

Čo alebo KTO ma robí šťastným?

ZUZUŠREČOK DARČEK ŠTEKLENIE HRAČKA SKÁKANIE
 NÁVŠTEVA PÍSMENKÁ HAM-MŇAM VEŽA ČITÁROV VYSVEDČENIE
 DOMÁCE ÚLOHY NAHÁŇAČKY TAJNO PESY BEE MAMINA
 ŠKOLA BRAČEK STARKÝ PÁVANIE ČITANIE BAZÉN PARÍŽ
 EIFFELOVA VEŽA HRY VONKU LYZOVANIE HVIEZDY KAŠIROVANIE
 BABKA STARKÁ KRESLENIE NÁKUPY PRÁSTARKÁ INFORMATIKA
 DRAK ŠESTO INFORMATIKA PSÍČEK VIANOČE SPIDERMAN
 STAVANIE SNEHULIAKA JANKOVA DREVÁREŇ NOVÉ OBLEČENIE
 HALLOWEEN KARNEVAL MŇAVKY NARODEMNÝ ZOO LETO
 VÁLANIE V SNEHU VTÁČIK MEMNY ČERNÝ PETER MDD
 VRTUŇNÍK KROKODÍL LETADLO HRY NA KĽAVIER KLAVIER
 PRETEKY KOLOBEŽKOVANIE GYMNASTIKY POHYBOVÁKA
 ANJEL V SNEHU DOVOLENKA EGYPT NEW YORK KAMIÓN
 FRANCÚZSKO HRA: HÁDAJ, KTO? CHORVÁTSKO VÝLET GRÉCKO
 LÁSKA RODIČOV HAD KÚPANIE BICYKLOVANIE KOLOTOČE
 DOM DUCHOV V AMERIKE CIRKUS DINOPARK SKATEBOARD
 SOCHA SLOBODY KÚPALISKO HRY S KARTAMI KÚPALISKO
 FORMULA PAPAGÁJ ROZPRÁVKY ŠTASTIE INÝCH GULOVANIE



Zvonček

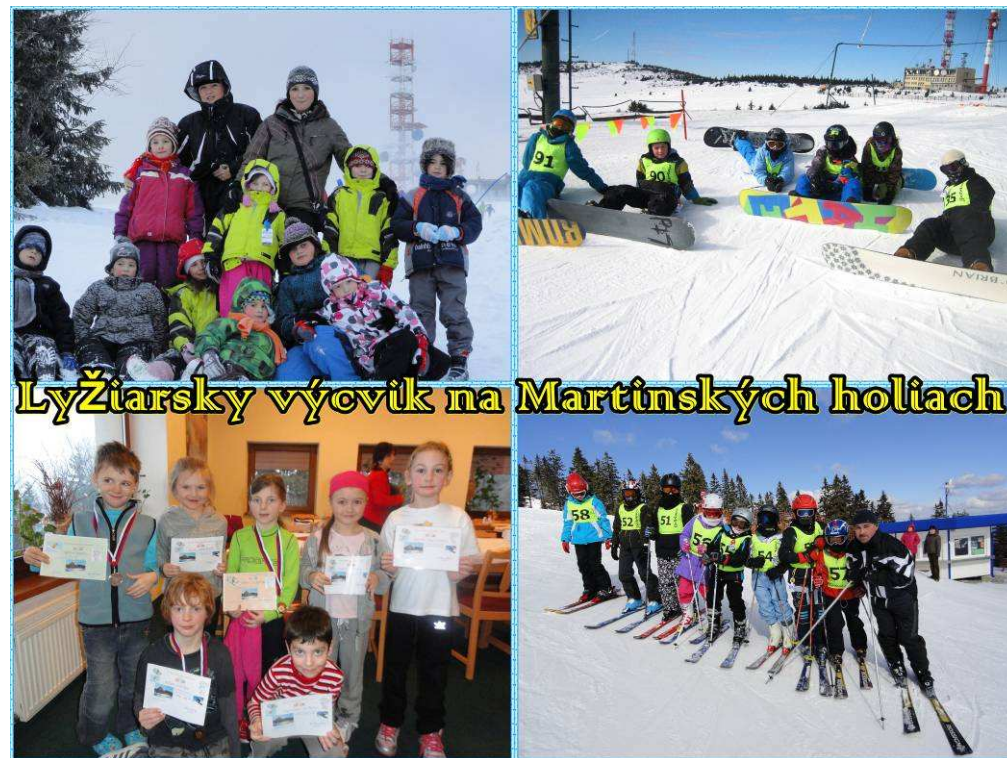
15 rokov
 2000-2011 jubilej 15-ročného vydávania časopisu Zvonček

Časopis žiakov SZŠ BellAmos vydáva Tlačová agentúra BellAmos TABA
 Zvonček je dvojnásobným držiteľom ceny Jožka Flaška za jeho vysokú úroveň
 a držiteľom ceny Syndikátu novinárov

Číslo 7/ročník 9

Marec 2011

Cena: 1,00 €



Lyžiarsky výcvik na Martinských holiach



OBSAH

Str. 1	Titulná strana
Str. 2	Pre začiatok
Str. 3	Hlavné správy BellAmos
Str. 4 - 9	15. výročie SZŠ BellAmos
Str. 10	Týždeň priateľstva
Str. 11	Fašiangový karneval v BellAmos
Str. 12-13	Ako prežiť školskú dochádzku
Str. 14	Testovanie hráčov vo futbalovej abecede
Str. 15	Šikanovanie v škole netolerujeme!
Str. 16	English Page
Str. 17	Sladká matematika trochu inak
Str. 18-19	Ako som sa dostala na Machu Picchu
Str. 20	Lyžiarsky výcvik v BellAmos
Str. 21	Okienko špeciálnej pedagogičky
Str. 22	15. výročie SZŠ BellAmos
Str. 23	Reklama
Str. 24	Niečo na záver...

Titulka

Lyžiarsky výcvik na Martinských holiach.

Jar v podaní Mária J. Halienu



Kto mal a má narodeniny?

Ema Mišovicová 1.SA	08.03.2004
Viktória Jeneiová 4.S	08.03.2001
Branislav Šutiak 8.S	09.03.1996
Karolína Janotová 3.S	09.03.2002
Dominik Ďubek 5.S	11.03.2000
Mikhail Berchik 1.S	11.03.2004
Ema M. Leclercq 2.S	15.03.2003
Ján Stehlík 2.S	15.03.2003
Lenka Búchalová 9.S	15.03.1996
Dominik Gajdoš 8.S	24.03.1997
Marko Búchala 6.S	24.03.1999
Matej Koniar 1.S	26.03.2004
Máριο J. Halienu 2.S	29.03.2002

Kto mal a má meniny?

Tomáš Pacera 5.S	07.03.
Tomáš Zavorský 5.S	07.03.
Tomáš Muntág 6.S	07.03.
Branislav Šutiak 8.S	10.03.
Adrián Cisárik 6.S	23.03.
Adrián Pacera 2.S	23.03.

Blahoželáme učiteľom

Narodeniny mali

Jana Muchová 25.03.

Meniny mali

Tomáš Krško 07.03.

Alena Šutiaková 27.03.

Jar v podaní Christiána Matejoviča



rozvoj zdravého sebedomia

rodičovský deň

individuálny a diferencovaný prístup k žiakom

rozvoj kreativity, spolupráce, riešenie problémov, zodpovednosti,

poznávacie výlety

nizky počet detí v triedach

využívanie netradičných, aktivujúcich a rozvíjajúcich vyučovacích metód

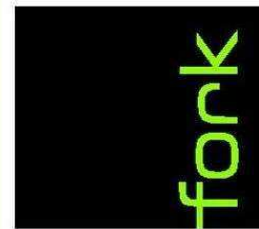
vikendové zážitkové aktivity

interaktívne vyučovanie prostredníctvom výpočtovej techniky a s využitím edukačných softvérov

Súkromná základná škola
BellAmos.sk
www.
Východná 18, MARTIN

✉ bellamos@mtweb.sk ☎ 043/ 42 21 605 📠 0907 10 10 23 📞 0905 64 48

Produkčná digitálna tlač



Tlačiareň
Grafické štúdio
letáky, plagáty, katalógy,
časopisy, knihy, vizitky,
oznámenia

FORK, s.r.o., Thurzova 16, 036 01 Martin
tel.: 043 / 422 01 39
www.fork.sk



S udalosťami ako keby sa pretrhlo vrece. Na besedu prišla k nám mladá **Japonka** Ayumi Manita, priamo z Tokia. Žiaci prežili zážitkové vyučovanie v Kremnici, Harmaneckej jaskyni, u hasičov, v čistíčke odpadových vôd, spoznávali horné Považie a najmä európske hlavné mestá – Bratislavu, Budapešť a Viedeň. V školskom stredisku sme zorganizovali Týždeň zdravej výživy v spolupráci s Ligou proti rakovine.

V okresnej súťaži Dni sv. Martina sme za kolektívnu výtvarnú prácu 4. S vyhrali DVD prehrávač.

V mikulášskej súťaži O najčervenšiu triedu zvíťazila 2. S trieda (91 kusov červeného oblečenia). Ceny sa nám len tak hrnuli: Európa v škole – ocenenie Tamara Mišagová, Boris Král, Saška Špiriaková; okresná súťaž v umeleckom prednese Zuzka Koniarová 3. miesto, Saška Špiriaková 2. miesto; matematická olympiáda Jakub Stehlík 2. miesto, Matej Minárik 3. miesto; Zlatá guľôčka – postup na celoslovenskú prehliadku Saška Špiriaková a Kristínka Jurčíková; 9 úspešných riešiteľov medzinárodnej matematickej súťaže Klokán; Pytagoriáda P4 – Martinka Valachová 1. miesto, Martin Miškolci 4. miesto; Hasiči očami detí – Simona Holková, Boris Král – ocenenie výtvarných prác; medzinárodná súťaž Bienále fantázie-ocenený Matej Ciran; Janka Leštinská na THM 4. miesto vo vrhu guľou.

Mimoriadne sa nám darilo v **projektoch**: „*Všetkým bez rozdielu*“ MDPaT – 100 tisíc Sk (dataprojektor, digitálny fotoaparát, notebook, biela keramickú tabuľu, interaktívna eBeam tabuľu). Projekt spolufinancovala firma MTWEB – Michal Thomka z Martina.

Zaviedli sme internet v dolnej PC. Projekt „*Digitálni štúrovci*“ – Jarná výzva 100 tisíc Sk – nákup notebookov a kvalitnej tabule.

Svoje umelecké vlohy deti ukázali vo verejnom vystúpení **Rozprávka Vianoc 2005** v spolupráci s reklamnou a umeleckou agentúrou AMADE POP v športovej hale na Podháji. Deti vystupovali s choreografiou Tanec snehových vločiek z muzikálu Zima okolo, teplo v nás. (autorky Renátka Špiriaková, Lenka Grendárová, Žanetka Žigmondíková a Peťka Paulíniová). Naše deti vystupovali po boku takých umelcov ako sú Júlia a Peter Hečkovci, Tublatanka, Peha, Twinsky, Lucka Vondráčková či majster N. Vznikla pilotná pieseň k novému muzikálu Janko Hraško ešte žije, pieseň Hraškulčatá, s ktorou vystúpili naši žiaci na vyhodnotení celoslovenskej súťaže Janko Hraško ešte žije.

Školský rok vyvrcholil premiérou spomienkového **muzikálu Vo farbách dúhy** v kine Strojár a slávnostným spomienkovým bulletinom s rovnomeným názvom. Po dobrých skúsenostiach sme ukončili školský rok v škole v prírode opäť na Planinke.

Množstvo výletov, nočná hra, zvieratká, lyžiarske preteky na tráve... to všetko patrí k zážitkom, na ktoré sa nedá zabudnúť. A tak sme si opäť pri bilancovaní roku povedali: „*V BellAmose je naozaj každý z nás v niečom najlepší.*“

pani riaditeľka Anna Thomková



🔔 Naši deviataci majú za sebou už tú najťažšiu skúšku – Celoplošné testovanie deviatakov. Veríme, že úspešne. Výsledky uverejníme v aprílovom Zvončeku.

🔔 Pani riaditeľka aj v tomto čísle Zvončeka spomína na predchádzajúce roky v BellAmos. Viac na stranách 4 – 9.

🔔 Na strane 10 sa môžete dozvedieť, ako sme v BellAmos prežili Týždeň priateľstva.

🔔 I v BellAmos sme zažili naozajstný fašiangový karneval. Viac na strane 11.

🔔 Pani učiteľka Helka Ogureková otestovala svojich malých futbalistov vo futbalovej abecede. To, ako dopadli sa dozvieme na strane 14.

🔔 V našej škole šikanovanie netolerujeme! Pani učiteľka Muchová zisťovala medzi žiakmi viac. Čítajte na strane 15.

🔔 Pani učiteľka Katka Orelová pokračuje vo svojej cestopisnej reportáži z Uruguaja. Viac na stranách 18 a 19.

🔔 Týždeň plný lyžovania sme zažili spoločne na Martinských holiach. To, ako sa nám páčilo si môžete prečítať v niektorých názoroch od detí na strane 20. Fotografie nájdete na našej webovej stránke www.bellamos.sk v sekcii Fotogaléria 2010/2011.

🔔 Aj v tomto čísle Zvončeka sa môžete tešiť na pravidelné rubriky.

🔔 Na strane 16 si môžete zdokonaľiť svoje anglické čítanie v rubrike English Page.

🔔 Matematické schopnosti a logické myslenie si môžete cibriť na príkladoch od pani učiteľky Majky Debnárovej v rubrike Sladká matematika trochu inak. Strana 17.

🔔 Špeciálna pedagogička Betka Gažová aj tentokrát pripravila pre vás zaujímavé Okienko špeciálnej pedagogičky. Viac na strane 21.

🔔 Všetkým prajeme krásny jarný mesiac marec!

Záhrada so srdcom, záhrada s dušou...

Komplexná realizácia a rekonštrukcia záhrad na odbornej úrovni - trávniky, výsadba, jazierka, závlahový systém, kamenné plochy, múriky, údržba a ošetrovanie ovocných stromov, poradenstvo. Dlhoročné skúsenosti, individuálny prístup.

0908 554 850
0918 400 901

pavel.herbrych@gmail.com

Rok deviaty – Rok prvých deviatakov, rok prvého Monitoru – 2004/2005

Tak tento rok sme sa asi po prvýkrát nesťahovali, ale leto bolo aj tak rušné. Prebiehali stavebné úpravy na schodištiach, ktoré sme uzatvorili na západnom aj východnom krídle a namontovali sme kameru a automatického vrátnika. Sme konečne **plneorganizovaná škola** a máme prvých deviatakov! Triedu potulných Shakespeareových hercov. Vynovil sa učiteľský zbor – v prvej triede Peťka Paulíniová, v piatej Lívia Haštová, v deviatke Janka Muchová, prírodné vedy objavovali deti s Mariankou Vagaskou a Martuška Smirnovová zaúčala deti do tajov zemepisu. Zahraničných študentov vyučovala v anglickom jazyku odborné predmety Majka Véghová. Od marca nastúpila na miesto učiteľky AJ Maruška Dorková. Na civilnú vojenskú službu nastúpil v jeseni Ľubko Žila, pomáhal v Jankovej drevárni, učil a pracoval v PC učebni. (A to ešte vtedy ani netušil, že si u nás nájde manželku!). Pribudlo 12 nových prváčikov – Peťko Barborík, Laura Pavlíková, Kristínka Jurčíková, Filipko Marschal, Adamko Figura, Branko Bernát, Paľko Sabó, Veronika Vagaská, Lucka Valachová, Saška Špiriaková, Borko Král' a Davidko Zimmermann. Do druhej triedy pribudli dvojčatá Karin a Natálka Martinkové, neskôr Zuzka Koniarová, do tretej Edko Šuster, do štvrtej Laura Figurová a Connor Smale, do piatej Adam Lúčanský, do šiestej Jordan Smale a neskôr Zuzka Haščáková, medzi siedmakov pribudol Tomáš Gerát, do ôsmej sa opäť vrátila Katka Zelenayová a prišla Janka Leštinská a rady deviatakov rozšírila Lucka Čanalóšiová. Zo školského klubu sa stalo **Školské stredisko záujmovej činnosti**, ktoré začalo ponúkať pestrú krúžkovú mimoškolskú činnosť - TABA, Jankova dreváreň, Dobrotáreň, Mladý futbalista, Mladý atlét, Salón BellAmos, BellAmos Kvartet šport, BellAmos ART- Maľujem svoj svet, BellAmos ART – hudobné oddelenie, Mladý zdravotník, Minifutbal... Jeseň sa začala na prvom stupni **jesennou hrou** Od Atlantického k Tichému oceánu. Odohrávala sa síce v Jahodníckych hájoch, ale išlo o tuhý súboj výprav medzi triedami, ktoré hľadali kľúče k pokladu. Druhostupniari hrali hru Ktorá trieda je najvšestrannejšia. Zvíťazili ôsmaci pred šiestakmi a piatakmi. Hru pripravil na rozlúčku s BellAmosom pán učiteľ Maľko Thomka. Celý rok pokračovali nezabudnuteľné **cyklotúry** pod vedením Janka Barana – Jasenská dolina, Vrúcko, Sklabinský hrad, Slovianska dolina... Spolu s ním súputníci Tino Klimáček, Juro Gabriel, Ad'a Dírerová, Tomáš Gerát, Miro Čarný, Maľo Zachar a ďalší... Dnes už takých nadšencov nemáme. Ad'a Dírerová nazvala túto skupinu „**elitná skupina**“. **Jesenná atletická liga** síce nepriniesla rekordy, ale nové víťazstvá – majstrami školy sa vo svojich kategóriách stali Majka Amiridu, Stanko Bernát, Niko Pedan, Chantal Franková, Juraj Uhrík a Ad'a Dírerová. Na jar to boli opäť Majka Amiridu a Stanko Bernát, na II. stupni Katka Zelenayová, Saša Hakelová, Juro Valášek a Juro Uhrík. **Plaveckým majstrom** na I. stupni sa stal Boris Bágel a Majka Amiridu, na II. stupni Tomáš Gerát, Jordan Smale a Katka Zelenayová.



Ako zvládať stres

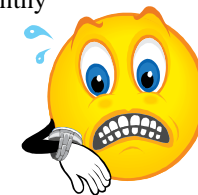
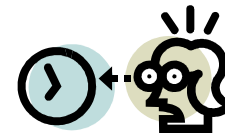
V dnešnej dobe veľmi často počujeme vety „som v totálnom strese“, „bol som vystresovaný“, ale čo ten stres vlastne je?! Pre každého jedného z nás môže byť stresujúce niečo iné... určite to dobre poznáš - potia sa Ti ruky, búši Ti srdce, v hrdle máš hrču, možno Ťa bolí brucho alebo hlava, trasú sa Ti kolená apod.

Stresom (tieseň, tlak) bežne nazývame vonkajšie ohrozujúce situácie, ale tiež aj príznaky/prejavy, ktorými telo na tú situáciu reaguje. Vonkajšie spúšťače (písomka, skúšanie, hádka rodičov, návšteva zubára...) označujeme ako stresory. Reakcie na ne voláme stresové reakcie.

Keď stres na nás pôsobí dlhší čas, môže nám spôsobiť vážne ochorenia alebo nás tak unaví, že sa nám nič nechce, rýchlo sa vzdávame, utiahneme sa – stratíme chuť do života. Preto je veľmi dôležité nielen sa naučiť stres zvládať, ale stresu predovšetkým predchádzať (napríklad tak, že sa doma dôsledne pripravím do školy a pred hodinou nezažívam stres „Vyvolá ma? Nevyvolá ma?“ ☺).

Ako zabrániť stresu?

- nauč sa relaxovať
- myslí pozitívne
- vzniknutý problém rieš ihneď
- nepríjemné veci rieš ako prvé
- maj pod kontrolou svoj čas, používaj diár, zápisník/rob si plán
- urči si priority, čo je pre Teba najdôležitejšie a tomu venuj svoju pozornosť
- nesnaž sa splniť všetky požiadavky, nesnaž sa byť stopercentný
- teš sa z toho, čo máš tu a teraz
- sústreď sa na to, čo práve robíš



Ako žiť bez stresu?

- pravidelne a zdravo sa stravuj
- dopraj si dostatok spánku
- športuj alebo vykonávaj fyzickú aktivitu, ktorá Ťa baví, z ktorej máš radosť
- za dobre vykonanú prácu sa odmeň
- smeľ sa, zabávaj sa
- preži každý deň niečo pekné

„Počíta sa to, čo som urobil, nie to, čo som mohol urobiť, alebo čo som neurobil.“
(stará ľudová múdrosť)

Veľa radosti a málo stresu Vám braie **Betka Gažová. špeciálna pedagogička ☺**



..... hore na Martinské hole sa išlo bez problémov. Prišli sme na chatu, zložil som si lyže do lyžiarny a išiel som si pozrieť izbu. Potom som sa bol na chvíľku prejsť s otcom a bratom ku starej lanovke. Po chvíli prišiel Raš'o a potom aj Adam. Vybali sme sa a išli na obed. Na chvíľku sme si oddýchli a podvečer sme sa boli prejsť ku vysielacu. Ráno sme mávali budíček o 7:30. Na raňajky boli švédské stoly. Po raňajkách sme sa umyli a obliekali, aby sme mohli vyraziť na svah. Na recepcii to bol trochu chaos, všetci naobliekaní, v lyžiarkach aj s lyžami. Ku svahom bola cesta celkom dlhá a únavná. Hore pri vleku sme si zapli lyže a vyviezli sme sa hore, kde sme sa všetci stretli a dohodli, čo a ako. Vlastne každý deň bol skoro taký istý (mne to vyhovovalo). Predpredposledný deň boli preteky, na trati bol už len ľad a bránky boli podľa mňa strašne zle rozmiestnené. Predposledný deň bolo vyhodnotenie a beseda s Horskou záchrannou službou. Na pretekoch som bol prvý. Posledný deň sme sa boli doobeda lyžovať, ale bola strašná hmla, snežilo a sneh sa topil. Ale zato obed bol vynikajúci, parené buchty plnené čokoládou a posypané Grankom. Mňam ☺. Keď sme išli dole, tak sme si museli trochu počkať, lebo bolo ešte málo hodín, cesta bola hrozná, lebo bola zľadovatená. Toto bol podľa mňa veľmi vydarený lyžiarsky výcvik a teším sa na budúci rok.

Borko Kráľ, 7. S

Lyžiarsky výcvik bol na Martinských holiach. Ubytovali sme sa v hoteli Martinské hole. Prvý deň sme sa nelyžovali, ale v ostatných dňoch áno. Večierku mal prvý stupeň o 21:00 hod. a druhý stupeň mal večierku o 21:30 hod. Budíček sme mali o 7:30 hod., predposledný deň boli preteky. U chlapcov na II. stupni bol prvý Boris Kráľ, u dievčat Sárka Kušnierová. Potom sme si mohli vybrať nejakú cenu, ja som si vybrala zápisník. Veľmi sa mi páčil. Posledný deň sme ešte lyžovali a potom sme išli domov.

Emka Schovancová, 5. S

A čo na lyžiarsky výcvik hovoria niektorí žiaci prvého stupňa?

Samko Schovavec: Mne sa najviac páčil hotel, skákací hrad a herňa. Svahy boli pekné a bolo krásne počasie. Varili tam výborne. **Matúško Richter:** Ubytovanie bolo dobré, páčila sa mi herňa. Dobre varili a svahy a lyžovanie bolo výborné. **Maťko Smerek:** Páčila sa mi herňa, svah, jedlo, lyžovanie a ubytovanie. **Matúš Androvič:** Páčilo sa mi, že sme sa prvý deň nelyžovali, ale že sme sa prechádzali. A páčil sa mi aj vlek a bazén. **Riško Kríštofik:** Páčilo sa mi lyžovanie, lebo bol pekný svah. A jedlo a jedáleň boli tiež veľmi dobré. **Lea Steinerová:** Mne sa najviac páčili preteky. **Sandra Holková:** Mne sa páčila diskotéka a lyžovanie. **Anitka Paulíni:** Najlepšie bolo lyžovanie. **Zuzka Buksová:** Ubytovanie bolo najlepšie.



Dievčatá (Lenka Štípalová, Dominika Lukáčová, Chantal Franková a Ivetka Čarná) obhájili svoje prvenstvo v stolnom tenise v okresnom kole a postúpili do krajského kola, kde sa umiestnili na krásnom 4. mieste. V druhom ročníku basketbalového turnaja O pohár riaditeľky BellAmos zvíťazilo družstvo učiteľov z martinského GVPT.

Jednoznačne najvýznamnejšou udalosťou bol decembrový **muzikál Príbeh Ferda Mravca** – muzikál o cene priateľstva. Naša Dajka zase to svoje priateľstvo potvrdila. Nedajú sa vyčíslíť hodiny a hodiny strávené v tomto projekte. Aspoň pár čísel: 75 účinkujúcich detí, 8 v hlavných úlohách vybraných konkurzom, 12 piesní z vlastnej tvorby, 5 vlastných tanečných choreografií, 9 mesiacov tvrdej práce, 10 hodín výberu hudby na choreografie a veeeeeeeeeeľa hodín strávených v hudobnom štúdiu. Jedna premiéra v kine Strojár, dve reprízy pre verejnosť, ďalšia repríza na jar... a obrovská vďaka všetkým učiteľom, ktorí na muzikáli pracovali a aj hlavným postavám Lienke - Majke Amiridu a Ferdovi - Jurkovi Valáškovi.



V decembri sa uskutočnili nádherné vianočné trhy. Predali sa všetky výrobky z Jankovej drevárne aj výrobky zo Školského strediska. V januári sme boli na tradičnom lyžiarskom výcviku. Bývali sme na Chate Martinské hole a zažili sme veľa zaujímavého. Výlet na turistickú útulňu Kanada, psie záprahy, ktoré nás povozili po celých Martinských holiach a super preteky. Víťazom na baby vleku sa stal Lukáško Nemčok a Jordan Smale, obrovský slalom a absolútne víťazstvo si odniesla Nadine Muchová, na prvom stupni Stanko Bernát a na druhom Ad'a Dírerová. Víťazom v snowboarde sa stal Michal Rusnák. Počas PN Vlada Nemca, ktorý si roztrhol achilovku pri basketbale, učil za neho niekoľko týždňov Maťko Thomka, ktorý bol s nami aj na lyžiarskom výcviku. Po lyžiarskom výcviku pokračovala s Jankom Baranom a Maťkom Kubišom až do jari večerná škola lyžovania a snowboardovania v Jasenskej doline.



Akcii a zážitkového učenia bolo počas roka viac než dosť. Stretnutia a rozhovory so spisovateľmi Lubomírom Feldekom, Petrom Holkom, Danielom Hevierom, historikom Pavlom Dvořákom, básnikom a textárom Kamilom Peterajom, hudobníkom Kulym z Desmodu, návšteva rádia Rebeka s Marcelom Hanáčkom, účinkovanie v Slovenskom rozhlase v relácii Hala-bala s redaktorkou Marianou Kovačechovou, rozhovor v Rebeke so Zuzkou Vnučákovou o vzťahu učiteľ - žiak. Netradičné vyučovanie zažili žiaci v starobylej Nitre, historických Košiciach a najmä v Prahe.

Šikovnosť našich žiakov sa prejavila aj v súťažiach nielen na školskej úrovni, ale aj vo vyšších. Lenka Štúpalová získala II. miesto v prestížnej celoslovenskej autorskej súťaži Literárny Kežmarok; Mafalda Branco Hrušková získala najvyššie ocenenie v celoslovenskej kartografickej súťaži Veľa krajín, jeden svet; naše mladé zdravotníčky sa umiestnili na II. mieste v okrese, do krajského kola postúpili vo výtvarnej súťaži o hasičoch Kristínka Chrenová a Michal Sukup. V okresnej geografickej olympiáde sa najlepšie umiestnil Juraj Valášek na 5. mieste, v okresnej olympiáde v AJ mala 6. miesto Ad'ka Dírerová. Zabodovali sme aj v speváckych súťažiach. V Zlatej guľôčke sa Saška Špiriaková dostala medzi 8 najlepších v okrese a reprezentovala nás na Folklórnych slávnostiach Turca. Prvýkrát sme sa zapojili aj do charitatívnej akcie Deň narcisov.

Športom žila škola celý rok – netradičný SKI snowboard CROSS, majstrovstvá školy v streľbe zo vzduchovky, cyklistické preteky CrossCountry s jazdou na motokárach za účasti automobilového pretekára Vladimíra Rolíka, 3. miesto v súťaži Mladý futbalista, zlato v okresnej atletickej súťaži pre Majku Amiridu... Oblíbené boli víkendové a prázdninové turistické akcie s Jankom Baranom na Slamkovom laze, Javorinke, v hrube Kanada, na poľovníckej chate pod vrchom Janková. Nezabudnuteľná bola škola v prírode na Planinke pri Trnave, kde sme navštívili zrúcaniny kláštora sv. Katarínky, hrad Dobrá voda, jazdili na koni, lovili ryby, odohrali majstrovstvá školy v stolnom tenise (Lenka Štúpalová a Ad' Janiga boli absolútni víťazi). Víťazom súťaže Kto prežije sa stal Tomáš Jambor, Miss Fantázia Lucka Valachová a Mister Stanko Bernát.

Rodičovské združenie nám poskytlo financie z 2 % z dane a škola zakúpila zvukový aparátúru s mixážnym pultom a tromi mikrofónmi, 10 krásnych nových stolov do Jankovej drevárne, hoblicu a skrinku na náradie, mapy všetkých svetadielov, mikroskopy a množstvo pomôcok na biológiu, fyziku a chémiu.

V projekte Infovek sme získali 100 000 Sk na modernizáciu PC učebne a v projekte SPP 55 000 Sk, z ktorých sme zakúpili elektrické premietacie plátno. Ďalších 10 PC zostáv sme získali z Rotary klubu zo Žiliny v rámci osláv 100 rokov hnutia Rotary International. V závere školského roku sme pasovali našich prváčikov za rytierov Abecedelandu. Peťka Paulíniová a Ľubko Žila premenili počas víkendu triedu na krásnu hradnú sieň a do krajiny Abecedeland vpravovali nových rytierov.

V BellAmose je taký hektický život, že sa ľudia častokrát pýtajú, že kedy učíme. A veruže učíme! Bola si to v novembri 2004 skontrolovať aj tretia komplexná inšpekcia. Piatí školskí inšpektori urobili 29 hospitácií, inšpekčné testy, kontrolovali dodržiavanie platnej legislatívy a predpisov. S výsledkom inšpekcie sme boli veľmi spokojní, vysoko boli ocenené výsledky vo vedomostných testoch, využívanie progresívnych metód vo vyučovaní. Viac na www.bellamos.sk.

(Fotky z akcií prinášame na nasledujúcej strane.)

Z hlavného mesta sa musím dostať do turisticky najnavštevovanejšieho miesta Peru. A naspäť kľudne aj cez Bolíviu. Samu žila pol roka v Bolívii a vraj sa nemám čoho báť. Síce nevie, ako odtiaľ chodia autobusy do Argentíny, ale do Paraguaja vraj každý deň... A keď som zistila, že cena lístka z Buenos Aires do Limy nie je vôbec vysoká, už mi nič nemohlo stať v ceste za vytúženým miestom.

Katka Orelová



Ako ma vôbec napadlo dať sa na toto dobrodružstvo?

Mala som našetrené voľné dni, peniaze a za pár týždňov som mala opustiť Uruguay. Odletieť z Južnej Ameriky spať do európskej vyspelosti, komfortu, stresu, zákonov a pravidiel. Jasné, že som chcela vidieť a zažiť toho čo najviac a to najlepšie, čo Južná má. Čo to je?

„Daniiiiiiii... „Zaklopem oproti na obrovské dvere, spoza ktorých počuť hlasnú alternatívnu uruguajskú hudbu.“ „Siiiiiiiii“ „Dani, puedo?“ „Claaaaaro, Katka, vamo“, a hodil ten jeho „očarujúci“ úsmev...

Dostala som na výber: Patagónia, Iguazu, krásy Uruguaya. Rozmýšľala som a nesmelo som sa spýtala na Machu Picchu. Prikývol. Nemala som ani najmenšiu predstavu, čo to môže obnášať, a predovšetkým som potrebovala vedieť, či by to bolo reálne zvládnuť – fyzicky, finančne, časovo.

Dani mi urobil plán – NUEVO PLAN A MACHU PICCHU. Nevedela som sa dočkať, kedy mi ho ukáže. Ide sa: z Montevidea do Parany. Tam prespať a ráno do Cordoby autobusom Zenitom. Z Cordoby večer do Salty – Mercobusom.

Cez deň si prezrieť Salta a o pol noci do La Quiaca. Z La Quiaca prejsť pešo do Vilazónu, na hranicu s Bolíviou. Odtiaľ sa ísť nechať očariť Uyuni. Z úžasnej púšte vlakom do Orura a odtiaľ do hlavného mesta Bolívie – La Pazu, stráviť tam jeden deň, odviesť sa na hranice s Peru a odtiaľ do Cuzca. Z Cuzca do Sta. Marie a potom do St. Teresy a odtiaľ je už naskok do Aqua Calientes. Aqua Calientes je cieľ. Je to dedinka pod mystickou horou.... a naspäť cez Paraguay a Iguazu a naprieč celým Uruguayom.

Cestovanie cez Bolíviu a Paraguaj sa moc naplánovať nedá, autobusy nemajú stanovený pevný čas. A ak áno, tak nik nezaručí, že to platí.

Dani takto cestoval dva mesiace. Ja som mala asi 16 dní. Prešlo ma nadšenie, aj odhodlanie. Tie názvy som nevedela ani vysloviť a Bolívia a Paraguay ma trochu desili. Keby som aspoň mala ísť s kým... aj Dani vraj šiel sám a tam prišiel so šiestimi novými známymi. Vraj na Machu Picchu stále niekto cestuje a potom sa vraj k nim mám len pridať... Pravdupovediac, moc sa mi to nepozdávalo.

Pomaly som sa začínala zmierovať s tým, že sa budem túlať po pobreží Uruguayu a Machu nevidím. Kým mi dievčatá – Marta, Fede a Samu nepovedali, že z Buenos Aires chodí autobus priamo do Limy – hlavného mesta Peru a odtiaľ zas priamo do Cuzca. Vraj je náročné sedieť pár dní v jednom autobuse, ale určite je to bezpečnejšie a jednoduchšie. Jupíiii, veď to by bolo super, keby som nemusela v každom meste prestupovať!

V Guilforde som si požičala knižku o Peru, ďalšiu o Južnej Amerike, a začala som prezeráť mapy a obrázky o Machu Picchu. Áno, chcem tam ísť. Veď je to jednoduché. V Buenos Aires som už bola. A odtiaľ ma autobus pekne odvezie do Limy. Ani trochu mi nevadí, že to bude trvať niekoľko dní. Aspoň nezablúdím.



Rok desiaty – Rok jubilejný – Rok prvej stovky, rok najväčšieho pohybu - 2005/2006

Prípravy na jubilejný desiaty rok prebiehali celé leto. Konečne sme získali aj prízemie, kde boli priestory Juniorskeho klubu. Parketovú sálu rozobrali, ostala nám zničená podlaha, ktorú sme sa snažili v priebehu roka upraviť. Zamurovali sme dvere z terajšej zborovne do novej dolnej PC učebne, opravili sme steny, namontovali žalúzie.

Pod počítače z Rotary klubu sme zakúpili nové stoly a aj dve nové PC zostavy, prerobili sme elektroinštaláciu. Kompletne sme prerobili Jankovu dreváreň, ktorá dostala krásne nové stoly zo Svarepca a presťahovala sa z II. poschodia na prízemie na západné krídlo. Aj výchovná poradkyňa dostala novú kanceláriu. Školské stredisko dostalo priestory pre činnosť II. stupňa, opravili sa všetky závady v triedach. Tri triedy dostali nové keramické tabule a v celej škole bolo namontované bezpečnostné zariadenie. Školský rok sa začal 5. septembra.

Po prvýkrát sme otvorili dve prvé triedy - Triedu kráľa Abecedára s 10 žiakmi (Erik Bakala, Denis Liner, Filip Fašiang, Simona Holková, Viktor Chladnuch, Lukáš Lencsés, Denis Círan, Nicolas Novocký, Cindy Paľová a Viktorica Richterová s triednou učiteľkou Lenkou Grendárovou) a Triedu Víly Abecedy (Peter Barborík, Marko Búchala, Adrián Cisárik, Michal Kráľovský, Erik Zachar a Tamara Mišágová s triednou učiteľkou Martuškou Smirnovovou). V tretej triede pribudla Kristínka Krupcová, Kristína Michalíková, Dušan Kovačka a na jar Jakub Fedák, u štvrtákov Martin Bukva a Boba Kutlíková, k piatomu prišiel Radko Krupec, po novom roku sa vrátil z Ameriky Viliam Kubík a prišiel Juraj Hamza, k šiestakom prišla Nikolka Kovačková, neskôr Filip Ťaptík, k siedmakom pribudol Matej Círan, Kornélia Hnilicová, Petra Kutlíková a vrátila sa Lenka Pokorná, ôsmakov posilnil Michal Cisárik a deviatakov Slavo Bročko, Michal Hanzel a od januára Martinka Kozáková a Juraj Fiala. Rozšírili sa aj rady učiteľov – po materskej dovolenke sa vrátila Lenka Grendárová, prišla nová zemešiarica Vierka Tomášiková, angličtinár Adam Zorkócy, (Kim Smale vyučovala anglickú konverzáciu), informatik Tomáš Krško, vychovávateľka Alenka Šutiaková.

V lete sa nám vydala Zuzka Vnučáková a tak dostala nové meno – Herbrychová. Jej manžel Pavel je z ďalekého Jičína z Čiech. Mirka Grzybová odišla po polroku do Anglicka a na materskú dovolenku nastúpila aj Zuzka Herbrychová, ktorá presne na Sviatok práce 1. mája porodila syna Jaška. Na zastupovanie sa vrátil z Prahy na pár mesiacov pán učiteľ Matej. Počas Peťkinej PN zastupovala druhákov Vierka Khuebachová.



Sladká matematika or matika BellAmosákov

A tú sú mená šikovných žiakov, ktorí sa neboja popasovať s úlohami. A nielen popasovať, ale ich aj premôcť. Právom si zaslúžia pochvalu a odmenu.

Úspešní riešitelia:

Adam Figura, 7.S

Denis Círan, 6.S

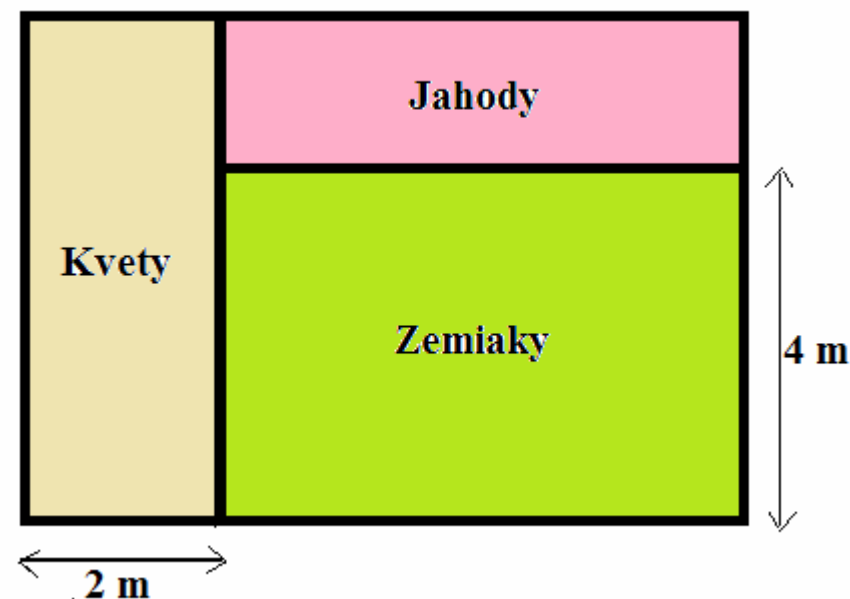
Martin Juraj Šutovský, 6.S

Správna odpoveď príkladu z predchádzajúceho kola:

Chlapci išli priemernou rýchlosťou 30 km/hod.

Zadanie novej úlohy:

Záhrada má obvod 26 metrov a je obdĺžnikového tvaru (obrázok). Je rozdelená na tri obdĺžnikové záhony. Kvety sa pestujú na záhone širokom 2 metre. Obvod tohto záhonu je 16 metrov. Záhon so zemiakmi je široký 4 m. Aký obvod má záhon s jahodami?



Na vašu správnu odpoveď sa teší pani učiteľka Majka Debnárová
(do 25. apríla 2011)

Hi kids,

Seasons are changing, we can officially say the spring is here. Winter is gone, but some of us were lucky and enjoyed the last days of snow. We spent sunny days on Martinky. Unfortunately several children got sick and had to leave earlier. That's part of life, oh well. I'm very surprised by the fact how many of you can ski, especially the first graders. It is so cool to watch the little ones speeding down the slopes. Good for you! Keep up the physical fitness. Speaking about activities, be careful when you get on your bicycles, scooters or rollerskates. Maintenance, yes my friends, very important. Things are covered with dust and rust after long winter months. So before you start racing and riding, check all the wheels, chains, brakes and various gears. Soak them with oil, lubricants or WD40. Safety first! Another advice. Many of you will work in the gardens, watch for cool wind. This time of year it seems warm, especially during midday, but it's just cold as in the shade, so don't sit there. And keep your clothes on, you can catch the cold or flu very easily. Nobody wants to stay in bed with running nose, sore throat and fever when everybody else is having fun outdoors. Stay healthy and fit!!!

Adam Zorkócy



Ako som už v nadpise naznačila, bol to rok veľkého pohybu detí, pedagógov a udalostí. A tak v desiatom roku 10 NAJ udalostí: **1.** V novembri nám pribudli traja žiaci – súrodenci Romana a Marek Balúnovci a Tomáš Lilge. Marek sa stal STÝM ŽIAKOM našej školy. A tak sme v jubilejnom desiatom roku prekročili **magickú hranicu 100** (a ja som si splnila svoj sen ☺) **2.** Zaviedli sme **elektronickú žiacku knižku** pre žiakov II. stupňa ako prví v okrese MT. Písali o nás aj v NŽT a volal nám aj redaktor z TASR. **3.** Časopis Zvonček získal v súťaži školských časopisov **Cenu Jožka Fľaka** za jeho vysokú úroveň. **4. Zápis** bol rekordný, zapísali sme 23 budúcich prváčikov. **5. Monitor** z matematiky o takmer 10 % lepší ako celoslovenský priemer – 70,6 %; SJL 74,8 (SR 81,2) **6.** V škole bola zriadená **Katedra hraškológie** a vyhlásený prvý ročník súťaže Janko Hraško ešte žije. **7.** Príchodom Diany Smoljkovej do 4. S triedy sa počet žiakov školy v apríli zvýšil **na 111**. (Aj v muzikáli sme spievali... bolo nás 11 a je nás 111...) **8.** Peťka Paulíniová sa vydala za Ľubka Žilu. **Prvý manželský pár v BellAmose!** **9. Jakub Rusnák sa narodil 1. 9. 1996, presne v deň, keď sa narodil BellAmos!** **10.** Prvé testovanie **PISA**, testovaná bola čitateľská, matematická a prírodovedná gramotnosť. A mohli by sme pokračovať aj ďalej, ale opäť sa ideme venovať spomienkam. Škola celý rok žila bohatými športovými aktivitami. V jesennej a jarnej **atletickej lige** zvíťazili Martin Bukva a Lenka Búchalová, Niko Pedan, Martin Zachar, Tiago Branco Prata, Chantal Franková a Michal Rusnák. Na **plaveckom výcviku** sa víťazmi stali Martina Valachová, Jakub Rusnák, Tomáš Jambor, Janka Leštinská, Michal Taliga a Saša Hakeľová. V januári sme zažili rozprávkovo nádherný snečný **lyžiarsky výcvik**. Vozili sme sa na skútri, „kesboreroch“ a v pretekoch sa víťazmi stali Martin Bukva, Martina Valachová, Kika Michalíková, Matej Minárik a Matej Ciran (snowboard). Po lyžiarskom výcviku pokračovala **večerná škola lyžovania** a snowboardovania s Adamom a Jankom. Učitelia **basketbalisti** obsadili dve druhé miesta v turnaji na GVPT v Martine a v Turanoch. Veľkú radosť nám urobila Zuzka Koniarová, ktorá sa stala **Majsterkou Slovenska** v Slovenskom pohári v lyžovaní. (Jej veľký vzor je Veronika Zuzulová.) Vo vhodnom počasí pokračovali **cyklotúry** po Turci a turistika na Martinské hole, Lysec, **pobytová turistika** cez jarné a jesenné prázdniny na Slamkovom laze, v zrubu Javorinka a nový rok privítali naši turisti v pol'ovničkej chate nad Vrúckom. A aby nás bolo všetkých všade dobre vidieť, z 2 % sme si dali urobiť nádherné **rozlišovačky** s logom školy. Zakúpili sme skrinky, stoličky a stoly do klubovne a PC učebne, tri keramické tabule, police do skladu učebníc, pracovné stoly do dielne, edukačné programy na vyučovanie, dataprojektor a veľa názorných pomôcok.

(Pokračovanie na strane 22)



Týždeň priateľstva

Posledný februárový týždeň patril priateľstvu.

Už prváčikovia vedia, že priateľ je tu pre nás nielen keď sa hráme, ale aj keď ho potrebujeme. A my mu veľmi radi pomoc opätujeme, keď to potrebuje on.

Pani učiteľka Katka nám povedala príbeh o chlapcovi, ktorému mal zlú povahu a ktorému otec ukázal, aké dôležité je naučiť sa ovládať svoj hnev a neubližovať svojim priateľom.

„Idierkou priateľstvo“ sme si priateľstvo navzájom preposlali a stisknutím rúk sme spežatili tento sľub.

Vyrcholil v piatok, keď sme sa stretli v našej telocvični, aby sme si všetci povedali, aké je pre nás priateľstvo dôležité, čo pre nás naši priatelia znamenajú a že s priateľom je všetko krajšie...

Spolu sme si zaželeli, aby sme boli navzájom priatelia a aby sme si pomáhali vždy, keď to niekto z nás bude potrebovať.

Týždeň priateľstva

Bez spevu by sa nám to nerátalo...

... s pani vychovávateľkami sme ich vystavili na nástenku, ktorá nám bude pripomínať, akí sú pre nás záční...

Z obrázkov našich priateľov sme urobili veľkú reťaz...

Šikanovanie v škole netolerujeme!

Na hodinách etickej výchovy žiaci 7., 8. a 9. ročníka vyplnili dotazník na tému šikanovania a vydierania. Výsledok dotazníka hovorí síce v prospech školy, ale nemôžeme byť veľmi spokojní, lebo so šikanovaním sa stretlo 50% opýtaných žiakov. Veľa z nich prežilo telesné napadnutia, zastrasovanie, ponižovanie alebo vylúčenie z kolektívu. Väčšinou to bolo v triede, cez prestávky a na chodbách. O šikanovaní sa vedia porozprávať 40% s učiteľmi, 30% s rodičmi aj spolužiakmi, ale nájde sa aj 7% jedincov, ktorí zo strachu nikomu nič nepovedia.

A práve tým patria tieto slová:

Netráp sa sám, povedz to niekomu!

Nezaslúžiš si, aby sa k tebe správal niekto hnusným spôsobom!

A čo si myslia naši žiaci o šikanovaní?

Myslím si, že by sa to nemalo robiť, je to zlé, odporné, hnusné, debilné správanie. **Tí**, ktorí to robia, si možno myslia, že je to sranda a frajerina. **Chcú** byť obdivovaní a mocní. **Učiteľia** by mali žiakom viac veriť. **Vidia** 1 zo 100 prípadov šikany. **Podľa** mňa sa šikanovanie nikdy neskončí, stále sa niekto nájde, čo si niečo dokazuje. **Myslím**, že v našej škole sa nevyskytuje šikana. **Netuším** nič. **Niektó** si myslí, že je niečo viac, kompenzuje si to, čo mu robia doma. **Malé** deti sú drzé, vyvolávajú konflikty, a potom sa hrajú na anjelikov.

Šikana je hrozná vec, osobne by som to nedokázala, lebo ten človek, ktorý je šikanovaný, veľmi trpí. **Kto** šikanuje, nie je v poriadku, potrebuje psychológa.

A čo by navrhli, aby sa zamedzilo šikanovaniu?

Hneď to treba riešiť s dospelou osobou. Nič nezatajovať, pomôcť spolužiakom. Vzájomne si pomáhať a podporovať sa. Možno by pomohol kamerový systém. Dobré vzťahy v triede, tolerancia, dobrý kolektív, veľa sa rozprávať s pedagógmi a rodičmi.

Ako sa brániť pred šikanovaním?

- keď do teba niekto zapára, nedaj sa vyprovokovať ani vystrašiť, aj keď sú viacerí
- môžeš im povedať, aby vypadli, môžeš kričať alebo utekať preč, musíš to však urobiť rázne a nahnevane (zlostne) a okamžite odísť
- keď máš prejsť okolo tých, ktorí ťa bijú, berú ti veci, nechod sám, počkaj si na nejakú skupinu ľudí a pridaj sa k nim, aj keď ich vôbec nepoznáš
- snaž sa, aby išiel niekto s tebou, aby bol svedkom toho, čo ti robia. Keď potom učiteľ (dospelý) zasiahne, bude jasné, že si to nemusel povedať ty
- vyhýbaj sa miestam, kde by ťa mohol niekto biť, zobrať ti niečo alebo inak ťa trápiť
- keď nemáš kamarátov, skús si ich nájsť, možno má niekto v tvojom okolí rovnaké problémy ako ty, skús sa s ním spojiť
- zaznamenávaj si všetko, čo ti robia, kedy, kde a kto ti čo urobil a povedal
- povedz o svojich problémoch rodičom a požiadaj ich o radu, dovoľ, aby pomohli. Uvedom si, že ich pomoc a podporu potrebuješ
- keď sa to týka školy, povedz to učiteľom alebo spolužiakom
- keď si myslíš, že sa nemôžeš zdôveriť nikomu, zavolaj na linku dôvery 0800 11 78 78

Ak chceš vedieť viac, prečítaj si na internetovej stránke - pomoc.sk alebo zodpovedne.sk
Mgr. Jana Muchová, koordinátor primárnej prevencie

TESTOVANIE HRÁČOV VO FUTBALOVEJ ABECEDĚ

2. 2. 2011 a 3. 2. 2011 sme nemali iba taký obyčajný futbal. Zmerali sme si sily vo futbalovej abecede. Súťažili sme v troch disciplínach – vedenie lopty na čas, strelba na malú bránku a žonglovanie.

Za I. skupinu sa zúčastnili: Z 1. SA Danielko Poljak, z 2. S Samko Havlín, Samko Schovanec, Janko Stehlík, Mário Haliena, Kubko Šutovský, Matúško Richter, Maťko Smerek, z 2. SA Marek Képeš a Robko Grieger.

A tu je celkové poradie:

1. miesto Matúško Richter 14 bodov
2. miesto Janko Stehlík 13 bodov
3. miesto Marek Képeš 12 bodov
3. miesto Mário Haliena 12 bodov

Za II. skupinu sa zúčastnili: Z 2. S triedy Šimon Vítkovský. Z 3. S triedy Adam Bobocký. zo 4. S triedy Patrik Mandík, Dominik Fard, Viliam Kováč, Peter Smerek, Max Bobrovský, Maroš Lukáč. z 5. S triedy Samo Maťovčík, Dominik Ďubek, zo 6. S triedy Adrián Cisárik, Denis Círan. zo 7. S triedy Martin Šutovský a Lubomír Mandík.

A tu je celkové poradie:

- | | | | |
|-----------|----------------|------|----------|
| 1. miesto | Patrik Mandík | 4. S | 22 bodov |
| 2. miesto | Lubomír Mandík | 7. S | 21 bodov |
| 3. miesto | Maroš Lukáč | 4. S | 17 bodov |

Chlapci boli ocenení malými darčekmi a diplomami.

BLAHOŽELÁME !!!

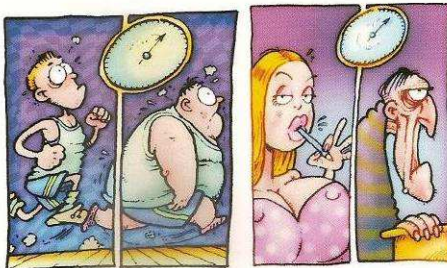




VYUČOVACIE HODINY

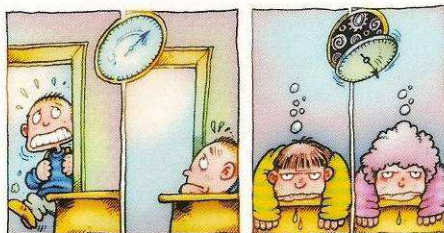
AKO DLHO TRVÁ HODINA

Tvrdenie, že hodina trvá 45 minút, je vonkoncom nepravdivé.



Hodina telocviku trvá pre Športovca 15 minút pre Tlstocha hodinu a pol.

Hodina angličtiny so sladkou Miss Sweet trvá len okamih, kým so zachmúrenou Mrs Tomb celú večnosť.



Keď ideš neskoro, zvoní skôr, keď sa niekam ponáhľaš po hodine, zvoní neskoro.

Hodina typu „Rozmnožovanie červov“ alebo „Tretia palatalizácia u starých južných srbských dialektov“ končí, až sa všetci unudia k smrti, vrátane vyučujúcich.

NUDOMETER

KEĎ SA:

POTOM

1. DOŠŤ NUDIŠ



ŠPRTAJ SI V NOSE

2. VELMI NUDIŠ



KRESLI PO ZOŠITÁCH A KNIŽKÁCH

3. UMIERAŠ OD NUDY



ROB VYŠŠIE UVEDENÉ, ALE INÝM SPOLUŽIAKOM



VYUČOVACIE HODINY

SPÁNOK

Namiesto všetkých variantov „KEĎ SA“ je možné taktiež doporučiť spánok, ale len ak si šikovný. Vyučujúci sa totiž v lovení spáčov vyžívajú. Keď ich objavia, prikradnú sa k nim zozadu a začnú kričať, trieskať a mlátiť rôznymi predmetmi a potom ich náhle vtiahnú do výučby nasledujúcou vetou: „Pokračuj, kde sme prestali!“

Niekoľko užitočných rád pre spáčov začiatočníkov:

