

Základná škola na Ulici Československej armády
P R E Š O V



VSEVEDKO

školský časopis

INTERVIEW

So zvedavými otázkami sme zamierili za zaneprázdnenou, ale usmievavou pani zástupkyňou Mgr. Vierou Hrabkovou. Neodmietla nás.

Pani zástupkyňa, môžeme Vám položiť pár otázok?

Nech sa páči.

Aké je Vaše znamenie?

Ryby.

Vaše hobby, voľný čas?

Záhrada, kvety, medovníčky.

Obľúbená farba, jedlo?

Obľúbené jedlo... hmm... farba – oranžová... a jedlo... náhoda, ale ryby.

Čo Vás dokáže rozveseliť a čo naopak rozčúliť?

Rozveseliť ma vie krásny deň, príjemní ľudia. A rozčúliť, toho je veľa. Najmä hlúposť, ale nie taká, že niečo neviem, iná.

Aká je Vaša náplň práce?

Mojou úlohou je zabezpečiť činnosť školy po pedagogickej stránke, rozvrh hodín, zastupovanie, dokumentácia.

Je to ťažké?

Je to náročné.

Páči sa Vám práca v škole? Vybrali by ste si toto povolanie opäť?

Nesmierne sa mi páči. Istotne by som si ho zas vybrala.

Čím ste chceli byť, keď ste boli malá?

Vzhľadom na to, že mám rada kvety, chcela som byť kvetinárka.

Máte nejaký sen, ktorý chcete uskutočniť? Ak áno, aký je?

Sen? Trošku viac pokoja, pokojnejšia práca...

Je pravdou to, čo sme sa dopočuli, že sme najväčšia škola v Slovenskej republike?

Je to pravda.

A posledná otázka, čo by ste popriali našim čitateľom?

Tak po prvé to, čo oni ešte asi nechápu – zdravie a aby sa im ľahšie učilo.

Za rozhovor poďakovali Paula Zwiebelová, VII.C, Sára Sirotňáková, V.C

UDALOSI NAŠIMI OČAMI

Biela pastelka



„Zatvorte oči a skúste pracovať, prejsť sa mestom, či navariť... Dostanete sa tak do sveta nevidiacich a pochopíte, s akými prekážkami sa títo ľudia denne stretávajú.“ Týmito slovami sa k nám prihovárali letáky a plagáty i v našej škole.

23.9.2009 začal predaj odznakov v tvare bielej pastelky približne v 100 mestách na celom Slovensku. Práve pre nich tu bola verejná zbierka Biela pastelka, vďaka ktorej sa môžu realizovať kurzy, ktoré pomáhajú nevidiacim naučiť sa žiť v tme. Ide napríklad o bezpečnú chôdzu s bielou palicou, čítanie a písanie Braillovho písma a pod.

Nevidiaci ďakujú všetkým, ktorí si bielu pastelku zakúpili a pomohli.

Modrá planéta ZEM



15. októbra sme sa zúčastnili na predstavení o našej Zemi. Získali sme mnoho nových vedomostí. Hovorili sme o tom, ako planéta Zem vznikla a ako sa kontinenty od seba oddelili. Najzaujímavejšie boli informácie o tom, že v budúcnosti sa kontinenty znovu spoja, ale z druhej strany.

Neskôr sme súťažili o pekné ceny. Na záver nás organizátori prekvapili krátkou rozprávkou o veвериčke z doby ľadovej.

Vedomosti, ktoré sme získali, určite využijeme na vyučovaní.

Karina Konišovská, VI.C

Korzár v škole



Žiaci siedmeho ročníka našej školy sú zapojení do zaujímavého projektu s názvom Korzár v škole, ktorý organizuje redakcia denníka Korzár. Hlavnou témou tohto projektu je životné prostredie. Cieľom projektu je vzbudiť u žiakov záujem o ekologické problémy v našom okolí. Žiaci od

redakcie novín Korzár dostali zdarma pracovné zošity, s ktorými pracujú na hodinách zemepisu. V utorky a štvrtky dostávajú, opäť zdarma, noviny Korzár, v ktorých majú vyhľadávať informácie o stave životného prostredia v našom regióne. Získané poznatky si žiaci zaznamenávajú do pracovných zošitov.

Korzár pripravil rovnaký projekt aj pre deviatakov s témou **Energia**.

Mgr. Mária Havrilová

Po stopách vzácných dokumentov



9. októbra sme sa (žiaci V. A a V. C) vybrali s pánom učiteľom Kyselom a pani učiteľkou Priščákovou do Prešovského archívu na Slovenskej ulici na exkurziu. Cestou sme videli mnoho historických pamiatok, napr. Karaffovu väznicu, Kostol sv. Mikuláša, Baštu, ... Prišli sme k archívu. Privítala nás pani archivárka. Na chodbe vo vitrínach sme videli mnoho výtlačkov Prešovského večerníka.

Vošli sme do predváždzej miestnosti, kde nám pani archivárka sprístupnila pergamen starý 600 rokov. Ukázala nám aj knihu podpísanú Máriou Teréziou a porozprávala poviedky o Prešove. Potom nám pustila video o pamiatkach mesta Prešov a o jeho okolí. Po videu sme si mohli pozrieť kópiu ďalšieho pergamentu – ten pravý sa rozpadol, pretože má jedno tisícročie.

Exkurzia v archíve bola veľmi zaujímavá, lebo bežne nemáme možnosť vidieť zblízka také vzácne dokumenty.

Simona Sobeková, Vanda Šimkovičová, Sára Sirotňáková, žiačky V.C

Beseda so spisovateľkou

Do knižnice sme prišli skoro ráno. Na stole sme našli knižky od pani spisovateľky Ivony Březinovej. Všetci sme si ich chceli prezrieť, až sme sa na nich pohádali. Knihy nás tak zaujali, že sme si ani nevšimli, kedy pani spisovateľka prišla.

Hneď nám začala rozprávať o svojich deťoch – knižkách. Keď bola ešte malá, tak si hovorila, čo mohlo byť ešte ďalej v Popoluške, Snehulienke a v iných rozprávkach. Ivona Březinová napísala napríklad tieto knihy: A čo bolo ďalej, Strážcovia svetla, Volám sa Alica. Táto kniha je veľmi poučná a trochu aj strašidelná, píše v nej napríklad aj o drogách. Napísala aj encyklopédie

Keď sa beseda skončila, boli sme veľmi šťastní, že sme mali možnosť spoznať túto spisovateľku aj osobne.

Lucia Demjanová, Vladka Špačková, V.C

PREŠOV ČÍTA RÁD

24. septembra 2009



V rámci tohto obľúbeného každoročného festivalu živého umeleckého slova a stretnutia so spisovateľmi sa aj žiaci V. A a V. B triedy ZŠ Československej armády so svojimi vyučujúcimi slovenského jazyka zúčastnili besedy s českou spisovateľkou Ivonou Březinovou v knižnici P. O. Hviezdoslava v Prešove.

Bolo to pútavé a bezprostredné rozprávanie pani spisovateľky o svojich prvotinách až po súčasné plány a vyhliadky do budúcnosti. Žiaci mali možnosť vypočuť si, ako sa rodia knihy pre deti, čo všetko autorka musí urobiť, s kým spolupracovať, ako dlho písať, aby sa jej knihy nielen dostali na pulty kníhkupectiev, ale aby sa aj páčili deťom, ktoré čítajú a rady objavujú svet fantázie, spoznávajú prírodu a chcú vedieť viac o pocitoch svojich rovesníkov.

Pani spisovateľka predstavila svoju najnovšiu tvorbu, ukázala deťom svoje cestopisné príbehy, ktoré majú rôzne zvláštnosti, napr. začínajú písmenom „B“, každá kniha má inú farbu. Zaujímavé boli aj ilustrácie, ktoré tiež nevznikajú jednoducho.

Autorka využila príbehy zo svojich kníh (Holky na vodítku), aby nenásilnou, ale veľmi jemnou a zaujímavou formou vysvetlila žiakom negatívne vplyvy drog, závislosti na počítačoch a mobiloch.

Príjemnú atmosféru na besede využili aj deti, aby sa opýtali pani spisovateľky na jej najobľúbenejšiu knihu, ale aj na tú, ktorá jej dala poriadne zabráť.

Rozprávanie pani Březinovej spestrili aj pracovníčky knižnice svojimi vstupmi a perličkami o autorke, ale aj poznatkami o záujme mladých čitateľov.

Ďakujeme pani spisovateľke I. Březinovej, že pri svojej zaneprázdnenosti si našla čas a prišla medzi deti do Prešova až z ďalekej Prahy a pracovníckam knižnice za pozvanie na besedu.

Mgr. Nadežda Rusňáková

Október

Mesiac úcty k starším



Starnutie prichádza pomaly, nenápadne. Tak, ako sa končí leto a začína sa jeseň. Sem-tam niečo zabolí, objaví sa vráska, skôr či neskôr obeľujú vlasy. Človek sa ocitne v jeseni života a v spomienkach sa obzerá do minulosti.

Oveľa viac ako inokedy si pripomíname, čo naši rodičia, ale aj starí rodičia urobili počas svojho života pre svoje deti, rodinu. Mladí by si mali dať poradiť od starších a navzájom s nimi spolupracovať. Vekom nadobudli skúsenosti, ktoré môžu odovzdávať rodine a spoločnosti.

Pomáhať iným a pomáhať si navzájom je hádam najkrajšia vlastnosť, ktorú dostáva človek do vienka už pri narodení.

Na prejav úcty nestačí len Mesiac úcty k starším, kedy si pripomíname ich zásluhy o náš dnešok, ale úctu treba prejavovať počas celého roka v rodine, na pracovisku, v dopravných prostriedkoch, jednoducho všade. Kto sa naučí vážiť si šediny, nemusí sa báť, že zostane v starobe nepovšimnutý. Nájdime si čas na vlúdne slovo a úsmev pre starších neustále, nielen počas októbra. Preukážme im našu úctu. Slovo úcta sa vytráca z našich úst i z nášho srdca. Zabúdame naň a nie je to dobré...

Preto nestrácajme čas a práve teraz povedzme našim starým rodičom milé slovo a to, že ich máme radi.

Petronela Rusnáková, IX.E

Návšteva Zariadenia pre seniorov Náruč



Stalo sa už tradíciou, že žiaci našej školy dvakrát ročne prídu pozdraviť starších občanov do prešovského Zariadenia pre seniorov Náruč na Veselej ulici.

Tak to bolo aj 20. októbra dopoludnia, keď sme v rámci Mesiaca úcty k starším navštívili toto zariadenie. Páčilo sa nám tam vynovené prostredie. Seniori nás veľmi srdečne privítali a pohostili

koláčmi a čajom. Prezreli sme si výstavku ich ručných prác.

V kultúrnom programe pozdravili prítomných seniorov naše Roztlieskavačky Lenka Paulovská, Simona Paulovská, Monika Fertaľová, Ivana Kravcová, Patrícia Kolšovská a Romana Repková, speváčky Ľubka Hanušinová a Simona Sabadošová, naši tanečníci Dávid Brözl a Juraj Gáll s partnerkami (predviedli sa v štandardných a latinsko-amerických tancoch), svojou exhibičnou fitness zostavou zaujala Stanka Dolinská a freestylom Patrik Germuška a Jozef Komloš. Tety a ujovia nešetřili potleskom.

Z tohto zariadenia sme odchádzali nielen s dobrým pocitom, že sme mohli jeho obyvateľov potešiť, ale aj s ďakovným listom, ktorý našej škole udelil riaditeľ zariadenia PhDr. Jozef Dobrovič za kultúrne obohatenie a spríjemnenie života obyvateľov zariadenia.

Určite k nim radi zavítame znova.

Paula Zwiebelová, VII.C a Sára Sirotnáková, V.C





Reportáž

Deň na Ľubovnianskom hrade a v skanzene



Dňa 3.10.2009 sme navštívili v rámci Historicko-geografického krúžku mesto Stará Ľubovňa. Stretli sme sa už o 7,10 hod. vo vestibule železničnej stanice a verte, že nikomu z nás sa v to ráno nechcelo vstávať. Avšak ten výlet stál za to!!!!

Cesta tam trvala 2 hodiny, prestupovali sme v Lipanoch i v Plavči. Doobeda sme si prezreli centrum Starej Ľubovne, no na naše veľké sklamanie sme tu nenašli ani jeden „normálny“ obchod okrem potravín. S pribúdajúcim

časom sme postupne vyhladli, a tak sme sa prešli na Salaš u Franka, kde sme sa do sýtosti najedli halušiek a spravili si spoločnú fotku. Doplnená energia nám pomohla pri výstupe na Ľubovniansky hrad, ktorý bol pre nás hlavným bodom už aj tak bohatého programu. Kúpili sme si lístky a boli sme plní očakávaní.

A potom sa začala prehliadka, ktorou nás sprevádzal v prvej časti informáciami nabitý kastelán. Rozprával veľa a múdro o živote hradných pánov, ktorí tu žili. Neskôr nás už viedli p.uč. Knuthová a Havlíková, videli sme staré vozy, zbrane, brnenia i nábytok a dokonca dve živé nevesty a ženíchov. Nazreli sme do podzemia, no najkrajší bol aj tak výhľad z veže v nadmorskej výške 710 m n. m. a z každého okna bol krásny výhľad na iné pohorie. Počasie nám skrátka prialo. Po tejto krásnej prechádzke minulosťou zámku sme nazreli aj do skanzenu, a tak sme mali možnosť porovnať život hradných pánov so životom poddaného ľudu. No zhodli sme sa, že Skanzen vo Svidníku je krajší.

Náš výlet sa pomaly blížil ku koncu, takže sme sa vybrali na vlak, čakala nás ešte dlhá cesta domov. No bol nám dopriaty ešte jeden zážitok. Cestou z hradu sme stretli asi 30 veteránov – starých automobilov z Poľska a ich majitelia na nás trúbili a milo mávali.

Pani učiteľke Knuthovej a Havlíkovej veľmi ďakujeme za pekný výlet a tešíme sa už na ďalší.

Žiaci 6. a 8.ročníka: K. Leššo, Š. Podracký, D. Petrová, I. Kravcová



Tvorivá dielňa na dejepise



V tomto školskom roku nám hodiny dejepisu v 6. ročníku pod vedením p. uč. Havlíkovej spestrila aj tvorivá dielňa. Prostredníctvom modelovacej hmoty sa pokúšame vyrábať predmety pravekých ľudí – človeka zručného, vzpriameného či rozumného, tentoraz z doby kamennej. Aj keď máme k dispozícii mäkkú hmotu, nevieme si predstaviť, ako ťažko si naši predkovia vyrábali tieto pracovné nástroje z kameňa. Nemali to ľahké, či už pracovali na oštepe, kopiji, pästnom kline alebo použili ako materiál kosti či hlinu.

Naše výtvyry sme si my, žiaci VI. E a VI. F nakoniec vystavili vo vestibule našej školy. Príďte sa pozrieť.



K.Leššo, VI. F

Skutočný príbeh

Mal som 18 rokov a celý život pred sebou, keď som si v decembri 2006 nahmatal pod pazuchou opuch. Nasledovala liečba, potom v januári 2007 operácia, kedy mi lekári vybrali ložisko a poslali ho na histológiu. Zlé predpovede lekárov sa potvrdili: Rakovina lymfatických uzlín vo štvrtom štádiu! Ďalšia liečba bola náročná. Po chemoterapii som stratil imunitu, chuť do jedla, zoslabol som...

Môj život sa úplne zmenil. V takých chvíľach je veľmi dôležité mať pri sebe rodinu a priateľov. Ja najviac vďačím mojej mamke, ktorá pri mne od začiatku stojí a dáva mi veľa energie.

V októbri 2008 ma museli operovať druhýkrát. Znova chemoterapia, zoslabnutie, zvýšené teploty, schudol som 15 kíl. Nastalo však krátke obdobie pokoja. V apríli 2009 začala pani profesorka Tóthová, ktorá ma lieči, uvažovať o transplantácii kostnej drene. Vhodným darcom bol môj jediný brat Erik, ktorý aj napriek obavám súhlasil. Vyšetrenia ukázali zhodu na 99 %.

Už týždeň pred transplantáciou začali lekári Erika pripravovať tak, že mu pod kožu injekčne podávali liek na tvorbu kmeňových buniek a robili ďalšie potrebné vyšetrenia. Erik bol veľmi statočný. Až vtedy som si uvedomil, aký je vzácny. 23. júna 2009 nastal ten dlho očakávaný i obávaný deň. Erika odviekli do špeciálnej miestnosti, aby mu odobrali kmeňové bunky zo žíl na obidvoch rukách. Trvalo to 5 hodín. Bolo to ako vo filme. Sedela pri ňom mamka, povzbudzovala ho a zabávala. Lekári a sestričky prechádzajúci okolo izby mu kývali, dodávali mu odvalu a hovorili mu, akým je vzácnym darcom. Bol to krásny pocit pre mňa, ale určite i preňho.

Sto najkritickejších dní po transplantácii sa mi hodnoty krvi dostávajú do normálu. Dúfam, že všetko dopadne dobre. Verím, že mi v najťažších rokoch môjho života pomáha aj Pán Boh, ku ktorému sa modlím. Vďačím mu za každý deň svojho života i za Erika.

Môj brat je a bude v mojom srdci vzácný človek, ktorý mi zachránil život.

Mário

Hrdinom tohto skutočného príbehu je nielen Mário, ale aj jeho brat ERIK ŠOLTIS, ktorý je žiakom IX. F triedy našej školy. Sme hrdí na to, že máme v škole takého odvážneho žiaka s dobrým srdcom a držíme jemu i jeho bratovi prsty.

Naši mladí autori

Lenka Bujňaková – Spomienky na prázdniny

Vždy som túžila po rodinnom dome. Tento sen sa mi splnil teraz počas prázdnin. A ja sa do toho sna rada vraciam: Keď som na balkóne, kochám sa pohľadom na more, hory a maják. Najkrajší pohľad je pri východe slnka. Slnko mi zakrýva stredne veľká palma, ktorá je necelých päť metrov od balkóna. Jej listy sa vždy krásne vlnia, keď zaveje slabý vánok. Keď je však pokrytá rosou, každá kvapka sa zmení na perlu. Slnko sa na mori tak krásne trblieta ako strieborné zrkadlo. Sem-tam z vody vyskočí delfín a ja môžem sledovať jeho radosť z hry a zo života. Na pláži ešte nikto nie je. Piesok je rovný a hladký. Ligocú sa v ňom všelijaké úlomky mušlí a kamienkov.

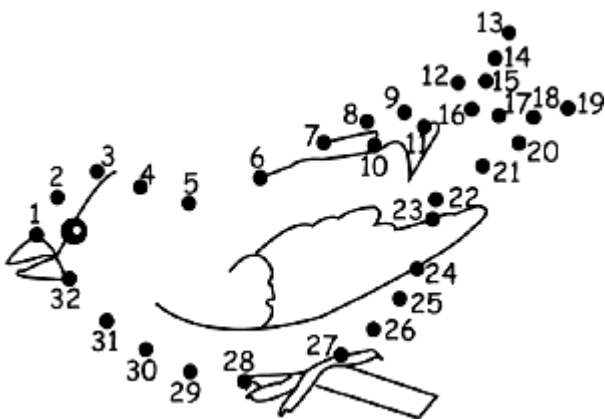
Nad morom začínajú poletovať čajky. Kížu sa vzduchom a ja závistlivo vzdychám. Ich hlas sa mi nikdy nepáčil, ale teraz ladí so zvukom mora. Tým nádherným, upokojujúcim, lahodným zvukom.

Keď sa pozriem na pravú stranu, obdivujem majestátnosť hory. Tá sa černie na pozadí ružovooranžovej oblohy. Takmer cítim, ako sa v nej prebúdzia život. Vľavo stojí maják. Vedie k nemu cestička. Nie je asfaltová, ani kamenná, ale taká, akú ju vytvorila Matka Príroda. Okolo je tráva a kvety.

Viem, že tieto úžasné obrazy mi ostanú navždy v srdci.

Sabina Gallová – Nový žiak

Zachcelo sa vrabčovi
chodiť s deťmi do školy.
A už sedí v lavici,
modré pero v pravici.
Čuší, vôbec nečviriká,
len si sťažka horko vzlyká:
„To je bieda, to je bieda!
Ťažká je tá abeceda.“
Učiteľ sa prísne díva,
ale v očiach úsmev skrýva.
„Nič to zato, vrabček – žiak,
raz budeš aj úspech mať.“



Šarkaniáda show

Šarkaniáda show je zábavno-súťažné popoludnie pre deti a rodičov, na ktoré isto netrpezlivo čakáte. Hlavnou časťou, ktorá bude prebiehať počas celej akcie, bude súťaž o ~~najkrajšieho šarkana~~ najkrajšieho šarkana. Každý, kto si donesie akéhokoľvek šarkana, dostane súťažné číslo a kupón na občerstvenie zdarma. Naša porota bude súťažiacich pozorne sledovať.

Okrem hlavnej súťaže na vás čaká pestrý program plný spevu, tanca, ako aj tieto šarkanie stanovišťa:



Skočko – skok vo vreci

Guľko – skok na fit loptách

Silák – pretáhanie lanom



Hladoš – hod na cieľ

Umelec – kreslenie na chodník



Kuchtik – slalomový beh

Smädoš – pitie na čas cez slamku



Stavbárik – stavanie plechovkových pyramíd

Krásavec – viazanie stužiek na čas

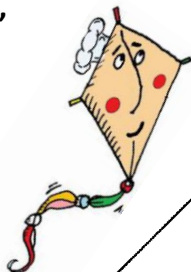


Pátrač – hľadanie predmetov poslepiacky

Súboj šarkanov – futbalový turnaj

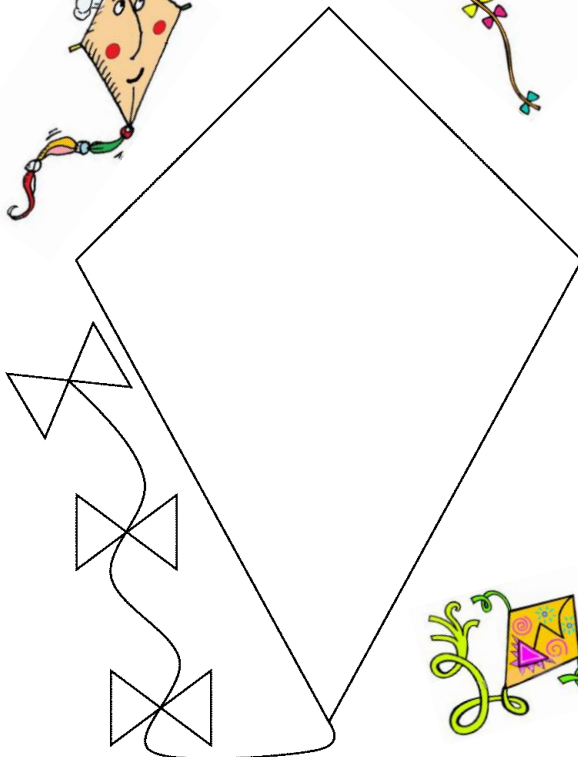
A o aké ceny budú vaše šarkany súťažiť?

- ◆ Web kamera, slúchadlá, mikrofón MICROSOFT,
- ◆ Cyklistická prilba KED,
- ◆ Kľzák SNOWSLIDER
- ◆ ... a mnoho ďalších hodnotných cien.



ZŠ Československej armády sa teší na vašu účasť dňa 14.11.2009 o 13.00 hod., sledujte naše plagáty, ktoré vás v prípade zmeny termínu budú o všetkom informovať.

Vymaľuj si svojho šarkana.



Európsky týždeň mobility

V týždni od 16. do 22. septembra 2009 sa uskutočnil vo viac ako 2000 európskych mestách Európsky týždeň mobility. Cieľom aktivít organizovaných v rámci tohto

týždňa bolo povzbudiť verejnú mienku v potrebe boja proti znečisťovaniu životného prostredia.



Aj naša škola sa aktívne zapojila do jedného z podujatí, ktoré boli v rámci tohto týždňa v Prešove organizované. Boli to preteky na bicykloch a na kolieskových korčuľiach.

Naši cyklisti mali smolu, pretože odštartovali z veľmi nevýhodnej pozície, ale zato korčuľiari pozbierali všetky tri medaily.

Na 1. mieste sa umiestnil Ondrej Murcko, na 2. mieste František Barnáš a ako 3. dobehol do cieľa Šimon Hrušovský. Títo žiaci VII. D triedy predbehli ďalších 79 súťažiacich.

Na priloženej fotografii zľava doprava Barnáš, Murcko, Hrušovský, VII.D.

Ondrej Murcko, VII. D

Mestská olympiáda na školách



Mesto Prešov a základné školy zorganizovali už druhý ročník športovo-zábavného podujatia Mestská olympiáda na školách. Uskutočnila sa v dňoch 5. až 9. októbra. Žiaci medzi sebou súťažili v týchto disciplínach: florbal, futbal, basketbal, vybíjaná, atletika, plávanie. Úspechy našich žiakov:

Futbal

Starší žiaci: III. miesto

Mladší žiaci: II. miesto



Na fotografii zľava doprava: T. Liščinský, J. Dušenka, M. Krasničan, A. Mihal, J. Lehet, J. Milý, O. Murcko, P. Horváth.

Vybíjaná

Zmiešané družstvo: II. miesto



Vybíjaná sa hrala na ZŠ Kúpeľná. Družstvo bolo zložené z piatich chlapcov a piatich dievčat:

S. Karabinoš, A. Dvorščák, M. Vernarský, J. Machala, M. Novotný, L. Paulovská, D. Smalcová, D. Sedláková, Z. Jurková, A. Slaninková. Darilo sa nám výborne, veď zo štyroch súperov nás porazil len jeden, ZŠ Lesnícka. Nakoniec sme získali II. miesto, a to vďaka pánovi učiteľovi J. Lukáčovi, ktorý nás pripravoval a podporoval.

Maximilián Novotný, VI.E

Úspešným športovcom blahoželáme.

Naša jedáleň podporuje zdravie



Spôsob výživy a kvalita stravovania patria medzi základné životné podmienky každého človeka už od narodenia. Správnou výživou možno zvyšovať zdatnosť organizmu, ale tiež je jedným z rizikových faktorov vzniku civilizačných chorôb.

Správna výživa je základným predpokladom zdravého vývoja človeka. Jedlo nás sprevádza celý život. Najväčší vplyv na vznik stravovacích návykov u detí má rodina, blízke okolie a taktiež škola. Z rôznych zdravotných dôvodov nemôžu všetky deti prijímať všetky druhy potravín, preto sa postupne do školského stravovania dostáva aj diétne stravovanie, ktoré pomáha deťom jednoduchým liečebným procesom – diétou zaradiť sa do plnohodnotného života.

Od 1.9.2009 sa v našich školách takáto diétna strava pripravuje. Do školského stravovania sa postupne dostávajú tri druhy diét: bezlepková, diabetická, šetriaca. Každá škola má určené, ktorý druh diéty bude variť, to znamená, že rodič si môže vybrať školu s diétnym stravovaním vhodným pre jeho dieťa.

V našej škole je možnosť vybrať si z dvoch diét:

ŠJ ČSA 1 poskytuje bezlepkovú diétu zatiaľ pre 5 stravníkov. Podáva sa pri ochorení CELIAKIA, je to vrodená neznášanlivosť lepku. Deti trpiace touto chorobou nemajú jednoduchý život. Jedinou terapiou je totiž prísna diéta. Nesmú konzumovať najbežnejšie potraviny vyrobené z múky. Kombináciou ryže, kukurice, zemiakov, zeleniny, ovocia a ďalších bezlepkových potravín je možné zabezpečiť pre tieto deti plnohodnotnú stravu. Potraviny vhodné pre túto diétu sú označené žltým preškrtnutým pšeničným klasom.

ŠJ ČSA 2 zabezpečí v prípade záujmu diétu ŠETRIACU, ktorá sa podáva pri poruche tráviaceho systému s dlhodobým priebehom, pri funkčných poruchách žalúdka, pri vredových chorobách žalúdka a dvanástnika, pri stavoch po resekcii, pri chronických ochoreniach žľzníka. Je to plnohodnotná diéta, kde je obsah tukov mierne znížený, obmedzujú sa vlákniny a uprednostňuje sa varenie vo vode a dusenie.

Náklady na potraviny pri týchto diétach sú: I. stupeň – 0,99 eur, II. stupeň – 1,07 eur. Pri záujme o podávanie týchto diét je nutné prihlásiť sa vopred a predložiť lekárske posudok od odborného lekára, gastroenterológa.

ŠJ 1: Jana Gicová, ŠJ 2: Ľubica Třešňáková

Pri príležitosti Svetového dňa výživy sa 16.10. v PKO uskutočnila prezentačná výstava zdravých jedál spojená s ochutnávkou. Zúčastnili sa na nej aj naše pani kuchárky. Ich výtvary boli pastvou pre oči i chuťové poháriky. Posúďte sami.



Halloween



Halloween je sviatok oslavovaný 31. októbra. Oslavujú ho predovšetkým deti oblečené v kostýmoch. Tie navštevujú susedov a pýtajú si sladkosti.

Oslavuje sa hlavne v západných krajinách, najmä v USA, Portoriku, Írsku, v Spojenom kráľovstve, Kanade, ale aj v Austrálii a na Novom Zélande.

Pôvod má v Írsku ako pohanský sviatok. Tradičnými znakmi Halloweenu sú špeciálne vyrezané tekvice so sviečkou vo vnútri, čarodejnice, duchovia, čierne mačky, metly, príšery, kostlivci, oheň a podobne.

Karina Konišovská, VI. C

Halloweenska noc

Tri, dva ... a už len jeden deň delil mňa a moje kamarátky od halloweenskej párty, ktorá sa konala v našej škole. Veľmi sme sa tešili, ako budeme strašiť deti 1. stupňa. 31. októbra nastal náš vytúžený halloweensky večer.

Po príchode do školy (o 19,00 hod.) sme sa prezliekli do kostýmov a namaľovali sa tak, aby sme vyzerali strašidelne. O hodinu už prichádzali deti z 1. stupňa. Po výborných buchtách v jedálni a krátkom oddychu sme sa

vybrali na nočnú prechádzku do okolia školy. Vyzbrojili sme sa baterkami a lampiónmi. Okoloidúci, ale aj ľudia v susedných bytovkách rozsvецovali svetlo a mávali nám. Po krásnej prechádzke sa malé deti prezliekli do pyžám, my sme si ľahli iba tak, ako sme boli ustrojené, aby sme boli ako správne strašidlá „v pohotovosti“. Pred polnocou po nás prišla pani učiteľka. Narýchlo sme si upravili náš strašidelný mejkap a vyrazili sme... V škole bola zima a tma. Všade samá rozsvietená tekvica i samostatné sviečky, ale nič iné školu neosvetľovalo. O polnoci pani učiteľky dost hlučne zobudili deti, tie sa museli rýchlo pooblekať a vydať sa na putovanie po tmavej škole. A to bola príležitosť pre nás. Boli sme totiž poskrývaní v kadejakom kúte a začali sme strašiť každého, kto okolo nás prešiel. Dokonca sa nám podarilo vystrašiť aj pani učiteľku. Po tejto strašidelnej zábave sme si už všetci ľahli a spali až do rána.

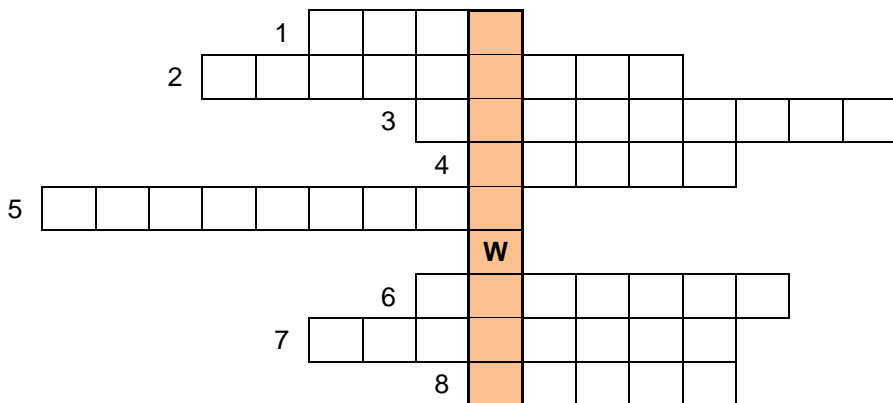
Ráno sme sa všetci naradostení rozišli domov s veľkou kopou zážitkov.

Karina Konišovská, Júlia Leššová, VI. C



Zabavme sa...

Tajnička



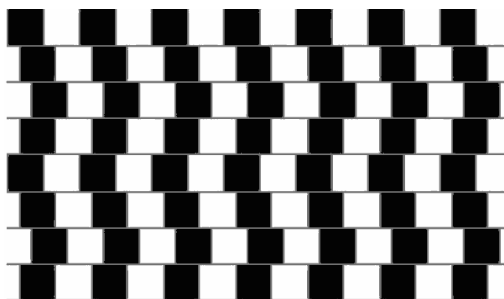
1. Z čoho sa najviac v zime tešia deti?
2. Ako ináč povieš slovo „naľakať“?
3. Odmena za strašenie.
4. Čo opadáva v jeseni zo stromov?
5. Čo straší?
6. Symbol Halloweenu.
7. V ktorom mesiaci je Halloween?
8. Čím vyrezávame tekvicu?

Zuzana Bačinská, Denisa Kostelníková, VI.E

Bludisko



Sú tieto čiary rovnobežné alebo rôznobežné?





Minitest - JA

1. Som hotová pohroma:

- a) a neviem, čo s tým
- b) ale chcem to zmeniť
- c) a som zúfalý

3. Ak by som sa mohol zmeniť:

- a) naučil by som sa mať sa rád
- b) zmenil by som svoj nos, oči, ...
- c) zmenil by som úplne všetko

2. Nepáči sa mi na mne:

- a) všetko
- b) malá chybička krásy
- c) neviem, vyhovujem si takto

4. Pred ostatnými sa cítim:

- a) ako "vadný"
- b) som v pohode
- c) ako ropucha medzi bocianmi

BODOVANIE

	1	2	3	4
a)	7	4	10	7
b)	10	7	7	10
c)	4	10	4	4



Od 16 do 20 bodov

Dobre, esteticky sa sám sebe nepáčiš. Pozri sa však okolo seba. Žijú tu ľudia s dlhokánskymi nohami, iní vyzerajú ako snehuliaci, ďalší zas majú zuby pripomínajúce koňa... ale určite nie sú nepríjemní! Je to otázka sympatie a vnútorného náboja. Pokus sa v sebe prebudiť elán a na vlastnej koži zistíš, že krása sa netýka len zovňajška.

Od 21 do 30 bodov

Ak to dokážeš, zabudni na všetko, čo sa ti nepáči.

Zameraj sa na to, čo je pekné. Uvedomíš si, že aj ostatní robia to isté! A majú ťa radi takého, aký si.

Od 31 do 40 bodov

Cítiť sa ako "ozajstná pohroma" je súčasťou hry života. A ty vieš túto hru hrať pozitívnym spôsobom. Labuť, ktorá je v tebe, už musí zhodiť len posledné kačacie pierka!

Predstavujeme sa Vám

Čitateľský krúžok

Začal sa nový školský rok a s ním sa začali aj nové zaujímavé krúžky. Medzi ne patrí aj Čitateľský krúžok. Vede ho p. uč. Zmudová .

Stretávame sa každý pondelok od 13.00 do 15.00 v žiackej knižnici. V našej náplni nie je len čítanie kníh a rozhovory o nich, ale aj vytváranie projektov o spisovateľoch a ich dielach, ktoré vystavujeme v knižnici.

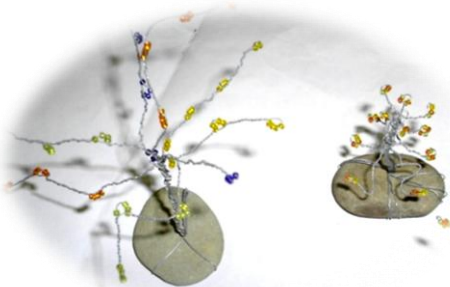
V priebehu školského roka budeme usporadúvať literárne súťaže a výstavy kníh spojené s predajom. Zapojili sme sa do projektu Rok Jozefa Čigera-Hronského, ktorý vyhlásila Matica slovenská. V rámci Medzinárodného dňa školských knižníc sa stretnú žiaci na hodinách slovenského jazyka v školskej knižnici. Naším snom je stále dopĺňať knižnicu o nové zaujímavé knihy, a tak prilákať čo najviac spolužiakov.

Terézia Štofaňáková, VI.C

Ručné práce

Krúžok vedie pani učiteľka Liberová. Všetko, čo na tomto krúžku robíme, je niečo nové, tvorivé a veľmi zaujímavé. Náplňou je práca s drôtom, papierom, pletenie, háčkovanie a vyšívanie. Naše výrobky určite uvidíte a taktiež si ich budete môcť zakúpiť, napríklad už na vianočnej burze.

Izabela Čížová, IX.B



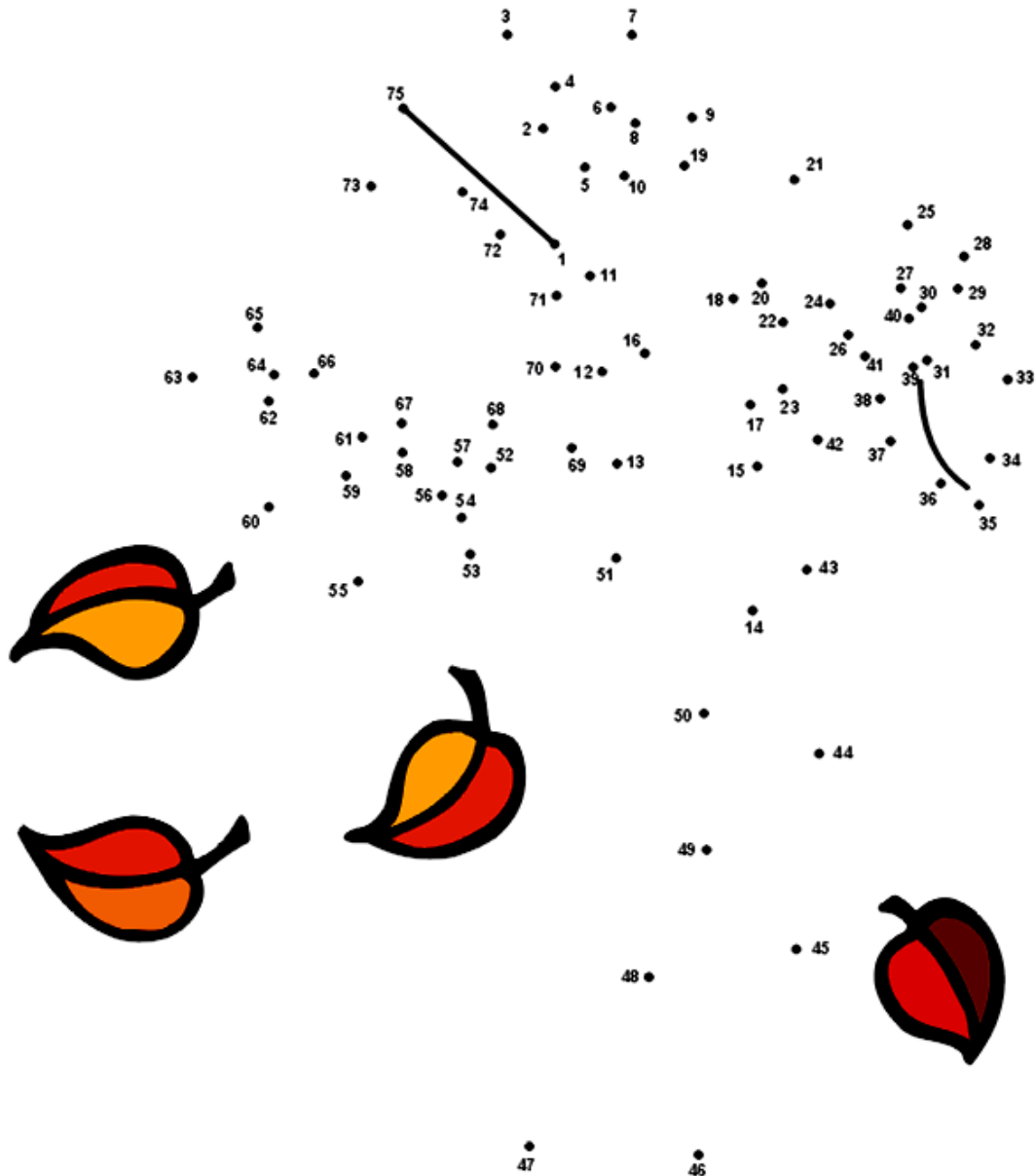
Čo nás čaká...

November

- ☉ Ja som malý spevák – súťaž v speve pre žiakov I. stupňa
- ☉ Komparo – testovanie deviatakov – 5.11.2009
- ☉ Projekt Logo triedy – na hodinách informatiky
- ☉ Exkurzia Mladý remeselník
- ☉ Športové popoludnie vo futbale
- ☉ Športové popoludnie vo vybíjanej
- ☉ Zdravý novembrový týždeň – projekt Zdravá škola
- ☉ Týždeň boja proti drogám

December

- ☉ Školské kolo Pytagoriády
- ☉ Školské kolo olympiády v anglickom jazyku
- ☉ Školské kolo chemickej olympiády
- ☉ Prečo mám rád slovenčinu, prečo mám rád Slovensko – literárna súťaž
- ☉ Exkurzia v Bonsaj centre
- ☉ Deň ľudských práv
- ☉ Predaj vianočných pohľadníc UNICEF
- ☉ Mikulášske ráno
- ☉ Vianočná burza
- ☉ Vianočná akadémia
- ☉ Mikulášske vystúpenie na pešej zóne
- ☉ Futbalový turnaj pre 3. a 4. ročník
- ☉ Vianočný turnaj vo vybíjanej
- ☉ Vianočný turnaj v stolnom tenise



Vševedko 9, ročník III., šk. rok 2009/2010, Vydala: ZŠ Československej armády 22, Prešov
Šéfredaktor: Mgr. M. Knuthová, Redakčná rada: Mgr. L. Antlová, Mgr. E. Pištejová
Žiacka redakčná rada: P.Zwiebelová, P. Rusnáková
Zodpovedná za vydanie: Mgr. Ľ. Kohaniová
www.zsarmpo.edu.sk