

Beseda s
europoslancem

Španělská soutěž
„Ústy básníka“

Seriál na pokračování:
Konference Tabula rasa?
Neurověda a kultura

MEDAILONEK
Nadě Anna Šolcová

FRESH

Udělejte radost svým maminkám
a popřejte jim krásný

DEN MATEK

12. květen 2019

Vážení studenti, rodiče a přátelé školy,

protože máme před sebou už pouze dva měsíce letošního školního roku, do rukou se Vám dostává předposlední číslo zpravodaje. Měsíce květen a červen jsou vždy ve znamení maturit, kurzů, výletů, prezentací, svátků a samozřejmě teplých a slunečných dnů. Veškeré dění směřuje k ukončení celoroční práce studentů i pedagogů a k přípravě na prázdniny. Také přichází poslední zvonění a loučení s maturanty, zároveň vítáme budoucí prváčky a prváky. To je každoroční koloběh, který je plný očekávání, nostalgie, smutku a radosti současně.

Na konci dubna jsem zveřejnila článek na blogu. Vyjadřuji se v něm k nejhektičtějšímu období celého školního roku, kterým je duben a květen. Je to z důvodu přijímacích zkoušek a maturit. Přestože je v naší škole veškerá práce smysluplně a efektivně organizována a každá činnost zapadá do funkčního systému, je toto období pro všechny vysokou zátěží. Příčiny spatřuji v přílišné složitosti a časté nekoordinovanosti státních částí maturit i přijímacích zkoušek. Více o tématu na mém blogu.

Každoročně zaznamenáváme vyšší zájem o studium. Letos se v 1. kole sešlo 138 přihlášek. Bohužel z důvodů kapacitních a prostorových musíme omezovat počty nově otevíraných tříd 1. ročníků. Pro příští školní rok otevíráme pouze jednu třídu 8G a 4G, jedině u šestiletého oboru zvažujeme otevřít třídy dvě – jednu ve Stodůlkách a jednu na Klamovce.

V květnovém FRESHI pro Vás shrnujeme mnoho událostí, jako například soutěž Ústy básníka, návštěvu Evropského parlamentu, besedu s europoslancem, zajímavou návštěvu galerie nebo konferenci ve Florencii. Medailónek věnujeme jedné skvělé a mimořádně úspěšné studentce 3. ročníku 8G – Nadě Šolcové.

Všem přeji příjemné čtení, pohodové dny plné sluníčka i jarního deště.

Mgr. Renáta Zajíčková, ředitelka školy

Kalendárium

Svátek práce

1. květen

Zahájení písemné části maturitní
zkoušky

2. květen

Návštěva galerie – 1. D, 3. J

3. květen

Projektové dopoledne – 4. A, 2. E

7. květen

Den vítězství

8. květen

Poslední zvonění maturitního ročníku

10. květen

Poznávací výjezd do španělské
Córdoby

12. – 19. květen

Svatý týden maturitního ročníku

13. – 17. květen

Volební kampaně - PROJ Politický
systém ČR

13. – 16. květen

Prezentace - PROJ Jak rozumět médiím
– 1. A, 1. C, 2. A, 2. C

15. květen

Testování matematické kompetence –
7. B, 3. D/J

16. květen

Beseda s lídry pol. stran – PROJ
Politický systém ČR

16. květen

Školní volby – PROJ Politický systém ČR

17. květen

Ústní část maturitní zkoušky

20. – 23. květen

Návštěva galerie – 1. D

21. květen

Výchovný hudební koncert

23. květen

Vodácký kurz – 4. A, 2. E

27. – 31. květen

Jazykový kurz – 1. A, 1. C, 2. A, 2. C

27. – 31. květen

Obhajoba seminárních prací – 7. B

30. květen

Obhajoba seminárních prací – 3. D

31. květen

Beseda s europoslancem

V rámci obnoveného projektu „Ptáme se spolu“, prostřednictvím kterého se snažíme přiblížit studentům zajímavé profese jejich rodičů, přijal naše pozvání **poslanec Evropského parlamentu RNDr. Luděk Niedermayer**. Beseda se konala v pondělí **8. dubna** na Klamovce, a zúčastnili se jí studenti **tříd 6. B a 2. D**.

Pan europoslanec pojal svoji návštěvu jako diskusi se studenty. Podněty ke všemu, o čem pan Niedermayer mluvil, přicházely od studentů samotných. Otázky se týkaly fungování EU jako organizace, Evropského parlamentu a práce europoslance. Co je EU, proč vznikla, jaká je její struktura a jaké jsou hodnoty, na kterých stojí? Jaké jsou kompetence EU, kdo a jak v ní rozhoduje a jak složitý je legislativní proces při účasti tak rozmanitých států? Pan europoslanec vyzdvihl důležitost spolupráce mezi státy. Zdůraznil, že pro dohodu je klíčová vůle pro kompromis. Otevřeli jsme taky aktuální témata, jako klimatické změny a otázky životního prostředí, článek 17. a samozřejmě Brexit.

Několikrát pan europoslanec upozornil na hrozbu dnešní doby, kdy fakta přestávají mít význam a lidé přesvědčí spíš dobře zvolená rétorika. Besedu uzavřel výzvou vůči studentům k prohlubování svých znalostí a odpovědnému rozhodování se na základě relevantních informací.

Společnost panu poslanci dělala jeho asistentka **Lucie Leišová**, studentka politologie a mezinárodních vztahů na UK, stážistka Evropského parlamentu, členka Mensy ČR a ambasadorka projektu Sport pomáhá. Slečna Leišová je známá i jako sportovkyně, dálková a zimní plavkyně, přemožitelka Gibraltarského průlivu a autorka knihy Proti proudu.

Tímto děkujeme panu Ludkovi Niedermayerovi za přínosnou a zajímavou besedu.

Mgr. Liana Beťková,
manažerka mezinárodní spolupráce



Návštěva Štrasburku



Čtveřice studentů septimy spolu s třídním učitelem s radostí využila pozvání europoslance RNDr. Ludka Niedermayera okusit na vlastní kůži atmosféru hlasování v Evropském parlamentu, dozvědět se více o fungování této instituce a v neposlední řadě navštívit krásné město Štrasburk.

Po nočním přejezdu Německa jsme dopoledne dorazili na místo. Ve zbytku dne byla naplánována společná procházka městem

a společná večeře. Všichni jsme obdivovali historické centrum Štrasburku, které tvoří převážně původní zástavba, již dominují hrázděné domy. Druhý den nás čekala prohlídka Evropského parlamentu. Sama budova je impozantní a architektonicky velmi zajímavá z vnějšku i zevnitř. Absolvovali jsme debatu s panem Niedermayerem, která nám rozšířila obzory nejen o to, jak komplikovanou institucí Evropský parlament je, ale také jakým způsobem probíhá navrhování nových zákonů a nařízení, jak se vyjednává podpora a jak důležitý je kompromis při jednání zástupců osmadvaceti států a osmi frakcí. Následně jsme byli svědky hlasování, které samo o sobě bylo velice zajímavé. Odpoledne jsme vyplnili procházkou a s ostatními se opět setkali až u večeře v nádherné rustikální restauraci v centru města. Poslední den nás ve Štrasburku čekala již pouze návštěva muzea čokolády a odjezd domů.

Každá taková zkušenost je zajímavá a důležitá, obzvláště nyní před evropskými volbami.

Mgr. Jan Kosina

Galerijní edukace na GMVV

V rámci předmětu Umění a kultura se studenti vyššího gymnázia seznamují s uměním nejen skrze teoretické znalosti, ale také prostřednictvím přímého kontaktu s uměleckými díly, který pro ně může být inspirací a výchozím bodem pro tvůrčí výtvarnou aktivitu. Návštěvy výstav jsou tematicky spjaty se školním učivem, což studentům nabízí možnost komplexnějšího vnímání probíraného tématu.

V březnu jsme se studenty navštívili fotografickou výstavu **Roberta Vana** v Malostranské besedě. V Domu fotografie nás čekala výstava legendy české analogové fotografie a to **Jiřího Hankeho**. Palác Adria vystavil díla výherců soutěže **Ceny kritiky za mladou malbu** pro umělce do 30 let. V Novoměstské radnici proběhla soutěžní přehlídka prací studentů středních a vyšších odborných škol **Studentský design 2019**.

Během dubna se studenti skrze vlastní zážitek seznámili s tvorbou nejznámějších malířů 20. století, a to **Salvadora Dalího**, **Alfonse Muchy** a **Andy Warhola**.

Mgr. Barbora Samková



Fiesta Flamenca

*Při výuce cizích jazyků na naší škole se snažíme kombinovat různé metody výuky. Klademe například velký důraz na komunikaci a praktické použití jazyka a na využívání nejpřirozenějších forem výuky. **Jednou z metod, kterou používáme, je učení se prostřednictvím zkušeností a zážitků.** Zážitkové aktivity pomáhají u studentů odbourávat blok a ostych z mluvení. Nutí je používat jazyk i v jiném prostředí, než je klasické prostředí školní třídy. Jsou zacílené na komunikaci a autentičnost.*

V dubnu jsme se studenty španělského jazyka navštívili program Fiesta Flamenca. Tento program je zaměřený na španělský folklór a španělskou gastronomii. Studenti zhlédli krátkou ukázkou flamenka, hudebního žánru, který pochází z Andalusie a od roku 2010 patří mezi nemotné kulturní dědictví UNESCO. Studenti si po ukázce sami vyzkoušeli typické rytmické hudební nástroje a prvky flamenca, jako je hra na cajon, hra na castaněty, palmas – rytmické potlesky nebo tanec s mantonem (velkým šátkem), bastonem (holí), vějířem či batou de cola (vlečkou).

Během programu se měli možnost také seznámit prostřednictvím kvízu se jmény významných osobností z historie, kultury, divadla, literatury a kinematografie, jako je například Luis Buñuel, Carlos Saura, Salvador Dalí, Antonio Gaudí. Další částí programu byl exkurz do geografie Pyrenejského poloostrova. Při něm studenti skládali velkou puzzle mapu země a k jednotlivým autonomním oblastem přiřazovali významná španělská města. Součástí programu byla také ukáзка čtyř oficiálních jazyků: španělštiny, katalánštiny, galicijštiny a baskičtiny.

Na závěr programu se studenti přesunuli do typického španělského baru a ochutnali španělské tapas (chuťovky), gazpacho a nealkoholickou sangrii. Studenti se prostřednictvím hudby a chutí na chvíli přenesli do slunného Španělska a měli možnost zažít jeho kulturu.

Mgr. Šárka Šváblová



Proběhlé konzultace a pozvání na prezentace celoročních projektů

Vážení rodiče, tímto bychom chtěli poděkovat za vysokou účast na dubnových konzultačních dnech. Vnímáme tato setkání jako důležitá a přínosná. Zároveň bychom Vás chtěli pozvat na prezentace celoročních projektů, které se budou konat v tomto a následujícím měsíci. Máte tak možnost ocenit celoroční práci Vašich dětí a navíc svou účastí jim jistě uděláte velikou radost.

Jedním dechem

Školní fotosoutěž

V průběhu března měli studenti možnost se zúčastnit školní fotografické soutěže. Letošní téma znělo „100 let“. Těžkého tématu se nezalekla a se svojí fotografií zvítězila V. E. Nováková z 2. C. Porota ocenila především originální zpracování tématu a kompozici snímku. Děkujeme všem za účast a těšíme se na další ročník.



Mgr. Barbora Samková

Den Země na GMV

Studenti a profesori našeho gymnázia si aktivitou připomněli Den Země a pustili se do udržování příjemného prostředí školy. Navíc ho všichni společně na základě návrhu školního parlamentu obohatili o výzvu Den bez mobilu.



Seriól na pokračování:

Konference Tabula rasa? Neurověda a kultura

Ve dnech 4. – 6. dubna se ve Florencii v Itálii konala konference o neurovědě, člověku jako nepopsaném (nebo naopak popsáném) listu a především o plasticitě mozku a paměti. Měla jsem tu čest se konference zúčastnit a nyní se mohu s vámi podělit o zážitky a poznatky.

Ústředním tématem konference byla **otázka, zdali je člověk při narození skutečně onen nepopsaný list**, tzn. všechny vlastnosti teprve získává zkušeností, či zda nejsou některé charakteristiky přítomné už při narození, a tudíž připisovány naší genetické výbavě, která pak tvoří základ k formování struktury našeho mozku. Odpovědi a poznatky s důkazy se různily, a proto tato otázka nadále zůstává otevřená, respektive závislá na úhlu pohledu. Některá témata však měla výstupy naprosto jasné a nezpochybnitelné, a proto byla pro účastníky velmi přínosná.

Pro svou učitelskou profesi jsem si zaznamenala některé známé i méně známé **výroky přednášejících**, které by nám, kdyby rezonovaly v hlavě každému z nás, mohly pomoci vést výuku ještě efektivněji:

- „*We can't learn something unless we are prepared to know*“

volně přeloženo: Nelze se něco naučit, dokud nejsme připraveni vědět)

- „*Brain constructs reality that applies to you*“

(Mozek konstruuje takovou realitu, která se týká jen vás samotných)

- „*If you remember something, it means that something has changed in your brain*“

(pokud si něco zapamatujete, znamená to, že ve vašem mozku došlo ke změně)

Doktorka Hannah Monyer z univerzitní nemocnice v Heidelbergu mluvila o tzv. **prostorovém učení** – když si chceme něco zapamatovat, většinou si pamatujeme i celý prostor, kde jsme informaci slyšeli, místo, kde se informace nacházela. V učitelské praxi to znamená, že pokud chceme, aby si studenti zapamatovali nějaké rozsáhlé informace, stačí např. text rozvěsit po stěnách učebny, případně jej vizuálně upravit a nutnost dojít k němu postačí k tomu, že si student více zapamatuje. Přednášející uvedla experiment na myších, které rozdělila na dva skupiny a každou skupinu dala do jiného prostředí. Myši, které byly v prostředí bohatém na překážky, se učily mnohem rychleji než myši, které byly v prázdné krabici. **Obohatme tedy prostředí, zkomplikujme přenos informací našim studentům – a budou se učit mnohem rychleji.**

S tím souvisí i poznámka, že k **frontální výuce** mají neurovědci řadu výhrad. Vezmeme-li v potaz fakt, že zrak a sluch přinášejí studentovi subjektivní zprostředkování informace, kdežto dotek, chuť a čich jsou pro mozek mnohem objektivnější (hmatatelnější), musíme dát vědcům za pravdu. Zkušenost praví, že co si student vlastnoručně osahá, to ho více zaujme a je schopen s informací mnohem lépe pracovat.

Pro učitelskou praxi je rovněž přínosné si připomenout tzv. **episodickou paměť a procedurální paměť**. Pomůžeme-li studentům zapamatovat si věci skrz pohyb, proces – informace se usadí v procedurální paměti a uchová se, zatímco informace v episodické paměti podléhají rychlému zapomínání (např. jízdu na kole nezapomeneme ani po 20 letech, ale teoretické znalosti not na stupnici zapomeneme velice rychle).

Aby člověk mozku umožnil uchovat si získané informace, **potřebuje krátké přestávky** k tomu, aby informace zpracoval. Pokud ale studenti o přestávkách tráví čas na mobilech nebo mají minimální prostor k odpočinku (např. když vyučující přetáhne hodinu a zkrátí přestávku), mozku se odepírá čas na upevnění informací. Ty se totiž přepisují stále novými informacemi, zatímco ty původní zapomínáme.

Neméně zajímavý je poznatek, **jak úzce souvisí s výukou jazyků vědomí vlastní identity**. Člověk, který se učí nový jazyk, má těžkosti s vyjádřením vlastní individuality, neboť se nemůže smířit s tím, že má jen omezené prostředky k vyjádření, a proto často stagnuje nebo výuku vzdá. Když tedy studenta vyučující neustále přerušuje a opravuje jeho projev, není to jen neefektivní, ale zároveň to student cítí jako krácení už tak sotva dostačujících výrazových prostředků k prosazení vlastní identity.

Mgr. Jana Stoklasová, manažerka jazykové sekce

GMVV pomáhá - „Chytrá ruka“ pro Filípka

Naše škola pouze nevzdělává, ale snaží se také pomáhat tam, kde je třeba. Pomáháme pravidelně a rádi. Pravidelně přispíváme na základní očkovací vakcíny pro děti v rozvojových zemích formou spolupráce s mezinárodní organizací UNICEF nebo se prostřednictvím organizace Beluška snažíme pomoci lidem se zrakovým či jiným postižením. Například v loňském roce jsme přispěli handicapované dívce Janě na asistenčního psa GUCCIHO. V letošním školním roce jsme se rozhodli ve spolupráci s Kontem Bariéry přispět na „Chytrou ruku“ pro Filípka.



„Filípek je devítiletý chlapec, který se narodil jen s jednou ručičkou. Hned po narození se měl čile k světu a na svoji první ruku si v jednom roce velmi rychle zvykl. Nyní chodí do třetí třídy a dokáže s ní neuvěřitelné věci. Není to však ruka pohyblivá, nemůže si zavázat tkaničku ani zapnout zip u bundy.

Mezi spolužáky i učiteli je velmi oblíbený pro svou přátelskou povahu. Rád sportuje, pravidelně hraje fotbal, plave a v zimě rád lyžuje nebo bruslí.

Jeho rodiče se mu s maximální důsledností snaží vytvářet takové podmínky, aby byl v budoucnu zcela samostatný. Proto mu chtějí umožnit využívání té nejmodernější dostupné techniky – bionické protézy. Čím dříve se naučí s tzv. „Chytrou rukou“ pracovat, tím je větší pravděpodobnost, že s ní dokáže to, co my.“

Akce je dobrovolná a vítáme jakoukoli výši hotovosti, za kterou předem děkujeme. Akce probíhá do konce května. V případě potřeby lze vyžádat potvrzení o odpočtu z daní.

Celá vybraná finanční hotovost bude Filípkovi poslána na jeho účet Konto Bariéry k MDD.

- číslo účtu: 43-2418000277/0100 Komerční banka,
- VS 01062019
- zpráva pro příjemce: „ Filípek + příjmení poskytovatele“

Španělská soutěž „Ústy básníka“

Již 8. rok jsme pro všechny příznivce španělštiny a poezie zorganizovali soutěž v recitaci hispanofonních autorů s názvem Ústy básníka. Ve středu 24. dubna se na Klamovce sešlo 60 studentů z celé republiky s představiteli čtyř velvyslanectví španělsky mluvících zemí. Ti byli členové poroty. Tématem letošního ročníku byla poezie 21. století. Při recitaci se kromě jazykové stránky hodnotí také přesnost a umělecká forma přednesu. Letošní ročník byl obohacen o vlastní tvorbu jedné z našich studentek. D. Holubová z 3. D zarecitovala vlastnoručně napsanou báseň.

Kromě poslechu krásných básní měli všichni účastníci možnost prohlédnout si výstavu obrazů ve spolupráci s Galerii Latin Art, která přináší do Prahy díla latinsko-amerických malířů. Majitelka galerie, česko – venezuelská malířka Kateřina Bohac Linares, přivezla několik děl ze své galerie přímo do naší školy a provedla nás uměleckou tvorbou současných autorů.



Pozitivní ohlasy soutěžících, jejich doprovodu a porotců nás utvrzují v tom, že aktivity tohoto typu mají smysl a zvyšují zájem studentů o studium cizích jazyků. O naší soutěži, která je již známým pojmem v hispánských kruzích, vyšla reportáž v Rádiu Praha – článek je k dispozici na webu a Facebooku školy.

Mgr. Liana Beťková, manažerka mezinárodní spolupráce

Celoroční projekt Žijeme bezpečně

Smyslem tohoto programu je studenty seznámit s problematikou bezpečného života. Přiblížit jim funkce záchranného systému, zdůraznit dodržování prevence, předat schopnost správného zhodnocení rizikovosti lidských aktivit, naučit je reagovat v krizových situacích, vyškolit je v správném poskytnutí první pomoci a v neposlední řadě napomoci jim osvojit si hodnoty dodržování bezpečnostních pravidel v reálném životě.

V rámci projektu jsme proto navštívili několik institucí, které našim žákům prakticky a interaktivně ukázaly, jak v běžném provozu fungují a poradily, jak se zachovat při neobvyklých či mimořádných událostech.

Jako první proběhla **exkurze do HSZ hlavního města Prahy** v Jinonicích. Během prohlídky s místními členy hasičského sboru se studenti seznámili nejen s tím, jak tato stanice funguje, ale také se dozvěděli mnoho praktických informací. Nechyběla ani prohlídka požárního auta. Kromě hasičů určených pro běžný výjezd slouží na stanici i mnoho hasičů specialistů - setkáme se zde se skupinou záchranářů lezců, jsou zde letečtí záchranáři, kteří ve spolupráci s piloty Policie ČR zasahují z vrtulníků, jsou zde členové odřadu USAR, jenž je určen pro záchranu a pomoc při živelných pohromách a katastrofách kdekoli ve světě. Za zmínku jistě stojí i vůz se záchrannou nafukovací plachtou. Ta slouží jak pro záchranu osob při evakuaci, tak při pokusech o sebevraždu skokem z výšky.

Následovala návštěva **interaktivního centra Svět záchranářů** v Karlových Varech. Jedná se o areál, který tvoří specifické budovy včetně improvizované nemocnice, policejní služebny a hasičské stanice, které jsou vybaveny odpovídající technikou pro věrnou simulaci rizikových situací. Účastnili jsme se zážitkového programu „*Mimořádné události*“, který studenty seznámil nejen s jednotlivými typy mimořádných situací, ale hlavně jim v praxi ukázal, jak správně reagovat, zda se lze na neočekávanou událost připravit a co přesně dělat, pokud nastane.

V rámci hodin Tělesné výchovy si studenti vyzkoušejí **lekce sebeobranu** se zkušenými lektory. Během května nás pak čeká **kurz první pomoci**, kdy naši školu navštíví lektori z řad studentů lékařské fakulty. Dozvíme se něco o život ohrožujících stavech (krvácení, dušení, tonutí apod.), vyzkoušíme si základy obživkových technik, jak přistupovat k bezvědomému člověku, ale osvěžíme si také náležitosti správného hovoru se záchrannou službou a praktický nácvik resuscitace na resuscitačních figurínách.

Všechny rodiče srdečně zveme na již tradiční prezentaci projektu, která proběhne během června.

Mgr. Vendula Vadašová

Odpoledne s knihou a přespáním ve škole

Konečně se někteří žáci dočkali. Bývá dobrým zvykem, že tu a tam se škola stane místem příjemným a vyhledávaným (i po skončení výuky ☺). V našem případě se tak stalo 24. dubna, kdy bylo pro žáky nižšího stupně gymnázia připraveno literární odpoledne a následně naplánováno přespávání ve škole.

Program od 16h pomáhali realizovat někteří studenti z Klamovky ze třídy 3D/3J, kteří ve svých žánrových skupinách trávili s dětmi skoro dvě hodiny. Tentokrát se účastníci mohli přihlásit k těmto literárním tématům: sci-fi, fantasy, horor a dobrodružná literatura.

Večerní program již tradičně vyplňovaly filmy, které s našimi literárními tématy souvisely. Dle čilé konverzace ve spacácích i po večerce lze usoudit, že se dětem společně strávený večer líbil. Také ranní buzení se snídaňovým servisem ocenily. Pravda, učit se jim pak nechtělo, ale zážitek z noci strávené ve škole za ta těžká víčka a únavu jistě stál.

Tak snad se příští rok zase při přespávání sejdeme!

P.S.: Všem, kteří se na přípravě a organizaci podíleli, si velice cením. Bez dobrovolníků by to totiž nešlo. ☺

PhDr. Lenka Palkovská, Ph.D.

Medailonek

Na našem gymnáziu se můžete setkat s mnoha zajímavými osobnostmi, ať už to jsou talentovaní nebo něčím zajímaví studenti, jejich rodiče, naši profesori nebo rodilí mluvčí.

V tomto medailonku vám představujeme velmi nadanou studentku třetího ročníku nižšího gymnázia, Naďu Annu Šolcovou, která je nejen velmi nadanou studentkou, ale hlavně sportovkyní. Za rozhovor velmi děkujeme.

Naďa Anna Šolcová

Studentka 3. C osmiletého
oboru



Naďo, slyšeli jsme, že jste velmi nadanou sportovkyní, řekněte nám, jakému sportu se věnujete, jak dlouho a co vás k němu přivedlo?

„Věnuji se moderní gymnastice, v tuto chvíli 2,5 roku, což je na gymnastické poměry docela krátká doba. Většina gymnastek začíná už v předškolním věku. Já začala v 11 letech. Ke gymnastice jsem se přivedla vlastně sama a to díky internetu, kde jsem si jí vyhledala a díky videím s vrcholovými gymnastkami se mi velmi zalíbila. Předtím jsem tančila, ale jen jednou týdně v kroužku a měla jsem velkou chuť se začít věnovat nějakému sportu závodně.“

Skvělé sportovní výsledky a studium je vždy těžké zkoordinovat. Jaký na to máte „recept“. Je vám v tomto směru škola nějak nápomocná?

„Můj recept je sice jednoduchý, ale trochu drsný: většinu času musím využít efektivně - buď se učím, nebo trénuji. Na kamarády a další koníčky zbývá jen trochu času o víkendech, pokud nemám závody. A jak je mi nápomocná škola? Díky dobrému výkladu o hodinách se látku částečně učím již při výuce a nezbývá mi všechno na doma. Tím ušetřím spoustu drahocenného času. Pokud mám závody, mimořádné tréninky či rehabilitace, škola mi umožňuje uvolnit se z výuky. Moc si vážím toho, že naše třídní paní profesorka a vedení gymnázia podporují i mimoškolní aktivity svých studentů a vnímám, že nám opravdu fandí. Což je moc hezké a myslím, že ne zcela obvyklé.“

Jaké jsou Vaše dosavadní úspěchy, se kterými byste se chtěla pochlubit a jaké jsou Vaše cíle v nejbližší době?

Můj dosavadní největší úspěch je 2. místo na Mistrovství České republiky v kategorii Kadetky starší v roce 2018 a také to, že na všech závodech, kde jsem doposud závodila, jsem stála na stupních vítězů (11x zlatá, 8x stříbrná, 2 x bronzová). V současné době již závodím v nejvyšší kategorii (Juniorky), ze které se na základě výsledků vybírají reprezentantky ČR.

Mým cílem je stále cvičit s radostí, na závodech si to užívat a potěšit diváky. V nejbližší době bych se chtěla umístit na Mistrovství České republiky v září 2019 tak, abych se dostala do reprezentace nebo do širšího reprezentačního výběru. A dalším mým, snad ještě důležitějším cílem, je udržet si čas i pro další zájmy a dobré výsledky ve škole.



Máte nějaké životní motto, kterým se řídíte? 😊

Přej a bude Ti přáno :)

Co byste vzkázala svým spolužákům? 😊

Těšte se na pondělí 3. června. Přinesu dort. Budu totiž o rok starší :)).