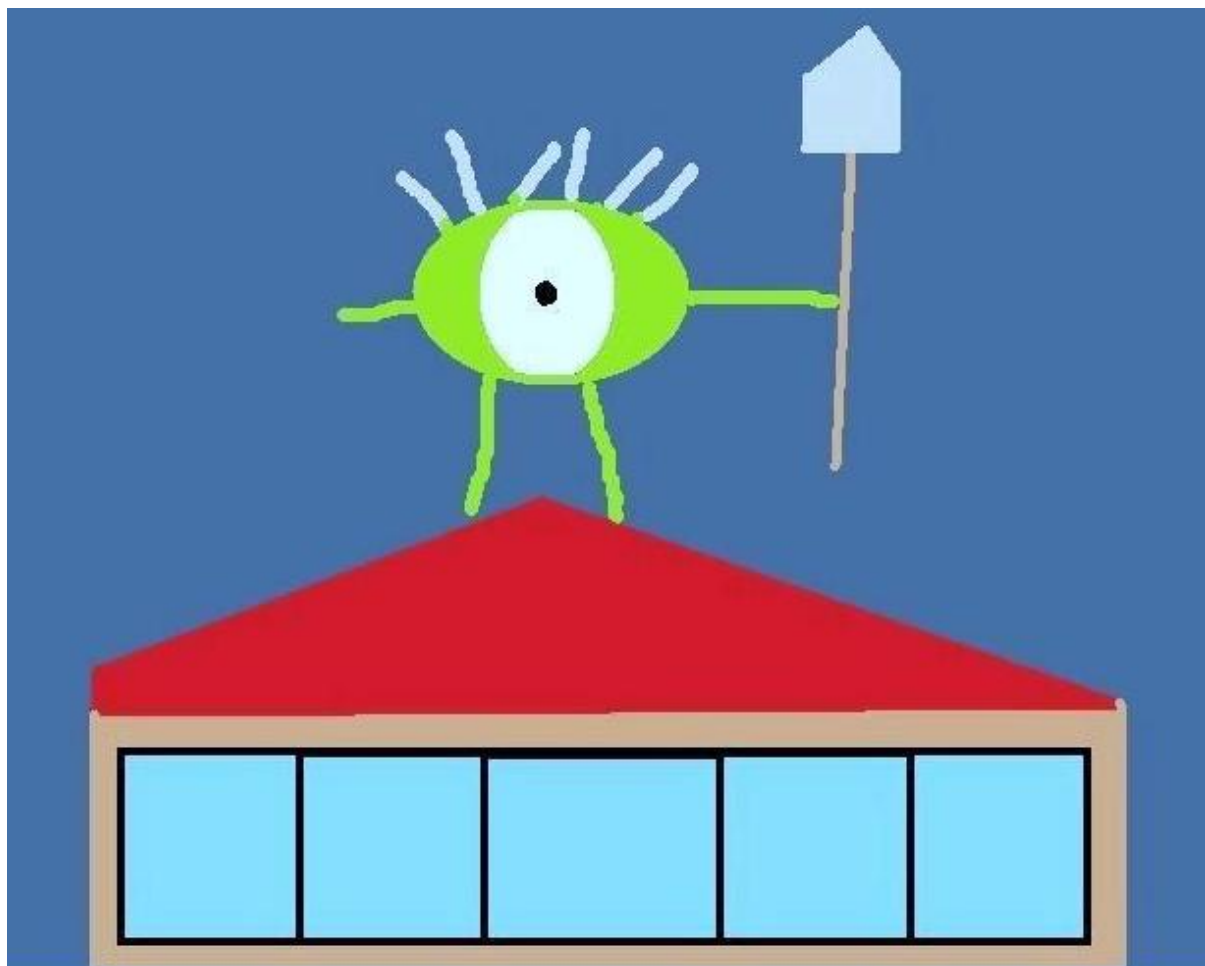


Rubikove očko č.3

Školský časopis

Ročník II.

školský rok 2012/2013



Rubikon

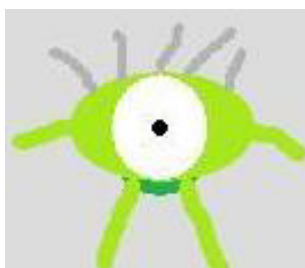
Súkromná základná škola s materskou školou
pre žiakov a deti s autizmom



Myslavsá 401
040 16 Košice - Myslava

OBSAH

<u>Na úvod</u>	3
<u>... zo sveta autizmu</u>	4
<u>Vyučovací proces</u>	7
<u>Práca našich detí na vyučovaní</u>	9
<u>iPad vo vyučovacom procese</u>	10
<u>Akcie školy</u> (September-November)	11
<u>Predstavujeme Vám... (Výnimočné dieťa v triede)</u>	15
<u>Akcie školy</u> (December-Január)	16
<u>Výroky našich detí</u>	18
<u>Niečo pre naše deti</u>	19
<u>Naše terapie</u>	21
<u>Na záver</u>	23



Rubik pomocník redakčnej rady.

Na úvod

Milí priatelia,

Opäť ubehol polrok a držíte v rukách už tretie číslo nášho časopisu a máme za sebou už prvú polovicu šiesteho školského roka na našej škole. V prvom polroku sme úspešne v krátkom čase troch dní zvládli výmenu okien na druhom poschodí v triedach, kde prebieha vyučovanie, ako aj v triedach materskej školy. Ďakujeme všetkým ktorí pomáhali pri výmene okien. Taktiež sa nám podarilo zabezpečiť zariadenie miestnosti Snoezelen.

V prvom polroku sme opäť zorganizovali množstvo akcií, venovali sme sa dopravnej výchove, zdravotnej výchove, využívali sme naše nové ihrisko do neskorej jesene nakoľko nám počasie tohto roku veľmi prialo a jeseň bola krásna a slnečná. Navštívili sme štátne divadlo a zúčastnili sme sa prednášky pod názvom „Zázrak života“, ktorej sa zúčastnili aj žiaci z iných základných škôl v Košiciach. Opäť sme si pred Vianocami vyzdobili celú školu a deti pripravili pre rodičov nádherný predvianočný program. Okrem týchto aktivít naše deti zvládli množstvo ďalších akcií, ktoré si môžete pozrieť na webovej stránke nášho AC Rubikon (www.acrubikon.sk) ...

V roku 2013 Vám prajeme veľa šťastia, zdravia, lásky a vzájomného porozumenia, ako aj množstvo trpezlivosti a sily Vám aj vašim deťom a blízkym.

Iveta Petíková

„Môj dom - môj hrad“

(Slohová práca)



Môj dom je najkrajšie miesto na svete hoci je to len malý domček, vždy som ho milovala a stále budem. Je to miesto, kde má človek svoje veci, izbu, teplo domova a cíti sa tam bezpečne.

Ten môj má veľkú záhradu na ktorej sa pasie ovečka a veľký dvor, kde žije mojich deväť mačiek. Nachádza sa v malej dedinke pri Michalovciach, kde sú veľké polia na ktorých občas vidieť srnky, bažanty a divé zajace. Za domom na poli leží močiar, kde rastie záružlie močiarne, je to pekná žltá kvetinka, ktorá rastie v močariskách. Je to pre mňa obľúbené miesto, kde cítim krásu prírody.

So mnou býva aj moja rodina, ktorá mi je životnou oporou: mamka, sestra a stará mama.

Keď sa vo svojom dome nudím, vyjdem k svojej štvornohej rodine – k svojim mačkám, sú to najkrajšie tvory na svete. Som vďačná za to, že mám domov a ani si nedokážem predstaviť ten hrozný pocit, keď človek nemá domov a nemá sa kam večer vrátiť, pre mňa je môj domov ideálny, nepotrebujem na ňom nič meniť. V budúcnosti by som chcela mať dom, ktorý by bol iba môj, ale to je finančne nemožné.

Mojim snom je byť vedcom,, ved' čo môže byť krajšie ako svoj život obetovať vede, ona ma naučila vidieť krásu prírody a milovať ju takú, aká je. Len človek, ktorý má domov má pocit, že niekde patrí, konkrétne do tohto sveta ľudí, do ich reality, hoci je to len podmnožina tej skutočnej, kde vo vesmíre nič neznamenáme.

Autor: Steffania J/Psi (15r.)/tr.4.A



... zo sveta autizmu

Gény NIE SÚ hlavnou príčinou autizmu

(01.09.2011 09:39; *Mercola.com* - 19.VIII.2011 - Dr. Joseph Mercola)

(Pôvodný článok "Genes Are NOT the Main Cause of Autism" z angličtiny preložil Ing. Marián Fillo.)

Mnohí vedci sa domnievali, že genetika má na svedomí 90% rizika vzniku autizmu u detí. Z novej štúdie však vyplýva, že činitele životného prostredia (tzn. niečo zvonku ľudského tela, nie zvnútra ako genetika – pozn. prekl.) by mohli hrať oveľa väčšiu úlohu.

Výskum skúmal okolo 200 párov dvojčiek a zistil – na prekvapenie výskumníkov, – že autizmus sa prejavil u oboch dvojvaječných (geneticky odlišných) dvojčiek zároveň častejšie než u oboch jednovaječných (geneticky zhodných) zároveň. Dvojvaječné dvojčky majú len polovicu génov rovnakú.

Podľa NPR (verejnoprávny rozhlas v USA – pozn. prekl.):

"Vedci mali už dlho podozrenie, že životné prostredie prispieva k vzniku autizmu... a predchádzajúce štúdie ukázali, že sa tak môže stať v ranom štádiu tehotenstva."

Pre skutočne oči otvárajúci pohľad na príčiny autizmu si pozrite rozhovor s Dr. Natašou Campbell-McBride (v angličtine) - lekárkou, čo vyliečila svojho syna z tejto choroby.

(Zdroje: NPR, 30.VII.2011; *Archives of General Psychiatry*, 4.VII.2011)

Komentár Dr. Mercolu

Keď som bol študentom na lekárskej fakulte, autizmus bol veľmi neobvyklou chorobou. Zasiahol možno tak jedno dieťa z 10.000. Teraz sme svedkami explózie prípadov autizmu, do ktorého upadne jedno dieťa z 50 až 110, v závislosti od použitého zdroja štatistik.

Je zjavné, že sa tu niečo deje, ale s najväčšou pravdepodobnosťou v drvivej väčšine prípadov nejde o problém s genetikou, čo tvrdili predstavitelia hlavného prúdu medicíny. Výskum teraz jasne dokazuje, že činitele životného prostredia hrajú rovnako dôležitú, ak nie dôležitejšiu, úlohu v epidémii porúch autistického spektra.

Činitele životného prostredia hrajú pri vzniku autizmu prvé husle.

Najnovší výskum z Lekárskej fakulty Stanfordskej univerzity (Stanford University School of Medicine) použil dvojčky, aby pomohli odkryť časť tohto tajomstva. Keďže jednovaječné dvojčky majú prakticky totožnú DNA, ak by bola genetika dôležitým činiteľom pri vzniku autizmu, tak v prípade, že jedna z dvojčiek má autizmus, mala by ho mať v drvivej väčšine prípadov aj druhá.

Keď však výskumníci uzavreli diagnostické zhodnotenie 192 párov dvojčiek, zistili, že dvojvaječné dvojčky mali častejšie obe diagnostikovaný autizmus než jednovaječné dvojčky. Dvojvaječné dvojčky majú zhodných len 50% ich DNA, čo znamená, že za dvojitú diagnózu (u oboch dvojčiek) je zrejme zodpovedné niečo iné (nie genetika). Výskumníci majú podozrenie, že na vine budú činitele životného prostredia. Poznávajú:

"Náchylnosť na ASD (autism spectrum disorder = poruchy autistického spektra) má len miernu genetickú dedičnosť a podstatný komponent životného prostredia, ktoré je zvyčajne pre obe rovnaké."

To nie je zas tak prekvapujúce zistenie, hoci istá štúdia z roku 2008 našla genetickú mutáciu spojenú s autizmom, tú však má len 1% autistických detí. Navyše, nikto nebol schopný identifikovať jeden konkrétny "autistický gén". A ani nejestvuje nič také, čo by bolo možné nazvať genetickou epidémiou, takže naozaj nie je možné vysvetliť dnešnú explóziu prípadov autizmu odvolávkou na genetiku. Väčšina prípadov autizmu sa javí byť výsledkom aktivácie alebo "prejavenia sa" viacerých rôznych génov a viacerých epigenetických (vývojových) činiteľov a činiteľov životného prostredia, ktoré spoločne vedú prejavu sa autistických črt.

Je črevná flóra najčastejším spoločným menovateľom?

Keď sa pozrieme na činitele životného prostredia, ktoré môžu spôsobiť autizmus, sú neskutočne rozdielne. Napr. nedávny prehľad Heleny Ratajczak v časopise *Journal of Immunotoxicology* uvádza, že autizmus môže byť výsledkom zápalu mozgu, spôsobeného: *encefalitídou po očkovaní, vadnou placentou, nezrelou krvno-mozgovou prekážkou (hemato-encefalickou bariérou), imunitnou odpoveďou matky na nákazu počas tehotenstva, predčasným pôrodom, encefalitídou dieťaťa krátko po pôrode, jedovatým prostredím*

Ruská neurologička Dr. Nataša Campbell-McBride nedávno zverejnila spoločný menovateľ, ktorý spája dokopy tieto a iné činitele životného prostredia – otrava mozgu, ktorá pramení z otravy čriev, inak známa pod menom Syndróm čriev a psychológie (Gut and Psychology Syndrome = GAPS).

Pre skutočne oči-otvárajúci pohľad na možné príčiny autizmu si pozrite tento rozhovor s Dr. Natašou Campbell-McBride (v angličtine; textový prepis rozhovoru v angličtine nájdete tu). Je to ruská neurologička, ktorá sa teraz špecializuje na liečbu autistických detí vo Veľkej Británii. Vyliečila z tejto choroby vlastného syna pomocou úplne prirodzenej liečby zahŕňajúcej zmenu stravy a detoxikáciu.

Dr. Campbell-McBride je presvedčená, že autistické deti sa v skutočnosti narodili s dokonale normálnym mozgom a dokonale normálnymi zmyslovými orgánmi, ale s abnormálnou črevnou flórou. Tú získali od svojej matky, čo viedlo k zničujúcej otrave.

Vysvetľuje: "U týchto detí sa deje to, že si po pôrode nevyvinú normálnu črevnú flóru ... Črevná flóra je nesmierne dôležitou časťou ľudskej fyziológie. Nedávny výskum v Škandinávii ukázal, že 90% všetkých buniek a všetkého genetického materiálu v ľudskom tele je naša vlastná črevná flóra. Sme len takou ulitou... prirodzeným prostredím pre túto masu mikróbov v nás. Ignorujeme ich na našu vlastnú škodu. ... Výsledkom je, že ich tráviaca sústava — namiesto toho, aby bola pre tieto deti zdrojom výživy — sa stane hlavným zdrojom otravy. Tieto chorobopodné mikróby vnútri zažívacieho ústrojenstva poškadzujú celistvosť črevnej steny, takže všetky možné jedy a mikróby putujú do krvného riečišťa dieťaťa a dostávajú sa do jeho mozgu.

To sa zvyčajne deje v druhom roku života dieťaťa u detí, čo boli dojčené, pretože dojčenie poskytuje ochranu proti tejto abnormálnej črevnej flóre. U detí, ktoré dojčené neboli, vidím príznaky autizmu už v prvom roku života. Takže dojčenie je mimoriadne dôležité na ochranu týchto detí."

U detí s GAPS putujú jedy z ich čriev skrz ich telá do ich mozgov, zaťažia mozog jedmi, čo mu zabráni normálne fungovať a spracovávať zmyslové vnemy.

"Ak je detský mozog zaťažený jedmi, dieťa premešká vhodný čas na učenie sa a vyvíja sa uňho autizmus v závislosti od zmesi jedov, od závažnosti celého ochorenia, od miery abnormality črevnej flóry daného dieťaťa.

Dieťa môže prejavovať túto chorobu celým radom príznakov, ktoré možno označiť ako autistické, alebo inou sadou príznakov, ktoré možno označiť za poruchy pozornosti, hyperaktivitu, dyslexiu, dyspraxiu či obsedantne-kompulzívnu poruchu a pod."

Čo z príčin abnormálnej črevnej flóry môže vyvolať autizmus?

Dr. Campbell-McBride odhalila, že vysoké percento matiek autistických detí nebolo dojčených. Po tom, čo počas svojho detstva dostali viacero antibiotík, vyvinuli si čoraz horšie abnormality črevnej flóry. Vysvetľuje:

"Mnoho matiek autistických detí sa narodilo v čase, keď prišli do módy umelé mlieka, vysoké percento z nich nebolo dojčených. Takže tieto ženy získali mierne abnormálnu črevnú flóru od ich matiek pri narodení, potom neboli dojčené, takže sa abnormality ich črevnej flóry prehlbovali. Potom počas svojho detstva dostali viacero antibiotík.

Aj keď boli antibiotiká predpisované až od 50. či 60. rokov 20. storočia, dávali ich na každý kašeľ a nádchu. Boli predpisované naozaj nadmerne. A s každou ďalšou dávkou antibiotík sa abnormality črevnej flóry u týchto dievčat čoraz viac prehlbovali.

A potom vo veku 15-16 rokov tieto slečny začali brať hormonálnu antikoncepciu. Hormonálna antikoncepcia má zničujúce účinky na črevnú flóru. V dnešných dňoch berú ženy hormonálnu antikoncepciu pekných pár rokov pred tým, ako sú pripravené založiť si vlastnú rodinu.

K tomu môžete pridať čoraz horšie jedlo, všetky tie priemyselne spracované cukry, čo dnešní ľudia jedia. Tieto druhy jedla takmer výlučne len krmia chorobopodné zárodoky v tráviacej sústave, ktorým to výrazne im predlžuje život. Mnoho z týchto moderných činiteľov vytvorilo celú plejádu mladých žien, ktoré majú hlboko abnormálnu črevnú flóru v čase, keď chcú mať svoje prvé dieťa."

Zhrnuté: kŕmenie umelým mliekom spolu s nad-užívaním antibiotík a hormonálnej antikoncepcie vytvorilo prostredie pre čoraz abnormálnejšiu črevnú flóru v každej ďalšej generácii. K tomu pridajte priemyselne spracovanú nekvalitnú potravu a nadmernú spotrebu kukuričného fruktózového sirupu a máte recept na pohromu v oblasti zdravia tráviacej sústavy. A táto katastrofálna črevná mikroflóra následne prechádza na Vaše deti.

Hrá nejakú úlohu aj očkovanie?

Očkovanie predstavuje najkontroverznejší kameň v mozaike autizmu, ale je tu dobrý dôvod domnievať sa, že môže v určitých prípadoch hrať významnú úlohu. Štúdie potvrdzujú napr., že bábätka neodpovedajú na očkovanie rovnakým spôsobom ako dospelí, dokonca ani vo veku jedného roka.

Bolo dokázané, že vo vyvíjajúcom sa mozgu malého dieťaťa prílišná aktivácia imunity čiastočne poškodzuje amygdalu a iné limbické štruktúry. V podstate tým človek prichádza o to, čo nás robí spoločenskými tvormi, schopnými fungovať v zložitom svete myšlienok a vzťahov — a to je práve to, čo chýba autistickým deťom. Vidíme tu začarovaný kruh aktivácie imunity, vylučovania excitotoxínov a cytokínov i výroby voľných radikálov, a tie štartujú celý kruh znovu a znovu.

Dr. Russell Blaylock, atestovaný neurochirurg, podrobne rozoberá túto problematiku vo svojom článku o rizikách prílišného očkovania počas vývoja mozgu.

Dr. Campbell-McBride tiež vysvetľuje, že bábätka sa nerodia len so sterilnými črevami, ale aj s nezrelým imunitným systémom. A založenie normálnej črevnej flóry počas prvých 20 dní života hrá kľúčovú úlohu pri správnom dozrievaní imunitného systému bábätka. Preto bábätka, čo si vyvinú abnormálnu črevnú flóru, majú oslabený imunitný systém, čo pre ne významne zvyšuje riziká očkovania.

"Očkovanie bolo pôvodne vyvinuté pre deti s dokonale zdravým imunitným systémom. Deti s GAPS však NIE SÚ tak zdravé, aby mohli byť očkované podľa bežného očkovacieho kalendára."

Jej kniha "Gut and Psychology Syndrome" ("Syndróm čriev a psychológie") obsahuje celú jednu kapitolu venovanú tomu, čo majú zdravotníci vylepšiť na očkovaní, pretože bežný očkovací kalendár detí s GAPS poškodzuje. Vysvetľuje:

"Je to otázka poslednej kvapky k pretečeniu pohára. Takže ak je dieťa dost' poškodené, očkovanie môže byť tou poslednou kvapkou. Ale ak by aj nebola poslednou kvapkou u daného dieťaťa, môže toto dieťa posunúť bližšie k bodu zlomu."

Elegantne jednoduchý spôsob na predchádzanie autizmu

Je možné zistiť GAPS v prvých týždňoch života dieťaťa a to Vám pomôže urobiť lepšie informované rozhodnutia o očkovaní a o tom, ako sa vydať s Vaším dieťaťom na cestu zdravého života.

Dr. Campbell-McBride vo svojej knihe popisuje, ako možno zistiť, že dieťa má vysoké riziko autizmu po očkovaní. Vo svojej praxi začína zberom všetkých údajov o zdraví rodičov a zisťuje úroveň zdravia ich čriev. Potom po niekoľkých dňoch života dieťaťa možno preskúmať jeho stolicu a zistiť z toho stav jeho črevnej flóry, preskúmať moč na prítomnosť metabolitov, a to umožňuje vytvoriť si obrázok o stave imunitného systému dieťaťa.

Tieto testy sú dostupné vo väčšine laboratórií po celom svete a stoja rozumný peniaz - okolo 80-100 \$, čo sú len omrvinky v porovnaní s neskutočne vysokými nákladmi na liečbu autistického dieťaťa, akonáhle sa už táto choroba rozvinie.

Ak zistíte, že Vaše bábätko má abnormálnu črevnú mikroflóru alebo že Vaše dieťa začne o rok-dva neskôr prejavovať príznaky autizmu, treba začať liečbu GAPS čo najskôr, keďže čím skôr sa s liečbou začne, tým lepšie sú jej výsledky.

Spočiatku by po správnosti mali byť všetky bábätká dojčené. Liečba Dr. Campbell-McBride zahŕňa zmenu stravy a detoxikáciu, vrátane: *tradične fermentovaných jedál (kefír, jogurt a zelenina) zdravá strava s obsahom ovocných štiav, živočišných tukov, mäsa a čerstvej zeleniny, kúpele s Epsom soľami, morskými soľami, práškom z morských rias, jablčným octom a sódou bikarbóna, slnenie sa bez ochranných prostriedkov na získanie vitamínu D, omega-3 mastné kyseliny, tráviace enzýmy vyhýbanie sa obilii, vyhýbanie sa priemyselne spracovaným potravinám a kukuričnému sirupu, vyhýbanie sa rastlinným olejom*

Dr. Campbell-McBride pojednáva o mnohých ďalších podrobnostiach tejto liečby, takže si, prosím, vyhradte určitý čas na vypočutie celého rozhovoru alebo si prečítanie si textového prepisu. Pre viac informácií, ak ste tehotná, chcete otehotnieť, poznáte nejakú budúcu mamičku, alebo máte autistické dieťa, nemôžem Vám odporučiť nič lepšie, než je kniha Dr. Campbell-McBride. Kúpte ju sebe či niekomu inému ako darček. Viac informácií nájdete aj na jej stránke www.GAPS.me a jej blogu www.doctor-natasha.com.

Čo ešte môžete urobiť na odstránenie vplyvov životného prostredia prispievajúcich k vzniku autizmu?

Je tu obrovská nádej pre deti, ktoré majú predpoklady na vznik príznakov autizmu, a učíme sa čoraz viac, ako týmto deťom pomôcť. Dal som si za jeden z cieľov poskytnúť rodičom množstvo špičkových informácií, ktoré im pomôžu nájsť riešenia pre bezpečnú a účinnú starostlivosť o svoje deti.

Na základe vlastnej skúsenosti a pohľadov od mnohých odborníkov na autizmus odporúčam nasledovné:

- vyradte cukor (obzvlášť fruktózu) a obilie s jedálnička Vašich detí. Cukor je v skutočnosti pre Vaše telo jedovatý, schopný spôsobiť vážne poškodenie zdravia. To zahŕňa všetky druhy cukru, či už ide o bežný stolný cukor (sacharózu) alebo kukuričné sladidlá, ako je kukuričný sirup s vysokým obsahom fruktózy (HFCS), med či agáve, a bez ohľadu na to, v čom sa nachádza - či v šťave, či v bublinkovom nápoji, hranolčekoch alebo výrobkoch z obilia (ako sú cestoviny, pečivo či cereálie).
- vyhnite sa pasterizovanému mlieku. To je absolútnou nevyhnutnosťou pri liečbe autizmu. To zahŕňa všetky výrobky z mlieka, vrátane zmrzliny, jogurtu a dokonca aj srvátky. Dokonca aj prírodným ochucovadlám v jedle sa treba vyhnúť, ak nedokáže výrobca zaručiť — bez akéhokoľvek tieňa pochybnosti, — že neobsahujú kazeináty. Všimnite si, že kyslé nepasterizované mlieko, ako hovorí Dr. Campbell-McBride, môže byť prínosné.
- zamerajte jedálniček svojho dieťaťa na celé čerstvé BIO potraviny na vytvorenie optimálneho zdravia. Moje skúsenosti hovoria, že takmer VŠETKY deti berú priaznivo zmeny jedálnička, keď sú správne uplatnené.
- optimalizujte hladinu vitamínu D vhodným pobytom na priamom slnku.
- znížte mikrobiálnu záťaž. Akýkoľvek typ chronickej choroby, či už spôsobenej baktériami lymeskej boreliózy alebo inými mikróbmi či plesňami, sa môže rozšíriť po celom tele a spôsobiť dlhodobé ochorenie. Jedným z hlavných problémov je, že jedy vytvárané touto nákazou súťažia o detoxikačné cesty spolu s inými jedmi, ako je ortuť či pesticídy.
- Zmenami stravy učiňte z tela Vášho dieťaťa prostredie menej vhodné na prílišný rast mikróbov (menej škrobov a cukry úplne minimálne) a znížte celkový stres. Zvážte tiež testy na plesne vo vašom dome/byte a na lymesku boreliózu v tele dieťaťa, ale len po "provokačnej liečbe."

- znížte toxickú záťaž. Vyhnite sa styku s tak veľa jedmi v životnom prostredí, ako je len možné. Ide hlavne o pesticídy, herbicídy a zdroje ortuti, hliníku a fluoridov. Urobte čo je vo Vašich silách na zníženie a odstránenie plesní, prachu a zápachov zo životného prostredia celej Vašej rodiny a následne podstúpte dôkladnú detoxikáciu. Pamätajte na skryté jedy, ako sú napr. fluoridy, a starostlivo prehodnoťte všetku drogériu vo vašom dome/byte.
- znížte vystavenie sa elektromagnetickým poliám z mobilných telefónov, elektrických rozvodov či Wi-Fi, keďže jedovaté mikróby po vystavení tomuto žiareniu reagujú, ako keby sa bránili útoku, a tak vyrábajú ešte viac jedov v snahe predĺžiť si život.
- použite účinné prostriedky na zníženie citového stresu čo najskôr – vyhýbajte sa deštruktívnym myšlienkam a nedajte sa zožierať emóciami. Účinné techniky, ako je technika citovej slobody (Emotional Freedom Technique = EFT), sú výborným prostriedkom na tieto účely.
- starostlivo zhodnoťte očkovanie, vrátane bežného očkovacieho kalendára. Buďte si vedomí, že vo väčšine štátov USA je možné uplatniť si výnimku z očkovania, a ak sa rozhodnete svoje deti dať zaočkovať, dajte ich pred tým otestovať na GAPS.
- homeopatia tiež môže pomôcť vyriešiť príznaky poškodenia mozgu a imunitného systému, ktorými trpia autistické deti.

Poznámka k uvedenému textu:

© 2010-2013 *Občania za slobodnú voľbu v očkovaní* | Tento článok môžete voľne použiť na nekomerčné účely, ak uvediete zdroj. (Viac tu: <http://www.slobodavockovani.sk/news/geny-nie-su-hlavnou-pricinou-autizmu/>)

Obsah článku je názorom autora a je určený výlučne na informovanie verejnosti. Nesmie sa chápať ako lekárske odporúčanie. Autori nepreberajú zodpovednosť za prípadné škody.

Vyučovací proces



Oslovili sme našich učiteľov a zamestnancov školy s otázkou :

Akým aktivitám a akému športu alebo inej zaujímavej činnosti ste sa venovali ako dieťa, študent a čomu sa venujete, alebo aké sú Vaše záujmy v súčasnosti vo voľnom čase, mimo práce, respektíve čo radi robíte, čo Vás baví aj keď sa tomu intenzívnejšie nevenujete.

Z ich odpovedí vyplýva, že v mladosti boli všetci veľmi aktívni a šikovní, a ostalo im to aj do teraz, však to posúďte sami:

Pedagógovia z Materskej školy

1. MŠ – tr. učiteľka: Mgr. Lucia Kiráľová

Chcete vedieť aká som bola ako dieťa? V škôlke som mala osobitný stôl, pretože som zjedla svoju porciu a potom som sa pustila do susedovej porcie sprava aj zľava. Ako škôlkarka som začala vyšívvať. To ma bavilo tak asi do nástupu do 1. triedy ale neskôr som sa k tomu vrátila. Chcela som chodiť na klavír. Mama ma však od toho odhovorila. Vravela: „Ja som chodila na klavír celú základnú školu a bolo to pre mňa ako za trest, to ťa aj tak nebude dlho baviť“. Vtedy som začala chodiť na gymnastiku, čo mi trvalo asi 5 a pol roka. Potom som vážne ochorela a s cvičením som musela skončiť. Už na 1. stupni ZŠ som začala pliesť (štrikovať). Najprv to boli šály a oblečenie pre bábiky, no neskôr som už pletla pulóvre a svetre. Mala som na to dosť času, pretože celý šiesty ročník som bola v nemocnici a doma a potom ešte 1. polrok v ôsmom ročníku. Na klavír som sa začala učiť sama ale podstatne neskôr.

Ako dospelá som istý čas aj šila. Všetko od blúzok, sukni aj nohavíc. Keď bola moja dcéra ešte malá, kúpili sme jej psíka, ktorého máme dodnes. Aj on mi zaberá dosť času keď sme ho mali v byte. Teraz náš Beny obýva dom u starých rodičov. Vidam ho len občas. Dnes, keď som dospelá a mám rodinu a deti na koničky akosi nie je čas. Už dlhšie pomýšľam, že sa vrátim k ručným prácam. Keď tak o tom premýšľam, mojím koníčkom je starostlivosť o rodinu ktorú mám a moja práca.

2. MŠ – tr. učiteľka: Bc. Slávka Beňušová

Keď som bola menšia tak som sa rada korčuľovala, bicyklovala, rada som hrala volejbal a keď som chodila na základnú školu asi od 4. ročníka som chodila po súťažiach vo volejbale kde sme dosahovali aj nejaké ocenenia. Teraz sa rada bicyklujem, plávam a hram bowling.

3. MŠ – tr. učiteľka: Bc. Iveta Rosolánková

Ešte v ZŠ som chodila na mnoho krúžkov, na basketbalový, na spevácky, na tanečný, na výtvarný. Asi v ôsmom ročníku sme s jedným chlapcom, ktorý hral na akordeón nacvičili ľudovú pieseň „Oči, oči, čierne oči,“ ja v takom parádnom kroji som spievala a on hral a vystupovali sme na akadémii a potom pre rodičov a v Domove dôchodcov. Škoda, že vtedy ešte nebola Superstar alebo Talentmánia. Ľutujem ale, že som nemala možnosť a nenaučila som sa hrať na hudobnom nástroji, napr. klavír sa mi páči.

V súčasnosti, keď mám čas tak čítam alebo robím ručné práce, vyšívam, pletiem, šijem patchworkové vankúše.

Asistent učiteľka pre MŠ: Mgr. Helena Chraščová

Ako dieťa som strávila veľa času s kamarátmi na ulici, hraním sa na skrývačky, hrali sme a zbierali céčka a guľôčky, naháňali sme sa na bicykloch, proste keďže som vyrastala na dedine, veľa času som strávila vonku pred domom, alebo v neďalekom lese, kde sme zbierali, čo sa dalo.

Neskoršie ako študentka som zbierala plagáty a počúvala Rock FM rádio. A čítala knihy. Remarque zostal stále najobľúbenejším autorom. Neskoršie sa k nemu pridala aj Erich Segal.

Momentálne je mojou najväčšou láskou Anglicko a angličtina. A okrem toho kávičkovanie, čítanie a byť v kontakte so svojimi priateľmi.

A čo nám o sebe prezradili **Pedagógovia zo Základnej školy**



1.A - asistent učiteľka: Róbert Doci :

Ako dieťa som sa venoval futbalu, basketu, hokejbalu a plávaniu. momentálne sa venujem už iba robote a frajerke .

2.A – tr. učiteľka: Mgr. Ivica Oleárová

V detstve som sa aktívne venovala loptovým športom ako volejbal a vybíjaná. V týchto športoch som reprezentovala základnú školu v Jastrabej i strednú školu v Kremnici, kde sme sa zúčastňovali turnajov na školách po celom Slovensku. V súčasnosti sa aktívne nevenujem žiadnemu športu, no rekreačne si rada zahrám bedminton.

2.A - asistent učiteľka: Ivana Jacková

V detstve som sa rada príležitostne lyžovala, korčuľovala na ľade, bicyklovala, čítala si knihy a plávala. V súčasnosti sa venujem najmä rodine. Vo chvíľkach voľného času si naďalej rada čítam, idem si zacvičiť, alebo sa stretnem s kamarátkami z detstva. Som spoločenská a mám rada ľudí a takisto deti.

4.A – tr. učiteľka: Ing. Iveta Petíková

Ako dieťa som sa zaujímala o všeličo, navštevovala som pohybové hry, venovala som sa takmer všetkým športom ku ktorým som sa dostala. Hrala som za ZŠ hádzanú, basketbal, aj volejbal. Reprezentovala som ZŠ aj v skoku do diaľky a do výšky. Popri tom som trénovala športovú gymnastiku a hrala som volejbal za VSŽ . Venovala som sa všetkému k čomu som sa dostala – bicyklovanie, ping-pong, korčuľovanie, lyžovanie... Na gymnáziu som začala trénovať diskobalet, súťažila som aj v branných pretekoch. Počas celého štúdia na strednej aj na vysokej škole som robila pioniersku vedúcu a rada som chodila aj do letných táborov ako oddielová vedúca. Športovej gymnastike som sa venovala naďalej ako pomocná trénerka až do obdobia, kedy sa mi narodilo moje druhé dieťa - syn Slavko, kedy som túto svoju aktivitu bohužiaľ musela zanechať. Okrem športu som sa na základnej škole začala venovať aj hre na gitare – amatérsky. Rada som čítala kriminálne knihy, ale aj inú dievčenskú literatúru. Okrem iného som zbierala známky, chovala som papagája , no a mojou najväčšou špecialitou bolo, a myslím že mi to ostalo dodnes, že som vždy niečo vymýšľala – proste nikdy som sa nenudila. Na základnej škole som robila nástenkára, no a na gymnáziu mi k funkcii nástenkár pribudla aj funkcia kronikár. Tiež som s kamarátkou robila triednu fotografku a vyvolávali sme si sami fotky. Na gymnáziu som si začala šiť rôzne oblečenie, čo pretrvávalo niekoľko rokov, šila som veľmi veľa vecí pre seba aj pre svoje deti, ale dnes sa to už neoplatí. V súčasnosti už tieto moje športové aktivity sú len príležitostné. Ak mi vyjde čas, rada si prečítam knihu, venujem sa svojej rodine, záhradke a pracám okolo domu. Mám rada svoj domov a moju rodinu.. Vyhľadávam už skôr pohodu a klud. Keďže môj manžel je hudobník, mám blízky vzťah aj k hudbe a rada počúvam príjemnú muziku. Mojou kapelou je BEE GEES, mám však rada aj country, Nedvědovcov, rôzne iné gitarové a trampské pesničky...

5.A – tr. učiteľ: Mgr. Tomáš Topolčanský

Ako dieťa som sa rád venoval úplne všetkému, futbal, hokej, bicyklovanie, turistika, korčule, ping-pong, no jednoducho všetko čo sa dalo, teda okrem lyžovania, to neviem dodnes ☺ Na strednej škole sa k tomu pridala aj hra na gitaru a trochu na klavír. No a v súčasnosti som začal veľmi obľubovať divadlo a poéziu , až sa tomu sám tak trochu čudujem ☺

6.A – tr. učiteľka: Mgr. Milada Bučeková

Na ZŠ a gymnáziu som sa venovala športu - volejbalu, všetok môj voľný čas v súčasnosti rada trávim so svojimi deťmi, a ak mi ostane chvíľka pre mňa tak čítam alebo počúvam hudbu

6.A - asistent učiteľka: Bc. Viera Schmidtová

Na základnej škole okrem povinnej telesnej som hrala basketbal, ping pong a chodila na divadelný a spevácky krúžok. 5 rokov som chodila na klavír. Na strednej škole som nepreferovala žiaden šport, iba tie čo sme mali na telesnej výchove a to volejbal, gymnastiku, ktorá ma ovšem vôbec nebavila :) a nejaké tie posilňovacie cvičenia, beh. V súčasnosti chodím len na zumbu, občas si však zahrám bowling, volejbal, futbal a basketbal s deťmi na krúžku a skúšala som aj tenis. Vo voľnom čase si však rada prečítam knihu a momentálne som našla záľubu v skladaní puzzle.

Práce našich detí na vyučovaní



Na hodine výtvarnej výchovy - Farebná jeseň



Výtvarná výchova v 4.A triede



Danko – 7.ročník



Dušan – 8.ročník



Tomáš – 4.ročník

presádzanie kaktusov



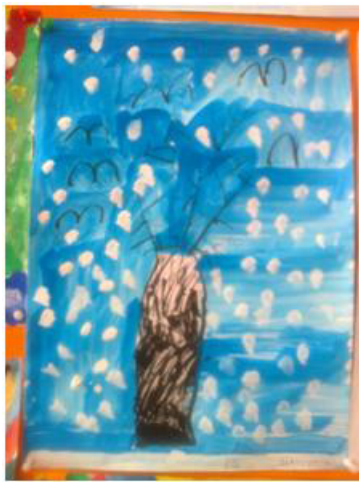


Ekologický farmár (Dušan – 8.ročník)



Vianočné darčeky – 4.A

Zima na výtvarnej výchove



Danko – 7.ročník



Štefka – 9.ročník



Dušan – 8.ročník

iPad vo vyučovacom procese

V súčasnej dobe deti s autizmom využívajú rôzne podoby obrázkových papierových komunikačných tabuliek, pracovných listov, či úloh, ktoré však majú obmedzené možnosti. V dnešnej dobe sú však tieto možnosti na vzdelávanie autistov oveľa väčšie.

V zahraničí sa už dlhšiu dobu pri edukácii detí s poruchou autistického spektra využívajú **iPad-y**, ktoré sa v poslednom čase rozšírili aj na Slovensku.

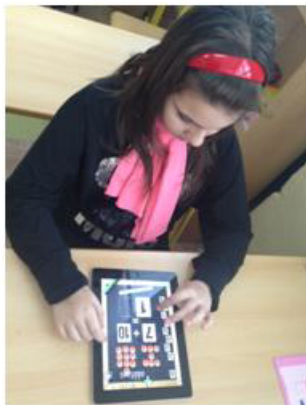
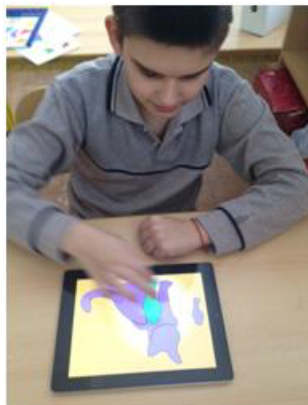
Naša škola disponuje práve týmito zariadeniami, ktoré nám **nesmierne uľahčujú vzdelávanie našich detí**. Prostredníctvom App Store je možné za priateľnú cenu sťahovať množstvo aplikácií. Jednotlivé aplikácie sú *veľmi zrozumiteľné a ľahko sa ovládajú*. Jedinou nevýhodou je snáď len to, že je málo aplikácií v slovenskom jazyku /podotýkam však, že pri väčšine úloh to nevedí/.

Vieme, že tento produkt môže podporiť vývoj detí, ktoré z dôvodu rečového, motorického, mentálneho alebo iného vývojového postihnutia majú sťaženú komunikáciu s okolím, preto ho čoraz častejšie *využívame na vyučovacích hodinách*.

iPad má všestranné využitie. Je veľmi užitočný v rámci **jemnomotorickej manipulácie**, kde dieťa prstom posúva jednotlivé obrazce po ploche displeja /priradovanie, triedenie, skladanie a spájanie rôznych tvarov, čísiel, písmen, obrazcov.../. Ďalej sa môže využívať na **písanie** - a tu dieťa, buď obťahuje po predlohe, alebo píše samostatne na plochu tabletu písmená, slová prípadne vety. Okrem týchto aktivít sa tu dá **sčítavať, odčítavať, násobiť, deliť, vyfarbovať jednoduché i zložité obrázky, kresliť, podľa vlastnej fantázie, či hrať na tie najrôznejšie hudobné nástroje**.

Naše deti na iPadoch pracujú veľmi radi, je to pre nich nesmierna zábava a ani sami si neuvedomujú, že sa tým vlastne učia a že to čo robia, ich posúva obrovskými krokmi vpred. Ja osobne mám skúsenosť s hyperaktívnym chlapcom, s krátkou dobou pozornosti, ktorý neobsedel na jednom mieste dlhšiu dobu, no vďaka tomu vie dlhšie zamerať pozornosť na danú prácu a teraz sa oveľa viac sústreďí pri písaní do zošita. Môžem s istotou povedať, že práve iPad mu pomohol pri zdokonaľovaní a rozvoji grafomotoriky, pretože ho to okrem iného prinútilo spomaliť svoje hypertempo :).

Okrem týchto hravých edukačných aktivít sa iPad využíva podobne ako **komunikačná kniha** /obdoba PECS/ pre nehovoriace deti. Prostredníctvom nej, nám vie dieťa vyjadriť svoje potreby – napr. čo chce práve jesť, kam chce ísť, čo má rád i čo ho bolí. To však vyžaduje nesmiernu námahu, čas, chuť a **maximálnu spoluprácu rodiča**. Treba však zohľadniť **vývojovú úroveň dieťaťa**, pretože **nie každé dieťa** je schopné prísť až do tohto štádia.

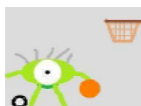


Žiaci 2.A triedy pri práci s iPadom

(Ivica Oleárová)

V školskom roku 2012/2013 sa deti vyučujú v troch triedach MŠ, šiestich triedach ZŠ a v jednej spoločnej triede Praktickej školy pre všetky tri ročníky. Otvorili sme tak ako každý rok aj dve triedy ŠKD.

V školskom roku 2012/2013 môžu deti navštevovať nasledovné krúžky pod vedením svojich učiteľov:



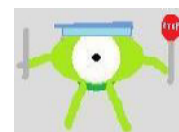
- **Anglický jazyk** - Helena Chraščová
- **Počítačový krúžok I.** – Milada Bučeková, Ivana Jacková
- **Počítačový krúžok II.** – Kristína Beníková
- **Športový krúžok** - Róbert Doci, Viera Schmidtová
- **Tkanie** – Vlasta Matiová
- **Tvorivé dielne** – Ivica Oleárová
- **Učíme sa ruštinu** – Iveta Petíková
- **Z Jožkovej kuchyne** – Jozef Beňuš, Ivona Mužíková



Akcie školy (1. Polrok 2012/2013)

SEPTEMBER

- **Vláčiky**
- **Dopravné ihrisko**



V dňoch 17.09.–19.09.2012 sa na škole uskutočnili dni dopravnej výchovy, ktoré zorganizovala 4.A trieda.



V prvé dva dni si deti so svojimi učiteľmi povedali v triedach niečo o dopravnej výchove, poznávali dopravné značky, rozprávali sa ako sa správa chodec a cyklista na ceste, ako správne prechádzať cez cestu, na čo si treba dávať pozor a ako sa celkovo správať v cestnej premávke.

Deti si teoreticky preskúšali svoje vedomosti aj na PC za pomoci CD - dopravná výchova, zahráli si aj dopravné pexeso. Prakticky si potom svoje vedomosti mohli žiaci a deti z MŠ precvičiť 19.09.2012 v stredu na vytvorenom dopravnom ihrisku pri škole, ktoré pripravili žiaci 4.A triedy. Na asfaltové ihrisko v rámci výtvarnej a pracovnej výchovy pripravili žiaci dopravné značky a kriedami zakreslili cesty, chodníky, parkovisko a prechody pre chodcov. Potom na



ihrisko rozmiestnili dopravné značky a super dopravné ihrisko bolo hotové. Vytvorili časový harmonogram, podľa ktorého si potom každá trieda prišla prakticky precvičiť správanie sa v cestnej premávke.



Deti si zajazdili na kolobežkách a bicykloch a zahráli sa na chodcov. Najväčší záujem bol o veľkú trojkolku. Žiaci 4.A triedy zároveň robili semafor. Deti ukázali, že majú pomerne dobré vedomosti, čo



sa týka dopravnej výchovy, ale našli sa aj také, ktoré porušovali pravidlá a robilo im to radosť. Počasie nám prialo, bolo teplo, svietilo slniečko a deti boli s akciou veľmi spokojné.

- **Malovanie kameňov**
- **Myšľanské múzeum**

Dňa 26.9. 2012 žiaci 4.A a 5.A triedy navštívili Myšľanské múzeum, ktoré sa nachádza v Nižnej Myšli pri Košiciach. Do múzea sme sa previezli mikrobusedom, ktorý nám zasponzorovala spol. GETRA a.s..

Budova múzea nie je veľmi lákavá, nakoľko je dosť schátralá, ale to čo sme tam videli stálo za to. Múzeum sa nachádza v časti budovy bývalého premonštrátskeho kláštora, pochádzajúceho z 13. storočia. Dnes má múzeum k dispozícii 400 m výstavnej plochy a laboratórium na reštaurovanie nálezov. Cieľom múzea pri vzniku bola prezentácia a zhromažďovanie archeologických a kultúrnych pamiatok z regiónu, prevažne z vykopávok lokality európskeho významu, t. j. opevnenej remeselníckej osady otomansko-füzesabonskej kultúry, starej 3400-3700 rokov, zo staršej a začiatku strednej doby bronzovej.



Deti mohli vidieť rôzne vykopané nájdené artefakty - množstvo nádob, bronzových, kamenných, kostných predmetov, množstvo črepov a kostier. Pani Grendelová, ktorá nás prehliadkou sprevádzala bola veľmi milá a povedala nám množstvo zaujímavosti k nájdeným artefaktom. Videli sme tam aj nájdené hroby muža s chlapcom a ženy s dieťaťom, ako aj, pravdepodobne v obetnej jame, nájdené kostry štyroch mladých panien – cca 12 ročných dievčat. Taktiež sme mali možnosť prezrieť si miestnosti, kde boli kroje a rôzne predmety charakterizujúce kultúrnu úroveň miestneho obyvateľstva, ako aj miestnosť, kde sa nachádza zvyšok jezuitskej knižnice s knihami zo 16. - 19. storočia. Deti zaujal vstup do podzemných chodieb, ktorý je v súčasnosti zasypaný, ako aj dobový hasiaci

voz. Na záver sme sa boli ešte pozrieť neďaleko na domček postavený z dreva, hliny a slamy. Pri odchode sme každý dostali na pamiatku privesok s kúskom črepiny z náleziska. Cestou do školy sme sa ešte zastavili na malé občerstvenie. Akcia sa nám veľmi vydarila, deti si odniesli nové zážitky a vedomosti a prežili zaujímavý deň.

BLIŽŠIE INFORMÁCIE O MYŠĽANSKOM MÚZEU:

Doteraz vykopané artefakty, cca 2000 nádob, 5000 rôznych bronzových, kamenných, kostených predmetov, niekoľko ton črepov a mnoho kostier boli umiestnené v depozitároch.

Múzeum chce vystavovať zbierky v mieste nálezov tak, ako je to bežné vo svete. Okrem toho má múzeum záujem prezentovať cirkevné dejiny, dejiny rádov v regióne i dejiny obce. V tejto časti bude umiestnený i zbytok jezuitskej knižnice zo 16.-19. storočia v počte 412 exemplárov. V expozícii múzea je aj výstava minerálov a hornín. V múzeu sa nachádzajú niektoré európske unikáty, napr. rituálny chlieb starý 3400 rokov, hroby kovolejárrov, detské hračky, vozíky, hrkálky a pod. z rovnakého obdobia. Ďalším unikátom múzea je vstup do podzemných chodieb, vybudovaných pôvodne mníchmi a pracovníkmi kláštora, ktoré ústia až na bývalý lom Skalka. Ich účelom bola ochrana a možnosť prípadného úteku. Archeologické pamiatky po najstarších obyvateľoch boli nájdené na kopci Skalka nad Oľšavou, ale aj na Konopiskách, Várhegyi, Alameneve - kamenné štiepané nástroje, čepele a ich zlomky, ktorých vek sa pohybuje od 100 000 do 40 000 rokov.

Významné archeologické nálezy sa našli na plochej vyvýšenine Várhegy, na ktorej bola v rokoch 1800 - 1700 p.n.l. založená opevnená osada. Na tejto lokalite sa od roku 1977 realizuje systematický archeologický výskum, ktorého výsledky patria k najvýznamnejším na Slovensku a najznámejším v zahraničí. Nájdené artefakty dokumentujú vysokú životnú úroveň, technologickú zručnosť - napríklad hrnčiarstvo doviedli do dokonalosti bez toho, aby poznali hrnčiarsky kruh. Obyvatelia osady boli nielen zdatní metalurgovia, ale aj výborní obchodníci - svoje výrobky po starodávnej obchodnej ceste vymieňali za jantár (zo severu) a stredomorské mušle (z juhu). Úžasné kultúrne a duchovné bohatstvo, ktoré tu môžete vidieť a pocítiť vyráža dych a naplňa úctou.



Najstaršia nájdená zachovalá hračka

- **Branné cvičenie**
- **Jesenné práce na školskom dvore**



Svoju šikovnosť žiaci preukazujú aj na hodinách technickej výchovy, svet práce a pracovné vyučovanie praktickými činnosťami. Na jeseň hrabali lístie a upravovali terén okolia školy. Na obrázku sú žiaci 4. A a 5.A.

OKTÓBER

- **Baumax**



Kreslenie na asfalt



- **Miklušova väznica**
- **Návšteva bábkového divadla - predstavenie "Zažmúročko"**
- **Návšteva študentov zo Strednej odbornej školy veterinárnej**



NOVEMBER

(Sedací vak - dar od SOŠ veterinárnej Košice)

- Návšteva SOŠ veterinárnej
- Návšteva - Gymnázium Alejová 1 Košice
- fyzikálne pokusy



- Presádzanie kaktusov
- Vyrezávanie tekvíc
- Púšťanie šarkanov
- Prednáška "Zázrak života"

- Návšteva študentov 4.ročníka LF UPJŠ KE
- v rámci predmetu sociálna medicína
- Cena od Slovenského olympijského výboru

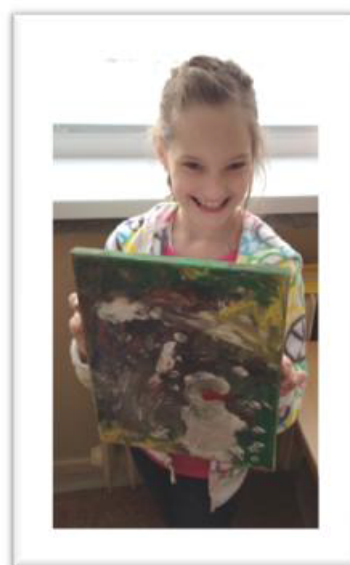


Aukcia výtvarných diel pre detskú onkológiu - „DOTYKY UMENIA“

V novembri sa pod vedením tr.úč. Mgr. Ivica Oleárovej zapojili žiačky 2.A triedy **Viktorka Zajacová** a **Stelka Pisková** do aukcie s názvom DOTYKY UMENIA. Ide o výtvarný a charitatívny projekt, ktorý je zameraný na pomoc onkologicky chorým deťom, ktoré sú od útleho detstva vystavené ťažkej životnej skúsenosti. Účastníci projektu mali na základe svojich daností a možností vytvoriť umelecké diela - obrazy, ktoré formou daru poskytnú do verejnej aukcie. Výťažok z predaných obrazov bude venovaný na detskú onkológiu.



Viktorka Zajacová (2.A)



Stelka Pisková (2.A)

(Ivica Oleárová)

Viktorka Zajacová – 11 rokov, žiačka 2.A triedy – ročník štvrtý



Oblíbená farba: ružová

Zájmy: hudba, anglická kniha

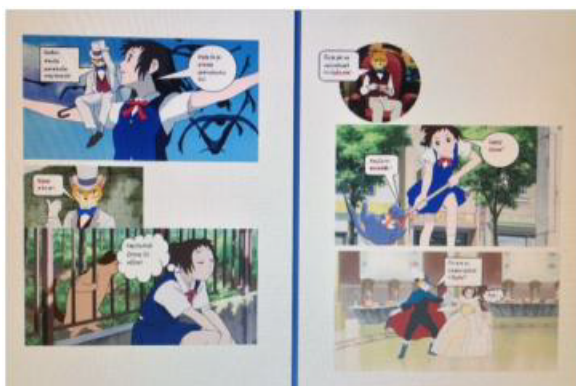
Film: Dr. House, The Darkest

Zvieratá: mačka, netopier

Oblíbené jedlo: bryndzové pirohy

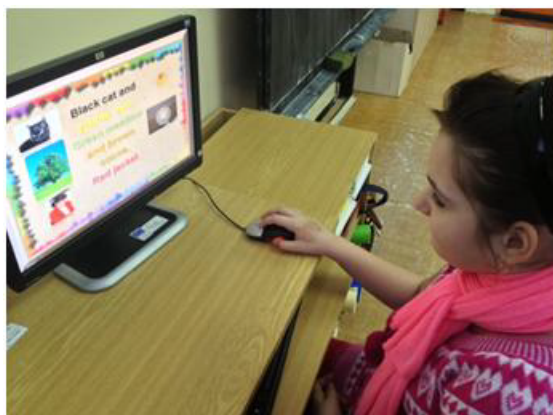
Môj vzor: Štefka Pastornická

Viktorka je veľmi šikovné dievča. Odpovedá na otázky na základe ponúknutia alternatívnej odpovede. Má dobrú mechanickú, no najmä vizuálnu pamäť. Dokáže si zapamätať veľké množstvo informácií a dokonca rozlišuje, kto ju čo naučil.



Jej záľubou sú počítače, s ktorými pracuje na vysokej úrovni. Zo začiatku len kreslila v skicári, či hrala jednoduché hry, no dnes už pracuje s prezentáciami, vyhľadáva veci, ktoré ju momentálne zaujímajú, pracuje s internetom (e-mail, pracovné zadania...) a vytvára komixy (motivovala ju Štefka Pastornická).

Okrem toho sa zaujíma o *angličtinu*, ktorú sa učí pomocou počítača. Pracuje s translatorom (prekladač slov), prezentáciami v angličtine, ktoré si sama prekladá (podotýkam správne), spieva detské piesne po anglicky, má relatívne bohatú anglickú slovnú zásobu, takže ju len tak ľahko nezaskočíte... ☺



Ďalšou jej devízou je *kreativita a zmysel pre detail*. Z plastelíny modeluje postavičky, ktorými sú konkrétni ľudia, kreslí, vystrihuje, či lepí obľúbené postavy z komixu WINX.

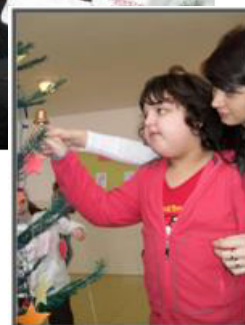
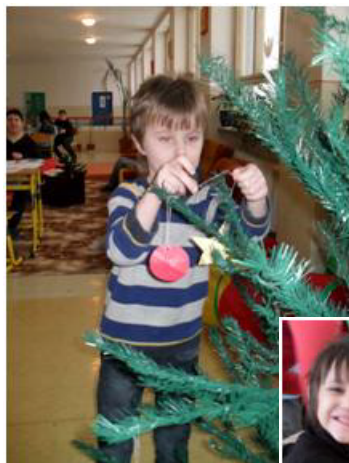


(Ivica Oleárová)

DECEMBER



- **Návšteva cukrárne a Štátneho divadla - predstavenie "Najdúch"**
- **Vianočné ozdobovanie**



- **Mikuláš**



- **Divadelné predstavenie v škole "Zbojnícka kráľovná"**
- **Pečenie perníčkov**
- **Vianočné trhy**
- **Návšteva študentov Gymnázium Šrobárova Košice**
- **Vianočná akadémia 2012**

Naše deti pod vedením svojich učiteľov pripravili nádherný program na Vianočnú akadémiu, na ktorú boli pozvaní aj rodičia našich detí. Deti boli úžasné a program zvládli na výbornú. Celou školou zneli piesne, ktoré navodzovali Vianočnú atmosféru už od rána. Celý program nacvičovali deti asi jeden mesiac, pripravovali sami výzdobu školy, ozdobili stromček. Veríme, že rodičom sa tiež páčilo vystúpenie ich detí a sú na ne pyšní tak, ako aj my. Zaslúžia si za svoj výkon veľkú pochvalu.





Vystúpenie žiakov na Vianočnej akadémii

- **Návšteva z rehabilitačno-pracovného centra Dorohy Žittja v Užhorode**



- **Vianočné trhy Košice**



Tak ako každý rok, aj v tomto školskom roku sme navštívili Košické vianočné trhy. V tomto roku nám pomáhali s propagáciou a vytvorením zbierky pre naše autistické centrum spoločnosti USS Košice a Rotary club, vďaka ktorým sme až dva dni mohli naše centrum zviditeľňovať. Počas týchto dvoch dní sa vyzbierala pre naše AC nádherná suma. Suma, ktorú sme získali vďaka podpore USS Košice je 958,71,- €. Peniaze sa použijú na obnovu zábradlia na druhom poschodí školy, aby sa zvýšila bezpečnosť našich detí. Všetkým ktorí nám pomohli a pomáhajú zo srdca **ĎAKUJEME!!!**

- **Návšteva študentov z Gymnázia sv. Tomáša Akvinského v Košiciach**

Návšteva študentov z GTA : V posledný deň pred vianočnými prázdninami navštívili našu školu prváci z Gymnázia sv. Tomáša Akvinského a pripravili si pre nás pekný vianočný koncert, za čo im samozrejme ďakujeme. Okrem kopy vianočných kolied a dobrej nálady nám doniesli aj svoje vlastné domáce predvianočné koláčiky, ktoré boli ako inak veľmi chutné. Takže ešte raz ďakujeme a tešíme sa na ďalší rok.



(Tomáš Topolčanský)

JANUÁR

- **Zimné radovánky**
- **ŠKD - súťaž v gul'ovaní**

Výroky našich detí



Výroky detí z MŠ:

Dieťa hovorí učiteľke: „Práca je fuj! „Ja nie som Bambuľka z Bambuľkoviec!“, „Už sa tu nikdy nevrátim!“ – to myslí do MŠ

Mamka príde po dieťa a dieťa jej hovorí: „Chod' preč, ja nejdem domov!“

Učiteľka usmerňuje dieťa, aby nerušilo deti pri odpočinku, a dieťa jej na to vraví „Teta Lucia už chod' na logopédiu!“

Dieťa volá učiteľku: „Pod', iPad!“ ,
A keď učiteľka zavolá dieťa, aby išlo pracovať tak dieťa zareaguje: „Pomóc!“

Učiteľka volá deti pracovať. Jedno dievčatko organizuje ostatné deti: „Všetci za mnou!“ a uteká sa skryť za gauč alebo pod stôl.

Keď Jožko Beňuš príde do triedy tak dieťa sa k nemu rozbehne a povie mu: „Ježiško“ (miesto Jožko).

Učiteľka na WC podáva dieťaťu toaletný papier, ale čaká, že si ho dieťa vypýta samo. Ale dieťa nereaguje, tak mu učiteľka pomáha: „Čo si prosíš?“

Dieťa odpovedá: „IPad.“

Šikovné dieťa v triede má prehľad o všetkom čo pani učiteľky robia:

Do triedy príde prvá pani učiteľka a dieťa sa pýta: „Dnes budeš do štvrtej?“

Príde druhá pani učiteľka a dieťa na to: „Bola si v škole?“

Druhá pani učiteľka odchádza, dieťa sa pýta: „Ideš do školy?“

Z triedy odchádza prvá pani učiteľka a dieťa na to: „Ideš na logopédiu_“

Ráno vojde do triedy prvá pani učiteľka a dieťa sa zase pýta: „Dnes pôjdeš na logopédiu?“

Dieťa pracuje ako drak. Keď urobí všetky úlohy a potom ešte ďalšie, ďalšie a ďalšie a ďalšie pani učiteľky už nestihnajú znášať úlohy zrazu sa ozve: „Do prčic, tak kde sú tie ďalšie úlohy?“

Výroky detí v ZŠ

U : „Aký je podľa teba kočovný život?“

Ž : „ Že sa niekto dajme tomu, utopil?“

U: „No pozri sa, aký pekný trojuholník si narysoval.“

Ž: „Pozriem sa.“

U: „Prečo si sa mi ráno nepozdravil?“

Ž: „Myslel som, že ešte spím“

Jedna učiteľka sa pýta druhej: „Prišla Ti odo mňa esemeska?“

Učiteľka odpovedá: „Neviem. Nie som na internete,“

U: „Keď o polnoci prídem a opýtam sa ťa na to, musíš to vedieť!“

Ž: „Ja o polnoci spím.“

U: „Máš úlohu?“(prepis tlačeného textu“Naša hymna“)

Ž: „To mám písať tlačeným?“

U: „Nie, prepísať písaným písmom!“

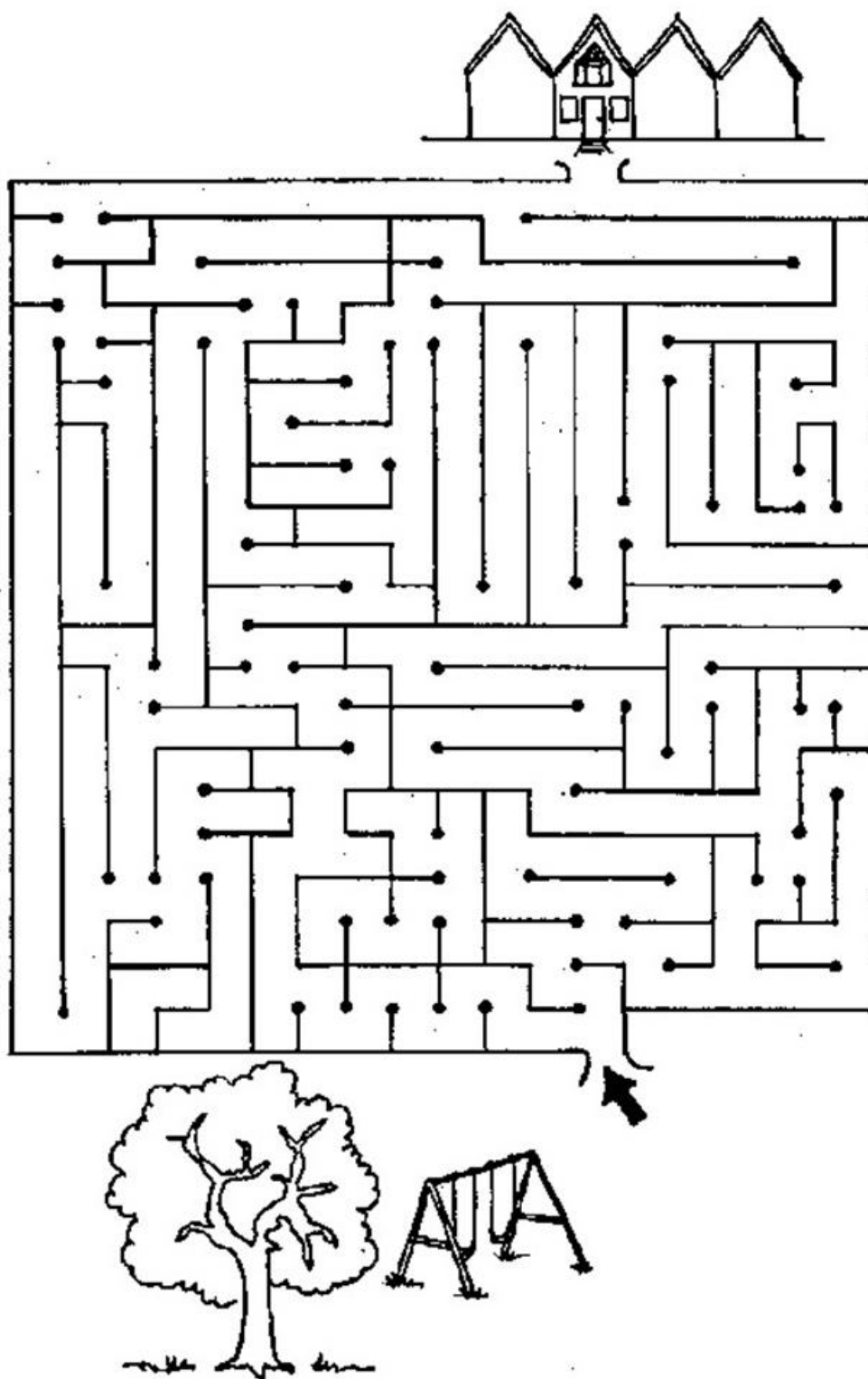
Ž: „A čo, teraz mám stáť, keď je to hymna?.“

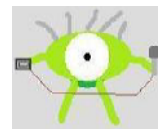
Niečo pre naše deti

Obrázok na a vyfarbenie. Vieš z ktorej je rozprávky?



Nájdeš cestu k domčeku?





Hipoterapia.

„Chýbajúci zrak alebo končatina, iný spôsob myslenia, to všetko sú záležitosti, ktoré kôň dokáže zvládnuť tak, že už nie sú handicapom. Jediným skutočným postihnutím je ľudská hlúposť, zloba a obmedzenosť.“

Sucharda

V súčasnosti je asi najobľúbenejšou a zároveň aj jednou z najefektívnejších terapií práve hipoterapia. Je to využitie koňa pri liečbe, komplexná rehabilitačná metóda vychádzajúca z neurofyziologických základov, ktorá využíva nasadenie koňa na liečebné účely. Jej pôsobenie je komplexné, pretože zasahuje oblasť rehabilitácie,



psychológie a resocializácie. Hoci sa to na prvé počutie môže zdať nemožné – zlepšovať zdravie ľudí pomocou koňa – každodenná prax nás uisťuje, že je to neobvyklá skutočnosť. Účinnosť tejto metódy spočíva v jej celostnom pôsobení na človeka. Súčasne totiž ovplyvňuje našu telesnú a duševnú stránku, čo podmieňuje aj jej silné resocializačné pôsobenie. Je to zaujímavé spolužitie koňa a človeka, ich vzájomná komunikácia a spolupráca prináša krásny vzťah, ktorý nie je obmedzený vekom, pohlavím ani veľkosťou postihnutia.

Hipoterapia je jedna z mála činností, ktoré môžu deti dostávať aj ako odmenu a prináša im radosť. Veľkou výhodou na rozdiel od iných terapií je, že sa môže vykonávať vonku v prírode a dieťa nemá vôbec pocit že nejakú terapiu absolvuje. Kôň, na rozdiel od ľudí, nepozná predsudky – správa sa rovnako ku každému dieťaťu. Rytmický hojdavý pohyb koňa a jeho vyššia telesná teplota navyše navodzuje u dieťaťa svalový a duševný relax. Pohybový impulz, ktorý vzniká pohybom chrbta koňa v kroku, sa podobá pohybu pri chôdzi zdravého človeka. Jazdec sa snaží prispôsobiť pohybu koňa, hľadá rovnováhu. Tým si mimovoľne posilňuje ochabnuté svaly a rozvíja správne pohybové vzorce a korektné držanie tela.

Hipoterapiu u nás absolvujú nielen detičky s autizmom, ale aj deti so zdravotnými problémami ako sú hyperaktivita, agresivita, poruchy učenia, detská mozgová obrna, skolióza, poruchy pozornosti, správania, alebo s narušenými komunikačnými schopnosťami. Aby bola hipoterapia účinná je potrebné navštevovať terapie dlhodobo a pravidelne. Jedna individuálna jednotka - terapia - trvá približne 15-20 minút v závislosti do veku a schopností klienta. Malé deti a deti s poruchami sústredenia zo začiatku jazdia kratšie, neskôr sa terapia predlžuje. Intenzívna práca na koni počas 20 minút je pomerne vyčerpávajúca aj pre zdravého človeka.

Naše detičky sú v jazdení veľmi šikovné. Vykonávajú rôzne náročné cviky, za ktoré by sa nehanbil ne jeden voltizny jazdec. Pri týchto špeciálnych cvičeniach dochádza k zlepšeniu uvedomovania si vlastného tela, koordinácie pohybov, rovnováhy tela a priestorovej orientácie. Detičky nejazdia na koni len v kroku, ale využívajú aj rýchlejšie chody – klus a cval. Klus je dvojtaktný pohyb koňa, mimoriadne vhodný na zlé držanie tela, pre hypotonikov a detičky s hyperaktivitou, detičky ho milujú, pretože pôsobí povznášajúco. Cval je najrýchlejší chod koňa, je súvislý rad skokov, pôsobí uvoľňujúco, lebo dieťa má pocit, že už je ozajstným



Niekedy je toho aj na koňa veľa....

jazdcom a má radosť z rýchlej jazdy. Tí šikovnejší sa učia ovládať koníka sami, veď čo môže viac dvihnúť detské sebavedomie ako to, že ho počúva 400 – kilový kôň, že ide želaným smerom, pohne sa a zastane na jeho pokyn. Spoločne prekonávajú malé prekážky, slalom, otočky. U dieťaťa sa rozvíja jemná motorika, koordinácia pohybov, buduje sa prirodzené partnerstvo so zvieratom. Pri jazdení sa rozdiel medzi zdravými deťmi a deťmi s problémami stiera. Najdôležitejším členom nášho hipoterapeutického tímu je kobyľka Kitty, ktorá väčšinu pomoci našim deťom odnesie na svojom chrbte. Okrem detí, miluje suchý chlieb, mrkvu a jabĺčka, ktoré jej naše detičky nosia v plných taškách.

(Lenka Halásová)



Snoezelen



Snoezelen je multifunkčná relaxačná miestnosť so svetelnými a zvukovými podnetmi. Na našej škole máme **bielu miestnosť**, v ktorej je umiestnený bublinový vodný valec, sedací vak, taktilná stena, matrace, rádio s relaxačnou hudbou, projektor, ktorý na stenu premieta rôzne motívy (ryby, motýle, vtáky...), disco guľu, ktorá rotuje okolo vlastnej osi a spolu so 4-farebným kotúčom vytvára meniace sa obrazy bubliniek, pohybujúcich sa po celej miestnosti, či hviezdne nebo.



S deťmi sem chodievame v presne vymedzenom čase. Do tejto miestnosti vstupuje učiteľ s dvomi, max. tromi deťmi (viac detí by sa navzájom rušilo). Pedagóg zapne všetky **svetelné a zvukové efekty**, ktoré majú dané deti radi a ustupuje do úzadia. Nepoužíva verbálnu komunikáciu, iba ak je to nevyhnutné. Necháva dieťa, aby konalo spontánne, pohybovalo sa tam, kde ono chce a kedy chce, a tým nezasahuje do „**jeho relaxácie**“. Dieťa sa tu má cítiť uvoľnene, príjemne, neprežíva tu žiaden stres (nie sú na neho kladené požiadavky) a vychutnáva si toto farebné zvukové prostredie. To, že sa mu tu naozaj páči a vníma jednotlivé komponenty, nám dáva najavo svojou radosťou a úsmevom!



(Ivica Oleárová)



S deťmi z MŠ chodím do Snoezelen, sú tam radi, každé dieťa tam má niečo obľúbené, Riško rád sedí pri bublinkovom valci a pozoruje pohybujúce sa rybky, Ľubko zvykne ležať na lehátku a pozoruje ten presýpací obraz a Romanko je rád pri dotykovej stene. Deti sú tam pokojné ani nechcú odtiaľ odísť. Je fajn, že máme túto miestnosť.

(Iveta Rosoľanková)



S mojimi deťmi tam chodíme veľmi radi. Deti sú tu spokojné, uvoľnené a vnímajú zázračný svet okolo seba. Najprv ich jemne vymasírujem podľa princípov bazálnej stimulácie, potom ich zabalím do deky, nechám chvíľu odдыхovať, a potom ponúkam rôzne stimuly. Buď im dám ovoňať rôzne vône a sledujem ako reagujú, inokedy zoberiem hmatové pomôcky a stimulujem hmat, potom ich nechám v klude sledovať pohyb bublínok a rybičiek v umelom akváriu, alebo zapnem disko guľu a ponárajú sa do hry svetiel. Chodíme tam 2- krát niekedy aj 3 – krát do týždňa. Počas 40 minút, koľko terapia trvá, sa snažím stimulovať zmysly detí tak, aby mali čo najlepší pôžitok, ale zároveň, aby toho nebolo veľa naraz. Teraz už viem, čo je ktorému naozaj príjemné a čo radšej nemusia. **S istotou viem povedať**, že deti sú tu spokojné a uvoľnené.

(Slavka Beňušová)

Na záver

A čo nás ešte čaká v druhom polroku. Čaká nás absolvovanie lyžiarskeho výcviku, škola v prírode, a množstvo ďalších aktivít a akcií, ktoré posúvajú naše deti dopredu. Dúfame že nášmu centru zachováte aj naďalej Vašu podporu a priazeň. Môžete taktiež prispieť vašimi postrehmi, nápadmi, podnetmi, respektíve zaujímavosťami zo sveta autizmu. Schránka časopisu sa nachádza na veľkej chodbe pri vstupe do školy. Radi prijmemo vaše názory na časopis, ak napíšete svoje názory k centru, škole a prispějete aj niečím svojim, veselou príhodou o vašom dieťati, alebo môžete poukázať na niektoré výnimočnosti a aktivity, alebo úspechy vášho dieťaťa. Nebojte sa a prispějete svojou troškou do nášho časopisu.

„Každé dieťa je jedinečné a najlepšie ho pozná vlastný rodič, ktorého láska nie je ničím podmienená, len vlasnou existenciou jeho dieťaťa.“

D. Ostatníková – Autizmus z pohľadu neuropsychobiológie

Iveta Petíková

Školský časopis „Rubikove očko“ vydáva Autistické centrum Rubikon n. o., Myslava - Košice

**Ďakujeme tým, ktorí prispeli svojou prácou a tvorivosťou pri vzniku tohto čísla.
Neprešlo jazykovou úpravou.**

Grafická úprava titulnej strany časopisu – Jakub Rajnič, žiak 4.A triedy, 9. Ročník.

Šéfredaktor – Ing. Iveta Petíková, tr. učiteľka 4.A triedy (kontakt - mobil: 0905 712 764)



Tlač časopisu finančne podporilo **OZ Nádej pre AUTISTOV** (www.nadejpreautistov.sk)

Tlač školského časopisu: Tlačiareň MULTIPRINT, s.r.o., Košice



Rubikon



KONTAKT
Autistické centrum Rubikon, n.o.
Myslavská 401
040 16 Košice – Myslava

Mobil: 0948 294 937

Číslo účtu: 2625722918/1100
IČO: 35582723
DIČ: 2022426824