



ŠKOLA
PODPORUJÍCÍ ZDRAVÍ



Jaselský kurýř

ŠKOLNÍ
ČASOPIS ROKU

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

1/2024 - 56. vydání





Obsah



Nabídka soutěže pro žáky – tvorba spotřebitelského časopisu	4
Projekt Youth 4 Impact	6
Basketbalový úspěch SZŠ Jaselské	8
Soutěž školních novin – Školní časopis roku	12
Na oběd s Honzou – pozvánka do jídelny Grohova	14
Tvůrčí psaní studentů – Jak jsem překonala sama sebe	16
Úvahy o praxi	19
Útvary v planimetrii	20
Exkurze do Olomouce	22
Vánoční Olomouc	26
Prohlídka kostnice u sv. Jakuba	29
Oživ obraz	33
Rodokmen kornoutků z jazyka	36
Zajímavý koníček – volejbal	37
Můj nejzajímavější sportovní zážitek	39
Kdo mě přivedl ke sportu	40
Já a sport	41
Já a výživa	43
Proč nepít alkohol	45
Recepty s AI – tradiční guláš	47
Medailonky sportovců – Ser-Od Bat-Ochir	49
Tipy na filmy a seriály	51
Tipy na (ne)povinnou četbu	52
Tipy na zajímavé aplikace	53
Hantec kolem nás – Jak Žanek Žižkové šeredně vyboča křížatý	54
Ostravské okénko	

Tajemný předmět.....	56
Rébus.....	58
Vtipy pro lepší den.....	59
Křížovka.....	60
Zpátky do autoškoly.....	62
Poznej svého učitele.....	63
Mazlíček Vašeho učitele – Cat Stevens (Mgr. Klára Čáslavová).....	64
Vyslechni svého učitele... Tentokrát se Pavlínou Mrůzkovou.....	68
Kronika školy aneb co se událo ve škole za měsíc prosinec.....	72
Kde nás najdete?.....	91

Marcel Kolaja

Obecně prospěšná společnost dTest

pod záštitou

Českého telekomunikačního úřadu

a

kvestora Evropského parlamentu Marcela Kolaji

vyhlašuje



Český telekomunikační úřad

16. ročník soutěže Spotřeba pro život spočívající v tvorbě vzorového vydání spotřebitelského časopisu pro mládež, zaměřeného na testování výrobků a služeb.

Motto soutěže: Kdo si chce pořízovat bezpečné a kvalitní výrobky či služby, měl by být schopný si k nim informace najít, ověřit a využít.

Nosným tématem tohoto ročníku soutěže je:

Život a práva v digitální éře

Ceny pro vyhodnocené soutěžní kolektivy

Vyhodnoceno bude pět soutěžních časopisů, jejichž tříčlenné redakční týmy obdrží věcné ceny věnované vyhláшателеm soutěže a jejími podporovateli.

První tři redakční týmy obdrží spolu se svými koordinátory jako cenu zájezd do sídla Evropského parlamentu v Bruselu věnovaný kvestorem Evropského parlamentu Marcelem Kolajou.

Každá zapojená škola obdrží zdarma předplatné tištěné verze časopisu dTest pro následující školní rok.

dTest, o.p.s.

Černomořská 419/10
101 00 Praha 10
tel.: +420 241 404 922
fax: +420 241 406 533
dtest@dtest.cz
www.dtest.cz

IČ: 45770760
DIČ: CZ45770760
zápis u Městského
soudu v Praze,
oddíl O, vložka 1277

bankovní účet:
2700029989/2010
Fio banka, a. s.

Podmínky soutěže

Soutěž je vypsána pro studenty gymnázií a středních škol, vyšších odborných škol a žáky odborných učilišť, mohou se jí ale účastnit samostatně i studenti a žáci zapojení do různých forem mimoškolních odborných aktivit.

Každý soutěžní kolektiv reprezentuje tříčlenný redakční tým a koordinátor z řad dospělých. Počet, věk a profesní zaměření konzultantů podmínky soutěže neomezují.

Soutěží se v tvorbě vzorového vydání spotřebitelského časopisu pro mládež zaměřeného na zpracování vlastních rozborů poznatků a zkušeností získaných v rámci vyhlášeného nosného tématu, včetně případného vypracování souvisejících testů výrobků či služeb. Soutěžní časopis má v tištěné podobě formát A4, 8 až 12 číslovaných stran obsahu

a 4 strany samostatné obálky; na titulní straně se uvede logo časopisu, jeho název a vydavatelské údaje, na poslední straně pak tiráž se jmény autorů. Dodržení vymezeného rozsahu a tištěné formy časopisu je předpokladem pro zařazení do hodnocení.

V případě použití převzatých materiálů musí být vždy uveden zdroj těchto materiálů a převzaté materiály by neměly tvořit většinu obsahu časopisu.

Doporučený postup

Náš život se čím dál více přesunuje do digitálního světa. Nakupujeme nejrůznější zboží, digitální produkty či služby. Stahujeme si z internetu digitální obsah a s ním pak určitým způsobem zacházíme, tedy využíváme digitální služby. Dříve běžné zboží se stává zbožím s digitálními vlastnostmi, například není televize jako televize.

Pokud si objednáte digitální obsah či službu, máte obdobně jako v případě jakéhokoli jiného zboží právo jej reklamovat. Víte ale, kde a jak? Liší se reklamáce běžného zboží od reklamáce digitálního?

Často máme dojem, že některé produkty či služby jsou zdarma. Obvykle však za ně platíme svým soukromím a osobními daty. Jak je obchodníci mohou využít? A kdo a jak je může třeba i zneužít? Soutěžící se tak mohou zaměřit nejen na nové pojmy a práva spotřebitelů s nimi spojená, ale také se zamyslet, zda placení za zboží či službu osobními daty je vždy výhodné a zda nenesou pro ně také nějaká rizika.

Dnešní mladá generace s technologiemi vyrostla, bohužel se ale již od dětství mohla setkat i s takovými problémy, jako je kyberšikana či kyberšmejdi. V časopise se tak soutěžící mohou věnovat i tomu, co se za těmito pojmy skrývá a jak se bránit. Stejně tak se soutěžící mohou zamyslet, jak udržet digitální život na uzdě a jak nastavit rovnováhu mezi online a off-line životem.

Hodnocení

Soutěžní časopisy bude hodnotit odborná porota, jejíž hodnocení bude vycházet z následujících kritérií: nápad, odbornost, vzhled časopisu a celkový dojem.

Organizace soutěže

1. Doručení soutěžních časopisů je nezbytné zajistit na adresu: dTest, o.p.s., Černomořská 419/10, 101 00 Praha 10 - Vršovice, nejpozději do 15. března 2024. A zároveň elektronickou kopii časopisu v témže termínu na e-mail spoluprace@dtest.cz (přednostně formát pdf).
2. Výsledky soutěže budou zveřejněny nejpozději 31. března 2024 na webových stránkách pořadatele www.spotrebaprozivot.cz. Vyhodnocené soutěžní kolektivy budou rovněž informovány přímo.
3. S žádostmi o doplňující informace k soutěži je možné se obracet na oddělení péče o zákazníky dTestu, e-mail: spoluprace@dtest.cz, telefon: 241 404 922.
4. Účastí v soutěži dávají autoři souhlas pořadatelům soutěže s nekomerčním využitím předaných materiálů k propagaci soutěže a spotřebitelské problematiky.
5. Termín vstupu do soutěže není časově omezen. Podmínkou pro zařazení do hodnocení je pouze dodržení termínu dodání soutěžních časopisů, a to v obou požadovaných formách (tištěná a elektronická).

Projekt Youth 4 Impact (dříve známý pod názvem Edison), jehož cílem je spojit mladé lidi odlišných kultur a národností a umožnit jim seznámit se s tradicemi, zvyky, politickou, sociální, ekonomickou a kulturní situací v jiných zemích, se již po druhé uskuteční i na Střední zdravotnické škole, Brno, Jaselská, p. o. Projekt probíhá ve spolupráci s organizací AEISEC.



Kdy: Od 21. ledna do 28. ledna 2024

Kde: V prostorách školy

Na co se můžete těšit:

Účastníci projektu budou prezentovat své země a debatovat s žáky školy na různá témata. Vše bude probíhat v angličtině, což bude mít výrazný vliv na potlačení ostychu z komunikace v cizím jazyce a přispěje k prohloubení konverzačních dovedností žáků SZŠ Brno, Jaselská, p. o.



Časový harmonogram:

pondělí:

- 7:50–8:30 slavnostní uvítání zahraničních studentů ve Dvoraně
- 8:40–13:10 výuka dle harmonogramu

úterý:

- 8:40–13:10 výuka dle harmonogramu

středa:

- 8:40–13:10 výuka dle harmonogramu
- 14:00–16:00 „Global Village“, učebna č. 37

čtvrtek:

- 8:40–13:10 výuka dle harmonogramu

pátek:

- 8:40–13:10 výuka dle harmonogramu
- 14:00 rozloučení se studenty



Basketbalový úspěch SZŠ Jaselské









[Další fotky naleznete zde](#)



Jako každý školní rok se i letos naše školní noviny zúčastnily soutěže o nejlepší školní časopis roku, kterou pořádá Asociace středoškolských klubů České republiky. Soutěže se zúčastnilo celkem 216 školních časopisů z celé republiky. V těžké konkurenci jsme postoupili do finále soutěže a celkově obsadili krásné 31. a 19. místa ve dvou kategoriích.



VÝSLEDKOVÁ LISTINA FINALISTŮ ROKU 2023 17. ROČNÍK CELKEM PŘIHLÁŠENÝCH ČASOPISŮ: 216

STŘEDNÍ ŠKOLY

1. Gilotina – Gymnázium, Brno-Řečkovice
2. Presloviný - Smíchovská střední průmyslová škola a gymnázium
3. Buzola - Gymnázium Josefa Ressela, Chrudim
4. Koule – Vyšší odborná škola a Střední škola, České Budějovice
5. Gutenberg - Střední škola mediální grafiky a tisku, Praha
6. Ámos – Gymnázium, Třinec
7. GéHáčko – Gymnázium, Hostivice
8. Mates - Obchodní akademie Český Těšín
9. Komár - Gymnázium, Havířov
10. Zkrat – Střední průmyslová škola strojní a elektrotechnická, Liberec
11. Elektronka - Střední průmyslová škola elektrotechnická a Vyšší odborná škola Pardubice
12. OG Chronicgle - Open Gate gymnázium a základní škola, Babice
13. Soukromák - Táborské soukromé gymnázium a Základní škola, s.r.o.
14. Vedneměsíčník - Gymnázium České Budějovice
15. Labyrint ekonomu - VOŠ, OA, SOŠ a JŠ s pr. SJZ EKONOM, o.p.s., Litoměřice
16. Odraz - Střední odborná škola umělecká a gymnázium, s.r.o. - Ostrava – Zábřeh
17. Maschinengewehr - Masarykovo gymnázium, Plzeň
18. Šaldoviny - Gymnázium F. X. Šaldy, Liberec
19. Božkopis - Gymnázium Josefa Božka, Český Těšín
20. Gangstas - Gymnázium Na Vítězné pláni, Praha 4
21. Samorost - VOŠL a SLŠ B. Schwarzenberga Písek
22. Internátní střípky - Domov mládeže při SŠHS, Kroměříž
23. TGM TIMES – Gymnázium, Frýdlant nad Ostravicí
24. Fénix – Gymnázium, Brno-Bystrc
25. Student revue, Mladá Boleslav - Gymnázium Dr. Josefa Pekaře
26. OrTo - Gymnázium Jiřího Ortena, Kutná Hora
27. DALEKOHLEDím - Gymnázium, Židlochovice
28. Žakovská knížka – Gymnázium, Kadaň
29. Kompot - Gymnázium Praha 9
30. Cirkulárka - Gymnázium, Havířov-Podlesí, p. o.
31. **Jaselský kurýr – Střední zdravotnická škola, Brno**
32. Mazec - Soukromá SOŠ manažerská a zdravotnická
33. Kladrubský jezdec – Střední škola chovu koní a jezdectví, Kladruhy nad Labem



ŠKOLNÍ ČASOPIS ROKU

Webové e-ziny

Střední školy

1. GVM Listy, Gymnázium, Vysoké Mýto
2. Gym TV, Gymnáziu Příbram
3. Magazín Grafoman, Gymnázium, Strakonice
4. Busta, Gymnázium Vítězslava Nováka, Jindřichův Hradec
5. Šaldoviny, Gymnázium F.X.Šaldy, Liberec
6. Chrudimka, Obchodní akademie, Chrudim
7. Televize T.G.M, Gymnázium a Jazyková škola s právem státní jazykové zkoušky, Zlín
8. Glossarium, Wichterlovo gymnázium, Ostrava- Poruba
9. Médium Odraz, Střední odborná škola a gymnázium s.r.o., Ostrava.Zábřeh
10. Zkrat, Střední průmyslová škola strojní a elektrotechnická, Liberec
11. Gilotina, Gymnázium, Brno
12. Prestižní Student, Gymnázium Praha 6
13. Proud, Gymnázium Přípotoční, Praha 10
14. Vofce, Vyšší odborná škola, Střední průmyslová škola automobilová a technická, České Budějovice
15. Student revue, Gymnázium Dr. Josefa Pekaře, Mladá Boleslav
16. 4YOU, Česko-anglické gymnázium s.r.o, České Budějovice
17. Palachoviny, Gymnázium Jana Palacha, Mělník
18. Aleo, Gymnázium, Praha 6
19. **Jaselský kurýr, Střední zdravotnická škola, Brno**
20. OrTo, Gymnázium Jiřího Ortena, Kutná Hora
21. Vedneměsíčník, Gymnázium, České Budějovice
22. Gangstas, Gymnázium, Praha 4



Střapačky se zelím a dvěma polévkami



Guláš s rýží, banánem a dvě polévky



Řízek v těstíčku a bramborový salát + sladká tečka



Domácí sekaná s kaší, okurkem a dvěma zelnými polévkami



Čočka s vejcem, okurkem a bez páрку, dvěma polévkami a kefirovým mlíkem



Autor: Kateřina Peřová

Opravdu hodně dlouho mi trvalo vymyslet, co se vlastně myslí pod pojmem „překonat sám sebe“. Protože zrovna já jsem ve svém životě nepřekonala nic tak velkého, co by za to stálo napsat. Aspoň mě to však přinutilo zapřemýšlet trošku o svém životě, takže jsem si vlastně uvědomila, že sama sebe překonávám pouhými maličkostmi každý den. Celý svůj život se potýkám se stydlivostí, mám strach mluvit na veřejnosti, mluvit s cizími lidmi a celkově mám strach, co si o mně ostatní myslí. Z velké části hlavně kvůli mé mému menšímu problému s vyslovením „r a ř“. Já se vlastně většinu času sama neslyším, i když vím, že to dělám. Stačí však, aby na to někdo upozornil, pakliže to nemyslel zle, já se vždy zařeknu, že už v dané situaci nic neřeknu. A pak se s tím zase dlouho srovnávám, než se přestanu slyšet a hlídat si, co říkám, aby tam náhodou nebylo moc „r a ř“. S tímto problémem se však podle paní doktorky už moc překonat nemohu, ale s tím hlavním ano. Protože to je ta věc, bez které se v životě neobejdu, a proto se snažím ji každý den překonávat, tuhle skutečnost jsem si uvědomila přibližně na konci základní školy, a proto jsem začala vyhledávat situace, kdy se s lidmi hodně komunikuje. A toho jsem docílila hlavně v podobě brigád.

Moje první brigáda byla pro mě strašně stresující. Byla jsem servírka u jedné cateringové společnosti, která se specializovala na svatby, firemní večírky a oslavy. Dodnes si pamatuji, jak mi bylo před tou první firemní akcí nevolno, naštěstí tam byl moc příjemný kolektiv, hned mě narychlo zaškolili, co budu vlastně dělat, pak jsem dostala zástěru, košili a motýlka. Za celý večer jsem toho ve finále moc nenamluvila, ale za to rychle utekl a já mohla jít domů s dobrým pocitem, že jsem si něco vydělala, a ještě jsem zvládla být v takové veliké společnosti. S každou další akcí mi to šlo lépe, zjistila jsem totiž, že ze začátku jsem byla stydlivá vždy, a s postupem hodin, kdy akce ubývala, se otrkáte, už trochu ty lidi znáte, víte, jestli jsou vám sympatičtí či ne, a navíc tam si ani nemůžete dovolit jakoby bát někoho na něco nezeptat. Pak však začal covid, a tak hromadné akce ustaly.

Po nějaké době a distanční výuce však nastaly velké školní prázdniny, a já si tentokrát našla brigádu jako uklízečka v jednom místním campu na Vysočině. Camp vlastnili Holanďané, takže s nimi byla ještě horší domluva, jak pro mě, tak pro ně. I tak to však jsou milí a trpěliví lidé, díky kterým to byla skvělá brigáda. Neměla jsem tehdy moc peněz na hodinu, ale za ten pocit, že vlastně každý den pracuji, jako dospělý člověk, mi to stálo.

Pak nastala zase škola plná jiných zážitků, a hlavně první školní praxe v nemocnicích, či v domovech pro seniory. Byla to pro mě opět nová zkušenost, opět něco nového, než jen něco vidět a naučit se z učebnice.

Po školním roce jsem se o velkých prázdninách uchýlila k brigádě v obchodě Coop jako obsluha u pultu s uzeninami a saláty a sýry. Tam bylo za ten den tolik komunikace s lidmi, až mi toho šla vždy večer hlava kolem. Sice jsem už tehdy začínala lépe komunikovat, ale stále jsem měla strašný strach z toho, co si o mně lidé myslí, měla jsem pocit, že oni jsou něco více než já, a proto jsem byla z každé směny tak ve stresu. Nakonec to však dobře dopadlo a já to bez úhon zvládla. O těchto prázdninách udělalo v mém pokroku v komunikaci i můj tehdy nový přítel, protože jsem před ním nechtěla vypadat jako zakřiknutá a stydlivá holka, která se všeho bojí, začala jsem se snažit už kvůli němu. Což se mi z velké části pomohlo a pomáhá mi vlastně tento důvod i dodnes, jelikož stále před ním nechci vypadat, že bych snad měla strach mluvit s lidmi.

Přes školní rok jsem bohužel nikam na brigádu nechodila, ale abych si to vynahradila, opět jsem si našla další o velkých prázdninách. A poprvé snad za svůj život mohu říci, že jsem na sebe v tomhle ohledu pyšná, jelikož jsem celé prázdniny strávila prací. Začala jsem od 1. července jako pokladní ve zmrzlinárně na Vysočině, kde jsem mimo pokladní také plnila krabice zmrzlin do mrazáků a udržovala prodejnu čistou. Bývala jsem tam každý všední den od 7:30 do 17:00, a i když mě to tam někdy nebavilo, získala jsem tam spoustu nových zkušeností, nových přátel a známých a zážitků. O víkendech jsem zase chodila se sestrou uklízet na již zmíněný Camp, kde mě to moc bavilo. Se sestrou jsme také občasně chodily obsluhovat na letní zábavy a akce, takže ohledně komunikace s lidmi mám obrovské zásoby na hodně dlouho.

Když se vlastně v této chvíli zastavím a zamyslím se, tak si uvědomím, že už dávno nejsem ta zakřiknutá holka, co by si raději nechala ujet autobus domů, než se zeptat na cestu na zastávku. Sice mám stále v sobě takový ten pocit, že raději nechci s nikým mluvit, protože když s nikým nemluví, je menší pravděpodobnost, že se nějak ztrapním. Už jsem si ale zvykla, tento pocit v sobě potlačit, prostě začnu mluvit a snažím se nemyslet na to, co by se mohlo stát, kdybych řekla to, či ono, kdyby se stalo něco a podobně. Prostě je to něco jiného a pro mě nového, že bych svému mladšímu já sama neřekla, že to někdy budu umět. Samozřejmě jsem si nikdy nemyslela, že bych toho nedosáhla, nikdy jsem si však nemyslela, že to zvládnu jen díky těm brigádám a za tak krátkou dobu, i když skoro tři roky nejsou pro mě krátká doba, byl to dlouhý proces.

Momentálně se snažím chodit na brigádu i přes školu, opět jako obsluha u pultu s lahůdkami a uzeninami v jednom z brněnských Albertů. Kdybych nebyla dnes taková, jaká jsem, tak bych z toho měla hrůzu. Teď ji sice mám také, ale spíše z toho důvodu, že jsem tam dlouho do večera a druhý den píšeme tři testy, na které nemám tolik času se učit, než z toho důvodu, že tam bude hodně lidí, s kterými budu muset mluvit. Samozřejmě lehký stres je na místě, ten však odezní hned, co si uvědomím, že jsem stejný člověk, jako oni. Já i oni můžeme udělat chybu, může mi to chvíli trvat, může mi něco spadnout, mohu se přehřknout. Ale jsme lidi, a to se



Moje pocity z praxe v nemocnici jsou různé. Kromě školních pracovišť jsem byl taky na pár pracovištích sám za sebe, nejvíce na cévní chirurgii, kde už dva roky při škole pracuji. Již při prvních praxích ve druhém ročníku jsem tušil, že by mě tato práce mohla bavit. Až později jsem ale postupně zjišťoval, jaký obor a zaměření bych chtěl dělat nejvíce. Na každém oddělení se našlo něco, co se mi nelíbilo, ale nikdy mě to od práce ve zdravotnictví neodradilo. Většina sestřiček, sanitářů ale i třeba někteří lékaři se mě vždy snažili naučit, jak se co dělá a celkově mě zlepšovat. Ačkoliv sem se na školních pracovištích naučil nějaké výkony a zjistil nové informace, největší část toho, co doteď umím, jsem se naučil právě na II. Chirurgické klinice u svaté Anny.

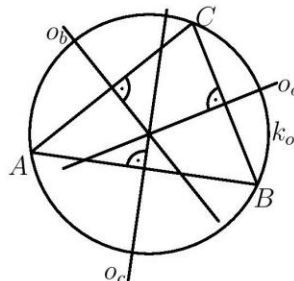
Ještě předtím, než jsme se učili například aplikovat injekce ve škole na houbičkách, jsem si zkoušel odběry a infuze přímo na pacientech v nemocnici se sestřičkou v zádech. Vlastně skoro vše, co jsem pak dělal na praxích, jsem se naučil zde. Tahle praxe/práce mi dala úplně nejvíc. Jak se chovat k pacientům, jak vzít krev, jak dělat administrativní práce a jiné důležité úkony. Jsem vděčný všem těm, kteří mi pomohli ze začátku i těm, kteří mě později naučili pracovat s monitorem ZŽF, infuzními pumpami, další technikou a všemi postupy, které se vyskytují na JIP, kde už teď mám většinu služeb. Celkově si myslím, že školní praxe nejsou udělány špatně, ale pokud chce někdo práci sestry vykonávat, co nejlépe už na škole a tato práce ho baví a naplňuje, měl by chodit i někam sám. Má pak větší rozhled, více zkušeností, a tak nějak ví, jaký obor si po dokončení školy zvolit. Pro základní znalosti jsou však praxe dostačující. Ukáže se na nich i to, kdo je schopen v budoucnu jako sestra pracovat a kdo by si měl zvolit jiný obor.



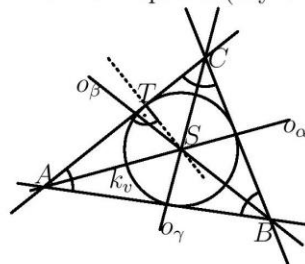
Základní pojmy

- Přímka (\leftrightarrow)
 - Rovnoběžky (\parallel)
 - Různoběžky (\nparallel)
 - Kolmice (\perp)
- Polopřímka (\rightarrow)
- Úsečka (\dashrightarrow)
- Úhel (\sphericalangle)
 - Vedlejší ($\alpha + \beta = 180^\circ$)
 - Vrcholové ($\alpha = \beta$)
 - Souhlasné ($\alpha = \beta$ - pokud $p \parallel q$)
 - Střídavé ($\alpha = \beta$ - pokud $p \parallel q$)

- Kružnice opsaná (osy stran)

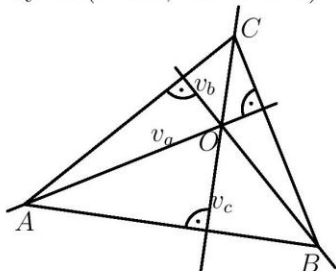


- Kružnice vepsaná (osy úhlů)

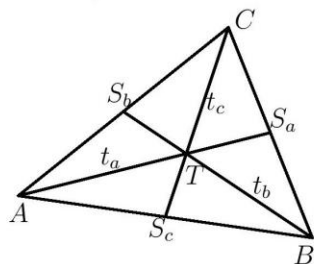


Trojúhelníky

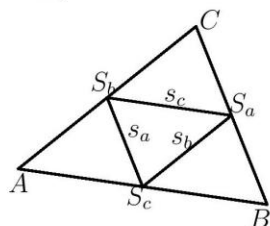
- Obecné info
 - Úhly ($\alpha + \beta + \gamma = 180^\circ$)
 - Výška (kolmá, skrz vrchol)



- Těžišnice (ze středu do vrcholu, dělí se na třetiny, protínají se v těžišti)

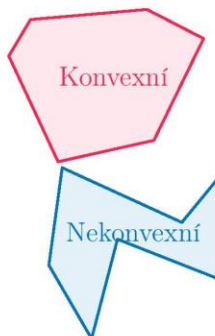


- Střední příčky (ze středu strany do středu jiné strany, jsou poloviční a rovnoběžné s jednou ze stran)



- Druhy
 - Podle stran (rovnoramenný - $\alpha = \beta = \gamma = 60^\circ$, rovnoramenný, obecný)
 - Podle úhlů (obecný, pravoúhlý - $\gamma = 90^\circ$, tupouhlý - $90^\circ < \alpha < 180^\circ$)
- Pythagorova věta ($a^2 + b^2 = c^2$)
- Euklidovy věty (o výšce: $v_c^2 = c_a \cdot c_b$, o odvěsně: $a^2 = c_a \cdot c$)

Čtýřúhelníky



Čtverec

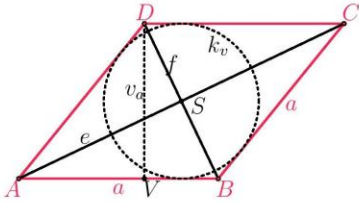
- Obsah: $S = a^2$
- Obvod: $o = 4a$
- Úhlopříčky: jsou na sebe kolmé a půlí se
- Kružnice: opsaná i vepsaná
- Souměrnosti: 4 osy, střed

Obdélník

- Obsah: $S = a \cdot b$
- Obvod: $o = 2(a + b)$
- Úhlopříčky: půlí se
- Kružnice: opsaná
- Souměrnosti: 2 osy, střed

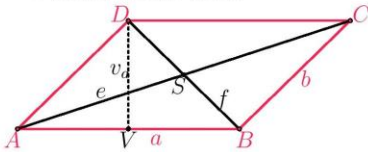
Kosočtverec

- Obsah: $S = a \cdot v_a$
- Obvod: $o = 4a$
- Úhlopříčky: jsou na sebe kolmé a půlí se
- Kružnice: vepsaná
- Souměrnosti: 2 osy, střed



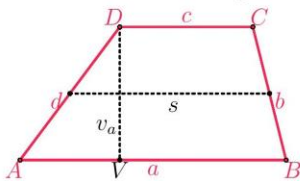
Kosodélník/Rovnoběžník

- Obsah: $S = a \cdot v_a$
- Obvod: $o = 2(a + b)$
- Úhlopříčky: půlí se
- Kružnice: žádná
- Souměrnosti: střed



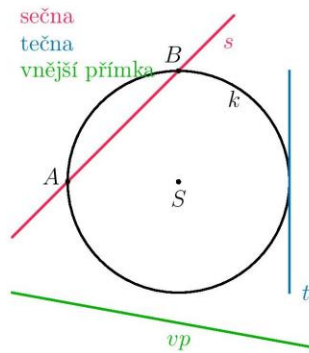
Lichoběžník

- Obsah: $S = \frac{a + c}{2} \cdot v$
- Obvod: $o = a + b + c + d$
- Střední příčka: $s = \frac{a + c}{2}$

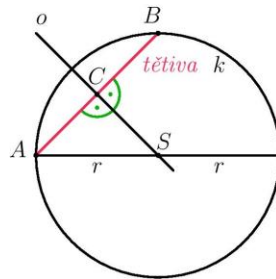


Kružnice

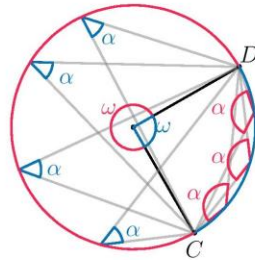
Přímky ke kružnici



- Osa každé tětivy prochází středem kružnice
- Délku tětivy spočítáme pomocí Pythagorovy věty ($r^2 = |CS|^2 + |AC|^2$)

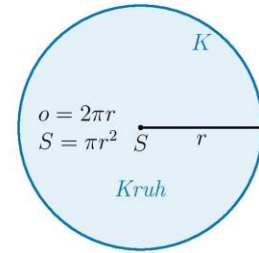


Středové a obvodové úhly

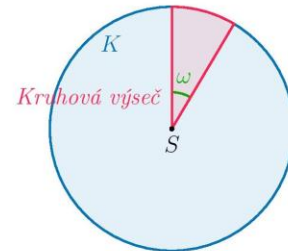


- ω je středový úhel
- α je obvodový úhel
- $\omega = 2 \cdot \alpha$

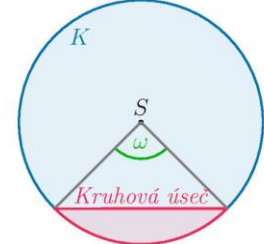
Kruh



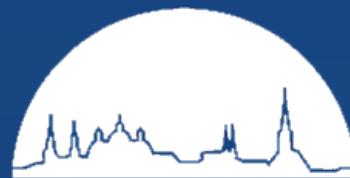
Kruhová výseč a úseč



- Výseč je tvaru V
- $o = \frac{\omega}{360^\circ} \cdot 2\pi r$
- $S = \frac{\omega}{360^\circ} \cdot \pi r^2$



- Úseč je tvaru U
- $o = \frac{\omega}{360^\circ} \cdot 2\pi r$
- $S = \frac{\omega}{360^\circ} \cdot \pi r^2 - \frac{r^2 \sin \omega}{2}$



V pondělí 11. 12. naše třída 3.D v čele s paní učitelkou Balákovou navštívila vánoční Olomouc. Společně s 3.C jsme před 8. hodinou ranní vyjeli z hlavního nádraží v Brně a čekala nás cesta dlouhá hodinu a půl. Z olomouckého nádraží jsme vyrazili směr Horní a Dolní náměstí, kde se konaly vánoční trhy. Po cestě jsme se zastavili například u Olomouckého hradu nebo jsme měli možnost zhlédnout několik chrámů a katedrál. Po příchodu do historického centra (kde se, mimochodem, nachází Sloup Nejsvětější Trojice zapsaný na seznamu UNESCO) jsme se vyfotili u slavného olomouckého orloje a vánočního stromečku a poté nastal čas na rozchod. Kdo chtěl, zůstal na náměstí, skočil si na oběd a prošel si trhy, kdo neměl ještě nakoupené dárky či se jen chtěl schovat do tepla, vyrazil do nedalekého obchodního centra Šantovka.

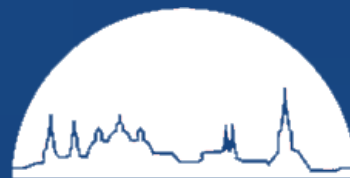
Po druhé hodině jsme se všichni sešli plní zážitků a dojmů z Olomouce a vyrazili jsme pěšky zase směr nádraží. Cesta zpátky proběhla v podstatě bez komplikací, někteří usnuli znavení celodenním chozením, jiní se učili na testy, které je následující den čekaly. Do Brna jsme všichni dojeli v pořádku, plní krásné vánoční atmosféry a nových vzpomínek.











Dne 12. 12. se I.B sešla na hlavním nádraží v 7:00 a v doprovodu paní učitelky Čáslavové a pana učitele Horyny se vydala na vlak jedoucí do města tvarůžků. Cesta vlakem probíhala ve velmi klidném duchu, ve vagónu byla cítit vůně ranní kávy a čerstvého pečiva a slyšet vánoční melodie linoucí se celým vagonem. Hned po příjezdu do Olomouce jsme se vydali do Katedrály sv. Václava, kde jsme si mohli prohlédnout impozantní sochy čtyř evangelistů a krásný betlém před samotnou katedrálou. Odtud jsme zamířili do Bezručových sadů, dále ke hradbám a přes krásné historické uličky jsme se dostali až na Horní náměstí, kde se nachází olomoucký orloj a vánoční trhy. Hned po příchodu na Horní náměstí jsme ucítili nádhernou vůni trdelníku a medoviny a zvonění zvonku. Když si většina zazvonila pro štěstí na zvonek, pořídili jsme si pěknou třídní fotku a poté dostali rozchod.



Většina se rozhodla projít si vánoční trhy a ochutnat domácí výrobky řemeslníků z celého kraje a další část se vydala na celkem složitou cestu do nákupního střediska Šantovka. Naštěstí s online mapami a sem tam s radou kolemjdoucích se skupina dostala do velkého nákupního střediska, kde jsme si zakoupili spousty dárků. Ve 2 hodiny jsme se zase sešli na náměstí, kde

jsme si chvíli počkali na zvonění orloje; bylo to však trochu zklamání, čekali jsme, že se orloj rozpohybuje celý, rozpohybovali se však jen malí kováři, kteří udeřili do kovadlinky.

Na zpáteční cestě městem byli všichni v dobré náladě a za prozpěvování a bouchnutí dětského šampaňského se ve 3 hodiny ocitli na nádraží, kde již čekali na vlak směr Brno. Jelikož jsou České dráhy strašně spolehlivým dopravcem (vypravili jiný vagón, než ve kterém jsme měli rezervovaná místa), museli jsme někteří zabojovat o svá sedadla ve vlaku. Povedlo se ale a brzy jsme si už spokojeně natáhli bolavé nožky po celodenní chůzi. Po příjezdu jsme se rozloučili a s úsměvem na tváři utíkali na autobusy domů. Výlet jsme si velmi užili a těšíme se na další.







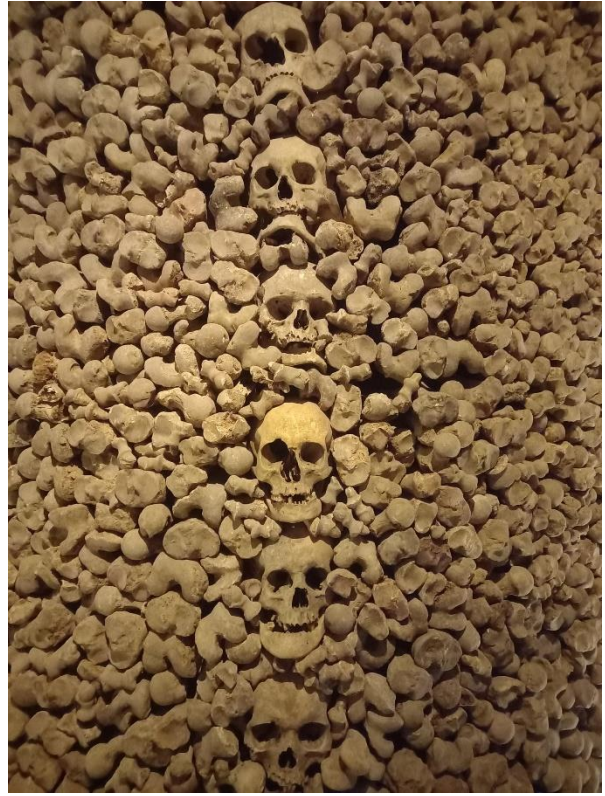
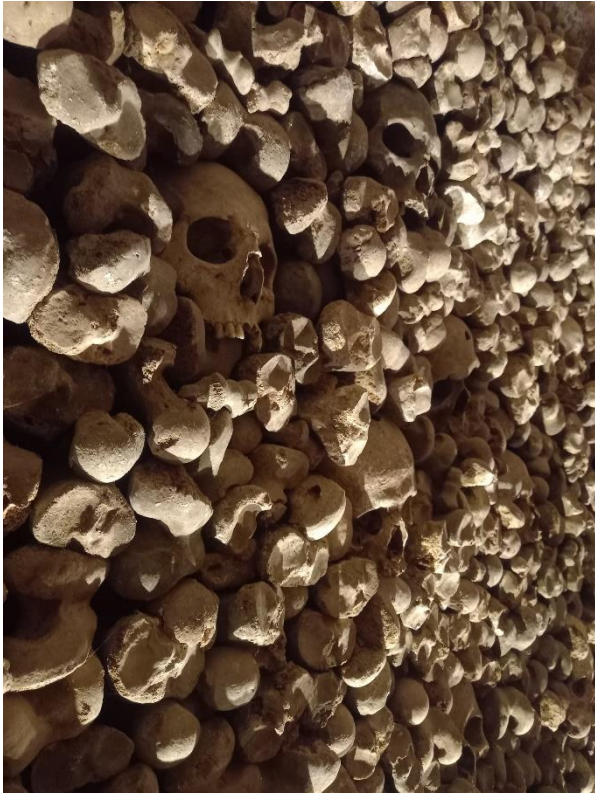
Autor: Emma Němčanská

Dne 19. 12. jsme jako účastníci školního parlamentu měli možnost v čele s paní učitelkou Lenkou Čermákovou a Petrou Valovičovou navštívit kostnici u sv. Jakuba v Brně.

Prohlídka začala krátkým úvodem od pana průvodce a poté jsme si mohli celou kostnici prohlédnout a projít. Výstava byla velmi zajímavá a velmi se nám líbila. Prohlídku jsme chtěli zakončit v kostele sv. Jakuba, kde bohužel zrovna ale probíhala rekonstrukce.

Byli jsme moc rádi, že jsme se mohli do kostnice podívat a těšíme se, co zase s parlamentem podnikneme.











Ve čtvrtek 7. 12. se zájemci z naší školy zúčastnili edukačního programu s názvem Oživ obraz – dílna animovaného filmu. Program byl sestaven edukátory Muzea města Brna společně s animátory ze Studia Scala. V rámci RVP by měl program žáky rozvíjet v oblastech umění a kultura, člověk a společnost a také informační a komunikační technologie. Financován byl z dotace na podporu žákovských parlamentů.

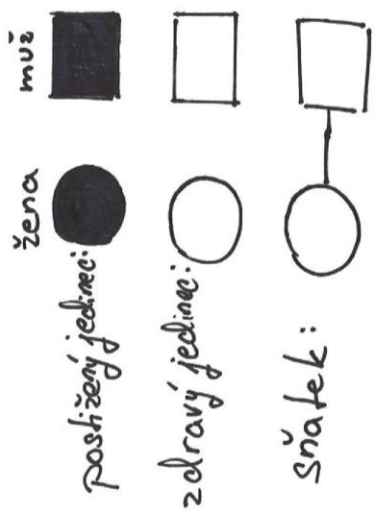
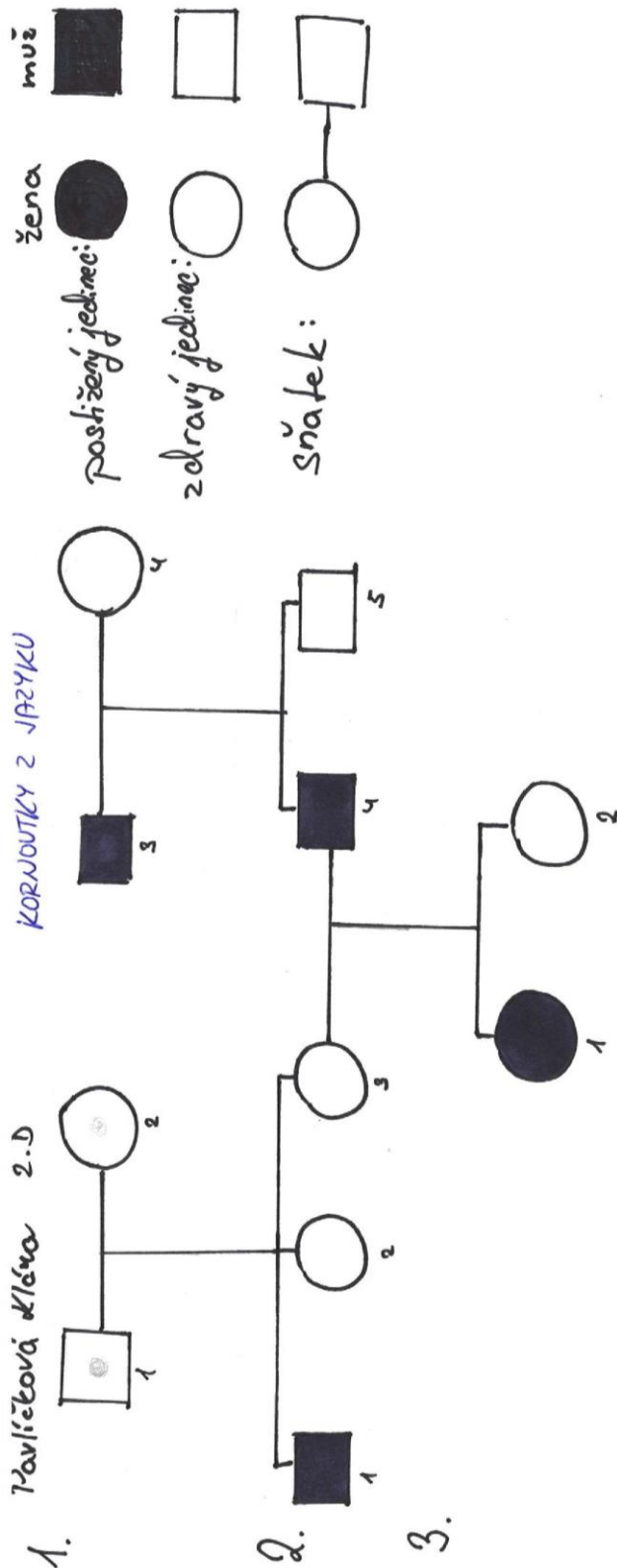
Účastníci se sešli s koordinátorkami školního parlamentu ráno před školou a společně vystoupali na nádvoří hradu Špilberk, odkud se přemístili do obrazárny. Tam se jich už ujali edukátoři programu. Společně vytypovali obrazy, které by byly vhodné „k rozpohybování“. Už v obrazárně se žáci rozdělili do pracovních skupin a různými metodami se snažili k obrazům vymyslet příběh, který by do něj zasadili. Poté, co se jim podařilo v sobě probudit estetického a filmařského ducha, se celá skupina přemístila do Studia Scala, kde se nejdříve dozvěděli základní informace o historii animace a různých animačních technikách a následně se pustili do vytvoření vlastního animovaného příběhu prostřednictvím klasické ploškové metody. Ta spočívá v tom, že film sestavíte ze statických snímků, které vytvoří rozpohybovaný obraz, když jdou postupně po sobě. Pro zajímavost na 1 sekundu takového filmu je třeba vyfotit 22 až 25 snímků, aby byl pohyb plynulý. Rychlost pohybu se poté upravuje počtem použitých fotografií.

Žáci na animacích pracovali sami, instruktoři jim však nahlíželi pod ruce, dávali jim typy a rady a také upozorňovali na chyby, které se při tvorbě vyskytly. Na výsledky jejich práce se můžete podívat přes níže uvedený odkaz.

Všichni zúčastnění si program velmi užili a věřím, že je obohatil nejen v oblasti animace, ale také i ve vzájemných vztazích díky intenzivní skupinové práci.







- 1. generace**
1. MUŽ - 30.9.1951 - neumí kornoutky z jazyku
 2. ŽENA - 20.1.1955 - neumí kornoutky z jazyku
 3. MUŽ - 30.1.1949 - neumí kornoutky z jazyku
 4. ŽENA - 3.8.1955 - neumí kornoutky z jazyku
- 2. generace**
1. MUŽ - 2.3.1977 - umí kornoutky z jazyku
 2. ŽENA - 2.1.1988 - neumí kornoutky z jazyku
 3. ŽENA - 1.3.1978 - neumí kornoutky z jazyku
 4. MUŽ - 15.1.1976 - neumí kornoutky z jazyku
 5. MUŽ - 17.10.1978 - neumí kornoutky z jazyku
- 3. generace**
1. ŽENA - 7.7.2004 - neumí kornoutky z jazyku
 2. ŽENA - 14.11.2006 - neumí kornoutky z jazyku

logomorf 'pauk' 1



Autor: Katka Strnadová

Je to míčová hra se šesti hráči, kteří se po každém bodu, když je hráč na servisu, mění. Způsob změny je buď:

1. Kolotoč (hráči se mění podle směru hodinových ručiček)
2. Nebo podle postu (jaký hráč co hraje)

Posty jsou nahravač/ka, blokař/ka, smečař/ka, libero a universal.

Hra se hraje na poločasy na 25 bodů. Kdo nasbírá, jako první 25 bodů, vyhrává poločas. Pokud oba dva týmy mají za obě poloviny 25 bodů, hraje se ještě jeden čas do doby, než někdo nevyhraje nebo se nechá draft (neboli remíza 1:1).

Hrají se okresní turnaje a můžete se dostat až do nejvyšší ligy republiky nebo Evropy. Tento sport je opravdu fyzicky náročný a je nutná velká příprava. Jsou i amatérské ligy, kde není tým na sobě závislý a hrají jen tak.

Volejbal se dá hrát už od mladšího věku, aby se uskutečnila příprava dítěte. V takovém věku se hraje tzv. minivolejbal a děti hrají jen tři na tři na malé hřiště (2 × 3 m). Šestkový (klasický volejbal) se hraje cca od 12–13 roku a dívky i kluci tak budují svoji budoucnost.

Do volejbalu jsem se dostala díky sestře. Ona už hrála za starší žákyně a já teprve přípravku, když mi bylo 9 let. Hrála jsem minivolejbal a sestra se dostala opravdu daleko. Dohromady jsem hrála pět let a kvůli zdravotním potížím jsem musela ve 14. letech přestat.

Minivolejbal byl teprve jen začátek, ale později jsme se s holkami dopracovaly až do ligy. Po pár soustředěních v Tatrách na Slovensku jsme se dostaly na dva měsíce do Litvy. To byl můj největší vrchol kariéry. Z mého pohledu mám volejbal moc ráda, ale je nutné si najít tým, kde všichni budou součinní a budou si rozumět. Byla jsem universál a nahrávačka. Vyskočila jsem docela vysoko, takže na nahrávačku jsem měla, taky jsem dobře podávala, takže mi nedělal problém i jiný post, krom smečařky. Moje sestra je vysoká a taky dobře skáče, byla libero a smečařka.

Jak jsem psala, musí si tým rozumět a domluvit se na hře. Takže kdyby se ještě našla šance, že bych opět mohla hrát, tak neváhám a hned ji беру. Volejbal pro mě znamenal opravdu vše a dala bych pro to cokoliv.





Mým nejoblíbenějším sportem je hokej, a proto se i zážitek bude týkat hokeje. Dřív mě to moc nezajímalo, ale když mi bylo 13 let, nastal zlom. Byl to rok 2015 a zrovna se hrálo mistrovství světa u nás a já se pro hokej úplně nadchla.

Neříkám, že jsem ho začala hrát, ale hodně mě ta hra zaujala, až jsem se o něm naučila skoro vše. Hledala jsem si různá utkání, jak domácí tak i zahraniční. Zjišťovala informace ohledně hráčů i historie české reprezentace. Doma mi kvůli tomu i někdy říkali, že jsem blázen.

Od roku 2016 jezdím s kamarádkou do Mikulova, kde každoročně nadace Jakuba Voráčka pořádá akci „Hokejky pro kluka Puka“. Tato nadace pomáhá lidem, kteří trpí roztroušenou sklerózou, a veškerý výtěžek z této akce putuje na pomoc lidem právě s tímto onemocněním. Jedná se o fotbalový turnaj, kterého se účastní známí lidé. Hlavně hokejisté a jiní sportovci jako jsou třeba: Ondřej Pavelec, Jirka Tlustý, Radek Smoleňák, Ondřej Němec, Jakub Štáfek, Jakub Kohák a další.

Velkým zážitkem bylo i setkání s Jaromírem Jágre. Je to skvělý a hlavně energický chlap, který je nabit silnou pozitivní energií, jenž kolem sebe rozdává.

Mým nezapomenutelným zážitkem bylo vidět Stanley Cup. Stalo se to v roce 2018, když ho Michal Kempný po výhře Washingtonu Capitals dovezl ukázat do Hodonína.

Dalším silným sportovním zážitkem byl můj první hokejový zápas, který jsem viděla naživo. Bylo to 4. 5. 2019 v Brně při Euro Hockey tour. Hrál se dvojzápas Rusko × Finsko a Česko × Švédsko. Sedět vedle kotle fanoušků a vidět všechny ty hokejové hvězdy jako jsou třeba: Alexander Ovečkin, Jevgenij Malkin, Henrik Lundqvist nebo Filip Chytil, bylo nepopsatelné. Ta atmosféra, je to úplně něco jiného než se dívat na zápas v televizi. Ještě když jsme vyhráli.

Mých zážitků jsem tu popsala víc, protože jsem se nemohla rozhodnout, který vybrat.

Kdo mě přivedl ke sportu



Autor: Martina Štěpánková (absolventka školy)

Téma "Který sport mě zaujal a proč" je pro mě docela těžké, protože já jsem milovníkem, dá se říct, všech sportů. Od malička jsem se hodně zajímala o míčové sporty, a to nejspíš proto, že jsem jako malá začínala kopat na fotbalovém hřišti. Moji rodiče mi vždycky nechali volnou ruku při výběru sportu. Bavilo mě toho strašně moc. Zajímala jsem se hodně o fotbal, pak jsem k tomu chtěla začít hrát tenis, ale k tomu se nějak nedostalo, jen když jsem si šla s rodičema zahrát na kurt.

Na základní škole asi ve druhé třídě jsem začala za školu plavat, to mě take velice bavilo, možná to bylo i tím, že jsem na každém závodě byla úspěšná a na stupni vítězů. Ve 4. třídě jsem začala k fotbalu hrát i vodní pólo. Takže jsem zároveň hrála fotbal a vodní pólo. S přestupem na sportovní školu jsem se naplno věnovala jen a pouze fotbalu, a to je také asi odpověď na otázku – Který sport mě zaujal. I když, jak říkám, žádný sport mě není cizí, ale ty míčové sporty u mě vedou. Ráda chodím i na hokej, kdy nevynechám jediný domácí zápas brněnské Komety. Tam se mi zase líbí rychost, euforie, akčnost, bojovnost, Je toho daleko více, ale mohla bych to tady vyjmenovávat dlouho. Odpověď na otázku – Proč? Je asi jasná. Jsem sportovně založená, baví mě soutěživost, vyhrávat, motivace, kolektivnost v týmu, emoce a to jsou skvělé pocity.



Já a sport nemáme spolu nějak kladný vztah, ale zkušenosti se sportem trochu mám, když jsem byla menší, tak jsem hrála fotbal. **Co to vlastně fotbal je?** Je to kopaná a kolektivní míčová hra, která je nejpoblárnějším kolektivním sportem na světě. Ve fotbale hrají dvě družstva po jedenácti hráčích na obdél níkovém, nejčastěji travnatém hřišti.

Jejich cílem je dosáhnout více branek (*gólů*) než soupeř. Branky je dosaženo tehdy, když míč přejde brankovou čáru mezi tyčemi branky celým objemem. Hraje se hlavně nohama, ale hráči mohou k hraní míčem používat libovolné části těla kromě rukou a paží. Pouze brankář (tzn. jeden z hráčů, odlišený barvou dresu) může v blízkosti vlastní branky hrát i rukama.

Fotbal jsem hrála rok v osmé třídě. Poté jsem ho však nemohla hrát, protože moji rodiče usoudili, že tento druh sportu není vhodný pro dívku, jako jsem byla já, a poté jsem se začala věnovat tancování.

Dělala jsem dohromady tři styly tanců, nejdříve jsem dělala společenské, ty mi trvaly půl roku a moc dlouho jsem u toho nevydržela, potom jsem se vydala na cestu moderních tanců a street dance.

Co to je vlastně street dance?

Street dance, nazývaný také jako *pouliční tanec*, je zastřešující pojem, který se používá pro popis tanečních stylů, které se vyvinuly mimo tanečního studia, přímo v ulicích, školních dvorech a tanečních klubech. Tyto taneční styly se začaly objevovat ve Spojených státech po roce 1970. Označení Street dance je však poměrně moderní, jde o komerční pojmenování těchto tanečních stylů. *Street dance* zahrnuje všechny pouliční tance, ve kterých si nachází stále větší oblibu mladá generace. Mezi originální (původní) pouliční taneční styly patří Breaking, Locking a Popping, později se přidaly Hip hop a House Dance. Dnes však pod Street Dance zařazujeme mnohem více tanečních stylů: Dancehall, Litefeet, Krump, Vogue, Waacking, atd.

Všechny tyto tance jsou neoddelitelně spjaty s konkrétní hudbou a životním stylem. Tanečníci se pohybují volně, a dokonce se snaží vymýšlet a tvořit svůj vlastní osobní styl. Improvizace je základem většiny pouličních tanců, i když i zde najdeme promyšlené choreografické prvky, smíšené právě s improvizací.

Ale i s tancováním jsem později skončila skrze školu, nic jsem nestíhala a potřebovala jsem se učit.

Teď můj sport vypadá tak, že si občas zacvičím anebo si jdu zaběhat, sportem úplně nežiji, ale je to kvalitní odpočinek nebo antistresová činnost, která dokáže uklidnit, když jsem hodně ve stresu.

Do budoucna bych chtěla zase začít tancovat, protože když tancuji, tak mě to uklidňuje a je to něco, co mě baví. Chci si začít pronajímat prostor a trénovat tam a jezdit na nějaké turnaje a zápasy. Doufám, že mi všechno v mých plánech do budoucna vyjde a budu stále se sportem propojena, protože sport v našem životě je důležitý.



Je to něco složitějšího, protože mám pomalý metabolismus, onemocnění štítné žlázy, astma a spousta alergií na různá jídla. Nejsem člověk, který by jedl jen zdravě, ale rozhodně nejsem člověk, který by jedl jen nezdravě a fastfoody. Možná by to nikdo neřekl, protože automaticky, kdo není hubený, tak moc jí a přejídá se. Nikdo nekouká už na celkovou stavbu těla a na různá onemocnění komplikující život. Rozhodně netvrdím, že si nedám čokoládu nebo třeba pizzu, ale upřímně si raději vařím, ať už do práce nebo do školy. Je pravda, že minulý rok jsem pila hodně energitáky, ale mému zdraví to moc neprospělo a já se toho raději vzdala. Co se týká oblíbených fastfoodů, tak nejsem úplným zastáncem. Raději si zajdu do restaurace než do mekáče. Jsem zastánce asijské kuchyně, takže sushi je něco, co bych mohla jíst pořád. Upřímně jsem i hodně na těstoviny. Úplně nevím, jak toto téma celé pojmout, protože nejsem ta, která si váží každé jídlo na gramy a nepočítá si kalorie, ale rozhodně dám přednost zdravému. Ať už ovoce, zelenina a další. Dám jednoduše přednost zdravému před smaženým, ale ruku na srdce, kdo si rád nedopřeje i něco jiného. Jsou i dny, kdy se mi nechce stát hodinu v kuchyni, ale potom už si opravdu vybírám. Bílé pečivo mi taky nic moc neříká a dám přednost tmavému. Co se týká nápojů, tak já a kafe k sobě moc nejdem. Raději si dám zelený čaj. Co se týká sladkého pití, taky nejsem velkým nadšencem, ale jsou dny, kdy bych nepila nic jiného a jsou dny, kdy piju jen vodu. Upřímně mám pocit, že jsem nenapsala vůbec nic k tématu. Všechno má 50/50. Občas převládne to a podruhé zase to. Takže už záleží na úhlu pohledu a na tom, jak mě sám člověk chce vnímat.

Od mala jsem nebyla nijak extrémně vedená ke zdravé stravě, ale ani k té nezdravé. Stravovala jsem se v podstatě dost vyváženě a jedla jsem, co jsem chtěla a kdy jsem chtěla. O jídlo, jako takové, o jeho výživovou hodnotu, makra, energetickou hodnotu a tak dále, jsem se začala zajímat až s příchodem mých důležitých soutěží. Protože když člověk trénuje někdy i 3× denně nemůže už jíst úplně, co chce, jelikož můj výdej energie byl extrémní a potřebovala jsem dost vydatná a bohatá jídla.

Jíme sice proto, abychom žili, ale to, jak se stravujeme, se odráží skoro na všem v běžném životě, ať už to je, že jsme stále unavení, padají nám vlasy, jsme ve stresu, máme problém s naší váhou atp.

Když mě všechny taje stravování začaly zajímat, první, co jsem udělala, tak šla na internet. Začala jsem sledovat hodně videí slečen o stravování, a i o různých poruchách příjmu potravy. Zjišťovala jsem spousty informací, které jsem pak dlouho vstřebávala.

Dneska se snažím jíst tak, aby mému tělu nic nechybělo a abych to podpořila, jím i pár doplňků stravy, aby moje tělo mělo opravdu všechno. Spojte si zdravou stravu i s trochou pohybu a máte vzorec pro zdravý životní styl, který se snažím dodržovat.



Alkohol je návyková látka, která má negativní účinky na zdraví člověka. I malé množství alkoholu může způsobit řadu problémů, včetně:

- Zhoršené duševní zdraví: Alkohol může způsobit deprese, úzkosti, poruchy spánku a další psychické problémy.
- Zvýšené riziko rakoviny: Alkohol je rizikovým faktorem pro rozvoj rakoviny ústní dutiny, jícnu, hltanu, prsu, konečníku a dalších orgánů.
- Závažná onemocnění jater: Alkohol může způsobit poškození jater, včetně cirhózy, která může vést k smrti.
- Zvýšené riziko srdečních onemocnění: Alkohol může zvýšit hladinu cholesterolu a krevního tlaku, což může vést k infarktu a mozkové mrtvici.
- Zvýšené riziko úrazů: Alkohol snižuje pozornost a koordinaci, což může vést k nehodám, pádům a dalším úrazům.

Rizika nadměrného pití alkoholu

Nadměrné pití alkoholu, které je definováno jako konzumace více než 40 gramů čistého alkoholu pro muže a 20 gramů pro ženy denně, zvyšuje riziko všech výše uvedených problémů. Nadměrné pití alkoholu může také vést k:

- Závislosti na alkoholu: Alkoholismus je závažné onemocnění, které může mít devastující dopad na život člověka.
- Socioekonomickým problémům: Alkoholismus může vést k ztrátě zaměstnání, finančním problémům a dalším sociálním problémům.

Proč je důležité omezit pití alkoholu?

Omezení pití alkoholu může přinést řadu výhod, včetně:

- Zlepšení zdraví: Omezení pití alkoholu může snížit riziko vzniku řady onemocnění, včetně rakoviny, srdečních onemocnění a jaterních onemocnění.
- Zlepšení duševní pohody: Omezení pití alkoholu může pomoci zlepšit náladu, snížit úzkost a stres.
- Zvýšení produktivity: Omezení pití alkoholu může zlepšit koncentraci a schopnost učit se.

- Zlepšení vztahů: Omezení pití alkoholu může pomoci zlepšit vztahy s rodinou a přáteli.

Jak omezit pití alkoholu?

Pokud se rozhodnete omezit nebo přestat pít alkohol, je důležité postupovat pomalu a postupně. Zde je několik tipů, jak začít:

- Stanovte si realistické cíle: Pokud jste zvyklí pít každý den, nenastavujte si cíl, že přestanete pít úplně ze dne na den. Zkuste nejprve snížit množství, které pijete, a postupně se k abstinenci přibližujte.
- Najděte si podporu: Pokud máte pocit, že to nezvládnete sami, najděte si někoho, kdo vás bude podporovat. Může to být kamarád, rodinný příslušník, nebo odborník, například psycholog nebo terapeut.
- Vytvořte si nové návyky: Pokud jste zvyklí pít alkohol, když se cítíte nudu, stres nebo úzkost, najděte si jiné způsoby, jak tyto pocity zvládat. Může to být například sport, cvičení, relaxační techniky nebo trávení času s přáteli a rodinou.

Závěr

Alkohol je návyková látka, která má negativní účinky na zdraví člověka. I malé množství alkoholu může způsobit řadu problémů, včetně poškození duševní a fyzické zdraví. Omezení nebo přerušování pití alkoholu může přinést řadu výhod, včetně zlepšení zdraví, duševní pohody a vztahů.



Autor: Google Bard

Guláš je tradiční pokrm středoevropské kuchyně a existuje mnoho různých způsobů, jak jej připravit. Zde je recept na jeden takový výborný hovězí guláš:

Ingredience:

700 g hovězího masa (např. hovězí plec nebo hovězí svíčková), nakrájeného na kostky

2 středně velká cibule, jemně nasekaná

2 stroužky česneku, jemně nasekané

2 lžíce slunečnicového oleje nebo sádla

2 lžičky mleté papriky (sladké nebo pálivé podle preference)

1 lžička kmínu

1 lžička mletého karamele (kmínu)

1 červená paprika, nakrájená na tenké proužky

1 zelená paprika, nakrájená na tenké proužky

2 rajčata, nasekaná na kousky

1 lžíce rajčatového protlaku (volitelné)

2 brambory, nakrájené na kostky

750 ml hovězího vývaru

Sůl a pepř podle chuti

Hladká mouka nebo bramborový škrob na zahuštění (volitelné)

Kysaná smetana nebo zakysaná smetana na podávání

Kroupy nebo chléb na podávání

Postup:

V hrnci s tlustým dnem zahřejte olej nebo sádlo na středním ohni. Přidejte nakrájenou cibuli a česnek a osmažte je dozlatova.

Přidejte hovězí maso a opečte ho ze všech stran, dokud nezezlátne.

Přidejte mletou papriku, kmín a mletý karamel (kmín). Promíchejte a nechte chvíli restovat, dokud se koření začnou uvolňovat v oleji.

Přidejte nakrájené papriky a rajčata. Vařte asi 5 minut, dokud papriky se nezačnou změkčovat.

Přidejte rajčatový protlak (pokud používáte) a brambory. Zalijte hovězí vývar a přivedete k varu.

Ztlumte oheň na minimum, přikryjte hrnec a vařte guláš asi 1,5–2 hodiny, dokud maso a brambory nejsou měkké. Občas promíchejte a případně přilijte vodu, pokud se příliš vypařuje.

Pokud chcete guláš zahustit, můžete přidat trochu hladké mouky nebo bramborového škrobu rozmíchaného v troše vody a nechat vařit pár minut.

Osolte a opepřete podle chuti.

Guláš podávejte s kysanou nebo zakysanou smetanou a doplňte kroupy nebo chlebem.

Tento hovězí guláš je plný chutí a ideální na zahřátí v chladném počasí. Dobrou chuť!



Narodil se 7. října 1981 v provincii Gobi-Altaj. Je mongolským běžcem na dlouhé tratě. Zejména se specializuje na maraton. Svoji zemi reprezentoval v maratonu na pěti letních olympijských hrách, a to v letech 2004, 2008, 2012 v Londýně, kde byl také vlajkonošem, 2016 a 2021.

Jeho trénink v Mongolsku přerušila studená zima a v dubnu 2009 odcestoval do Gatesheadu ve Spojeném království za rodinou. Mezitím se dohodl s Morpeth Harriers, místním běžeckým klubem, se kterým trénuje.



Své dětství prožil v Ulánbátaru, hlavním městě Mongolska, kde jeho otec učil průmyslová umění, a matka byla učitelkou v mateřské škole.

Ser-od zahájil svou mezinárodní kariéru v roce 2002 a od roku 2003 startoval v maratonu na jedenácti po sobě jdoucích mistrovství světa v atletice. Jeho nejlepším výkonem je 20. místo na mistrovství světa v roce 2011. Je to první elitní maratonský běžec v Mongolsku a jeho osobní rekord 2:08:50 je mongolským národním rekordem. Roku 2013 se stal šampionem asijského maratonu a také vyhrál Brighton Marathon a Hofu Yomiuri Marathon v roce 2010. Mezi další vrcholy kariéry patří umístění v první desítce na Berlínském maratonu a Londýnském maratonu.

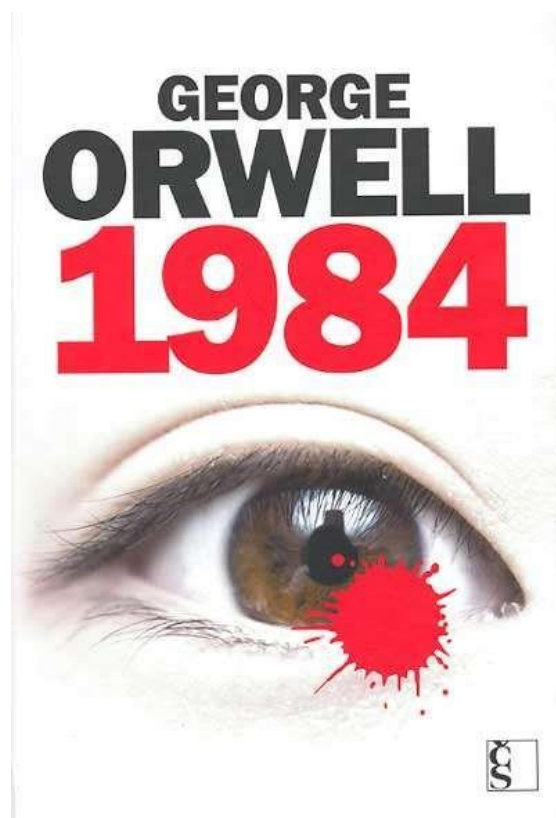
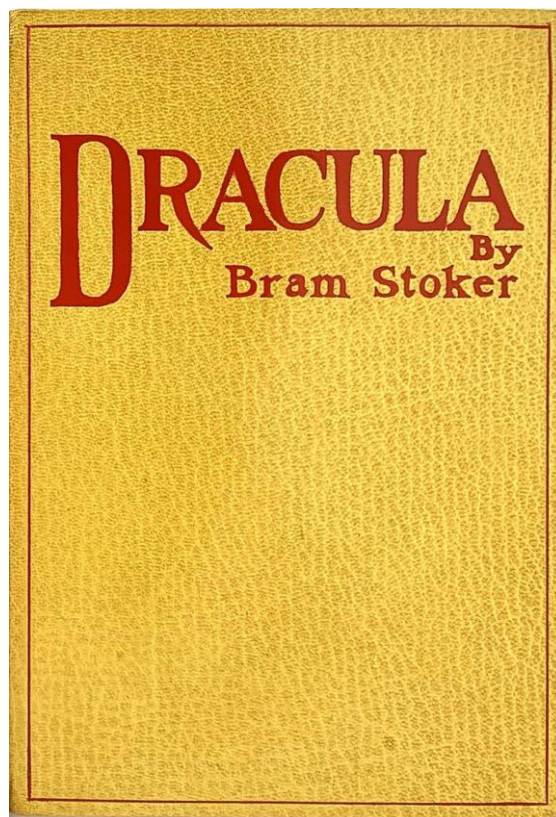
Ser-Od má nyní 42 let, a nikdo jiný jako on není. Pětinásobný olympionik má nyní za sebou 74 maratonů a od roku 2003 reprezentoval Mongolsko na všech velkých mezinárodních soutěžích. Ser-Od trénuje pod vedením své manželky Oyuntuyi Odonsuren. Stal se populární postavou ve světě maratonu. Další metou tohoto sportovce je účast na příštích olympijských hrách v Paříži 2024.



Osobní rekordy

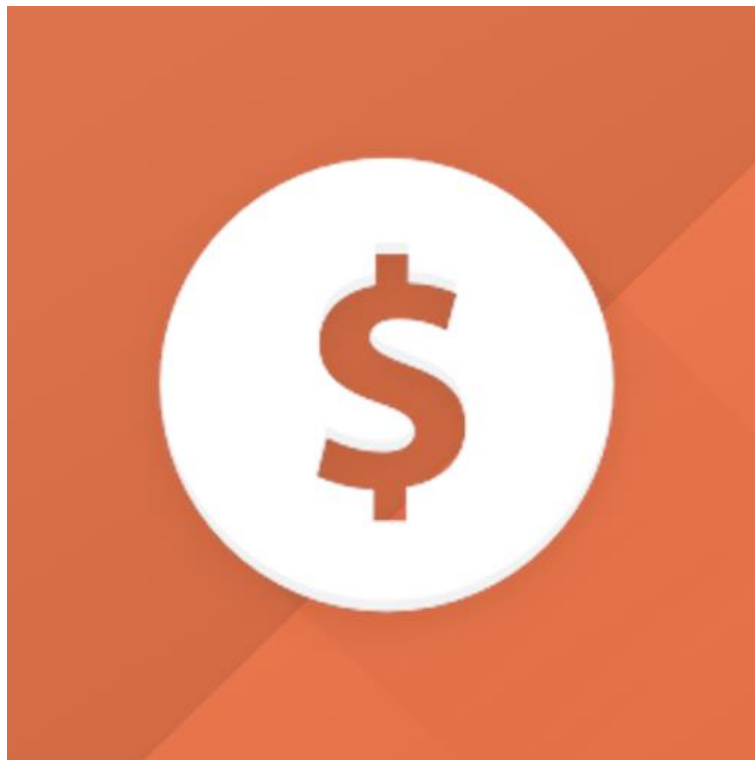
- 5000 m (trať) – 14:16,48 (2020)
- 10 000 m (trať) – 29:17,72 min (2020)
- 10 km (silnice) – 28:55 min (2016)
- 20 km (silnice) – 58:55,00 (2016)
- Půlmaraton – 1:02:10 hodin (2016)
- 30 km (silnice) – 1:30:53 (2015)
- Maraton – 2:08:50 hodin (2014)







Settle up



Kam s ním





Autor: Pavel Jelínek (převzato z hantec.cz)

Žanek Žižkové z Trocnovýho byl správné mlatař. Hókalo se to vo něm a vo celé jeho mlatařské sajtně v každým štatlu a gómali to aji v Rajchu.

Dyž jedný štatlil s celó svó plotný vokolo Sudoměřiců, tak vařil těžké hantec s Pavčem Talafůskovým. Jak tak hantýrovali, ani nevrzl voko na plac před partiju a málem valili všichni pod drn. Jenže Žanek Rohaté zvané Dubál házel špiz a zmerčil plotnu křížatých, jak klapó z palírny vod Pískovýho.

Hned vařil: *„Je to špaténka, só pěkně spařený a jejich betelná sajtna, to zacólujem řepó. Radši bych táhl bahno na roli než se s nima ternovat.“*

A jel na Žanka Žižkovýho – *„Žanku dem pali, dlabanec na věc, zašijém se někam.“*

Žanek hlásí: *„Nevař Rohaté, máš blbý žgryndy a hned bys na všechno házel kakáč. Hod špizunk na to, jak só spaření a plav si vykajlovat někam válec, at' se ti neklepó haluze.“*

Venca Korandůj taky házel ucho, přiklapal k Dubálovi a hlásí: *„Žanku nejed' na Žižkeca serpentýny, von to góme – když byl juhan tak razíval na pajtl, za hajfiskama a kde proběhla mlata, tak tam se bóchal.“*

Žanek Žižkové hókli: *„Křížatí só sajtna fetošů, máznem je do rybálu a tam je zpeckujem.“*

Najedný přiklapal vod křížatých nějaké somrák a z placu hlásí Žižkovému: *„Hans, zacóluj nějakó tu krupicu, my si šlaufnem a jak morgen zoncna bude rumplovat, my gehen pali“* a jak pré nic nevysolí, bude buchec, všechny uvařijó do kameňa a pak jim hodijó mašlu.

Žanek mu hlásí – *„Mě o love neobtahneš – jed' pali, než kópiš na skobu – ani kilo, ani dekovó fusku.“*

A ten somrák hókli: *„Žanku, dé si majzla“*, a vodklapal.

Žanek hlásí Dubálovi Rohatému: *„Só to fetingři, každé má v rypáku špinku, v mantlu lampu červa, hára jak pako, goldnovejch kódrů plný klepeta a rumplovat se negómó. Dotlač Petra Chelčickýho, Vence Korandovýho, Prófy Holýho a Pavče Talafůska a de se na věc.“*

Pak se celá Žankova partyja zašila mezi rybále. Nortoni křížatý nemohli vasrůvku ani čut, a tak štatlili bahniskem přes prázdné rybec. Pro Žankovu sajtnu to byl lochec. Eště mohli chytat bronz, dyby pecen žhivil. Nasadili křížatém pěknó meltu. Vtrukli na ně grymlama a křížatý byli v gébišu. Aji ten somrák kópil pecku na vanu a do řepy. Křížatý, pod auglama moncle, rozhozený sandály, přefláknutý brka a rozkopený cemry, byli v těžkým ponuru a hlásili loď bleskovku do Rajchu. Celá plotna Husovéch pak v první paluši, co zmerčila, hodila sicnu a tam pařili bez durchčení až do rána.



Přiřadte správné české definice k těmto ostravským výrazům:

a) pučit	1. pracovat
b) pudlo	2. pořádek
c) pysk	3. schránka s víčkem
d) roba	4. zvracet
e) robit	5. náměstí
f) rychtyk	6. obličej
g) ryna	7. být marod
h) rynek	8. žena, manželka
i) řygat	9. mačkat
j) sciply	10. okap

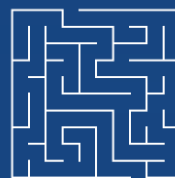
Řešení: 1e, 2f, 3b, 4i, 5h, 6c, 7j, 8d, 9a, 10g



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







Řešení rébusu z minulého čísla

Rébus č. 1: , rébus č. 2: A, rébus č. 3: B

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

		?

A

B

C

D

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

		?

A

B

C

D

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



Manželka našťavaně křičí na manžela: „*Pepo! Přestaň dávat tu instantní kávu vedle urny s babičkou! Už jsem si dvakrát omylem dala babku se šlehačkou!*“

Jak se směje 490 římských vojáků? XD

Dnes jsem četla inzerát: Muž, 40 let hledám ženu.

Ted' sedím a přemýšlím, jestli vynechal čárku, nebo je tak zoufalý.

Paní učitelka: „*Jaká je vaše nejčastější lež?*“

Anička: „*Já jsem se učila!*“

Honzík: „*Já to nebyl!*“

Pepíček: „*Četl jsem a souhlasil jsem s podmínkami.*“

Nechápu, jak může někdo v biatlonu skončit druhý.

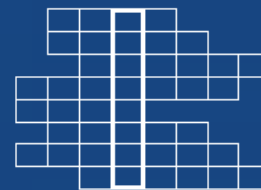
Má přece pušku, ne?

Na světě je tolik talentovaných fotografů...

A pak je tu ta paní, co mě fotila na občanku.

„*Naše nemocnice je světový unikát.*“ „*Jak to?*“ „*Je to jediná nemocnice na světě, která je v Brandýse nad Labem.*“

Přijde chlap za nemocným do nemocnice. Pacient leží v posteli, kapačky v žilách, kyslík na obličej a ten druhý mu povídá: „*Čau, ty teda vypadáš po té bouračce.*“ Nemocný začne mávat rukama, tak mu ten druhý podá papír a tužku. On něco napíše, zaklepe nohama a umře. Druhý chlápek volá doktora a říká: „*Doktore, on něco napsal, zaklepal nohama a umřel.*“ Doktor vezme ten papír a tam je napsáno: „*Stojíš mi na hadičkách.*“



1	2	3		4	5	6		7	8	9	10
11				12				14			
16			13				15			17	
19									18		
21			22					20			
		23					24			25	26
27	28					29					
31					30						
33				32							
37			34				39			35	36
41		38				40					
42						43					

Vodorovně

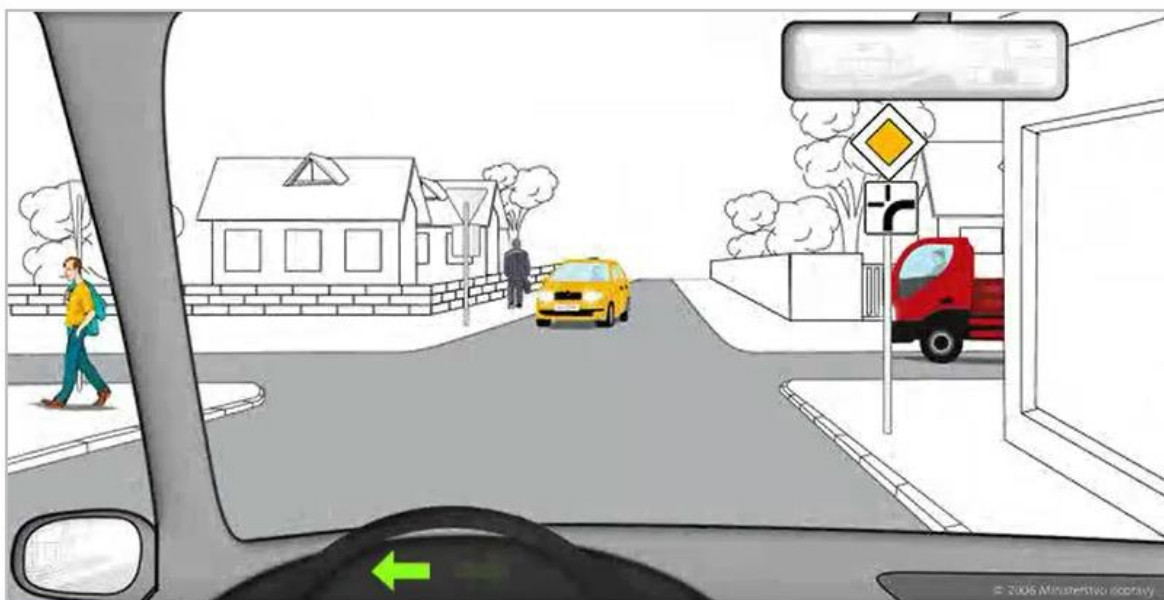
- 1) MEZIN. KÓD PALESTINY
- 4) SOCIALISTICKÝ SVAZ MLÁDEŽE (ZKR.)
- 7) KILOMOL (ZN.)
- 11) ELEKTRICKÝ VYSAVAČ
- 12) CIZÍ MUŽSKÉ JMÉNO
- 14) KTERÝ
- 16) PADOUCNICE
- 17) NÁRODNÍ KNIHOVNA (ZKR.)
- 18) MOUČKA Z KURKUMY
- 19) HLAVNÍ MĚSTO SRBSKA
- 20) MINISTERSTVO OBRANY (ZKR.)
- 21) STARŠÍ (ZKR.)
- 22) ŠUPINATÝ OBRATLOVEC
- 23) PŘIPRAVIT ŠITÍM
- 24) SAMCI PRASETE
- 27) CHLAPÍK (HOVOROVĚ)
- 29) UKONČOVAT
- 30) ZAKONČENÍ RUKÁVU
- 31) NA PODZIM SETÁ PLODINA
- 32) SKLADBA PRO SEDM NÁSTROJŮ
- 33) SLOVENSKÝ NESOUHLAS
- 34) TMEL
- 37) INICIÁLY HEREČKY MANDLOVÉ
- 39) SCHRÁNKA PLŽŮ
- 40) TĚLOVÝCHOVNÝ CVIČITEL
- 41) VYDÁVAT ZVUK KUKAČKY
- 42) CYNICKÝ
- 43) NÁŠ RADIOLOKÁTOR

Svisle

- 1) OPOVRHOVANÁ ČÁST SPOLEČNOSTI (HANLIVĚ)
- 2) FUNĚT
- 3) VYHNANSTVÍ
- 4) PĚNKAVOVITÝ PTÁK
- 5) ZMENŠENÍ VELIKOSTI TKANINY PRANÍM
- 6) SLITINA MĚDI A ZINKU
- 7) INICIÁLY BÁSNÍKA ERBENA
- 8) MILIAMPÉR (ZN.)
- 9) OTVOR VE ZDI
- 10) KMENOVÁ VLÁKNA
- 13) 1. ČÁST TAJENKY
- 15) TOTÉŽ (LATINSKÁ ZKR.)
- 18) ÚD
- 20) 2. ČÁST TAJENKY
- 23) SDRUŽENÍ RŮZNÝCH STÁTŮ
- 24) SILUETA
- 25) EMOCE
- 26) DRUH PALMY
- 27) EVROPSKÉ KNÍŽECTVÍ
- 28) SMĚROVÝ ÚHEL
- 29) MYS
- 30) HOD (KNIŽNĚ)
- 32) NAJEDENÝ
- 34) USAZENINA
- 35) ASFALT
- 36) DRUH PAPOUŠKA
- 38) INICIÁLY HERCE RODENA
- 40) MODEL VOZU AUDI



Jste řidičem vozidla z výhledu. Na vyobrazené křižovatce:



A

Projedete jako první, protože jste na hlavní pozemní komunikaci. Hned po Vás projede červený nákladní automobil.

B

Projedete jako druhý, hned po protijedoucím žlutém vozidle, kterému musíte dát přednost v jízdě.

C

Projedete jako druhý, hned po červeném nákladním vozidle, kterému musíte dát přednost v jízdě.

Správná odpověď

(C)

Poznej svého učitele

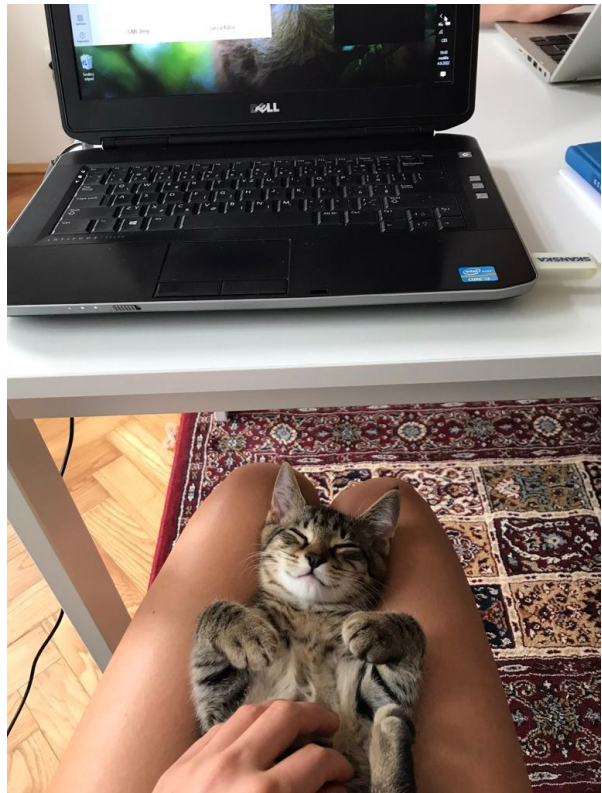
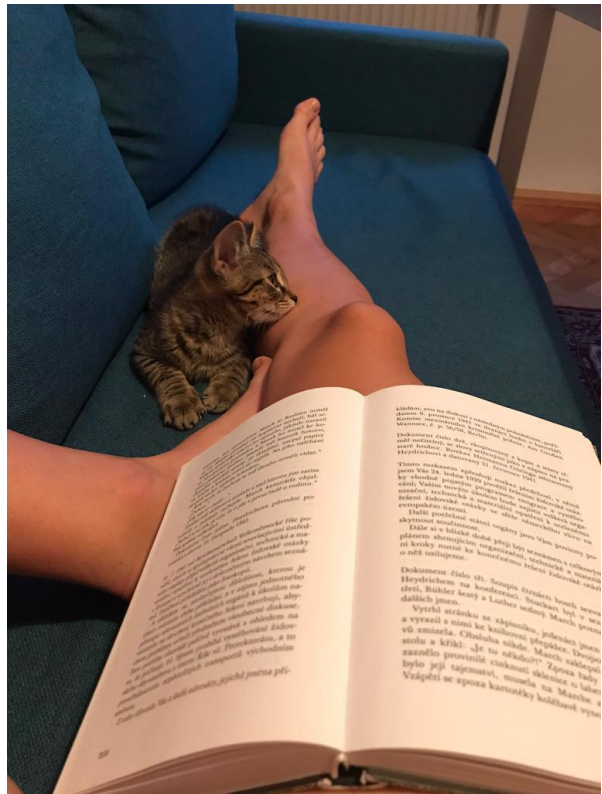
Autor: Redakce

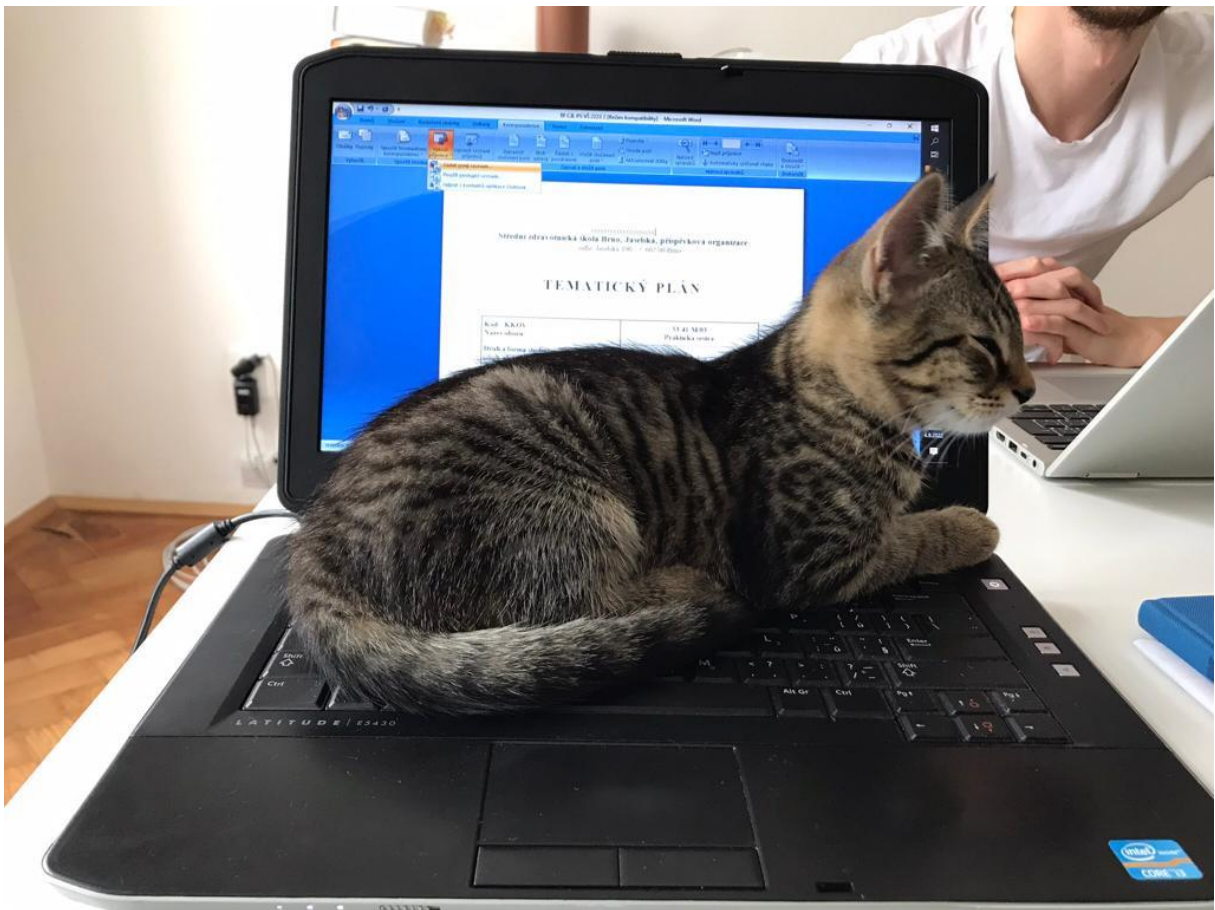


V této rubrice našeho časopisu máte možnost hádat, kdo z učitelů se skrývá za mladistvým vzhledem na fotce.













Autor: Redakce

Kde jste se narodila a kde momentálně žijete?

Narodila jsem se v Brně a žiju v jihozápadní okrajové části Brna na sídlišti.

Jak dlouho působíte tady u nás na škole? Kde jste působila předtím?

Na Jaselské učím prvním rokem. Předtím jsem působila na jednom brněnském gymnáziu. Na Jaselskou jsem se vrátila po pár letech, začínala jsem zde jako čerstvý absolvent pedagogické fakulty.

Jakou vysokou školu (aprobaci) máte vystudovanou?

Vystudovala jsem UP v Olomouci, učitelství předmětů: tělesná výchova a německý jazyk.

Jaké učíte předměty a jaké jsou vaše další funkce na škole?

Učím hlavně německý jazyk a doplňkově tělesnou výchovu, další funkce jsou ve vývoji.

Co máte na naší škole ráda?

Zdejší škola má systém, řád a tradici, jasně daná pravidla, podle kterých funguje a přátelský přístup, to je to, co mám skutečně ráda. A taky férové kolegiální vztahy, považuji to na pracovišti za velmi důležité.

Co byste na škole naopak změnila?

Mrzí mě špatný výhled německého jazyka jako druhého cizího jazyka pro žáky a potěšila by mě větší a zrekonstruovaná tělocvična a školní jídelna pro žáky a vyučující.

Vzpomenete si, jaký jste byla student? Měla jste někdy nějakou důtku nebo sníženou známku z chování? Jestli ano, tak za co?

Bohužel vás musím zklamat, byla jsem celkem bezproblémová studentka. Měla jsem doma dost přísnou výchovu, takže jsem se podobných neuvážených akcí raději vyvarovala, představa velkého rámusu doma mě vždycky dost a dost děsila. Moje máma šlehala ne rákoskou, ale ostrými pohledy, a to bylo taky něco ☹. Navíc jsem hodně a intenzivně sportovala, takže na blbosti nebyla moc energie, ale svatá jsem nebyla, to tedy ne. Jen se na mě nic velkého neprovalilo.

Co vy a tělesné tresty? Jste pro nebo proti? Zavést či nezavést?

Tělesnými tresty se většinou nic moc nevyřeší. Ale jsem názoru, který v současné době není absolutně populární, a se kterým bych 100 % neprorazila a spíš narazila, že dobře mířená rána ve správnou chvíli, je víc než tisíc slov jako domluva. Neznamená to však, že bych tělesné tresty chtěla zavést. O tento styl výchovy by se měli postarat rodiče, ne učitelé. Víím, je to dost diskutabilní téma. Svoje vlastní děti jsem nebila a žáky ve škole také ne, a ani to nemám v plánu.

Jak se Vám komunikuje s rodiči? Zažila jste už nějakého rozzlobeného rodiče?

Většinou je komunikace s rodiči dobrá. Párkrát jsem narazila ve své učitelské kariéře na zajímavé rodičovské typy. Chce to notnou dávku trpělivosti, tolerance, taktu a diplomacie, pokud to nepomůže, musí člověk vymezit svoje hranice. Je to občas těžké, ale ne nemožné.

Kdo nebo co v životě byl váš nejlepší učitel?

Nejlepší učitel je sám život. Taky není špatné být tzv. Dobrým pozorovatelem, člověk se toho od druhých hodně naučí, pokud je dost vnímavý a empatický a není uzavřen ve své vlastní bublině. Nebudete tomu věřit, ale od žáků ve škole se toho člověk taky dost naučí. Stačí být otevřený a chtít se učit nové věci, být pozitivní, i když se zrovna nedaří.

Co Vás nejvíce baví a na druhou stranu štve na této profesi?

Pokud se práce daří, baví mě energie, kterou od žáků dostávám a pozitivní zpětná vazba, ten pocit, že nedělám věci zbytečně a mají pro někoho nějaký smysl. Co mě štve? Nízká společenská prestiž a nižší platové ohodnocení. Na té prestiži se dá určitě zapracovat, je to úkol nás všech.

Jaká akce, kterou pořádala naše škola, byla pro Vás nejzajímavější?

Zatím jsem se od září mnoho akcí nezúčastnila, nechám se tedy teprve překvapit.

Máte nějakého oblíbeného žáka? Jaká je Vaše oblíbená třída?

Nikoho konkrétního, ani extra oblíbenou třídu nemám. Oblíbený je u mě každý, kdo se nefláká, nestěžuje si, nevymlouvá se stále na něco a více či méně aktivně pracuje, je aspoň trochu komunikativní. Mám ráda, když se víc pracuje, než mluví. Hodně mě baví, když jsou žáci, s mojí pomocí, schopni překonávat svoje hranice, týká se to nejen tělesné výchovy.

S jakým zaměstnancem školy, či pedagogickým kolegou nejvíce kamarádíte? S kým se Vám nejlépe spolupracuje?

Mám vícero oblíbených kolegů, nejen z oblasti mých vyučovaných předmětů. Velmi ráda komunikuji s kolegy z odborných předmětů, je fajn vědět, co se na škole děje a neuzavírat se jen na svém malém pracovním políčku.

Chtěla jste být učitelkou už od dětství? Pokud ne, proč jste se stala učitelem?

Nechtěla jsem být učitelkou od dětství. Měla jsem na ZŠ učitelku němčiny, která vše uměla tak nádherně vysvětlit, že jsem měla dojem, že není nic jednoduššího než němčina. Navíc byla i jako člověk bezvadná, charakterní a férová, takže mě motivovala a inspirovala. Původně jsem chtěla být profi trenérka plavání.

Máte nějaký životní vzor?

Nemám. Vzorem je pro mě každý, kdo v životě něco dokázal, ať už velké nebo výrazně menší věci. Anebo taky ten, který se ctí dokáže poprat se životem, který mu nějak nepěkně naložil a on musí tvrdě zabojovat. Podle hesla, není vůbec důležité, co tě v životě potká, ale jak se k tomu doopravdy postavíš.

Jaké máte ráda seriály a filmy?

Ano, miluji filmy a seriály taky. Moje srdcovka je film Nedotknutelní (Francie), krásný film o reálném životě. Taky se mi líbí muzikály.

Jakou posloucháte hudbu a máte oblíbeného interpreta?

Jsem na pop a poslouchám jak český (Chinaski, Kryštof, Mirai, Elán), tak zahraniční pop. Jako němčinářka jedu taky na německém popu (Max Giesinger, Johannes Oerding...)

Jaké čtete knihy?

Ráda čtu, i když na to mám málo času. Momentálně třeba Patrika Hartla Gazely anebo Alenu Mornštajnovou. Snad mi Ježíšek něco nadělí...

Jaké máte koníčky? Provozujete nějaký sport?

Jednoznačně sport, závodní plavání (bazénové a dálkové), lyžování, běh, volejbal, cyklistika....

Jaké je Vaše nejoblíbenější jídlo a jaké naopak nemusíte?

Mám ráda těstoviny (italská kuchyně) a řízek, nemůžu dršťkovou polévku a kroupy ☹

Pivo nebo víno?

Pivo vůbec, víno příležitostně, nejraději 100% jablečný džus ☺

Máte domácího mazlíčka?

Nemám, ale měli jsme mnoho let morče.

Co dělá taková učitelka, když má dva měsíce prázdnin?

Zhluboka si na konci června vydechne, otře čelo, slzy (4. roč. odešly) a na začátku července radostně nadechne a užije si letní dovolenou, sporty, výlety a taky občas dodělá nebo nachystá práci na další školní rok, koncem srpna se radostně nadechne a čeká netrpělivě na září

Jaké máte plány do budoucna? (5 až 10 let)

Jistě, ale to není veřejné. Říká se: řekni pánu Bohu svoje plány a on se ti upřímně vysměje.

A máme tady poslední otázku. Máte nějakou zajímavou nebo vtipnou historku z pedagogické praxe?

Těch je spousta, ale bohužel nepublikovatelných. Můžeme si o tom někdy popovídat při osobním setkání s vámi...



Autor: Redakce

Návštěva Mikuláše, čertů a andělů

Dne 5. 12. 2023 naši školu navštívila družina v čele s Mikulášem, čerty a anděly. Předali nám svoje poselství, preventivně vystoupili proti nešvarům a přetvářce. Připomněli nám, abychom se v tomto adventním čase na chvíli zastavili a udělali něco dobrého pro druhé. A nechodili s prázdnou – rozdávali sladkou nadílku, ale protože se občas nějaký hříšník našel, měli v záloze i syrové brambory. Děkujeme za příjemné zpestření vyučování koordinátorkám školního parlamentu, které akci naplánovaly, a zejména také žákyním ze třídy 2.S, jmenovitě Mikuláši Tereze Frisové, andělům Kristýně Burešové a Natálii Ludvíkové a v neposlední řadě i čertům Pavle Linhartové a Veronice Pazourkové.

Zapsal: Mgr. Jan Pejpek



A jak si takovou trojici představují ve 4.S? Mikuláš, čert a anděl očima a perem žáků 4.S



Vánoční tvoření DS Nopova

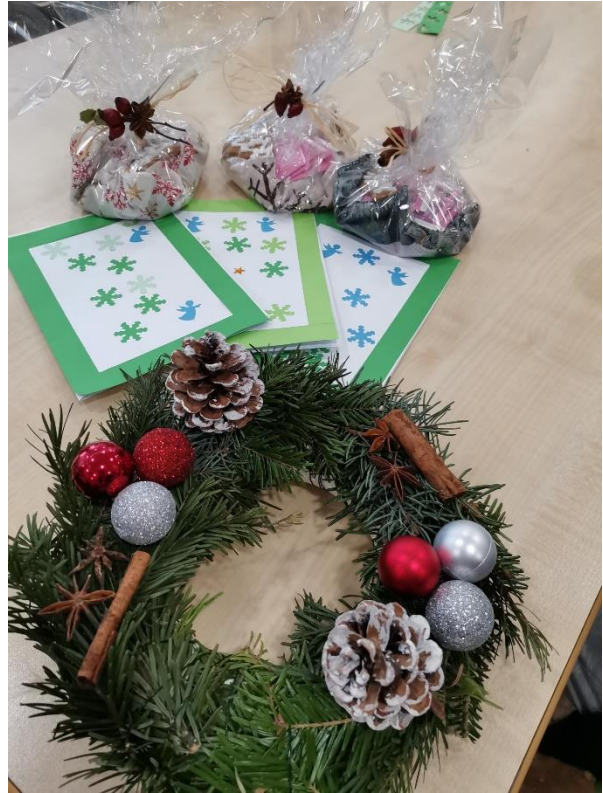
Ve dnech 29. 11. 2023 a 6. 12. 2023 navštívili žáci 2.S Domov pro seniory Nopova. Domov je příspěvková organizace zřízená Statutárním městem Brnem. Jedná se o pobytové sociální zařízení poskytující službu seniorům. Posláním Domova je pomoc seniorům v překonávání obtíží ve stáří a nemoci, podpora jejich aktivního a důstojného života.

Naši žáci si v rámci předmětu Organizace volného času připravili „Vánoční tvoření“ – v příjemné vánoční atmosféře studenti tvořili s klienty krásná vánoční přáníčka a adventní věnce. Pro klienty jsme také v rámci předmětu napekli perníčky a vyrobili drobné dárečky. Cílem bylo také popovídat si s klienty a pomoci jim zmírnit smutek a samotu.

Zapsala: Mgr. Eva Matějková, Ph.D









6.12. 2024

Přejeme vám krásné
Vánoce a úspěšný
vstup do nového roku.

Přeji aktivizační pracovníce

DS NOPOVA

Děkujeme ♡

Školní kolo chemické olympiády

Dne 7. 12. 2023 proběhlo v učebně chemie školní kolo Chemické olympiády. Jediným účastníkem byl žák 3. LB Patrik Urík, který se s velkým nasazením se ctí popral s úkoly teoretické i praktické části.

Díky za odvalu Patriku.

Mgr. Blanka Janiczková (MS BIO-CHE)



Silový čtyřboj

Dne 19. prosince se žáci naší školy zúčastnili soutěže v silovém čtyřboji a čtyřboji zdatnosti. Dívky byly ve složení Andrea Drápalová, Jolana Šlégrová, Nikol Kotolanová, Romana Mezerová a Magda Weissarová. Z chlapců se zúčastnil jediný mohykán Patrik Rusek. V těžké konkurenci dívky skončily na 4. místě v okrese a v kraji na 5. místě. Patrik se z 99 závodníků umístil na 40. místě v kategoriích chlapců.

Reprezentantům patří velké díky!

Na příště už máme medailové ambice a budeme tvrdě trénovat 😊

Zapsal: Mgr. Peter Milčák





Moje nejzajímavější ošetřovatelská kazuistika

Dne 19. 12. 2023 proběhlo školní kolo soutěže „Moje nejzajímavější ošetřovatelská kazuistika“.

Do soutěže byli přihlášení žáci tříd 4A, 4B, 4C, 4D denního studia oboru praktická sestra. Celkem bylo prezentováno 5 ošetřovatelských kazuistik. Ceny do soutěže věnovalo SRPD při SZŠ Brno, Jaselská. Soutěž zahájila a žáky podpořila paní ředitelka PhDr. Zuzana Číková.

Výkony a znalosti soutěžících hodnotila odborná porota:

Mgr. Jana Váňová

Mgr. Helena Čermáková

Mgr. Martina Cahová

Výsledky:

1. místo – Denisa Urbanová, PS 4B
Ošetřovatelská péče u nemocného po oesophagoskopii.
2. místo – Anna Kišová, PS 4C
Ošetřovatelská péče u nemocného s perimyokarditidou.
3. místo – Jan Bednář, PS 4A
Ošetřovatelská péče u nemocného se střevní neprůchodností.

Příprava do této soutěže vyžaduje obětovat spoustu osobního volna, toho si velice vážíme. Děkujeme našim žákům za jejich mimořádné výkony a vysoce kultivovaný projev.

Žákyně, které se umístily na 1. a 2. místě školního kola, budou reprezentovat naši školu ve Zlíně na XVIII. Festivalu ošetřovatelských kazuistik, dne 21. března 2024.

Poděkování patří i všem odborným vyučujícím za odbornou pomoc a cenné rady žákům při zpracování kazuistik.

Gratulujeme!

Zapsala: Mgr. Martina Cahová, předsedkyně MS OSE









Den globálního rozvojového vzdělávání





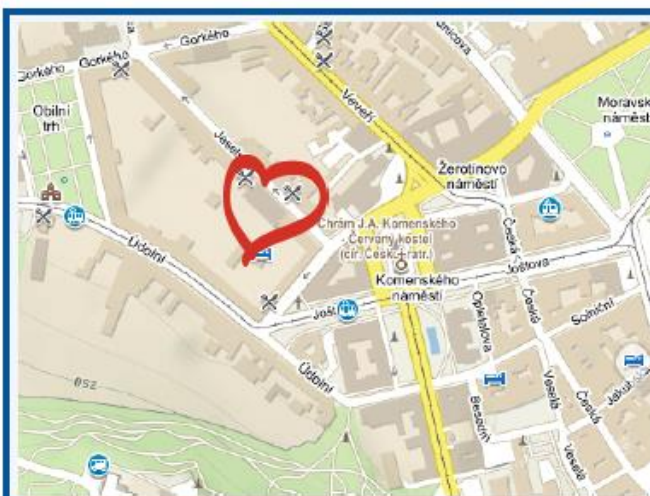




[Více fotek naleznete zde](#)



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

www.szs-jaselska.cz

www.facebook.com/SZŠ-Jaselská-Brno



Příspěvatelé jednotlivých rubrik

Jak jsem překonala sama sebe – Kateřina Petřová

Úvahy o praxi – Tadeáš Lošťák

Exkurze do Olomouce – Emma Němčanská

Vánoční Olomouc – Barbora Fišerová

Prohlídka kostnice u sv. Jakuba – Emma Němčanská

Zajímavý koníček – Katka Strnadová

Můj nejzajímavější sportovní zážitek – Valerie Výletová (absolventka školy)

Kdo mě přivedl ke sportu – Martina Štěpánková (absolventka školy)

Já a sport – Karina Babak (absolventka školy)

Já a výživa – 4L

Proč nepít alkohol – ChatGPT

Recepty s AI – Google Bard

Medailonky sportovců – Mgr. Jan Pejpek

Tipy na filmy – Bc. Marika Kaňová a redakce

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

Hantec kolem nás – Pavel Jelínek

Ostravské okénko – Mgr. Barbora Baláková

Rébus – Bc. Marika Kaňová

Vtipy pro lepší den – Bc. Marika Kaňová

Umístění časopisu na stránkách školy

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

Šéfredaktor – Mgr. Jaroslav Miřyna

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**