

# HORVÁTHKA

časopis Gymnázia I. Horvátha v Bratislave



Foto: P. Vlašič

Foto: P. Vlašič

•1/2021

# Naša redakcia

## Zodpovedná redaktorka

Mgr. Terézia Struhárová, PhD.

## Redaktori:

RNDr. Eva Stanková

RNDr. Oľga Kubánková

RNDr. Vlasta Kolompárová

Mgr. Andrea Regecová

Mgr. Andrej Belanec

Vanessa Mrázová, 2. C

## Fotografie

Peter Vlašič, 3. C

# Horváthka

1/2021

1

*rozhovor s riaditeľkou  
Evou Stankovou*

*Školské projekty -  
Norway Grants, Škola  
škole, DoFE, Zelená škola*

2

*naši prváci*

*Súťaže – OAJ, Best in English,  
futbalový turnaj*

3

*Vanessin svet*

*(svet Vanessy Mrázovej)*

*Skrytý jazyk našich duší*

*Ako prežiť v škole?*



Foto: P. Vlašič

**„Povolanie učiteľa je veľmi dôležité a môže byť aj veľmi príjemné a tvorivé“**

Naša súčasná riaditeľka gymnázia EVA STANKOVÁ pochádza z Michaloviec. Vyštudovala učiteľstvo všeobecnovzdelávacích predmetov matematika a fyzika na UPJŠ v Košiciach a predmet informatika na UK v Bratislave. Na našom gymnáziu učí od roku 2002.

Pani riaditeľka nám v rozhovore prezradila viac o náročnosti učiteľského povolania, svojich cieľoch i záľubách.

***Vyštedovali ste matematiku, fyziku a informatiku s pedagogickým zameraním. Kedy a prečo sa uskutočnilo Vaše rozhodnutie stať sa učiteľkou a práve v tejto neľahkej kombinácii predmetov?***

Celé detstvo som chcela byť lekárkou. Rozhodnutie som zmenila až na strednej škole. Samozrejme, ovplyvnil ma učiteľ matematiky. Matematika bol jediný predmet, ktorý som sa nemusela na strednej škole učiť, a všetko mi bolo jasné hneď na prvé počutie.

***Ako vnímate povolanie učiteľa s plynutím času? Aká je jeho úloha dnes?***

Povolanie učiteľa je v súčasnosti synonymum pre slabo platenú a neľahkú prácu. Je to povolanie, ktoré je veľmi náročné fyzicky aj psychicky. Ale je veľmi dôležité a môže byť aj veľmi príjemné a tvorivé.

***A čo študenti? Menia sa nejakým spôsobom ich nároky, ciele, želania? Viete si predstaviť, aký bude študent strednej školy v roku 2050?***

Myslím si, že študenti sú stále rovnakí. Majú podobné ambície, očakávania, sny aj túžby. Ale v niečom sú možno lepší, než sme boli my. Vedia mať globálnejší pohľad na svet a na problémy, ktoré sa v ňom dejú.

***V roku 2019 ste sa stali riaditeľkou nášho gymnázia. Spomínate si, s akými pocitmi, náladami a cieľmi ste zasadali na riaditeľskú stoličku?***

Cítila som a stále cítim veľkú zodpovednosť. Jedným z cieľov bolo zaviesť metódu CLIL a vďaka výborným učiteľom sa to v triedach s rozšíreným vyučovaním anglického jazyka podarilo. Ďalším cieľom bolo, aby sme sa etablovali ako úspešné bilingválne gymnázium s druhým vyučovacím jazykom ruským. A v tom sa nám tiež darí. Naše študentky z III. AR získali prvé a tretie miesto v medzinárodnej olympiáde z ruského jazyka. Pod ich úspechom sú podpísané naše výborné ruštinárky, hlavne p. Vizsgyáková.

***Človek vo vedúcej pozícii máva málo voľného času. Ako je to s Vami? Čo rada robievate, ak práve nie ste v škole?***

Rada čítam, paličkujem, veľmi rada trávim čas s vnúčatami, mám rada posedenia a rozhovory s blízkymi ľuďmi.

***O pár týždňov sa rozlúčime s kalendárnym rokom 2021 a čaká nás nový rok plný nových zážitkov a prekvapení. Čo by ste chceli zaželať našim súčasným študentom aj učiteľom do nového roka 2022?***

Také veľmi samozrejmé veci – veľa zdravia, šťastia, lásky, pohody, spokojnosti.

rozhovor pripravila Terézia Struhárová



# Informačná kampaň



Foto: archív E. S.

Pre členov Rodičovskej rady a pre rodičov študentov prvého ročníka sme pripravili krátku informačnú kampaň o projekte *Škola udržateľnej budúcnosti*, ktorý je financovaný z Nórskeho grantu.

Kampaň sa uskutočnila 13. 09. 2021 o 17.00 v žiackej knižnici pre členov Rodičovskej rady. Z 18 členov boli prítomní 14. Od 18.30 kampaň pokračovala v jednotlivých kmeňových triedach prvého ročníka. Kampane sa zúčastnilo 93 rodičov študentov prvého ročníka.

Informačnú kampaň zrealizovali partneri z občianskeho združenia Cyklokoalícia.

Cieľom kampane bolo vysvetliť rodičom základné piliere celého projektu, dôležitosť udržateľného rozvoja a udržateľnej mobility ako nástroja k zmierňovaniu dopadov zmeny klímy. Lektori z Cyklokoalície Dan Kollár a Peter Rozsár ukázali príklady dobrej praxe z mobility v európskych mestách, vysvetlili, prečo je dobré na malých vzdialenostiach v meste využívať MHD, bicykle, kolobežky, vlastnú chôdzu. Predstavili víziu cyklotrás v Bratislave. Rodičov tieto informácie zaujali, v diskusii sa k danej problematike vyjadrovali.

# EKOLOGICKÁ UČEBŇA

Jedným z fyzických opatrení, ktoré robíme v rámci projektu *Škola udržateľnej budúcnosti*, je aj vybudovanie vonkajšej ekologickej učebne. V auguste 2021 sa nám čiastočne tento malý cieľ podarilo splniť.

V átriu mimoškolského pavilónu sme zriadili novú ekologickú učebňu pre žiakov. Tento priestor bol doteraz veľmi málo využívaný. V auguste 2021 sa vystriedali viacerí pedagogickí a nepedagogickí zamestnanci školy pri úprave priestoru budúcej učebne. Skultivoval sa trávnik, vytrhala sa burina z dlažby a opravili sa poklopy kanalizácie.

Z prostriedkov projektu sme zakúpili markízu a dva sety exteriérového sedenia pre študentov. Plánujeme ešte zakúpiť mobilnú tabuľu. Z vlastných prostriedkov Rady rodičov dofinancujeme učebňu tretím setom sedenia.

V budúcom školskom roku máme prislúbené finančné prostriedky z BSK na rekonštrukciu dlažby, keďže tá terajšia je už v havarijnom stave. Zvyšok finančných prostriedkov z Nórskeho grantu využijeme na úpravu zelene v átriu a na sadovnícke práce.

Učebňu plánujeme využívať v jarných a letných mesiacoch na zatriktívnenie vyučovania, pri preberaní ekologických tém v prírodovedných predmetoch, ako aj pri výučbe iných predmetov (napr. výchovných). Naším cieľom je tiež zvýšenie pobytu žiakov na čerstvom vzduchu.

Mimo vyučovania tento priestor poskytneme žiakom ako oddychovú, sociálnu a obedovú zónu.



Foto: archív E. S.



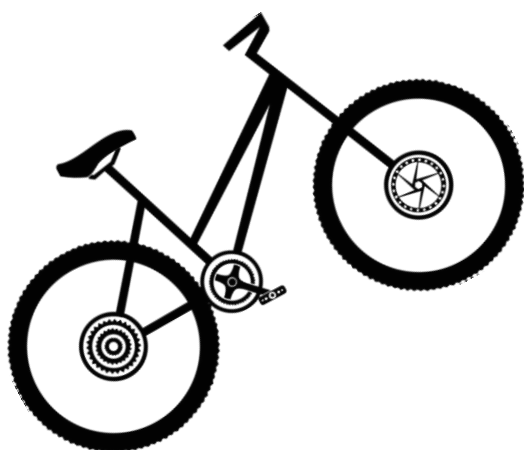


Norway  
grants

# Kampaň *Do školy na bicykli*



Foto: archív E. S.



V rámci projektu *Škola udržateľnej budúcnosti* sa naša škola zapojila do kampane *Do školy na bicykli*. Kampaň prebiehala od 27. 09. 2021 do 08. 10. 2021. Cez stránku školy ([novinky](#)) sme vyzvali študentov a učiteľov (kampaň *Do práce na bicykli*), aby podporili túto výzvu a v tomto termíne prichádzali do školy/do práce na bicykli alebo na kolobežke, ktoré si mohli zaparkovať vo vestibule školy.



Foto: archív E. S.



## Norway grants

Reportáž z tejto akcie robila aj Ružinovská televízia dňa 08. 10. 2021 v relácii [Svet Ružinova](#). Priamo reportáž len z našej školy ste mohli vidieť v [Ružinovských správach](#), vysielaných dňa 07. 10. 2021 (od 4. minúty). Ten istý záznam nájdete aj na [YouTube kanáli](#).

Po skončení cyklosprievodu pokračovala ďalšia aktivita kampane – prednáška, ktorej sa zúčastnili všetci študenti prvého ročníka. Jej zámerom bolo vysvetliť žiakom ciele celého projektu a dôležitosť udržateľného rozvoja.

*Články o projekte Norway grants spracovala Eva Stanková*

Vyvrcholením kampane *Do školy na bicykli* na našej škole bolo zorganizovanie cyklosprievodu v spolupráci s Cyklokoalíciou dňa 05. 10. 2021. Zástupcovia žiakov z každej triedy prišli ráno pred budovu školy na bicykloch alebo kolobežkách a za asistencie predstaviteľov Cyklokocyklojazdu po blízkom okolí. Trasa viedla od budovy školy po cyklistických chodníkoch na ulici Ivana Horvátha a na Ružinovskej, okolo parku na Ostredkovej ulici až po ulicu Dr. Vladimíra Clementisa a späť.





# Projekt Škola škole



Foto: archív A. R

V tomto školskom roku sme sa opäť zapojili do projektu Škola škole v spolupráci s Gymnázium Hubeného v Bratislave.

Cieľom tohto projektu, ktorý sa realizuje pod záštitou Bratislavského samosprávneho kraja, je rozvíjať vzájomnú spoluprácu medzi školami BSK za účelom skvalitnenia vzťahov medzi školami, vzájomného spoznávania sa a zapájania pedagógov i žiakov do spoločných aktivít.

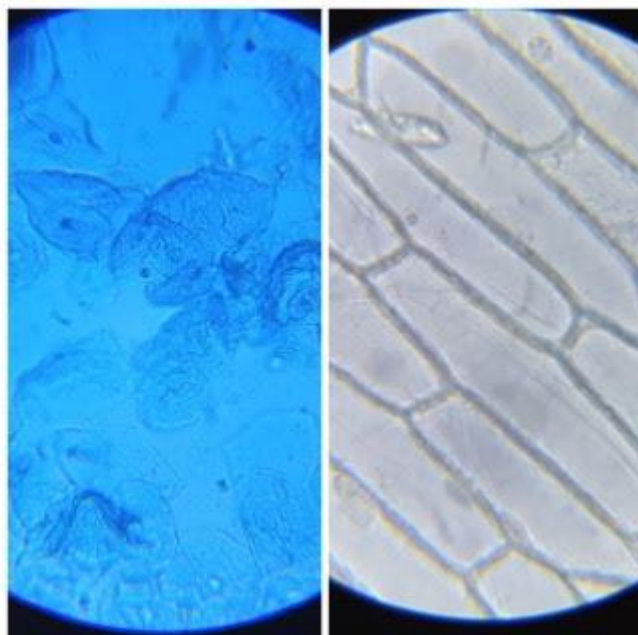
**Názov: Praktické cvičenia z biológie trochu inak - implementácia metódy CLIL**

Projekt sme realizovali v predmete biológia. Svojou experimentálnou povahou totiž umožňuje aplikovať rôzne metódy podporujúce aktívne učenie sa žiakov a rozvíjať ich praktické zručnosti a schopnosti. Tie sú jedným z nevyhnutných predpokladov pre úspešnú účasť žiakov na Biologickej olympiáde a Stredoškolskej odbornej činnosti v prírodovedných odboroch. Súčasná doba taktiež kladie na žiakov vysoké nároky ohľadom jazykových znalostí.

Metóda CLIL ponúka možnosti na implementovanie anglického jazyka do biológie. Pri tejto metóde sú žiaci vďaka práci v cudzom jazyku na nejazykovom predmete vystavení cudziemu jazyku intenzívnejšie a v reálnych situáciách, čo napomáha posilňovať vnútornú motiváciu učiť sa jazyk.



Foto: archív A. R.



Živočíšna bunka  
/zväčšenie 400x/

Rastlinná bunka  
/zväčšenie 100x/

Financie z projektu boli použité na zakúpenie svetelných mikroskopov. Týmto nákupom sme doplnili počet mikroskopov tak, aby žiaci na delených hodinách biológie mohli realizovať mikroskopické pozorovania samostatne, nie v skupinách. Takže majú možnosť individuálne získavať praktické zručnosti.

Žiaci 1. B triedy sa na hodinách biológie oboznámili so základnými poznatkami o stavbe mikroskopu potrebnými pre realizáciu praktických cvičení a získali základné zručnosti pri príprave jednoduchých natívnych preparátov - pozorovanie rastlinnej a živočíšnej bunky.

# Projekt Škola škole

Pripravené boli aj pracovné listy s anglickou terminológiou, ktoré korešpondovali s praktickými aktivitami. Prostredníctvom takto pripravených materiálov odovzdali získané vedomosti vo forme rovesníckeho vzdelávania počas online stretnutia svojim spolužiakom na Gymnáziu Hubeného.

*Mgr. Andrea Regecová*

Kolégium Zelenej školy v šk. roku  
2021/2022:

Koordinátorka: RNDr. Vlasta Kolompárová

#### Členovia:

RNDr. Eva Stanková – riaditeľka

Mgr. Andrea Regecová

Renáta Hučková

#### Študenti:

Veronika Šepeláková, 1.D

Adam Tencer, 1. D

Eliška Miklušicová, 1.B

Ema Šimeková, 1. B

Mirka Biziková, 2.AR

Diana Ďuricová, 2.AR

Ema Biliková, 3.C

Dominika Auxtová, 3. C



# Zelená škola – škola zmeny

*Zelená škola je najväčší výchovno-vzdelávací ekoprogram určený pre materské, základné a stredné školy, ktoré chcú zmeniť seba a svoje okolie. Školy zapojené do programu realizujú sedem krokov v rámci certifikačného obdobia, počas ktorého sa venujú zvolenej prioritnej téme. V rokoch 2019 – 2021 ňou bola na našej škole téma Potraviny. Hoci sme v tomto období prešli na dištančnú formu výučby, podarilo sa nám aktivity zakomponovať do viacerých vyučovacích predmetov. Na základe hodnotiacej návštevy a výsledku rozhodnutia Rady Zelenej školy naše gymnázium splnilo podmienky na udelenie titulu Zelená škola s platnosťou do augusta 2023.*



V týchto dňoch pracujeme na vytvorení environmentálneho akčného plánu, ktorý budú tvoriť aktivity so zameraním na zeleň a ochranu prírody. Hlavnými cieľmi bude:

- zvýšiť množstvo zelene v interiéri školy aspoň o 15% a pokračovať v starostlivosti o zeleň v areáli školy,
- uskutočňovať praktické aktivity formou rovesníckeho vzdelávania a zvýšiť tak povedomie o tvorbe a ochrane životného prostredia.

- Našou snahou je, aby sa v škole udiali pozitívne zmeny – zmeny nielen v oblasti životného prostredia, ale aj vzájomných vzťahov, spolupráce a celkovej atmosféry na škole.
- Touto cestou hľadáme študentov nielen so záujmom o environmentálne problémy, ale aj tých, ktorí majú výtvarné nadanie a radi by pomohli pri tvorbe nástenky alebo pracovných listov.
- Veľmi radi privítame návrhy aktivít, ktoré by ste chceli k tejto téme zrealizovať.
- Neváhajte kontaktovať členov kolégia Zelenej školy alebo priamo koordinátorku programu.

*RNDr. Vlasta Kolompárová*



Študenti si pripravili aj súťažný kvíz s názvom *Maxirisk*, prostredníctvom ktorého si žiaci druhých ročníkov oboch škôl gymnázia Hubeného aj Ivana Horvátha preverili svoje vedomosti v oblasti environmentálnych otázok. Do kvízu boli zakomponované otázky z okruhov odpad, pôda, voda a jedlo.

Foto: archív V. K



# DofE – cena vojvodu z Edinburghu

*Medzinárodná cena vojvodu z Edinburghu je rozvojový program, ktorý dáva mladým ľuďom (14 – 24 r.) šancu rozvinúť svoje schopnosti, naplniť svoj potenciál a pomáha im uspieť v živote. Program založil v roku 1956 manžel britskej kráľovnej Alžbety II., Princ Philip, Vojvoda z Edinburghu (Duke of Edinburgh=DofE).*

Program DofE sa realizuje v 140 krajinách sveta a ročne ho absolvuje viac ako 1,3 milióna mladých ľudí. Priamo rozvíja charakterové vlastnosti ako napr. samostatnosť, vytrvalosť, cieľavedomosť či schopnosť prevziať za seba zodpovednosť.

Mladý človek si sám stanoví ciele, ktoré musí po dobu realizácie programu (6 – 18 mesiacov) naplňať. Učiteľ v programe figuruje ako rovnocenný partner, ktorý účastníka vedie k naplňaniu svojich cieľov (oblasť športu, rozvoja talentu, dobrovoľníctva a dobrodružnej expedície). Program má 3 úrovne: bronzovú, striebornú a zlatú. Každá z úrovní má odlišnú obťažnosť, stanovený minimálny vek účastníka a dĺžku trvania.

Každý účastník, ktorý splní svoje ciele vo všetkých štyroch oblastiach v predpísanom časovom období, získa Cenu vojvodu z Edinburghu, ktorá sa odovzdáva na slávnostnej ceremónii za účasti prezidentky SR.



Foto: archív O. K.

## **Program DofE na Gymnázium I. Horvátha**

Gymnázium I. Horvátha je v programe zapojené od roku 2017.

V školskom roku 2021/2022 pracujú na plnení svojich cieľov v jednotlivých oblastiach niekoľkí študenti, a to na striebornej a bronzovej úrovni.

Máme aj študentov, ktorí sú právoplatne v DofE programe registrovaní (zaplatili účastnícky poplatok), avšak zatiaľ nemajú stanovené ciele, čo je podmienkou na začatie vykonávania aktivít v jednotlivých oblastiach.

## **Práca vedúcich DofE**

Úlohou vedúcich DofE (Mgr. Tomáš Repka a PaedDr. Lucia Bučková) je motivovať a usmerňovať študentov pri stanovení a plnení cieľov v troch oblastiach, viesť pravidelné konzultácie, pomáhať účastníkom projektu a koordinovať ich, pripraviť kalendár DofE aktivít pre príslušný školský rok a hodnotiť stav plnenia cieľov.



### **Cvičná expedícia DofE**

Dňa 16. júna 2021 si účastníci DofE spolu s p. Repkom a p. Bučkovou vyskúšali na cvičnej expedícii v Malých Karpatoch svoje odhodlanie, vytrvalosť a schopnosť spolupracovať v náročných podmienkach.

Začiatok trasy bol naplánovaný v mieste Ahoj Briežky s cieľom dôjsť k Bielemu Krížu. Po zvládnutí 16 km s kompletným výstrojom čaká študentov (z 3. C Monika Tomová, Andrej Kúska, Eliška Kráľová a z 5. AR Lenka Geczová), dvojdňová expedícia, kde sa pokúsia zvládnuť dlhšiu a náročnejšiu trasu.

Ďalší záujemcovia o tento program sa môžu prihlásiť v kabinete ANJ (mimoškolský pavilón) u vedúcich DofE programu.

*RNDr. Oľga Kubánková*



*Foto: archív O. K.*



*Každoročné oceňovanie úspešných študentov*



# Naši prváci



V tomto školskom roku sme na našom gymnáziu privítali štyri prvácke triedy. Neváhali sme a položili sme im zopár zaujímavých otázok.

## 1. AR

Počet žiakov: 33

Triedny učiteľ: Mgr. Mária Škorňová

Predseda triedy: Rebecca Leonette Rigová

Poznávacie znamenie triedy: je nás počť, Pavelka

Čo vás príjemne prekvapilo na našom gymnáziu?

matematika 2x týždenne, najlepšia triedna učiteľka na svete, slúbený výlet do Moskvy

Čomu sa venujete vo voľnom čase?

spánok, herectvo, basketbal, hokej, thajský box, bowling, futbal, plávanie, kung-fu, tenis, hra na gitare, hudba, tanec, venčenie psa

Najvtipnejšia príhoda, ktorá sa vám stala na pôde našej školy?

keď sme sa stratili na Kolibe...

## 1. B

Počet žiakov: 24

Triedny učiteľ: Mgr. Andrea Regecová

Predseda triedy: Tereza Czániková

Poznávacie znamenie triedy: jazyková trieda a pohodová trieda, „Sme“!

Čo vás príjemne prekvapilo na našom gymnáziu?

príjemný kolektív, príjemní učitelia, predmet UKL

Čomu sa venujete vo voľnom čase?

gymnastika, jazdectvo, skejt, rýchlostná kanoistika, futbal, kreslenie, čítanie, hudba a tanec, hra na harfe

Najvtipnejšia príhoda, ktorá sa vám stala na pôde našej školy?

keď sa v priebehu jedného týždňa zamkli dvaja naši spolužiaci na WC tak, že ich musela zachraňovať naša triedna učiteľka a p. Svrček



# Naši prváci

## 1. C

**Počet žiakov:** 27

**Triedny učiteľ:** Mgr. Kristína Barkolová

**Predseda triedy:** Lenka Pitel'ková

**Poznávacie znamenie triedy:** „Darlings!“ (takto nás volá naša triedna učiteľka)

**Čo vás príjemne prekvapilo na našom gymnáziu?**

čisté WC, Edupage, odpadávanie hodín

**Čomu sa venujete vo voľnom čase?**

čítanie, spánok, futbal, box, skejt, hra na klavíri, flaute, bicích, škola (angličtina, fyzika)

**Najvtipnejšia príhoda, ktorá sa vám stala na pôde našej školy?**

keď sa náš spolužiak Slávik prihlásil odpovedať na hodine matematiky (lebo všetko vedel) a odišiel so skóre 1/5

## 1. D

**Počet žiakov:** 26

**Triedny učiteľ:** RNDr. Vlasta Kolompárová

**Predseda triedy:** Andrea Pytlová

**Poznávacie znamenie triedy:** „mládež“!

**Čo vás príjemne prekvapilo na našom gymnáziu?**

ochota pomôcť, láskavosť a zábavnosť niektorých učiteľov, hlavne p. Durajová

**Čomu sa venujete vo voľnom čase?**

šport, vzdelávanie, rodina, priatelia

**Najvtipnejšia príhoda, ktorá sa vám stala na pôde našej školy?**

keď sme sa rozhodli hľadať nášho nového spolužiaka-hokejistu na sociálnych sieťach...

*Texty spracovala Terézia Struhárová*



## Medzinárodná online súťaž *Best in English* 26. 11. 2021



Online súťaž *Best in English* je určená študentom vo veku 15 – 19 rokov. Pre študentov je motiváciou, ako zlepšovať svoje jazykové zručnosti. Dosiadnutý výsledok z online testu si môžu porovnať s výsledkami študentov po celom svete. Učitelia tiež zistia, ako ich škola uspela v konfrontácii so zúčastnenými školami na medzinárodnom poli. Pre dvoch najlepších študentov je pripravená zaujímavá výhra - dvojtýždňový pobyt v Kanade.

Na našom gymnáziu sa do súťaže prihlásili študenti z nasledovných tried: I. B, I. C, II. C, III. C, IV. AR, IV. C. Spomedzi 22 súťažiacich získal najviac bodov študent Matúš Baka z II. C (zisk 116/125 bodov).

Víťazovi online súťaže patrí naša gratulácia a všetkým zúčastneným prajeme veľa úspechov v štúdiu anglického jazyka.

*RNDr. Oľga Kubánková*



Foto: archív O. K.

## Školský turnaj vo futbale

Dňa 26. 10. 2021 sa v telocvični nášho gymnázia uskutočnil školský turnaj vo futbale. Hralo sa medzi triedami 1. a 2. ročníka a tiež medzi triedami 3. a 4. ročníka. Družstvá v mladšej vekovej kategórii boli rozdelené do dvoch skupín. Vo finále sa stretli družstvá tried 1. C a 2. C. S bodovým skóre 1:0 získali 1. miesto študenti z 2. C.

Napoludnie hrali proti sebe študenti z 3. a 4. ročníka. Družstvá hrali vo formáte „každý s každým“. V tejto kategórii si víťazstvo odniesli študenti triedy 3. B.

Turnaj sa odohrával v dobrej atmosfére s množstvom výborných zápasov, s kvalitnou individuálnou hernou činnosťou a s veľkými emóciami. Preto pevne veríme, že v budúcnosti sa nám ešte podarí takýto turnaj zorganizovať.

Obom víťazným družstvám srdečne blahoželáme!

*Mgr. Andrej Belanec*

# SÚŤAŽE

## Olympiáda v anglickom jazyku

Dňa 9. 11. 2021 zorganizovala Predmetová komisia anglického jazyka školské kolo Olympiády v anglickom jazyku. Potešila nás účasť, keďže do všetkých troch kategórií sa dokopy prihlásilo až 47 študentov.

### Výsledky školského kola OAJ:

#### Kategória 2A (1. – 2. ročníky)

1. Katarína Hanusová, II. C
2. Samuel Figura, II. AR
3. Kristína Gallová I. AR

#### Kategória 2B (3. – 4. ročníky)

1. Diana Okrucká, IV. AR
2. Adam Malina, IV. C
3. Hanka Stančíková, IV. C

#### Kategória 2C2 (anglofónni študenti)

1. Michael Batromij, IV. C
2. Jozef Dunka, III. C
3. Barbora Jašicová, V. AR

Všetkým účastníkom súťaže ďakujeme za to, že prišli v súťažnej forme prezentovať svoje vedomosti a zručnosti v anglickom jazyku. Víťazom kategórií srdečne blahoželáme. Budeme im držať palce v okresnom kole, ktoré pripravuje Gymnázium Metodova v januári 2022.

Za prípravu olympiády patrí poďakovanie p. Víziovej, taktiež ostatným angličtinárom za realizáciu celého podujatia.

*RNDr. Oľga Kubánková*



Foto: archív L. Bučková

# Vanessin svet (svet Vanessy Mrázovej)



## Skrytý jazyk našich duší



Premýšľali ste sa niekedy nad tým, čo sa skrýva v našej duši? Je naozaj zaujímavé pokúšať sa prísť na to, čo v nej naozaj je. V duši každého jedného človeka sa skrýva rad obrazov, ktorých štruktúra je nesmierne dômyselná, kreatívna, ťažko badateľná. Dokážeme ňou vyjadriť nielen naše pocity, myslenie, konanie či skutky, ale i umenie, do ktorého vkladáme všetko. Brána do sveta umenia predstavuje širokú škálu možností. Otvorme teda jednu z nich a nahliadnime do ríše tanca.

Tanec sa vyskytuje na našej zemi už od nepamäti. Jeho korene siahajú do obdobia rodovej spoločnosti, počas ktorého bolo jeho úlohou umocňovať rituálne obrady. Neskôr sa stal prejavom ľudskej duše v podobe pohybov do neutíchajúcich rytmov hudby. Tanec zohral významné miesto v mnohých kultúrach Egypta, Mezopotámie, Indie, Číny, Japonska či Grécka.



Za prvý druh tanca sa považuje svetský tanec, ktorý vznikol v 6. storočí po Kristovi. O niekoľko storočí neskôr sa zrodili spoločenské rytierske tance preferované predovšetkým vládnucimi vrstvami. S prímiesou práve ľudových tancov sa začali vyvíjať nové odrody umenia tanca. V období stredoveku dobyl sféru tanca francúzsky kráľovský dvor. Tu došlo k spojeniu pomalého a rýchleho tanca, šlo o tzv. urpaar, ktorý predstavoval začiatok tanečných sprievodov známych po celom svete.

Na prelome 19. a 20. storočia žiaľ došlo k úpadku tanca dôsledkom 1. svetovej vojny. Rozkvet tanečného umenia priniesol až príliv amerických druhov tanca sprevádzaných džezovou hudbou. Tá je preslávená svojou originálnou tvorbou tónov vznikajúcich spojením afroamerického folklóru s európskymi hudobnými tradíciami. Príkladom sú napr. rumba, samba, boogie-woogie, rock "n" roll, cha-cha apod.

Po skončení 2. svetovej vojny bola voľba druhu tanca v harmónii so svetovými trendami. Vo východnej Európe sa formovali párové tance ako štvorylka, polka či valčík. 20. storočie vnieslo do sveta tanca nový fenomén – tanečné súťaže v rôznych tanečných štýloch. V súčasnosti existuje veľa druhov tancov a to od ľudových, spoločenských tancov cez moderný, scénický, výrazový, klasický, brušný, disco či country tanec, až po rôzne štýly hip-hopu, breakdance, jazzu, stepu a mnoho ďalších. Pozoruhodným faktom je i to, že tancovať sa dá skrátka kdekoľvek, či už na ľade v podobe krasokorčuľovania, alebo aj vo vode. Záujem o tanec sa každým rokom zvyšuje a na scénu prichádzajú nové talenty napredujúce svojimi novými zaujímavými krokmi a pohybmi. Každý tanečník je niečím jedinečný, originálny a svojím spôsobom neobyčajný.

Vnímanie hudby cítime každý inak, a preto city, ktoré do pohybu následne vkladáme, odzrkadľujú práve naše emócie. Cez tanec dokážeme vyjadriť nielen radosť, šťastie či energickosť, ale môžeme v ňom nachádzať bolesť, hnev, sklamanie aj smútok.

Predstava tanca ako únik z reality pomáha našim dušiam bojovať s naším sebedomím, prináša veľa nových skúseností, učí nás k zodpovednosti nielen za samých seba, ale aj za celý tím. Vďaka nemu máme možnosť nahliadnuť do úplne iného sveta, kde neplatia žiadne pravidlá, zákony či zákazy. Tanec skrýva v sebe slobodu.



# Vanessin svet

## (svet Vanessy Mrázovej)

### Ako prežiť v škole?

Dni strávené za školskými lavicami čakajúc na koniec vyučovacej hodiny pozná hádam každý z nás. Ale nemusí tomu tak byť. Prinášam zopár zaujímavých tipov, ako si vychutnať pobyt v škole s množstvom dobrej nálady a zábavy.

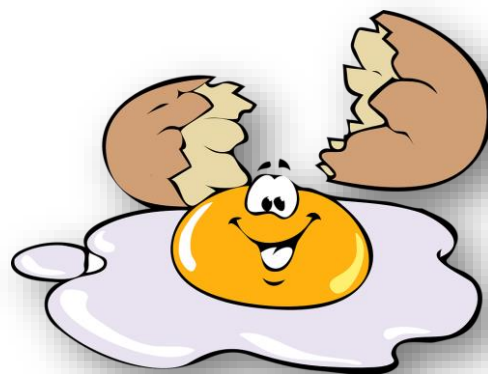
#### Nakopni svoj deň hneď zrána

- ✓ Po prebudení si mierne ponatáhuj svoje stuhnuté telo a vypí aspoň jeden pohár vlažnej vody.
- ✓ Rannú prípravu do školy si môžeš spríjemniť počúvaním svojich obľúbených pesničiek, ktoré ťa „nakopnú“ do náročného dňa.
- ✓ Ak si milovníkom raňajok, dopraj si dávku zdravej a kvalitnej stravy s prísunom vlákniny a vitamínov, tvoje telo ti za to poďakuje.
- ✓ Prečítaj si nejaký zaujímavý článok na tému, o ktorú sa zaujímaš, príkladom môže byť aj dobrý vtíp. Smiech predsa lieči.



#### Spríjemni si cestu do školy na čerstvom vzduchu

- ✓ Uznávam, ranné cestovanie nie je zábava, býva často veľmi únavné a náročné, no so správnymi ľuďmi a s dobrým nasadením sa to dá hravo zvládnuť.
- ✓ Ak máš rád pri cestovaní spoločnosť, dohodni sa s kamarátom na spoločnej ceste, môžete sa spolu zabaviť, rozoberať spoločné záujmy a možno zostane i priestor na skúšanie.
- ✓ Pred vyučovaním si vyvetraj hlavu na čerstvom vzduchu, okysličia sa ti mozgové bunky a hneď sa ti bude lepšie rozmyšľať.



#### Vychutnávaj si aj tie najmenšie maličkosti

- ✓ Zrejme to znie ako klišé, no aj napriek tomu, že dnešná doba so sebou prináša obrovské a stresujúce úskalia, pokús sa sústrediť na maličkosti, ktoré okolo seba máš. Prídeš tým na nové myšlienky a nemusíš si lámať hlavu nad neriešiteľnými záležitosťami.
- ✓ S pozitívnym myslením ide život ľahšie. Na veľké zázraky bude čas neskôr, teraz je čas na milé a známe veci.
- ✓ Buď iný ako tí, čo sa snažia znepríjemňovať si život. Buď ten, kto sa teší zo svojho života a užíva si ho najlepšie, ako len vie, a s ľahkosťou.

#### Pripravuj sa do školy tak, aby si mal čo najmenej stresu



- ✓ Viem, že učenie je pre mnohých z nás demotivujúce, nemáme naň chuť a najradšej by sme čas trávili úplne inak. Hlavu hore, s malou prípravou v rámci svojich možností dokážeme zožať úspech.
- ✓ Motivujte sa, pracujte na sebe, bojujte a uvidíte, že dobrý výsledok zaručene príde.
- ✓ Počas učenia sa vyhnete rozptyľovaniu sociálnymi sieťami a plne sa sústredíte na to, čo je potrebné.
- ✓ Nájdite si vhodný štýl učenia, ktorý vám vyhovuje a počas učenia nezabúdajte aj na krátke prestávky.

# VANESSIN SVET

## *(svet Vanessy Mrázovej)*

### Ako prežiť v škole?



#### *Oddych a mimoškolské aktivity*

- ✓ Štúdium nie je len o tvrdom učení sa a prebdených nociach nad učebnicami. Uvoľnite sa a rozvíjajte svoj talent.
- ✓ Ak máte možnosť, prihláste sa do nejakého zaujímavého krúžku, ktorý vás na chvíľu odbremení od každodennej rutiny.
- ✓ Ak nenachádzate oddych vo fyzických aktivitách, venujte sa niečomu, čím si zlepšíte náladu, napríklad čítaním kníh, písaním, skladaním hudobných piesní, hraním na hudobný nástroj, pozeraním filmov, pečením koláčov...

*Týchto pár rád vám môže pomôcť k ľahšiemu životu, pretože ten je príliš krátky na to, aby sme ho prežili vo vlastnom tieni. Netrápte sa nad zbytočnými situáciami, ktoré nedokážete zmeniť. Rozvíjajte sa, budujte od základov a vychutnávajte si život študenta. No hlavne, plňte si svoje sny a ciele.*

*Vanessa Mrázová*



Ďakujem všetkým, ktorí sa  
podieľali na vzniku tohto  
časopisu.

Do tímu našej redakčnej rady hľadáme  
nových redaktorov, prispievateľov,  
grafikov a editorov.

V prípade záujmu môžete písať na:  
[terezia.struharova@horvatha.sk](mailto:terezia.struharova@horvatha.sk)



© Gymnázium Ivana Horvátha  
Ivana Horvátha 14  
821 03 Bratislava  
[horvatha.edupage.org](http://horvatha.edupage.org)