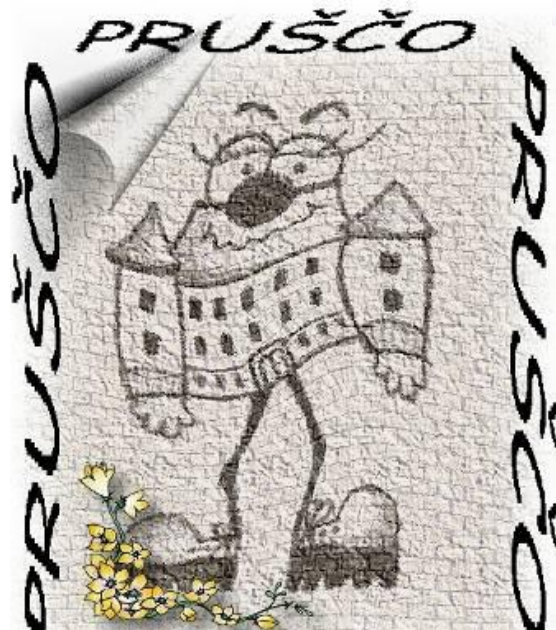


STREDNÁ ODBORNÁ ŠKOLA PRUSKÉ



Nové číslo prináša:

1. DOD a sprievodné programy,
2. účasť žiakov na medzinárodných súťažiach,
3. dborná exkurzia „Tajomstvá kvapiek z Vršatca“
4. vzdelávame sa inak,
5. rôzne aktivity žiakov...

13 / 1-2018

Úspešný Olympijský deň



Dňa 5. septembra 2018 sme sa zúčastnili odovzdávania cien SOV za najlepšie zorganizovaný Olympijský deň v tomto roku. Udalosť sa konala v Olympijskom klube v Prievidzi za účasti bývalých aj súčasných olympionikov. Naša škola v konkurencii iných škôl dostala ocenenie za najaktívnejšiu strednú školu v Trenčianskom kraji. Okrem nás bola ocenená materská škola z Prievidze a základná škola z Považskej Bystrice. Tejto pre nás výnimočnej športovej udalosti sa okrem mňa a pani riaditeľky, Ing. Janky Fedorovej zúčastnila aj Gabriela Gajdošíková zo IV.A

Tento úspech našej školy nás zaväzuje k ďalšej aktívnej účasti na tomto športovom projekte aj v nasledujúcich rokoch. *Nikolas IV.A*



TÝŽDEŇ FINANČNEJ GRAMOTNOSTI NA SOŠ PRUSKÉ 10.09. - 14.09.2018



V tomto týždni boli na hodinách teoretického i praktického vyučovania organizované viaceré aktivity v oblasti finančnej gramotnosti ale aj čitateľskej a matematickej gramotnosti. Žiaci spolu s pedagogickými pracovníkmi sa zúčastnili rôznych on-line dostupných testov a súťaží, na hodinách mali možnosť využiť rôzne finančné hry – Finančná odysea, Finančné pexeso, ktoré sú výstupom minuloročných rozvojových projektov zameraných na podporu vzdelávania pedagogických pracovníkov v oblasti FG a výchovy k podnikaniu. Na hodinách žiaci využili i výstupy minuloročných projektov – vlastné prezentácie, testy a iné zaujímavé odborné materiály k jednotlivým témam NŠFG 1.2, ktoré sú vhodné zapracované aj v aktuálnych ŠKVP jednotlivých študijných a učebných odborov.

Tieto zaujímavé aktivity organizované v rámci vyhláseného mesiaca FG ako aj v rámci rozvojového projektu Krok za krokom k finančnej slobode zaujali žiakov aj učiteľov. Svoju úroveň vedomostí v oblasti FG si môžete otestovať na

rôznych dostupných stránkach: <https://www.dfg.sk/testy>, <https://www.etrend.sk/.../viete-narabat-s-peniazmi-otestujte-svoju-financnu-gramotnost>, www.financnaakademia.sk/test/, www.fqtest.sk

„Tajomstvá kvapiek z Vršatca“

Dňa 13.9.2018 sa zúčastnili žiaci z II.Zz triedy z ENVIROprojektu „Tajomstvá kvapiek z Vršatca“ odbornej exkurzie a prehliadky Čističky odpadových vôd (ČOV) v Dubnici nad Váhom. Je vybudovaná podľa najnovších platných noriem EÚ, skolaudovaná a právoplatne odovzdaná do užívania od roku 2016.

Žiaci nadobudli a získali odborné vedomosti a poznatky o jednotlivých etapách čistenia odpadových vôd: primárnej filtrácii (odkalovaní), biologickom čistení a sekundárnom čistení odpadových vôd (dekantácii).



Orba 2018 Znojmo

V dňoch 19.- 20.09.2018

sa konal 14.ročník medzinárodnej súťaže v orbe žiakov stredných škôl v Znojme, ktorý bol organizovaný pod záštitou



ministra poľnohospodárstva Ing. Tomana. Súťaže sa zúčastnilo 21 žiakov z Česka, Rakúska a Slovenska. Našu školu reprezentovali dvaja žiaci, Michal Bližňák a Ondrej Panák z I.L, pod vedením majstra OV Ing. Prekopa.

Prvý deň podujatia si žiaci vylosovali čísla, traktory a následne odišli trénovať na polia Agropodniku Mašovice.

Vo večerných hodinách sa súťažiaci presunuli do firmy AGRAZ, kde si vypočuli zaujímavosti o orbe a o modernej technike.

Na druhý deň oráči zložili sľub. Súťažiaci mali možnosť ukázať svoje majstrovstvo v orbe dvojradličným pluhom. Naši žiaci sa v silnej konkurencii nestratili a Michal Bližňák obsadil pekné 6. miesto. Napriek ťažkým terénnym podmienkam dokázali svoje majstrovstvo, za čo im patrí pochvala. Víťazom súťaže blahoželáme a veríme, že v budúcom roku budeme môcť ukázať svoju zručnosť v 15. ročníku tejto súťaže. *red.*

"Prírodná telocvičňa"

Realizáciou projektu podporíme pohyb a zdravý životný štýl širokej verejnosti rôznych vekových kategórií. Naším zámerom je združiť priaznivcov zdravého životného štýlu, spoločne vytvoriť komunitu ľudí, ktorá bude napĺňať svoje výkonnostné ciele. Do areálu SOŠ v Pruskom prinášame nový trend – exteriérové fitness stroje, ktoré pomôžu rozvoju pohybových aktivít.

Z finančných prostriedkov projektu sme zabezpečili nákup outdoorových zariadení a zrealizujeme súťaž pre žiakov školy.



Pravidelne sa zúčastňujeme športových eventoch na regionálnej i medzinárodnej úrovni.

Aktivity na ŠI

Naše sily nestačili na SOŠ Partizánske.

Dňa 19.9. 2018 sa uskutočnil futbalový turnaj žiakov zo školského internátu. Tento rok si naši chlapci zmerali sily aj s družstvom chlapcov SOŠ z Partizánskeho. Zápasy rozhodoval Mgr. Ľubomír Popluhár. Videli sme pekné zákroky, snahu o útočný futbal, množstvo šancí, ktoré sa nie vždy darili chlapcom aj premeniť.

Celkové výsledky:

- 1. miesto** - SOŠ Partizánske v zložení: D. Miko, J. Ďurej, J. Bobot, M. Obert, P. Jurík,
 - 2. miesto:** M. Pirt'án, J. Šiko, M. Pagáč, A. Kopčan, D. Podoba,
 - 3. miesto:** Ľ. Krajčí, A. Tichý, P. Gúčík, M. Dráb, R. Moravík.
- Športu zdar a futbalu zvlášť!**



IMATRIKULÁCIE V ŠKOLSKOM INTERNÁTE.

Tak ako každý rok, aj tento rok pripravili starší žiaci v internáte slávnostnú imatrikuláciu žiakov 1. ročníkov. Všetkých prvákov sme si na začiatok pekne označili. Nasledovali zábavné scény, na ktorých sa dobre pobavila a zasmiala i naša pani riaditeľka. Šikovnosť prvákov sme si samozrejme vyskúšali v rôznych zábavných súťažiach. Naši prváci sa popasovali s úlohami ako kŕmenie sa jogurtom, hľadanie lentiliiek v miske s namedovanou tvárou... Po ich zvládnutí mohli prejsť slávnostnou bránou, kde ochutnali „božský pokrm“, ktorý im veľmi „chutil“. Na záver sľúbili dodržiavanie študentských zákonov. V mene všetkých žiakov nášho internátu im prajeme veľa úspešných dní v našej škole a spokojné bývanie v internáte.

Nikolas IV.A



„Zažime radosť z učenia sa inak“

Stredné školy v zriaďovateľskej pôsobnosti TSK mohli aj tento rok využiť možnosť obohatiť štandardný vyučovací proces o **tematické zážitkové vzdelávanie**, na ktoré im zriaďovateľ poskytol **finančný príspevok**. Pre žiakov



našej školy z odboru podnikateľ pre rozvoj vidieka sme vypracovali projekt „Zažime radosť z učenia sa inak“. Cieľom projektu bolo poukázať na výchovu a vzdelávanie žiakov formou zážitkového vzdelávania. Ide o motiváciu a poskytnutie príležitostí k dosiahnutiu vedomostí, zručností a postojov k ochrane životného prostredia. Zážitkové učenie v edukačnom procese je jednou z najúčinnějších foriem učenia sa. Ide o iný prístup k učeniu, jeho cieľom je pozitívne vplývať na environmentálne povedomie žiakov. Zámerom jednodňovej akcie, ktorá sa uskutočnila dňa

26.9.2018, bolo priblížiť žiakom našej školy princíp ekologického hospodárstva v regióne Liptov, oboznámenie sa s údolnou vodnou nádržou Čierny Váh a SVE (Slovenské vodné elektrárne) prevádzka Ladce. Všetkým zúčastneným tejto akcie sa vytvorili skutočné spomienky, ktoré budú mať trvácnejší charakter. Farma Východná sa nachádza od Liptovského Mikuláša približne 20km, zameriava sa predovšetkým na bio chov hovädzieho dobytku a oviec za účelom produkcie mlieka. Jedným z investičných cieľov podniku je aj pestovanie liečivých rastlín a drobného ovocia. Vďaka výnimočnej kvalite mlieka z horskej oblasti Vysokých Tatier farma ponúka pod svojou značkou FARMA VÝCHODNÁ exkluzívne syrové delikatesy a lahodné prírodné syry, ktoré získali popredné ocenenia na slovenských aj českých súťažiach.

Čierny Váh je údolná vodná nádrž na Liptove, ktorá bola vybudovaná v 2. polovici 20. storočia. Je súčasťou systému priehrad Vážskej kaskády. Nádrž má objem 3,7 mil. m³ vody. Vodné dielo pozostáva z dvoch nádrží, horná nádrž bola vybudovaná na krasovej plošine Vyšné Sokoly v nadmorskej výške 1 160 m n. m., dolná nádrž je klasická údolná nádrž v nadmorskej výške 733 m n. m. Voda sa prečerpáva z dolnej nádrže do hornej a podzemnými prívodmi prechádza cez turbíny.

Realizáciou akcie „Zažime radosť z učenia sa inak“ sme prispeli k rozvoju environmentálneho cítenia našich žiakov. Akcia splnila svoj účel, žiaci sú obohatení o odborné vedomosti, splnilo sa ich očakávanie s pozitívnym ohlasom.



V piatok 28.9.2018 sa konal piaty ročník ekologického podujatia **GREEN DAY – Zelený deň**. Akcie sa zúčastnili žiaci z II.Z odboru záhradníctvo.

Štefan II.A

Zahraničná odborná stáž kynológov

V dňoch 24.9.2018 - 5.10.2018 v rámci projektu Erasmus+ Charta mobility pod názvom New roads-new skills (Nové odbornosti – nové cesty) sa žiačky študijného odboru agropodnikanie - kynológia z tried III. Ak, a. IV. M – Martina Ondrušková, Michaela Holá, Andrea Kohútová a Viktória Poliaková s pedagógom Ing. Jánom Zajacom zúčastnili odbornej stáže na Střední škole zemědělské a ekologické a Středním

odborním učilišti chladicí a klimatizační techniky v Kostelci nad Orlicí v Českej republike.



Počas dvojtýždňového pobytu sa študentky oboznámili s výučbou kynológie na danej škole, a to nielen na teoretických hodinách, ale aj na praktickom vyučovaní, zameranom hlavne na výcvik nemeckých ovčiakov v majetku danej školy, resp. na ich prípravu na základné skúšky v športovej i služobnej kynológii. V rámci praktickej prípravy sa študentky 29.9.2018 zúčastnili aj „Kynologického preteku“ podľa skúšobného poriadku ZZO, ZM

a ZVV1, ktorý organizoval miestny Kynologický klub v Doudleboch nad Orlicí. Spoločne s českými študentmi navštívili aj krajské strediská kynológie Polície ČR v Pardubiciach i Hradci Králové, kde sa oboznámili so špecifikami výcviku služobných psov – hliadkových, stopovacích i špecialistov na pachové práce.

Ako študentky odboru agropodnikanie si obohatili aj svoje odborné vedomosti z chovu malých hospodárskych zvierat, pretože sa aktívne zúčastňovali aj odbornej praxe zameranej na chov hydiny a králikov a získali i nové zručnosti z ošetrovania hovädzieho dobytku na miestnom poľnohospodárskom družstve. Aktívne sa zapojili aj do prípravy prezentácie hostiteľskej školy v rámci záhradkárskej výstavy „Zahrada východných Čech“, konanej v Častoloviciach.

Počas stáže sa oboznámili aj so zaujímavosťami Východných Čiech, keď navštívili starobylý Rychnov nad Kněžnou, zoologickú záhradu v meste Dvůr Králové či pekný ranorenesančný zámok v Častoloviciach.

Študentky sa zhodli na tom, že stáž ich obohatila nielen po stránke odbornej – zdokonalenie sa vo výcviku psov, resp. v chove hospodárskych zvierat, ale videli i mnohé prírodné, či historické

zaujímavosti východných Čiech, spoznali nových priateľov, vďaka čomu sa rozšíril aj ich spoločensko-kultúrny rozhľad.

Viki IV.M

Za odmenu výlet v zahraničí

Martin Kebísek, žiak II.Am, v súťaži o najlepšieho AGROMECHATRONIKA



v praktickej časti bol najúspešnejší a ako odmenu dostal od spoločnosti Komagrartechnik Marcelová, zájazd do Rostova na Done, ktorého sa zúčastnil s učiteľkou, Ing. Martou Štiffelovou, v dňoch 15.-17.10.2018. Výrobný závod ROSTSELMASH v Rostove vyrába mobilné poľnohospodárske stroje, ako sú kombajny, traktory a rezačky. Prehliadku závodu sme začali v múzeu poľnohospodárskych strojov, oboznámili nás s historickými strojmi NIVA, ktoré boli medzinárodne odmenené a známe v celom svete. Prezreli sme si výrobné priestory a oboznámili sme sa s výrobným procesom v jednotlivých dielňach, ako bolo vypaľovanie laserom, rovnanie, ohýbanie, montáž a videli sme kontrolu pneumomechaniky a hydrauliky kombajnu.

Martin II. A

Deň otvorených dverí SOŠ Pruské

Dňa 18. 10. 2018 sa konal v našej Strednej odbornej škole v Pruskom Deň otvorených dverí. Brány školy sa otvorili ráno o 8.00 hod. Návštevníkom sa prihovorila zástupkyňa riaditeľky školy, Ing. Ľubica Lašová, ktorá privítala prítomných i hostí



Školu počas tohto dňa navštívilo viac ako 970 návštevníkov z blízkeho i širokého okolia. Prišli nielen žiaci a učitelia zo základných škôl, ale aj ich rodičia a starí rodičia, bývalí absolventi školy, obyvatelia Pruského.

V každej triede boli pripravené rôzne aktivity - kvízy, súťaže, ukážky a predaj rozličných študentských výrobkov. Návštevníci si

mohli sami vyskúšať prácu s mikroskopom, titráciu, aranžovanie, jazdu na koni a zapojiť sa do športových aktivít v areáli školy.

Počas celého Dňa otvorených dverí sa konal v telocvični kultúrny program, ktorý si pripravili naši šikovní študenti pod vedením Mgr. Veroniky Stuhlovej.

V budove A, v kaštieli, mohli návštevníci vidieť ukážky slávnostného stolovania, aranžovania, cukrársku výstavu, remeselné výrobky, odborné učebne, spoznať ľudové tradície.

V átriu kašteľa sa konala aranžérska súťaž. Zaujímavosťou o históriu našej školy i staré poľnohospodárske náradie si mohli pozrieť galériu umiestnenú v pivnici.

V budove C zaujalo návštevníkov strihanie psov, výroba syra, ochutnávka smoothie, medu a miešaných nápojov, ktoré pripravovali žiaci z družobnej školy vo Valašských Kloboukoch. Zaujímavosťou o štúdium sa dozvedeli podrobné informácie od výchovnej poradkyne, Ing. Olgy Gézeovej.

V aule internátu mohli návštevníci vidieť výstavu ovocia a zeleniny pod názvom „Záhrada jesene“, v rámci ktorej bola zorganizovaná súťaž „O najkrajšie jablko“ a „O najkrajší plod jesene“.

Výstava Slovak Funeral 2018 v Trenčíne



Dňa 9. novembra, na 4. ročníku tejto netradičnej výstavy, ktorá sa koná každý druhý rok, nechýbali ani naši žiaci. Kristína Prekopová zo IV.A triedy a Štefan Gažo z II.Z triedy sa predstavili tvorbou futuristických smútočných prác, ktoré môžete vidieť na obrázkoch. Výstava sa konala v dňoch 8. - 10. novembra v priestoroch výstavniska.

„Ste múdry.

A to je jediný majetok, ktorý vám nikto nemôže vziať. Z múdrosti sa nedá nikto nijakým dekrétom vyst'ahovať.“

Jan Werich

Projekt „Aby člověk zůstal člověkem“

Dňa 23.10. 2018 sa žiaci druhých ročníkov zúčastnili prednášky v Múzeu holokaustu v Seredi a tiež navštívili Národnú radu Slovenskej republiky. Projekt bol zameraný na ľudské práva. Počas prednášky sme boli oboznámení s históriou tábora, kde boli počas Slovenského štátu zhromažďovaní Židia, o ich živote v táboch, o ich deportácii a o tom, ako ich zbavili všetkých práv: práva na slobodný pohyb, na vykonávanie povolania... a takisto ako im arizovali majetok.



Po prednáške sme si pozreli expozíciu, kde sme videli ako v tábore žili celé rodiny, ako aj dielne, kde museli vykonávať prácu. V tábore boli umiestnené tabule s menami Židov, ktorí zahynuli v koncentračných táborech, do ktorých ich doviezli v dobytčích vagónoch.

Potom sme sa presunuli do Bratislavy, kde sme boli oboznámení s fungovaním Národnej rady Slovenskej republiky. Prezreli sme si priestory a sledovali sme ako poslanci hlasujú o jednotlivých návrhoch zákonov. Po prehliadke sme sa zúčastnili besedy s predsedníčkou Výboru pre ľudské práva a národnostné menšiny pani Annou Verešovou. Žiakom vysvetlila čo je úlohou výboru. Venujú osobitnú pozornosť zákonom, ktoré upravujú činnosť nezávislých ľudskoprávných organizácií, akými sú Verejný ochranca práv, Slovenské stredisko pre ľudské práva, Ústav pamäti národa a iné. Následne sa študenti zaujímali o prácu poslancov a diskutovali na tému ľudských práv.

Svoj čas nám venoval aj poslanec NR SR a predseda TSK Ing. Jaroslav Baška. Vysvetlil nám fungovanie NR SR, hovoril o práci poslanca a odpovedal žiakom na ich otázky. Na záver sme skonštatovali, že je veľmi dôležité, ako poslanci hlasujú, pretože svojou prácou ovplyvňujú životy ľudí. Preto je dôležité, aby mladí

ľudia išli voliť a zaujímali sa o to, koho volia. Poďakovali sme mu za podporu z TSK, nakoľko túto aktivitu sme mohli absolvovať vďaka projektu Zážitkové učenie.

Les ako prírodné laboratórium



Dňa 6.11.2018 sa uskutočnila pre žiakov našej školy odborná prednáška s pracovníkmi Technickej univerzity zo Zvolena, Fakulty ekológie a environmentalistiky. Problematiku ochrany húb zaujímavou prezentoval Ing. Vladimír Kunca. „Les ako prírodné laboratórium“ predstavila žiakom Ing. Martina Ujházyová. Povodne, sucho, klimatické zmeny, skleníkový efekt priblížil Ing. Tomáš Lepeška PhD a pútavo vysvetlil žiakom na projekte

„Voda a krajina“. Realizáciou prednášky na uvedené témy sme tak pozitívne prispeli k rozvoju environmentálneho cítenia žiakov.

Vzdelávame sa v prírode



Raiffeisen banka vyhlásila výzvu s názvom " Gesto pre mesto". Projekt „Vzdelávame sa v prírode“ v ktorom sme boli úspešní, bol zameraný na skvalitnenie sociálneho a prírodného prostredia. Cieľom projektu bolo vytvoriť exteriérovú učebňu, kde sa budú vzdelávať a rozvíjať si vedomosti a zručnosti nielen žiaci našej školy, ZŠ, deti MŠ, ale i široká verejnosť. Podporíme tak

medzipredmetové vzťahy a projektové vyučovanie s využitím napr. tabletov.

Šikovní a manuálne zruční žiaci, pod vedením Ing. Františka Brehovského, zhotovili exteriérovú enviroučebňu z prírodných materiálov a odpadu. Touto cestou ďakujeme všetkým, ktorí podporili svojim hlasom náš projekt, a tak sme ho mohli úspešne zrealizovať.

Silná ruka stredoškólkov 2018 - Prievidza



V piatok 9.novembra Armwrestling Warrior klub Prievidza, pod záštitou Slovenskej asociácie pretláčania rukou, organizoval oblastné – západoslovenské finále stredoškólkov v pretláčaní

rukou. Miestom konania bol prievidský Energyfit na Ulici Mišúta v Prievidzi.

Našu školu reprezentovali 2 žiaci v rozličných kategóriách. Obidvaja žiaci boli mimoriadne úspešní, keď Natália Pohorelcová zo IV.A vyhrala kategóriu dievčat do 60kg a Jakub Illo z I.F, vyhral kategóriu chlapcov nad 80kg. Títo žiaci si zároveň zabezpečili právo reprezentovať našu školu na celoslovenskom finále 23.11. v Košiciach.

Za vzornú reprezentáciu našej školy patrí obom žiakom veľká pochvala a prajeme im veľa úspechov v ďalších súťažiach.

Vieme, že

- *pôvod štátneho sviatku 17. november - Deň boja za slobodu a demokraciu siaha do roku 1939, konkrétne do Protektorátu Čechy a Morava. Orgány Velkonemeckej ríše totiž 17. novembra 1939 zatvorili v Protektoráte všetky vysoké školy,*

- *Deň boja za slobodu a demokraciu ako štátny sviatok si 17. novembra pripomíname od roku 2001. Parlament 25. októbra 2001 schválil poslanecký návrh novely zákona o štátnych sviatkoch, pod ktorý sa podpísali poslanci SMK, KDĽ, DS a LDU. Dovtedy bol 17. november na Slovensku na rozdiel od Českej republiky len pamätným dňom.*

PREKLADATEĽSKÁ SÚŤAŽ „JUVENES TRANSLATORES“ 2018

Naša škola postúpila do hlavnej časti prekladateľskej súťaže „JvenesTranslatores“. Cieľom pre stredné školy je podporiť, zviditeľniť a oceniť jazykové vzdelávanie a inšpirovať mladých prekladateľov, aby zväzili kariéru v oblasti prekladu. Túto súťaž organizuje Generálne riaditeľstvo EK pre preklad a je určená 17-ročným žiakom SŠ zo všetkých krajín EÚ.

Súťaž sa uskutočnila dňa **22.11.2018**. Z našej školy sa súťaže zúčastnili 4 žiačky III.A triedy – **Sabína Dürešová, Nikola Kresáňová, Veronika Feriancová a Kristína Neuwirthová**. Žiačky prekladali zadaný súťažný text z **anglického jazyka do slovenského jazyka**. Preklady sa potom odoslali do databázy JvenesTranslatores do Bruselu. Generálne riaditeľstvo pre preklad



ohodnotí preklady a vyberie **jeden víťazný preklad z každého členského štátu EÚ**. Víťazi budú pozvaní na **slávnostné udeľovanie cien** do Bruselu na jar 2019. *Kristína III.A*

Abeceda zdravej výživy 10. časť

Rozhodli ste sa, že si vstúpíte do svedomia a začnete žiť zdravo?
Do jedálneho lístka zaradíte zdravé potraviny a začnete sa viac hýbať?
Kult zdravého tela je teraz celosvetovým trendom.

Motivácia je pri nastúpení na cestu za zdravým životom veľmi **dôležitým impulzom**. Sú dva druhy motivácie – vonkajšia a vnútorná. Vonkajšou motiváciou je obvykle túžba schudnúť a zapáčiť sa tak iným. Problémom je, že takáto motivácia je zväčša krátkodobá. Výborným nástrojom na dosiahnutie dlhodobého úspechu je vnútorná motivácia, čiže vlastné rozhodnutie, pri ktorom majú dôvody hlbší zmysel - páčiť sa sám sebe, zlepšiť zdravotný stav, rešpektovať etické dôvody- ochranu zvierat. Ďalším nástrojom je dosiahnuť viac energie, zvýšiť si sebavedomie, vyžarovať pozitívnu energiu a zvládnuť všetky úlohy a plány.

Ako dospieť k fyzickej a duševnej rovnováhe?

Základom sú:

- zdravá a vyvážená strava,
- pravidelný pohyb,
- dostatok spánku na regeneráciu,

- otužovanie a pohyb na čerstvom vzduchu,
- optimizmus a pozitívna energia.



Ako na to?

- **vymeňme nezdravé potraviny za tie vhodnejšie,**
- **obmedzme jednoduché cukry a tuky s nasýtenými mastnými kyselinami,**
- **náš jedálny lístok by mal obsahovať veľa zeleniny a ovocia; sacharidy pre doplnenie vlákniny (celozrnné pečivo a cestoviny, obilniny); bielkoviny (chudé mäso, ryby); zdravé tuky (olivový, repkový olej...).**
- **nezabúdajme na dostatok tekutín, najvhodnejšia je voda.**

ŽIACKA ŠKOLSKÁ RADA



- Tohtoročný DOD v škole mal veľmi pozitívny ohlas, všetci zamestnanci školy a žiaci sa pripravili a prezentovali sa s entuziazmom v rôznych aktivitách, čomu zodpovedajú kladné ohlasy žiakov, rodičov a návštevníkov.

- Naša škola bola vybraná na realizáciu projektu "Zmena si aj ty!". Ide o participatívny rozpočet, ktorý prideliuje Úrad splnomocnenca vlády SR v spolupráci s TSK v sume 1000€ na projekt, ktorý žiaci vyberú a zrealizujú na škole. Úlohou žiakov je vybrať študentský projekt z viacerých návrhov, ktorý si navrhnu žiaci a ten, ktorý dostane najviac hlasov žiaci v škole zrealizujú pod záštitou ŽŠR.

- Tento rok sa uskutoční 10. ročník Mikulášskeho bazára, ktorý sa bude konať dňa 6.12.2018 .

- Niektorí členovia sa zúčastnili aktivít, poriadaných RM TSK a stretnutia členov ŽŠR na TSK – stručne zhodnotili svoju účasť, ktorú hodnotili pozitívne a podľa tém bola aj prínosom pre zlepšenie ďalšej práce na škole. Nové skúsenosti získali žiaci aj v projekte "Predajme sa", ktorý bol zameraný na marketingovú stratégiu propagácie ŽŠR.

Mikulášsky bazár (10. ročník)



Kedy?
6.12.2018
Kde? Vežička,
budova A. Ako
sa zapojiť?

Ide o symbolický predaj čistých zánovných vecí

(oblečenie, hračky, funkčná elektronika, knihy). Prispieť môžu všetci žiaci i zamestnanci vecami, ktoré prinesú do 5.12.2018 do zborovne, ako i kúpou či dobrovoľným príspevkom. Veci môžete doniesť Ing. Bielikovej, Ing. Gézeovej a Ing. Lichvárovej. Garantmi akcie za ŽŠR sú I.M a IV.A. Tento deň si môžete vychutnať vianočný punč, ktorý pripraví školská akciová spoločnosť.

Výťažok je určený sociálne slabším študentom našej školy.

Vydala redakčná rada novinárskeho krúžku.

Vedúci krúžku: Ing. Oľga Gézeová

Jazykový redaktor: Mgr. Margita Košútová

Šéfredaktor: Kristína Martineková I.M

Redaktor: Nikolas Michalec IV.A

Foto: archív SOŠ Pruské
november 2018