

# MUCIN

MĚSÍČNÍK UMĚLECKÝ, CITLIVÝ, INTELIGENTNÍ, NESTRANNÝ



LÉTO  
2021

## Redakce

### Šéfredaktor:

Adéla Szpernová, 3.SČ

### Grafik:

Ondřej Kolecký, 1.EM

### Korektura:

Mgr. Julie Tomečková

### Redaktoři:

Barbora Dostálová, 3.PL  
Natali Radošovská, 3.SČ  
Sabina Oleksjuková, 3.SČ  
Beata Neuhüblová, 2.EM  
Ema Mikolášová, 1.EM  
Kai Pajerů, 1.EM  
Klára Koryčanová, 1.EM  
Michaela Pustková, 1.EM  
Natálie Chlopčíková, 1.EM

### Externí redaktoři:

Rebeca Mrnková

### Ilustrátoři:

Barbora Dostálová, 3.PL  
Kai Pajerů, 1.EM

## Obsah

### Zprávy z AHOLu:

Přednáška VZP	2
VZP pohledem odborníků	2
I přes COVID jsme Superstar!	3
Netolismus, aneb závislosti z jiné perspektivy	5
Absolutoria, ale online	6
Jan Schuska skóruje	7
Co nám dala a co vzala distanční výuka?	8
Aplikace inteligentních ortoticko-protetických pomůcek	9
Kdo jsou ti nejlepší ošetřovatelé?	10
Poslední online přednáška	11
Výhry míří za vítězi	11

### Sport, umění a kultura:

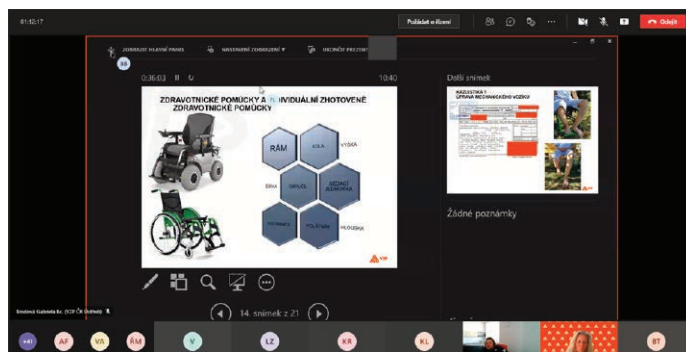
Cesta do minulosti? I to je zde možné!	12
--	----

### Humor a zábava:

Can You Escape?	13
Mastná pleť - 4 kroky jak na ni!	14
Aaargh!	15
Dopady distanční výuky na psychické zdraví studentů i učitelů	17
Poznej učitele	18

# Přednáška VZP

Pátek 9.4. byl ve znamení přednášek odborníků neměli jen studenti 4. ročníku oboru Sociální, správní a pečovatelská činnost, ale také všechny ročníky oboru Ortoticko-protetický technik! Téměř 50 studentů oboru si tak poslechlo informace o významu protetiky v procesu schvalování zdravotnických pomůcek Mgr. Filipčíkové, Ph.D. a Bc. Brodové, které působí ve Všeobecné zdravotní pojišťovně ČR. Navíc se studenti dozvěděli o trainee programech VZP ČR, do kterých se mohou v budoucnu zapojit.



Třída 3.SČ

## VZP pohledem odborníků

Dne 9.4.2021 v pátek se konala přednáška s lidmi s VZP pojišťovny. Přednáška nebyla vůbec špatná, dozvěděli jsme se hodně zajímavých věcí, že po ČR je 190 poboček, takže je dostupná skoro všude. Dozvěděli jsme se také jak vlastně funguje celý systém pojištění a tak podobně. Také že mají ve VZP organizační strukturu, která se skládá z pěti odborů a to Ekonomický obor, Právní obor, Odbor pojistného a správy pohledávek, Odbor služeb klientům a jako pátý Odbor zdravotní péče.

Dále jsme se dozvěděli, že 90% populace na světě je nezdravých čili trpí nějakou nemocí. Dále nám paní Brodová a paní Filipčíková sdělily, že na péči pro pacienty bylo uhrazeno 253 miliard Kč což je ohromná částka. Poté nám sdělily pár zásadních zákonů a také činnost RKRZP. RKRZP se "rozděluje"

na Schvalovací a povolovací činnost, Kontrolní a revizní činnost, Smírčí jednání, Posuzovací činnost, Konzultační/ Expertní činnost. Další informaci, kterou jsme si zapamatovali je jak probíhá proces schvalování zdravotnických pomůcek a ' ' přes koho jde ' ' jako první je pojištěnec pak lékař – odbornost, který zhodnotí požadavek, vystaví žádanku a poté doloží potřebné dokumenty. Pak je Protetik, který zaměří ZP. Fyzioterapeut je ve spolupráci s protetikem. Další je VZP ČR – ARL kteří připraví podklady a ověří nároky na ZP. A poslední je VZP ČR – revizní lékař který posoudí nárok. Závěrem byl prostor na dotazy. Přednáška se nám jako třídě celkem líbila a hodně jsme se dozvěděli.

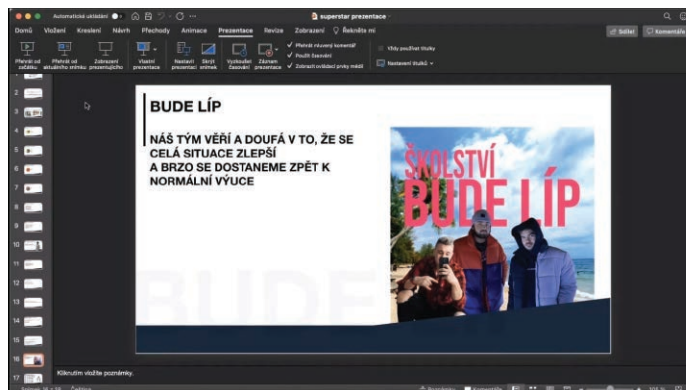
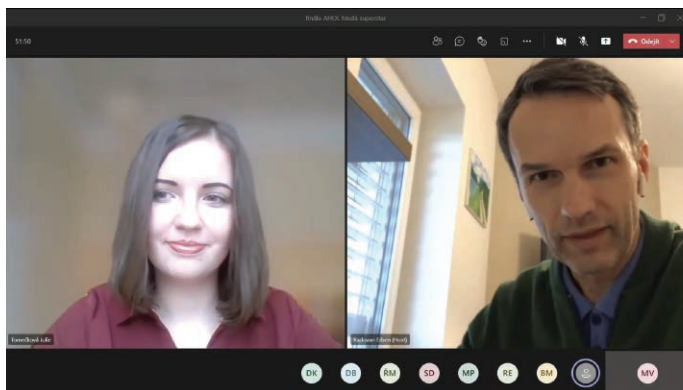
Daniel Buchtel,  
Hana Valentková

# I přes COVID jsme Superstar!

Historicky první ročník soutěže Superstar v odborných znalostech on-line je za námi! A jak se celá akce vydařila? To zjistíte z pohledu moderátorky dnešního soutěžního dopoledne!

Deset týmů muselo obhájit své soutěžní příspěvky, které tematicky spojovala epidemie koronaviru, před odbornou porotou, jejíž součástí byla Marcela Mrózková Heříková, Radek Erben, Michal Pistolas. Za AHOL SOŠ byl součástí poroty Michal Balaš.

Všichni studenti vynaložili maximum úsilí a hrdě své projekty hájili – rozhodování proto nebylo vůbec jednoduché. Porota tedy nakonec udělila mimo první tři místa i čestné uznání soutěžnímu týmu třetího ročníku oboru Ošetřovatel, který se skládal z Veroniky Horké, Michaely Gloserové, Leony Holubové, Jirky Satkeho a Adély Kobližkové s názvem Pracovní povinnost ošetřovatelů v době koronaviru pod vedením Mgr. Jonákové.

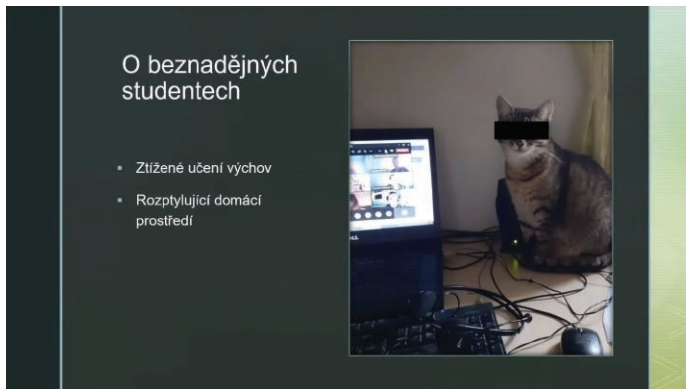


Na třetím místě se pak umístil tým studentek oboru Pedagogické lyceum, rovněž třetího ročníku, jehož součástí byla Barbora Dostálová, Michaela Řehová a Klára Drabinová, s prací Distanční nemoc (volejte Dr. Galéna) pod vedením PhDr. Dvořákové, který porotu oslovil především originálním zpracováním.

Druhé místo obsadil tým složený ze studentů prvního ročníku oboru Právo, soudnictví a veřejná správa, Tomáše Kaliského a Tomáše Bednáře, s názvem Vliv pandemie na chod automobilky, který vedli Ing. Pitřík a Ing. Hubáček, Ph.D. Hoši porotu zaujali svým nadšením pro věc a zdařilým rozhovorem s ředitelem automobilky.

První místo bylo uděleno studentům druhého a třetího ročníku oboru Ortoticko-protetický technik, Marku Morcinkovi a Natálii Malinovské, kteří pod vedením Mgr. Králové a Ing. Karníka, Csc. vystoupili s projektem Výroba hybridní protézy v době covidu, který porotu zaujal jak po stránce zpracování, tak po té tematické.

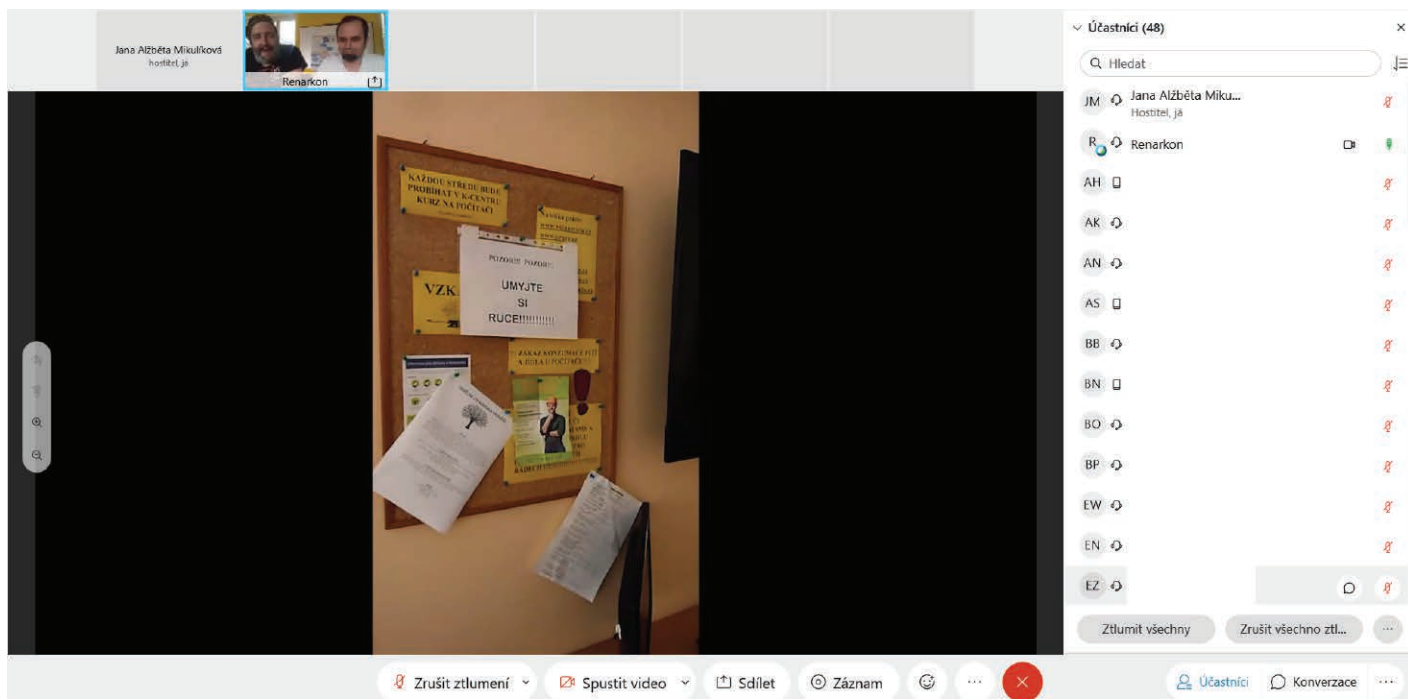
**Vítězným týmům gratulujeme a už teď netrpělivě čekáme na možnost osobního předání diplomů a cen. Všem ostatním pak děkujeme za kvalitní příspěvky a těšíme se zase příště!**



Redakce MUCINu

# Netolismus, aneb závislosti z jiné perspektivy

I v této nejisté koronavirové době se třídám 3.SČ a 2.PL poštěstilo zúčastnit se besedy s názvem „Systém péče o aktivní uživatele drog“ dne 3. 5. 2021. Prováděl je ředitel Centra primární prevence Renarkon se svými kolegy.



Díky výkladům pracovníků Renarkonu a fotkám z terénu jsme se mohli dozvědět například, že netolismus je v dnešní době velmi rozšířená závislost na internetu, nebo že za minulý rok pracovníci vybírali na 300 000 použitých jehel. Mě osobně nejvíce zaujala informace, že na některých veřejných místech jsou modrá světla, která znemožňují narkomanům najít si žílu a dostat do sebe další dávku.

Byl nám také vysvětlen řádný postup při nalezení injekční stříkačky: Najdeme jehlu, zavoláme městskou policii/ pracovníka Renarkonu a počkáme na místě nálezu do příjezdu příslušné osoby. Jestliže najdeme jehlu na místě, jako je sedadlo tramvaje, kde nám nezbyvá nic jiného, než se stříkačky dotknout, v žádném případě to nesmíme udělat čistě rukou. Je třeba si vzít v nejlepším případě jednorázové rukavice, ale může postačit i kapesník, či sáček. Následně jehlu vhodíme do plechovky/ pet lahve/ do něčeho pevnějšího, aby se jehla jen tak neválela v koši, až se jí zbavíme. I v tomto případě je dobré oznámit to příslušnému úřadu.

Z vyprávění jsme se také dozvěděli, jaké zařízení a služby Renarkon nabízí. Třeba terapeutické centrum dělá besedy i ve vězeních v rámci prevence.

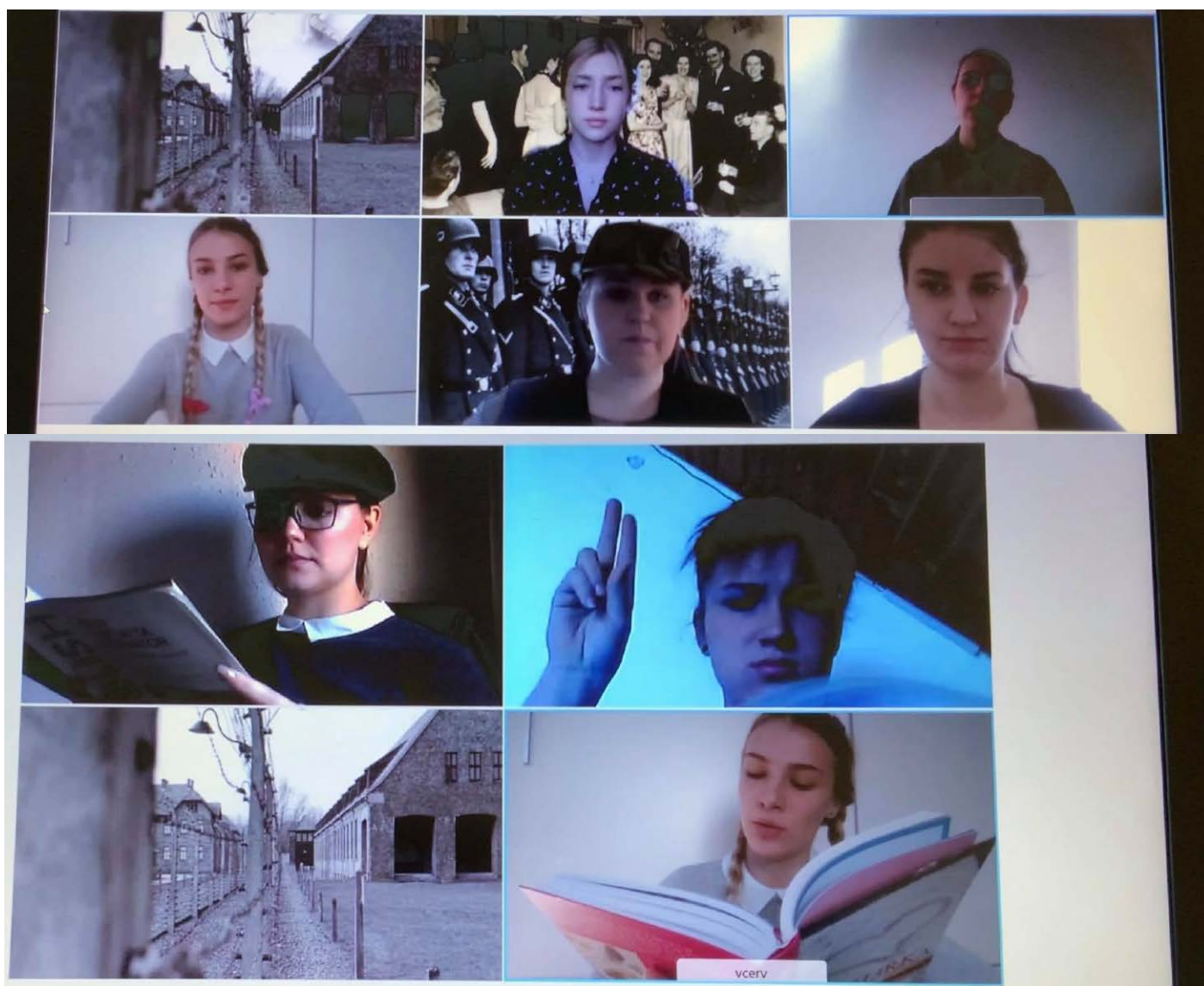
**Tento rok také Renarkon slaví 20 let působnosti v Moravskoslezském kraji! Takže za mě hodně štěstí i v následujících letech a co nejvíce šťastných konců.**

**Adéla Szperolová**



# Absolutoria, ale online

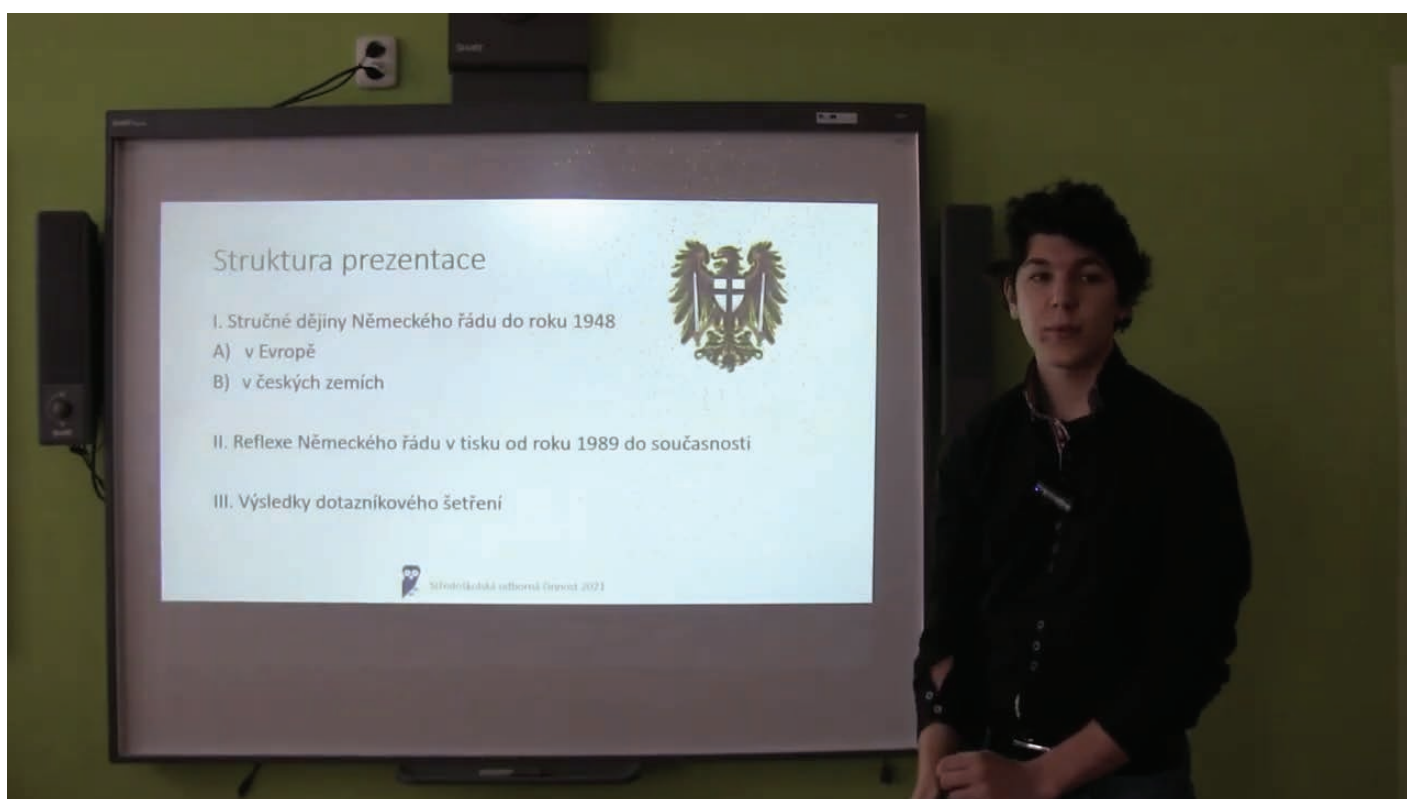
Ohlédnutí za absolutorii 4. ročníku oboru Pedagogické lyceum ze dne 12. 4. 2021! Po slavnostním zahájení následovalo dramatické čtení v kostýmech s využitím možností, které on-line prostředí nabízí - např. promítání dobové fotografie na pozadí. Poté následovala prezentace dvou projektů, které vycházely z knižní předlohy Chlapec v pruhovaném pyžamu. Studenti si s výzvou v podobě on-line prostředí poradili skvěle a my už se teď těšíme na středeční pokračování!



Redakce MUCINu

# Jan Schuska skóruje

16. 4. 2021 proběhlo dlouho očekávané okresní kolo obhajob Středoškolské odborné činnosti, u nás nejnáročnější celostátní soutěže, kde student obhajuje svou odbornou práci. Naši školu zde reprezentoval student 3. ročníku Jan Schuska v oboru historie, kde zúročil téměř tříletý výzkum studií na téma Německý řád na Bruntálsku a jeho mediální odraz v tisku od 90. let do současnosti. V náročné konkurenci obsadil první místo a postupuje do krajského kola, které se bude konat 7. května. Jeníkovi blahopřejeme a má náš upřímný obdiv – nejen za vítězství, ale především za to, jak se vypořádal s výzkumem v období, kdy mu odbornou práci zásadním způsobem znesnadnila současná omezení.



**31.5. se dozvídáme, že Jan se svou prací s názvem Německý řád na Bruntálsku a jeho mediální obraz v tisku od 90. let do současnosti postupuje do celostátního kola soutěže! Tak 12. června držme palce!**

**Redakce MUCINu**



# Co nám dala a co vzala distanční výuka?

Už jste četli dubnový Vítkovický zpravodaj? Pokud ne, tak je nejvyšší čas! Na stránce 9 totiž najdete anketu o distanční výuce, do které se zapojili někteří vaši spolužáci a učitelé. Tak mrkněte a užívejte!

## ANKETA

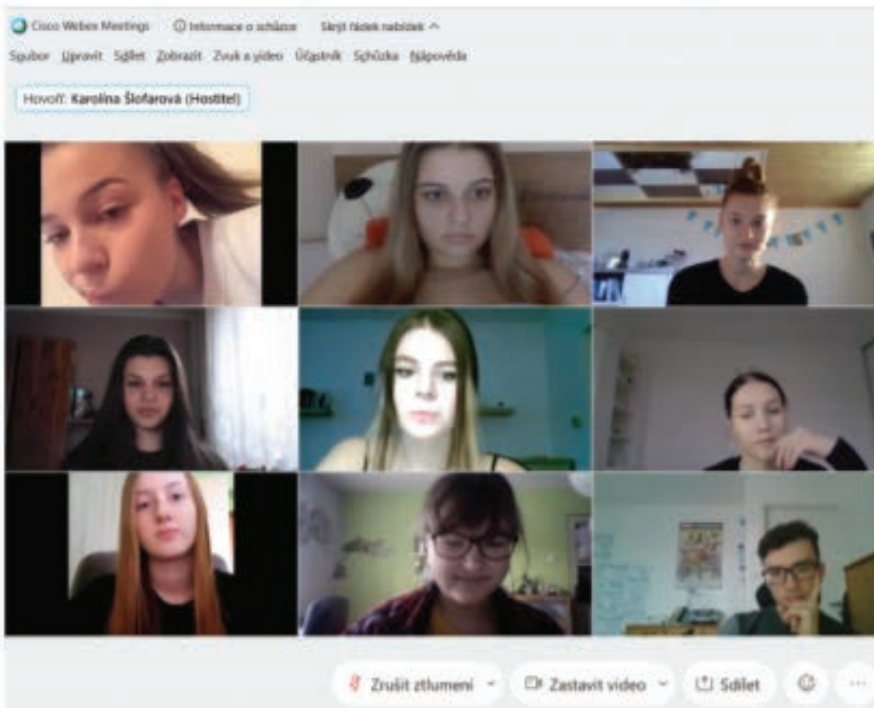
### Co nám dala a co vzala distanční výuka?

Už prakticky rok je výuka v naší škole, stejně jako v jiných školách, výrazně ovlivněna koronavirovou epidemií. Protože je to už dlouhá doba pro všechny - učitele i žáky - snažíme se online výuku v AHOL - Střední odborné škole různými způsoby zpestřit. A tak do ní zapojujeme osobnosti ze světa médií, jako je Radek Erben, Michal Pistolas či Magda Otáhalová, žáky začleňujeme do projektů, které jsme převedli do online prostoru, a pořádáme i nadále soutěže v odborných znalostech a cizích jazycích.

#### Jaké jsou reakce těch, které současná situace zasáhla nejvíce?

**Tomáš Čajánek, žák 3. ročníku oboru marketingová komunikace:** Já osobně beru distanční výuku jako plnohodnotnou formu vzdělání. Pro někoho, kdo má vůli, je tento typ mnohem příjemnější, neboť si může prostředí lépe přizpůsobit svému pohodlí. A naopak ten, komu vůle schází, si najde jinou zábavu jak při distanční výuce, tak i během té prezenční. Oba typy studentů se však mohou shodnout na tom, že nyní jsou mnozí ušetřeni zdoluhavých a často nepříjemných cest do škol.

**Adéla Szperolová, žákyně 3. ročníku oboru sociální, správní a pečovatelská činnost:** Za mě, jako žáka, je distanční výuka spíše záporná, nikoliv kladná. Nejen, že si spoustu věcí nemůžeme



vyzkoušet v praxi, ale ani teoretická část není tak obohacující, jako ve škole na klasické vyučovací hodině. I když se učitelé opravdu snaží, je to něco úplně jiného a podle mého nedostačujícího.

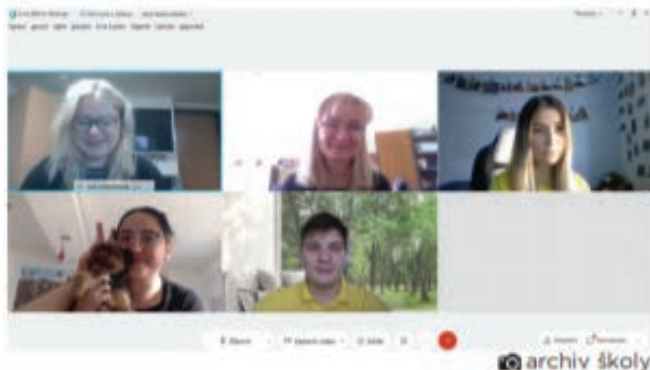
Ale musím uznat, že to má i své klady, obzvláště pro ty, kteří do školy dojíždějí.

**Michal Pala, vyučující odborných předmětů:** Stojaté vody českého školství tato krize neuvěřitelným způsobem rozvířila. Došlo k obrovskému posunu v digitalizaci a počítačové gra-

motnosti jak na straně studentů, tak i pedagogů. Důležité je, abychom nastavený trend udrželi a využili všech pozitivních efektů, které distanční výuka přinesla. Krize nám zároveň ukázala, že život jen v online světě není tak ideální, jak si mnozí z nás představovali.

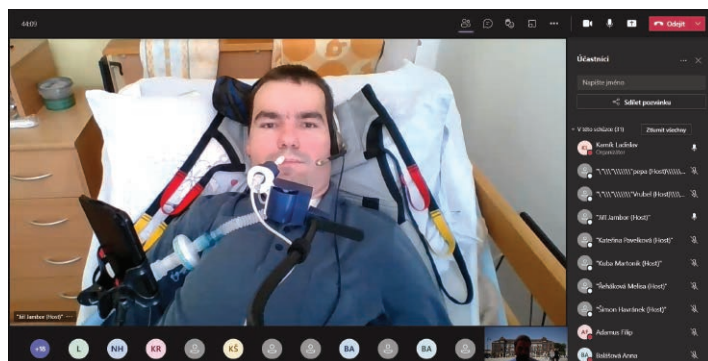
**Michal Balaš, zástupce ředitelky školy:** Současná situace nám jednoznačně vzala iluzi, že jsme na poli IT jako společnost na podobný zásah stoprocentně připraveni. Dala nám však podněty ke zlepšení a naučili jsme se s ní žít. Přesto dlouhodobě v tomto režimu výuka i přes veškerou snahu učitelů strádá a podle mého názoru jí osobní kontakt chybí.

Michal Balaš, zástupce ředitelky školy  
[www.ahol.cz](http://www.ahol.cz)



# Aplikace inteligentních ortoticko-protetických pomůcek

Přednáška odborníka z praxe byla zaměřena pro žáky všech tří ročníků oboru Ortoticko-protetický technik. Probíhala distančně na Teamsech a zorganizována a připravena byla vyučujícím odborných předmětů, Ing. Ladislavem Karníkem, CSc. Přednášejícími byli Ing. Petr Uličný z firmy Benetronic, s.r.o. a také jeden z jeho klientů, pan Jiří Jambor, který provádí technickou podporu dalším klientům.



Oba přednášející prezentovali, na jaké klienty se zaměřuje firma Benetronic, s.r.o. a jaké realizují u klientů inteligentní ortoticko-protetické pomůcky. Zdůraznili řadu poznatků, které vyplynuly z praktických aplikací u klientů a jaká úskalí se při tom musí mnohdy řešit s ohledem na konkrétní handicap daného klienta. Klient firmy Benetronic, s.r.o., pan Jiří Jambor hovořil o praktických zkušenostech při realizaci vzdálené technické podpory pro další klienty. Poukázal na různá specifika, která se musí při tom řešit. Specifika vyplývají z požadavků klientů.

Do této prezentace vstoupila také žákyně třetího ročníku oboru Ortoticko-protetický technik, Magdaléna Lukešová, která při své odborné praxi s panem Jiřím Jamborem řešila některé úkoly. Ten zde vyslovil názor na přístup Magdy ke klientovi, tj. ke své osobě v rámci její odborné praxe. Zhodnotil i její odborné dovednosti a v obou případech hodnotil Magdu velmi kladně. Celá přednáška trvala hodinu a setkala se s kladným ohlasem u žáků. V rámci této přednášky byl představen i letošní projekt zaměřený na propojení inteligentní ortézy s internetem věcí.

V návaznosti na tuto přednášku se připravují další odborné přednášky, které budou na tuto problematiku navazovat. Další navazující přednášky budou zaměřené na konkrétní hardware a software inteligentních ortoticko-protetických pomůcek včetně procesu financování, který je s tím spojený. Pohled na přednášejícího ing. Petra Uličného jak hovoří k žákům, je znázorněn na obrázku níže. Pohled na obrazovku, kde je přednášejícím pan Jiří Jambor, který zrovna hovoří, znázorňuje další obrázek.



**Ing. Ladislav Karník, Csc.**

# Kdo jsou ti nejlepší ošetřovatelé?

Každoroční vyhlášení Ošetřovatele roku ve 3. ročníku proběhlo 5. 5. 2021 v Městské nemocnici Ostrava Fifejdy. Přihlíželo se jak k plnění pracovních povinností, tak i k celkové docházce nejen na praxi, ale i v rámci distanční výuky.

Vyhodnocení však nebylo ničím snadným - většina studentů tohoto ročníku je velmi šikovná! Po konzultaci s vyučujícími odborného výcviku a zdravotnickým personálem různých oddělení bylo nakonec vybráno šest studentů, na které čekala odměna ve formě exkurze na operační sály. Překvapení čekalo na Anetu Janigovou, Veroniku Horkou, Michaelu

Švedovou, Sabinu Baratovou, Vojtu Poremského a Jirku Satkeho. Jedna skupinka navštívila neurochirurgický operační sál a podívala se na operaci páteře. Druhá skupinka mohla být přítomna na urologickém sálu při operaci ledviny a odstraňování ledvinových kamenů.

**Studenti byli mile překvapeni a ze sálů se vraceli plni nových zážitků, které mohou uplatnit v další fázi vzdělávání.**

Redakce MUCINu



# Poslední online přednáška

V pátek 21. 5. 2021 se třídy 3. MK a 3. SM připojily k poslednímu on-line workshopu, který se zabýval managementem v angličtině. Workshop vedla Mgr. Zuzana Hurtová, Ph.D. z katedry anglistiky a amerikanistiky Filozofické fakulty Ostravské univerzity! Na akci naváže v pondělí workshop pro třídy 2. EM a 2. MK, který se bude zabývat tématy customer service a business ethics.



Redakce MUCINu

## Výhry míří za vítězi



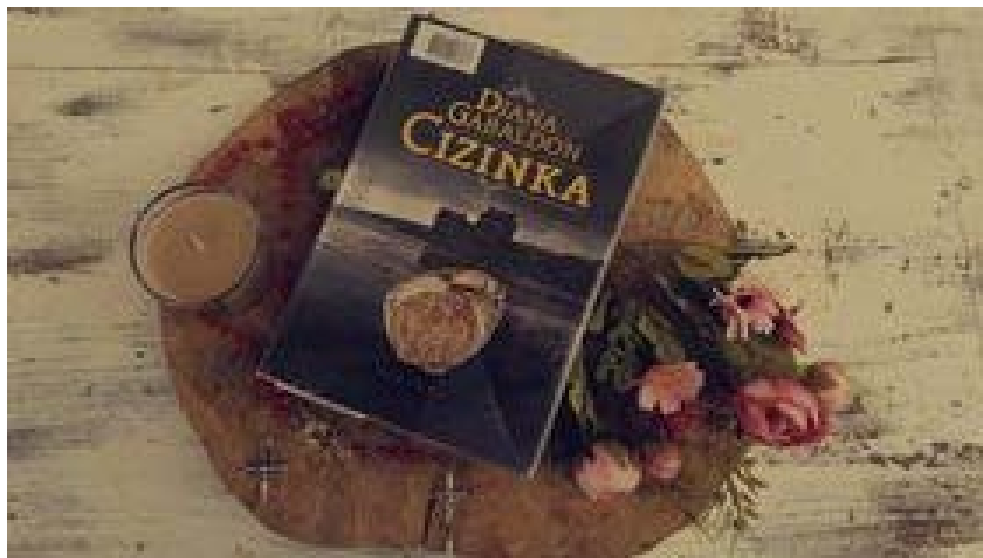
30. května byly studentům přece jen předány diplomy a ceny z Olympiády v německém jazyce. Musely totiž proběhnout bez předání výher, na které už ale konečně došlo! Němčinaři si tak minulý týden odnesli flash disky, grafický software a další upomínkové předměty.

Redakce MUCINu

# Cesta do minulosti? I to je zde možné!

*„Ale v ten časový úsek se zdá, že všechno je možné. Můžete překonat své hranice a shledat, že nic neznamení. v tu chvíli, kdy se čas zastaví, víte, že můžete podstoupit cokoli, dokončit to a vrátit se sám k sobě. A zjistit, že svět zůstal nezměněn a všechno je takové jako dřív. A je to jako... Víte, že všechno je možné, ale zároveň, že nic není nutné.“ -Diana Gabaldon*

Autorka série „Cizinka“, Diana Gabaldon je nejen držitelka 3 akademických titulů, ale také spisovatelka, která podle magazínu Salon vytvořila „nejchytřejší historický sci-fi dobrodružný a romantický příběh, jaký kdy napsala držitelka titulu Ph.D.“ Ze začátku tato vzdělaná žena psala jen proto, aby si dokázala, že to zvládne, ale po sklizení četných pozitivních reakcí se rozhodla příběh vydat.



Příběh se ze začátku odehrává v roce 1945 v Anglii, kde se hlavní hrdinka, armádní zdravotní sestra Claire, vydává na dovolenou se svým manželem Frankem. Po hrůzách války si zde užívají druhé líbánky. Shodou náhod však Claire najde megalitickou stavbu, podobnou zmenšenině Stonehenge, díky které se přenese na stejné místo, ale o 200 let zpátky.

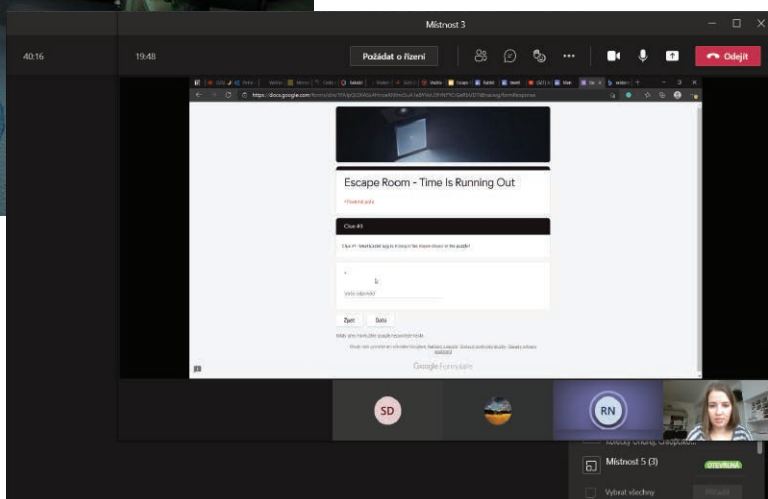
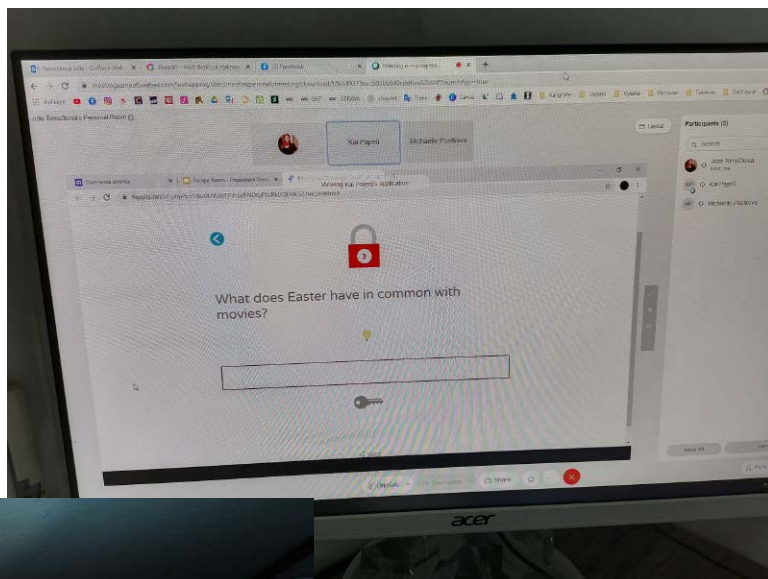
Bez možnosti dostat se zpět do „svého“ světa a za manželem se snaží přežít bez úhony v krajině, kde proti sobě bojují angličané, přezdívaní „rudokabátníci“ a skotové. Dostane se Claire zpět k manželovi? A nebo si vybere dobu 18. století?

**Adéla Szperolová**

## Can You Escape?

Že musí být distanční výuka nuda? Tak to ani omylem! Mgr. Tomečková si pro své studenty připravila do hodin angličtiny escape room - únikovku, která nejen pobavila a potrápila mozkové závity studentům, ale zároveň procvičovala angličtinu! Jako bonus si pak společně s třídou udělali virtuální fotku. Příjemné zpestření distanční výuky, ne?

Redakce MUCINu



# Mastná pleť - 4 kroky jak na ni!

Máš mastnou pleť? Tak tento článek je přímo pro tebe! S touto pleť se často pojí i další problémy, jako například akné, zvětšené póry či černé tečky. Špatnou zprávou je, že se vaše přirozená pleť nikdy nezmění, ale můžete problémy zmírnit tím, že se o ni budete lépe starat. Pojďme se podívat na několik rad.

## 1. DEHYDRATACE

Hodně lidí si myslí, že když mají mastnou pleť, tak nemusí pokožku hydratovat. Ale to je špatně! Pokud je pleť dehydratovaná produkuje ještě více mastnoty a pokožka je mnohem horší. Proto zkus používat hydratační krémy či séra, které by měly pomáhat na dehydrataci.

**Produkty:** Revolution Hydration Boost Gel – Cream, beplain pleťové sérum Vitamin Brightening Ampoule

## 2. ŠPATNÁ ŽIVOTOSPRAVA

Když máte špatnou životosprávu, pleť škodíte. Proto byste měli jíst hodně vitamínu B2, který je v mléčných výrobcích, pivu, rybách, zelenině a ovoci či ve vejcích. Velmi špatný vliv má na pleť také velké množství alkoholu, kouření nebo závažná stresová zátěž.

## 3. NEVHODNÉ KOSMETICKÉ PROSTŘEDKY

Ujistěte se, že vaše kosmetika neobsahuje alkohol, protože jinak vás bude vysušovat, a tím pádem budete potřebovat více hydratovat vaši pleť. Není vhodné ani peeling či masky používat často, proto tyto přípravky používejte maximálně dvakrát týdně!

**Produkty:** Benton PHA Peeling Gel, Montagne Jeunesse Stardust Out Of This World Anthracite Peel – Off Face Mask

## 4. OPALOVÁNÍ

Opalování může mít na mastnou pleť velmi negativní účinek! Čím více se opalujete, tím více se tvoří pot a pleť je o dost mastnější. Proto používejte matné opalovací krémy s vodní, gelovou formulací. Také by pomohl na produkci oleje, zelený čaj nebo čajovníkové oleje.

**Produkty:** YOUTH LAB. – Daily Sunscreen Gel Cream SPF 50 – Oily Skin



Natálie Radošovská

# Aaargh!

Ani na studenty prvních a druhých ročníků se po návratu do škol nezapomnělo! V týdnu po návratu do škol se třídy 1.EM, 1.SM, 2. EM, 2.MK a 2.SM pod vedením Mgr. Tomečkové v rámci anglického jazyka vydali na honbu za pirátským pokladem! Připraveno pro ně bylo 20 stanovišť s pirátskou tematikou a hádankami, kvízy a úkoly. Cesta ze třídy byla poseta ukrytými dublony, pírkami a mušlemi, které měli za úkol nastřádat, a dovedla je až do tělocvičny, kde na studenty čekal zbytek tratě.

Barevní papoušci určovali složení týmů i různorodé úkoly, které měly týmy plnit. Studenti tak museli rozluštit zprávu ukrytou v lahvi, poskládat puzzle, přeložit text o mohutném krakenovi, dohledat chyby v textu, dle instrukcí postavit pirátskou loď či domalovat piráta Joea, složit pirátskou báseň, pojmenovat svůj tým dle pirátského klíče, doplnit text pirátské odrhovačky, vyfotit se jako pirát, čekalo je také čtení s úkoly, kvíz či pirátský slovníček.

Všechny třídy aktivita jednoznačně uchvátila, ocenili pohybové aktivity po dlouhých prosezených dnech před počítačem během distanční výuky, a zejména je namotivovala výhra prokleté mince, kterou budou výherci moci uplatnit v anglickém jazyce.

Redakce MUCINu







# Dopady distanční výuky na psychické zdraví studentů i učitelů

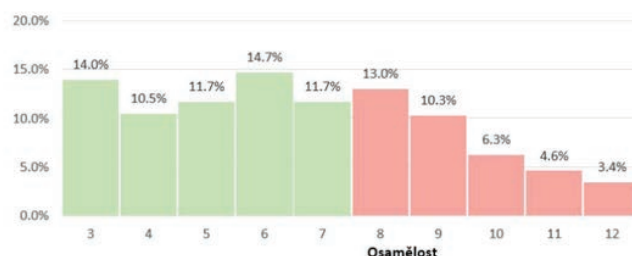
**Zdravím všechny, kteří si utvořili trochu volného času na přečtení tohoto článku.**

Abych pravdu řekl, nějakou chvíli mi trvalo přimět se k jeho sepsání, což bylo následkem nedostatku motivace, a naopak až přílišného dostatku prokrastinace.

A to je také téma, jímž hned začnu. Z toho, co jsem v dobách distanční výuky zvládl vypořádat, jsem usoudil, že zdaleka nejsem jediný člověk, který se musí nebo musel potýkat s problémy téhož charakteru. Spousta lidí zastává názor, že distanční výuka nedokáže studenty pořádně nic naučit, což je pravda jenom z poloviny; distanční výuka způsobuje osamělost, nedostatek sociálního kontaktu, demotivaci a u jisté skupiny studentů také vážné psychické potíže. A právě kvůli těmto problémům se studenti nedokážou pořádně učit, ne kvůli samotné distanční výuce, nýbrž kvůli jejím následkům.

Někdo se může ptát jak to, že se studenti cítí osamělí, když jsou neustále doma se svojí rodinou, když ve skutečnosti sami vůbec nejsou? Jestliže se bavíme o studentech druhého stupně základních škol, středních škol a vysokých škol, odpověď zní, že v tomto věku se studenti začínají osamostatňovat od rodiny, hledat se a žít vlastní život, proto drtivá většina studentů tráví své období doma skoro neustále ve svém vlastním pokoji, zavřená před rodinou.

Graf č. 3: Skóry tří položkové škály osamělosti UCLA (3 = necítí se vůbec osaměle, 12 = cítí se velmi osaměle)



Anebo, ještě hůře, má několik studentů nedobré vztahy s jejich rodinou a v dobách distanční výuky proto nemohli od hádek a nesvárů utéct do školy. Další otázka může znít proč teda studenti nešli ven se svými kamarády/spolužáky? Na to mám více odpovědí; za prvé, nemají kamarády, za druhé, pokud jsou například v prvním ročníku středních škol nebo někdy i vysokých škol a v předešlé škole neměli kamarády, a ani se pořádně nestihli seznámit s jejich novým kolektivem, opět nemají jít s kým ven. A za třetí, i kdyby kamarády měli, stejně nebyl v nabídce dostatek míst, kam by se mohli vydat, kvůli veřejné karanténě.

Abychom se nebavili jenom o studentech, věnujme chvilku času i pro učitele, kteří to neměli o nic lehčí. To navazuje na informace o studentech, které jsem popsal výše; největším problémem učitelů bylo zapojit studenty do výuky, mezitím, co oni měli co dělat, aby neodpadli únavou nebo aby byli schopni vůbec dávat pozor, protože doma je mnohem více věcí, které dokážou člověka pořádně rozptýlit, než ve škole. A tak začal koloběh nefungujících mikrofonů nebo rovnou internetu.



Pozn.: Graf znázorňuje největší problémy učitelů během distanční výuky

Distanční výuka je pro učitele mnohem náročnější než prezenční, a to jak po fyzické, tak i po psychické stránce. Představte si, že máte připravenou svou látku na dnešní hodinu distanční výuky a celou hodinu přednášíte svůj výklad, sem tam někoho vyvoláte, jenže většinou se vám ten žák neozve, a tak máte pocit, že si mluvíte sami pro sebe. Nevidíte na své žáky, tak ani nevíte, co tam vlastně dělají a možná si i párkrát pomyslíte, že je úplně k ničemu se snažit, když vám zřejmě polovina třídy spí. Učitelé určitě neměli takové problémy s udržení pozornosti jako žáci, protože museli neustále mluvit a něco dělat, a to je drželo při smyslech, ale co se týče osamělosti, to platilo snad pro všechny věkové skupiny lidí, kteří zažili a zažívají dobu Covidu-19. Avšak jestli to měli nebo mají učitelé horší než žáci, o tom si musíte utvořit názor vy sami. Já věřím, že je to pro obě strany vyrovnaně obtížné.

Kai Pajerů

## Poznej učitele

V posledním rozhovoru jste se mohli dočíst něco málo o paní učitelce Leontině Krskové. Tentokrát se podíváme na další dámu z pedagogického sboru. Zjistíte, o koho jde?

**Redaktor:** Dobrý den.

**Pedagog:** Dobrý den.

**Red:** Děkuji, že jste si na mě našla čas. Můžeme začít?

**Ped:** Není vůbec za co. Ano.

**Red:** Jak jste se těšila na návrat žáků do lavic?

**Ped:** Moc jsem se těšila, distanční výuka mi nevyhovovala a byla jsem šťastná za ten termín, který byl určen. To znamená 24. květen.

**Red:** Měla jste během distanční výuky nějaký volný čas?

**Ped:** Ne, během distanční výuky to bylo náročné. Časově dokonce víc náročnější, než prezenční výuka. Ta online výuka je opravdu, co se času týká, náročná.

**Red:** A mohu se zeptat v čem přesně byla náročnější?

**Ped:** Na přípravu. Časová příprava byla určitě delší, než ta prezenční. Tím že se tvořily ty úkoly navíc, takže byla náročnější.

**Red:** Děkuju. Jak dlouho již na AHOLu učíte? A jste tady spokojená?

**Ped:** Na AHOLu jsem teď osmým rokem. A jo, dalo by se říct (smích).

**Red:** Jak jste se vlastně dostala k zaměření matematika/ fyzika?



**Ped:** No, tak to vyplynulo z toho, že jsem z vysoké školy, kde jsem měla hlavně technické obory, takže všechny ty obory směřovaly právě k té matice a fyzice.

**Red:** Takže Vás to netáhlo nějak od začátku? Až na té vysoké škole jste se na tohle zaměřila?

**Ped:** Ano. Dalo by se říct.

**Red:** A jak Vám šly tyto předměty na základní škole?

**Ped:** No (pousmání), na základní škole s tím problémem nebyl, ale střední škola? Tam jsem měla problém s matematikou (smích).

**Red:** Čemu se ráda věnujete ve volném čase?

**Ped:** Ve volném čase? Tak hlavně sportuju, to znamená: na kole, v zimě jsem ráda na horách na běžkách, nebo na lyžích, no a také mám ráda zahradu a přírodu, takže obvykle pracuju na zahradě.

**Red:** A jaké máte plány na prázdniny? Jestli teda smím vyzvídat?

**Ped:** No tak vzhledem k nynější situaci zatím ty plány nemáme. Ale asi po České Republice nějakou tu dovolenou.

**Red:** A máte ráda spíše odpočinkovou, nebo aktivnější dovolenou?

**Ped:** Spíše ty aktivnější, moře mě moc neláká, takže spíš ty aktivní dovolené.

**Red:** Vůbec se Vám nedivím (společný smích). A máte raději Česko, nebo zahraničí?

**Ped:** Dalo by se říct, že to máme tak půl na půl. Různě to střídáme, takže i Česká Republika, i zahraničí.

**Red:** Máte nějakou oblíbenou destinaci v České Republice? Nebo třeba v zahraničí?

**Ped:** Hmm..... V České Republice máme oblíbenou Šumavu.

**Red:** A ze zahraničí? Třeba nějaká oblíbená země?

**Ped:** Asi Švýcarsko.

**Red:** Můžu se zeptat, co Vás na této zemi tak okouzli-  
lo?

**Ped:** Nnnoooo, hlavně příroda. Tam je ta příroda opravdu úžasná. Vlastně jak ve Švýcarsku, tak na Šumavě. Takže ta příroda je nejhezčí.

**Red:** Dobře. A ještě poslední otázka: Jaký máte názor na očkování proti Covidu?

**Ped:** Souhlasím s očkováním, takže.... byla jsem se očkovat a mám za sebou i druhou dávku.

**Red:** Moc děkuji. Na shledanou.

**Ped:** Nemáte za co. Na shledanou.

**Adéla Szpernová**

**Jestli víš, o  
koho se jedná,  
tak:**

**Naskenuj**



**Nebo napiš**

**casopismucin@post.cz**