

## 2.B SAMOŠTÚDIUM 1.2.2021 – 5.2.2021

**MAT – Mgr. Čakajdová [lubicacakajdova@gmail.com](mailto:lubicacakajdova@gmail.com)**

Žiaci 2.A. a 2.B, ktorí boli k polroku neklasifikovaní, (majú predĺženú klasifikáciu do 31.3.2021.)  
Musia vypracovať tieto úlohy a poslať na mail / [lubicacakajdova@gmail.com](mailto:lubicacakajdova@gmail.com)/ bolo by dobre, ak pošlete do konca februára, v poslednom februárovom týždni. Ak si povinnosť nesplníte, hodnotenie bude “nedostatočný”. So želaním chuti do práce Čakajdová

ČAKAJDOVÁ ⇒ [lubicacakajdova@gmail.com](mailto:lubicacakajdova@gmail.com)

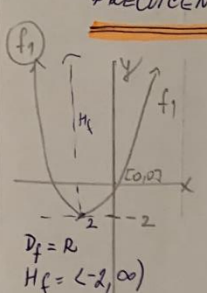
2.A 2.B do 13. 11. 2020

!!! vypracovávať poslať do 13. 11. 2020

PRECVIČENIE  $D_f$  a  $H_f$

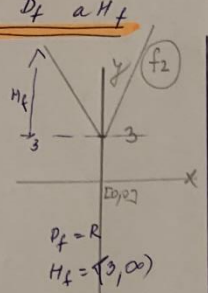
RIEŠTE PODĽA VZOROVÝCH (VČIAVO)

**f<sub>1</sub>**



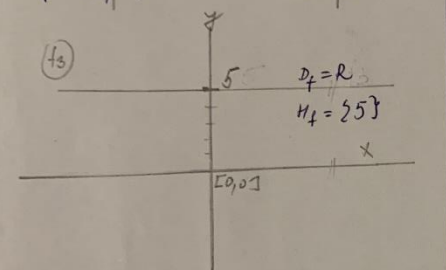
$D_f = \mathbb{R}$   
 $H_f = \langle -2, \infty \rangle$

**f<sub>2</sub>**



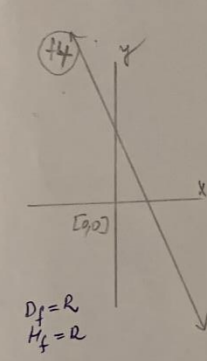
$D_f = \mathbb{R}$   
 $H_f = \langle -\infty, 3 \rangle$

**f<sub>3</sub>**



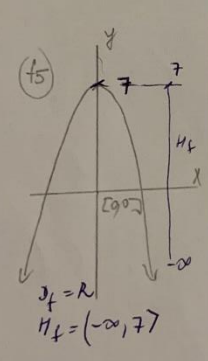
$D_f = \mathbb{R}$   
 $H_f = \{5\}$

**f<sub>4</sub>**



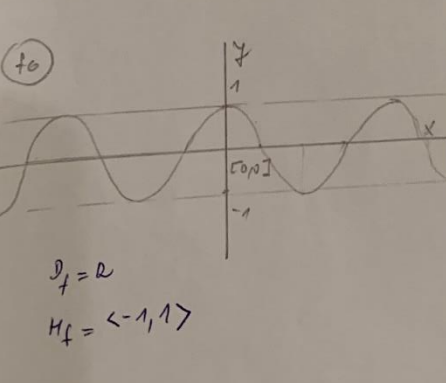
$D_f = \mathbb{R}$   
 $H_f = \mathbb{R}$

**f<sub>5</sub>**



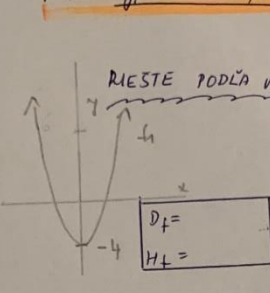
$D_f = \mathbb{R}$   
 $H_f = \langle -\infty, 7 \rangle$

**f<sub>6</sub>**



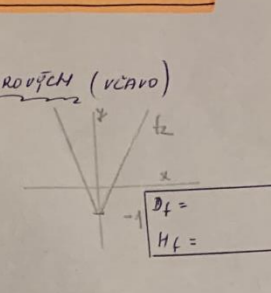
$D_f = \mathbb{R}$   
 $H_f = \langle -1, 1 \rangle$

**f<sub>1</sub>**



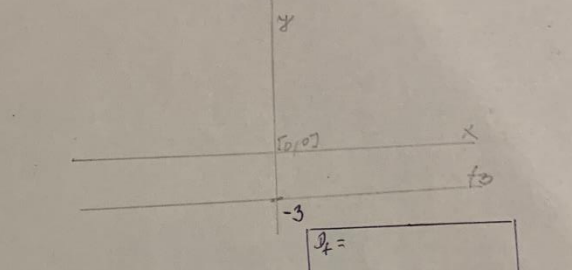
$D_f =$   
 $H_f =$

**f<sub>2</sub>**



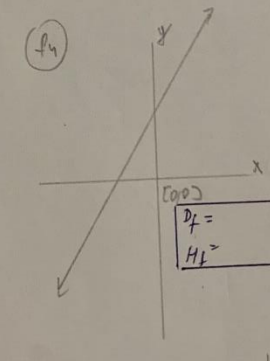
$D_f =$   
 $H_f =$

**f<sub>3</sub>**



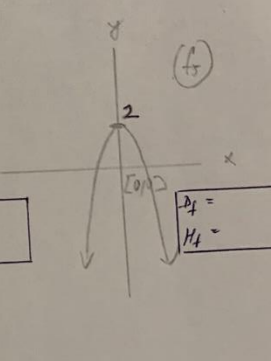
$D_f =$   
 $H_f =$

**f<sub>4</sub>**



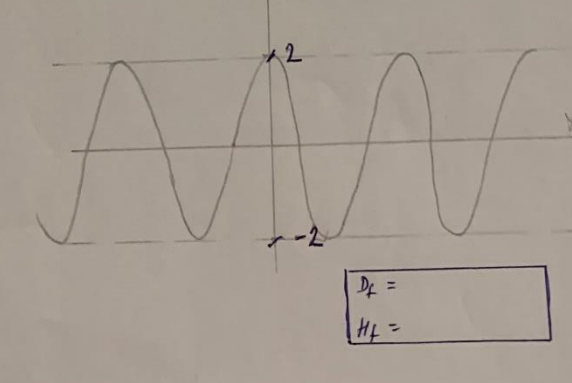
$D_f =$   
 $H_f =$

**f<sub>5</sub>**



$D_f =$   
 $H_f =$

**f<sub>6</sub>**



$D_f =$   
 $H_f =$

SB 4

14. 12. - 1. 1. 2021.

RIEŠTE SAMOSTATNE

Pr. 1

sústava:

$$\begin{cases} 5x - 3y = 2 \\ 10x + 6y = 4 \end{cases}$$

$$5x - 3y = 2$$

$$10x + 6y = 4$$

$$y = \underline{\hspace{2cm}}$$

do jednej rovnice

$$y = \underline{\hspace{2cm}}$$

$$y =$$

$$y = \underline{\hspace{2cm}}$$

$$x = \underline{\hspace{2cm}}$$

VÝSLEDOK:  $P = \begin{bmatrix} x \\ y \end{bmatrix}$

este vypočítat "y" (kľučie x prvej rovnice)

Pr. 2

sústava:

$$\begin{cases} 2x + y = 7 \\ -3x + y = 10 \end{cases}$$

$$2x + y = 7$$

$$-3x + y = 10$$

$$y = \underline{\hspace{2cm}}$$

do jednej rovnice

$$y = \underline{\hspace{2cm}}$$

$$y =$$

$$y = \underline{\hspace{2cm}}$$

$$x = \underline{\hspace{2cm}}$$

VÝSLEDOK:  $P = \begin{bmatrix} x \\ y \end{bmatrix}$

este vypočítat "y" (z prvej rovnice)

triedy 2.A,2.B

## SAMOSTATNÁ POLROČNÁ PRÁCA z MATEMATIKY

termín 18.1.2021 / nedodržanie termínu hodnotím nedostatočný/

Pr.1/ Zostrojte graf nepriamej úmernosti

$$f = \frac{3}{x} \quad x \neq 0$$

hodnotím: tabuľka = 2b, graf = 3b

Pr.2/ Riešte LR v R

hodnotím:

a/  $4x - 2./x+4/ = 10$

P 4b

b/  $\frac{7}{x+2} = 4$

podmienka 1b, P 4b

Pr.3/ Riešte lineárnu nerovnicu v R

$$2x < 2x+3 - 3./x+1/$$

hodnotím: P 4b

Pr.4/ Riešte sústavu LR o dvoch neznámych

$$4x + 2y = 14$$

hodnotím: vyjadrené „y“ z oboch rovníc 2b

$$6x - 8y = -12$$

zápis rovnice a riešenie porovnávacou m. 1b

výsledky x, y 2b

zápis oboru P 1b

## **SJL - PaedDr. Krajčovičová**

### **CHARAKTERISTIKA**

Je útvar opisného slohového postupu. **Opis** zaznamenáva všetky znaky, vlastnosti, v **charakteristike** si vyberáme len podstatné, typické vlastnosti.

- tieto znaky zaraďujú predmet alebo jav do istej skupiny a súčasne ho odlišujú od inej skupiny alebo jednotlivca

- je to vyjadrenie podstatných a rozlišovacích znakov predmetu alebo javu

Pri osobe: opis = iba vonkajšie vlastnosti

charakteristika = aj povahové vlastnosti

### **Druhy charakteristiky:**

- individuálna (jednotlivca)

- skupinová (kolektívu)

- priama (vymenuje charakterové vlastnosti)

- nepriama (vlastnosti vyplývajú z konania osoby) - povahu a charakter človeka spoznáваме podľa toho,

ako sa správa a ako koná. Priamou a nepriamou charakteristikou zachytávame:

· **temperament** – reakcie na podnety

· **vzťah k ľuďom**

· **záujmy a schopnosti** – nadanie, talent...

· **vzťah k práci a povinnostiam**

· **d'alšie vlastnosti** – striedanie nálad, prístup k životu, schopnosť vyrovnáť sa so situáciami

- autocharakteristika (sám seba)

- porovnávacía charakteristika (2 podobné veci, osoby)

- karikatúra (zveličenie vlastností)

### **Charakteristika môže byť:**

**Objektívna** - autor hodnotí, vymenúva vlastnosti osoby komplexne (aj dobré aj zlé) a nezaújaťo (bez úmyslu škodiť, alebo lichotiť).

**Subjektívna** - autor vyberá iba niektoré vlastnosti osoby, ktoré chce zdôrazniť, prípadne zveličiť.

**Administratívna charakteristika:** pre tieto útvary je charakteristická vecnosť, presnosť a výstižnosť.

Z formálnej stránky prehľadnosť, úhl'adnosť, čitateľnosť a formát.

### **Osobný posudok**

Musí byť objektívny, komplexný a zodpovedne vypracovaný. Musí obsahovať podpis a pečiatku.

Existujú aj **odborné posudky:**

OPONENTSKÝ (pri diplomovke),

ZNALECKÝ (súdniectvo, právo),

RECENZNÝ (časopisy – posudzovanie umeleckého diela)

## **ANJ - Mgr. Ondrušová**

Opakujeme 7. lekciiu – na maily ste dostali cvičný test. Pokúste sa vypracovať cvičenia podľa zadania, pracujte samostatne, nech nemusíme riešiť rovnaké omyly. Riešenie mi neposielajte, kontaktujte ma, ak niečomu nerozumiete.

**Nová téma – Sports** – dostali ste na maily, prečítajte si, preložte neznáme slovíčka, snažte sa zapamätať. **Odpovedzte na priložené otázky (160 – 180 slov), pošlite mi do 7.2.2021.**

## **NEJ - Mgr. Nováčiková**

- opakovanie slovnej zásoby danej lekcii
- opakovanie gramatiky
- príprava na test

Tento týždeň sa dohodnite v pondelok, kedy by ste chceli písať previerku a dajte mi vedieť. V prípade, že ešte niekto potrebuje zopakovať si gramatiku, sa mi ozve.

## **RUJ – Mgr. Chudá**

здравствуйте студенты, продолжаем работать с учебником“ радуга „

- Str. 98 2.1,2.2 – prečítajte s dôrazom na fonetiku
- Str. 99 cv. 2.3 odpovedzte na otázky – kto čo počúva a to podľa obrázkov. Pomôžte si slovíčkami v žltom rámečku
- 2.4 Kto na čom hrá? Pomôžte si opäť slovíčkami v žltom rámečku.
- Tieto slovíčka – všetky v rámečkoch prepíšte do slovníka.
- Str. 100, cv. 2.5 podľa obrázkov doplňte športy, ktoré vidíte /opäť je tu ako pomôcka žltý rámeček/.

Všetko pošlite už známym spôsobom.

## **CHEM – Mgr. Mišeje**

Sacharidy (Cukry)

Z chemického hľadiska to sú polyhydroxyketóny alebo polyhydroxyaldehydy, nakoľko vo svojej štruktúre obsahujú ketónovú alebo aldehydovú funkčnú skupinu a hydroxylovú funkčnú skupinu

- Sú zdrojom energie, ktorú využíva nervová sústava a svalstvo
- Súčasná spotreba je nadmerná (obezita, choroby srdca, cukrovka)
- V potravinách konzumujeme sacharidy vo forme glukózy, fruktózy, laktózy a maltózy

Sacharidy rozdeľujeme na tri hlavné skupiny:

1. Monosacharidy
2. Oligosacharidy
3. Polysacharidy

### **Rozdelenie monosacharidov**

- Podľa počtu uhlíkov v reťazci delíme monosacharidy na triózy, tetrózy, pentózy, hexózy, atď
- Podľa výskytu ketónovej alebo aldehydovej funkčnej skupiny delíme monosacharidy na ketózy a aldózy.

### **Rozdelenie oligosacharidov**

- Podľa počtu monosacharidových jednotiek v reťazci ich delíme na disacharidy (2 jednotky), trisacharidy (3 jednotky), atď.

### **Rozdelenie polysacharidov**

Polysacharidy môžeme rozdeliť podľa výskytu na

- rastlinné
- živočíšne

Monosacharidy

---

Monosacharidy sú jednoduché sacharidy, predstavujú základné sacharidové jednotky. Ich spájaním vznikajú zreťazené molekuly oligosacharidov a polysacharidov. Sú to bezfarebné kryštalické látky, dobre rozpustné vo vode alebo v zriedenom etanole, nerozpúšťajú sa v organických rozpúšťadlách. Je pre ne charakteristická sladká chuť.

Najvýznamnejšie monosacharidy so šiestimi atómami uhlíka v molekule sú glukóza a fruktóza a galaktóza

- Galaktóza – mliečny cukor
- Glukóza – hroznový cukor, nachádza sa v ovocných šťavách, v kvetnom nektáre, v mede (30%), v sušenom ovocí (60-70%)
- Fruktóza – ovocný cukor, sprevádza glukózu v mede a v ovocí

Oligosacharidy

---

Oligosacharidy majú reťazcové molekuly zložené z malého počtu monosacharidových jednotiek, väčšinou 2 až 10. Často sa používa samostatný názov pre oligosacharidy zložené z dvoch alebo troch monosacharidových jednotiek, ktoré sa nazývajú disacharidy a trisacharidy.

Medzi najznámejšie oligosacharidy patria:

- disacharidy
  - sacharóza – repný cukor (glukóza + fruktóza)
  - laktóza – mliečny cukor (galaktóza + glukóza)
  - maltóza – melasový alebo sladový cukor (glukóza + glukóza)
- Sacharóza – repný, trstinový cukor, používa sa ako sladidlo
- Laktóza – mliečny cukor, nachádza sa v mlieku (4%) vyrába sa zo sladkej srvátky a používa sa na preparáty pre výživu detí
- Maltóza – sladový cukor, vzniká enzymatickým štiepením jačmenného škrobu. Je súčasťou jačmenného sladu

## Polysacharidy

---

Polysacharidy majú reťazcové molekuly zložené z veľkého počtu monosacharidových jednotiek (molekúl). Stavebnou jednotkou polysacharidov býva často glukóza.

Medzi najznámejšie polysacharidy patria

- polysacharidy rastlinného pôvodu
  - celulóza – základná štruktúrna látka rastlín
  - škrob – základná zásobná látka rastlín
  - inulíny
  - pektíny
  - kyselina algínová
- polysacharidy živočíšneho pôvodu
  - glykogén – základná zásobná látka živočíchov, húb a baktérií
  - chitín – základná štruktúrna látka hmyzu, kôrovcov a húb
  - kyselina hyalurónová
  - heparín – zabraňuje zrážaniu krvi

## Bielkoviny

Bielkoviny sú stavebný materiál všetkých tkanív, krvi, hormónov, enzýmov a obranných látok v tele. Umožňujú rast a stálu obnovu buniek. V ľudskom tele sa tvoria z aminokyselín, človek na stavbu vlastných bielkovín potrebuje 24 aminokyselín. Niektoré z aminokyselín človek nedokáže sám vytvoriť a preto ich musí získať potravou => esenciálne aminokyseliny (lyzín, valín) nachádzajú sa v potravinách živočíšneho pôvodu, tieto bielkoviny sa nazývajú plnohodnotné. Rastlinné bielkoviny neobsahujú všetky esenciálne aminokyseliny – neplnohodnotné.

Straty bielkovín vznikajú odlučovaním buniek kože, vlasov, nechtov, krvácaním. Po rozpade bielkovín opúšťajú dusíkaté látky telo močom, potom stolicou. Na premenu má vplyv vek, druh práce, fyziologický stav človeka, teplota prostredia, spotreba ostatných živín. Zvýšený prívod bielkovín je potrebný pre deti, mládež a pre športovcov, tiež pri namáhavej práci.

## Delenie

- Jednoduché (proteíny)
- Zložené (proteidy)

Proteíny:

- Albumíny – obsahujú ich mlieko, vajcia, svaly
- Globulíny – sú vo svaloch, vajciach, v mlieku
- Lepok – nerozpustné bielkoviny, pšenica
- Elastín – sú časťou šliach elastických vlákien vo svaloch a v kostiach, sú nestráviteľné
- Kolagény – organická súčasť všetkých tkanív, dodáva im pevnosť a vláčnosť

### **Proteidy:**

- Kazeín – hlavná mliečna bielkovina
- Hemoglobín – krvné farbivo
- Mucín – dodáva lepkavosť

## **OBN – Mgr. Chudá**

**Politická strana** je organizovaná veľká skupina ľudí (v dnešnej dobe už spravidla politická organizácia), ktorej cieľom je získanie (štátnej) moci a/alebo presadzovanie určitej ideológie a/alebo riešenia nejakého problému.

### **Znaky politických strán**

- stabilná organizácia zahŕňajúca celú krajinu (resp. celý región)
- stabilné stotožnenie sa členov s organizáciou (ideologické alebo pragmatické)

V dnešných demokratických systémoch dostáva politická strana mandát na napĺňovanie svojich cieľov prostredníctvom volieb. Cieľom môže byť aj zničenie demokracie a nastolenie diktatúry - spravidla triednej alebo národnostnej. V záujme tolerovania a uznania strany štátom vydáva stanovky a registruje sa.

V nedemokratických (totalitných, diktatúrach) systémoch je spoločenstvom na ovládanie ostatných a voľby slúžia na predstieranie slobody ademokracie.

Strany sú väčšinou financované zo štátneho rozpočtu.

### Rozdelenie politických strán

---

- **tradičné delenie:**

- konzervatívne strany
- liberálne strany
- sociálne strany

- **delenie typu ľavica-pravica:**

- pravícové strany: konzervatívne strany, monarchistické strany, statkárske strany, fašistické strany
- stredo-pravé strany: liberálne strany, pokrokové strany, demokratické strany
- ľavicové strany: sociálno-demokratické strany, socialistické strany, komunistické
- ostatné: národnostné strany, náboženské strany, ekologické strany, profesné strany a i.

- **delenie typu vláda-opozícia:**

- vládne strany: tvoria vládu, a to buď samostatne alebo v koalícii
- opozičné strany: snažia sa prevziať politickú moc voľbami
- antisystémové strany (napr. extrémna pravica alebo extr. ľavica): snažia sa rozbiť súčasné spoločenské usporiadanie a nerešpektujú zásady pluralitnej demokracie

**Dobry deň, pokračujeme v učivách z politológie. V týchto hodinách sa zameriame na politické strany, ich znaky, klasifikácie. Prepíšte/skopirujte.../učivo a zaradte do systému s ostatnými učivami.**

## **NAV - Ing. Vichnárová**

### 1. Úloha Cirkvi v štáte a politike

*Charakteristika úlohy Cirkvi a úlohy politiky.*

*Určenie rozdielov medzi štátom a Cirkvou.*

*Rozlíšenie úlohy Cirkvi od úlohy politiky.*

*Posúdenie vzťahu Cirkvi a štátu v dejinách na základe poznatkov z dejepisu.*

**Učivo je žiakom vysvetlené prostredníctvom videokonferencie.**

## **DEJ – Mgr. Urbanová**

## **NOV – RNDr. Žiarna**

**Individuálne zadania** ,29.1.2021(prezentácia – min.12 slidov aj s obrazovou dokumentáciou)

**Termín odovzdania: do 07.02.2021**

1. Baraniková = Vitamíny (definícia, zloženie, význam pre človeka – všeobecne)
2. Bujnová = Avitaminóza, hypovitaminóza, hypervitaminóza a ich dôsledky
3. Galáč = Vitamín A (význam pre organizmus, zdroje vitamínu, dôsledky nedostatku/nadbytku)
4. Kňazeová = Vitamín D (význam pre organizmus, zdroje vitamínu, dôsledky nedostatku/nadbytku)
5. Jančovič = Vitamín E (význam pre organizmus, zdroje vitamínu, dôsledky nedostatku/nadbytku)
6. Jašková = Vitamín K (význam pre organizmus, zdroje vitamínu, dôsledky nedostatku/nadbytku)
7. Kuricová = Vitamín B<sub>1</sub> (význam pre organizmus, zdroje vitamínu, dôsledky nedostatku/nadbytku)
8. Mališková = Vitamín B<sub>2</sub> (význam pre organizmus, zdroje vitamínu, dôsledky nedostatku/nadbytku)
9. Mládeková = Vitamín B<sub>3</sub> (význam pre organizmus, zdroje vitamínu, dôsledky nedostatku/nadbytku)
10. Patrovič = Vitamín B<sub>5</sub> (význam pre organizmus, zdroje vitamínu, dôsledky nedostatku/nadbytku)
11. Poláková = Vitamín B<sub>6</sub> (význam pre organizmus, zdroje vitamínu, dôsledky nedostatku/nadbytku)
12. Pavelková = Vitamín B<sub>12</sub> (význam pre organizmus, zdroje vitamínu, dôsledky nedostatku/nadbytku)
13. Podhorský = Vitamín C (význam pre organizmus, zdroje vitamínu, dôsledky nedostatku/nadbytku)
14. Ševčíková = Vitamín B<sub>9</sub> (význam pre organizmus, zdroje vitamínu, dôsledky nedostatku/nadbytku)
15. Škreková = Vitamín H (význam pre organizmus, zdroje vitamínu, dôsledky nedostatku/nadbytku)
16. Uhláriková = Vitamín P (význam pre organizmus, zdroje vitamínu, dôsledky nedostatku/nadbytku)
17. Vajdová = Vitamíny pôsobiace ako antioxidanty
18. Voleková = Skupina vitamínov pôsobiacich na imunitu a ich základná charakteristika

**Téma:34**

**VITAMÍNY VO VÝŽIVE, AVITAMINÓZA, HYPOVITAMINÓZA, HYPERVITAMINÓZA**

**Samostatná práca** žiakov formou prezentácií

Bližšie informácie žiakom poslané na mailové kontakty

**Termín odovzdania/poslania prác = do 7.2.2021**

**Téma: 35**

**LIPOFILNÉ VITAMÍNY**

**Samostatná práca** žiakov formou prezentácií

Vitamíny A,D,E,K,F

Bližšie informácie žiakom poslané na mailové kontakty

**Termín odovzdania/poslania prác = do 7.2.2021**

**Téma: 36**

**HYDROFILNÉ VITAMÍNY**

Vitamíny skupiny B, C, H, P

**Samostatná práca** žiakov formou prezentácií

Vitamíny A,D,E,K.

Bližšie informácie žiakom poslané na mailové kontakty

**Termín odovzdania/poslania prác = do 7.2.2021**

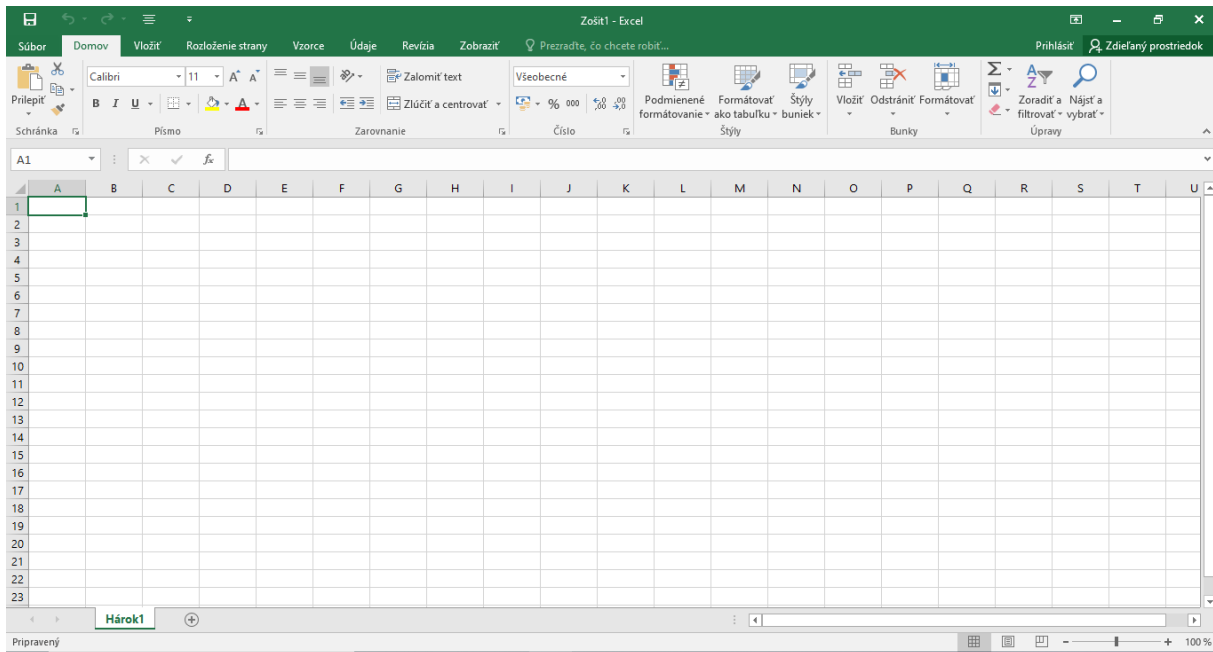


## IKT v hotelierstve – Mgr. Lacika

### Microsoft Office Excel

Začíname prácu s programom Microsoft Office Excel. Budeme pracovať s verziou 2016, od verzie 2007 až po súčasnosť sú verzie Excelu veľmi podobné, rozdiely sú minimálne.

Pracovné prostredie Microsoft Excel je podobné programu Word. Ikony sú rozdelené v jednotlivých paneloch, ktorých názvy súvisia s charakterom funkcií na jednotlivých paneloch.



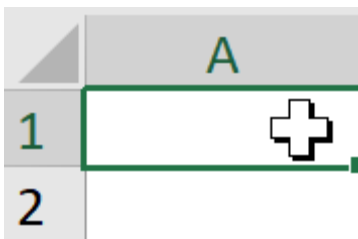
Pracovná plocha Excelu je rozdelená na stĺpce a riadky. Stĺpce sú označené písmenami A, B, C,..., nekončia však písmenom Z, za stĺpcom s písmenom Z nasledujú dvoj kombinácie písmen AA, AB, AC,..., následne troj kombinácie atď.. Riadky sú označené číslom od 1.

Možnosti zobrazovania kurzora:

Typ kurzora

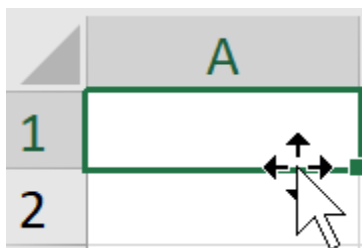
Činnosť

Ako na to



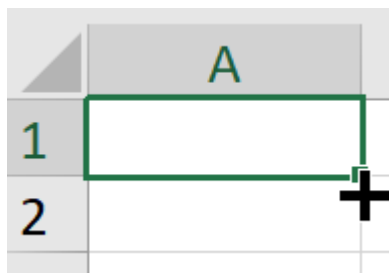
Označenie bunky alebo oblasti (rozsahu) buniek.

Ťahaním a držaním ľavého tlačidla myši vo vnútri bunky.



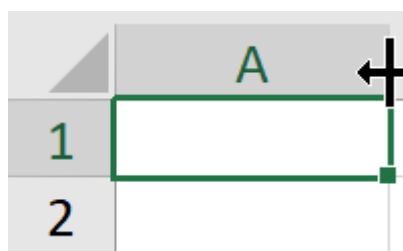
Premiestnenie obsahu bunky.

Ťahaním a držaním ľavého tlačidla myši po obvode bunky. Ak je pri tom zatlačená klávesa CTRL tak sa jedná o kopírovanie obsahu bunky.



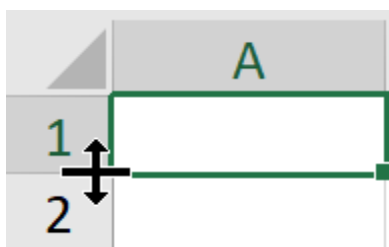
Kopírovanie obsahu (hodnoty, vzorca) bunky do susedných buniek.

Ťahaním a podržaním ľavého tlačidla myši (vodorovne alebo zvislo) úplne vpravo dolnom rohu bunky. Využijeme ak chceme skopírovať vzorec alebo údaj aj do ďalších buniek (spravidla dolu).



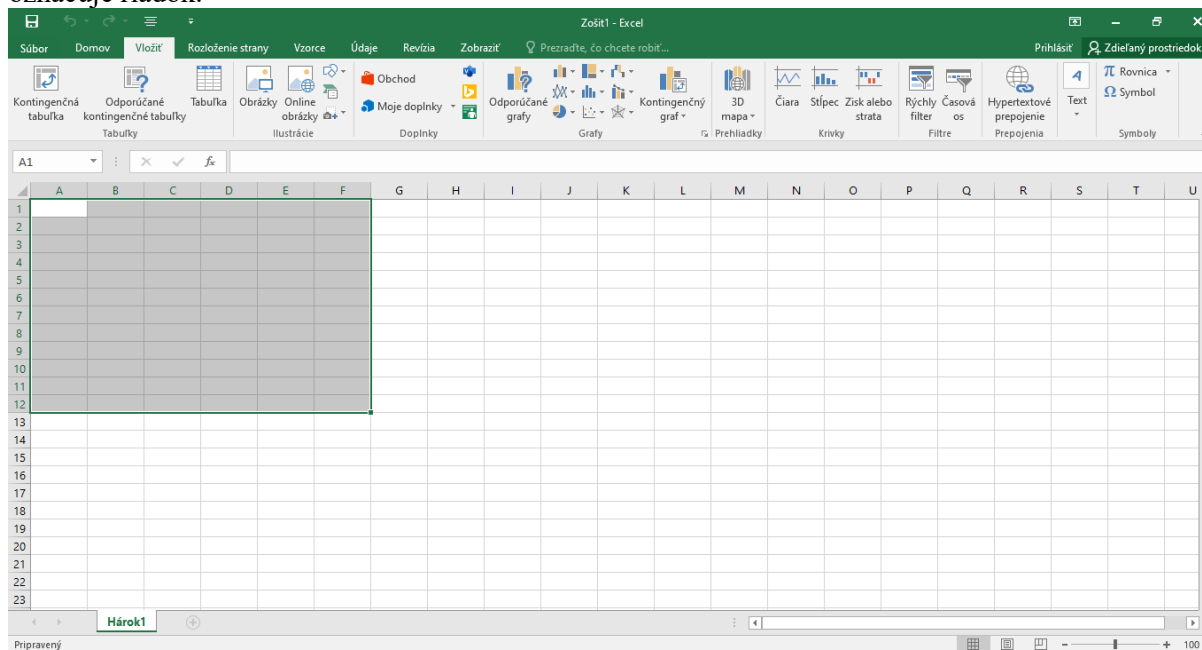
Zmena šírky stĺpca/výšky riadka

Ťahaním a držaním ľavého tlačidla myši v časti, kde sa pretínajú stĺpce alebo riadky.



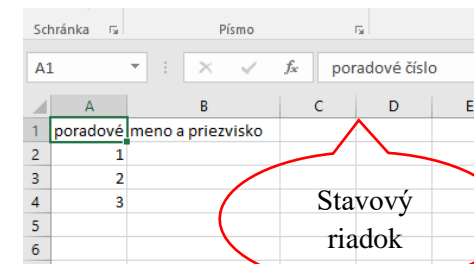
Pomocou kurzora myši je možné označiť viaceré bunky naraz. Nastavíme kurzor myši na stred bunky od ktorej chceme označovať (napr. A1), stlačíme LTM (ľavé tlačidlo myši) a ťaháme po bunku po ktorú chceme označiť (F12).

Každá bunka má svoje súradnice (A1, F12), kde písmeno (A, F) označuje stĺpec a číslo (1, 12) označuje riadok.

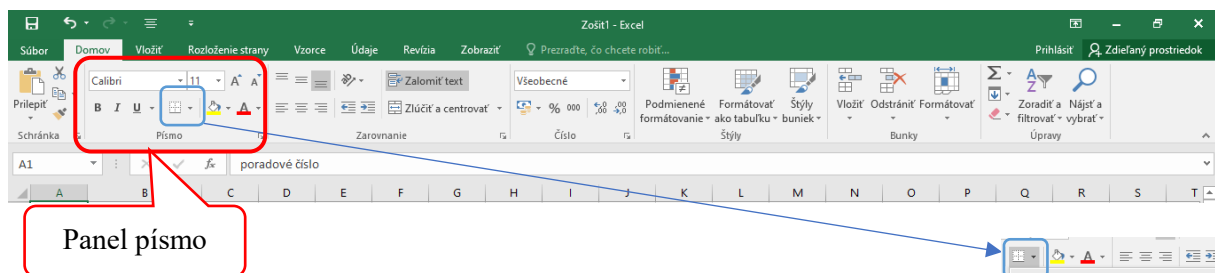
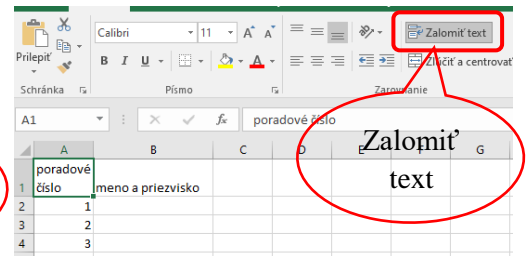


Text v bunkách je zarovnávaný zľava, čísla sa zarovnávajú sprava. Výraz poradové číslo je napísaný iba v bunke A1, aj keď text presahuje do stĺpca B. Do bunky B1 môžeme zadať iný výraz (meno a priezvisko). V bunke A1 zostal celý text, výraz ktorý je zadaný v tejto bunke je vidieť v stavovom riadku. Aby text bolo vidieť, môžeme rozšíriť stĺpec (stĺpec B je rozšírený v ukážke), alebo použijeme funkciu zalomiť text – text sa rozdelí do viacerých

A	B
poradové číslo	
1	
2	1
3	2
4	3
5	
6	



A1)



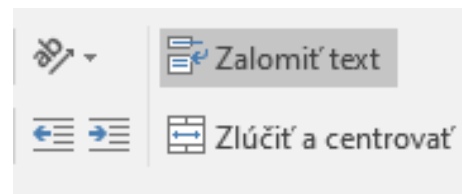
Panel písmo

Panel písmo – nachádzajú sa tu ikony na formátovanie textu, formátuje iba text v bunke, alebo v označených bunkách (viaceré bunky treba označiť). Nová ikona je zarovnanie, ktorá sa dá rozkliknúť a rozbalí sa ponuka možností orámovania. Odporúčam využívať možnosť všetky orámovania, ktorá vytvorí všetky čiary (ohraničenie tabuľky, rozdelenie stĺpcov a riadkov).



Skupina šiestich ikoniek na panely Zarovnanie slúži na zarovnanie textu z pohľadu bunky. Rozdiel oproti MS Office Word je ten, že vo Worde sa zarovnávalo z pohľadu okrajov, v Exceli je to z pohľadu bunky. Horný rad slúži na zarovnanie vo vertikálnej rovine – zarovnanie nahor, na stred, a nadol. Spodný rad zarovnáva v horizontálnej rovine – zarovnať doľava, centrovať a doprava.

Vedľa skupiny ikon na zarovnanie textu sa nachádza ikona orientácia. Pomocou nej vieme zmeniť otočenie textu. Ikony zmenšiť alebo zväčšiť zarážku slúžia na posúvanie textu v bunke, vytváranie tzv. zarážok. Ikona Zlúčiť a centrovať zlúči označené bunky, čiže odstráni medzi nimi deliace čiary. Ikonu Zalomiť text sme si spomínali v predchádzajúcej časti pri vkladaní textu.



## ETV – Mgr. Janoušková

### Medziľudské vzťahy.

Medziľudské vzťahy sú náročnou súčasťou ľudského života. Mnohí vieme, že veľakrát vyjsť sám so sebou je veľmi ťažké, nehovoriac o spolužití s inými ľuďmi.

Prvé vzťahy si vytvárame s rodičmi, prípadne súrodencami alebo inými ľuďmi, ktorí sú okolo nás od narodenia, pomáhajú nám a starajú sa o nás. Neskôr si budujeme vzťahy s inými deťmi, vznikajú prvé kamarátstva, lásky, manželstvá. V tých sa učíme komunikovať, podeliť sa, stáť si za tým, čo chceme, no aj vyrovnávať sa s odmietnutím a prvými konfliktami.

Dobré medziľudské vzťahy sú dôležité pre optimálne fungovanie ľudí v spoločnosti. Ak sú medziľudské vzťahy narušené, vznikajú konfliktné situácie, ktoré pôsobia negatívne na všetkých účastníkoch. Narušajú atmosféru medzi ľuďmi, v práci medzi kolegami.

Univerzálne pravidlo a odporúčania v oblasti medziľudských vzťahov a vzájomných spôsobov komunikácií NEEEXISTUJE!

**Dobrym medziľudským vzťahom prospieva tolerancia, empatia a rešpekt.  
Medziľudské vzťahy vážne narušajú prejavy nenávisťi ako diskriminácia, xenofóbia, rasizmus a šikanovanie.**

### **Tolerancia**

(fr. tolérance) je znášanlivosť, základný princíp spolužitia a demokratického postoja voči každému, kto sa líši farbou pleti, pôvodom, kultúrou, jazykom, zvykmi a tradíciami, názormi, spôsobom života. Je to odmietanie predsudkov vo všetkých oblastiach ľudského spolužitia.

Tolerantný človek vyslovuje svoj názor, svoju mienku, nesúdi, dáva priestor na vyjadrenie sa aj druhému, dokáže pripustiť, že niečo môže byť ináč, ako sme si predstavovali, naplánovali, ako sme chceli.

#### **Rozlišujeme rôzne formy tolerancie:**

- 1.) pasívna tolerancia = cynizmus - ľahostajnosť, t.j. nevšimáť si iných ľudí, nebrať ich na vedomie, je to tolerancia ľudí, ktorí chcú mať pokoj od všetkých, najmä tých, ktorým nemôžu pomôcť, z ktorej nemôžu profitovať. Nazývame ju aj egoistická tolerancia
- 2.) tolerancia v zmysle „ži a nechaj žiť“ - ja dám pokoj tebe, ty dáš mne, nezakladá sa na nejakom spolužití, iba umožňuje bytie vedľa seba
- 3.) aktívna tolerancia - pozitívna tolerancia, úsilie pochopiť tých druhých, poznať v čom a prečo sú iní, brať do úvahy ich odlišnosť, pochopiť ich, spoznať ich kultúru, a tak sa zbavovať predsudkov

### **Empatia**

Je schopnosť vcítiť sa do role iných. Je to schopnosť prejavovať záujem o ostatných, keď sú šťastní a aj smutní. Je to jedna zo zručností, ktorú sa môžeme naučiť práve vďaka tomu, že budeme vnímať svet okolo nás.

Je to aj schopnosť byť tu pre druhých kedykoľvek to potrebujú.

Empatia je niečo, čo si dokážete vypestovať, ak sa budete trochu viac snažiť.

### **Rešpekt**

**z latinského *respectus, respicere*, čo znamená brať ohľad na niečo, ale aj uznanie a úctu.**

**V podstate rešpekt znamená, že človek nepoškodí iného človeka ani fyzicky, ani psychicky, ani spoločensky, váži si ho, uznáva, ba dokonca bude mu nápomocný.**

Ak sa zo správania ľudí stráca rešpekt, tak sa zároveň stráca aj niečo podstatne ľudské. História nás poučá, že vždy, keď došlo k strate rešpektu medzi ľuďmi, došlo aj k „zosuroveniu a zdivočeniu mravov“. A potvrdzujú to napr. strašné vojnové udalosti z minulého storočia i udalosti zo súčasnosti

Úloha:

1. Vysvetlite vlastnými slovami, čo je tolerancia a uveďte 7 príkladov, čo by ste vy vo svojom okolí nikdy netolerovali
2. Vysvetlite vlastnými slovami, čo je rešpekt. Uveďte aj 3 príklady

Odpovede pošlite obvyklým spôsobom do 5.2. do 14.00

## EKN – Ing. Beková

### ▪ OPAKOVANIE - HOSPODÁRSKY CYKLUS

#### NEZAMESTNANOSŤ

- Charakteristika
  - Členenie obyvateľstva pre potreby sledovania nezamestnanosti
  - Miera nezamestnanosti
- Druhy nezamestnanosti
- Príčiny nezamestnanosti
  - Sociálno-ekonomické dôsledky nezamestnanosti

#### ▪ INFLÁCIA

- Charakteristika inflácie
- Druhy inflácie
- Dôsledky inflácie
- Miera inflácie

## 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](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=9JMCUIztBiw>

## ODV – Ing. Šestáková

Témy:

**Podávanie múčnikov, vhodná voľba a kombinácia s hlavnými jedlami**

**Víno: druhy, chyby, choroby, ošetrovanie, obsluha vo vinárni – servis bieleho a červeného vína**

Vypracovaný študijný materiál poslaný na mailové adresy žiakov

Online hodina v stredu 3.2.2021 o 9,00 hod.

DÚ: Pripravte si referát o chorobách alebo chybách vína na 1x A4, pošlite do 7.2.2021

## **ODV – Ing. Emilová**

**Témy:**

**Podávanie múčnikov, vhodná voľba a kombinácia s hlavnými jedlami**

**Víno: druhy, chyby, choroby, ošetrovanie, obsluha vo vinárni - servis bieleho a červeného vína**

Online hodina v stredu 3.2.2021 o 9,00 hod.

Vypracovaný študijný materiál poslaný na mailové adresy žiakov

DÚ: Pripravte si referát o chorobách alebo chybách vína na 1x A4, pošlite do 7.2.2021