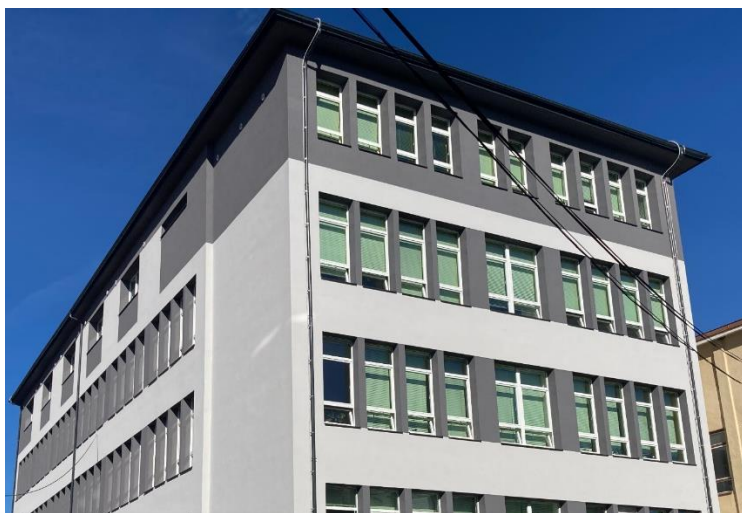




60. výročie školy

1964 – 2024 história školy sa začala písať v roku **1964**, keď bola pri odevnom závode Makyta zriadená učňovská škola a otvorená jedna trieda s počtom 35 žiakov s odborom dámsky krajčír. Postupom času sa počty žiakov a tried zvyšovali. V roku **1972** bola vybudovaná nová škola v areáli závodu Makyta, čím sa vytvorili dobré podmienky pre teoretické a praktické vyučovanie s novým názvom školy Odborné učilište, ktorého názov sa neskôr zmenil na Stredné odborné učilište odevné so študijným odborom operátor ovej výroby a učebným

odborom krajčír, kde v roku 1992 bolo 361 žiakov v 12 triedach. V roku **1986** bola pri gymnáziu Antona Bernoláka v Námestove otvorená Stredná

priemyselná škola odevná, ako tretia škola tohto druhu na Slovensku. V roku **2001** v rámci racionalizácie stredných škôl bola Stredná priemyselná škola odevná združená so Stredným odborným učilištom odevným a vznikol nový subjekt – Združená stredná škola odevná v Námestove.

Európsky deň jazykov	Deň otvorených dverí	Na slovíčko
Európsky deň jazykov nám pripomína, že v dnešnom svete sú jazyky veľmi dôležité. Kreatívni žiaci, vďaka svojej príprave a talentom, nám ukázali čo-to z danej krajiny. (pokračovanie str. 6)	Aby sme to terajším deviatakom uľahčili, zorganizovali sme pre nich DOD... (pokračovanie str. 14)	Kontakt s druhými ma teší, zaujímam sa o nich, o ich životné skúsenosti a hlavne počúvam, v tej chvíli im chcem dať svoje srdce na dlani.“ (pokračovanie na str. 22)





Oravské študentky ušili orientálne kabáty

Módna línia mladých, medzinárodná súťažná prehliadka stredoškôľakov, si zaknihovala šiesty ročník. Dánilo sa aj Oravcom.

NÁMESTOVO. Dať študentom príležitosť prezentovať kreativitu a porovnať nápady

i zručnosť s rovesníkmi – to je cieľom súťaže najlepších módnych tvorcov zo Slovenska, Česka a Maďarska.

Prešovský PKO ožil v apríli krásou a extravaganciou. Dve desiatky škôl si zmerali sily v ôsmich kategóriách: scénická a historická tvorba, bielizeň a plavky, zvrchníky,

športové odevy, módné vychádzkové či spoločenské odevy. Nechýbala ani voľná tvorba. Modely hodnotila porota, v ktorej nechýbali odborníci z oblasti módného dizajnu.

Stredná odborná škola v Námestove patrí medzi pravidelných účastníkov súťaže.

Toho roku skúšala šťastí medzi zvrchníkmi. Kúzelnosť tajomného Orientu, takto pomenovali kolekciu štvrtáčky – operátorky odevnej výroby. Vydarila sa, čoho dôkazom je mimoriadne ocenenie prešovského primátora za najkreatívnejší výrobok. (DG)

Plavky z Oravy sa páčili

Fantázia, kreativita a profesionálna zručnosť – tri prvoradé kritériá, ktoré museli spĺňať účastníci celoslovenskej súťaže Módna línia mladých. Námestovčanky skončili na druhom mieste.

PREŠOV / NÁMESTOVO. Historické priestory Parku kultúry a oddychu Čierny orol v Prešove lúčali módou a mladostou. Stretnú sa tu stovky mladých ľudí, ktorí prišli predviesť svoju fantáziu, zručnosť a kreativitu na 5. ročník celoslovenskej súťaže Módna línia mladých. Nechýbali ani študentky strednej odbornej školy v Námestove.

„Súťažilo devätnásť stredných škôl z celého Slovenska a z Čiech.

Na móle predviedli súťažiaci tímy v ôsmich kategóriách vrátane 400 modelov. „Naša pozícia nebola ľahká,“ hovorí mašinka odborných predmetov námestovských odeváčok Alena Hvoľková a jej kolegyňa Martina Kajanová.

Odeváčky z Námestova sa do súťaže prihlásili s kolekciou odevov s názvami Triumf v kategórii Bielizeň a plavky a Netradične tradičná v kategórii Zvrchníky.

V kategórii Bielizeň a plavky získala Stredná odborná škola v Námestove druhé miesto.

Tvorivosť námestovských odeváčok je na súťažiach odborníkov zručnosti povestná, veď takmer každý rok prinesú domov niektorú z trofejí.

(MP)



Vzhľadom na zaradenie nových odborov výučby okrem odboru odevníctva sa v roku 2005 zmenil názov školy na Združená stredná škola v Námestove. Medzi jej tradičné odbory patrili operátor odevnej výroby, krajčír - dámske odevy a medzi nové kaderník, obchod a podnikanie, technické a informatické služby so zameraním na odevníctvo. Školu navštevovalo v tom roku 396 žiakov. Až do roku 2005 sa na škole vyučovali iba odevnícke odbory. Postupný pokles záujmu žiakov ZŠ o odevnícke študijné či učebné odbory a silnejúce konkurenčné prostredie škola rozšírila ponuku študijných a učebných odborov o také, ktoré sú u žiakov ZŠ žiadané a v okrese nezastúpené. K odevníckym odborom postupne pribudli študijné odbory obchod a podnikanie, technické a informatické služby v odevníctve a trojročný učebný odbor kaderník.

Zlaté nožnice

Účasť na podujatí JUVYR je pre **Strednú odbornú školu v Námestove** už niekoľkoročnou tradíciou. Inak tomu nebolo ani tento rok, keď sa v Inchebe v Bratislave konal už 25. ročník tohto podujatia zameraného na prezentáciu odborného vzdelávania.

V rámci sprievodnej súťaže v odborných zručnostiach „Ukaz čo vieš“ v kategórii Žiaci si zmerali sily aj naše reprezentantky **Kristína Chovančáková** na tému Jesenné variácie – dekoratívna kozmetika a **Kristína Kovalčíková** na tému Svadobný účes.

Úspech a krásne **druhé miesto** v súťaži o Zlaté nožnice si „vyčesala“ žiačka nadstavbového štúdia **Dominika Kolčáková**, ktorá súťažila v disciplíne pre kaderníkov – Svadobný účes – kategória dospelí.

Z Dominikinho úspechu sa veľmi tešíme, víťazke i dievčatám blahoželáme a prajeme veľa ďalších skvelých nápadov a úspechov.

Ďakujeme im za odvahu, šikovnosť skvelú reprezentáciu školy. Ich úspechy sú dôkazom, že sa nám darí vychovávať budúcich profesionálov.

Mgr. Ivona Kvasničáková



Vzhľadom na zmenu štruktúry študijných a učebných odborov a legislatívne zmeny v školstve, Ministerstvo školstva a športu SR schválilo v roku **2008** zmenu názvu Združenej strednej školy na Stredná odborná škola, a v roku 2018 došlo k premenovaniu školy. Stredná odborná škola sa premenovala na Strednú odbornú školu podnikania a služieb s odbormi medzinárodné obchodné vzťahy, informatika a informačné systémy, manažment regionálneho cestovného ruchu, kaderník, kaderník - vizážista, kozmetik. V súčasnosti máme na škole 360 žiakov v daných odboroch. Dnes už prívlastok odevná v názve našej školy nenájdete. Kvalitné výrobky vychádzali a vychádzajú spod šikovných rúk žiakov, reprezentovali a reprezentujú našu školu doma i v zahraničí, šírili a šíria dobré meno školy za hranicami regiónu a aj republiky. Makyta je aj dnes symbol kvality a dokonalosti.



Trenčiansky robotický deň

Navždy sa zachová v pamäti

Stužková slávnosť, hovorovo stužková, je stredoškolská slávnostná udalosť, konajúca sa pred maturitnou skúškou. Pri tejto udalosti sú spoločensky odetým študentom pripínané zelené stužky na odev triednou učiteľkou, triednym učiteľom, profesorom alebo profesorkou za prítomnosti krstného rodiča, riaditeľa školy a samotných rodičov. Pozrime sa, ako stužkovú slávnosť prežívali naši maturanti z ich pohľadu.

IV. A triedna učiteľka Zuzana Bedrichová



V našom stredoškolskom živote je jeden špeciálny termín v kalendári, už zapísaný v pamäti „Stužková“. Tej našej sa podarilo dňa 28.10.2023 otvoriť brány k slávnostnej noci v pôvabnej sále Reštaurácie Áčko, ktorá sa zmenila na pódium snov a spomienok. Už od samého začiatku sa atmosféra premenila na príjemný zvuk smiechu a radosti. Rodičia a učitelia, oblečení do nádherných šiat a elegantných oblekov, vstupovali do sály s úsmevom na

tvári a s očakávaním v očiach, čo všetko sme si pre nich pripravili. Najdôležitejší ceremoniál „stužkovania“ sa niesol v príjemnej nálade, smiechu, láske a podpore. Nechýbali ani slzičky hrdých rodičov. Príhovor našej triednej Zuzky nám poskytol dôveru, bezpečie, pokoru, opätovnú pripomienku ženskosti a dodal nám odvahu vykročiť do dospelého života. Vrcholom večera sme boli, samozrejme, my. Stali sa z nás hviezdy večera. Program bol bohatý a pestrofarebný. Otvoril ho úvodný tanec plný energie, módna prehliadka pre učiteľov - o učiteľoch, unikátna opera, oteckovský kvíz, robenie snehu, polnočný súd a ďalších tanečných krokov do rána. Pri vstupe na parket v plnom lesku svojich „ružových“ stužiek sme sa cítili ako princezné. Všetkých nás spojila fantastická atmosféra do jednej veľkej rodiny. A takto sa uzavrela jedna kapitola študentského života, zostávajúc v srdciach všetkých prítomných. Ďakujeme každému, kto si od našej nezabudnuteľnej noci nosí v sebe radostne spomienky.

Žaneta Figurová a kol. IV.A

IV. B triedny učiteľ Radovan Pňaček



Dňa 20. 10. 2023 sa uskutočnila stužková slávnosť našej triedy IV. B v sále Kultúrneho domu, v Rabči. Pre rodičov a učiteľský zbor sme si pripravili bohatý program, ktorý zahŕňal spoločný tanec, kvíz 5 proti 5, tombolu a niekoľko tancov spojených do jedného pásma.



Veľa z nás objavilo talenty, o ktorých sme ani nevedeli. Nezabudnuteľný zážitok sme mali všetci pri piesni Korene, ktorou sme sa chceli poďakovať rodičom a uctiť si ich, že si ich nesmierne vážime, ani jedno oko neostalo suché. Nie jeden spolužiak povedal, že to bol jeden z najlepších zážitkov jeho života a rád by si to ešte zopakoval. Touto cestou by sme sa ešte raz chceli poďakovať rodičom za podporu a učiteľom za trpezlivosť počas štyroch rokov nášho štúdia.

Anežka Bystričanová a kol. IV. B

IV. M triedna učiteľka Mária Macejová



Stužková slávnosť sa koná iba raz v živote, a preto by mala byť nezabudnuteľná. A tá naša určite aj bola. Takáto udalosť sa však nezaobíde bez konfliktov. Triedne hádky kvôli neochote pripraviť program, omeškaným pozvánkam pre učiteľov a výzdobe sa stali dennodennou realitou aj s uplakaným koncom od šťastia. Mnohí až teraz spoznali, aké náročné dokážu byť spoločenské tance alebo chôdza na podpätkoch. Tesne pred vstupom do spoločenskej

sály, kde sa konalo slávnostné odovzdanie stužiek, to však na nás doľahlo. Chveli sme sa všetci, slzy na krajíčku nemali len rodičia. Všetko sa nieslo v duchu tradície - DJ nám zahrал niekoľko upravených hitov. Nastal čas programu, ktorý bol z veľmi veľkej časti v improvizovanej podobe. Avšak ani vo sne sme si nepredstavovali, že to môže tak dobre dopadnúť. Keď sme sa v závere všetci chytili a zaspievali našu spoločnú pieseň, mali sme pocit, ktorý nepochopí nikto, kto ho nezažil. O polnoci sme si všetci vypočuli básničky ktoré nás presne vystihovali a popisali naše vlastnosti. Potom nastala voľná, často neviazaná zábava. Naša stužková dopadla v skutku krásne, o čom svedčia aj kúsky gélových nechťov či zle pripnuté stužky, ktoré v tanečnom pohybe našli svoje miesto na podlahe. Parket sa vyprázdnil až nadržanom, keď sme si všetci mohli spoločne zaspievať.

Barbora Vorčáková a kol. IV. M

Európsky deň jazykov

Na svete existuje 6000 až 7000 jazykov, ktorých súčasťou je 225 pôvodných európskych jazykov. Najmenej polovica svetovej populácie je bilingválna alebo plurilingválna, t.j. ľudia rozprávajú alebo aspoň rozumejú rozprávaniu v dvoch alebo viacerých jazykoch. Znalosť dvoch jazykov uľahčuje učenie sa ďalších jazykov, zlepšuje a zdokonaľuje proces myslenia.



Víťazný tím prezentujúci Taliansko – III. M

/29. septembra 2023/
Chceli by ste za jeden deň precestovať krajiny ako Slovensko, Veľká Británia, Taliansko, Švajčiarsko, Rakúsko, Brazília, Lotyšsko a Ukrajina? Myslíte si, že to je asi nemožné. Na našej škole sme to stihli za jeden deň! Akcia Európsky deň jazykov nám pripomenula, že v dnešnom svete sú jazyky veľmi dôležité a

skutočne ich využijeme. Za tento deň sme sa toho naučili naozaj veľa, či už

o krajinách, pamiatkach, jazykoch. Kreatívni žiaci, vďaka svojej príprave a talentom, nám ukázali čo-to z danej krajiny. Za celý deň sme zažili naozaj bohatý kultúrny program, v spojení s hudbou, kvízy, prezentácie alebo ochutnávky jedál. Po skončení sme mali možnosť hlasovať o najlepšiu krajinu. Na 1. mieste sa umiestnilo Taliansko v podaní III. M. Možno práve Ty nám budeš na budúci rok hovoriť o nejakej pútavej krajine.



Veľká Británia v podaní IV. B



Naše Slovensko II. B

Pečie celá škola

Pečenie je hra s vášňou a trpezlivosťou. Pravidlá nám zanechali naše šikovné staré mamy a my ich s radosťou dodržiavame a možno niečo do koláča pridáme, štipku svojej fantázie.



/20. novembra 2023/ Prízemie školy prešiel lahodný a sladký závan, ktorý každý chcel ochutnať. Pýtate sa aký? Tento sladký závan prichádzal z Auly, kde sa konal druhý ročník celoškolskej súťaže o najlepší jablkový koláč Pečie celá škola. Tejto súťaže sa zúčastnili všetci milovníci pečenia z našej školy. V koláčoch bola vidieť veľkú kreativitu a bolo cítiť lásku, s ktorou piekli naši súťažiaci. Na sladkom stole nechýbalo niečo suchšie, niečo šťavnaté, niečo tradičné a niečo moderné, jednoduché i zdobené. Aby si tam každý našiel to svoje. Porota mala tú česť, ale zároveň ťažkú úlohu, všetky koláče a zákusky zhodnotiť a vybrať z nich tie najlepšie. Druhý ročník mal dvoch víťazov, a to:

Jablkové prekvapenie – Dagmar Benčková, III.A
Jablkový cheesecake s karamelom a drobenkou – Natália Ovšáková, I.K.

Špeciálnu cenu Rady mládeže Žilinského samosprávneho kraja získala Šťavnatá dobrota – Natália Ďubeková, II.K.

Koláče boli vynikajúce. Všetci súťažiaci ukázali svojimi výtvormi, čo všetko v nich je. Už teraz sa tešíme na ďalší ročník.

Recept Jablkový cheesecake: Ingrediencie

Korpus

1	hrnček	polohrubá múka
1	kus	vajce
1/4	hrnček	práškový cukor
60	gramov	maslo
	štipka	soľ

Smotanová náplň:

250	gramov	jemný tvaroh
250	gramov	mascarpone
2	kusov	vajce
1	kus	vanilkový cukor

Jablková náplň:

4	kusov	jablko
1/4	čajová lyžička	škoricu

Posýпка:

1/2	hrnček	múka
1/2	hrnček	cukor
60	gramov	maslo



Účastníci súťaže

Postup: na korpus vymiešame a cesto roztlačíme na dno vymastenej formy. Ja som použila bezlepkovú múku. Maslo by malo byť izbovej teploty.

Tvarohová náplň:

Pokojne môžete použiť dva jemné tvarohy, alebo 2x mascarpone, je to na vás.

Tvaroh, mascarpone, vajíčka a vanilkový cukor, krátko prešľaháme a rozotrieme na cesto.

Jablká, umyjeme, očistíme a nakrájame na menšie kúsky. Posypeme škoricou, premiešame a opatrne zľahka uložíme na tvarohovú náplň.

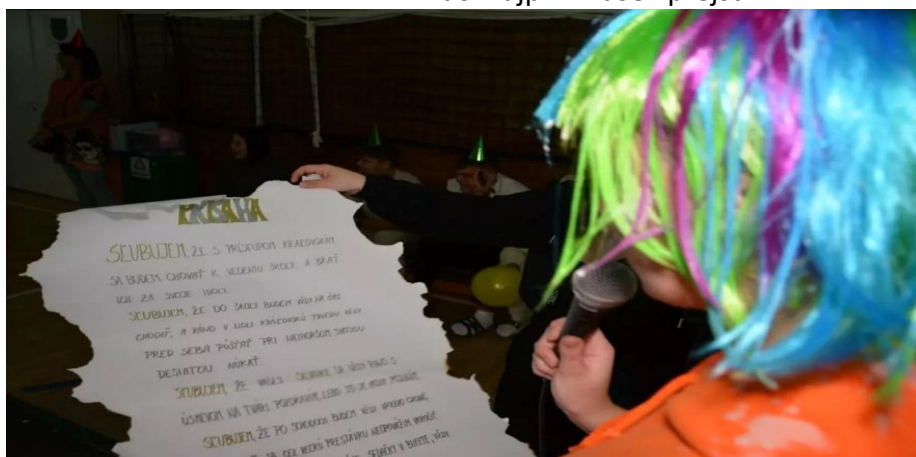
Imatrikulácia

/16. november 2023 – III. B/ Imatrikulácia je akt prijímania nových členov, prvákov, do radov študentov SOŠ P a S. Žiaden prvák sa nestane riadnym študentom našej školy, ak neprejde tradičným rituálom prijímania.

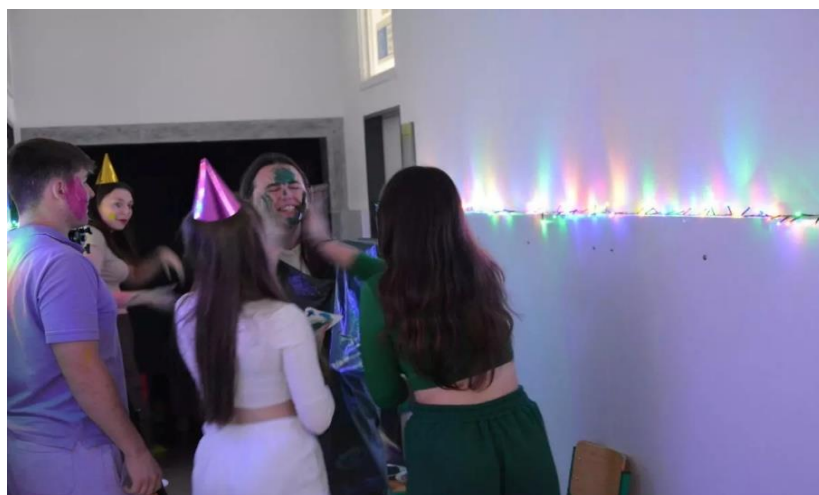


Zábavné atrakcie

dĺhou tmavou chodbou kde na nich čakali tretiaci s bohatým programom. Boli pre nich pripravené zábavné súťaže, ako šľahačkovanie alebo praskanie balónov, či maľovanie. Na záver naši bažanti, skladali sľub a na jeho spečatenie nechali svoj odtlačok prsta šašovi na hlave. Týmto sa z nich stali čestní prváci našej školy. Dúfame, že tak ako



Skladanie sľubu



„Skrášľovanie prvákov“

Každý si určite s úsmevom na tvári spomenie, aké to bolo byť prvákom. Popri všetkých spomienkach sa vám určite vynorí jedna spomienka, ktorú máme každý - imatrikulácia. Ani tento školský rok našich prvákov imatrikulácia neobišla a zavítala v podobe cirkusu. Nebol to len tak obyčajný cirkus. Študenti prezlečení za veselých šašov privítali našich „bažantov“ vo veľkom štýle. Prváci najprv museli prejsť

táto imatrikulácia, ktorá bola plná zábavy a z ktorej si odniesli plno zážitkov, pre nich budú rovnako všetky roky, ktoré stravia na tejto škole! Veríme, že prváci ocenili schopnosti, nápady a tvorivosť starších spolužiakov a videli v priamom prenose, že na škole sa nielen učí, ale aj zabáva.

Čím viac dávaš, tým viac ti zostáva

Návšteva divadla má vo vzdelávacom procese svoju jedinečnú a nenahraditeľnú úlohu. My sme mali tú možnosť, že divadlo prišlo za nami vďaka našim dvom kolegyniam Erike Bystričanovej a Erike Kovaľovej.



Štefan Balcerčík v úlohe letca

/Dňa 12.12 2023/ sa na našej škole uskutočnilo divadelné predstavenie od francúzskeho spisovateľa Antoine de Saint-Exupéryho s názvom Malý Princ. Celé predstavenie sa nieslo v duchu: "Čím viac dáváš, tým viac dostávaš." V divadle účinkovali žiaci našej školy, ktorí dokázali získať skúsenosť z divadelnej postavy, osvojiť si ju, a dospieť tak k novému poznaniu. Navštevníkmi boli nielen naši žiaci a učitelia, ale aj hostia zo Špeciálnej školy internátnej v Námestove, Radko a Brigítka so svojím krásnym tancom, ktorý nadobudol dojímavú atmosféru. V srdciach ostáva Malý princ v nás!



3.A trieda spestrili vystúpenie so spevom

Aj divadlo je dôležité pre rozvoj mládeže. Viete, v čom vás môže obohatiť?

Všetky neuróny mozgu sa aktivujú predovšetkým vtedy, ak je v rovnováhe pravá a ľavá hemisféra. Rozvoj ľavej strany sa posilňuje, keď ju vedieme k analytickému a logickému mysleniu, viac k uvažovaniu, vede, matematike. Na rozvoj pravej hemisféry je dôležitá tvorivosť, predstavivosť, umenie, hudba. Na to, aby sa dosiahol maximálny potenciál, ktorý má ľudský mozog, je však dôležité, aby obe hemisféry boli dostatočne vyvinuté. Divadlo má svoje čaro, ktoré priťahuje nielen dospelých, ale aj mladých nadšencov, ktorí sa prostredníctvom dramatickej výchovy učia rôzne formy prejavu. Pokiaľ ide o kognitívne učenie a rozvoj, divadelná a dramatická výchova má množstvo výhod. Divadlo je kľúčom celkovému vývoju každého človeka. Robí z neho tímového hráča a zlepšuje jeho výrečnosť a výrazy. Návšteva divadelných predstavení môže prispieť k posilneniu sociálnych väzieb a môže hrať užitočnú úlohu pri pomáhaní rozvíjať emočnú inteligenciu.

Divadelné predstavenie na šikmej ploche

/7. decembra 2023 – III. A, III. B/ Bačova žena je slovenské dramatické dielo, žánru tragédia od spisovateľa Ivana Stodolu. Príbeh sa odvíja okolo ženy, ktorá sa stáva manželkou dvoch mužov. Bačova žena je hra, v ktorej sa nachádza sociálne motívy, kde sa zráža človek s osudom.

Nebolo to len také obyčajné divadelné predstavenie v Martine, herci predsa hrali na šikmej ploche. Vďaka veľkej dynamike, ktorá sa niesla celým predstavením, herci vyvolali v divákoch rôzne pocity, najmä napätia, ktoré násobila šikmá plocha. Diváci sa skutočne sústredili na toto zaujímavé predstavenie plné prekvapivých chvíľ a veľkých emócií. Hlavnú postavu Evy stvárnila Alenka Pajtinková, ktorá mala skutočne smutný príbeh a každého diváka to viedlo k zamysleniu, či už počas alebo po predstavení, o tom, prečo je svet taký krutý alebo, či existuje pre matku aj iná cesta, než vlastná smrť. Veríme, že našim študentom sa toto divadelné predstavenie páčilo a využijú ho pri prípravách na maturitnú skúšku.



Koľko lásky sa zmestí do krabice od topánok?

Vianočný čas – čas radosti a pokoja, je to zároveň obdobie, v ktorom každý chce potešiť blízku osobu malým darčekom. Dňa 29.11.2023 sme odoslali osamelým seniorom v Námestove tesne pred Vianocami darček od ľudí, ktorí urobili dobrý skutok zapojením sa do akcie „Koľko lásky sa zmestí do krabice od topánok.“



Túto otázku si klade tisíce žiakov cez vianočné obdobie a nemali by sme zabúdať ani na seniorov, a práve aj naši žiaci si znova tento rok pripravili krabicu pre seniorov v Námestove, ktorým spríjemnili krásne vianočné sviatky. V krabiciach sa nachádzali rôzne maškrtky v podobe perníkov, knihy, či už teplé rukavice a sladkosti. Spoločne sme vytvorili 15 krabíc plných lásky. Dúfame, že sa seniorom naše darčeky páčili a veríme, že aj na budúci rok sa naši žiaci spoja a spríjemnia sviatky starým ľuďom.

Volím, volíš, volíme

Všetko, čo by sme mali vedieť o parlamentných voľbách a ako voliť, sme sa naučili a prakticky vyskúšali v škole. Jedna stránka volieb je tá teoretická časť, ktorú si prečítame, ale zvládnuť to v reáli a neurobiť chybu, je dôležité.

/20. novembra 2023/Pre mnohých našich žiakov sú voľby zaujímavou témou, avšak nie každý má možnosť ísť zvoliť svojho kandidáta. V škole si voľby mohol vyskúšať každý. Či už naši prvovoliči alebo ostatní žiaci, ktorí nemôžu ešte voliť, možnosť mal každý. Naučili sme sa, ako vypĺňať hlasovací lístok, ako prebiehajú voľby a na hodinách občianskej náuky sme



Voliči 3.B



Voľby s hlasovacími lístkami

venovali čas štúdiu volebného systému na Slovensku. Žiaci vytvárali plagáty jednotlivých strán, predkladali ich volebné programy a argumentovali, prečo by ich mali voliť. Vďaka tejto príprave sme všetci mali predstavu, ktorú stranu si na našom volebnom lístku zakrúžkovať a v budúcnosti bude každý vedieť, čo robiť vo volebnej miestnosti a určite si spomenie na tento deň.

Stredoškolská odborná činnosť

(SOČ) /25. 1. 2024/ je záujmová činnosť mladých perspektívnych študentov budúcich podnikateľov, bádateľov.

Podporuje experimentovanie a bádanie, hodnotenie a sebahodnotenie zručností vo vzťahu k vlastnému pokroku. Stimuluje tvorivé a kritické myslenie, učí pracovať a vzájomne sa rešpektovať spoločne v tíme. Napomáha sociálnemu, emocionálnemu i morálnemu vývinu ako jednej zo stratégií rozvoja osobnosti žiaka.

Stredoškolská odborná činnosť si už 46 **rokov** píše svoju vlastnú históriu. História pravidelných stretnutí mladých vedcov, ktorí sa chcú stať aktívnymi, rozvíjať vlastné nápady a realizovať ich.

Život prináša mnohé zmeny, vyžaduje nové skúsenosti, nové zručnosti v oblasti vedy a vedeckej práce, spoločenského života.

SOČ chce podporiť **rozvoj nadanej a talentovanej mládeže. SOČ-ku písali všetci žiaci študijných odborov a tu sú zaujímavé témy, ktorým sa venovali.**

1. miesto - Záchrana Rybára riečneho, pričiniť sa o to, aby tento ohrozený druh hniezdil aj v našom regióne, za to vďačíme **Lucii Šurinčíkovej**, za jej nemalú zásluhu a veľké úsilie pri vytváraní hniezd na Vtáčom ostrove. Urobila vec, ktorá ostáva aj pre budúce generácie, pri jej zápale do tejto práce, želáme veľa úspechov!

2. miesto - **Erika Kolečná a Alica Triebeľová** ukázali, že sa dajú spojiť dva svety - Svet mladých a svet starších. Ukázali, že vek nie je prekážkou. Navštevovali domovy sociálnych služieb, aby mohli našim starkým ukázať prácu s mobilom, počítačom, napiekli im koláč podľa modernej receptúry a na oplátku dostali od nich ich dedičstvo: staré receptúry pri pečení koláčov, naučili ich ručné práce a hlavne, porozprávali im príbehy zo života, možno na spracovanie novej práce sočky. To, ako sa dokázali sprijemniť chvíle týmto ľuďom, je na nezaplatenie, práca ich tak nadchla, že v tom budú pokračovať aj naďalej.

3. miesto - Móda je neodmysliteľnou súčasťou na našej škole. To, ako sa dajú vytvoriť moderné kúsky do vášho šatníka, a ešte k tomu z netradičných



Zľava L. Šurinčíková, A. Tomovčíková, E. Kubiznová, A. Triebeľová, E. Kolečná

použitých materiálov, nám ukázali **Ema Kubiznová a Aneta Tomovčíková**. Dievčatá poukázali na spracovanie a recykláciu takých materiálov, ktoré by skončili v koši, ale dali im druhú šancu na využitie. Táto akcia bola sprevádzaná sprievodnými akciami pre deti zo škôlok a základných škôl, kde bolo nielen vidieť farebnú záplavu módy, ale hlavne to bolo o zažití módnej atmosféry.

Tému líčenia si zvolili **Klára Javorová a Magdaléna Slovíková**, dozvedeli sme sa o nových trendoch v líčení, ako sa o svoju pleť starať, čo bolo ukázané aj názorne s praktickou časťou.

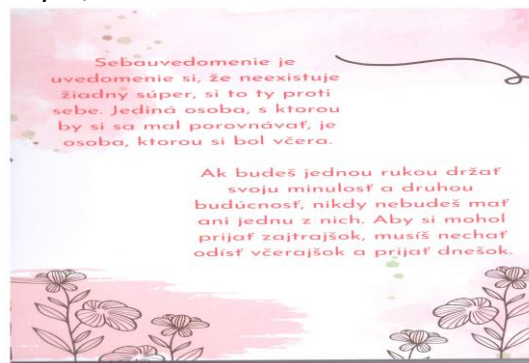


Svet očami detí spracovala **Renáta Šurinová**. Zamerala sa na voľný čas detí, aký zdroj energie, lásky a nových zážitkov prinášajú do nášho života. Ale, nielen to, deti sú schopné nás inšpirovať, môžeme sa od nich učiť trpezlivosti a tvorivej aktivity, ktorú vložila do knihy Svet očami detí.

Ako si upliesť mojkáča, macka či kuklu na lyžovanie a zároveň sa vyslobodiť z virtuálneho sveta spojeného s mobilom alebo počítačom, mám predstaviť **Martina Pojezdalová** v práci Ručné práce a dnešná generácia.

Psychické problémy sú častým javom a veľkým problémom mladých ľudí. Práca, Svetlo v temnote od **Lenky Markovej**, poukazuje na tieto problémy a okrem iného vytvorila denník doplnený plánovačom, upokojujúcimi obrázkami a farbami. Denník slúži na zamestnanie mysle, uvoľnenie emócií a na pripomenutie radostných chvíľ.

Adela Peldová sa zamerala na Vplyv internetu na mladých, ako dokážu sociálne siete nalomiť psychiku tým, že sa porovnávajú a ovplyvňujú influencerkami, čo môže viesť k depresii, k poruchám príjmu potravy. Vytvorila motivačný denník, ktorý má pomôcť nájsť samého seba každému, kto o sebe pochybuje.



Viete, čo je to rýchla móda, sweetshop? Ako často podliehame nakupovaniu textilu? Ako sa lacné nakupovanie odzrkadlí v prírode? Na tieto a mnohé ďalšie otázky nám odpovedala **Laura Šimalová** v práci Ako rýchlo móda ničí svet.

Vypracovať a do detailu vysvetliť problém dnešnej doby - bezlepková strava obhajovala Viktória Šubjaková v téme s názvom Trend v 21. storočí bezlepková strava. Je to pekný príklad mladej podnikateľky, ktorá našla dieru v trhu a do budúcnosti sa možno bude uberať touto cestou.



Ak chcete ísť na výlet do Krakova, tak určite s **Líviou Skorkovou a Sárou Kolenovou**. Vo svojom itinerári vypracovali brožúry pre každého navštevníka kráľovského mesta, aby ste nezabudli na žiadnu pamiatku.

Pomoc, ako zbaviť mladých závislosti, ukázať im riziká, aké následky prinášajú drogy v živote, predstavili **Andrea Račáková a Lea Fabiánová**. Svoje úsilie ako povedať drogám nie, odprezentovali v Základných školách v Námestove a Krušetnici.

Oravské tradície tu boli, sú a dúfajme, že zostanú v našom regióne aj naďalej. Aby to tak naozaj bolo, **Elena Dudášiková a Viktória Páterková** mám priblížili výrobu syrových nití na Orave, konkrétne na farme v Beňadove u príbuzných, samozrejme, aj s ochutnávkou. Výrobu tejto komodity nahrali na video od kŕmenia, dojenia po konečné výrobky syrových nití. Prezentácia bola aj s ochutnávkou, korbáčiky chutili vynikajúco.



Kto by nechcel mať na chladničke jednoduchý návod Prvá pomoc očami detí. Takúto príručku spracovali **Miroslava Barboráková a Renáta Kšenzuláková**, ktoré okrem iného predviedli prvú pomoc priamo v Materskej škôlke v Rabči.

Dokázať pochopiť svoju hodnotu, vážiť si svoje zdravie a byť neodmysliteľnou súčasťou tímu, ktorý sa snaží pomáhať tým, ktorí nemôžu. Podať pomocnú ruku dieťaťu, ktoré sa narodilo s chorobou Spina Bifida. **Dominika Pjontková** zorganizovala zbierku pre malú Máriu a finančný obnos odniesla rodičom. Krásny skutok spolupatričnosti!

Deň otvorených dverí na Makyte



/1.2.2024/ Kam ísť na strednú školu? Každý túto otázku riešil vo svojom živote. Pre niekoho to bolo rozhodnutie ľahké alebo aj najťažšie rozhodnutie v živote, ktoré nám ho ovplyvní. Aby sme terajším deviatakom ich rozhodnutie uľahčili, zorganizovali sme pre nich deň otvorených dverí. Ukázali sme im našu hlavnú planétu – Strednú odbornú školu podnikania a služieb v Námestove. Formou pripraveného programu si mohli pozrieť menšiu scénu Malého Princa. Nahliadli do rôznych planét

– našich odborov formou rapu. Touto zábavnou formou sme im predstavili všetky odbory. Deviataci sa mohli započúvať do rapovej piesne, pripravenej našimi žiakmi a čo-to sa mohli dozvedieť o odboroch na našej škole. Po tomto programe mali možnosť naživo si prehliadnuť všetky planéty, čiže odbory našej školy formou galaktickej prehliadky po škole. Na záver všetkých čakala pútavá tombola. Všetkým sme pripomenuli, že chceme, aby sa stali našou súčasťou – našou ružou. Nikto nevie, možno na budúci rok budú súčasťou našej školy. Pri tejto príležitosti sme si náhodne vybrali pár deviatakov a trocha ich „vyspovedali“.

Tu sú niektoré odpovede:

Ako sa vám páčil dnešný deň?

„Bolo to zaujímavé. Ten rap bol super, fakt sa nám to páčilo. Bolo to dobre spracované aj prehliadka sa nám páčila. Už asi ako-tak vieme, ako vyzerá stredná škola.“

Už viete kam pôjdete zo ZŠ, máte nejaký výber, alebo stále sa rozhodujete?

„Ja s kamarátkami ešte stále nevieme, je to ťažké. Ale moji niektorí spolužiaci už vedia, kam pôjdu na gymnázium alebo na obchodnú.“

Čo vás alebo vašich spolužiakov ovplyvňuje pri výbere školy?

„Nás vzhľad napríklad, že ako vyzerá, čo je na tej škole a čo ostatní, čo na tú školu chodia, že čo o nej hovoria, a tak. A naši spolužiaci skôr na tie odbory sa zameriavajú, čo ich tak upúta.“

Ďakujeme vám veľmi pekne za vaše odpovede a dúfame, že s vašim výberom budete spokojní a možno sa tu na budúci rok uvidíme.

Čo na svoj výber hovoria prváci?

Naši prváci prežívali rok plný rozhodovania a premýšľania nad svojím životom. Každý, samozrejme, chce aby si v živote našiel svoju cestu a k tomu nám dopomáha aj škola. Našich neznámych budúcich prvákov to ešte čaká. Niektorí možno ešte rozmýšľajú akým smerom savybrať alebo niektorí už snívajú o svojej vysnovej strednej škole. Možno, že našim uchádzačom, k tomu pomohol aj Deň otvorených dverí a na budúci rok sa s nimi uvidíme.

Ste spokojní s vašim výberom?

„Akože, zatiaľ celkom fajn. Nedá sa to hodnotiť takto skoro, ale za tých pár mesiacov to hodnotíme, že sme si dobre vybrali.“

Pamätáte si obdobie monitoru a prijímačok? Aké to pre vás bolo?

„Bol to strašný stres. Už sme radi, že to máme za sebou. Z každej strany bol nejaký učiteľ, prihlášky alebo učenie.“

Tak sme na tom boli asi všetci. Vedeli ste už vtedy kam pôjdete alebo ste ešte stále hľadali svoj smer?

„Tak pár z nás sme už vedeli kam pôjdeme, ale tam nás nezobrali. A niektorí čo si pamätám, vôbec nevedeli, tak tie prihlášky dávali tam, kde si dávali kamaráti.“

A čo vás ovplyvňovalo pri výbere strednej školy?

„Nás hlavne asi odbory, keď sme pozerali všetky tie školy. Hlavne kde to využijeme, a tak. A potom sme chodievali aj na DOD, tak sme videli lepšie čo tá škola ponúka.“

Zaujímavé. A čo by ste poradili terajším deviatakom?

„Asi, že nech nemajú veľký stres a aby si dobre vybrali, aby potom boli spokojní.“



Organizačný tím a účastníci v DOD

Ako by sa rozhodli dnešní štvrtáci?

Opýtali sme sa ich:

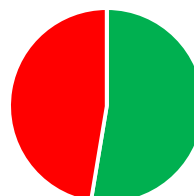
Vybrali by ste si znova tú istú strednú školu?

Kozmetik



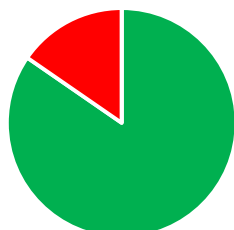
■ Áno ■ Nie ■ Neviem

Manažment regionálneho cestovného ruchu



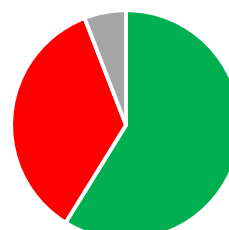
■ Áno ■ Nie ■ Neviem

Medzinárodné ochodné vzťahy



■ Áno ■ Nie ■ Neviem

Správca počítačovej siete



■ Áno ■ Nie ■ Neviem

Študentská firma leSeñoras je späť!

LeSníček - Jedinečný projekt, ktorý spája zdravotne a sociálne znevýhodnené komunity v regióne Orava - deti, mladých ľudí, aj seniorov. Zároveň upriamuje pozornosť na chránené stromy, zviditeľňuje ich a prispieva k šíreniu vedomostí o tejto problematike prostredníctvom náučno-rozprávkovej knihy a výstavy.

Napriek tomu, že študentská firma pod vedením riaditeľky školy Ing. Eriky Šuškovéj ukončila svoju činnosť v máji 2023, dievčatá nezaháľajú a neustále napredujú.



Zľava N. Tylková, A. Tomovčíková, E. Kubiznová, D. Kurčinová, T. Jagelková

Počuli ste už o „Lesníčku“? Práve Lesníček bol náš hlavný produkt, je to náučno-rozprávková knižka o chránených stromoch v regióne Orava, do ktorej písania sa zapojili rôzne znevýhodnené komunity z Oravy. Táto na prvý pohľad obyčajná knižka spojila malých i veľkých, starých i tých skôr narodených, ale v neposlednom rade spojila nás ako kolektív.

Lesníček zažil v roku 2023 naozaj obrovskú slávu. Na veľtrhu podnikateľských talentov sme sa s ním umiestnili v 6. súťažných kategóriách. Tiež sme sa s ním zapojili do súťaže Angažovaná škola roka, kde sme sa umiestnili na 1. mieste a boli sme pozvané do parlamentu v Štrasburgu. Bola to dlhá cesta plná úspechov aj neúspechov, ale ak by bola jednoduchá pravdepodobne by nikam nevedla. Avšak Lesníček aj v roku 2024 neuberá na sile, veríme že o ňom budete počuť ešte veľa.



„... lebo nie ten, kto v rozkoši planúc žil, ale ten, kto tvoril a vytvoril, môže hovoriť, že žil!“

Pavol Országh Hviezdoslav

Pripomíname si 175. výročie narodenia

Pavla Országha Hviezdoslava, básnika a bojovníka za pravdu svojho ľudu

Maturanti sa učia jeho tvorbu a literárni nadšenci obdivujú jeho bohatý vnútorný svet. Posolstvo Pavla Országha Hviezdoslava je aj dnes, 175 rokov od jeho narodenia, priam hmatateľné. Pri čítaní Krvavých sonetov mnohých skľúčila predstava ukrutností prvej svetovej vojny, Herodes a Herodias dali čitateľom zimomriavky a nad osudom Zuzanky Hraškovie bolestne zaplakalo každé oko. Majster básní, z ktorého myšlienok tieto diela vzišli, sa narodil 2. februára 1849 na Orave. Už od detstva bol okoliu zrejmy jeho talent a usilovnosť, ktoré zúročil vo svojej tvorbe.

„A kde si bola?“ „Len tu — Za vodou, kroz...“ zajakla sa. „Hej, i na Lúčkach, raz ešte na dnes skropiť plátenko...“
 „Ba! o pol večier? Nemäť... A čo máš toť pod zásterkou? Ukáž!... Sklenicu? Čo je to? —“ Strýpla, zrakmi zdupkala.
 „Nič, aimko...“ (žmykla ústy), „veru nič...
 chceš vedieť? Onô... z potoka, ľad, som
 načrela idúc, reku, prelejem si pijavičky —“ „Ah-ah, var’ tiež tou od aalamúnky? Zvláštno,“ pohnieždil sa na sedisku. „Sem! Nech zavoniam...
 To pálenka! —“ „Nuž,“ pustila sa v chicht,
 dosť nasilu, „nuž — vám som doniesla!...“
 „Pod, dúchni na mňa —“ „Ach, id, pokuso! —
 Či som var’ heno Fruža? Plevuľa?... Či nezdieľala som vždy starosti narovno s tebou, rúča gazdiná? Alebo kedy som sa poklázla čo manželka var’? Znáš mi poklesok, ha? To nie; nikdy, muž môj, prenikdy!...
 I podnes si tá verne milujem, môj holub...“ čiahla, v tvár pohladíť.
 „Žena, ty slopeš!“ skočil na nohy, stá uštipnutý hadom. Z ruky jej vtom vyrazil aj fľašu na dlažbu, kde roztreskla sa, obsah fľuskol však, hrdielce kusé kotúl’ dol’ dvorom —
 „Už neodtajíš, lumpa jedna!...“ „Joj!

Či čuješ, Gábor!? čo mi tento drak —
 joj...“ vzlykla, s chvatom dvere odomkla,
 a pitvorom sa tiahly ozval plač, i v izbe dnu —
 A prišiel dônovok,
 s ním prísna ráta tobôž.
 Nezbudlo
 vo štoku zrnka, môcť ho speňažiť
 v jej odyt; a čo práve na Jura bol jalovicu predal, peniažky, jak dlaňou by bol pľasol, minuli sa na daň, úrok, kde-tu príplatkom.
 Čo bolo robiť, z čoho spraviť groš?
 Jak poradiť si z tvrdze? Ináč nie, len teliatko že, čo bol prisadil o Hromniciach, toho tak krásneho ryšku, údov širokých, s lampáškom v čele; určil odpelať.
 A rozhodnúc sa takto v nesnádzi,
 bo boženík už honil po tretie, i odpelať ho v ten deň: navzdor, že
 i syn sa vzpíeral tomu urputne, vraj inak dáko dieru zalácu...
 zaň orodoval, lúdlu u otca — i sťažka len sa lúčil s hoviadkom tak podareným: takmer zaplakal,
 mu hľadiac hlavu, šij, kým ono zas
 ho za to polizlo, keď na mraku

preň došiel mäsiar.
 Dňom nato aj chcel dostať úmyslu; lež — zrak! nikdy! — z tržby včerajšej
 už zmíšilo sa pár mu šajničiek — Ký Parom, ani prez noc istoty...? Urobil tartas. „Gábor, rušaj dnu, v tom okamžení!“ spred dvier privolať
 synovi, ktorý meškal pod cieňou, čos’ strúhal, kálal, čajsi hrablisko —
 „Kde sa mi deli štato peniaze, há!?“ vkročivšieho skríkol na syna.
 „Ja viem —“ ten chladno, stisnúc plecami.
 „Že nevieš?“ otec ešte ostrejšie, „nie!“ vpálil vtom si hrstou do kečky.
 „Čis’ nedrichmal tu cez noc na štíte!? Neprepadli sa!...“ „A či zlodej som?“ mu v odvet Gábor, „tato, povedzte! Ste zbadali var’ kedy najmenšie? — Mňa takto podozrieť bez viny...“ stál rozpálený, až mu iskril zrak.
 „Nu, dobre, dobre; nič to, synku, id’ po svojej práci,“ otec krotšie hned’, už výzor synov presvedčiv ho snád’, že mylne zašiel — „Tak však, stariga, tys’ musela ich piznúť, iba ty!“ zas ku žene, čo práve izbicu zachytávala metlou chvojovou.

Gábor Vlkolínsky - úryvok



Dobrovoľne, povinne z donútenia alebo kvôli lepšej známke. Aj to sú dôvody, prečo sa žiaci a žiačky na našej škole už desaťročia zúčastňujú recitačnej súťaže Hviezdoslavov Kubín. Pre niekoho revolúcia, pre niekoho sa Kubín začína a končí jednou básničkou, no pre iných je to rozhodujúca životná skúsenosť, ktorá ich posunie ďalej a ukáže im, ktorým smerom sa majú uberať. Za každou prípravou je maximálne úsilie zo strany učiteľa a zo strany žiaka. Ako sa popasovali žiaci s touto výzvou? Myslím, že môžeme byť spokojní.

VYHODNOTENIE:

Umelecký prednes poézie:

1. miesto: Daniela Hrkľová, IV. B
2. miesto: Romana Kvasničáková, IV. A
3. miesto: Samuel Dubáč, I. M
4. miesto: Adela Peldová, III. M



Zľava A. Peldová, S. Dubáč, R. Kvasničáková, D. Hrkľová

Umelecký prednes prózy:

1. miesto: Izabella Romaňáková, II. B
2. miesto: Timea Vraňáková, II. A
3. miesto: Lýdia Serdelová, III. A
4. miesto: Erika Vojtaššáková, I. M



Zľava E. Vojtaššáková, L. Serdelová, T. Vraňáková, I. Romaňáková

Starší mladým, mladí starším

Je úplne normálne, že slová, ktoré kedysi používali naši starí rodičia sa nám zdajú smiešne a mnohokrát im vôbec nerozumieme. Musíme pamätať na to, že aj také veci patria do našich tradícií a nechceme na nich zabúdať. Veď predsa, aj pre našich starých rodičov to bola úplne normálna vec. Naopak, slová, ktoré používa dnešná mladá generácia sa pre tú staršiu generáciu môže zdať ako hlúposť. Často nerozumejú, čo hovoríme alebo čo tým myslíme. V tejto veci sme si „kvit“. Preto sme si pripravili rôzne goralské aj iné nárečové slová, ktoré používali alebo aj stále používajú naši starí rodičia, a zároveň slová, ktoré používa dnešná mladá generácia.



starší mladým

zagryska – pohostenie
kot – kocúr
kabaňa – šaty
fiškaľ – právnik
hamuj – brzdi

barzo – veľmi
bukreta – kytica
ciganič – klamať
čotka – tetka
rajbať – čistiť

mladí starším

cringe – trápna vec
flexiť – vychvaľovať sa
hajpovať – urobiť niečomu veľké ohlasy
beef – mať nezhody
chilovať – oddychovať

disovať – zhadzovať niekoho
crush – človek, ktorý sa ti páči
chalo – jedlo
boomer – starší človek
flausiť – užívať si, ukazovať sa

Vedeli ste, že...



Naše jazykové prirovnania majú často veľké fyzikálne nedostatky. Napríklad keď o niečom povieme, že je to „ľahké ako obláčik“, tak je to v skutočnosti „ľahké“ približne 550 miliónov ton. Hoci sa na oblohe tieto mäkké huňaté guče vznášajú ako nič, fyzikov to neoklame. Nie je jednoduché rozmýšľať o váhe niečoho, čo sa nám vznáša nad hlavou. Oblaky sú však zložené z vody,

ktorá je ťažká, a okrem toho, keby si ľudia uvedomili, že priemerný oblak s dĺžkou jeden kilometer váži pol biliardy ton, možno by vznikla nová fóbia. Strach z toho, že nám z neba na hlavu spadne „ľahučký“ obláčik.

Znepokojujúce zistenie, ktoré sa dotýka konzumácie energetických nápojov a toho, ako vplývajú na kvalitu spánku u mladých ľudí. Energetické nápoje, obľúbené hlavne medzi mladými ľuďmi a študentmi, sú známe svojím vysokým obsahom kofeínu – približne 150 mg na liter. Okrem kofeínu obsahujú aj cukor, vitamíny, minerály a aminokyseliny v rôznych množstvách. Hoci sú propagované ako prostriedky na zlepšenie mentálnej a fyzickej výkonnosti, štúdia poukazuje na ich potenciálne negatívne dopady na spánok. Mnohí z nás po nich siahnu, keď potrebujú nakopnúť, no zdá sa, že nerobíme dobre. Hoci nám krátkodobo môžu pomôcť, tak z dlhodobého hľadiska, to nevyzerá s nimi tak ružovo. Zistilo sa, že čím vyššia je frekvencia konzumácie týchto nápojov, tým menej hodín spánku mladí ľudia dosahovali. Zaujímavé však je, že aj príležitostné pitie energetických nápojov – 1 až 3-krát mesačne, bolo spojené so zvýšeným rizikom narušeného spánku.



Srdce na dlani

Srdce na dlani je ocenenie výnimočných dobrovoľníkov a dobrovoľníčok, jednotlivcov aj kolektívov za ich dobrovoľné aktivity uskutočňované v prospech iných, v rôznych oblastiach spoločenského života, vykonávané bez nároku na finančnú odmenu alebo akýkoľvek honorár. Poslaním a zmyslom ocenenia je vyjadriť osobitnú vďaku tým, ktorí si vo svojom voľnom čase nájdu miesto na pomoc iným a všade tam, kde je to jednoducho potrebné.

Naša kolegyňa a učiteľka Alena Hvoľková bola nominovaná za Žilinský samosprávny kraj na celonárodné oceňovanie Srdce na dlani, za účasti pani prezidentky, ktoré sa bude konať 13. marca 2024 v Bratislave, v kategórii koordinátorka dobrovoľníkov.

Alena Hvoľková organizuje rozsiahle kultúrno-spoločenské akcie a rôzne aktivity, ktoré nie sú len príležitosťou pre zábavu, ale aj prostriedkami na utužovanie vzťahov a budovanie silnej komunity.



V strede A. Hvoľková s ostatnými ocenenými

Viac o sebe nám prezradila v nasledujúcich odpovediach.

Ako ste sa dostali k dobrovoľníctvu?

„Ja ani sama neviem, ale asi tak, že mám otvorené srdce, mám rada ľudí, počúvam ich potreby a tie spoločenské aktivity

robím kvôli nim. Chcem, aby sa aj v tejto dobe ľudia na chvíľu zastavili, aby porozmýšľali nad sebou, nadviazali kontakt, porozprávali sa a zabudli na svoje starosti. Rada prijímam výzvy a nápady od

ostatných. Mne stačí prísť len s myšlienkou na obec, pretože som aj poslankyňou v našej obci Vavrečka a už som obklopená ľuďmi, ktorí to so mnou dotiahnu do konca. Samozrejme aj moja rodina je do toho zapojená so mnou.“

Na čo ste v živote hrdá?

„Neviem či by som to nazvala ako hrdosť. Skôr som vďačná za mnohé veci, ktoré sa mi podarili. Tiež som vďačná za ľudí okolo seba, ktorí ma obklopujú v práci a aj v mojom okolí. Hrdá som na svoju rodinu, deti a vnúčatá.“

Aké sú vaše kľúčové vlastnosti, ktoré vám pomohli dopracovať sa tam, kde ste dnes a možno tak inšpirovať ostatných?

„Cieľavedomosť, prísnosť ale aj tvrdohlavosť a hlavne empatickosť. Prísna som na seba, aj na svoje deti. Keď si niečo zoberiem do hlavy, snažím sa robiť všetko preto, aby som to dosiahla. Prirodzene mám rada ľudí, nemusím sa do ničoho siliť. Kontakt s druhými ma teší, zaujímam sa o nich, o ich životné skúsenosti a hlavne počúvam, v tej chvíli im chcem dať svoje srdce na dlani.“

Prezradíte svoje plány na najbližšie obdobie?

„Najbližšie obdobie v mojej činnosti v škole by som chcela vytrvať v tom, aby žiaci mali záujem o to, čo robia, čo si vybrali, posúvať ich ďalej, zviditeľňovať ich na súťažiach a šíriť dobré meno školy. V mojej dobrovoľníckej činnosti mám rôzne aktivity. Najbližšie budeme organizovať podujatia Stavanie mája, alebo Športový deň pre deti v našej obci. V príprave je aj ďalší ročník výnimočnej akcie Remeslo má zlaté dno. Čakajú nás veľké kováčske dni, vrátane kováčskej noci. V minulosti som mojou aktivitou prispela k založeniu Jednoty dôchodcov, alebo hudobnej

kapely v našej obci. Výzvou na tento rok je pre mňa vznik ochotníckeho divadla a som rada, že sa mi tento sen začína plniť. Vždy sa snažím vo svojej práci podchytiť naše nehmotné kultúrne dedičstvo v duchu našich tradícií a zároveň spájať generácie.“



Ako vnímate nomináciu na celonárodné oceňovanie Srdce na dlani?

„Musím povedať, že nominácia za Žilinský kraj bola pre mňa veľkým prekvapením. Za nomináciu na krajské kolo vďačím jednej z dobrovoľníčok z Vavrečky, ktorá si všimla moje aktivity v obci (dojatie v očiach). Napísala moju nomináciu na oceňovanie, v ktorej zhrnula moju dobrovoľnícku činnosť. Táto nominácia bola vyhodnotená, počas krajského kola koncom minulého roka tak, že ma posunula až do celonárodného kola. Dobrovoľníctvo ma vždy bavilo a naplňalo. Najväčšou odmenou mojich aktivít sú spokojní a šťastní ľudia. Vtedy som spokojná a šťastná aj ja. Nomináciu si veľmi vážim a vôbec som ju neočakávala. Vždy sa snažím byť nohami na zemi a všetkých brať rovnako ako seba.“

Nakoniec vyslovila ešte jedno skromné želanie: „Rada robím aktivity nie len vo Vavrečke, ale aj na našej škole. Verím, že sa nám v najbližšom čase aj v škole podarí nájsť si viac času a na chvíľu sa zastaviť. Zabaviť sa, porozprávať a utužiť spoločný kolektív. To by bolo mojim veľkým prianím a ja verím, že sa nám to čoskoro aj podarí.“

Mali sme vyhrať, tak sme vyhrali...

Na slovíčko



Zľava N. Brnušáková, A. Floreková

/29. novembra 2023/ Stredná odborná škola a stredné odborné učilište Sušice v spolupráci s Nathanielom Syllte usporiadali osemnásty ročník Medzinárodných majstrovstiev KOUZLO KRÁSY. Tejto súťaže sa zúčastnili aj naše kozmetičky a kaderníčky, ktoré žali úspechy vo všetkých kategóriách.

Spoločenský účes vytvorila žiačka Andrea Floreková (III. K) na modelke Natálii Brnušákovvej. Andrea získala tri ocenenia. Umiestnila sa na 1. mieste v súťažnej disciplíne Spoločenský účes, pričom v tejto disciplíne bolo 18 súťažiacich. Druhé ocenenie získala za Najkreatívnejšiu tvorbu zo všetkých súťažných disciplín. Tretie ocenenie získala titul Laureáta, a to ocenenie Absolútny víťaz spomedzi všetkých zapojených 44 súťažiacich v jednotlivých disciplínach. Pred nami sedí naša víťazka *Andreu Floreková, chceme zistiť, ako sa cíti naša víťazka po tak náročnej súťaži. Pri rozhovore bolo vidieť, že je so svojím výkonom spokojná.*

Aké máš pocity z víťazstva?

„Bola som veľmi šťastná a zároveň prekvapená, pretože som to vôbec nečakala. Súťažiacich bolo veľa a aj vyberať bolo z čoho.“

Mala si dostatok času na dokončenie účesu?

„Na spracovanie účesu som mala 1 hodinu, veľmi som sa bála, že to nebudem stíhať, ale nakoniec všetko dobre dopadlo. Pár minút pred koncom, som bola spokojná, že je to v suchu. Samozrejme, nebolo by to tak, keby som sa tomu nevenovala pred súťažou. Účes,

ktorý som urobila, sa odzrkadlil na hlave mojej modelky.“

Bola tam veľká konkurencia?

„Podľa mňa áno, bolo tam veľa šikovných kaderníkov a ich účesy boli krásne a do detailu prepracované. Všetko som prezrela, keď som skončila, pri česaní som sa na konkurenciu nepozerala.“

Mala si pri sebe ľudí, ktorí ťa podporovali?

„Áno, mala som veľkú morálnu podporu, hlavne od svojich spolužiačok a pani majsterky Beňušovej, ktorá ma na celú súťaž pripravovala a bez nej by som sa ani

neumiestnila. Aj touto cestou ďakujem!
Doma na mňa tiež mysleli a držali mi palce.“

Koľko krajín sa tam zúčastnilo?

„Boli tam dve krajiny Česko a Slovensko.“

Dopadlo to všetko podľa tvojich predstáv?

„Dopadlo to ešte lepšie ako v mojich predstavách, nečakala som, že sa umiestnim.“

Aké kategórie tam boli?

„V kategórii žiaci boli disciplíny - spoločenský účes, pánsky strih a styling, fúkaná, face painting a líčenie. Všetko bolo na tému star wars.“

Koľko času si strávila prípravou ?

„Prípravou som strávila celé dva týždne praxe, ale to nestačilo, doma som cvičila na

cvičnej hlave. Dôležité bolo, neprestať a vydržať!“

Čo by si odkázala tým, ktorí sa chcú zúčastniť na súťažiach?

„Nech neváhajú a nech do toho dajú všetko, treba ísť vyskúšať nové veci, ktoré im otvoria širší obzor.“

Čo ti súťaž dala do života?

„V prvom rade som rada, že som tam bola. Nadobudla som nové skúsenosti a odkukala nové účesové techniky. Doteraz som si vôbec neverila, moje sebavedomie bola na nízkej úrovni, ale ja som vyhrala a teraz mám pocit, že to čo robím, robím dobre, aj keď viem, že stále je čo vylepšovať, to, samozrejme, získam len učením.“

Ďakujeme víťazke za rozhovor, nech ďalej rozvíja svoj talent a nech sa jej darí vo svojej kariére.

Mladý podnikateľ

Flavio Di Sturco, mladý podnikateľ študent 3. ročníka MRCC, ktorý sa rozhodol spraviť podcast na tému „Viac ako peniaze“ s dvoma úspešnými ľuďmi, a to Matejom Paulovičom a Tomášom Turcerom, ktorí sú profesionáli v sieťovom marketingu a venujú sa financiám.



Títo traja podnikatelia to urobili pre to, aby ľudia peniazom rozumeli, aby vedeli spracovať informácie o peniazoch a zmeniť tak finančnú situáciu jedincov, samozrejme, k lepšiemu. Podcast sa natáčal v marketingovej spoločnosti La Verde Digital v Martine.

Prečo sa venuješ práve tejto oblasti s financiami?

„Jednoducho stále počúvame témy týkajúce sa peňazí, a to každý deň. Začali sme sa vzdelávať v oblasti, ako sa stať finančne gramotným a hlavne slobodným v oblasti financií.“

Ako si získal informácie o peniazoch?

„Je veľmi dôležité sa vzdelávať a informovať sa, hlavne ak sa ide o vaše peniaze. Začal som čítať knihy na tému peniaze, o ľudskej psychológii a ako vybudovať biznis od nuly. Kúpil som si vzdelávací program, ako si vytvoriť pasívny príjem, ale musím povedať, že v tejto oblasti sa viete aj veľmi popáliť. Ak nemáte správne informácie. Práve preto som na vlastnej koži pocítil podvod vo svojich financiách, musel som to zažiť a popáliť sa aj ja. Aby ste nespravili tie isté chyby, pozývam vás, aby ste si vypočuli náš podcast, ako sa vyhnúť finančným podvodom a falošným finančníkom.“

Kto ti pomohol k tomu, aby si patril do finančnej spoločnosti?

Začal som sa stretávať a porovnávať s úspešnými ľuďmi, ktorí sú v tomto smere už dlhé roky. Pochopil som, že máme všetci niečo spoločné, videli so mne potenciál mladého človeka a povedali mi, že majú pre mňa skvelú ponuku. Rozhodli sme sa, že si založíme vlastnú firmu a budeme ľuďom pomáhať v oblasti financií, tak

aby mali o peniazoch prehľad, keďže je v dnešnej dobe inflácia, ktorá stúpa, ceny tovarov rastú a hodnota peňazí sa znižuje.

Vedel by si nám poradiť investovať alebo nechať peniaze v banke a nemusím sa báť, že o ne prídem?

Je veľmi dôležité, aby ľudia investovali peniaze tak, aby kombinovali svoje investície do viacerých fondov alebo spoločností, ktoré im vygenerujú ďalší mesačný príjem, aby mohli pokryť infláciu. Samozrejme, ako investovať, je potrebné sa poradiť s finančným agentom, kde spoločne zostavia plán.

Povedal si, že si prečítal knihy o peniazoch, si vo firme, ktorá pracuje v oblasti financií, neustále zbieraš informácie, aké je tvoje osobné poznanie?

Pochopil som, že peniaze sú „svinstvo ľudstva“, ktoré každý človek musí vymieňať za svoj čas a energiu, za kus papiera, aby mohol prežiť a dovoliť si nejakú radosť. Je to smutné, však? My s tým, bohužiaľ, nespravíme veľa, ale môžeme ľudí naučiť, ako sa dostať von z tejto pasce. Chcete vedieť ako? Vypočujte si pozorne náš podcast a dozviete sa množstvo informácií, ktoré vám môžu zmeniť váš pohľad nielen ku peniazom, ale aj celkovo k životu



Firma L/F je zameraná na výrobu vonných sviečok, sponiek do vlasov, hrebene a prívesky.

Študentská firma Woollnies sa venuje háčkovaniu výroba Mojčáčov. Našich Mojčáčov vyrábame poctivou ručnou prácou. Na dotyk sú veľmi príjemné a pri pohľade na nich si ich každý zamiluje. Používame kvalitnú vlnu, ale zároveň sa snažíme šetriť životné prostredie, a to tým, že spotrebúvame nepoužitý materiál od firmy Matterasso, na výplň našich Mojčáčov.



Podnikateľská činnosť študentskej firmy Sunlight je zameraná hlavne na výrobu náramkov, náhrdelníkov a príveskov na mobil, ručne robených adventných vencov, vianočných oblátok, syrových výrobkov a vianočných medovníčkov.

Hlavným produktom firmy EC je cestovateľský denník, taktiež máme celý týždeň cez 10 a 30 min. prestávku bufet, kde predávame bagety, pizza slimáky a ovocné šaláty, v ponuke máme aj účtovné osnovy v dvoch farbách, zorganizovali sme dva zájazdy do Krakova na Vianoce a do Zvolena na hokejový zápas a 16. marca ideme na veľkonočné trhy do Viedne.



Mobil v triede je problém?

Čo ná



Najčastejším dôvodom, prečo rodičia dieťaťu kúpia nejaký smartfón, je to, aby boli neustále na príjme a vedeli, čo sa s nimi deje.

Lenže dnešné smartfóny toho dokážu oveľa viac ako len telefonovať a esemeskovať. Vedia človeka aj poriadne rozptýliť, zabaviť a spôsobiť to, že sa nesústredí na dôležité skutočnosti.

Telefóny v škole sú stále pomerne veľkou témou. Názory sú rôzne. Rodičia chcú mať svoje deti pod kontrolou aj v škole, a preto už takmer všetci majú svoj vlastný smartfón. Niektorí hovoria o tom, že mať telefón v škole je neprípustné, iní by ho bez problémov dovolili. Pozrime sa ako to vidia niektoré krajiny.

Vo Walese existuje škola, ktorá telefóny úplne zakázala. Nemôžu ich používať študenti, ale ani učitelia. Zákaz trvá už presne rok a škola si ho veľmi pochvaľuje. Údajne zákaz telefónov zlepšil študijné výsledky a aj správanie študentov. *“Po prvom roku vidíme obrovský rozdiel,”* povedala riaditeľka školy. Žiaci sa počas vyučovania vedia lepšie koncentrovať na výklad a nerozmýšľajú nad tým, kedy komu odpíšu pomocou smartfónu.

Prieskum, ktorý sa uskutočnil na Novom Zélande v súvislosti s používaním smartfónov v škole dospel k zaujímavým záverom. Prieskum bol uskutočnený na vzorke 1481 respondentov – rodičov, ktorí majú školopovinné deti. Výsledky sú nasledovné:

- 61 % opýtaných podporuje zákaz používania telefónov počas vyučovania, no nie počas prestávok,
- 56 % respondentov podporilo absolútny zákaz počas celého dňa, vrátane prestávok,
- 52 % opýtaných by rozhodnutie nechalo na samotných študentoch.

Aktuálna situácia je taká, že **v niektorých krajinách sú smartfóny v škole zakázané úplne.**



Príkladom je Taliansko, Portugalsko, Francúzsko či Španielsko. V niektorých krajinách študenti telefóny používať môžu, no zakázané sú vybrané aplikácie, väčšinou ide o sociálne siete. Ako príklad môžeme uviesť USA, kde žiaci nesmú používať TikTok.

Vo väčšine slovenských škôl platí **zákaz používania mobilných telefónov počas vyučovania, nie cez prestávky.** Kto vie, čím nás prekvapí ministerstvo školstva v blízkej budúcnosti?

V zdravom tele zdravý duch!

Výraz "v zdravom tele zdravý duch" je známy ako latinská fráza "mens sana in corpore sano," ktorá sa pripisuje rímskemu básnikovi Juvenalovi. Táto fráza v podstate vyjadruje myšlienku, že fyzická a duševná pohoda sú vzájomne prepojené a že zdravý duch často súvisí so zdravým telom. O toto prepojenie sa starajú naši telocvikári a snažia sa o vyváženú rovnováhu tela a ducha tým, že máme množstvo športových aktivít, kde sa študenti radi zapájajú.

Švihaj, rýchlo švihaj



Zľava D. Kutlák, L. Joštiak, H. Kolenčík



Účastníci súťaže Švihaj, rýchlo švihaj

Okresné kolo v bedmintoně na EDUCO

16. novembra 2023 sa v Súkromnej Spojenej škole EDUCO Slanická osada odohrala okresná súťaž v bedmintoně pre žiakov a žiačky stredných škôl.

Zľava hore E. Kubiznová, S. Marlengová, A. Bystričanová, O. Gužiňák, A. Kocúr, T. Javor



Zľava: A. Floreková, M. Janečková, Ž. Kurtulíková, A. Božeňáková, D. Sitáriková

9. novembra 2023 sa konal VI. ročník inkluzívneho športového podujatia: Šport nás spája. Organizátorom akcie bolo CSS Zákamenné. Futbalového turnaja sa zúčastnilo 12 tímov.

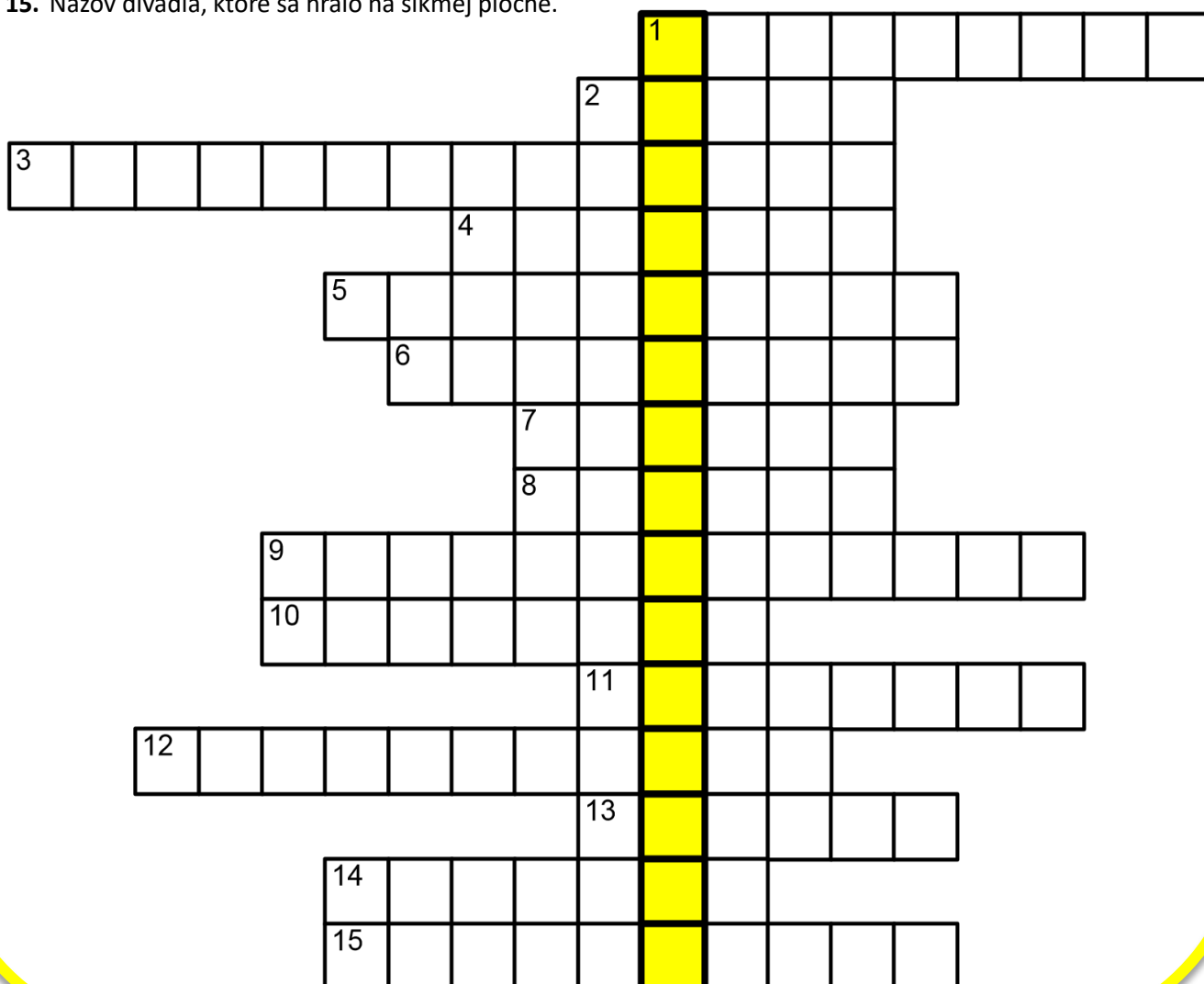


Zabehni to za nás – o.z. Z lásky k deťom

Žiaci, členovia školského parlamentu sa zapojili do 4. ročníka virtuálneho charitatívneho behu – Zabehni to za nás. Túto výzvu organizuje o. z. Z lásky k deťom. Členovia parlamentu pomohli tým, ktorí behať nemôžu. Celý výťažok z behu poputoval zdravotne znevýhodneným deťom

Krížovka

1. Názov filozofickej rozprávky pre dospelých, ktorú napísal Antoine de Saint-Exupéry.
2. Veľmi po goralsky.
3. Názov súťaže o pečenie na našej škole.
4. Názov tohto časopisu.
5. Kabáty, ktoré ušili oravské študentky.
6. Krajina, ktorá vyhrala európsky deň jazykov.
7. Čistiť po goralsky.
8. Vychvaľovať sa podľa slovníka mladej generácie.
9. „Bažantský“ inak.
10. Navždy sa zachová v pamäti
11. Pohostenie po goralsky.
12. Priezvisko osoby, ktorej sme si pripomínali 175. výročie narodenia.
13. Právnik po goralsky.
14. Kytica po goralsky.
15. Názov divadla, ktoré sa hralo na šikmej ploche.



Pripravujeme...



Valentínska kvapka krvi

Stredná odborná škola podnikania a služieb
ul. Hattalova 968/33
02901 Námestovo

Oznamejeme študentom a zamestnancom
našej školy,
že 18. marca 2024 od 8:00 do 11:00 hod. sa
uskutoční Valentínska kvapka krvi
na prízemí v Aule v budove školy.



PRIĎTE SA ROZDAŤ PRE DRUHÝCH!

Oravská kvapka krvi

info : www.facebook.com



Rozhovor s našim kolegom, učiteľom
a človekom s veľkým srdcom.



Nové moderné zariadenie,
kde žiaci budú môcť
spracovávať svoje videá,
fotografie...