



ŠKOLSKÝ ROK 2019/2020

ZA DVERAMI NAŠEJ ŠKOLY

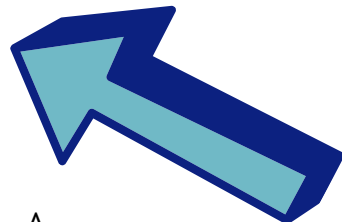
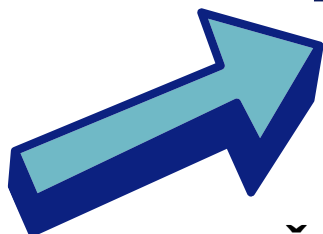
ROČNÍK 4, ČÍSLO 3, JANUÁR 2020
OBČASNÍK



ZÁKLADNÁ ŠKOLA
ĎUMBIERSKA 17
BANSKÁ BYSTRICA

WWW.ZSDUMBB.EDUPAGE.ORG

NOVÁ REDAKČNÁ RADA



Šéfredaktorka: Eva Töröková, 4. A

Chceš sa o nich dozvedieť viac?
Chceš sa dozvedieť o ich rubrikách?
Nezabudni čítať aj ďalšie číslo :-)

Redaktori: Martin Vigaš, 9. B
Ľubomír Sepeši, 8. A
Kristína Sováková, 9. B

Grafik (v zácviku): Šimon Šesták, 8. A

Externí spolupracovníci:

Žiaci, ktorí nie sú súčasťou redakčnej rady a
prichádzajú so svojimi témami.

Môžeš to byť aj ty!

Úvodník

Opäť sme sa spolu zišli pri čítaní časopisu Za dverami našej školy, avšak s jediným rozdielom. Pred mesiacom sme sa všetci triasli od vzrušenia aké darčeky dostaneme pod stromček. No a v tomto období sa trasieme z toho, aké známky dostaneme za polročné písomky, testy, previerky, bleskovky, diktáty... A koniec koncov aj na polročnom vysvedčení.

V našom časopise chceme váš stres trochu zmierniť antistresovými vymaľovánkami, zlepšiť vám náladu, obohatiť vás zaujímavými informáciami, o ktorých ste ani netušili a samozrejme vás popri čítaní zabávať.

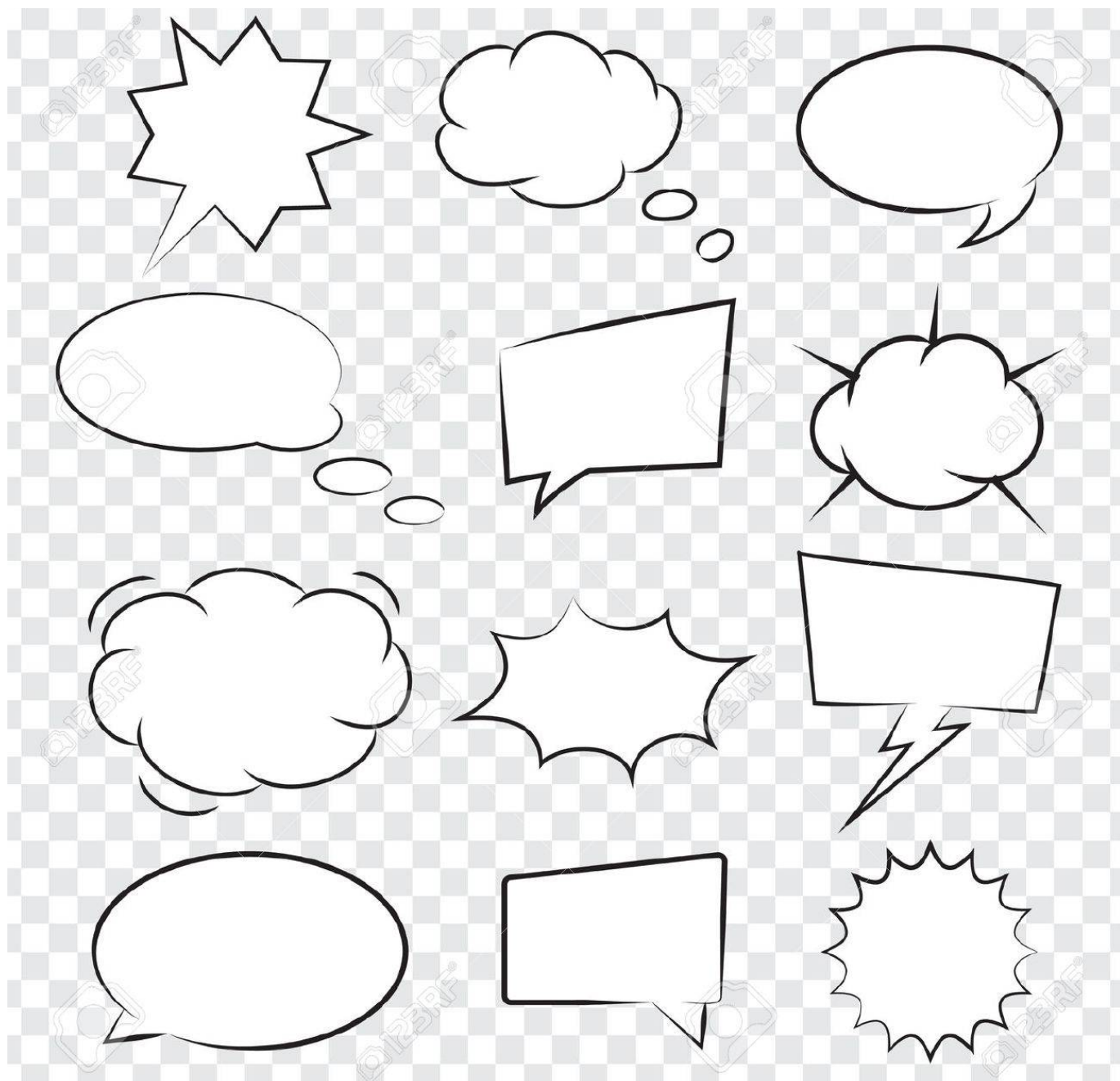
Príjemné chvíle s našim časopisom želá

**Eva Töröková , 4. A
a redakčná rada**



2020

Novoročné predsavzatia



Nový rok je už tu, a ako býva zvykom, aj teraz si dávame novoročné predsavzatia.

Tie si môžete vpísať do týchto bublín.

Potom prichádza zlom. Ako ich teraz dodržať?

Máme tu pre vás jednoduché tipy, vďaka ktorým dosiahnete vytýčené ciele a budete mať z nich radosť.

1. Vytvor si dobré predsavzatia

Dobré predsavzatie má viacero kritérií. V prvom rade by malo byť jednoduché, pretože z ničoho nič sa vám asi nedarí zmeniť váš život o 180 stupňov. Namiesto toho sa zamerajte na jeden či dva ciele, ktoré vám prídu najdôležitejšie. Nie je jednoduché vybrať si, ktoré predsavzatie je to správne, avšak ak sa neviete rozhodnúť, skúste si vybrať to, ktoré by malo najväčší vplyv na vaše šťastie, zdravie či pocit naplnenia. Rozhodne sa riadte sami sebou, nie tým, čo vám hovorí niekto iný, pretože je to vaše predsavzatie, váš život, a vaše rozhodnutie.

2. Tvoje ciele by mali byť realistické

Nesnažte sa mieriť príliš vysoko. Stanoviť si realistický cieľ je však jednoduchšie, ako by sa mohlo zdať. Musíte zvážiť svoje schopnosti, ak sa napríklad chcete naučiť variť, nezačnite hneď s marcipánovou tortou, ale s napr. palacinkami, potom polievkou, atď.

Alebo sa zamerajte vyslovene len a len na marcipánovú tortu, a ostatné nechajte ležať bokom. Tiež nemusíte mať na seba až tak vysoké nároky, veľa predsavzatí totiž nie je veľmi dobrý nápad. Nebudete sa vedieť plne sústrediť na jedno z nich, a budete potom zbytočne vystresovaný z toho, že ste ho nespĺnili.

3. Vytvor si plán

Nič sa nestane samé od seba, a preto je dôležité, aby ste mali vytvorený plán, ktorý vám pomôže zotrvať. Ak sa snažíte zmeniť niektorý zo svojich zvykov, rozdeľte si ho na tri časti - povzbudenie, zmena, odmena. Zistite, čo stojí za vašim zlým zvykom, aká má byť vaša zmena a práca, ktorú do toho vložíte a čo je vaša odmena. Potom si nájdite spôsob, ako zmenu vykonať. Napríklad, ak sa snažíte začať behať, vašim povzbudením ku zmene by mohlo byť to, že sa na to oblečiete.

4. Nevzdávaj sa!

Aj keď to je zo začiatku veľmi ťažké, nevzdávajte sa. Vytrvajte vo svojom pláne celý mesiac, každý deň, bez výnimky. Na vytvorenie zvyku stačí vraj len 18 dní, avšak niekedy to môže trvať aj rok. Je nutné, aby ste tieto dni vydržali bez výhovorky. Už po prvom mesiaci pôjde všetko jednoduchšie, pretože zvyk bude blízky vám, vášmu telu, ale aj vašej hlave. Ak sa aj náhodou vzdáte, začnite odznova. Veď predsavzatia si môžete dať kedykoľvek, nielen na Nový rok. A takisto ich môžete kedykoľvek v priebehu celého roka aj splniť. Ak máte vo svojom predsavzatí vytrvať, je nutné, aby ste skutočne chceli zmenu. To, že len chcete vedieť, aké by to bolo, nestačí na to, aby ste zostali motivovaný dlhodobo. Podľa psychológov je nutné, aby vám bola daná zmena blízka a osobná a chceli by ste niečo zmeniť, aj keby ste boli jediná osoba na svete. Dlhodobá zmena je možná len vtedy, ak myslíte pozitívne a prekážky sú na to, aby sa prekonávali.

5. Nahraď staré zvyky novými

Jedným z možných spôsobov, ako dodržať novoročné predsavzatia, je jednoducho vymeniť staré zlé zvyky za nové a dobré zvyky. Je to rovnako, ako s malým dieťaťom, ktoré sa snaží vytvoriť si nové zvyky. Napríklad namiesto toho, aby ste si vždy pri večernom filme dali čipsy, skúste si dať horúci čaj.

6. Odmeň sa

Je dôležité, aby ste sa za dobre vykonanú prácu, alebo dodržané predsavzatie, vedeli dobre odmeniť. Avšak neodmeňujte sa každý deň, nechajte si to len na výnimočné príležitosti.

7. Zbav sa zlého vplyvu

Mnohí ľudia vo vašej blízkosti vám budú chcieť pomôcť, avšak nájdú sa aj takí, ktorí vás budú držať späť, či dokonca vás priamo alebo nepriamo navádzať na správanie, proti ktorému sa svojím novoročným predsavzatím snažíte bojovať. Pokiaľ máte pocit, že má na vás niekto zlý vplyv a snaží sa vás navádzať na zlé cestičky, jasne si obhájte svoju pozíciu. Ak na vás aj napriek tomu bude tlačiť, požiadajte ho, aby viac na danú tému s vami nehovoril, alebo ak je to možné, tak sa mu vyhnite.

Dúfame, že sme vám aspoň trochu poradili a pomohli pri predsavzatiach. No a teraz vám budeme držať palce, aby sa vám ich podarilo do bodky splniť!

Žiacky školský ples



Žiacky parlament

Žiacky parlament našej školy má dlhoročnú tradíciu. **Členmi ŽP** sú zástupcovia tried **2. stupňa, od 5. po 9. ročník**. Je to dobrovoľná aktivita, kde sa žiaci učia pracovať, oddychovať, premýšľať, komunikovať, organizovať a slušne sa správať. Každá aktivita, ktorú pripravuje ŽP vyžaduje spoluprácu, dodržiavanie pravidiel, schopnosť posudzovať a hodnotiť svoju činnosť. ŽP dáva priestor žiakom na rozvoj svojej osobnosti, talentu a záujmov, učí chápať a uplatňovať svoje práva ako aj občianske a pracovné povinnosti.

Svoju činnosť zameriavame na prípravu rôznych akcií. Pravidelnými sa stali rôzne dobrovoľné zbierky, ako napr. Mikulášska zbierka pre deti z detských domovov, Biela pastelka a Modrý gombík. Každý rok žiaci druhého stupňa vyrábajú narcisy, z predaja ktorých podporujeme Svetielko nádeje, občianske združenie zamerané na zlepšovanie a skvalitňovanie života detí a mladistvých s onkologickým ochorením.

Medzi ďalšie naše pravidelné aktivity patria: pasovanie piatakov, príchod Mikuláša, Školský žiacky ples, Valentínska pošta ako aj hodnotenie úpravy a výzdoby tried. Žiacky parlament sa snaží riešiť otázky, ktoré sa týkajú nás všetkých, aby sme sa cítili na našej škole ešte lepšie.

Všetky pripomienky žiakov a akcie, ktoré by sme mohli realizovať, sa pomocou ŽP dostanú priamo k pánovi riaditeľovi a pedagógom.

**Preto neváhaj a
spolupracuj s nami !!!**

Zloženie ŽP v školskom roku 2019/20:

Predseda: Lilien, Pačová; 8.A

Manuel Marzán, Rodriguez, 5.A:

Tereza ,Pražienková; 5.B:

Tomáš Krátky, 6.B:

Michael, Jušík; Diana Mačuhová 6.C:

Adam, Čižmárik; Tatiana Sepešiová; Aimee, Hrončoková 7.A:

Martina ,Mikušová; Kristína Petrašov; Martin, Kotrč 7.B:

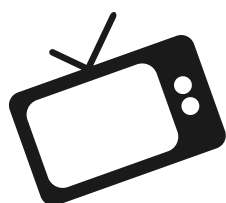
Matej, Kujnisch; Dorotovič, Dominik, 8.A:

Sofia Čellárová 8.B:

García-Gil Reichwalder, Oliver, 9.B:

Nikola, Kadašiová; Denis Koka 9.C:

Matúš, Kudlička; Jakub, Troliga; Thea, Opálková; Katarína Rozložníková



Dňa **17.12.2019**,
spustila slávnostným krstom
svoje vysielanie
naša školská televízia



TV ĎUMBIER

V jej vysielaní
vám budeme
prinášať aktuality
o živote na našej škole.



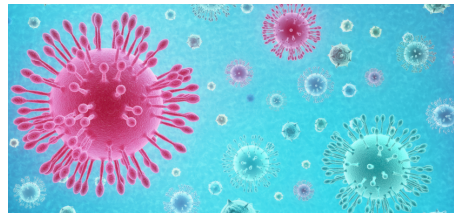
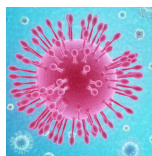
SPRÁVY

Martin VIGAŠ, 9. B

Milý čitateľ, milá čitateľka,
teší ma, že čítaš tieto riadky, a tak ti chcem podať pár správ,
ktoré rezonujú Slovenskom a svetom.
Želám príjemné čítanie v novej rubrike.



Povedz svojim rodičom, nech sa zúčastnia volieb.



Smrtiaci vírus z Číny je už v Európe!

V Petrohrade hospitalizovali dve osoby. V oboch prípadoch je podozrenie na nakazenie novým koronavírusom podobným pôvodcovi ochorenia SARS. Pacienti krátko pred vypuknutím choroby prileteli z Číny. S odvolaním sa na úrad petrohradskej vicegubernátorky Anny Miťaninovej o tom v stredu informovala agentúra Interfax. Hospitalizovaní v Botkinovej klinickej infekčnej nemocnici mali byť občan Ruska a občan Číny, ktorí prileteli na letisko Pulkovo - údajne zo Šanghaja.

Epidemiológ Gennadij Oniščenko, bývalý šéf úradu pre dohľad nad kvalitou potravín (Rospotrebnadzor), v tejto súvislosti uviedol, že netreba robiť unáhlené závery, pretože ide o "bežný zdravotnícky proces".

Nový, doteraz neznámy vírus spôsobujúci zápal pľúc, sa prenáša z človeka na človeka. Predpokladaným zdrojom nákazy je trhovisko s plodmi mora v stredočínskom meste Wu-chan, odkiaľ sa rozšírila aj do viacerých ďalších ázijských krajín. Presná príčina však zatiaľ zistená nebola.

Prípady nákazy novým vírusom už okrem Číny potvrdili aj Japonsko, Južná Kórea, Thajsko, Taiwan či Spojené štáty.

Angličtina s Roaldom Dahlom

*I'm sorry I'm late
For school – we got a
Puncture.
There was a **FORK**
In the road.*

PUPIL: Miss, miss,
I've got strawberry
growing out of my head!
MISS TEACHER: Go To
The nurse and get
Some cream for it.

WILFRED: Sir, sir,
I think i've lost my
Memory.

MR TRIBLY: When
Did this happen?

WILFRED: When did
What happen?

Why do dogs run
In **CIRcLES**?
It's hard to run
In **SQUARES**.

What's the difference
between chemistry
Class and **COOKING**?
In chemistry,
You never lick
The spoon.

Where was Richard III
CROWNED?
On his head.

Can anyone tell me
What a volcano is?
A mountain with
hiccups.



A man visits a museum.
Suddenly he stops and says to
The guide: 'Argh, it's ugly!'
'I beg your pardon – that's a
Picasso', the guide answers.
Further on, the man exclaims
again: 'Argh, it's really ugly!'
That, sir, is a mirror!

Which **ANIMAL**
can jump higher
than a house?
Any animal –
houses can't
JUMP.



Why do **GIRAFFES**
Have such long neck?
They can't stand the
smell of their FEET.





ZIMNÁ KRAJINA



Opis



Slnéčné lúče dopadli na krajinu pokrytú bielou perinou. Za slnkom sa červenejú krvavé zore. V popredí zasneženej krajiny stojí stará drevená chatrč. V potoku sú nehybne primrznuté malé kamene. Zimnú nádheru skrášľuje svojou prítomnosťou milý malý snehuliak. Usmieva sa na farebné lyže patriace unavenému lyžiarovi. Má nos zo starej mrkvy a klobúk z opotrebovaného hrnca. Užíva si posledné chvíle života, lebo pod lúčmi slniečka sa topí ako svieca.

Boris Chlebana, 4.A



Do nového dňa v zimnom kraji sa zobúdzza zubaté slnko sprevádzané krvavočervenými zorami. Ich krásu však blokuje smutný a temný les. Náladu zlepšuje usmievavý snehuliak, ktorý stojí pred prívetivou chalúpkou. Z jej strechy lenivo visia tučné a studené cencúle. Zabudnuté lyže pred chalupou clivo čakajú na svojho majiteľa. Medzi zoschnutými kríkmi a zakrpatenými ihličnanmi sa ako stuha vinie chodníček. V zamrznutom jazierku sa napriek snahe zimného slnka stále zubami-nechtami drží ľad. Aj keď lúče našej najbližšej hviezdy zvyšujú svoju teplotu, snehovým jazykom to vôbec neprekáža.

Eva Töröková, 4. A



HOKEJ

Zima tuhá, samý ľad,
hokej je náš kamarát.
Hokej hráme kade-tade,
hráva sa na tuhom ľade.
Mňa hrať hokej veľmi baví,
burácajú pri tom davy.
Keď sa hráva hokej v telke,
tak to je už hranie veľké!



Šimon Benčík, 2.A



Školská PULITZEROVA CENA

Podmienky získania: Každý redaktor, externý spolupracovník, ktorý prispieva do školského časopisu sa automaticky uchádza o získanie školskej Pulitzerovej ceny.

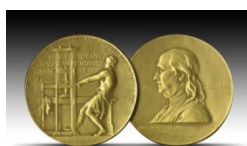
Kvalitu jeho článkov posúdia kvalifikovaní pedagógovia.

Vyhodnotenie: sa uskutoční sa počas odovzdávania vysvedčení na konci školského roka.

Odmena: Redaktor, alebo externý spolupracovník získa okrem školskej Pulitzerovej ceny aj hodnotný darček.



Joseph Pulitzer

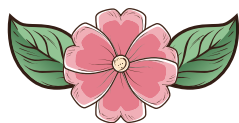


získava

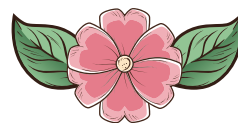
Alfonz Neznámy

Želáme veľa kreatívnych nápadov!

Motivačné citáty



„Dnešný deň v sebe
skrýva plno vecí,
za ktoré môžete byť vďační.“



„Keď žijete v prítomnosti,
ŽIJETE NAPLNO.“

„Tí, ktorí sa majú stretnúť,
sa stretnú aj bez toho,
aby sa hľadali.“



„Zdravie
je prirodzený dôsledok zdravej duše.“

„Úspech je relatívny.
Skutočný úspech je
večer zaspávať
s pokojom v duši.“

„Kto si verí, dosiahne **VIAC**
než ten, kto si neverí.“

„Ak si **NIEČO** dokážete
predstaviť,
dokážete to aj zvládnuť.“



„Rozum si myslí,
ale srdce vie.“





Korčuliarsky kurz prvákov



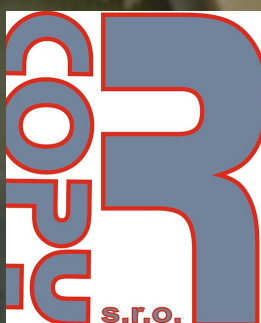
27. 1. - 31. 1. 2020



Šťastný nový rok

2020

HAPPY
New Year



+421907 899 731

www.zsdumbb.edupage.org

Ďumbierska 17, B. Bystrica

skola@zsdumbb.sk