

Delirium

OACB

2021

Obsah

Úvodník.....	2
Fejeton.....	3
Životní prostředí.....	4
Duševní zdraví v době pandemie.....	6
Zero waste tipy.....	8
Tipy na rychlý oběd za doby koronavirové.....	9
Zdravé recepty.....	12
Sport.....	14
Rozhovor s Romanem Budilem.....	15
Rozhovor s Michalem Němečkem.....	17
Tipy na filmy a seriály na Netflixu.....	19
Recenze filmu.....	23
Recenze reality show.....	25
Recenze knihy.....	26
Anketa mezi studenty o distanční výuce.....	28
ERASMUS.....	29
Rozhovor s maturantem.....	30
Rozhovor s třídní učitelkou.....	33
Rébus.....	35

ÚVODNÍK

(Barbora Houdková)



Vítám všechny zvědavé čtenáře,

které zajímá, jak se má 3. C a na čem právě pracuje. Dovolte mi, abych Vám představila již 5. ročník školního DELIRIA OACB.

Kvůli koronaviru se zrušilo OA žije, některé maturitní plesy a samozřejmě i prezenční výuka. Nevěšte hlavy, právě proto je tady naše školní DELIRIUM, které Vám přinese spousty nových informací.

V našem čísle Vás provedeme tipy na filmy a seriály z platformy Netflix, spoustou zajímavých recenzí, budete mít tu čest se dozvědět nové informace o naší úžasné třídní učitelce a také o některých sportovcích, a v neposlední řadě zde naleznete recepty, kterým neodoláte a hned si je po přečtení našeho časopisu poběžíte vytisknout a založit do Vaší oblíbené kuchařky.

Pohodlně se usad'te, chopte se virtuálního magazínu a ponořte se s námi do hlubin obchodní akademie.

FEJETON

(Hana Tušlová)

Distanční výuka z pohledu průměrného studenta

Začíná další školní den a náš ranní postup je stále stejný. Vstát, vyčistit si zuby, nasnídat se a zapnout počítač. Jako první zkontrolujeme kalendář, ve kterém k našemu zděšení zjistíme, že nám už před pěti minutami začala první online hodina, o které bychom přísahali, že tam včera večer ještě nebyla. S panikou se přihlásíme do místnosti právě včas, abychom slyšeli učitele říkat, že si máme zapnout kamery. S rychlostí větru běžíme hledat hřeben a měníme si pyžamo na první čisté triko, které nám padne do rukou.

Po první hodině (při které jsme určitě tak třikrát neusnuli) zkontrolujeme zadání, která musíme do dnešní půlnoci odevzdat. K naší smůle zjistíme, že jich je asi tak osm, z toho tři jsou už po termínu odevzdání a nám se ZROVNA DNESKA nechce vůbec nic dělat.

Po několika hodinách přemýšlení, počítání a prokrastinace se přihlašujeme do další naplánované hodiny, která už ubíhá trochu rychleji, ale pořád to není úplná hitparáda. S trochou štěstí si během ní zapomeneme vypnout mikrofon ve chvíli, kdy si sami pro sebe sdělujeme myšlenky, které by radši vyučující slyšet neměl, ale na to už je moc pozdě a my s rudým obličejem spamujeme tlačítko „Odejít“. V tom se ozývá kručící žaludek, a tak si jdeme dát jídlo a po něm krátkou pauzu, která se jaksi protáhne až do večera a my si v deset večer vzpomínáme, že ještě musíme odevzdat dnešní úkoly.

Lítáme mezi zadáními a pracujeme jako nikdy předtím. Díkybohu je čas na naší straně a my v 23:58 odevzdáváme poslední úkol, který byl zvýrazněný červenou barvou. Následně spokojeně vypínáme počítač a jdeme se chystat do postele, ve které usínáme s vyhlídkou na další školní den v distanční výuce, který se nápadně podobá tomu předešlému.

ŽIVOTNÍ PROSTŘEDÍ

(Kateřina Vodrážková, Irena Špániková, Adriana Slamková, Karolína Moučková)

Fakta o životním prostředí

Životní prostředí je systém složený z přírodních, umělých a sociálních složek materiálního světa, jež jsou nebo mohou být uvažovaným objektem ve stálé interakci. Je to vše, co vytváří přirozené podmínky existence organismů včetně člověka a je předpokladem jejich dalšího vývoje.

Avšak v dnešní době je naše životní prostředí hodně zanedbávané. Trpí moře, oceány, lesy, pole i louky. Ve většině případů si dovolíme říci, že znečištění prostředí ovlivňuje člověk. Všechna technika, stroje, auta mají nepříznivý vliv na životní prostředí, avšak tyto věci jsou v dnešní době takovou naší samozřejmostí, bez které bychom si nevěděli rady. Dovedete si představit život bez automobilů? Myslíme si, že většina lidí na světě ne. Bohužel naše životní prostředí lidé znečišťují i takovým způsobem, kterým by nemuseli. Například nedostatečně třídí odpad, špatně zacházejí s různými čistícími prostředky a tak dále. A hlavně, to nejdůležitější, lidé stále dokola kupují tolik nepotřebných věcí, které pak stejně skončí někde na skládce. A víte, co je nejhorší? Bohužel dost tvrdým a smutným faktem je, že znečištěné prostředí má na svědomí miliony životů ročně.

VÍTE, ŽE...

- Zhruba 1/3 samců ryb v britských řekách prochází změnou pohlaví, příčinou jsou hormony v odpadních vodách z antikoncepčních pilulek.
- Odhaduje se, že v Indii zemře kvůli nemoci způsobené znečištěnou vodou každý den zhruba 1 000 dětí.
- Po jaderné krizi, kterou způsobila vlna tsunami v roce 2011, vypustila japonská vláda do Tichého oceánu 11 milionů litrů radioaktivní vody. O několik dní později byly nalezeny do vzdálenosti 50 km od pobřeží radioaktivní ryby.
- Znečištění oceánů zabije každý rok více než 1 milion mořských ptáků.
- Zhruba 300 000 delfínů a sviňuch ročně umírá v důsledku zapletení se do starých rybářských sítí.
- Studie ukazují, že děti z rodin, který žijí v blízkosti dálnic, mají dvakrát větší pravděpodobnost autismu než děti, které žijí ve větší vzdálenosti od dálnic. Vědci se domnívají, že zvýšené riziko je způsobeno znečišťujícími látkami, které pochází z dálnic.
- Saze a kouř z vnitřních ohnišť v nevyvinutých zemích vytváří smrtící znečištění, které ročně zabije až 2 miliony lidí, což je vyšší úmrtnost než na malárii.

- Největší skládka elektronického odpadu je v Guiyu v Číně. Přibližně 88 % dětí v této oblasti má v krvi nebezpečné hladiny olova.
- Největší producentem oxidu uhličitého na světě je Čína. Čína produkuje více oxidu uhličitého než USA a Kanada dohromady. Od roku 2000 její vylučování oxidu uhličitého stoupl o 171 %. Čína má však čtyřikrát více lidí než USA, takže Číňané spalují v průměru mnohem méně fosilních paliv než Američané.
- Průměrný Američan vyhodí 7,1 kilogramů odpadu za den, což je 102 tun za celý jeho život.
- Jediné vypuštění raketoplánu NASA vyprodukuje 28 tun oxidu uhličitého, auto průměrně zhruba půl tuny oxidu uhličitého měsíčně.
- Antarktida je nejčistější místo na Zemi a je proti znečištění chráněna silnými zákony.
- Američané tvoří přibližně 5 % světové populace, ale produkuje 30 % světového odpadu.
- Mezi Kalifornií a Havají pluje asi milion tun odpadků a sutí (následky zemětřesení a následné vlny tsunami v Japonsku z března 2011). Rozsah odpadu je skoro devětkrát větší než Česká republika.
- Více než 80 % odpadků vyhozených na skládkách může být místo toho recyklováno.

DUŠEVNÍ ZDRAVÍ V DOBĚ PANDEMIE

(Kateřina Příbylová)

Jak se zhoršilo naše psychické zdraví v době pandemie? Jaký vliv má pandemie na naše zdraví? Koronavirová pandemie má obrovský vliv na naše zdraví. Jak na fyzické, tak i na to psychické. Minulý rok se svět ze dne na den úplně zastavil. Uzavřely se služby, školy, podniky a my se ocitli v situaci, ve které nikdo netušil, že bychom se mohli ocitnout. Všichni studenti přešli na distanční výuku, někteří zaměstnanci na home office, ztratili jsme možnost setkávání se s našimi blízkými. Přišla úplně nová situace, na kterou nikdo z nás nebyl připraven. Všude panoval strach z nemoci a strach o naše blízké. Nemocnice se postupem času naplňovaly a z pauzy, která měla trvat jen dva týdny, jak jsme si téměř všichni v březnu 2020 mysleli se stal rok. Nejistota, strach, stereotyp, karanténa, změna režimu, každodenní příval několika desítek špatných zpráv, odklady jiné než akutní péče v nemocnicích a u lékařů a především to, že jsme neviděli několik měsíců světlo na konci tunelu. Všechny tyto věci mohou vést k úzkostem, panickým atakám a depresi.

Před pandemií trpělo zhoršeným duševním zdravím 6 % dotazovaných lidí. V první fázi pandemie to bylo 20 %, což představuje více než trojnásobný nárůst. Nejvíce byly zasaženy ženy – 26 %, dále ženy s dětmi – 37 %, mladí lidé ve věku 18–24 let – 36 % a respondenti z domácností postižených vysokým propadem příjmů – 30 %.¹

Co můžeme udělat, abychom celou situaci lépe zvládli?

Snažme se dodržovat nějaký režim. To znamená vstávejte a chodte spát v nějakou pravidelnou dobu. Ráno se nasnídejte, převlečte se z pyžama, upravte se a připravte si plán věcí, které vás v daný den čekají.

Udržujme se v pohybu. Pohyb je velmi důležitý jak pro fyzické, tak pro psychické zdraví. Stačí obyčejná procházka po okolí na čerstvém vzduchu, nebo si můžete doma zaposilovat nebo si zacvičit třeba např. jógu. Dělejme věci, které nás baví a dělají nám radost. Čtení, malování, hraní na hudební nástroj, sledování filmů a seriálů, vaření, prostě cokoliv.

Buďte v kontaktu se svými nejbližšími. Jak s kamarády, tak se členy rodiny a svými příbuznými. I když se nemůžeme z důvodu epidemiologických opatření vidět osobně, můžeme se kdykoliv spojit přes telefon. Moje osobní zkušenost je, že jsem měla vždy lepší náladu, když jsem se s někým mohla slyšet nebo vidět, alespoň přes telefon.

Pokud se cítíte smutní, sklíčení, pocítíte návaly úzkosti a paniky, nebojte se někomu blízkému svěřit. Už jenom to, že vás někdo vyslechne často hodně pomůže. Pokud přemýšlíte, že by vám

mohl pomoci nějaký odborník, určitě někoho kontaktujte, protože vám může opravdu hodně pomoci. Nemí se za co stydět, pokud požádáte o pomoc.

Kde můžeš najít pomoc?

Instagramové účty:

- @nevy pustdusi
- @neviditelnanemoc
- @holkazblazine
- @realdepressionproject
- @kpsychologovi

Aplikace:

Nepanikař, IG: @aplikace_nepanikar

Telefonní čísla:

Linka bezpečí:	116 111
Linka první psychické pomoci:	116 123
Linka pro rodinu a školu:	116 000
Modrá linka:	608 902 410

ZERO WASTE TIPY

(Jana Šestáková)

Swapy pro zelenější život

Některé ekologické swapy, tedy výměny za jiné produkty, jsou v dnešní době velice populární. Nejen, že nám ušetří spoustu peněz a jsou šetrné k životnímu prostředí, ale navíc si většinu můžeme vytvořit z věcí, které už máme dávno doma.

Základní pravidlo je používat věci na více použití a snažit se vše používat co nejdéle. Nejméně bychom měli používat jednorázové produkty, krásný příklad jsou například plastová brčka, PET lahve, jednorázové plastové příbory a talíře nebo plastové šálky, ve kterých si koupíte kávu v automatu nebo na cestu z kavárny. Tyto předměty můžeme jednoduše nahradit věcmi, které nejspíš máme každý doma, nebo se do nich rozhodně vyplatí investovat. Jednoduchý příklad je například pořídit si kovovou nebo skleněnou láhev na pití, kterou si budeme doplňovat, dělat kávu doma do termo hrnku, používat stále dokola plastové tašky z obchodů nebo si pořídit látkové. Dále velice doporučuji místo mikrotenových pytlíků na ovoce používat sít'ky na ovoce, které můžeme používat znovu a znovu.

Spoustu swapů můžeme používat i doma. Třeba v kuchyni můžeme nahradit pečicí papír za silikonové pečicí podložky, které můžeme používat stále dokola, houbičky na mytí nádobí za bambusové kartáče. Při nákupu potravin můžeme také šetřit životní prostředí třeba tím, že budeme nakupovat v bezobalových obchodech, které jsou v téhle době docela populární, snažit se kupovat věci spíš v papírovém balení namísto těch v plastovém obalu.

V koupelně také můžeme velice ušetřit už jen tím, že vyzkoušíme tuhé mýdlo v papírové krabici nebo budeme používat přípravky na praní šetrnější k životnímu prostředí. Další skvělá věc jsou bambusové kartáčky na zuby, které dají zkompostovat nebo znovupoužitelné odličovací tamponky které si, pokud jsem trochu zruční, můžeme vyrobit sami nebo se i prodávají. Můžeme také pořídit kovovou žiletku, kterou můžeme používat do nekonečna. Ženy a dívky můžou vyzkoušet menstruační kalíšek nebo menstruační kalhotky, které nejsou sice levné, ale určitě se vyplatí.

Zkrátka musíme používat věci, co nejdéle to jde, a být trochu kreativní.



TIPY NA RYCHLÝ OBĚD ZA DOBY KORONAVIROVÉ

(Barbora Houdková)

DALGONACOFFEE

Ingredience na 1 porci:

2 lžice rozpustné kávy

2 lžice cukru

2 lžice studené vody

Mléko



Do misky si nasypte kávu, cukr a přidejte dvě lžice studené vody. Následně směs vyšlehejte ručním šlehačem do tuhé pěny, která by měla připomínat bílkový sníh. Poté do třičtvrtě sklenice nalijete studené mléko, na které navrstvíte vzniklou pěnu. Pokud máte alergie na laktózu jako já, využijte bezlaktózové mléko případně jinou alternativu v podobě mandlového či kokosového mléka. Máme hotovo! S touto kávou můžete různě experimentovat, a tak se nebojte na dno sklenice dát led, případně studené mléko vyměnit za horké. Zároveň můžete vzniklou kávu ozdobit čokoládovými hoblinkami, skořicí, kakaem nebo toppingem jakéhokoli druhu.

PASTA ALPOMODORO

Ingredience na 2 porce Vaše oblíbené těstoviny 225 g:

olivový olej

4 stroužky česneku

140 g rajčatového protlaku/ případně 900 g čerstvých rajčat

250 ml smetany 10 g másla bazalka

sůl, pepř, cukr

parmezáň/eidam



Cherry rajčátka překrojte na polovinu (pokud pracujete s rajčatovým protlakem, tento krok vynechte). Sýr nastrouhejte najemno. Bazalku a petržel také nasekejte najemno. Česnek oloupejte a trochu rozmáčknete plochou stranou nože (pustí tak více chuti).

Do velkého hrnce dejte vařit studenou vodu a následně ji osolte. Až voda dosáhne bodu varu přidáme těstoviny. Zatímco se vaří těstoviny, rozpalte pánev na vyšší stupeň, vlijte na ni olej a za okamžik přidejte česnek.

Přidejte čerstvá rajčata případně rajčatový protlak a nechte asi 2 minuty restovat. Česnek vyndejte a vyhoďte, byl potřeba na provonění a puštění chuti do rajčatové směsi. Přidejte bazalku nasekanou najemno, osolte, opepřete a nechte ještě asi 5 minut „probublávat“, aby omáčka získala na síle. Sundejte z plotny. Nakonec přidejte máslo a zamíchejte. Následně vhoďte těstoviny do pánve k omáčce. Promíchejte a podávejte. Na talíři ozdobte bazalkou a čerstvě strouhaným sýrem. S receptem můžete experimentovat – přidejte do rajčatové směsi olivy, mořské plody či kuřecí maso, v podsadě cokoli máte rádi.

FRENCH TOAST

Ingredience na 2 porce plátkový chléb 4 ks:

300 ml mléka

50 g másla

10 g vanilkového/ či moučkového cukru trocha hladké mouky

2 lžičky mleté skořice

V misce rozmícháme vejce s hladkou moukou, skořicí a cukrem. Plátky chleba v této směsi namočíme a necháme pořádně nasáknout (cca 30 vteřin na každé straně).

Dále rozežřejeme pánev a na ní necháme rozpustit máslo. Toasty následně na mírném plameni dozlatova opečeme z obou stran. Podáváme ještě teplé s javorovým sirupem, čerstvým ovocem, marmeládou případně si můžete vytvořit směs jahod, bílého jogurtu a cukru.

DOBROU CHUŤ!



ZDRAVÉ RECEPTY

(Hana Hodonská)

Připravila jsem si pro Vás dva zdravé recepty, u kterých byste ani nevěřili, že budou tak moc dobré.

BRUMÍKOVÁ BÁBOVKA

Asi všichni známe Brumíky. Ovšem jejich nevýhodou je jejich velikost... párkrát kousnete a už jsou fuč. Proto jsem sem zařadila tento recept, protože teď Vám alespoň vydrží déle, jak dvě vteřiny.



Ingredience:

- 500 g fazolí ve sladkokyselém nálevu
- 30 g kakaa
- 300–350 ml mléka (v závislosti na tom, zda jste protein nedali/dali)
(60 g proteinu – čokoládového)
- 100 g čokolády na vaření/vysokoprocentní
- 250 g tvarohu
- 2 vejce
- 150 g celozrnné mouky
- 3 lžičky jedlé sody
- sladidlo dle volby

Postup:

Dejte si nahřívat troubu na 180 °C fazole s mlékem rozmixujte do jemna, přidejte nakrájenou čokoládu na malinké kostičky a zbytek ingrediencí kromě vajec -> tam oddělte žloutek od bílku, žloutek přidejte do těsta a bílek vyšlehejte a poté postupně také vmíchejte pečte cca 40 min – případně zkoušejte špejlí.

SKOŘICOVÝ CHLEBÍK

Skvělá chut'ovka, když vás honí mlsná. Chutná kůrka a skvělý s nějakou domácí marmeládou.

Ingredience:

Hodnoty na 100 g:

184kcal | 7,1B | 31,2S | 2,4T

Ingredience:

400 g celozrnné mouky

450 ml mléka

25 g skořicového proteinu (volitelné, případně určité jakýkoliv, který máte rádi – banánový, čokoládový...)

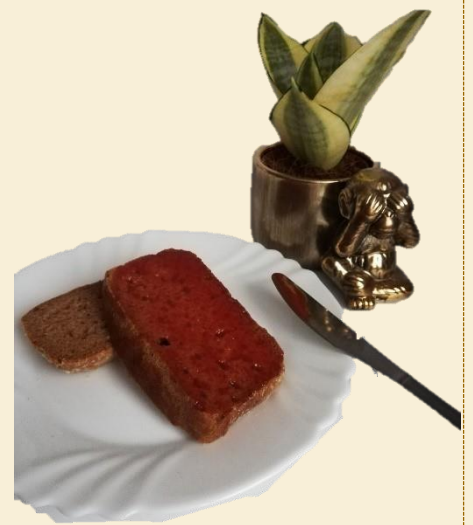
2 vejce

35 ml citronové šťávy

3 lžičky jedlé sody

15 g skořice (cca 5 lžiček)

sladidlo (sukralóza, čekankový sirup, med, cukr...)



Postup:

Dejte si rozehtvat troubu na 180 °C.

Smíchejte dohromady suché ingredience, mléko a citronovou šťávu, oddělte žloutky od bílků – žloutky přidejte do těsta, bílky si zvlášť vyšlehejte a postupně vmíchejte

těsto vlijte do formy (pokud nemáte silikonovou, tak ji vymažte máslem a vysypte moukou) pečte cca 35–40 min, případně zkoušejte špejlí.

SPORT

(Jakub Budil, Nikola Hájková)

Nejste si jisti, jak začít běhat? Nebojte se a vyzkoušejte tohle!

Je těžké určit si, jak daleko a jak rychle dokážete uběhnout, když poprvé vyrazíte ven a určitě to chvíli trvá, než si určíte, co je pro Vás nejlepší. I s během, je potřeba začít zlehka a pomalu pro vybudování síly a musíme dbát i na opatrnost.

Stále si nejste jisti?

Máme tu pro Vás pár benefitů:

Když budete běhat 3 týdny po dobu 30 minut, tak se Vám zlepší kvalita spánku, nálada a nasazení během dne. Běžci mají větší hustotu minerálů, a proto je menší šance na zlomeninu. Běžci trpí nižším množstvím svalových problémů.



Jak by měl vypadat běžecký plán?

Prvním krokem ke správnému běhání je kvalitní obuv, a to bez ohledu na to, kde budete běhat, jestli v lese, na silnici nebo na běžecké dráze. Existuje plán, ve kterém prokládáte běh s chůzí. Tento plán je třeba držet čtyři týdny, a pak budete schopni uběhnout 15 minut vkuse. A jak tento plán vypadá?

Pondělí	10 minut chůze, 2 minuty běh (opakujte 4x)
Úterý	odpočinek
Středa	10 minut chůze, 4 minuty běh (opakujte 3x)
Čtvrtek	30 minut rychlé chůze
Pátek	odpočinek
Sobota	10 minut chůze, 3 minuty běh (opakujte 4x)
Neděle	odpočinek

Jakmile se do plánu dostanete, budete motivováni tím, že se budete zlepšovat. Ale i profesionální běžci potřebují tipy a motivace, aby dosáhli vrcholu:

Jedním z tipů je kontrolovat si stravu, zda máte dostatek kalorií, a že jíte správné jídlo. Na běhání je dobré sehnat si partáka, mít někoho, s kým se navzájem donutíte a podpoříte při běhu.

Co další je při běhání dobré je, před každým výběhem se zahřát a po doběhnutí se protáhnout.

ROZHOVOR S ROMANEM BUDILEM

(Jakub Budil, Nikola Hájková)

Proč jste začal dělat atletiku?

Atletiku jsem začal dělat, protože již na základní škole jsme jezdili na školní závody v lehké atletice, kde mne vybrali na vytrvalecké tratě jako 1 000 m a 1 500 m. Na těchto závodech jsem byl mezi prvními. Dokonce v osmé třídě jsem si zaběhl školní rekord na 1 500 m s časem 4:54 a to mě velice namotivovalo. Proto jsem se atletice začal věnovat a chci si každý svůj čas vylepšit.

Od kdy se atletice věnujete?

Atletice se věnuji již od svých patnácti let, kdy jsem si se svým otcem řekl, že jí začnu dělat naplno.

Kdo je vaším trenérem?

Mým trenérem je můj otec, Roman Budil, který dříve také závodil. Díky němu jsem se tomuto sportu začal věnovat. Také mě připravil na školní závody, kde jsem si díky němu zaběhl svůj první osobní rekord na 1 500 m (4:54) a s tímto časem jsem také zvítězil.

Jakým tratím se v současné době věnujete?

Má hlavní trať je 5 000 m a 10 000 m. Nejen vytrvalosti se ale také občas věnuji rychlosti, a to se věnuji tratím od 800 m do 3 000 m.

Jaké jsou vaše dosavadní největší úspěchy?

Mým největším úspěchem je Mistrovství České republiky mužů na trať 5 000 m, které se konalo v Brně, kde jsem vybojoval bronzovou medaili a také v této trati vylepšil svůj osobní rekord v čase 14:33,25, který držím do teď. Co také beru za svůj velký úspěch v kariéře, tak je Mistrovství České republiky juniorů na 5 000 m, které se konalo v Třinci. Tam jsem vybojoval první místo, a tak tím

postoupil na mezistátní utkání za Českou reprezentaci, které se konalo v Maďarsku. Dalším mým velkým úspěchem je ocenění Nejlepšího atleta roku Jihočeského kraje v roce 2018 a 2019.

Co je vaším cílem?

Chtěl bych dosáhnout výkonu na trat' 10 000 m v čase 30 minut. Také bych chtěl pokořit všechny otcovo osobní rekordy a je to pro mne velkou motivací.

ROZHOVOR S MICHALEM NĚMEČKEM

(Daniel Hais)

Dalším sportovcem je Michal Němeček, který hraje fotbal za SK DYNAMO České Budějovice.



Byl jsi na zkoušce s naším A-Týmem, jak se ti tam líbilo?

Určitě skvělý zážitek, jsem rád, že jsem dostal příležitost, dalo mi to hodně zkušeností.

Kdy jsi začal s fotbalem? A kdo tě k němu přivedl?

S fotbalem jsem začal v šesti letech. Přivedla mě k němu moje maminka a jsem jí za to vděčný dodnes, fotbal hraji už 12 let.

Kdo je tvým velkým fotbalovým vzorem a proč?

Mým velkým fotbalovým vzorem je hráč Sergio Ramos, který hraje za Real Madrid, a hraje na postu jako já, tedy na Stoperu (stoper je fotbalová pozice neboli obránce).

Jaké jsou tvé oblíbené kluby, kterým fandíš v Česku i celosvětově?

V Česku fandím Slávii a ve světě Manchesteru City.

Jakými kluby jsi ve své kariéře prošel?

Začal jsem v Horním Žďáře, což je malá vesnice u Jindřichova Hradce, potom jsem přešel na dva roky do Jindřichova Hradce, a následně si mě vyhlídlo Dynamo, za které hraji doteď.

Jaký je tvůj doposud největší fotbalový zážitek, který jsi zažil?

Asi když jsem jel s reprezentací na turnaj do Argentiny.

Jaké to bylo v Argentině?

Nic moc, nelíbilo se mi tam.

Jaký je tvůj velký fotbalový sen?

Jednoznačně hrát Premier League, což je nejvyšší Anglická liga.

I přes tvůj mladý věk jsi dostal příležitost hrát s muži v A-Týmu. Jaký je podle tebe největší rozdíl mezi dospělým a mládežnickým fotbalem?

Určitě v přístupu, v rychlosti hry a důrazu.

Jaké další sporty máš rád?

Moc rád hraji šachy a CSGO, což je počítačová hra, a také někdy hraji golf.

Čím se nejlépe odreaguješ od fotbalu?

Asi těmi počítačovými hrami.

Co máš na fotbalu nejraději? Co tě na něm nejvíce baví?

Být se svými kamarády, vyhrávat a získávat trofeje.

Jak trávíš nejčastěji svůj čas v nouzovém stavu a omezeném pohybu?

Celý den makám na sobě a dřu, abych mohl jednou hrát tu Premier League.

Jaká je tvá přezdívka a jak vznikla?

Mám jich víc, ta hlavní je asi Něma, a ta vznikla z mého jména, jelikož se jmenuji Němeček.

V Českých Budějovicích konečně vzkvétá naše fotbalová akademie, máme tady několik jak travnatých hřišť, tak i jednu velkou umělou trávu, jak venkovní, tak i „halu“ i malou umělku ... Co na to říkáš, Michale?

Líbí se mi to moc, je to vlastně momentálně, co se týče zázemí, druhá nejlepší akademie v ČR, první je samozřejmě Sparta Praha.

Co říkáš na trenéra A-Týmu Davida Horejše? Dává příležitost mladým hráčům?

Příležitost moc nedává, spíše vůbec, jako trenér mi moc neseď, ale jako člověk je super.

Poslední dnešní otázka Michale, jaké jsou tvé cíle v následující sezóně v naší mládežnické dorostenecké lize? Věříš, že budeš v základní sestavě pod křídly našeho hlavního trenéra Pavla Malury?

Myslím si že, mi tam šlape dost kluků na paty, ale řekl bych, že si své místo obhájím a budu podávat nadstandartní výkony jako doteď.

Děkuji Michale. Přeji ti všechno nejlepší do následující sezóny. Měj se.

TIPY NA FILMY A SERIÁLY

(Klára Šestáková, Petr Cahyna)

Tipy na filmy a seriály na Netflixu

Vrátili jste se domů po náročném dni ve škole? Nelamte si hlavu, na chvílku si oddychněte a pusťte si nějaký pěkný film či seriál. Připravili jsme si pro vás 8 tipů, které najdete na Netflixu, které stojí za to vidět a které by se vám mohly zalíbit.

The commuter

Akční thriller

Příběh vypráví o muži jménem Michael McCauley, který každý den jezdí do práce a zpátky pravidelným vlakem. Jednoho dne je nevědomky naverbován do vražedné konspirace po tom, co potká tajemnou ženu, která si k němu přisedla. Ve vlaku musí najít někoho, kdo tam nepatří. Když neuspěje přijde o svou rodinu, pokud uspěje a vyřeší smrtící hru, než dojde na konečnou stanici dostane odměnu. Odmítnutí se nebere jako odpověď. Než vlak zastaví, šílená situace se promění v horečnaté pátrání, rvačky a střelbu. Je to hra nebo promyšlený zločin? Kdo je tajemný cizinec ve vlaku a proč ho mají najít?



Unlocked



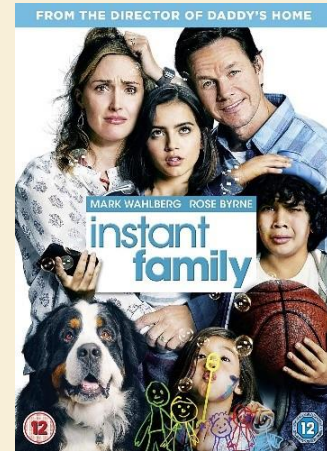
Akční

Pro milovníky akčních filmů bychom doporučili film Unlocked. Příběh vypráví o americké agentce CIA Alice Racine, která je po nevydařené akci přerazena do londýnské kanceláře. Po dlouhém čase ji kontaktují bývalí nadřízení, protože se dozvěděli o zvýšené aktivitě v prostředí radikálních militantních skupin. Alici se podaří lokalizovat hlavního podezřelého, ale během jeho výslechu přijde na to, že ji někdo podvedl a ven unikly přísně tajné informace. Najednou se ona sama ocitá v ohrožení a musí udělat vše pro to, aby zabránila připravovanému útoku na Londýn. Závod s časem začíná...

Instant family

Komedie / drama

Hřejivá a zábavná komedie pro celou rodinu je inspirována skutečným příběhem. Manželé Peta a Ellie Wagnerovi se rozhodnou založit rodinu a vrhnou se po hlavě do světa pěstounské péče. Když zjistí, že jejich vysněné dítě má dva sourozence, rozroste se jejich domácnost přes noc hned o tři členy! Pete s Ellie se musí s nutnou dávkou humoru naučit pravidla nečekaného rodičovství, aby se z nich stala funkční rodina a svým novým ratolestem vytvořili opravdový domov. Do směsi chaosu, bezradnosti a neobratnosti, která vrší jednu chybu za druhou, je třeba přidat už jen smích – a hlavně lásku.



Bird box

Drama / horor / Sci-Fi



Kdo má rád hororové filmy, tak ten si přijde na své. Film sleduje postavu Malorie Hayes, když se snaží zachránit sebe a své dvě děti před entitami, které tlačí na lidi, kteří se na ně dívají, aby spáchali sebevraždu. Když tajemná síla zničí světovou populaci, je jen jediná věc jistá: Když ji uvidíte, vezmete si život. Tváří v tvář neznámému Malorie nalézá lásku, naději a nový

začátek. O tohle všechno ale během lusknutí prstu přijde. Musí se svými dětmi utéct a plout po zrádné řece, aby našla možná poslední místo na zemi, které jim může nabídnout úkryt. Ale aby přežili, musí tuto riskantní dvoudenní cestu podstoupit se zavázanýma očima.

Dynastie

3 řady, drama



Seriál sleduje dvě zámožské americké rodiny, Carringtony a Colbey, která již dlouhá léta soupeří o nadvládu nad svým majetkem i dětmi. Příběh je vyprávěn především z pohledu dvou žen: Fallon, dcery miliardáře Blakea Carringtona a její nastávající macechy Cristal Flores. Cristal pracuje jako PR pracovnice v konkurenční společnosti rodiny Carringtonů. Fallon to neblaze nese a dělá

vše pro to, aby je od sebe oddělila. To se nakonec obrátí proti ní. Výsledkem toho je, že Fallon najde posily s Jeffem Colbym, zapřísáhlým nepřítelem jejího otce. A je tu drama. Díly jsou plné intrik, humoru a překvapení. V roce 2020 tvůrci seriálu potvrdili, že vyjde čtvrtá řada seriálu.

Good Girls

3 řady, komedie / drama

Tři mámy z Detroitu se rozhodnou svérázně vyřešit své problémy s nedostatkem financí. Tahoučkou skupiny je Beth, která si začíná uvědomovat, že její život možná není pohádkový, jak si myslela. Rozhodne se tedy své problémy vyřešit a spolu se svou nejlepší kamarádkou Ruby a její mladší sestrou Annie vykradou supermarket. Spolu s tržbami ale ukradou i peníze, které tam pere místní gang. tomu se krádež peněz nelíbí a chce je zpět. Problém je, že trojice již stačila část peněz utratit. Aby mohly peníze vrátit, musí začít s gangem spolupracovat.



New Amsterdam

2 řady, lékařské drama



Do nejstarší americké nemocnice nastupuje svérázný ředitel doktor Max Goodwin, který byl zvolen do čela nemocnice. Goodwin je rozhodnut zahodit veškerou byrokracii a pokusit se poskytnout mimořádnou péči pro všechny. Ale jak zrovna on může pomoci? Doktoři a ostatní personál tohle všechno slyšeli už dříve. Hlavní hrdina však nebere „ne“ jako odpověď a pokusí se porušit status quo a vdechnout nemocnici nový život. Jde totiž o jediné místo na světě, které je schopné léčit pacienty s Ebolou, vězně z Rikers i prezidenta spojených států pod jednou střechou. Chce nemocnici vrátit na výsluní a zajistit jí stálé místo na mapě. Vydání třetí řady bylo oznámeno v roce 2020.

Ratched

2 řady, psychologický thriller

Ratched je napínavý dramatický seriál, který vypráví příběh o původu azylové sestry Mildred Ratchedové. V roce 1947 přijíždí Mildred do severní Kalifornie hledat zaměstnání v přední psychiatrické léčebně, kde v lidské mysli začaly nové a znepokojivé experimenty. Na tajné misi se Mildred prezentuje jako dokonalý obraz toho, čím by měla být oddaná sestra, ale kola se vždy otočí, a jak začíná pronikat do systému péče o duševní zdraví a do těch v něm, stylový exteriér Mildred popírá rostoucí temnotu, která již dlouho doutnalo uvnitř a odhalovalo, že skutečné příšery jsou stvoření, nikoli narozeny.



RECENZE FILMU

(Daniel Jílek)

Psí posláni

Psí posláni (anglicky A Dog's Purpose) je americký dramatický komediální film z roku 2017. Režiroval ho Lasse Hallstöm a scénáře se ujali W. Bruce Cameron, Cathryn Michon, Audrey Wells, Maya Forbes a Wally Wolodarsky. Inspirovali se stejnojmennou novelou od W. Bruce Camerona, vydanou v roce 2010.

Název filmu poukazuje na motiv posláni, kdy se jedna psí duše snaží najít smysl jejího života. Autoři si pohrávají i s myšlenkou reinkarnace, která umožňuje jednomu pejskovi se narodit vícekrát, aby lépe pochopil svůj účel, páníčky a s tím i lidský svět.

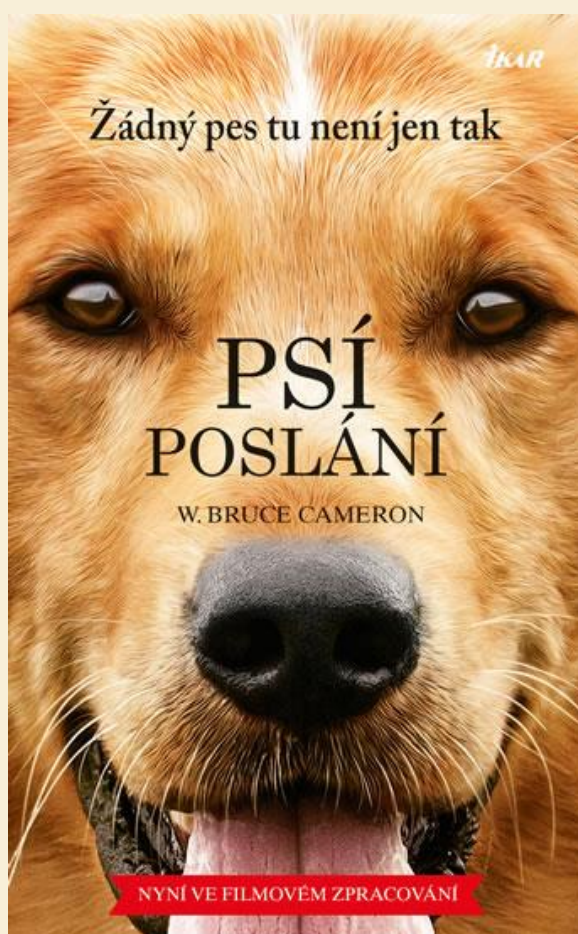
V snímku se setkáváme s jednou psí duší v pěti pejscích, kteří se z prvního na poslední postupně reinkarnují – se štěnětem v útulku (Toby), zlatým retrívrem (Bailey), fenkou německého ovčáka (Ellie), velškorgim (Tino) a s bernardýnem (Buddy). Zlatý retrívr – Bailey – je protagonistou celého filmu. Dva muži ho chytí a nechají ho zavřeného v autě, odkud ho zachrání malý Ethan s maminkou. Nechají si ho a od té doby s nimi Bailey zažívá jeho vyrůstání, maturitu, první lásku, požár jejich domu atd. Mimo jiné je zde i příběh samotných páníčků.

Líbí se mi, jak se film odlišuje od ostatních tím, že zde hrají roli hlavně psi a je to z jejich pohledu.

Nedokážu si představit, jak moc složitá byla práce s tolika pejsky. Říká se, že nejsložitější je fotit/točit zvířata a děti. Tohle dílo je ale důkaz toho, že tvrdá práce za to stála.

Oceňuji, že autor vykreslil různé typy rodin, jejich situace a postoje. Dostáváme se z rodiny milující, do vážné a tiché, ukecané a jídlo milující až po chudou rodinu narkomanů.

Myslím si, že zvolení mozaikového scénáře pomohlo tvůrcům, aby zde mohli dát jak smutek a pláč, tak i radost, zábavu, vtipy a hravost. Tento scénář se nevidí tak často, čímž se opět odlišuje. Narozdíl od knižní předlohy film nekončí drasticky.



Těm, kteří četli knížku, se nemusí líbit, jak se některé věci liší od sebe. Což mně osobně nevadí. Někomu také může vadit ten fakt, že se v půlce filmu autoři odkloní od hlavní dějové linky příběhu, ke které se nakonec vrátí.

Pejsci nemají rovnoměrně rozdělený čas, takže o jednom se dozvídáme půlku filmu a druhého můžeme pozorovat ani ne pět minut.

Tento film i přes svých pár chybiček má určitě silný příběh, který doporučuji všem, kteří zrovna hledají nějaký snímek na zaplakání, ale zároveň zasmání nad vtipnými situacemi, ze kterých člověk nemá pocit, že jsou tlačené na sílu. U filmu netřeba složitě přemýšlet, dá se u něho v pohodě relaxovat a vypnout. Určitě se bude líbit tomu, kdo miluje tematiku psů, a protože těch filmů s tímto tématem moc není, je to určitě nutnost vidět.

RECENZE REALITY SHOW

(Tomáš Gonděk)

Recenze reality show Like House – propadák, nebo úspěch?

Samotný tvůrce tvrdí, že tato reality show, zde v České republice, nemá obdoby. Myslím si, že starším osobám tento název nic neříká, avšak mezi mladými lidmi je velice populární. Like House vymyslel influencer Adam Kajumí společně s TV PRIMA, kde je tato show vysílána od 17. hod. každý všední den.

Scénář pro tuto show vymýšlí Adam Sedlák společně s dalšími ne moc známými scenáristy. Zatím se odvysílalo 30 dílů po 30 minutách.

Soutěžícími jsou influenceri (youtuberi a tiktokeři) Adam Kajumí, Marek Valášek alias Datel, Jenis (vlastním jménem Jan Svěcený), Lada Horová, Marie Rosecká, Barbora Stříteská, Tomáš Běhounek a nedávno přidanou tiktokerkou Džanat Kadyrovou.



Diváci po dobu tří měsíců sledují životy soutěžících ve vile, kde jsou influenceri ubytováni. Ti prožívají ve vile radosti, starosti, nové vztahy, rozpory, ale také plní každodenní výzvy (challenge), díky kterým sbírají drahocenné body a imunity. Tyto trofeje jim mohou zaručit bezpečí před večerním hlasováním. Účelem této reality show je nasbírat co nejvíce like a co nejméně dislike, které jim mohou pomoci k budoucí výhře půl milionu korun. Like House na stránce ČSFD získal 5% hodnocení, z čehož vyplývá totální propadák. Lidé na tuto show koukají především kvůli jeho bizarnosti. Dle mého názoru není tento pořad vhodný pro děti, kvůli častým vulgárním výrazům a častému sexistickému obsahu, ačkoliv je na tuto věkovou skupinu cílený. A proto by jeho vysílací doba měla být posunuta po 22 hod.

V Like House jsou častými hosty slavné osobnosti a zajímaví lidé, ale také nevidomí či jinak tělesně nebo mentálně postižení lidé, kteří se snaží ukázat problematiku a zároveň ukázat život s handicapem.

Přestože se účastníci snaží dělat dobročinné livestreamy, samotný obsah reality show je špatně pojatý a zanechává negativní myšlenky. Ačkoliv TV PRIMA označuje Like House novodobým, již dříve zde podobná reality show byla, jako jsou například „Vyvolení“ či Netflix reality show „Too Hot to Handle“.

Dle mého názoru by se měl každý na Like House podívat, aby si mohl udělat vlastní názor. Za mne nepovedená reality show.

RECENZE KNIHY

(Michaela Dolejší)

Chasseur & Dame Blanche

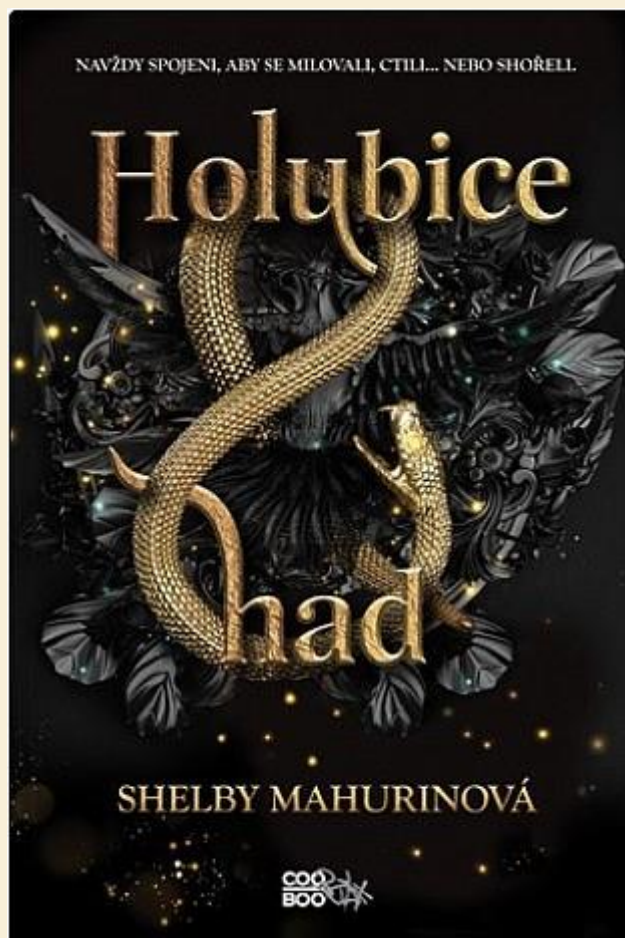
Holubice a had je první díl young adult trilogie, který je plný magie, nebezpečí, intrik a samozřejmě i lásky. Dokážou se čarodějnice a lovec čarodějnic snést a sjednotit, a překlenout spolu nebezpečí, jež hrozí celé zemi?

Román *Holubice a had* (v originále *Serpent & Dove*) je prvotinou americké spisovatelky **Shelby Mahurin**, jenž vyšel v Americe v roce 2019, v České republice na konci dubna roku 2020 (v nakladatelství Coobook). Na zadních deskách si můžeme všimnout titulku, který říká, že se jedná o „První ze dvou dílů čarodějné fantasy.“ To může být trochu zavádějící, jelikož se zřejmě původní duologie přeměnila v trilogii. Druhý díl nese název *Krev a med* (*Blood & Honey*; u nás 2021) a třetí díl se jmenuje *Gods & Monsters*, který by měl ve Spojených státech spatřit světlo světa v červenci letošního roku (v ČR tedy nejspíše rok 2022).

Samotný děj se odehrává ve fiktivním království Belterra, měste Cesarine. Vládne mu král Auguste a jistou měrou i arcibiskup, jehož posláním a vírou je zbavovat zemi čarodějnic. Pod arcibiskupovu moc spadají i *chasseuři*, muži, kteří mají za úkol tyto ženy hledat a poté – obvykle před početným publikem – upálit. Magií nadané ženy a dívky nemůže nic zachránit.

Louise le Blanc žije na ulici, bez prostředků a rodiny, přežívá díky krádežím a jiným neplechám. Je to mladá čarodějnice, patří k *Dames Blanches* (čarodějnicím, jež mají svou magii spojenou se zemí). Jedinou a dobrou kamarádkou je jí Coco, která je také čarodějnice, patří ale k *Dames Rogues* (čarodějnicím, jež k čarování potřebují krev).

Reid Diggory je jejich nepřítel. Zaslíbil svůj život církvi a *chasseurům*. Jako miminko ho našli mezi odpadky, následně se jej ujal sám arcibiskup a nabídl mu střechu nad hlavou i posláním. Když tedy potká Lou, jeho život (a nejen ten jeho) se obrátí vzhůru nohama. Při jejich druhém ošemetném setkání se situace vyvine takovým způsobem, že jediným řešením je jejich sňatek. Lou i Reidovi se to přičí, ale zároveň ví, že je to jediný možný



způsob, jak neskončit ve vězení a neztratit svou čest. Tímto tedy začíná jejich společná cesta a zároveň se začíná odvíjet osud celého království...

Knížka je neuvěřitelně čtivá, stránky jen utíkají pod rukama. Autorka se vůbec neštítí vulgarismů (kterých je požehnaně), drastičtějších popisů ani erotických scén (kterých ale je jako šafránu). V textu se objevuje mnoho francouzských výrazů, pokud tedy neovládáte základy francouzštiny (či její nadávky), doporučuji k četbě slovník. Charaktery hlavních postav jsou skvěle napsané: Lou, mladá, v jistých ohledech bezstarostná, věrná, impulsivní, provokativní, slovník má srovnatelný s lečjakým dluždíčem. Reid je oproti tomu vyrovnaný, odhodlaný plnit své poslání, zkušený v boji, avšak nezkušený v lásce, těžko ovládá svůj vztek, jeho slovní zásoba je naopak poznamenaná církevním životem.

Mezi Reidem a Lou se jedná o hate-love, enemies-to-lovers a slow-burn romanci. Právě romantická linka je na knize jedna z nejlepších věcí. Kromě jejich postupně se rozvíjejícího vztahu bych vyzdvihla i místa, kde se děj odehrává (Věž, lékařské oddělení, samotná středověká doba) a především sarkasmem sršící Lou.

Samotné téma knihy není sice zrovna nejoriginálnější, ale je podané zajímavým a čtivým způsobem, především pro čtenáře young adult a fantasy. Dalším plusem je krásná obálka, která zaujme na první pohled. Můžete se těšit na překvapivé momenty a nečekané zvraty (ovšem až na konci knihy). Mimo jiné je ověčená „nálepkou“ *bumbook TIP*, což je (pro zasvěcené) jistá záruka kvality.

ANKETA MEZI STUDENTY

(Aneta Koppová, Tereza Erhartová)

Anketa o distanční výuce, která byla rozeslána mezi naši třídu, ukázala tyto výsledky:

- Většine žáků distanční výuka vyhovuje, více než prezenční, což potvrdilo 65 % dotazovaných.
- K návratu k prezenční výuce z důvodu dostávání mnoha testů se bojí 100 % dotázaných. Ale i přesto, se najde hrstka žáků, co se na návrat do školy těší.
- S tím samozřejmě souvisela i otázka: Kolik si toho žáci z distanční výuky pamatují? Z dotázaných si 81 % pamatuje doslova něco málo z probíraného učiva.
- Nejlepší učitelkou distanční výuky vzešla z odpovědí studentů Ing. Kristýna Vrhelová.
- V neposlední řadě nás také zajímalo, zda žákům vadilo používání kamer při online hodinách. Výsledky dopadly dost vyrovnaně, ale spíše žákům používání kamer vadilo.
- Na závěr nás samozřejmě zajímala i nějaká vtipná nebo zajímavá historka z distanční výuky. Většine se zapnul v nevhodnou dobu mikrofon. Jedna z dotázaných odpověděla, že si místo mikrofonu zapnula kameru při rozloučení na konci hodiny. Po tomto omylu poté hodinu radši opustila. Nechyběly ani odpovědi, kdy přestal z ničeho nic spolupracovat počítač při testu a žák poté musel dostat „N“.

Doufáme, že jak nám, tak i ostatním žákům se návrat k prezenční výuce podaří a všichni to zvládneme, jak nejlépe umíme. Hodně štěstí a studijních úspěchů přejeme.

ERASMUS

(Hana Tušlová)

Je důležité, abychom se starali o naše životní prostředí a mysleli na udržování okolní přírody. A přesně tímhle se zabývá projekt ERASMUS+, který je určený pro studenty všech ročníků na středních školách.

Každý rok se několik škol spojí a pracují na nejrůznějších projektech, které byly vymyšleny jejich žáky. Vybraní z nich se pak potkají na jednom ze setkání v hostící zemi a prezentují si navzájem své nápady a vysvětlují, jak by pomohly životnímu a sociálnímu prostředí v jejich okolí.

Naše škola se momentálně zabývá udržitelným turismem v Jihočeském kraji, vzděláváním se o marketingových technikách a přichází s novým nápadem na zrenovování naší školní zahrady. Vážíme si každé pomoci od studentů, kteří dobrovolně ve svém volném čase myslí na přírodu a snaží se zlepšit naše životní podmínky a přejeme jim hodně štěstí s jejich projekty.



ROZHOVOR S MATURANTEM

(Natálie Postlová)

Jsi student? Máš strach z maturity nebo by ses o ní jen rád dozvěděl něco víc? Pokud ano, čti dál, toto je článek přímo pro tebe! Vyzpovídala jsem letošního maturanta Dalibora Vlčka ze 4. AL., aby ses mohl dozvědět užitečné informace, rady či tipy, týkající se maturity a také lehce nahlédnout pod pokličku života studenta 4. ročníku naší milované obchodní akademie.

Hned z kraje, má podle tebe vůbec maturita váhu pro život?

„Ano, podle mě určitě má, nejsem ten typ, co by ji zpochybňoval, ale samozřejmě ji nemusí mít každý. Jsou lidé, kteří se chtějí učit, chtějí maturitu, chtějí pak jít na vysokou a jsou lidé, dnes hodně potřební, vlastně čím dál tím víc, kteří se vyučí, a pak pracují jako řemeslníci. A ti lidé jsou potřeba mnohdy i víc než kdejaký vysokoškolák, protože například opravit pračku si doma každý nedokáže. Ale určitě má pro mě maturita váhu a myslím si, že se s ní má člověk mnohem větší šanci uplatnit. Ostatní se na vás dívají jako na člověka, který už něčeho v životě dosáhl. Samozřejmě není to vysoká škola nebo titul, ale prostě už je to nějaký mezník, že ten člověk má něco za sebou.“

Kdy se nejlépe začít učit na maturitu?

„V září prvního ročníku bych to doporučil. Ne, to samozřejmě nikdo asi slyšet nechce, že jo, ale minimálně knížky na češtinu musí člověk číst průběžně, jelikož přečíst poté 20 knížek za měsíc sice nějak zvládnete, ale je to akorát trápení. Dvacet knížek na měsíc – dva je fakt hodně. Já vím, že to někomu dělá problém, ale je dobré se opravdu snažit číst je průběžně, aby si je člověk pak už jen zopakoval. A celkově s učením je lepší začít alespoň ten měsíc před, avšak člověk si sám musí říct, co umí, co neumí a podle toho si určit, kolik času bude potřebovat.“

Jak se vůbec motivovat k učení?

„Myslím si, že člověk by si měl říct, že když se naučí a udělá to, tak ten pocit úspěchu a toho, že vše sám zvládnul, je neskutečně fajn. Myslím si, že to za to stojí. Já osobně jsem si řekl, že prostě nechci zažít ten pocit selhání, nechci si to zbytečně prodlužovat, naopak to chci moct jít oslavit, jít si pro to maturitní vysvědčení a být na sebe pyšný. Nejhorší je pustit se do toho, říct si jdu se učit, ale jakmile se člověk už učit začne, a tak nějak se do toho dostane, většinou už u toho nějakou dobu zůstane. Alespoň já jsem to tak měl. Třeba když jsem spolupracoval se spolužačkami, kolem toho samozřejmě nějaká sranda, tak jsme spolu vždy chytli tu chuť do učení. Když to člověka baví, tak je schopný naučit se opravdu hodně věcí. Proto je důležité spolupracovat s ostatními a snažit se zpříjemnit si to. Dát si k tomu kafe nebo čokoládu a půjde to.“ (usmívá se)

Z vlastní zkušenosti, je dobré učit se ještě pozdě do noci den před maturitou, anebo je lepší se kvalitně vyspat?

„Lepší je se vyspat. Já jsem zastánce lepšího spaní před zkouškou. Já si vždycky řekl „budu se učit dny předtím, ale ten poslední den už to vypnu a budu si řešit jiné věci“. Protože člověk je ten poslední den nejvíce vystresovaný a kdyby se ještě učil, říkal by si akorát „tohle neumím, tohle neumím“ a pak si udělá falešný pocit, že to vážně neumí, což tak není, když se člověk učil, tak to prostě umí. Ale ten den předtím je takový zvláštní v tom, že člověk má najednou pocit, že mu vše úplně vypadlo. Určitě je lepší se snažit jít spát brzo, a tak jako si vypnout a ten druhý den se to určitě povede.“

Byly ti užitečné cvičné didaktické testy z loňských let?

„Určitě, určitě. K didaktickým testům je to základ, protože Cermat často používá podobné typy úloh. Mění se tam nějaká jména, čísla a tak, ale jinak jsou ty úlohy svým způsobem na stejné úrovni. V češtině to samé, samozřejmě se objevují jiné texty, jiné otázky, ale jak se říká, je to pořád na jedno brdo.“

Jak hodnotíš letošní didaktické testy z češtiny a matematiky? Je něco, co bys Cermatu vytkl?

„Nechci mluvit za všechny, ale minimálně v naší třídě a co tak pozoruji na sociálních sítích a podobně, ta čeština byla, nechci říct lehčí, ale řeknu oblíbenější u nás studentů. Měli jsme z ní menší strach, a i si myslím, že ten didakták byl podobný těm z loňského roku, a že tam nebyl úplně nějaký podraz nebo tak něco. Takže si myslím, že jsme to snad všichni zvládli. Když to vezmu obecně, ten didakták moc nehodnotí naše znalosti češtiny, ale spíš dovednosti práce s textem a podobně.“

A co se týče matematiky, mám pocit, že hodně lidí letos pocítilo to, že ta matematika byla těžší nebo spíš trochu jiná než loňské roky. Sice jsme měli na test více času, přidali nám 15 minut navíc, s tím že nevím, jestli Cermat vyráběl ten test už předtím, nebo až po tom, co věděl tuhle informaci, ale prostě nám přišlo, že to bylo obtížné docela. Měli jsme z toho špatný pocit. Zpětně si myslím, že to byla špatná volba a měl jsem si vybrat angličtinu. U té samozřejmě nevím, co v ní přesně bylo, ale co jsem tak na ní slyšel ohlasy, tak s ní byli docela spokojeni i lidé, kteří se jí báli, kterým angličtina tolik nejde.“

Stresoval jsi se hodně před zkouškou, popřípadě máš nějakou radu, jak ten stres snížit?

„Samozřejmě jsem měl stres, kdybych řekl, že ne, tak lžu. Ale co proti tomu? Tak čokoláda, to je klasická rada, pak nějaký to kafe, určitě ne alkohol před zkouškou, protože pak to člověku mňí myslí. Hlavní je si sám sobě říct „zvládnou to“ a pak také mít nějakou podporu z okolí. Nejít tam s tím, že to asi neudělám, ale jít tam odhodlaně s tím, že se to zvládne a ono se to nakonec většinou opravdu zvládne.“

V čem je maturita na naší škole záludná?

„Tak ono záleží jak pro koho... Záludná je ale podle mě silné slovo. Člověk to bere jako takovou životní zkoušku, však se jí i říká zkouška dospělosti. Ale když se pak dostane těsně před tu maturitu, (my teda letos máme zkreslený pohled tím, že nám zrušili slohové práce a ústní část nám dali dobrovolnou) pozná, že dělá přesně to, co se učil celé ty čtyři roky a pokud dával pozor a alespoň trochu se tomu věnoval, většinu věcí si pamatuje a stačí mu si to jen zopakovat. V praktické části je 5 předmětů, takže student se musí na jednu zkoušku naučit 5 věcí, ale zjistí, že tam není obsáhlé úplně všechno, nakonec je nějaký výběr a z toho výběru se vybere ještě jedna konkrétní věc, kterou člověk samozřejmě neví, ale dá se na to nějak připravit. Potom na ústní je opravdu potřeba se učit, těch 20 otázek z účetnictví, 20 otázek z ekonomiky je hodně a je potřeba si to zopakovat, protože je důležité, aby člověk věděl, o čem mluví a dovedl něco smysluplného říct k onomu tématu alespoň.“

Jaké to bylo prožít 4. ročník na distanční výuce? Vyhovovala ti? Šlo by něco udělat lépe?

„Začnu tím, že mi nevyhovovala. My jsme byli skoro půlku třetáku a pak vlastně celý čtvrták doma. Na jaře jsme očekávali, kdy nám dovolí jít zpátky do školy. Vždycky řekli od února vás pustíme, pak to nevyšlo, od března vás pustíme, pak to nevyšlo... Prostě už jsme z toho byli všichni jakoby skleslí a do toho se ještě učít, zvlášť pak na maturitu... (posmutněl)

Zase když se vrátím k té distanční výuce obecně, tak si myslím, že na naší škole, hlavně v tom čtvrtáku byla zvládnutá dobře. Učitelé se snažili, dělali hodně online hodin. Občas se stalo, že někdo třeba poslal víc úkolů, než se dalo za tu dobu zvládnout, ale to bylo vážně jen minimálně. Samozřejmě se dalo něco udělat lépe, například se už od začátku víc ptát na zpětnou vazbu studentů. Ale jinak to všichni pojali dost odvázně a většina učitelů jakéhokoliv věku se s tím popasovala dobře. A ačkoliv distanční výuka nemůže nikdy nahradit tu prezenční, což je taková známá věta z televize, naši učitelé se velmi snažili, aby byla distanční výuka co nejlepší. Přesto už ji nechci nikdy zažít, už vůbec ne na vysoké škole.“

Poslední otázka, budeš rád zpětně vzpomínat na učitele?

„Určitě, určitě budu, hlavně teda z té doby, kdy jsme ve škole skutečně byli. Mám za to, že na naší škole jsou velmi dobří učitelé, sice jako na každé škole jsou někteří „horší“ a jiní „lepší“, ale u nás těžce převažují ti

lepší učitelé. Většina je velmi přátelská, dá se za nimi zajít, bavit se s nimi i o věcech, které úplně nesouvisí se školou. Člověk má plno zážitků ze školy, ač jsme tam rok a půl nebyli, tak stejně má člověk s každým nějakou tu vzpomínku, ať už vtipnou nebo nějakou, že byl zrovna zkoušený a nepovedlo se mu to. Nakonec si člověk řekne, že to vlastně bylo fajn, takže s odstupem času na to budu jistě rád vzpomínat.

ROZHOVOR S TŘÍDNÍ UČITELKOU

(Jiří Židek, Tereza Žofčáková)

Rádi bychom vás přivítali u našeho rozhovoru, kde se dozvíte mnoho zajímavých informací o jedné z nejlepších učitelek na naší Obchodce, Ing. Kristýně Vrhelové, naší paní učitelce třídní. Máte nyní čest nejen se skvělou učitelkou, ale také ekonomkou a dozajista skvělým rodičem. Nyní už se ale nezdržujeme a pojďme se pustit do rozhovoru, který jsme si právě pro vás připravili.

Jak vnímáte současnou situaci jako ekonomka?

Jako ekonom současnou situaci nevnímám dobře. Myslím, že všechna současně přijatá opatření budou mít své negativní důsledky.

Za co nejraději utrácíte?

Jako žena – za šaty a cestování (jako ekonom mám samozřejmě přesně rozvržené portfolio, kam směřují mé výdaje) (smích).

Jak vnímáte distanční výuku jako pedagog a jako rodič?

Nevnímám distanční výuku dobře – ani jako pedagog, ani jako rodič. Jako pedagog na této formě výuky postrádám vše, co mě na mé práci baví – zejména přímý kontakt se svými žáky. Zároveň špatně snáším ztrátu sociálního kontaktu a běžného režimu, a to nejen já, ale i mé děti.

Pokud byste mohla, změnila byste na průběhu distanční výuky něco? Pokud ano, co by to bylo?

Byla bych ráda, pokud bych se k ní „v plné verzi“ už nemusela nikdy vracet. Na druhou stranu, určitě nám to všem rozšířilo možnosti využití techniky (a bude to jistě vhodný doplněk prezenční výuky).

Chtěla jste vždy dělat učitelku?

Ano, a proto jsem šla na ekonomku (smích). A teď je to ideální kombinace.

Pokud byste mohla, změnila byste něco na českém školství? Pokud ano, co by to bylo?

Ano. Jeho zkostnatělost.

Jak vnímáte svoji třídu?

Je to „moje první“ třída, která si myslím, že se mi povedla (smích). Jen je mi líto, že se nám společný „prezenční“ čas dost zkrátil.

Jak se těšíte na návrat svých studentů do školy?

Těším se moc.

Co Vám podle Vašeho názoru zlepšil Váš den?

Nyní? To, že mohu do práce 😊 .

Co považujete za svůj největší úspěch?

Své děti.

Jaký je váš životní cíl?

Snažím se (jde to těžko) žít teď. Dle „teď“ se mění i životní cíle. Jedním z cílů je chodit na kurzy tance.

Co Vás v životě motivuje?

Nové výzvy.

Kdo Vás v životě nejvíce ovlivnil? A jak?

Určitě rodiče – podporou všech mých rozhodnutí. Nyní – moje děti (rovněž podporou všech mých rozhodnutí – smích).

Pokud byste měla natočit film o Vaší nejtípnější situaci v životě, jak by se jmenoval? A proč?

Na takovou situaci ještě čekám :-D

Jak by se jmenoval film natočený podle Vašeho dosavadního života? A proč?

Dlouho přemýšlím – asi „člověk mění, život mění“. Proč? Protože si myslím, že to je obecně platné pravidlo.

Na závěr bychom rádi poděkovali paní Ing. Kristýně Vrhelové, naší třídní učitelce, za její ochotu s námi udělat rozhovor. Bylo to velmi příjemné na něm s vámi spolupracovat.

Třeba se v něčem z něj poznáváte anebo vás něco z něj inspiruje. Nebo jste si třeba jen vychutnali hrnek lahodné kávy a u toho jste si zpříjemnili chvíli právě naším rozhovorem. Ať tak či onak věříme, že se vám zprostředkovaný rozhovor líbil.

Kam byste se nejraději podívala?

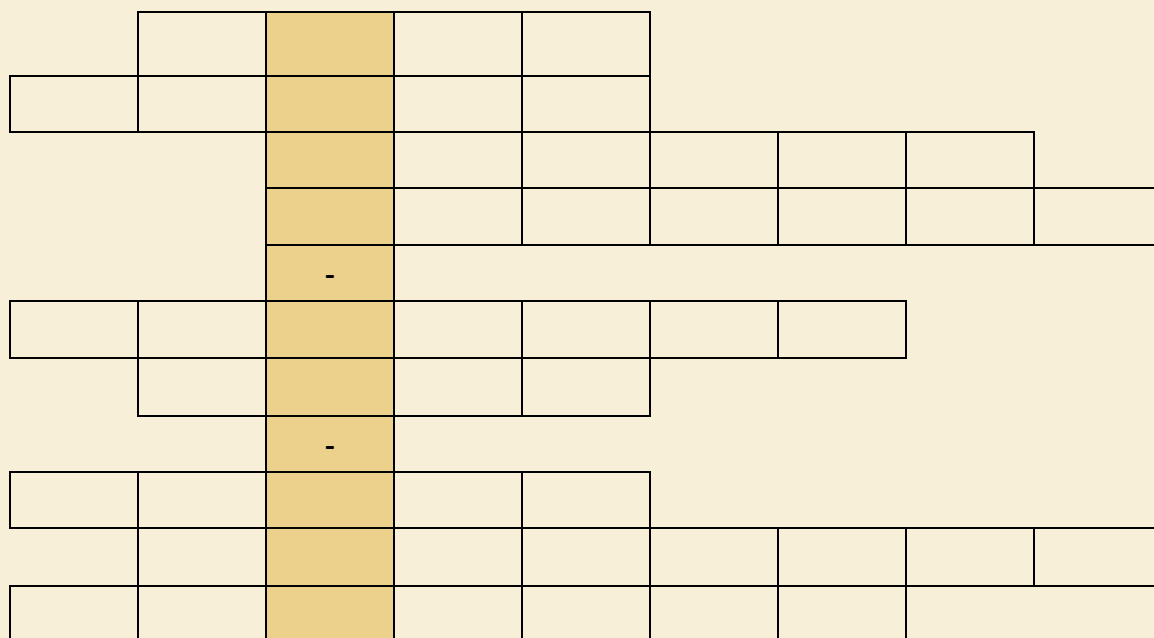
Do Paříže.



RÉBUS

(Jan Voráček, Jan Půlpytel)

OACB A DOBA KORONAVIROVÁ



1. Jakou část oblečení nenesí náš prodavač v bufetu?
2. Jak se jmenuje program, který nahradil prezenční výuku na oacb přes koronavirovou karanténu?
3. Jaká organizace vytváří testy díky, kterým se můžete dostat na střední školu?
4. Jak se jmenuje program, ve kterém jsou žáci OACB klasifikováni?
5. Jak se jmenuje náš ministr zdravotnictví, který se účastnil v Superstar?
6. Jaké je příjmení politika, který nás během covidové karantény informoval o vládních nařízeních na sociální síti Instagram?
7. Jak se lidově říká stránce přes, kterou zkouší pan učitel Pánek?
8. Jak se jmenuje časopis, který právě čtete?
9. Jak se jmenuje každoroční studentská akce v květnu, na které se OACB každoročně účastní?

Redakce časopisu:

Šéfredaktorka: Tereza Žofčáková

Zástupkyně šéfredaktorky: Jitka Šubrtová

Jazyková korektura: Michaela Dolejší, Štěpánka Smolová, Jitka Šubrtová, Tereza Žofčáková

Grafické zpracování: Patrik Velíšek, Tadeáš Wagner

Propagace a distribuce: Jakub Budil, Nikola Hájková, Barbora Houdková, Karolína Moučková,

Kateřina Příbylová