JEDNO Z ODDĚLENÍ V BÍLÉ LABUTI
- 8) SILNÉ SVĚTLÉ PIVO, ALE ANGLICKY
- 9) ZEMĚ V SUMERSKÉ MYTOLOGII
- 10) HLEDISKO, ZŘETEL ČI...
- 11) RTĚNKOU SI NENAMALUJU OČI, ALE...
- 14) KDO POSUZUJE VĚDECKOU PRÁCI
- 17) JE TO SLOVENSKÁ ŘEKA S PODIVNÝM NÁZVEM
- 19) KAPELA SPOJENÁ S MUZIKANTEM ALEŠEM  
BRICHTOU
- 21) NEROZLUČNÁ KAMARÁDKA HERCEGOVINY
- 24) NA TVÁŘI LEHKÝ..., HLUBOKÝ V SRDCI ŽAL,  
NAPSAL K. H. MÁCHA
- 25) JEHLA A...
- 26) OBCHODNÍ AKADEMIE (ZIKR.)
- 27) ČESKÝ PODNIK, KDE SE VYRÁBĚJÍ NOŽE  
A NŮŽKY
- 29) KDYŽ CHCETE DÁT NĚCO DO RULIČKY, BUDETE  
TO...
- 31) IČO SE NĚKDY UVÁDÍ I JAKO...
- 34) HODÍ SE NA VÁNOČNÍ DEKORACE
- 35) BÍT, ALE DĚTSKÝM STYLEM
- 36) MILAN CHLADIL A YVETTA SIMONOVÁ SE JIMI  
PROSLAVILI
- 39) ČA + VI - ZAMÍCHAT A MÁTE NERV
- 41) PÁTÝ ŽIVEL
- 43) SATURNIN CHTĚL PO SVÉM PÁNOVI, ABY  
CHYTL...
- 44) DÁVÁ SE DO MOBILU
- 46) K VYJÁDŘENÍ POVZDECHNUTÍ TO STAČÍ
- 47) NENÍ PŘED, TAKŽE MŮŽE BÝT...
- 49) TV SERIÁL S VAŠUTEM A BROŽOVOU  
S NÁZVEM ONA A...



Blížíte se k místu, kde si děti hrají na chodníku. Jak se musíte zachovat?



- A Podle okolností zpomalit jízdu a být připraven brzdit.
- B Pokračovat v jízdě stejnou rychlostí, abych neomezil vozidla za sebou.
- C Dát výstražné zvukové znamení a pokračovat v jízdě.

Správná odpověď

A)



V této rubrice našeho časopisu máte možnost hádat, kdo z učitelů se skrývá za mladistvým vzhledem na fotce.







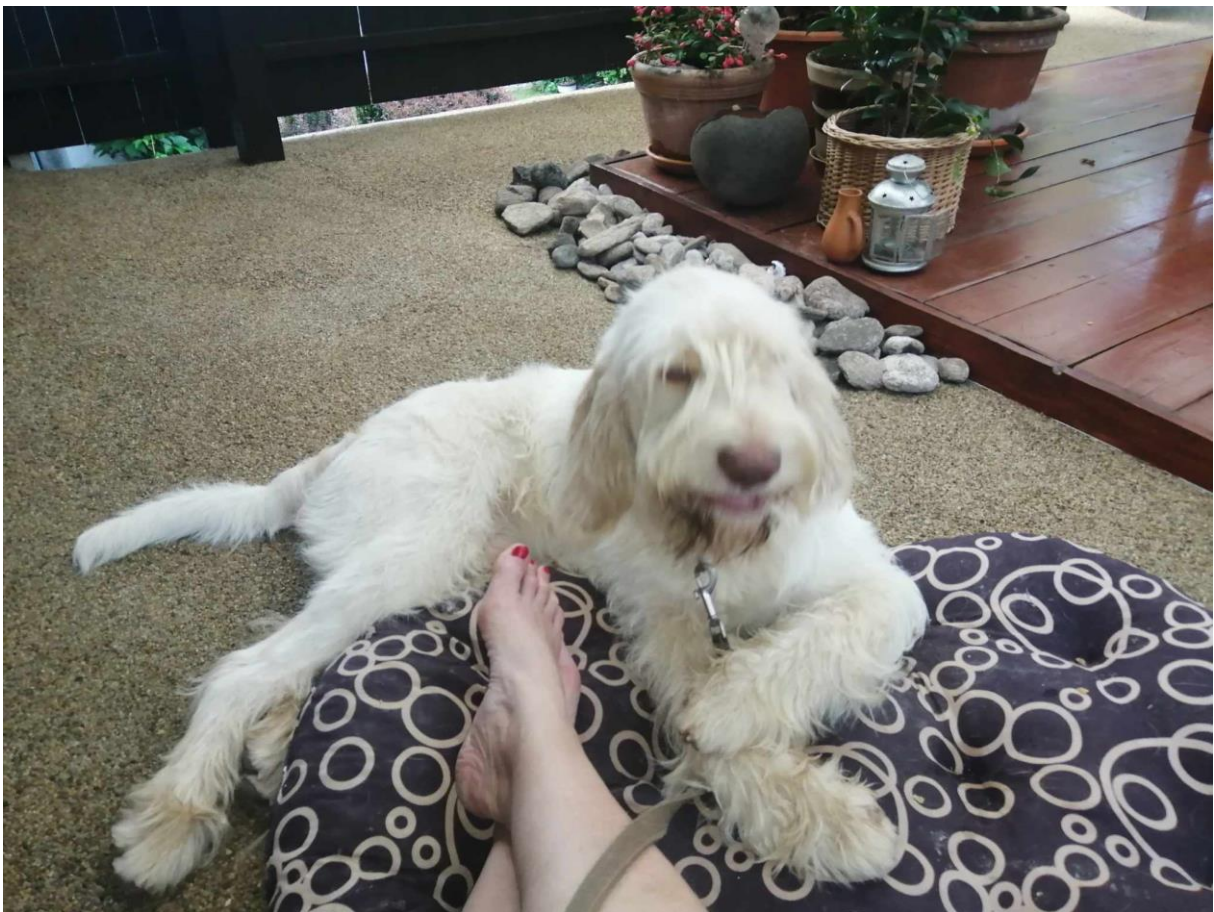




Cooper – italský spinone



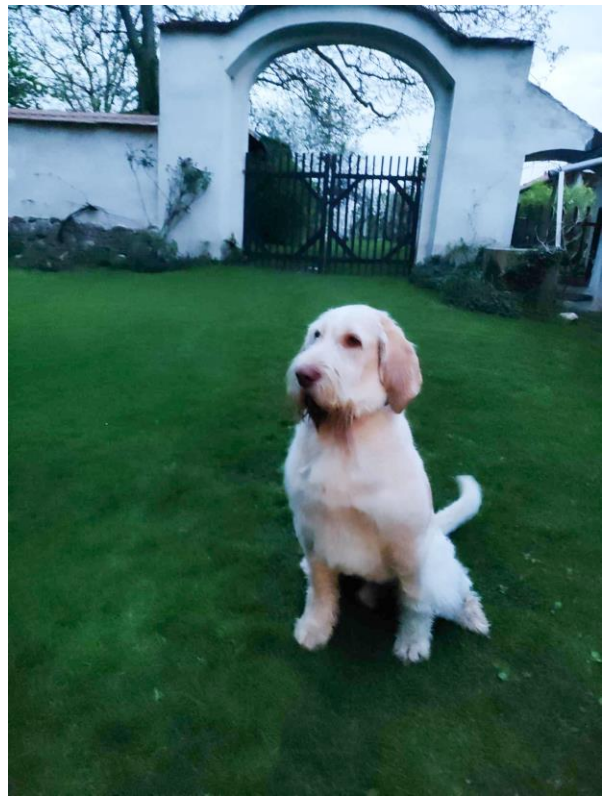
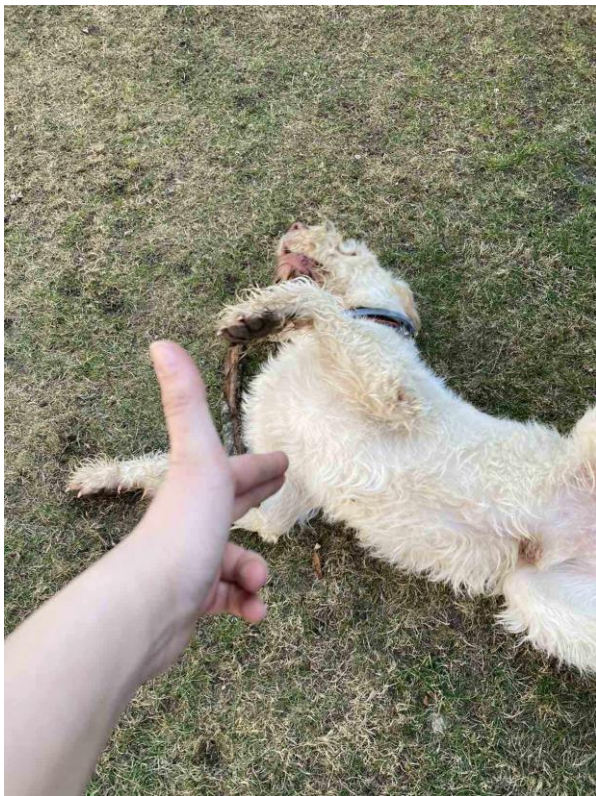
















Autor: Redakce

## Městské kolo ve florbale chlapců

Dne 3. dubna proběhlo městské kolo florbalového turnaje chlapců. Naši chlapci se zúčastnili skupiny D, kde odehráli tři kvalitní zápasy. S prvním týmem jsme prohráli jasně 0:3 a druhý zápas jsme po těžkém boji bohužel také prohráli 1:3. Ve třetím utkání jsme se ujali vedení 1:0, dlouho jsme tento stav udržovali, ale po vyloučení našeho hráče se stav utkání bohužel otočil a prohráli jsme nakonec 1:4.

Chlapcům patří velké díky za předvedené výkony a reprezentaci školy.

Zapsal: Mgr. Peter Milčák





## Somatologický den

Dne 4. dubna se naše škola poprvé zúčastnila 15. ročníku „Somatologického dne“ v Olomouci. Soutěž se konala na místní střední zdravotnické škole v prostředí krásně zrestaurované kapele.

Na soutěž dorazili soutěžící z osmi středních zdravotnických škol z celé Moravy. Celkem bylo odprezentováno 17 prezentací. Naši školu reprezentovala vítězka školního kola, žákyně Tereza Pokorná z PS ID s prezentací na téma Dýchací soustava. Žákyně Elen Janíková, taktéž z PS ID, byla členkou žákovské poroty.

Všechny prezentace byly na vysoké úrovni a o umístění rozhodovaly jen detaily. Velmi příjemnou a pohodovou atmosféru podpořilo i klavírní vystoupení talentovaného žáka místní školy.

Nakonec byli všichni soutěžící oceněni účastnickým listem a drobnou odměnou. I když se naše škola neumístila na předních místech, odjžděli jsme všichni s dobrou náladou a plni nových zážitků a zkušeností.

Zapsala: Mgr. Hana Dvořáková

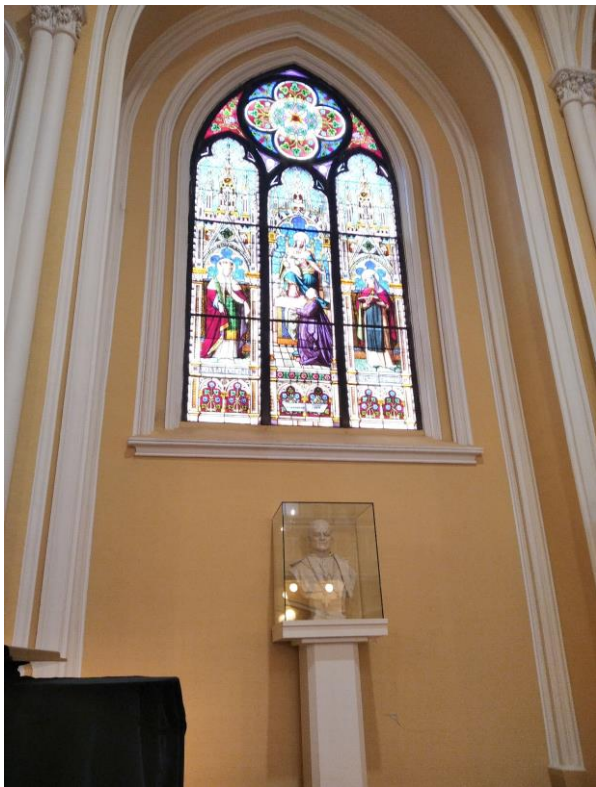












## Věznice Kuřim

Dne 8. dubna jsme se třídou 4.5 navštívili v rámci odborné exkurze věznicí Kuřim. Po přivítání pracovníky vězeňské služby jsme se přesunuli do společenské místnosti, kde jsme se dozvěděli několik základních informací o věznicí a systému věznic v ČR.

Věznice Kuřim je určena pro výkon trestu odnětí svobody odsouzených mužů starších 18 let, kteří byli soudem zařazeni k výkonu trestu do věznice s ostrahou ve středním a vysokém stupni zabezpečení. Součástí vysokého stupně zabezpečení jsou specializovaná oddělení pro výkon ochranného léčení sexuologického a pro výkon trestu odsouzených s poruchou osobnosti a chování. Ubytovací kapacita věznice je stanovena na 490 odsouzených se zachováním 4m<sup>2</sup>. Vězni jsou ubytováni na společných ložnicích s průměrnou kapacitou 10 lůžek, jsou zde však také pokoje pro 2, nebo i 13 odsouzených.

Zabezpečení správného chodu věznice a dodržování zákonných norem zajišťuje 257 zaměstnanců, z nichž je 148 příslušníků ve služebním poměru a 109 občanských pracovníků. Věznice vytváří podmínky pro zaměstnávání odsouzených ve středisku hospodářské činnosti, ve svém vlastním provozu a u soukromých firem. Dlouhodobě se zaměstnanost vězňů pohybuje kolem 50 %.



Po teoretickém představení věznice jsme se vydali na prohlídku jednotlivých budov a oddělení. Navštívili jsme ubytovnu odsouzených (střední stupeň zabezpečení; prvověznění odsouzení), oddíl pro výkon kázeňských trestů (tzv. celový systém), specializovaný oddíl pro odsouzené s poruchou duševní a poruchou chování, jehož hlavní terapeutickou náplní je právě program zaměřený na změnu agresivního a násilného jednání, dále jídelnu odsouzených, výrobní halu (call centrum a výroba palet), učebny a hudebnu.

Zapsal: Mgr. Ondřej Otava



## Okresní kolo ve florbale dívek

Dne 11. dubna se naše škola zúčastnila okresního kola ve florbale dívek. Celkově byly nalosovány dvě skupiny a naše děvčata byla ve skupině B, kde postupně odehrála tři zápasy. První zápas jsme prohráli po těžkém boji 0:2. Ve druhém zápase, který následoval hned po tom prvním, holky bojovaly do poslední minuty jako lvice a svoje úsilí zúročily vyrovnávacím gólem v poslední minutě na 1:1. Ve třetím zápase se u našich holek, kterých bylo pouze osm, projevila velká únava a prohrála 0:6. Za předvedené výkony patří děvčatům velké díky a květina. 😊





## Šití panenek pro UNICEF

Na počátku letošního kalendářního roku se žákyně třídy 3S rozhodly, že by chtěly nějakým zajímavým způsobem zúročit, co se naučily v hodinách OVČ a také vzhledem k jejich oboru (sociální činnost) hodinu spojit s pomocí někomu potřebnému. Jako dobrý nápad bylo shledáno šití panenek pro UNICEF. Tato činnost spojila veškeré požadavky, děvčata si mohla nacvičit volnočasové aktivity s jejich budoucími klienty v podobě šití, kreslení a navrhování a též našla skvělý způsob, jak podpořit dobrou věc. Tvorbou panenek se žákyně, mimo jiné, zabývaly až do počátku letošního dubna, aby jejich výrobky byly co nejpropracovanější. UNICEF se tímto programem snaží podpořit očkování dětí v rozvojových zemích. Žákyně si vytvořily buď samy, nebo v menších skupinkách panenky, které musely samy navrhnout, ušít a dokončit do nejmenších detailů. Ne vždy, a ne pro každou z dívek to bylo jednoduché, ale všechny se s tím popraly velmi dobře a panenky jsou krásné a připravené dělat někomu radost. Každá z těchto panenek obdržela svůj vlastní „rodný list“, ve kterém je napsáno její jméno, „datum narození“ a další podstatné informace, společně s informacemi o tvůrkyních. Každá jedna tato panenka byla následně zaslána do UNICEF, kde bude vystavena na jejich e-shopu, odkud si ji může kdokoli adoptovat, čímž umožní zprostředkování vakcíny právě jednomu dítěti. Adoptované panenky jsou vhodné například jako dárek pro radost, kvůli čemuž byly také zhotoveny z měkkých a bezpečných materiálů, aby potenciálně neškodily žádnému dítěti a mohly tím plnit svoji sekundární funkci. Pro děvčata příběh jejich panenek odesláním nekončí. Zpočátku mohou hledat svoji panenku na již zmíněném e-shopu a následně čekat, až si jejich panenku někdo adoptuje a jim přijde od UNICEF blahopřání, že jejich panenka našla svého nového majitele.

Zapsala: Ing. Dita Desová













## Soutěž Matematický klokán

V březnu letošního roku se 160 žáků naší školy zúčastnilo soutěže Matematický klokán. Žáci během 70 minut řešili neobvyklé matematické úlohy různých obtížností v několika kategoriích. Žáci 1. a 2. ročníku soutěžili v kategorii Junior, žáci 3. ročníku řešili úlohy v kategorii Student. Pořadatelem Klokana v České republice je Jednota českých matematiků a fyziků ve spolupráci s Katedrou matematiky PdF UP a Katedrou algebry a geometrie PřF UP v Olomouci. Ceny do soutěže byly zakoupeny z příspěvku SRPD.

Za kabinet matematiky Mgr. Eva Floriánová

### NEJLEPŠÍ ŘEŠITELÉ ŠKOLNÍHO KOLA MATEMATICKÉHO KLOKANA

#### KATEGORIE JUNIOR (1. a 2. ročník)

Místo:	Jméno:	Třída:
1.	Tereza Vondálová	2. LA
2.	Tereza Piotrovská	1.LB
3.	Karolína Budská	1.LB

#### KATEGORIE STUDENT (3. ročník)

Místo:	Jméno:	Třída:
1.	Vojtěch Šhárek	3.LA
2.	Tereza Pochopová	3.LA
3.	Nikola Grundová	3.LB











## Školní výlet 3C – Březová

V neděli 28. května se třída 3C vydala vlakem z Brna do Rokytnice nad Rokytinou do outdoor areálu Březová. Po ubytování jsme absolvovali program lanového centra. Vyzkoušeli jsme si lezeckou stěnu, freefall, zipline do vody, skok do prázdna s jištěním ze čtrnáctimetrové stěny atd. Po obědě jsme absolvovali vědomostně-pohybové únikové hry. Po večeři následovala noční hra důvěry, která spočívala v plnění úkolů se zavázanýma očima. Další den po snídani jsme si vyzkoušeli paintball a lukostřelbu. Po obědě jsme se autobusem dostali do Třebíče, kde jsme absolvovali dvou a půl hodinovou prohlídku pro krásách Třebíče. Navštívili jsme památky UNESCO – židovský hřbitov a židovskou čtvrť. Zajímavostí je také Karlovo náměstí, které se řadí mezi jedno z největších náměstí v ČR a nachází se zde také krásná historická budova – Malovaný dům. Z vlakového nádraží jsme poté odjeli zpátky do Brna.

Žákyně si odvezly bohaté zkušenosti a spoustu nových zážitků a jsem přesvědčena, že se výlet všem moc líbil. :-)

Zapsala: Mgr. Hana Ondrášková







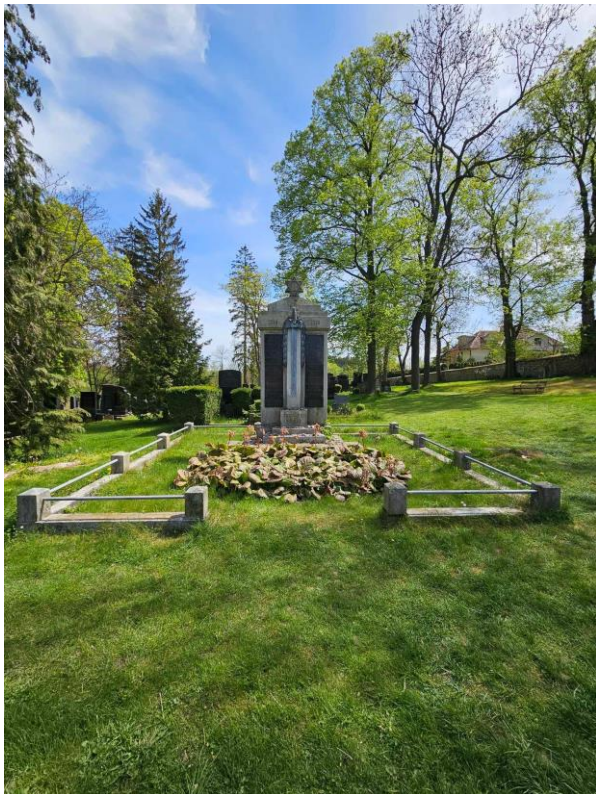




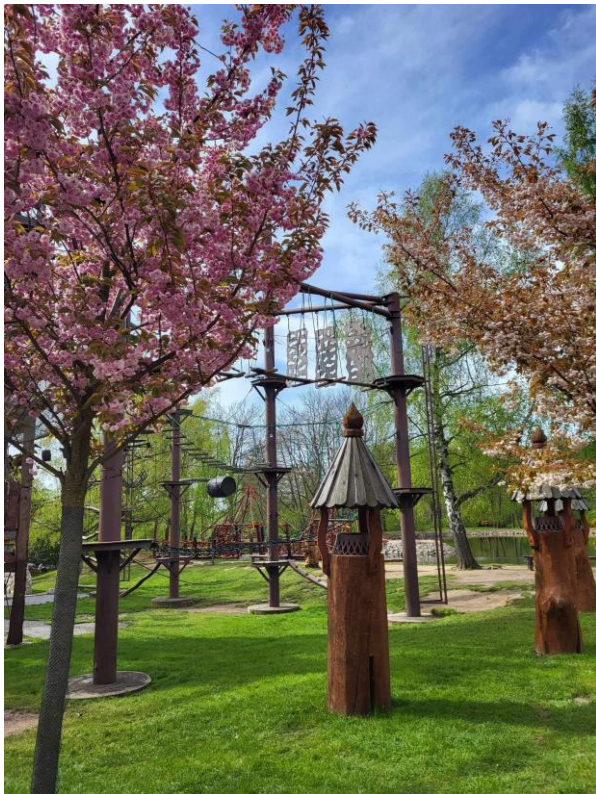














# Poslední zvonění































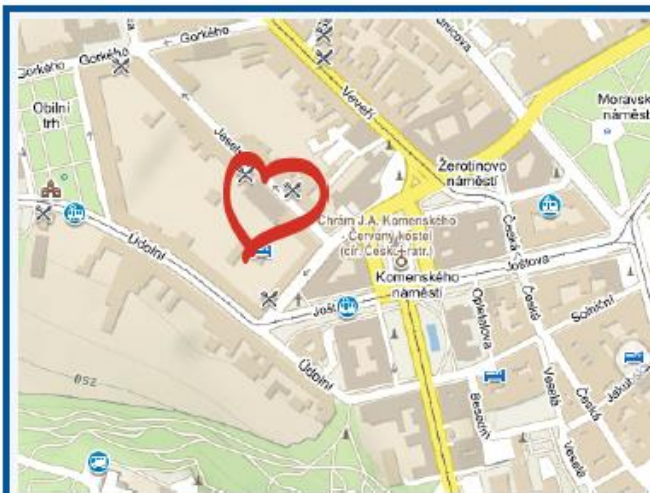








Kde nás najdete?



### Kontakty:

**Střední zdravotnická škola Brno, Jaselská, příspěvková organizace**

**Jaselská 7/9, Brno 602 00**

**Tel.: 541 247 125**

**E-mail: [zkhusakova@szs-jaselska.cz](mailto:zkhusakova@szs-jaselska.cz)**

**[www.szs-jaselska.cz](http://www.szs-jaselska.cz)**

**[www.facebook.com/SZŠ-Jaselská-Brno](https://www.facebook.com/SZŠ-Jaselská-Brno)**



## Příspěvatelé jednotlivých rubrik

Literární okénko – Tereza Menšíková

Tajemství komunikace ve skautském oddíle (I. část) - Daniel Kalousek

Sociální sítě – Anastasia Kurucová

Exkurze Praha – Joao Julio Mabinti

Úvahy o praxi – Barbora Šmídřková

Zajímavý koníček – Filip Krytinář

Můj nejzajímavější sportovní zážitek – Veronika Hajdůšková

Kdo mně přivedl ke sportu – Vendula Chromková

Já a sport – Karolína Korgerová

Já a výživa – 4B

Jak zvládnout přechod ze střední školy do pracovního prostředí – ChatGPT

Recepty s AI – Google Gemini

Medailonky sportovců – Mgr. Jan Pejpek

Tipy na filmy a seriály – Mgr. Marika Kaňová a redakce

Tipy na (ne)povinnou četbu – Mgr. Klára Čáslavová a redakce

Tipy na zajímavé aplikace – redakce

Hantec kolem nás – Richard Chromý

Ostravské okénko – Mgr. Barbora Baláková

Tajemné předměty – redakce

Rébus – Mgr. Marika Kaňová

Vtipy pro lepší den – Mgr. Marika Kaňová

## Umístění časopisu na stránkách školy

<https://www.szs-jaselska.cz/studium/casopis-jaselsky-kuryr/>

Šéfredaktor – Mgr. Jaroslav Miřkyna



## Úspěchy našich novin



3. místo  
v kategorií - střední školy v Jihomoravském kraji 2017  
časopisu  
Jaselský kurýř



1. místo  
v kategorii - střední školy v Jihomoravském kraji 2018  
časopisu  
Jaselský kurýř



Celorepublikové 11. místo za rok 2020



**Finalista celorepublikové soutěže  
O nejinspirativnější středoškolský časopis  
2017, 2019, 2020, 2022**

**Odborový svaz novinářů a pracovníků medií České Republiky**



**Střední zdravotnická škola, Brno,  
Jaselská, příspěvková organizace  
Jaselská 7/9, 602 00 Brno**

