

A photograph of a path lined with large trees in full pink cherry blossom. The ground is covered in a thick layer of fallen pink petals. The text "O ŠKOLE PO ŠKOLE" is overlaid in the center of the image.

O ŠKOLE PO ŠKOLE

ÚVODNÉ SLOVO

Vítam vás v tomto našom časopise. Toto číslo je o jari. Naučíte sa niečo nové o jarných rastlinách, niečo aj o zvieratách ako napríklad o vtákoch ktoré ku nám prichádzajú a prečo, niečo aj o zimnom spánku zvierat. Nájdete tu pár nápadov na jarné outfity, aby ste sa baby už nemuseli cítiť ako natrepané cibule v bunde ale pekne jarne voľne. Na týchto stránkach nájdete aj kvízy no tento raz bude aj čítanie

s porozumením o rastlinách, veveričke a ježkovi. Urobili sme aj náučné okienko o niektorých našich jarných športoch. Samozrejme tu nájdete aj vtipy, kvízy, typy na čítanie a nejaké vitamíny a bylinky. O recepty na nejaké šaláty a jarné nátierky sme sa tiež postarali. Keď sa nudíte a nemáte čo robiť prečítajte si naše príbehy, ktoré sme napísali s predstavivosťou a s úmyslom zlepšiť vám deň. Dúfam že si užijete toto číslo a prajem vám pekné čítanie.

Zobúdzajú sa príroda

V tomto období prechádza zima do jari a ako už hovorí nadpis *zobúdzajú sa príroda*. Začínajú klíčiť prvé semená a zvieratá sa prebúdzajú zo zimného spánku. Za nedlho k nám začnú prilietajú vtáci, ktorí od nás na jeseň odleteli. Ale aký sú to vtáci, aké rastliny začínajú klíčiť a ktoré zvieratá sa prebúdzajú zo zimného spánku? To sa hneď dozvieme!

Naši sťahovaví vtáci

Drozd plavý – je to drobný vtáčik s hnedo – bielym perím a na brušku má čierne pierka, ktoré prechádzajú do oranžovej. Živý sa prevažne hmyzom. A ak ho chcete vidieť naživo, zjdite si po dlhej zime do lesa alebo do parku možno ho uvidíte si na strome stavať malé hniezdočko.



Lastovička obyčajná – malý vtáčik, ktorý sa nebojí bývať v blízkosti ľudí, asi tak by sme ju mohli nazvať. Hovorí sa jej aj lastovička domová, lebo často si stavia

hniezda pri terasách balkónoch kôlničkách. Má modro – biele perie, čierny zobáčik, dlhé a ostré krídla a okolo neho červené perie. Živý sa hmyzom, pavúkmi a dážďovkami.



Bocian biely – tento vznešený biely vták s dlhými bielo – čiernymi krídlami a krásnym oranžovým zobákom je jedným z našich najväčších vtákov. Je príbuzný s volavkami. Rád hniezdi pri močiaroch, ale občas si postaví hniezdo aj pri ľudských obydlíach. Živý sa žabami, rybami, plazom a hmyzom.



Slávik obyčajný – tento malý vtáčik sa k nám vracia v apríli a odlieta od nás v auguste. V prírode by ste ho museli hodnú chvíľu hľadať, najmä preto lebo je hnedý, takže sa ľahko schová. Jeho potravu

tvoria larvy, húsenice, pavúky, hmyz a malé bobuľovité plody. Hniezdi v lesíkoch na brehoch riek a pri poliach.



Vlha obyčajná – tento vtáčik k nám prilieta na prelome apríla a mája. Ako jeden z mála našich vtákov má samček žltá – čierne sfarbené perie. Samica je nenápadnejšia, perie na chrbte má olivovo zelené a bruško má šedé. Vlhy sa najviac páči v parkoch, sadoch a lesíkoch.



Naše jarné rastliny

Snežienka jarná

Tento kvietok je asi naša najznámejšia jarná rastlina. Klíči už na začiatku jari. Má krásne biele jemné okvetné lístky a svetlo zelenú stonku. Má krásnu a silnú vôňu.



Narcis

Je to bielo žltý kvet, ktorý je ozdobou každej jarnej záhrady. Má široké zelené listy, vonkajšie okvetné lístky sú biele a vnútorné sú žlté alebo je celý kvet žltý.



Fialka voňavá

Tento kvietok je ako malá lesná alebo záhradná ozdoba. Má malé fialové kvety s príjemnou vôňou. Jej lístky môžu byť buď holé alebo majú na sebe také maličké chlípky.



A na záver nesmieme zabudnúť na našich chlpáčov, ktorí sa prebúdzajú zo zimného spánku. Najznámejší sú medveď hnedý, Pľh veľký a svišť alpský.



Autor: Simona Hadnaďová, 8.A

Jarná móda

Takže dievčatá ide jar treba zmeniť šatník. Všetci viete ako to chodí musíte to vedieť teraz vám dám tipy na jarnú módu ktorou sa môžete inšpirovať . Dúfam že vás inšpirujem. Budem sa snažiť. To je nateraz všetko ahoj!

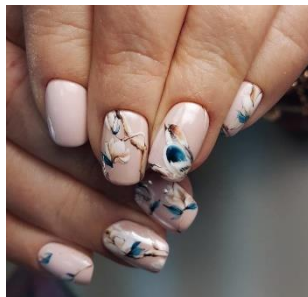
Prvý tip - svetre



Druhý tip - batohy



Tretý tip – tenisky



Štvrtý tip - Jarné nechty

Štefi Škorpilová, 5.A

Jar -naštartuj si svoje zdravie

Pitný režim je dôležité dodržiavať neustále počas hier alebo cvičenia. V obchode je množstvo výrobkov, ktoré napomáhajú športu. Dostupné sú však i rôzne vitamínové vody alebo upravené vody a klasické vody vo fľaškách, ktoré zabezpečujú hydratáciu. Dehydratáciu pri cvičení môžete znížiť alebo jej zamedziť pitím dostatočného množstva tekutín a iónových nápojov počas, ale aj pred fyzickou činnosťou, pri ktorej sa očakáva.

Bicyklovanie

Pri bicyklovaní si vždy dávajte prilbu, chrániče na kolená.



Udržiava deti aktívne, odbúrava kalórie a je účinnou prevenciou pred obezitou.

Rozvíja silu a rovnováhu dieťaťa.

Posilňuje srdce a pľúca.

Nezaťažuje kĺby tak, ako napríklad beh a zároveň buduje svalovú hmotu.

Deti sa učia pravidlám cestnej premávky a samostatnosti.

Umožňuje deťom praktické využitie, navyše sa jedná o účinný dopravný prostriedok, ktorým sa môžu



dopravovať do školy, na ihriská, ku priateľom a podobne.

Korčuľovanie

Pri korčuľovaní však treba dbať na zvýšenú opatrnosť. Môže sa stať, že zlým pohybom si skôr ublížite, ako pomôžete. Preto je podstatné zabezpečiť si ochranné pomôcky, akými je prilba či chrániče, no v



neposlednom rade je veľmi dôležitý aj výber kvalitných a bezpečných korčúľ. Ak s korčuľovaním ešte len začínate, postačí vám základný model s menšími kolieskami. Postupom času môžete prejsť na väčšie kolieska, no je potrebné si uvedomiť, že pri väčších kolieskach sa ťažisko presúva, preto hrozí riziko pádu. S väčšími kolieskami sa zvyšuje rýchlosť, čo si vyžaduje aj potrebnú silu v nohách. Hlavne musíte držať rovnováhu

Zlepšuje krvný obeh a svalový tonus, zároveň zlepšuje kondíciu a ohybnosť. Vhodné aj pre alergikov či astmatikov. Pohybom v chladnom prostredí sa dieťa otužuje a zvyšuje sa kapacita pľúc. Rozvíja koordináciu, silu a obratnosť a naučí vaše dieťa správne držaniu tela.



Posilnite svoju imunitu behom

Hľadáte inšpiráciu na to, ako stráviť jar a zároveň dostať telo opäť do správnej rovnováhy? Aby ste to dosiahli, nie je potrebné navštevovať žiadne drahé fitness kluby s posilňovňami alebo si kupovať špeciálne vybavenie.

Beh je jednou z najprístupnejších športových aktivít. Stačí si dať pevné topánky, obliecť pohodlné oblečenie, vybrať si a nájsť si vhodnú trasu bez zbytočných prekážok. Správnym a pravidelným behom podporujete vaše srdce, proces chudnutia, vytrvalosť tela a imunitu. Okrem toho, pravidelnosť behu vám umožní udržať správny tvar svalov a tela. Tak to skúste. Vyberte sa do niektorých turisticky známych oblastí a spojte to s dovolenkou s celou rodinou, príležitosť je naozaj veľa.

Skákanie na švihadle

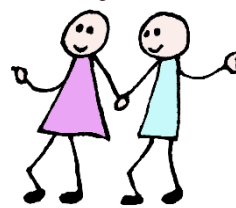
Postavte sa s obroučou zvislo pred telo a potom ju prehodte smerom k nohám. Potom cez ňu preskočte, vráťte ju za seba, potom nad hlavu a späť tam, kde ste začali. Aby ste sa vyhli poškríabaným kolenám, nechajte ich to vyskúšať najprv na mäkkej zemi pre prípad. Keď sa povie "švihadlo", viacerým z nás sa vybaví príjemná spomienka z detstva, ako sme šantili a užívali si slnečné dni. Samotné švihadlo však predstavuje oveľa viac – je to účinná a zároveň cenovo dostupná pomôcka na cvičenie. že by zakopli a spadli. Pri skákaní

majte spevnenú hornú časť tela. Celú váhu prenášajte na plochu pod prstami na nohách. Odrážte sa a pristávajte na tejto ploche. Neskáčte na špičkách, ani sa neodrážajte celými chodidlami. Všetok balans sa musí odohrávať pod prstami na nohách. Skáčte iba tak vysoko, aby cez vzniknutú medzeru mohlo preletieť švihadlo.



Prechádzky

Všetko je len otázkou zvyku a priorit. Aj prechádzka. Niekedy sa podceňuje a mnohí ju považujú za menej dôležitú ako iné aktivity. Ale ak sa podarí urobiť z rodinných prechádzok tradíciu, bude to dobré nielen pre deti, ale aj pre celú rodinu. Pozrime sa na niektoré prechádzky v meste, v parkoch či v prírode, by sme mali s deťmi uskutočňovať čo najčastejšie, a to v akomkoľvek ročnom období. V dôsledku ochladenia na jeseň a v zime sa však rodičia



často snažia udržať deti doma, pretože vonku sa nedajú uskutočňovať všetky aktivity tak, ako v lete. Niekedy majú pocit, že deťom chlad vadí alebo sa obávajú o ich zdravie. Prechádzky podľa odborníkov je potrebné uskutočňovať nielen vtedy, keď je teplo a neprší. Svoje čaro majú aj v jeseni či v zime. Pozitívne vplyvajú na imunitný systém i na psychiku dieťaťa. Občas



môžete prechádzku prerušiť a môžete sa s deťmi zahrať aj nejakú hru. Niektorí rodičia spájajú prechádzky i s behom. Môžete vyskúšať aj to. Ide o poškodenie spôsobené nedostatkom prírody. Aj v dôsledku minimálneho kontaktu s prírodou u detí čoraz častejšie dochádza k poruchám pozornosti, k zníženej koncentrácii, k nižšiemu sebavedomiu, k zhoršenej disciplíne, k agresivite či k prehnanej úzkosti prameniacej z nízkej odolnosti. Niekedy sú tieto problémy sprevádzané aj

nadváhou či svalovou slabosťou. A práve preto je tak veľmi potrebné, aby deti boli čo najčastejšie vo vonkajšom prostredí a najlepšie si na to navyknú tým, že odmalička chodia s rodičmi na prechádzky. Výhody, ktoré so sebou prechádzky prinášajú.

Autor: Alexander Kreps, 5.A.



Ako byť fit cez jar

Viacerí z ľudí sa po náročnej a dlhej zime nevedia dočkať jari, iní majú pred ňou rešpekt. Príchod jari je totiž často sprevádzaný nepríjemným pocitom tzv. jarnou únavou. Veľa ľudí trpí na jarnú únavu. A preto to nesmieme odignorovať. Výraznejšie tento stav pociťujú osoby stredného a staršieho veku, ktorí navyše trpia aj chronickými ochoreniami. Preto by ste sa nemali báť. Deti príchod jari vítajú oveľa pozitívnejšie, výnimkou sú deti alergickí na peľ, kvitnúce stromy a trávy.

Imunitu si môžete posilniť vitamínmi

Dobry je na to: vitamín D3, vitamín C, vitamín B12 a rôzne multivitamíny. Namiesto vitamínov z lekárne si môžete dať ovocie, oriešky a najlepší a najzdravší je zázvorový čaj. Na boľavé hrdlo je dobrý med.



Jarné bylinky na jar

Nechtík lekársky

Z nechtíka lekárskeho sa robí nechtíková masť, ktorá je super na ochorenie kože - ako sú poranenia, popáleniny, zápal, modriny, menšie otvorené rany, odreniny. Pomáha proti boji baktériám, vírusom a plesniam. Kvôli týmto silným vlastnostiam sa nechtík môže používať na ošetrovanie a upokojenie pokožky spálenej od slnka, infekcií uší, ružového oka, vyrážok, ekzémov a akné.



Medvedí cesnak

Táto zázračná bylina obsahuje veľa vitamínov, minerálov, silíc a ďalšie látky, ktoré sú pre ľudský organizmus veľmi potrebné. Medvedím cesnakom sa dajú liečiť rôzne ochorenia, ako sú chrípka, prechladnutie, zápal horných dýchacích ciest, bronchitída a angína. Ako mierne antibiotikum pôsobí proti zápalovým ochoreniam, baktericídne účinky, ničí teda plesne, baktérie a mykózy. Napravuje prirodzené prostredie v zažívacom trakte, užíva sa pri črevných ochoreniach a proti črevným parazitom.



Plúcnik lekársky

Táto trváca bylina pôsobí dobre na váš organizmus, mierni dráždenie pri kašli a zvyšuje krvnú zrážanlivosť. Ďalej pôsobí proti kataru bronchov, pľúcnym chorobám, žalúdočnému krvácaniu, hemoroidom a hnačky. V ľudovom liečiteľstve sa užíva aj pri žalúdočných a črevných ťažkostiach. Plúcnik sa dobre uplatňuje aj pri poškodení sliznice hltana a žalúdka po požití koncentrovaného alkoholu, horúcich jedál alebo nápojov, chemikálií a podobne. Používa sa nálev z plúcnika, odvary, obklady i čaj.



Autor: Lenka Šišáková, 5.A

Tipy na čítanie

Pre deti

NEJDEM A BASTA!

Evka bude čoskoro prváčka. Všetci ju odušu



presviedčajú, že sa má tešiť, ale ona nie! O škole už dávno vie svoje-je tam nuda, otrava a musíš čušať na mieste, aj keď ťa to nebaví...Evka sa teda rozhodla,

že do žiadnej školy nejde a basta! V knižke sa dozvieme, prečo si Evka školu napokon obľúbila, aké rozprávky má najradšej a prečo sú všade obrázky vlkov- a prečo jej napokon neprekáža ani hnusná taška... Evkine trampoty so školou prváčikov určite pobavia, jej vlčie komixové rozprávky po novom ich určite prekvapia a môžu si aj zasúť ažiť, pretože tam nájdú rôzne vtipné hádanky a úlohy.

OPICA ŠKORICA ZNOVA ČARUJE

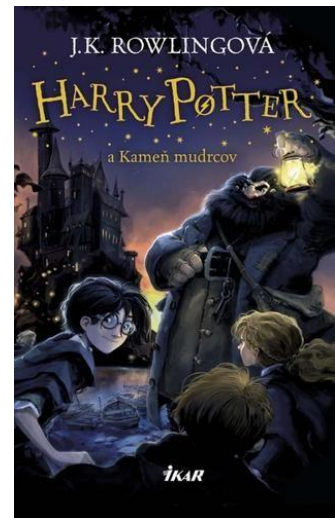
Nezbedná opička, ktorú máte tak radi, už po štvrtý raz vyskočila z rozprávkovej knižky, aby vás pobavila ďalšími dobrodružstvami. Už viete, že rada vyvádza smiešne kúska a čaruje. No pozor! Nie vždy sa jej šibalstvá

vydaria. Občas treba Škoricu vychovávať. Vďaka jej príbehom sa aj malí čitatelia naučia, čo je správne a čo nie. Juj, opica Škorica, neloz mi po hlave! Čože? Že veľa táram? Máš pravdu, už stíchнем. Len ešte deťom zaprajem veselé čítanie.

Pre tínedžerov

HARRY POTTER

Harry Potter je sirota, žije u príšerných príbuzných a až do svojich jedenástych narodenín si myslí, že je obyčajný chalan... Lenže potom dostane záhadné listy, navštívi ho sympatický obor a oznámi mu, že ho prijali na Rokfortskú strednú čarodejnícku školu. Tam sa Harry Potter naučí hrať metlobal a stretne sa v boji so svojim úhlavným nepriateľom. Dôvod, prečo sa to všetko stane, je jasný: Harry Potter je čarodejník!



DIEVČATÁ NEBOJTE SA PUBERTY

Nie je trápne čítať knihu o puberte. Trápne je o puberte nič nevedieť! Všetko čo potrebuješ vedieť- vtipne a s nadhľadom. Vlasy si si mala umývať aj trikrát denne, na

tvári sa ti robia vyrážky a rodina ťa doháňa do šialenstva... Čo sa to dofrasa deje?



Autor: Nina Eiselová, 5.A

SMEJEM SA, SMEJEŠ SA, SMEJEME SA

Na hodine filozofie dal profesor do stredu miestnosti stoličku a hovorí:
- Študenti, dokážte, že táto stolička neexistuje.

Každý začal písať ako o dušu, ale 1 dostal iba jediný študent. Na jeho papieri boli slová: “aká stolička”?

V chlapcovej žiackej knižke:

- Vážení rodič, váš syn skoro rozbil okno.

Odpoveď prišla obratom:

- Vážení pán učiteľ. Syn skoro dostal bitku.

- Ako spoznáš rodenú blondínku v základnej škole?

- Keď učiteľka zotrie tabuľu, ona vygumuje zošit.

Na hodine zemepisu:

“Nikol, pod' k tabuli a ukáž nám na mape, kde je Amerika!”

A Nikol ukázala na mape, kde je Amerika.

A učiteľka pokračuje a pýta sa žiakov v triede:

“Kto objavil Ameriku?”

Žiaci odpovedajú:

“Nikol!”



Autor: Ivona Holáseková , 6.A

Jarné kvízy

5. ročník

1. Pod obrázky napíš ako sa volajú fázy mesiace na obrázku.



2. Zapiš rímskym číslom.

57-
69-
99-
103-
511-
1136-
2016-

3. Napíš slová po anglicky.

Pes-
Mačka-
Basketbal-
Motýl-
Tancovať-
Sudoku-
Hovoriť španielsky-

4. Vyber gramaticky správne napísanú vetu:

- A: Milá Lívia, Tvoj list ma veľmi potešil.
- B: Mylá Lívia, tvoj list ma veľmi potešil.
- C: Milá Lývia, tvoj list ma veľmi potešil.

5. Doplň správne poučky.

Prerušenie prúdu reči sa nazýva p_____

Výraznejšie vyslovenie slabiky je p_____

--



6. Dopln̄ i, í, y, ý.

Brokol_cová polievka

Šošovicová k_slá polievka

R_bie filé

R_zoto so s_rom

Talianska p_zza

Dusená r_ža

Makové p_rohy

Tvarohový nák_p

Krup_cová kaša

Brosk_ňový koláč

R_bezľový koláč

Pomarančová l_monáda

Autor: Ninka Eisellová



7. Napíš obojaké spoluhlásky.

8. Urči vetu podľa obsahu: Hovorte nahlas!

A: oznamovacie

B: rozkazovacie

C: opytovacie

9. Vypočítaj.

$$500\ 000 + 400\ 000 =$$

$$500\ 000 - 400\ 000 =$$

$$11 + 11 + 11 + 11 + 11 + 11 + 11 + 11 + 11 =$$

ZÁVEREČNÉ SLOVO

Ďakujeme za prečítanie tejto časti dúfame že ste sa pri čítaní pobavili ale zároveň aj niečo nové naučili. Naši autori si písanie tohto diela veľmi užili a dúfajú že aj vy pri čítaní tohto diela. O mesiac vyjde ďalšie číslo a nechajte sa prekvapiť jeho obsahom. Na tomto čísle som pracovala ja Zuzana Braníková s mojimi kolegami : Lucia Halgašová, Štefí Škorpilová, Lenka Šišáková, Alexander Kreps, Simona Hadnaďová, Nina Eisellová, Ivona Holáseková a Mgr. Dominika Gaálová

