

1.B SAMOŠTÚDIUM 8.3.2021 – 12.3.2021

MAT – Mgr. Čakajdová lubicacakajdova@gmail.com

Všetkých zdravím! ☺ Téma: Druhá a tretia odmocnina. Prepísanie odmocniny na mocninu. Preštudovať pozorne- do zosítovej vypracovať uvedené úlohy podľa vzorových úloh. Neposielať!

8.3. - 12.3. 2021

ODMOCNINY A MOCNINY.

Pri úpravách výrazov s mocninami a odmocninami sa ľahšie pracuje s mocninami. Preto môžeme odmocniny napísať ako mocniny. Využívame pritom vzťah: (ako odmocninu prepíšeme na mocninu).

$$\sqrt[3]{a} = a^{\frac{1}{3}}$$

$$\sqrt[4]{a} = a^{\frac{1}{4}}$$

$$\sqrt[5]{a} = a^{\frac{1}{5}}$$

$$\sqrt[2]{a^3} = a^{\frac{3}{2}}$$

$$\sqrt[2]{a^5} = a^{\frac{5}{2}}$$

$$\sqrt[2]{a^{21}} = a^{\frac{21}{2}} = a^1$$

kde som zoberala ① jednotku? \Rightarrow Pozoram sa na „a“ jeho exponent!!
 teda $\sqrt[2]{a}$ - som pozrím
 (ak tam nič nie je, je to ①
 lebo vidím „a“ jedno

\Rightarrow stupeň odmocniny $\sqrt{\quad}$ ide do menovateľa \Rightarrow pod zlom. čiary
 stupeň mocniny ide $\sqrt[2]{a^3}$ \Rightarrow nad zlom. čiary \Rightarrow do čitateľa

tada: $\sqrt[4]{a^7} = a^{\frac{7}{4}}$

$\sqrt[3]{a^2} = a^{\frac{2}{3}}$

Vzorové úlohy - prepíšite $\sqrt{\quad}$ = mocninu	Podľa vzorových pracujete!
$\sqrt[3]{x^2} = x^{\frac{2}{3}}$	$\sqrt[3]{b} =$
$\sqrt[5]{x^1} = x^{\frac{1}{5}}$	$\sqrt[5]{b} =$
$\sqrt[3]{x^4} = x^{\frac{4}{3}}$	$\sqrt[3]{b^3} =$
$\sqrt[2]{x^1} = x^{\frac{1}{2}}$	$\sqrt[2]{b^5} =$
$\sqrt[2]{x^2} = x^{\frac{2}{2}} = x^1 = x$	$\sqrt[3]{b^3} =$
$\sqrt[4]{x^2} = x^{\frac{2}{4}} = x^{\frac{1}{2}}$	$\sqrt[3]{b^6} =$
$\sqrt[2]{x^4} = x^{\frac{4}{2}} = x^2$	$\sqrt[2]{b^2} =$
$\sqrt[3]{x^6} = x^{\frac{6}{3}} = x^2$	$\sqrt[2]{b^8} =$
$\sqrt{x^8} = x^{\frac{8}{2}} = x^4$	$\sqrt[3]{b^6} =$
$\sqrt{x^3} = x^{\frac{3}{2}}$	

VEDIET, že

x keď nemá exp. znamená $x = x^1$

$a = a^1$

$x = x^1$

VEDIET, že

$\sqrt{\quad}$ = druhá $\sqrt{\quad}$ napíše sa ②!

10

8.3. - 12.3. 2021

1. roč. št. odborný + 1.C

TEMA:

ODMOCNINY $\sqrt{\quad}$ n-tá odmocnina

zápis odmocniny $\sqrt{\quad}$

n = stupeň odmocniny:

$\sqrt{\quad}$ $\sqrt[2]{\quad}$ $\sqrt[3]{\quad}$...
prvá druhá 3-tia 4-tá odmocnina

odmocnina je matematická operácia.

Dvojica operácií: $\left. \begin{matrix} \text{mocnina} \\ \text{odmocnina} \end{matrix} \right\} \text{navzájom} \\ \text{opacné} \\ \text{operácie}$

DRUHÁ ODMOCNINA: $\sqrt{\quad}$ (stupeň 2) \rightarrow zapisovateľná:

plati $(\sqrt{x})^2 = |x|$ pre každé reáln. č. "x"

Def. Druhá odmocnina kladového reálného čísla "a" (\sqrt{a}) je také kladové reáln. č. "x", pre ktoré plati $x^2 = a$

Teda: $\sqrt{\quad}$ (druhá odmocnina je definovaná (existuje) iba k kladným reálnym číslam).
 $\cong 0$ (z 0 a kladnejších.)

$\sqrt{\quad}$ neexistuje pre záporné č.

Teda: $\sqrt{25}$ } existuje } $\sqrt{-25}$
 $\sqrt{8}$ } je definovaná } $\sqrt{-8}$ } neexistuje (\Rightarrow nie je definovaná)
 $\sqrt{0}$ } $\sqrt{-100}$

Plati: $\sqrt{(-5)^2} = \sqrt{25} = |-5| = 5$
 $\sqrt{(-4)^2} = |-4| = 4$
 $\sqrt{(-\pi)^2} = |-\pi| = \pi$ (P.)

Plati: ak $a < b \Rightarrow \sqrt{a} < \sqrt{b}$
napr. $4 < 20 \Rightarrow \sqrt{4} < \sqrt{20}$

TRETIA ODMOCNINA: $\sqrt[3]{\quad}$

Defícia: Tretia odmocnina kladového reálného č. "a" ($\sqrt[3]{a}$) je také kladové reáln. č. "x", pre ktoré plati $x^3 = a$

Plati: pre každé reáln. č. "x" plati $\sqrt[3]{x^3} = x$

Plati: pre kladové reáln. č. a, b ak $a < b \Rightarrow \sqrt[3]{a} < \sqrt[3]{b}$

SJL – Mgr. Janoušková

Téma 24 Administratívny štýl

Administratívnym štýlom sa píše všetky úradné listy: **žiadosť, sťažnosť, reklamácia, objednávka**

ŽIADOSŤ

- je to **list úradnej povahy** a ako **úradný list musí záväzne obsahovať**:

1. záhlavie (hlavička)
meno a adresa odosielateľa, údaje oddelené čiarkou, podčiarknuté,
2. adresa adresáta
vľavo alebo vpravo do riadkov (meno a priezvisko, ulica, číslo domu, PSČ mesto)
3. miesto a dátum
vpravo, bez čiarky - Liptovský Mikuláš 28. mája 2020
4. heslovité vyjadrenie obsahu listu – heslo veci – vždy podčiarknuté
5. oslovenie (nemusí byť), za ním čiarka a text listu pokračuje malým písmenom;
6. vlastný text členený na odseky; zamená s veľkými písmenami (Vy)
7. záverečná formulka t.j. pozdrav, poďakovanie, napr. S pozdravom (bez čiarky)
8. meno a priezvisko a vlastnoručný podpis (na pravej strane), príp. pečiatka
9. prípadné prílohy

V prípade žiadosti a reklamácie ich súčasťou musí byť odôvodnenie.

K žiadosti pripájame aj doklady, ktoré svedčia o pravdivosti našich dôvodov (diplom, výučný list, lekárske potvrdenie... fotokópie)

Úradné listy sa píše na čistý hárok papiera A4 na počítači/písacom stroji, niekedy v čase núdze aj rukou.

Vždy treba dodržať ustálenú schému a rozloženie častí listu, aj pri písaní rukou

Ukážky úradného listu – možno to uvidíte posunuté, ale každý začína na novom hárku papiera

Ukážka 1
Peter Kvietok, Kvietková 2, 999 00 Bratislava

riaditeľ školy
Mgr. Pan Riaditeľ
Gymnázium A. Dubčeka
Školská 10
812 05 Bratislava

Bratislava 25. októbra 2020

Žiadosť o vydanie duplikátu vysvedčenia

Žiadam vedenie gymnázia o vydanie duplikátu vysvedčenie z tretieho ročníka školského roka 20018/2019 pre Petra Kvietka, vtedajšieho žiaka 3.B gymnázia A. Dubčeka na Školskej ulici 10 v Bratislave, triedna učiteľka Mgr. Jana Novotná.

Svoju žiadosť odôvodňujem tým, že sa mi pôvodné vysvedčenie stratilo a ja potrebujem v súvislosti s prestupom na inú školu predložiť všetky vysvedčenia.

Za kladné vybavenie mojej žiadosti vopred ďakujem.

S pozdravom

vlastnoručný podpis
Peter Kvietok

Ukážka 2

Alexandra Modrá, Fialková ulica 255/18, 949 00 Nitra

Obchodná akadémia
Ing. Miroslava Valehrachová
riaditeľka školy
Bolečkova 2
950 50 Nitra

Nitra 5. septembra 2020

Žiadosť o uvoľnenie z vyučovania

Vážená pani riaditeľka,

prosím o uvoľnenie môjho syna Filipa Modrého, žiaka 1. B triedy, triedna učiteľka Mgr. Mária Čierna, z vyučovania v dňoch

20. septembra 2020 – 25. septembra 2020

Dôvod žiadosti: športové sústredenie futbalového klubu, ktorého je môj syn členom. Príkladám aj potvrdenie športového klubu.

Ďakujem za pochopenie.

S pozdravom

vlastnoručný podpis zákonného zástupcu

Alexandra Modrá

Príloha

Potvrdenie šport. Klubu

Vaša úloha:

napište vo worde alebo rukou na A4 úradný list - **žiadosť**, adresujete ho riaditeľstvu našej školy (adresu si zistíte) a požiadate o uvoľnenie z vyučovania na dobu 2 týždňov. Dôvod: liečenie v kúpeľoch po operácii kolena/lakťa... Musíte uviesť triedu, triednu učiteľku, presné dátumy, dôvod, prílohu (potvrdenie od lekára o nástupe na liečbu), aj že si učivo dobehnete.

Keďže nemáte 18 rokov, žiadosť musí podať rodič.

Držte sa vzorov, ktoré vám posielam.

Úlohu posielajte do štvrtka 11. 3. do 14.00 a dodržte termín!

ANJ - Mgr. Valachová

Vysvetlenie gramatiky online: should/shouldn't, must/mustn't + otázka s „have to“ a zápor s „don't/doesn't have to“ SB p. 37/7

WB p. 38/4, 5 a 39/6, 7

SB p. 37/8, 9, 10

Preklad:

1. Mal by si prestať fajčiť.
2. Ona si musí kúpiť budík.
3. Nemal by si jesť príliš veľa soli.

4. Nesmieme prísť neskoro do školy.
5. Deti nesmú piť alkohol.
6. Ľudia by mali spať aspoň 6 hodín denne.
7. Mal by si študovať každý deň.
8. Mal by si prísť načas.
9. Mal by chodiť do telocvične.
10. Šoferi nesmú používať mobil počas šoférovania.
11. Musíme zložiť skúšku.
12. Mali by prestať rozprávať.
13. Nemal by si zabudnúť poslať balík.
14. Nesmieme zabudnúť zavrieť okno.
15. Nesmieš tráviť čas pozeraním televízora tak často.
16. Čo by som mala urobiť, ak mám bolesť zuba?
17. Čo musím urobiť, ak stratím pas?
18. Čo musí urobiť, ak chce zložiť skúšku?
19. Čo by mala urobiť, ak je príliš pevná?
20. Čo by som mal urobiť, ak som zmeškal bus?
21. Čo musím urobiť, ak uvidím zlodeja?
22. Nemusíš cvičiť každý deň.
23. Nemusíte chodiť plávať skoro ráno.
24. Mama mi nemusí pripravovať raňajky.
25. Môj brat nemusí upratať izbu cez víkend.

NEJ - Mgr. Nováčiková

- opakujte si slovnú zásobu a gramatiku z 3. lekcie
- Tento týždeň si napíšeme previerku (09. 03. – 11. 03.2021), dohodnite sa a jeden z vás mi napíše termín v pondelok, kedy si napíšeme previerku.

RUJ - PhDr. Bohilová

Pracujeme s učebnicou Raduga 1

Lekcia 3

Pripravte sa na **online** hodinu, kde sa budeme venovať prebranému učivu:

- Slovná zásoba str. 43 priebežne sa učiť naspamäť
- Doplnenie slovnej zásoby str. 44(nahrubo vytlačené) priebežne sa učiť naspamäť
- dni v týždni str.44, číslovky 11- 20str.45 priebežne sa učiť naspamäť
- Podstatné mená po číslovkách „один , два, три, четыре, пять“ str. 45 zelený rámček, priebežne sa učiť naspamäť
- Naučiť sa časovanie sloviess „жить“ „знать“ „говорить“ str.45-46

Hodina bude realizovaná online:

- **1.B utorok 9.3. o 10.10 hod.** Pošlem pozvánku.
- **1.A štvrtok 11.3. o 10.10 hod.** Pošlem pozvánku

ETV – Mgr. Janoušková

Vplyv osobností (vzorov) pre etické formovanie mladého človeka

Vzory nás ovplyvňujú od detstva bez toho, aby sme si to uvedomovali. Odmalička nás formujú a svojím správaním usmerňuje rodina, najmä však naši rodičia, neskôr sú to kamaráti, spolužiaci a učitelia v materskej škole, na základnej, strednej a vysokej škole. Máme rôzne vzory zo sveta športu a šoubiznisu, či už sú to herci, speváci, moderátori, modelky, športovci a pod. Ku tomu sa postupne pridávajú rôzni hrdinovia filmového plátna, prípadne literárne postavy. Po skončení stredoškolského či vysokoškolského štúdia obvykle mladí ľudia nastúpia do zamestnania a tam ich osobnosť ďalej formujú kolegovia a zamestnávateľia. Stávajú sa členmi takejto novej „pracovnej“ rodiny. Okrem toho nemožno zabudnúť ani na formovanie osobnosti z pohľadu viery v Boha či hľadanie vzorov medzi politickými vodcami a diktátormi.

Reálne vzory - sú to ľudia, ktorí reálne žijú alebo žili

Zobrazené vzory - zobrazené v literárnych dielach, filmoch, dramatickej tvorbe, ktoré najčastejšie sledujeme v televízii, kine a iných médiách.

Vzory delíme na:

POZITÍVNE sú zosobnením pozitívnych hodnôt, vytvárajú a šíria okolo seba lásku, snažia sa o spravodlivosť a dobré medziľudské vzťahy v akomkoľvek prostredí, každý svojím spôsobom,

NEGATÍVNE sú opakom pozitívneho vzoru, často pôsobia skryto, pritom vedome a manipulatívne (vedia že sú negatívne vzory).

Vzor možno napodobňovať (imitovať) alebo sa s ním identifikovať = preberáme správanie od iných ľudí, prípadne sa im chceme podobať.

Primárnymi vzormi, ktoré takto ovplyvňujú naše správanie, je rodina a jej jednotliví členovia, no najviac rodičia. Oni od narodenia formujú identitu dieťaťa, t.j. vytvárajú jeho sebaobraz čiže vedomie seba samého. Samotné formovanie identity sa deje od najútlejšieho veku dieťaťa a je závislé od toho, aké informácie o sebe dieťa od svojich rodičov dostáva.

Vo vytváraní sebaobrazu je rozhodujúce, či je dieťa posudzované a hodnotené prevažne negatívne alebo prevažne pozitívne, a to osobitne v prvých rokoch života, kedy hodnotenie prichádzajúce od rodičov preberá absolútne nekriticky. Vďaka prístupu rodičov si dieťa utvára obraz o sebe obraz alebo „dobrého“, a teda úspešného, užitočného, správneho dieťaťa alebo presne naopak.

Tento sebaobraz výrazne ovplyvní celý život dieťaťa.

Rodičia fungujú ako modely, ktoré je možné napodobňovať, resp. sa s nimi identifikovať. Dieťa si takto osvojuje mnoho pozitívnych i negatívnych vlastností a vzorcov správania pre rolu muža, ženy, matky, otca, dospelého pracujúceho, oddychujúceho, nakupujúceho, suseda, priateľa a pod. V tomto zmysle je pre dieťa rodina mikrosvetom, v ktorom sa učí, najmä imitáciou a identifikáciou, ako fungovať, ako riešiť najrôznejšie situácie, osvojuje si normy správania, hodnoty.

Dysfunkcia rodiny (napr. rodina nie je úplná) vedie k tomu, že dieťa si neosvojí príslušné normy správania, alebo si osvojí nežiaduce hodnoty a normy, ktoré spoločnosť neprijíma. Z takejto rodiny prichádzajú do spoločnosti problémové deti.

Úloha:

1. Aký je rozdiel medzi reálnym a zobrazeným vzorom?
2. Kto je tvojím reálnym vzorom a prečo?
3. Aký má vplyv rodina na vývoj dieťaťa? Prečo sa niekedy hovorí „aká matka, taká Katka, aký otec, taký syn“ ?

Odpovede pošlite obvyklým spôsobom do 12. 3. do 14.00

CHEM – Mgr. Mišeje

Úloha: - Vypracovať „samostatne“ témy :

1, Téma: charakterizujte „ KOVY, VÝROBA KOVOV, KORÓZIA A OCHRANA PROTI KORÓZIÍ“

2, Téma: : charakterizujte „ ALKALICKÉ KOVY, SODÍK Na, DRASLÍK K a ich zlúčeniny, použitie“

Témy je potrebné poslať na mail beata.miseje@sosoasto.sk do 12.03.2021. Do predmetu správy napíšte svoje priezvisko a triedu. Každý žiak pracuje samostatne.

Upozornenie! Vypracovanie zadaných úloh v stanovenom termíne a ich zaslanie sú jednou z podmienok pre záverečnú klasifikáciu. V prípade ak je nejaká prekážka (zdravotná, rod. dôvody...) pre nesplnenie úloh v stanovenom termíne je potrebné napísať a dohodnúť sa na novom termíne.

DEJ – Mgr. Urbanová

Proti habsburské povstania.

Na začiatku 17.st. sa naše územie nachádzalo v mimoriadne zložitej situácii. Uhorské kráľovstvo, ktoré bolo súčasťou Habsburskej monarchie, bolo z podstatnej časti okupované Turkami.

Uhorské stavy- šľachta a mestá počas celého 17.st. až do zač. 18.st. bojovali proti **centralistickej moci** Habsburgovcov a za **náboženskú slobodu** nekatolíkov. To malo negatívne následky pre hospodársky a spoločenský život krajiny.

Všetky boje sa odohrávali na území Slovenska a do všetkých zasiahli Turci.

1. Prvé proti habsburské povstanie viedol **ŠTEFAN BOČKAJ**, ktorého hlavným cieľom bolo zrušiť cisárske nariadenia o zaberaní majetkov šľachty a slobodné vyznávanie protestantizmu. Výsledkom Bočkajových úspechov bolo uzavretie *Viedenského mieru*, ktorý šľachte zaručoval väčšie zastúpenie v centrálnych úradoch a náboženskú slobodu.

2. Keďže Habsburgovci nerešpektovali práva uhorských stavov, vypuklo nové stavovské povstanie pod vedením **JURAJA I. RÁKOCIHO**. Mierom v Linzi – *Linecký mier* vybojoval nezávislosť 7.žúp vo východnom Uhorsku a rozšíril slobodné vyznávanie náboženstva aj na poddaných.

3. Posledné proti habsburské povstanie viedol **FRANTIŠEK RÁKOCI II.** Po počiatkových úspechoch sa nakoniec v bitke pri Trenčíne nespamätal z porážky. Uhorský odboj sa definitívne skončil uzavretím kompromisného mieru medzi cisárom a uhorskou šľachtou, tzv. *Satmársky mier*. Uhorská šľachta si udržala majetky a Habsburgovci získali dedičné právo na uhorský trón.

Pre Slovensko znamenali povstania spustošenie územia, šírenie hladu a chorôb, chudobu a spomalenie ekonomického rozvoja. Habsburgovci prestali Uhorsku dôverovať, čo zapríčinilo znížený záujem o hospodársky rozvoj Uhorska a odvtedy bolo Uhorsko v porovnaní s Rakúskom ekonomicky zaostalejšie.

Tridsaťročná vojna (1618-1648).

Bola to posledná a najväčšia náboženská vojna v Európe. Začiatkom 17. st. sa v Nemecku sformovali dva nepriateľské tábory – **protestantská Únia** a **katolícka Liga**.

Podnet na vojnu prišiel z Čiech. České a uhorské stavy chceli obnoviť samostatnosť českého a uhorského štátu, ktoré im Habsburgovci vzali. Porušovanie náboženských slobôd českých nekatolíkov sa stalo príčinou **českého stavovského povstania**, ktoré sa začalo pražskou defenestráciou (vyhodením z okna kráľovských miestodržiteľov) v r. 1618 a skončilo **bitkou na Bielej hore r. 1620 krutou porážkou**.

Tak sa „z českej vojny“ rozpútala v Európe dlhá a krutá 30-ročná vojna. Proti plánom Habsburgovcov vystúpilo Francúzsko, Anglicko, škandinávské štáty, Nemecko a Čechy. Najprv vyhrávali Habsburgovci, hlavne zásluhou vojvodu **Albrechta z Valdštejna**, ale po jeho zavraždení Habsburgovci vojnu prehrali - **Vestfálsky mier** (1648).

Tí, ktorí mi ešte neposlali vypracovanú úlohu, čo najskôr to pošlite na mail.

OBN – Mgr. Chudá

Sociológia, pojem, význam

Sociológia je veda o spoločnosti, sociálnych javoch, zákonitostiach, o spoločenských skupinách a vzťahoch v nich, o sociálnych inštitúciách, ich fungovaní, o delbe práce, sociálnej stratifikácii, atď.

Počiatky vzniku sociológie sú spojené s prevratmi, ktorými európske spoločnosti prešli na prelome 18. a 19. storočia. Za zakladateľa sociológie ako novej samostatnej vedy o spoločnosti sa považuje francúzsky filozof Auguste Comte, ktorý vo svojich rozsiahlych prácach o skladbe a vývine ľudskej spoločnosti prvý raz použil označenie sociológia./ societas – lat. slovo označujúce spoločnosť, logos – grécke slovo označujúce vedu /.

Sociológia je výsledkom úsilia mysliteľov 19. storočia vytvoriť práce, v ktorých by sformulovali zákony vývoja spoločnosti. Dnešní sociológovia sa okrem globálnych problémov venujú aj konkrétnemu ľudskému správaniu, situáciám každodenného života, náhodným stretnutiam ľudí na ulici, problémom rodinného života, životným osudom, alkoholizmu, atď. Sociológ má v spoločnosti podobné postavenie ako novinár:

často sa musí prehrabávať v ľudských osudoch, hľadať motívy konania v záujme dokázania objektívnej pravdy.

Sociológia obohacuje a rozvíja naše poznanie. Pomáha nám pochopiť sociálny svet, v ktorom žijeme, ale aj odlišné spoločnosti.

Pri teoretickom skúmaní spoločnosti sociológovia rozlišujú dve základné úrovne:

1. mikrosociologickú – sústreďuje sa na skúmanie každodenného správania, činností a sociálnych interakcií - vzájomného pôsobenia - jednotlivcov a malých skupín.

2. makrosociologickú – sústreďuje sa na skúmanie nadindividuálnych javov života spoločnosti – veľkých sociálnych skupín, kultúry, sociálnej štruktúry, sociálneho rozvrstvenia, sociálnej zmeny, atď.

Obidve úrovne sa často kombinujú, pretože mnohé javy možno pochopiť až pri spojení oboch rovín.

NAV - Ing. Vichnarová

1. Zmysel života a hodnota vzťahov

Charakteristika človeka ako spoločenskej bytosti, ktorá vstupuje do vzťahov s inými ľuďmi.

Popísanie zmyslu života človeka.

Vysvetlenie súvisu medzi zmyslom života a hodnotou vzťahov

Učivo je žiakom vysvetlené prostredníctvom videokonferencie.

TPP - Ing. Kajanová

1) *Prílohy k hlavným jedlám.*

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 predchádzajúce tému: *Polievky.*
- naučiť sa novú tému, a to:
- *charakterizovať prílohy a uviesť príklady príloh.*

TEO - Ing. Kajanová

1) *Nápojový lístok a poradie nápojov v nápojovom lístku.*

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 predchádzajúce témy: *Jedálny lístok - charakteristika a rozdelenie, Menu lístok.*
- naučiť sa novú tému, a to:
- *popísať nápojový lístok,*
- *uviesť poradie nápojov v nápojovom lístku.*
- **Skúšanie písomnou formou, dňa 11.03.2021 o 9.00 h** (gastronomické pravidlá, jedálny, nápojový a menu lístok) !!!!

NOP – RNDr. Žiarna

45. SKLADOVANIE A CHYBY ZELENINY

= okrem koreňovej, cibuľovej, niekt. druhov hlúbovej sa **neskladuje** dlhší čas

= **pred skladovaním** – **pretriediť** (vyradiť poškodené, kaziace sa kusy); ukladať v **tenkých vrstvách**

= **skladové priestory** – tmavé, čisté, primerane vlhké

= pri skladovaní v zelenine → rôzne biochemické procesy ↔ možno ich obmedziť, tým predĺžiť úžitkovú hodnotu

= **dodržať teplotu** 0 – 5 °C (pre zemiaky 1 – 2 °C) a **relatívnu vlhkosť** v skladových priestoroch

(odporúč. relat. vlhkosť je 85 – 90 % (pri cibuľovej zelenine 70 %)

= pravidelne **vetrať** (vo veľkoskladoch musí byť klimatizácia)

= **kontrolovať a preberať**

= **chyby:**

- namrznutie
- rastl. choroby
- nevhodné skladovanie => zaparenie, zápach;
- zaparenie
- pleseň, hniloba
- škodce
- zvýšený výskyt dusičnanov

46. OVOCIE – ZLOŽENIE, VÝZNAM

= plody kultúrnych aj divo rastúcich rastlín, kríkov, stromov

= konzum. najmä surové

= súčasť racionálnej výživy

= **význam** kvôli vys. obsahu vit., min.l., vlákniny

zloženie

- voda 60-98%
- bielkoviny 0,5-1,5%
- sacharidy 0,5-25%, závisí od odrody, stupňa zrelosti, klim. podmienok; najmä glukóza, fruktóza
- tuky 0,1-1%
- org. kyseliny 0,5-7%,
- min.látky, vitamíny 0,25% - min.= K, Ca, Na, Mg, S, P; vit. C, A, B skup.,

47. ROZDELENIE OVOCIA

kôstkové (čerešňa, višňa, slivka, marhuľa, broskyňa, trnka, drienka...)

bobuľové (jahoda, malina, černica, moruša, čučoriedka, brusnica, ríbezľa, egreš, hrozno..)

jadrové (jablko, hruška, dule, mišpule..)

škrupinové (vlašské orechy, lieskovce, arašidy, mandle, gaštany, para-, kešu -orechy, makadamové, kokosové orechy, pistácie..)

citrusové (citrón, pomaranč, mandarínka, grapefruit, pomelo...)

južné (ananás, banán, mango, kivi, papaya, olivy, avokádo, datle, figy, karambola, hurmikaki, liči..)

Individuálne zadania – do 12.3.2021

Podrobnejšie informácie k spracovaniu tém poslané priamo žiakom

Borbelyová = Kôstkové ovocie

Haring = Bobuľové ovocie

Herák = Jadrové ovocie

Králová = Škrupinové ovocie

Marková K. = Citrusové ovocie

Marková L. = Južné ovocie

Ondrejková = Spôsoby konzervovania ovocia

Ondrková = Charakteristika výrobkov z ovocia Oravec = Koreňová zelenina

Pánik = Listová zelenina

Petreje = Hlúbová zelenina

Poštrková = Plodová zelenina

Sayed = Cibuleňová zelenina

Smutný = Lahôdková zelenina

Škorec = Zelenina ako zdroj vitamínu A, B, C, K

Šmatlák = Sterilizácia a mrazenie zeleniny

Vestenická = Mliečne kvasenie zeleniny, sušenie, nakladanie zeleniny do octu

Vičanová = Prírodné sladidlá, ich využitie v kuchyni a riziká nadmernej konzumácie sladidiel

IKT – Ing. Beková

Úloha:

Práca s WordArt

Zadanie poslané na mail žiakov.

Pošlite na mailovú adresu jbekovaf@gmail.com do 12. 3. 2021

TSV – Mgr. Gráčik

Milí žiaci,

Snažím sa hľadať aj zaujímavé aj pestré cvičenia a naozaj verím, že si dokážete vybrať niečo, čo je pre vás vhodné, čo sa vám páči a ste ochotní spraviť pre svoje zdravie.

Všetkým Vám držím palce aby ste boli zdraví a verím, že môžeme spoločne cez tieto cvičebné návody k tomu zdraviu aj pomôcť.

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

TEÓRIA: Aj mozog sa dá trénovať a testovať. Pozri si to!!!!

<https://www.youtube.com/watch?v=Hb5mjESvYek>

Dnešnú ponuku na cvičenie :

1. Tabata 4 cviky x 3 série

– 20s cvik, 10 s relax, x 3 série, prestávka v sériách 1minúta,

Nezabudni, že tých 20s idete na 100%

Pomôcky: uterák, fľaša s vodou, podložka na cvičenie (môžeš aj paplón, alebo len na koberci)

1) Jumping Jack



shutterstock.com • 502211857

2) Knee 2 elbow – v planku sa dotýkame Pkolenom Plakťa a Ľkolenom Ľlaket’a



3) Sklápačky V crunch



4) Kľuky so striedavým prítťahom kolien: kľuk + pritiahnem Pkolenom na Plaket’, kľuk + pritiahnem Ľkolenom na Ľlaket’

3. HIIT tréning- kardio, nohy, zadok (6 minút): https://www.youtube.com/watch?v=HuAhgW_-zGE

4. Cvičenie na chrbát (5 minút)

Svaly chrbta, držanie tela je veľmi dôležité pre všetky funkcie tela. Z poškodeného chrbtového aparátu vzniká veľa zdravotných problémov. Oplatí sa venovať tomuto nenáročnému cvičeniu:

<https://www.youtube.com/watch?v=xdSjO7QtqIY>

5. Možnosti cvičenia s FIT loptou- cvičenia na spevnenie jadra, CORE

https://www.youtube.com/watch?v=G5_QHIFP0IM

ODV – Ing. Šestáková

Témy:

Úprava pokrmov z ostatných jatočných zvierat

Pokrm z baranieho, králičieho, jahňacieho a kozľacieho mäsa

Vypracovaný študijný materiál poslaný na mailové adresy žiakov

DŮ: Vyhľadajte na internete ľubovoľné jedlo z mäsa jatočných zvierat. Pri výbere jedla vychádzajte z najnovších trendov modernej gastronómie (úprava na tanieri, tepelná úprava,...) Fotografiu daného jedla spolu so surovinami a technologickým postupom pošlite do 14.3.2021 na môj mail

ODV – Ing. Emilová

Témy:

Úprava pokrmov z ostatných jatočných zvierat

Pokrm z baranieho, králičieho, jahňacieho a kozľacieho mäsa

Vypracovaný študijný materiál poslaný na mailové adresy žiakov

DŮ: Vyhľadajte na internete ľubovoľné jedlo z mäsa jatočných zvierat. Pri výbere jedla vychádzajte z najnovších trendov modernej gastronómie (úprava na tanieri, tepelná úprava,...) Fotografiu daného jedla spolu so surovinami a technologickým postupom pošlite do 14.3.2021 na môj mail