

1.C SAMOŠTÚDIUM 1.2.2021 – 5.2.2021

MAT – Mgr. Čakajdová lubicacakajdova@gmail.com

Pošlite dňa. 8. 2. a 9.2. 2021

Prosím poslať úlohy z minulého týždňa

/2 strany/ intervaly- zápis, prienik a zjednotenie. Dodržte termin, mám toho veľa na opravu. Neposielajte v iné dni!!!!

SJL - PaedDr. Krajčovičová

MIGUEL DE CERVANTES SAAVENDRA (španielska literatúra)

Dômyselný rytier Don Quijote de la Mancha - román – paródia (satira) na rytierske romány, pikareskný román, ktorý uviedol do literatúry komicky vyjadrený rozpor medzi skutočnosťou a ilúziou. Je to jedno z najčítanejších literárnych diel vôbec a najčítanejšie a najprekladanejšie dielo španielskej literatúry. Napísal ho jednoruký Cervantes v sevillskom žalári bez zatrpknutosti a s úsmevným humorom, plný múdrosti a lásky k človeku na prahu staroby, po mnohých životných sklamaníach a literárnych neúspechoch.

Román začína predstavením hlavnej postavy - chudobného šľachtica, ktorý všetok svoj čas trávi čítaním starých rytierskych románov. Fiktívny svet ho vtiahne natoľko do seba, že sa pomätie a rozhodne vzkriesiť zašlú slávu rytierskeho stavu tým, že sa stane potulným rytierom, ktorý napráva krivdy, pomáha vdovám a sirotám a ochraňuje slečny. Od tohto počinu sa ho snažia odhovoriť Quijotovi susedia farár a holič a tiež jeho verný zbrojnoš Sancho Panza, /prefikáný sedliak), ktorý ho na jeho výpravách sprevádza. Hneď prvá výprava mala pre dona Quijota veľký význam, pretože na nej bol v hostinci, v jeho ponímaní hrade, pasovaný za rytiera. Cítiac sa konečne pravým rytierom, vydal sa don Quijote za svojím veľkolepým cieľom. Ďaleko však nedošiel, pretože hneď za bránami hostinca sa dostal do sporu so sedliakmi, ktorí neboli ochotní uznať, že jeho láska Dulcinea del Toboso, v skutočnosti slúžka, je najkrajšou ženou na svete. Na chrbte svojho verného koňa Rocinanta (slovná hračka: *fue rocín antes* = predtým to bola mršina) sa rozhodol stretať sedliakov, nanešťastie však spadol z koňa a jeden zo sedliakov dona Quijota poriadne zbil. Prvý súboj novopečeného rytiera teda dopadol porážkou, ako vlastne všetky jeho „súboje“. Zbitého rytiera našiel sused a odviezol ho domov. Liečili ho farár s holičom a snažili sa ho presvedčiť, aby na svoje pochabé plány zabudol. Don Quijote sa ale nenechal odradiť a vybral sa na ďalšiu cestu. Na nej ho už sprevádzal prostý sedliak Sancho Panza, ktorého don Quijote presvedčil prísľubom, že mu za zásluhy daruje ostrov. Putuje na úbohom koni so zbrojnošom Sanchom Panzom a jeho dobrodružstvá sa končia vždy zosmiešnením (boj s veternými mlynmi, ktoré považuje za obrov, alebo s krdľom oviec => nepriateľským vojskom). Quijote začínal pomaly vnímať realitu a k precitnutiu prispel prehraný súboj s rytierom Bieleho mesiaca, ktorý tvrdil, že dáma jeho srdca je krajšia ako Quijotova Dulcinea. Quijote musel po prehranom súboji sľúbiť, že sa vráti do rodnej dediny a na rok prestane vykonávať rytiersku činnosť.

Na ceste domov sa don Quijote zmieril so svojím osudom, kvôli čomu však stratil svoj životný cieľ a tým aj chuť žiť. Po návrate domov dostal vysoké horúčky a onedlho na to, plne vnímajúc realitu, umrel. Cervantes stavia do konfliktu dva svety: svet ideálov a svet skutočnosti a využíval humor a satiru na kritiku stredovekého feudálneho sveta.

Dielo nepochybne patrí k významným svetovým dielam. Už niekoľko storočí jeho príbehy očarujú čitateľov po celom svete. Stal sa symbolom čistoty duše. Vďaka jeho pokusom dosiahnuť nemožné sa vžilo označenie „Don Kichot“ pre ľudí, ktorá sa snažia dosiahnuť nemožné.

SLOVENSKÁ HUMANISTICKÁ A RENESANČNÁ LITERATÚRA začala neskôr ako vo svete (1500 – 1650)- vpády Turkov, presadzovanie reformácie, protihabsburské povstania, 1465 – Academia Istropolitana - založil Matej Korvín

Ján Jesenius: odborné diela, lekár, ktorý previedol prvú verejnú pitvu v Čechách, profesor KU

Jakob Jakobeus: *Slzy, vzdychy a prosby slovenského národa* (národno-vlastenecké myšlienky)

Martin Rakovský: *O svetskej vrchnosti* – vykresľuje spravodlivého panovníka

WILLIAM SHAKESPEARE (anglický autor divadelných hier)

- komédie: *Skrotenie zlej ženy, Sen noci svätajánskej, Mnoho kriku pre nič, Veselé panie z Windsoru ...*
- historické hry: *Henrich VI., Richard III.*
- tragédie: *Hamlet, Othelo, Kráľ Lear, Rómeo a Júlia*

Rómeo a Júlia

hl. postavy: Júlia Kapuletová, Rómeo Montek, ich rody sú znepriatelené

- príbeh sa odohráva vo Verone v 16. st. - je vymyslený - Rómeo a Júlia sa stretávajú na maškarnom bále, boli to deti: Júlia - 13, Romeo - 15, vzniká láska na prvý pohľad, tajne sa zosobášia

Rómeo musí z mesta odísť, rodičia nútia Júliu k sobášu s iným, preto užije nápoj, po ktorom bude vyzerat' ako mŕtva, a chce počkat' na Rómea. Rómeo dostáva správu, že Júlia je mŕtva, prichádza na cintorín, ľahne si do hrobu a vypije jed. Júlia sa zobudí a keď zistí, že Rómeo je mŕtvy, prepichne sa dýkou.

Rodiny oboch milencov sa nad ich spoločným hrobom uzmieria, no na záchranu ich detí je už príliš neskoro.

- najznámejšia scéna - balkónová (mladi ľudia si tu vyjadrujú lásku)

Hamlet

Hamlet, syn dánskeho kráľa, sa rozhodne pomstiť smrť svojho otca, ktorého

zavraždil vlastný brat, aby sa zmocnil trónu a oženil sa s kráľovnou – vdovou. Princ Hamlet

vykoná pomstu až po dlhom váhaní (známy je monológ Byť či nebyť?), a pritom zomierajú aj nevinní (Ofélia, ktorá ľúbila Hamleta, sa pomiatla a utopila, Oféliin brat vyzve Hamleta na súboj, v ktorom má Hamlet zomrieť otráveným mečom. Zraní princa, ale pri zámene kordov je sám smrteľne zranený).

Kráľovná pripíja na Hamletov úspech otráveným vínom a umiera, ranený Hamlet zabije vraha svojho otca.

Othelo

- v tejto tragédii víťazi podlosť a intrigy nad čistým ľudským citom

- čierny vojvodca benátskeho vojska Othelo v žiarlivosti podľahne intrigám kariéristu Jaga a zavraždí svoju nevinnú bielu manželku Desdemonu

- keď zistí, že sa dal oklamať, spácha samovraždu

ANJ – Mgr. Valachová

WB p. 26/1,2,3 27/4,5,6

SB p. 27/8, 10

NEJ - Mgr. Nováčiková

- opakovanie časovania nepravidelných slovies
- opakovanie slovnej zásoby danej lekcie
- AB s. 55/7

Tento týždeň mi neposielate cvičenie.

NAV - Ing. Vichnárová

1. Médiá – 8. Božie prikázanie

Charakteristika obsahu 8. Božieho prikázania.

Previnenia voči 8. Božiemu prikázaniu.

Diskusia so žiakmi o 8. Božom previnení v kontexte vplyvu médií na život človeka.

Opis vplyvu médií a reklám na život človeka.

Učivo je žiakom vysvetlené prostredníctvom videokonferencie.

CHEM – Mgr. Mišeje

OBN – Mgr. Chudá

Ústava SR ako základný právny dokument štátu

Prvá hlava

Slovenská republika je zvrchovaný, demokratický a právny štát; uznáva a dodržiava všeobecné pravidlá medzinárodného práva, zmluvy, záväzky, ktorými je viazaná, štátna moc pochádza od občanov, ktorí ju vykonávajú prostredníctvom svojich volených zástupcov alebo priamo.

Územie SR je jednotné a nedeliteľné, hranice sa môžu meniť len ústavným zákonom.

Nikomu možno odňať štátne občianstvo SR proti jeho vôli.

Štátnym jazykom je slovenský jazyk.

SR môže mier, bezpečnosť a poriadok za podmienok ustanovených medzinárodnou zmluvou zaradiť do organizácie vzájomnej kolektívnej bezpečnosti.

SR podporuje národné povedomie a kultúrnu identitu Slovákov žijúcich v zahraničí

Štátne symboly

Štátny znak – dvojitý strieborný kríž na červenom štíte vztýčený na strednom vyvýšenom vršku modrého trojvršia štátna

Vlajka – tri pozdĺžne pruhy: biely, modrý a červený + štátny znak Štátna pečať – znak SR, okolo ktorého je do kruhu umiestnený nápis SR

Štátna hymna – prvé dve slohy piesne Nad Tatrou sa blýska – Janko Matuška

Hlavné mesto SR - Bratislava

Druhá hlava

Základné práva a slobody

Všeobecné ustanovenia

Ľudia sú slobodní a rovní v dôstojnosti i v právach, základné práva sú neodňateľné, nescdzutiteľné, nepremlčateľné a nezrušiteľné

Základné práva a slobody sa zaručujú na území SR všetkým. Každý má právo slobodne rozhodovať o svojej národnosti

Povinnosti možno ukladať: zákonom, medzinárodnou zmluvou, nariadením vlády.

Základné ľudské práva a slobody

Každý má právo na život.

Nikto nesmie byť pozbavený života, trest smrti sa nepripúšťa.

Nikoho nemožno mučiť, ani podrobiť ponižujúcemu zaobchádzaniu.

Osobná sloboda sa zaručuje.

Obvineného alebo podozrivého z trestného činu možno zadržať len v prípadoch ustanovených zákonom (zadržaná osoba musí byť ihneď oboznámená s dôvodmi zadržania, vypočutá a najneskôr do 48 hodín prepustená na slobodu alebo odovzdaná súdu)

Do väzby možno vziať iba z rozhodnutia súdu, každý má právo na vlastníctvo.

Listové tajomstvo, tajomstvo dopravovaných správ a iných písomností a ochrana osobných údajov sa zaručuje. Sloboda myslenia, svedomia, náboženského vyznania a viery sa zaručujú.

Politické práva

Sloboda prejavu a právo na informácie sú zaručené. Petičné právo sa zaručuje. Právo pokojne sa zhromažďovať, občania majú právo zakladať politické strany a politické hnutia a združovať sa v nich.

Volebné právo je všeobecné, rovné a priame a vykonáva sa tajným hlasovaním.

Práva národnostných menšín a etnických skupín

Právo na vzdelanie v ich jazyku.

Právo používať ich jazyk v úradnom styku.

Hospodárske, sociálne a kultúrne práva

Každý má právo na slobodnú voľbu povolania a prípravu naň, ako aj právo podnikat' a uskutočňovať inú zárobkovú činnosť.

Občania majú právo na prácu. Zamestnanci majú právo na spravodlivé a uspokojujúce pracovné podmienky. Každý má právo na ochranu zdravia. Každý má právo na vzdelanie

Právo na ochranu životného prostredia a kultúrneho dedičstva

Právo na súdnu a inú ochranu

Každý má právo domáhať zákonom svoje práva. Každý má právo na právnu pomoc v konaní pred súdmi. len súd rozhoduje o vine, treste za trestný čin.

súdmi. len súd rozhoduje o vine, treste za trestný čin.

Tretia hlava

Hospodárstvo SR

Zakladá sa na princípoch sociálne a ekologicky orientovanej trhovej ekonomiky.

Národná banka je nezávislá centrálna banka SR; najvyšší riadiaci orgán je Banková rada – guvernér
Štátny rozpočet prijíma sa zákonom.

Dane a poplatky sú štátne a miestne, možno ich ukladať zákonom.

Najvyšší kontrolný úrad SR

Je to nezávislý orgán kontroly hospodárenia. Na čele najvyššieho kontrolného úradu je predseda. Za predsedu a podpredsedu môže byť zvolený každý občan SR, ktorý je voliteľný do Národnej rady SR.

Štvrtá hlava

Územná samospráva

Základom územnej samosprávy je obec, tvorí ju obec a vyšší územný celok obec a VÚC sú PO, ktoré za podmienok ustanovených zákonom samostatne hospodária s vlastným majetkom a so svojimi finančnými prostriedkami orgány obce: becné zastupiteľstvo – poslanci volení na 4 – ročné obdobie obyvateľmi obce primátor obce – volený obyvateľmi na štvorročné obdobie; je výkonným orgánom obce orgány vyššieho územného celku: zastupiteľstvo VÚC – tvoria poslanci volení na 4-ročné obdobie, predseda VÚC – volia obyvatelia na 4 – ročné obdobie.

Milí študenti

Z tohto učiva si osvojíme a preopakujeme

- **Základné znaky 1. a 2. 3.4. Hlavy Ústavy SR**
- **Osobitnú pozornosť venujeme právam a slobodám občanov.**

Poprosím prepísať, skopírovať.... a naučiť.

ETV – Mgr. Janoušková

TVORIVOSŤ

Tvorivosť (kreativita) je vnútorná sila človeka, ktorá ho poháňa robiť všetko čo najlepšie a po novom, a to nielen pre seba a svoje okolie a v konečnom dôsledku pre celé ľudstvo.

Tvorivosťou rozumieme produkciu nových a súčasne užitočných riešení, nápadov, myšlienok, činov, správania.

Každý človek má vrodenu schopnosť byť tvorivý. Tvorivosť sa v rozmanitých podobách prejavuje u väčšiny ľudí počas celého života. V praktickom živote je tvorivosť a logické myslenie oveľa dôležitejšie ako vecné znalosti alebo zručnosť rutinne riešiť úlohy.

Tvorivosť (kreativita) je spojené s uznaním hodnotnosti a užitočnosti nápadu jednotlivcom alebo skupinou. Podľa tohto kritéria rozoznávame:

- Najnižší stupeň tvorivosti je subjektívna tvorivosť, ktorá je užitočná len pre samotný subjekt. Človek prežíva radosť z objavy, motivuje ho k ďalšej činnosti. Napr. dieťa si vyrobí z plastelíny figúrku a hrá sa s ňou.
- Vyššia tvorivosť je vtedy, keď je nápad, myšlienka uznaná skupinou ľudí (30 – 1000). Čiže to, čo človek objaví, už neposudzuje a neuznáva iba on, ale to oceňuje širšie okolie. Napr. architekt navrhne detské ihrisko a mesto ho postaví.
- Za najvyššiu úroveň tvorivosti sa považuje tá, keď nápad, myšlienku uzná národ, spoločnosť. Napr. vynález mikročipu, vakcíny...

Treba poznamenať, že **tvorivý je každý človek**, aj ten, ktorý je mentálne retardovaný, ktorý je na vlastnej úrovni poznania. Neexistuje netvorivý jedlivec. Preto platí:

1. tvorivý môže byť každý človek, ale jeho úroveň je rôzna
2. tvorivosť sa môže rozvíjať v každej činnosti, ale nie každá činnosť poskytuje rovnaký

rozvoj tvorivosti

3. tvorivosť je možné rozvíjať, čiže táto schopnosť sa dá naučiť
4. tvorivosť je ťažká „práca“ v tom zmysle, že človek musí najprv mnoho vedieť, poznať, premýšľať a potom môže tvoriť
5. tvorivý môže byť človek v každom veku

Druhy tvorivosti:

- figurálna – napr. výtvarníci,
- slovná tvorivosť – spisovatelia,
- pohybová tvorivosť – napr. tanečníci, športovci,
- symbolická – v matematike
- v medziľudských vzťahoch – politici, manažéri.
- Vedecká – v oblasti rôznych vied

Pre tvorivosť je dôležitá:

Fluencia – množstvo, plynulosť, kvantita myšlienok.

Flexibilita – pružnosť myslenia, najrozmanitejšie myšlienky, nápady, reakcie. Flexibilita znamená nezotrávať pri jednom riešení situácie, problému, ale usilovať sa o rôzne riešenia

Originalita – je schopnosť produkovať nové, neobvyklé, vtipné riešenia. Je to jeden z najzákladnejších znakov tvorivosti. Originalita vzniká aj na základe fantázie, imaginácie, predstavivosti.

Zvedavosť – túžba vedieť, poznať, hrať sa s myšlienkami a rozličnými spôsobmi ich provokovať, skúmať, ochota a neúnavnosť pýtať sa.

Motivácia – motívy sú v podstate vnútorné pohnútky k istej činnosti. Tvoriví ľudia sú vnútorne motivovaní vlastnými túžbami, záujmami a potrebami.

Smelosť, odvaha – ide o vytrvalosť pri presadzovaní nápadu, odvážne konať, byť odlišný od iných, vystavovať sa nebezpečenstvu zlyhania, chýb, neúspechu alebo kritiky.

Predstavivosť – schopnosť snívaj vo svete fantázie, vytvárať si predstavy vecí, ktoré sme ešte nikdy nevideli, ktoré sa bežne vidieť nedajú. Je to sila intuitívne pochopiť, cítiť niečo, čo sme doteraz nepoznali.

Tvoriví ľudia sú:

- šťastnejší,
- dlhšie žijú,
- sú prospešnejší pre iných,
- je to spôsob seberealizácie,
- tvorivosť dáva zmysel životu.

Úloha

1. vymenujte 7 vecí, vlastností, ktoré sú dôležité pre tvorivosť
2. Môže byť tvorivý každý človek?
3. Uveďte konkrétny vlastný príklad na tvorivosť
 - a) subjektívnu
 - b) vyššej úrovne
 - c) najvyššej úrovne

Odpovede pošlite obvyklým spôsobom do 5.2. do 14.00

STO – Ing. Vichnarová

1. Ochrana spotrebiteľa, kontrolné orgány

Popis práv spotrebiteľov.

Určenie povinností predávajúcich.

Vymenovanie kontrolných orgánov a ich pôsobnosť.

Vysvetlenie legislatívnej úpravy ochrany spotrebiteľov a vymenovanie jednotlivých zákonov v oblasti ochrany spotrebiteľov.

Učivo je žiakom vysvetlené prostredníctvom videokonferencie.

Učebný materiál je zaslaný na mailové adresy žiakov.

TECH čašník, servírka - Ing. Kajanová

1) Základné tepelné úpravy – vyprážanie.

Uvedenú tému je potrebné si prepísať do zošita alebo vytlačiť a vložiť do zošita, naštudovať. Téma žiakom bola poslaná na emailovú adresu.

Úloha:

- zopakovať si témy: *Varenie, Zaprávanie, Dusenie...*,
- naučiť sa novú tému, a to:
- *popísať jednotlivé spôsoby pečenia.*
- **Opakovanie písomnou formou, dňa 04.02.2021 o 9.00 h** (základné tepelné úpravy – varenie, dusenie, pečenie, zaprávanie)!!!

TECH kuchár - Ing. Kajanová

1) Desiatové polievky,

2) Diétne polievky.

Uvedené témy je potrebné si prepísať do zošita alebo vytlačiť a vložiť do zošita, naštudovať. Témy žiakom boli poslané na emailovú adresu.

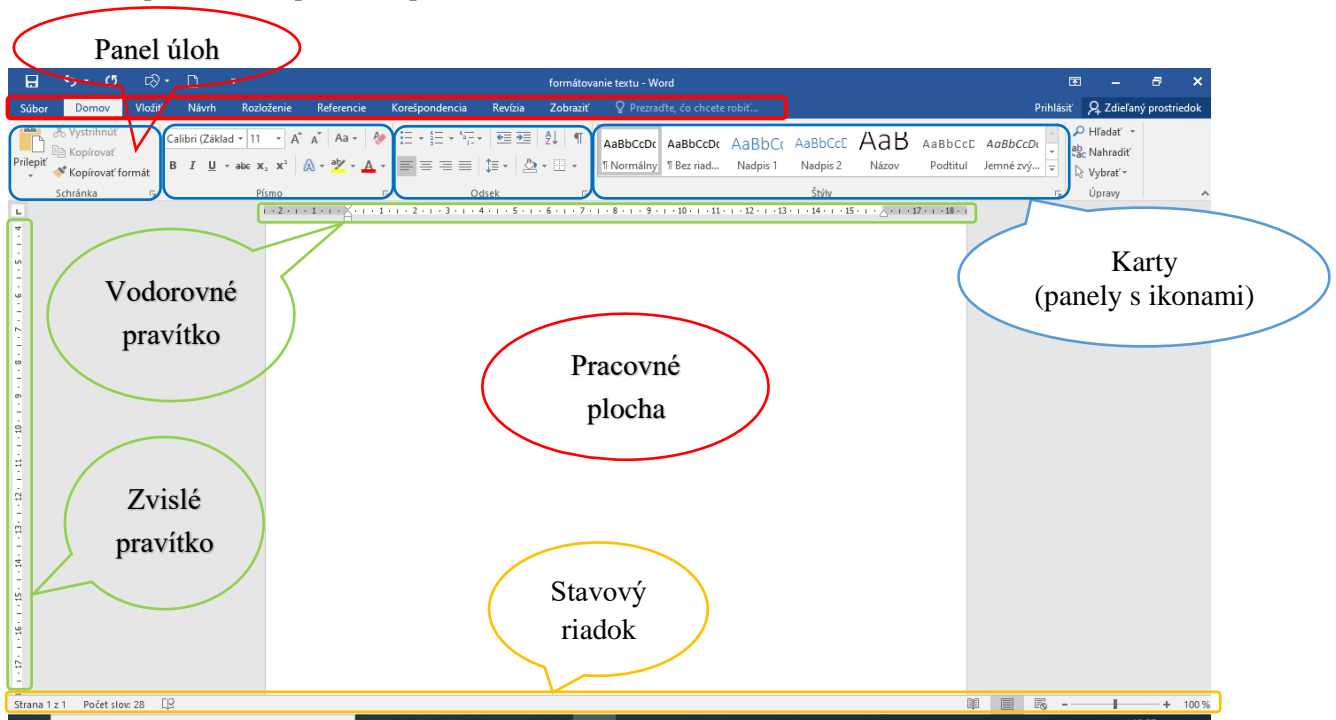
Úloha:

- zopakovať si témy: *Polievky – všeobecná charakteristika, vývary, hnedé, biele polievky.*
- naučiť sa nové témy, a to:
- *popísať úpravu desiatových polievok,*
- *popísať úpravu diétnych polievok.*
- **skúšanie na online hodine!!!**

INF – Mgr. Lacika

Textový editor: Microsoft Office Word 2016

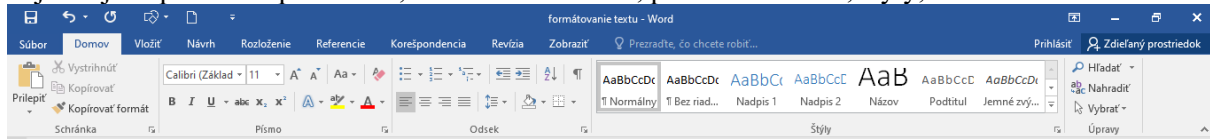
Budeme pracovať s verziou 2016, verzie od 2007 po súčasnosť sú dosť podobné, rozdiely sú minimálne. Na úvod si predstavíme pracovné prostredie.



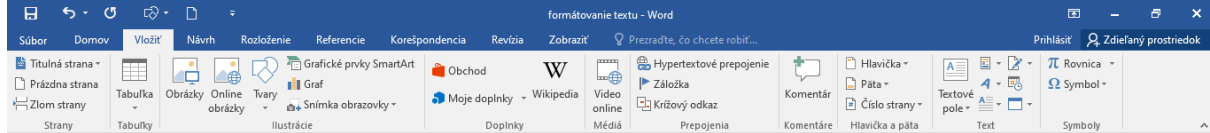
Panel úloh – tu sa nachádzajú jednotlivé panely, na ktorých sú rozdelené ikony podľa podobného charakteru.

Panel Súbor – základné informácie o dokumente, možnosti uloženia, tlače, ...

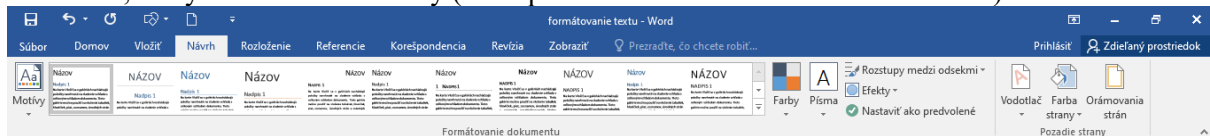
Panel Domov – najviac používaný panel, nachádzajú sa tu príkazy, ktoré sa vo Worde používajú najčastejšie: práca s kopírovaním, formátovanie textu, práca s odsekom, štýly, ...



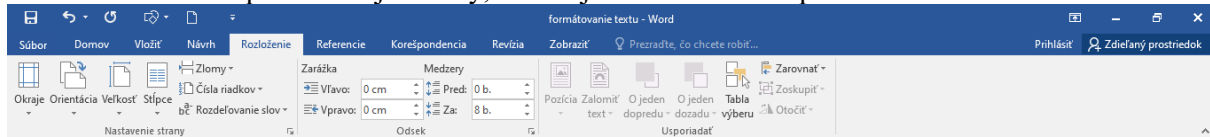
Panel Vložiť – nachádzajú sa na ňom všetky objekty, ktoré sa do textového dokumentu dajú vložiť. Je to napríklad tabuľka, obrázok, tvary, nachádzajú sa tu aj príkazy pre hlavičku a päť, pre vloženie textového poľa, ale aj dôležitých symbolov.



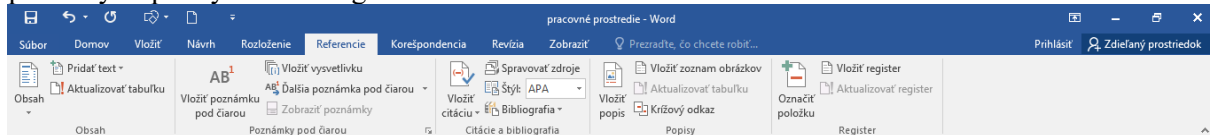
Panel Návrh – výber motívu s nastaveným formátovaním dokumentu, možnosti úpravy motívu, nastavenie vodotlače, farby a orámovania strany (tento panel sa v starších verziách nenachádza).



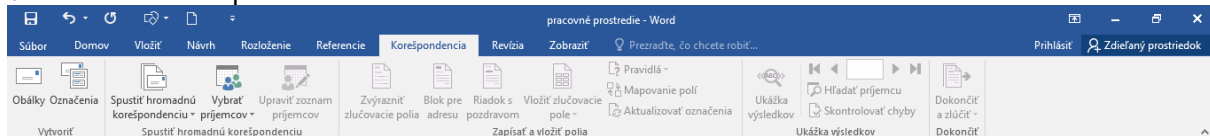
Panel rozloženie – v tejto skupine príkazov sa nachádza všetko týkajúce sa vzhľadu strany samotného dokumentu. Nastavenie okrajov, orientácia papiera, veľkosť, práca so stĺpcami a so zlomami. Dá sa tu nastavovať veľkosť predvolenej zarážky, alebo aj veľkosť medzier pred a za odstavcom.



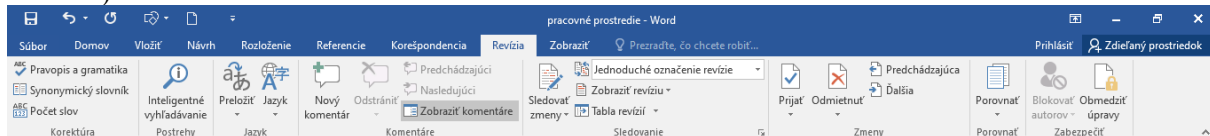
Panel Referencie – tento panel je určený na zjednodušenú prácu s obsahom dokumentu, s poznámkami pod čiarou, citáciami, na prácu s popisom obrázkov, alebo tabuliek a takisto pre prácu s odkazmi potrebnými pre vytvorenie registra.



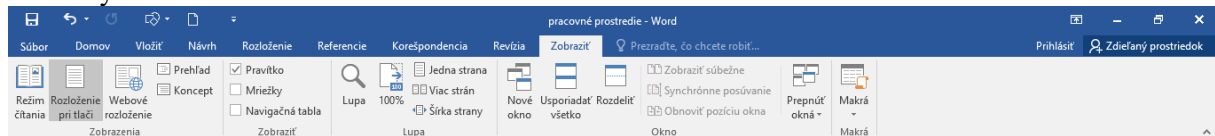
Panel Korešpondencia – tento panel je zameraný na prácu s tvorbou obálok, menoviek, alebo pri práci s hromadnou korešpondenciou.



Panel revízia – táto skupina je určená pre prácu s kontrolou pravopisu a gramatiky, s vkladaním komentárov, so sledovaním zmien a zabezpečením dokumentu (v starších verziách sa tento panel nazýva Posúdiť).



Panel Zobrazit' – slúži ako pomôcka pre iný typ zobrazovania dokumentov, pre skrývanie a zobrazovanie pravítka, štruktúru dokumentu, ale aj na zmenu mierky zobrazenia a prepínania sa medzi otvorenými oknami Wordu.



Môžeme sa stretnúť ešte s ďalšími panely (Formát, Návrh, Rozloženie, ...) , tie sa však zobrazujú až pri práci s vloženým objektom (obrázok, tabuľka, graf).

POV – RNDr. Žiarna

Téma: 20

ZELENINA – ZLOŽENIE, ROZDELENIE

= **jedlé časti pestovaných rastlín**

= súčasť zdravej výživy, niekt. aj liečivý význam

= vysoká biologická hodnota

zloženie:

= voda – 80-95% => prečist'ovací + odvodňovací účinok (uhorka, melón, rajčina)

= bielkoviny – 1-6%

= tuky – 0,1-0,5%

= sacharidy – 2-15%

= celulóza - 1-2% => znižuje riziko črevnej rakoviny + civiliz. chorôb

= min. látky (Ca, Mg, P, Fe, K), vitamíny (C, skup. B, A...)

= farbivá (chlorofyl, karotén..), triesloviny, aromat. látky. voňavé silice, rastl. enzýmy...

= podľa konzumovanej časti rastliny sa zelenina delí:

➤ **koreňová** = mrkva, petržlen, paštrnák, zeler, reďkev, cvikla, čierny koreň, chren, kvaka

➤ **listová** = šalát, špenát, čakanka, žihľava, kôpor, púpava, štiav

➤ **hlúbová** = kapusta, kel, kaleráb, karfiol, brokolica

➤ **plodová** = paprika, rajčina, baklažán, tekvica, cuketa, patizón, uhorka, melón, struk. fazuľa, zelený hrach, cukrová kukurica

➤ **cibuľová** = cibuľa, pór, pažitka, cesnak

➤ **lahôdková** = špargľa, rebarbora, artičoka, stopkatý zeler, fenikel

= pri manipulácii treba dodržiavať zásady (aby nevznikli straty vit., min.l.):

- umývať ju pod tečúcou vodou
- krájať na väčšie kusy
- nemáčať dlho vo vode
- vkladáť do vriacej vody, zabrániť prístupu vzduchu
- lepšie pariť + dusiť ako variť
- vodu z jej varenia použiť na polievky, omáčky
- zaradiť do každodennej stravy – najlepšie **čerstvá**

STO – RNDr. Žiarna

Téma: 46

Práce po ukončení prevádzky

= po odídení hostí nasledujú práce po ukončení prevádzky – na zabezpečenie plynulého chodu na nasl. deň

= hl. čašník zistí stav pokladnice, odvedie tržbu, odpíše stav pokladnice

= ostatní obsluhujúci personál vykoná

- odnesie zo stolov použitý inventár
- uloží malý stolový inv. na určené miesto
- poskladá obrusy, vlhké, mokré dá vysušiť
- uloží príručné stoly
- odloží servírovacie stoly

- vypne režóny + urobia potrebné úkony v chlad. stoloch + vitrínach
- skontroluje stav príborov, bielizne
- straty a poškodený inv. zapíše do záznamu
- vyvetrá, zatvorí okná
- uzavrie skladovacie priestory
- prekontroluje + zapne bezpečnostné zariadenia

Téma: 47

Podstata a funkcia JL

JL = súbor jedál, zostavený podľa gastronomických pravidiel do jednotného harmonického celku

Gastronomické pravidlá = súbor poznatkov + skúseností z oblasti stravovania, zostavovania JL, NL, usporadúvania slávnost. hostín a technológie prípravy jedál

= **moderná gastronómia** rešpektuje pravidlá zdravej výživy – cieľom = zabrániť rastu počtu civilizačných ochorení – obezita, onkol. ochor., vysoký TK a kardiovaskulárne ochor...

= pri zostavovaní JL sa odporúča:

- zaraďovať do JL najrôznejšie druhy potravín
- obmedzovať celkový energetický príjem, zohľadňovať energ. + biol. hodnotu potravín
- ponúkať jedlá obsahujúce málo tukov a veľa vlákniny
- ponúkať viac jedlá z rýb, hydiny ako hov. + bravč. mäso
- znižovať v jedlách obsah soli

= JL uľahčuje ponuku, objednávanie, registráciu, expedíciu, zúčtovanie jedál

= JL sa používa i ako reklama – môže sa vystaviť do vitríny už pred začatím prevádzky

= JL môže slúžiť aj ako suvení al. tovar – atraktívne lístky možno ponúkať na predaj napr. v šatni

FUNKCIE JL:

a) **ekonomická** => JL je zákl. výrobný plán zariadenia, podľa neho sa vyvíjajú všetky činnosti v stredisku; na tvorbe JL sa zúčastňuje – prevádzkar, šéfkuchár, hl. čašník, skladník, kalkulant

b) **informatívna** => JL, NL poskytuje zákl. informácie o stredisku, o sortimente jedál, nápojov, kt. sú v ponuke sortimentové minimum = určuje minimálny počet jedál + nápojov v rámci 1 druhu, kt. má mať stredisko v ponuke; určuje ho vedenie zariadenia; ponuku jedál treba aktualizovať

c) **kontrolná** => obsahuje ceny, množstvá jedál, nápojov; čašník na základe JL, NL vystaví účet; hosť ho zase môže pomocou JL, NL prekontrolovať

d) **estetická** => voliť vhodný obal a grafické riešenie obalu

e) **reklamná** => je propagačným materiálom

Téma: 48

Rozdelenie JL

= delia sa podľa rôznych kritérií

✓ **podľa stredísk:**

JL reštauračný; hotelový; kaviarenský; barový; vinárenský...

✓ **podľa času prevádzky:**

JL raňajkový; desiatový; obedový; olovrantový; večerový

✓ **podľa príležitosti:**

JL bežný; slávnostný

✓ **podľa času platnosti:**

JL stály (platný 1-2 roky); denný; kombinovaný = stály s dennou vložkou

stály reštauračný lístok – mení sa ročne; zna kvalitnom papieri, graficky upravený, nesmie sa v ňom škrtat', prepisovať

denný JL – odráža aktuálnu ponuku strediska, písaný pc/strojom; môže byť – obedový/večerový; vypredané pokrmy sa označujú

kombinovaný JL – umožňuje zaradiť sezónnu ponuku jedál + špecialít, reagovať na situáciu na trhu

kaviarenský JL – má menšiu ponuku polievok, pokrmov, viac vaječných jedál + múčnikov

vinárenský JL – ponúka pokrmy vhodné ku konzumácii vína, viac druhov syra, menej múčnikov

detský JL – delený pre deti 0 – 3r, 3 – 12 r.; ponúka kaše, mleté mäso, pre staršie deti pol-porcie

hotelový JL – má zodpovedať možnostiam prevádzky a požiadavkám hostí

špeciálne JL – atraktívna úprava; zostavované pri mimoriad. príležitostiach – dnu cudzej kuchyne, zabíjačkové hody, gastron. výstavy

cudzojazyčné JL – na prevádzkach s výskytom cudzincov, v oblastiach CR
= v malých prevádzkach = vhodné spojiť JL + NL

Téma: 49

Náležitosti JL

= sú formálne údaje ako:

- názov + sídlo strediska
- dátum alebo doba platnosti
- hmotnosť mäsa v surovom stave alebo hmotnosť použitých surovín
- názov pokrmu
- cena za pokrm, príp. upozornenie na zmenu ceny podľa hmotnosti niekt. pokrmov
- meno šéfkuchára, kalkulantu, vedúceho strediska a majiteľa
- stručná charakteristika pokrmov, energ. hodnota
- pri zostavovaní rešpektovať právne + hygienické normy

Téma: 50

Poradie jedál v JL

= vychádza z časovej postupnosti konzumovania jednotlivých jedál

= gastronomické zásady konzumovania sú:

- pokrmy sa podávajú od ľahšie stráviteľných k ťažšie stráv.
- nápoje sa podávajú v opačnom slede – od menej opojných, ľahších k plnším, sladším
- mäsa sa striedajú v poradí = svetlé, tmavé, hydina, zverina
- základná surovina sa neopakuje (mäso, vajce, ryby, zelenina)
- omáčky sa striedajú v poradí = tmavá, svetlá, biela
- úpravy jedál sa striedajú
- pripravujú sa vhodné sezónne jedlá
- podávané jedlá majú byť chuťovo rozdielne, aby predošlá chuť podporila tú nasledujúcu
- menu sa zostavuje s ohľadom na vek, pohlavie, zamestnanie, zdravotný stav strávníkov
- najprv sa konzumujú malé slané, neskôr energetické pokrmy, nakoniec sladké/slané dezerty

gastronomické poradie jedál:

1. **studené predjedlá** – vaječné výrobky, šaláty, plnená zelenina
2. **polievky** – vývary, biele, špeciálne..
3. **teplé predjedlá** – z rýb, mäsa, vajec, zeleniny, húb, cestovín..
4. **ryby**- sladkovodné, morské, kôrovce
5. **hydina**- hrabavá, vodná
6. **zverina** – pernatá, srstnatá, nízka, vysoká
7. **detské jedlá**
8. **diétne jedlá**
9. **špeciality** – šéfkuchára, dňa, regiónu, kuchyne, štátu
10. **hotové jedlá** – hovädzie, teľacie, bravč., mleté, baranie, drobký, varené, zaprávané, dusené, pečené, vyprážené
11. **jedlá na objednávku** – pripravené po zadaní objednávky - minútky
12. **jedlá zo zeleniny** – bežné a špeciálne
13. **teplé prílohy** – zo zemiakov, zeleniny, ryže, múky.
14. **studené prílohy** – šaláty, kompóty
15. **syry** – krémové, tvrdé, plesňové..
16. **teplé múčniky** – varené, pečené, vyprážené
17. **studené múčniky** – zákusky, pudinky, krémy, poháre, špeciality
18. **zmrzlina**
19. **ovocie** – kusové aj šaláty

EKN - Ing. Pavlovičová

TÉMA: Právne formy podnikania

Právna forma podnikania predstavuje **pravidlá**, podľa ktorých sa musí podnikateľ riadiť

Právne formy podnikania:

1. Štátne podniky

- vlastníkom majetku je štát

2. Živnosti - zvyčajne malé a stredné podniky, ktoré pôsobia vo sfére obchodu, služieb a remesiel

3. Obchodné spoločnosti - sú PO, ktoré sú založené za účelom spoločného podnikania alebo podnikania vo väčšom rozsahu

4. Družstvá - spoločenstvo neuzavretého počtu osôb založené za účelom podnikania alebo zabezpečovania potrieb svojich členov

- stavebné družstvá
- bytové družstvá
- roľnícke družstvá
- výrobné družstvá

5. Osobitné formy podnikania

- Tiché spoločenstvo
- Združenie osôb na spoločné podnikanie

6. Podnikanie zahraničných osôb - zahraničné osoby môžu podnikat' na území SR za rovnakých podmienok a v rovnakom rozsahu ako slovenské osoby

Podnikateľom môže byť FO alebo PO, ktorá zakladá podnik prevádzkuje jeho činnosť.

FO - Fyzická osoba je každý človek.

PO - Právnická osoba - spoločenský útvar, ktorý vytvoril jednotlivec alebo jednotlivci, prípadne organizácie

- vzniká dňom, ku ktorému bola zapísaná do obchodného alebo iného registra

Podnikateľ sa rozhoduje, či bude podnikat' sám ako jednotlivec alebo spoločne s inou osobou, či osobami

Budúci podnikateľ si kladie aj ďalšie otázky:

- Ako si zabezpečím peniaze na podnikanie
- Kto bude viesť podnik a zastupovať ho navonok
- Ako sa bude rozdeľovať zisk z podnikania
- Kto ponesie zodpovednosť za stratu, ak sa podniku nebude dariť
- Ako ukončím podnikanie v prípade neúspechu...

ÚLOHA:

- rovnako ako vždy si aj toto učivo vysvetlíme na online hodine
- pripraviť sa na skúšanie, rozpis a učivá máte uvedené v skupine

TSV – Mgr. Gráčik, Mgr. Urbanová

Milí žiaci,

Aj z médií počúvate, že je potrebné sa hýbať, venovať sa svojmu telu cvičením. O to viac na Vás apelujeme v oblasti starania sa o svoje zdravie, fyzickú kondíciu, stravovanie, hygienu a prísun vitamínov. Ponuka je pestrá, myslím, že aj zaujímavá.

Všetkým Vám držím palce. Buďte zdraví, zodpovední k sebe aj k ostatným.

Určite viete, že na odkazoch videa to nakopírujete do prehľadávača.

Dnes Vám prinášam novinku cvičenia Port de Bras. Je to cvičebná novinka vo svete tak som tam dal aj vysvetlenie.

Hlavná ponuka bude HIIT kardio workout (10 min.).

Pre peknú postavu a svaly posilňovacie cvičenia s komentárom ZORAFIT (10 min.)

Zdravotné cvičenie dnes pôjdeme formou Pilates pre zdravý chrbát

Ponuka na dnes:

1. Port de Bras (6 minút): <https://www.youtube.com/watch?v=vTeqdkhS-iM>

Port de Bras cvičenie spája prvky **baletu, moderného tanca, strečingu a príjemnej hudby**. Je ideálne, ak po celom dni nemáte náladu na preplnenú posilňovňu a potrebujete sa nielen rozhýbať, ale aj zrelaxovať. Ide o koncept, ktorý spadá do skupiny **Body & Mind**, ktorej názov hovorí za všetko. Kládie dôraz na telo aj myseľ, pretože bez jedného neexistuje druhé.

1. HIIT tréning – kardio workout (10 minút): https://www.youtube.com/watch?v=yv2XE_Ut3KU

2. Posilňovanie so Zorou ZORAFIT (10 minút): séria posilňovacích cvičení so sprievodným slovom:
<https://www.youtube.com/watch?v=8cu43v3bAMc>

3. ZDRAVOTNÉ cvičenie – PILATES na zdravý chrbát
<https://www.youtube.com/watch?v=9JMCU1ztBiw>

ODV – Bc. Michalková

ODV – Bc. Miškolciová