

Časopis pre deti, ktoré sa chcú počas prázdnin zabaviť

# Clementík

Časopis vydávaný pre ZŠ Clementisova, Kysucké Nové Mesto

Ročník: XIV Číslo:2 apríl - jún 2016

V čísle nájdete svoje obľúbené rubriky, ako napríklad: technické okienko, hudobné novinky, postrehy z výletov, reportáž školy v prírode, prečítate si prácu talentovanej žiačky Pate Mazáňovej, potrápia vás "základné" krížovky Jarka Jablonského III., oko potešia pamiatky rodného Slovenska...

*Ale hlavne: sú tu vytúžené prázdniny!!!*

*Takže: veselé, bláznivé, dobrodružné, objavné zážitky počas prázdnin*

*želá redakcia Clementíka a dovidenia v septembri!*



# Deň detí v Čadci



Žilinu poznajú všetci Kysučania veľmi dobre, a preto sme si my, žiaci 7. A, vybrali opačný smer - Čadcu. Už z dejepisu i geografie sme vedeli, že mesto vznikalo z malých osád valašského osídľovania v 16. storočí, ktoré bolo vyvolané nedostatkom ornej pôdy, no bohatstvom okolitých lesov a množstvom pasienkov. Bol vybudovaný nový kostol sv. Bartolomeja (1734 - 35). Počas nepokojných revolučných rokov obsadili mesto **4. decembra 1848** cisárske vojská a slovenskí dobrovoľníci a zdržiavali sa tu **Ludovít Štúr**,

**Jozef Miloslav Hurban** venovaný Neskôr tu v rokoch 1854-58 ako súdny úradník pôsobil aj významný štúrovský básnik **Janko Kráľ**.

V ťažkých medzivojnových časoch bol zásluhou miestneho odboru **Matica slovenskej** v rokoch 1926-28 vybudovaný zo zbierky obyvateľov **Palárikov dom**, ktorý sa stal miestom kultúrno-činnosti. Špecifickým a svetoznáмым podnikom je družstvo **Okrasa**, ktoré desaťročia vyrába sklenené vianočné ozdoby.

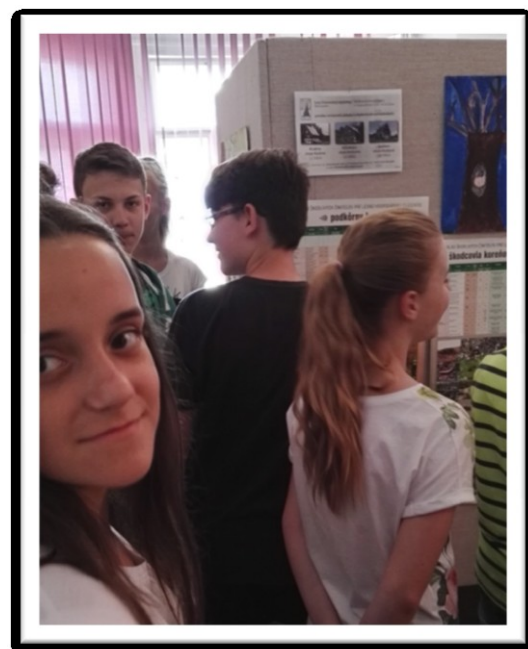
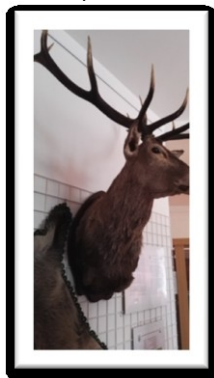
Vlak máme zadarmo, takže naša cesta sa mohla začať: po pol hodinke sme boli na čadčianskej stanici (ozaj impozantná stavba!) a hor sa do Kysuckého múzea - bola tu akurát výstava o našich lesoch. Pani riaditeľka nás aj poučila, aj zabavila (mali sme podľa nahratých zvukov hádať zvieratá - najťažšie to bolo

s líškou! Všetci sme mysleli, že natáčajú horor a naháňajú vreštiacu ženskú po lese! Ale kdeže, to bola práve spomínaná líštička kmotrička. (Exceloval Peťo Masaryk, ktorý na fotografiách z poľovačiek poznal skoro všetky poľovnícke celebrity - vyslúžil si uznanie aj pani riaditeľky). Zdalo sa nám, že aj Karol (jelen dvanásťorák) naňho mrkal.

A na záver nám premietli film o lesoch, ktoré úspešne ničí lykožrút. Vtedy sme si mnohí uvedomili, akú strašnú škodu dokáže napáchať tento minihmyz!!! Fúj!

Po skončení oficiálneho programu sa začal ten voľný: pre čadčianske deti vystupovala speváčka naživo, rozdávala sa zadarmo balóny, zmrzlina, čo sme objavili okamžite a, samozrejme, náležite využili, pobehali po obchodoch - nakúpili samé potrebné (chi - chi - chi) veci a išli domov. Teda, chceli sme ísť! Mali sme však o jednu atrakciu zadarmo navyše, pretože bola výluka a domov sme docestovali autobusom. Odteraz vôbec nezávidíme dochádzajúcim študentom, rodičom...

A na Deň detí sa tešíme zas. Možno to o rok bude Praha?





## **Škola v prírode: Makov - Hotel Fran**

V dňoch **23.5. - 27.5.2016** sa žiaci 2. ročníka zúčastnili školy v prírode v horskom hoteli **Fran**, ktorý je obklopený lesmi a lúkami s krásnym výhľadom na Moravskú i Slovenskú časť Javorníkov.

Dopoludňajšia činnosť bola naplnená poznávaním, pozorovaním prírodných krás, turistikou, plávaním, spoznávaním fauny a flóry.

Hneď v prvý deň popoludní sa deti rozdelili do súťažných skupín. Animačný program: „Z rozprávky do rozprávky“ v sebe zahŕňal množstvo edukačných aktivít, vedomostné a zábavné kvízy, tance, tvorivé dielne, hry.

V tomto krásnom prostredí deti strávili neuveriteľných 5 dní plných zábavy, rozvíjaním medziludských vzťahov. Program sa deťom veľmi páčil, každý dostal



krásne tričko. Deti si odniesli si veľa pekných zážitkov a spomienok:

2.A

„Mne sa páčila hra - Tik tak bum. Na raňajky mi chutili párky. Ráno sa mi páčil budíček.“

„Najviac sa mi páčilo ako sme sa naháňali a brali si chvosty. Na večeru mi chutili špagety. Mala som veľkú radosť, keď sa s nami hrali animátorky.“

„Mne sa páčilo ako animátorky s nami tancovali a všetci sme boli kamaráti. Chutili mi špagety a buchty. Najlepšie bolo, keď sme stavali domček z dreva.“

„Mne sa páčil futbal. Chcem sa tam vrátiť, páčil sa mi nočný pochod.“

„Mne sa páčila hra – živé pexeso a chodenie na túry. Páčili sa mi animátorky: Miška, Katka a Kika.“

2.B

„Najviac sa mi páčila diskotéka, nočný pochod, výtvarná činnosť a bazén so saunou.“

„Páčilo sa mi ako sme v lese zbierali puzzle.“

„Mne sa páčili túry, plávanie. A naozaj sa mi páčilo byť s animátorkami.“

2.C

„V škole v prírode bolo veľmi dobre. Bola tam zábava. Animátorky boli veľmi dobré. Veľmi sa mi páčil karneval, diskotéka, súťaže a pálenie strachu.“

„Mne sa páčilo pálenie strachu. Nepáčila sa mi diskotéka.“

„Najviac sa mi páčilo plávanie a diskotéka. Tiež sa mi páčilo v lese, boli tam čarovné kamienky.“

„Mne sa páčilo všetko.“

**Mgr. Soňa Bukovská**

## Gulášová rozlúčka so školou



Minulý školský rok sa deviataci lúčili so školou varením kotlíkového guláša. Páčila sa nám takáto rozlúčka, preto sme v tejto tradíciu pokračovali tento rok aj my, žiaci 9.B a 9.C. V rámci varenia, predmetu rodinná príprava, sme 4. mája (9.B) a 25. mája 2016 (9.C) varili naše posledné jedlo – **kotlíkový guláš**.

Poslednýkrát sme si spoločne popriali „dobrú chuť“. Všetci sme si tento deň naplno užili. Guláš sme varili v átriu našej školy „pod dozorom našich chlapcov“ a samozrejme, našej pani učiteľky Uhrovej. Každý z nás pridal ruku k dielu. Guláš sa obom triedam vydaril na jednotku. Možno preto, že tajnou prísadou bol náš smiech a dobrá nálada. Každý z nás sa oblizoval až za ušami ...



žiaci 9.B a 9.C 😊



## Koniec je nový začiatok

Hudba. V nej nájdem vždy radosť. Kedysi som chcela byť speváčka, ale to je už minulosť. Všetko sa zmenilo. Nebola to ani tak moja túžba, ako sen mojej staršej sestry. Vysnívala si ho už dávno a ja som chcela byť vo všetkom ako ona. Bol však medzi nami jeden veľký rozdiel. Ona mala hlas sláviky, no ten môj sa podobal skôr nahnevanej medveďovi.

Sedím pred triedou. Podupkávam nohou a lúskam prstami do rytmu. Určite by zo mňa bola lepšia bubenička, než speváčka. Podľa maminky sú však bubny skôr chlapčenská záležitosť. Odrazu sa otvárajú dvere. Vidím ich. Ležia tam a ticho ma očakávajú. Vedľa nich stojí on. Sú to moje nočné mory- noty a klavír. Vchádzam. Cez otvorené okno ku mne dolieha spev vtákov. Jasné, tým je do spevu. Aspoň mi skráslia týchto päťdesiat minút, nazvime to utrpenia.

„Ahoj,“ zdraví ma učiteľka.

„Dobrý.“

„Tak ako? Pochváľ sa, čo máš nové? Spievala si doma tú skladbu?“

„Nového nemám nič,“ ticho zamrmlam, „A radšej som nespievala.“

„No tak si dáme kratučkú rozcvičku. Opakuj po mne: MI-ME-MA-MO-MU.“

Zahrá intonačné cvičenie a zanôti svojim nežným hlasom. Čoskoro však „spievam“ ja. Po malej triede sa rozozvučí dunenie môjho hlasu. Učiteľka zvráti čelo a hrá ďalej akoby nič. Dokončím rozcvičku a ide sa na skladbu.

Štyridsať minút napínam hlasivky ako najviac viem, ale refrén piesne Titanium nedokážem zaspievať. Môj hlas vytiahne akurát tak tón E. Avšak refrén siaha do výšín géčkových tónov.

„Skutočne to nevyspievaš?“, pýta sa sklamané učiteľka. Chápem jej sklamanie. Trápi sa so mnou už deviaty rok a aj tak márne.

„Nie. Skrátka to nedokážem.“

„A neskúsiš to ešte raz?“

„Nie!“, vyhrknem a ani sa nemusím nad tým zamýšľať. Vtáčik za oknom opäť zaspieva. „Od budúceho roka...asi... už nebudem chodiť na spev.“

Pozrie na mňa. Ani nečakám, že ma bude odhovárať. Stavím sa, že aj ona má už dosť môjho „spevu“. Veď aj mne samej lezie na nervy. „No, máš pravdu. Ak sa necítiš na spev, tak je zrejme tvoje rozhodnutie správne.“

Rozlúčim sa a odchádzam sprevádzaná hudbou v slúchadlách. Rozmýšľam, čo budem bez nej robiť? Veď ma naplňa ma pocitom šťastia. Dokážem sa jej vzdať? Dokážem žiť bez hudby?

Zaklopem na dvere sestrinej izby:  
„Môžem na chvíľu?“

„Jasné,“ naznačí mi, aby som si sadla vedľa nej.

„Vieš, tak som premýšľala a rozhodla som sa, že už nebudem chodiť na spev. Nejde mi to.“

„Halelujah, tebe doplo, že ti to nejde,“ povie, no ja ešte viac zosmutniem.

„Ale čo budem robiť bez hudby? Milujem ju.“

„Veď nikto nepovedal, že ju máš prestať počúvať,“ povie a ja si až teraz uvedomím, že skončiť so spevom, neznamená skončiť so spevom.

Usmejem sa: „Máš pravdu. Sen sa mi síce nenaplnil, ale hudba tu pre mňa zostane.“

„A keď sa ja stanem „pop-star“, tak ty mi budeš robiť texty a altové vokály.“

Vždy má pravdu a aj riešenie. Hudby sa skutočne nemusím zbaviť. Môžem ju počúvať pri učení, v škole na hodine učiteľa z inej planéty a aj pri jazde autom. „Ale noty budeš vymýšľať ty, na to ja nie som!“, zvolám a ona sa jemne zasmeje.

„Vieš čo? Zober jednu z tých tvojich básni. Ja budem hrať na klavíri a ty mi dáš text,“ hovorí sestra nadšene.“

„Ty si nejakú z nich čítala?“

„Jasné, že áno. Zabudla si svoj zošit v kuchyni a ja...no skrátka píšeš skvele.“

„Tak... teda dobre,“ váhavo sa na ňu pozriem. Beriem do ruky svoj zošit a ona sadá za klavír.

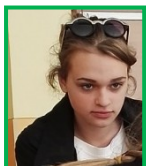
Listujem v zošite a otvorím ho na básni neprestávaj dúfať. Položím ho sestre na klavír a ona spieva:

„Nezúfaj, neprestávaj dúfať,  
tvoja myseľ je stále tvoja,  
nedávaj ju ľuďom bez srdca.

**Paťa Mazaňová, 7.A – držiteľka ceny ministra školstva SR za celoslovenskú súťaž literárnej tvorby detí XX. ročník.**

## Opäť sme súťažili

Ako každý rok tak aj v tomto školskom roku na našej škole prebiehala súťaž



„**Zdravie na škole**“ v rámci projektu Školy podporujúce zdravie. Deti z prvého stupňa súťažili dňa **28.apríla** a starší žiaci **11.mája 2016**.

Súťažili vo viacerých disciplínach: **dopravná výchova, zdravotná výchova, výchova k manželstvu a rodičovstvu, protidrogová prevencia, pobyt v prírode a mediálna výchova**. Na každom stanovišti žiaci riešili teoretické úlohy, ale aj praktické činnosti

z bežného života, kde preukázali svoje zručnosti a schopnosti.

Všetci súťažiaci dostali malú odmenu a víťazné družstvá boli odmenené milými cenami.

Výsledky súťaže: 2. – 4. ročník: 1.miesto: 2. B (**P. Cvopa, S. Bielik, R. Uríková**), 2.miesto: 3. B (V. Lopušánová, A. Zábojník, V. Petruňová), 3.miesto: 3. A (V. Oškrobaná, E. Janušová, Ch. Fujáková)



5. – 7. ročník: 1.miesto: 7. A (**V. Vlčková, S. Martišková, D. Šinalová**), 2.miesto: 7.C (N. Maruniaková, M. Vráblová, S. Várošová), 3.miesto: 6.A (L. Psocíková, S. Oriechíková, S. Kormanová).

Gratulujeme a tešíme sa znovu o rok.

**Daniela Ševčíková**, koordinátor projektu ŠPZ



## Angličtina kreatívne

Neoddeliteľnou súčasťou každého ďalšieho štúdia cudzieho jazyka sú aj prvé pokusy o umelecký preklad. So žiakmi 9.A sme sa snažili preložiť báseň od *Briana Pattena*. Ako sa nám darilo, posúďte sami:



### Geography Lesson

Our teacher told us one day he would leave  
And sail across a warm blue sea  
To places he had only known from maps,  
And all his life had longed to be.  
The house he lived in was narrow and grey  
But in his mind's eye he could see  
Sweet-scented jasmine clinging to the walls,  
And green leaves burning on an orange tree.  
He spoke of the lands he longed to visit,  
Where it was never drab or cold.  
I couldn't understand why he never left,  
And shook off the school's stranglehold.

Then halfway through his final term  
He took ill and never returned,  
And he never got to that place on the map  
Where the green leaves of the orange trees  
burned.  
The maps were redrawn on the classroom  
wall;  
His name was forgotten, it faded away.  
But a lesson he never knew he taught  
Is with me to this day.  
I travel to where the green leaves burn  
To where the ocean's glass-clear and  
blue,  
To all those places my teacher taught me  
to love  
But which he never knew.

### Brian Patten - Hodina geografie

Učiteľ povedal: „Jedného dňa odídem zo školy  
a budem sa plaviť cez teplé belasé moria.“  
On má miesto známe z mapy a  
túžbou jeho života bola existencia.

Potom, na polceste semestrami,  
on chorý, nikdy sa nevráti.  
A viac nemal miesto nad mapami,  
kde zeleň pod pomarančovníkmi leží.

Dom, v ktorom žil, úzky so šedým komínom,  
no v jeho mysli bol  
voňajúci sladkým jazmínom.  
A zelené listy, ktoré zhoreli na popol.

Mapy zo stien triedy boli strhnuté,  
jeho meno zblednuté, zabudnuté.  
Ale lekciu, ktorú ani nevedel, že dal,  
dnes je tu so mnou všetko to, čo povedal.

Rozprával o krajinách, do ktorých nikdy nešiel,  
kde nikdy nebolo fádne, chladno.  
Nechápem, prečo nikdy neodišiel,  
nepreborel to školské dno.

Kde zelené listy horia cestujem,  
kde oceánové sklo čisté a modré býva,  
čo učiteľ ma naučil, už aj ja milujem,  
no on už tieto miesta nedobýva.

*Žiaci 9.A, P. Krištofiková*

## Deň Britskej kultúry

V piatok *6. mája* sme sa zúčastnili *Dňa Britskej kultúry na ZŠ Nábřežná*. Žiaci z viacerých škôl z okolia Kysuckého Nového Mesta sa mohli zúčastniť prednášok a workshopov, ktoré viedli vyučujúci zúčastnených škôl.

Naši žiaci z 8.A navštívili dohromady tri prednášky – o Amerike, anglických pesničkách a dvojzmysloch v anglických vetách. Ďakujeme za pozvanie a výbornú organizáciu pani Mgr. J. Madigárovej Kubišovej.



# POTREBUJE ĽUDSKÉ TELO CUKOR ?

## Charakteristika a význam

Sacharidy sú pre organizmus rýchlym zdrojom energie, ktorý je však pomerne rýchlo vyčerpaný. Jeden gram sacharidov dodá telu energiu asi 17 kJ.

Pri ich nedostatku v organizme (pri hladovaní) si ich telo dokáže vyrobiť z bielkovín a tukov. V nadbytku sa sacharidy v tele ukladajú do zásob v podobe glykogénu a tuku.

Sacharidy delíme na **monosacharidy, disacharidy, oligosacharidy a polysacharidy**. Mono a disacharidy označujeme ako **jednoduché cukry**. Často ich konzumujeme v podobe sladkostí, cukríkov, zákuskov, zaváranín či sladkých limonád. Ide napríklad o glukózu (hroznový cukor), fruktózu (ovocný cukor) a sacharózu (repný cukor). Telu síce poskytnú okamžitý zdroj energie, ale veľmi rýchlo po nich nastúpi pocit hladu a únava.

Význam pre zdravie majú naopak sacharidy tvorené viacerými jednotkami - oligosacharidy a polysacharidy, ktorým vo výžive dávame prednosť. **Oligosacharidy** sa nachádzajú hlavne v strukovinách, **polysacharidy** (škroby) nájdeme v obilninách, strukovinách, ryži, zemiakoch a pod. K sacharidom patrí aj väčšia časť vlákniny, ktorá je nevyhnutná pre správne fungovanie trávenia, chráni pred zápchou, pomáha pri liečbe nadváhy, obezity a cukrovky, chráni pred vznikom niektorých nádorových ochorení a pred chorobami srdca a ciev. Nachádza sa najmä v celozrnných výrobkoch, v strukovinách, v ovoci a zelenine.

## Potrebné množstvo

Sacharidy by mali tvoriť asi 55-60 % celkového energetického príjmu, väčšina by mala byť v podobe polysacharidov. Podiel jednoduchých cukrov by nemal prevyšovať 10 % z celkového príjmu energie. Doporučený denný príjem vlákniny je podľa Svetovej zdravotníckej organizácie 20-35 g.

## Nadbytočný príjem cukru

Zvyšuje pravdepodobnosť vzniku nadváhy, obezity a ďalších civilizačných ochorení, napríklad cukrovky a zubného kazu. Neprijemnosti ale môže spôsobiť i veľký nadbytok vlákniny v strave, najmä v kombinácii s nízkym príjmom tekutín.

## Zubná hygiena

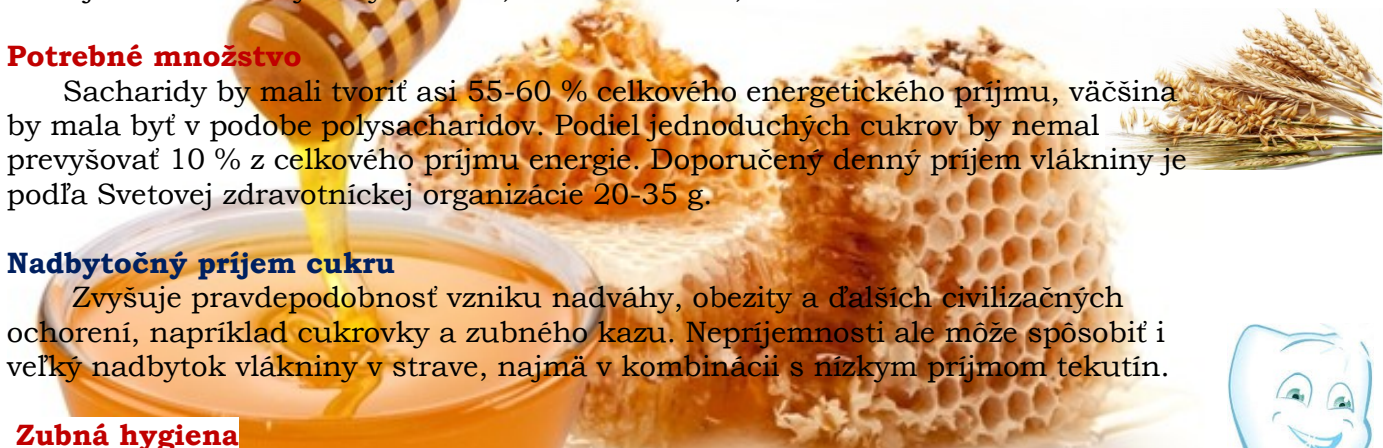
Cukry a varené škroby, napríklad chlieb, cestoviny, sušienky a čipsy sú kvasiteľné sacharidy, ktoré prispievajú k riziku vzniku zubného kazu. Ten sa môže vyvinúť vtedy, ak sa kvasiteľné cukry spoja s baktériami na zuboch. Baktérie produkujú kyseliny, ktoré postupne rozoberajú tvrdé štruktúry zuba.

Riziko výskytu kazov sa dá znížiť pomocou správneho použitia fluoridu spolu s dobrou ústnou hygienou, ktorá zahŕňa pravidelné zubné prehliadky. K zubnej erózii dochádza v dôsledku straty minerálnych látok zuba v sklovine, pôsobením kyselín na zuby. Niektoré kyseliny sa vyskytujú priamo v potravinách, nápojoch, žalúdočnej kyseline, či dokonca ako chlór obsiahnutý vo vode .

## Keď cukor, tak prírodný zdroj

Najhorší zo všetkého je fakt, že rafinovaný cukor je dnes súčasťou naozaj mnohých potravín a je čoraz ťažšie sa mu vyhnúť. V záujme vlastného zdravia sa však **umelému cukru** treba vyhnúť a vyhľadávať skôr jeho prírodné zdroje (ovocie, zelenina, plody, semená, mliečne výrobky, samozrejme bez pridaného cukru).

**Vaša Helka B.**





### Zranené vtáčatko

Už od malička rada chodím do prírody. S mojimi rodičmi som často chodievame do hory, a tak mám veľmi rada zvieratká. Myslím si, že sú to naši kamaráti a mali by sme im pomáhať.

Jedného dňa som šla aj s mojou kamarátkou Klaudikou po parku. Zrazu som v tráve zbadala nejaký pohyb. Keď sme prišli bližšie, zistili sme, že je to vtáčik. Čudovali sme sa, prečo sa nás nebojí a neodletí preč. Tak sme šli až k nemu a zistili sme, že má zlomené krídlo. Iba ležal na zemi a nemohol vzlietnuť. Bolo nám ho veľmi ľúto a tak sme ho vzali so sebou k môjmu domu. Z domu som mu doniesla vodu v miske a slnečnicové semienka, ktorými mamička kŕmi v zime vtáčiky. Vtáčik sa najedol a ja som mu zatiaľ z krabice vyrobila domček. Naukladala som mu tam trávu a lístie, aby sa cítil ako doma. Každý deň som mu nosila semienka a vodu a zvykla som si naňho. Bol veľmi pekný, aj keď nebol pestrofarebný, mal len hnedé perie. Jedného dňa som ho šla znova nakrmiť, a on tam už nebol.

Bola som veľmi rada, pretože to znamená, že sa uzdravil a mohol sa vrátiť k svojej rodine.

Janka Chúpeková - 2.A

### Malá pomocníčka

Volám sa Natálka a rada pomáham. Hoci mám len 7 rokov, keby som videla niekoho, kto potrebuje pomôcť, určite to urobím. Niekedy je však v živote dôležitejšie, aby sme si s rodinou pomáhali v maličkostiach. Ja teda pomáham aspoň doma.



Moja babka je už staršia a má veľký dvor. Preto sa jej vždy snažím pomôcť, aby si mohla ísť skôr sadnúť a dať si čaj. A ako jej pomáham? Najviac ma baví starať sa o zajačiky, vždy im natrhám trávu a kŕmim ich. Z hniezda v kuríne pozbieram vajíčka a prinesiem ich



dnu. Inokedy pomáham s drevom, ukladám ho do pivnice, kde si ho babka schováva. Keď je chladné počasie, tak si ním kúri. Babka má pri dome záhradu.

Keď treba, pomáham trhať maliny a zbierať slivky a jablká. No nepomáham len babke, ale aj mojej mame. Upratovanie ma baví, pretože keď pomáham, mamička je vždy šťastná a usmieva sa. Vysávam, utieram prach, vynášam smeti, polievam kvety a keď sa nudím, tak aj umývam dlážku. Som ako všetky deti, rada sa hrávam a občas pri hre urobím neporiadok. No vždy, keď sa hra skončí, upracem po sebe.

Rada doma pomáham, pretože mamička aj babka sa vždy o mňa starajú. Ja sa im to snažím aspoň takto vrátiť. Myslím si, že niekedy nie je dôležitý len jeden veľký čin, ale množstvo menších, ktoré zvládne spraviť každý z nás. Možno ani nevieme, ako tým našu rodinu potešíme.

Natália Lemanová, 2.A



## **Milí priatelia,**

bliži sa leto a s jeho príchodom dozrievajú plody dreviny, ktorá nám nie je veľmi známa. Objavme spolu chutné plody a na počudovanie aj liečivé listy stromov s názvom



**moruša biela a čierna,**  
známych pod prezývkou **stromová malina.**

História moruší je zdokumentovaná už pred 3000 rokmi. Moruša biela pochádza pravdepodobne z Číny, moruša čierna z Iránu. Po orientálnej ceste korenia sa dostali do Európy a dnes sa pestujú po celom svete. Za jej rozšírenie môže na jednej strane priadka morušová, ktorá spriada hodvábnne vlákna a na druhej strane aj sladké plody, ktoré chutia hádam ešte lepšie sušené. Málokto v Európe však vie, že aj listy moruše bielej sú pre človeka jedlé. V starej Číne význam listov



spoznali už dávno. Prvá písomná zmienka o použití listov moruše je uvedená v knihe tradičnej čínskej medicíny Shen Nong Ben Cao Jing o liečivých rastlinách. Detailne popisuje celú rastlinu a uvádza, že čaj z morušových listov má rôzne pozitívne účinky na zdravie. Používal sa napríklad pri horúčkovitých stavoch, úplavici, na zmiernenie kašľa, pri reumatizme,

podpore funkcie pečene, na posilnenie očí a udržanie mladistvej pleti. Japonská kniha o čaji Kissa Youjouki od mnícha Eisei (1144 - 1215) popisuje účinky dlhodobého pitia čaju z morušových listov na „chorobu smädu“, teda pravdepodobne diabetes (



cukrovka). Morušové listy sú tiež bohatým zdrojom vápnika, železa, zinku, draslíka a vitamínu A, B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>. Dlhodobé pitie čaju z listov moruše bielej pomáha predchádzať vysokému krvnému tlaku. V Európe sa však, na rozdiel od Ázie, moruša biela medzi liečivé rastliny nikdy nezaradila.



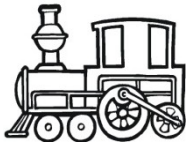
Okrem moruše bielej poznáme aj morušu čiernu, predovšetkým jej sladkasté a lahodne chutiace plody, ktoré sú zaujímavým a dostupným



obohatením nášho domáceho ovocia. Moruša, či už biela alebo čierna, by nemala chýbať v žiadnej záhrade. Vyskúšajte sladučké plody a chutný čaj z listov tejto starobylej a zároveň pre nás takmer neobjavenej rastliny. Určite Vám budú chutiť!

Veselé prázdniny praje  
**Rasca Bazalková.**

## ...pre dobrú náladu



Príde starček na nádražie k pokladni a hovorí pokladníčke:

- Prosím si jeden lístok.
- A kde ho chcete?

On natiahne ruku a povie:

- Sem do ruky.

Bill Gates sa postaví pred zrkadlo a pýta sa:

"Zrkadlo, kto je najbohatší na svete?" Zrkadlo zmodrie a objaví sa na ňom:

\*Aplikácia Zrkadlo vykonala neplatnú operáciu a bude ukončená\*



Tobias kde je tvoje vysvedčenie? pýta sa mama svojho syna. On jej nato odpovie: to som požičal Michalovi. Chce totiž nastrašiť rodičov.

Pani učiteľka vysvetľuje v triede:

- Hovoríme, že krava sa otelila, mačka sa okotila. Povie niekto ďalší príklad?

Móricko sa hlási:

- Prosím, žralok sa ožral.



Janko prosí sestru, aby mu požičala svoju fotku. Sestra fotku vyberie a pýta sa ho:

- Načože ju vlastne potrebuješ?
- Zajtra máme geografiu a máme doniesť fotku nejakej prírodnej katastrofy!

Učiteľka povedala žiakovi, aby si sadol do prvej lavice. A žiak jej odpovedá:

- To nie, nechcem vás vidieť v HD.

Učiteľka smutne oznamuje žiakom, že im odpadne piata a šiesta hodina, lebo umrel školník a v tom čase má pohreb. Móricko vyskočí a



vykrične:

- Nech žije školník!



Pani učiteľka dáva v škole deťom úlohu:

- Kto spraví najlepší skutok, dostane týždeň prázdnin.

Janko príde domov zo školy a hovorí mamičke:

- Vieš, mami, učiteľka nám vrela v škole, že kto spraví najkrajší skutok, dostane týždeň prázdnin.

A mamička mu nato:

- A čo si spravil ty?
- Už nikdy nemusíš polievať kvety.
- A prečo?
- Lebo som ti ich všetky vytrhal!

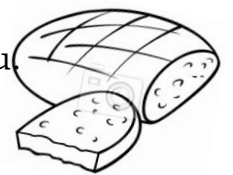
Učiteľ hovorí žiakom:

- Ak sa nezačnete učiť, tak z vás minimálne 50% prepadne!
- Ale, pán učiteľ, toľko nás tu ani nie je.

- Viete čo znamená skratka ZRPŠ?
- Zajtra ráno podpálime školu.

Učiteľka vraví Jožkovi:

- Jožko, vyskloňuj slovo chlieb.
- Kto? Čo? - Chlieb
- S kým? S čím? - So salámou.
- Komu? Čomu? - Mne!



Teta sa pýta malého Jožka:

- Ako sa ti páči v škole?
- Ale, je to nanič. Úlohy riešime my a výplatu dostáva pani učiteľka!

Na hodine sa učiteľ pýta:

- Deti, kto chce ísť do neba?
- Všetci zdvihli ruku, len Janko nie.
- A ty, Janko, čo? Ty nechceš ísť do neba?
- Áno, ale mama mi kázala, aby som išiel zo školy hneď domov.

# Hudobné okienko

5 SECONDS  
OF SUMMER



5 Seconds of Summer (skrátene 5SOS) je **austrálska pop-punková** skupina, ktorá vznikla v roku 2011 v **Sydney**. Tvoria ju Luke Hemmings (spev, gitara), Michael Clifford (spev, gitara), Calum Hood (spev, basgitara) a Ashton Irwin (spev, bicie).



Skupina vznikla v roku 2011, kedy Hemmings, Clifford a Hood, ktorí chodili na rovnakú školu (Norwest Christian College) začali pridávať **covery** na **Youtube**. V decembri 2011 sa k nim pripojil bubeník Ashton Irwin. Spolu nahrali covery pesničiek ako Teenage Dirtbag alebo Jasey Rae. Úspech im však priniesla aj skupina **One Direction**, z ktorej dvaja členovia zdieľali ich vlastnú pieseň Gotta Get Out. So skupinou One Direction vystupovali na ich turné Take Me Home v roku 2013 a tiež na turné Where We Are v roku 2014.

V roku 2015, už tretíkrát, znovu vystupovali ako predskokani One Direction na ich japonských koncertoch v rámci turné On The Road Again. Ich debutový singel She Looks So Perfect vydali vo februári 2014. Ich prvé album, zvané 5 Seconds of Summer vyšlo v júni 2014. V roku 2015 oficiálne oznámili podpísanie zmluvy s americkou skupinou Hey Violet v ich vlastnom vydavateľstve Hi Or Hey Records.

17. júla 2015 vyšiel ich prvý singel, She's Kinda Hot, ktorý bol za pár hodín na čele iTunes rebríčka vo viac ako 40 krajinách, z ich nového albumu Sounds Good Feels Good.

Medzi najväčšie vplyvy 5 Seconds of Summer patria skupiny ako **McFly**, **blink-182**, **All Time Low**, **Green Day**, **Boys Like Girls** a **Busted**.

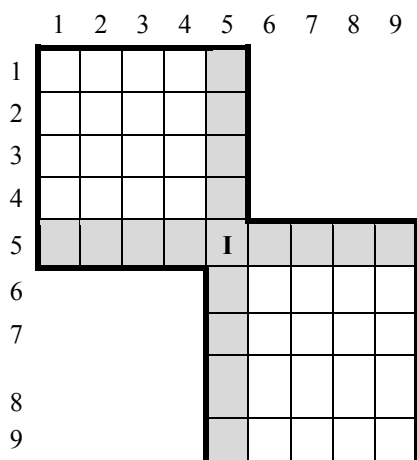
## ALBUMY:

- Unplugged (2012)
- Somewhere New (2012)
- She Looks So Perfect (2014)
- Don't stop (2014)
- Amnesia (2014)
- Good Girls (2014)
- She's Kinda Hot (2015)
- 5 Seconds of Summer (2014)
- Sounds Good Feels Good (2015)
- LIVESOS (2014)



## SPOJENÉ ŠTVORCOVKY

**Tajnička** – druh slávika

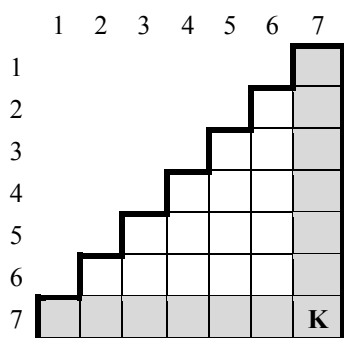


1. Elektrický spínač.
2. Sály.
3. Tender, po česky.
4. Patriaci Indovi.
5. **Tajnička.**
6. Patriaca Edovi.
7. Štátny úradník.
8. Ozýva sa kvákaním.
9. Švajčiarske mesto.

**pomôcka:** Aarau



**Roháčik**

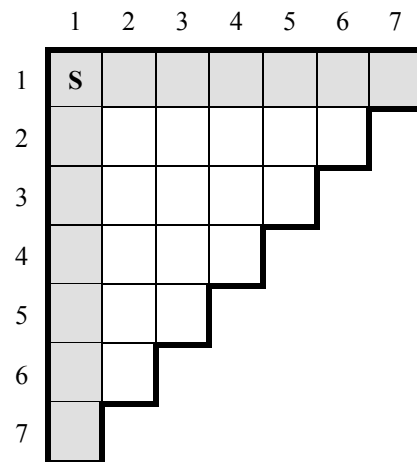


**Tajnička** – pestrý vták žijúci pri vode

1. Značka polomeru.
2. Osobné zámeno.
3. Rubová strana.
4. Kompletná.
5. Pestovateľ repy.
6. Túlaví ľudia.
7. **Tajnička.**



**Roháčik**



**Tajnička** – pestrý vtáčik

1. **Tajnička.**
2. Stará strieborná minca.
3. Výkvet.
4. Populárne piesne.
5. Predmestie Viedne.
6. Obyvatel' Írska.
7. Draslík (zn.).

**pomôcka:** Laa, toliar

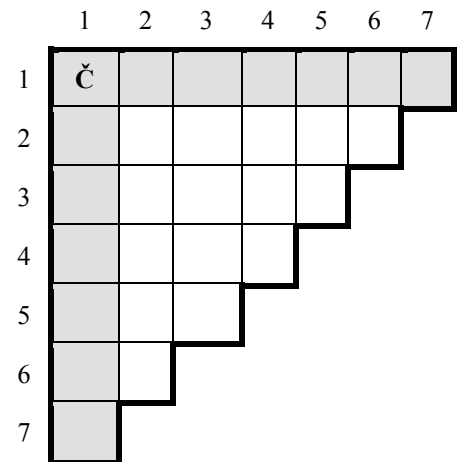
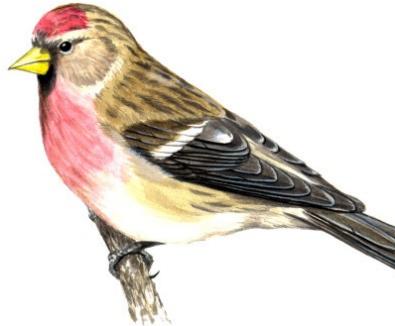


## ROHÁČIK

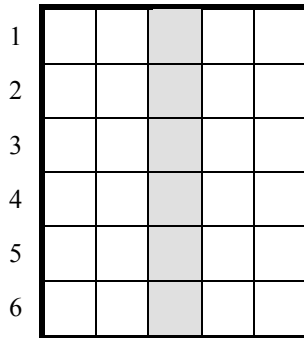
**Tajnička** – druh stehlíka

1. Tajnička.
2. Etalón, po česky.
3. Vedúci čaty.
4. Nadšenie.
5. Brána, po nemecky.
6. EČV Komárna.
7. Prvé písmeno.

**pomôcka:** tor



## DOPLŇOVAČKA Tajnička – pestrý severský vták



1. Pec.
2. Ľudové odevy.
3. Kto varí.
4. Zákusok.
5. Panovníci.
6. Kačica.

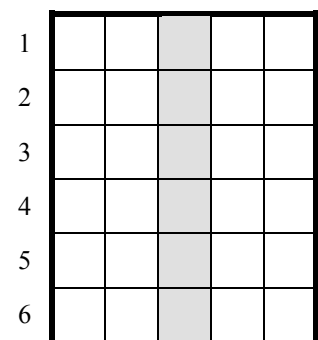


## DOPLŇOVAČKA

**Tajnička** – výborne šplhajúci vtáčik

1. Sebecký človek. -
2. Centrum. -
3. Ostrov v rieke. -
4. Silný človek. -
5. Rezance. -
6. Dravý vták.

**pomôcka:** sihoť



## Technické okienko

**Darček za dobré vysvedčenie** - firma *Matell* zostrojila **tlačiareň 3D**.



Vďaka nej si každé dieťa môže ľahko a jednoducho vytvoriť vlastné hračky. Tlačiareň využíva systém Android a iOS, ktoré umožňujú projektovanie trojrozmerných objektov a následne ich vytlačenie na tejto tlačiarňi. K tlačiarňi sa dodáva veľa príručiek a hotových projektov, na základe ktorých sa deti môžu ľahko naučiť

umeniu projektovania vlastných hračiek.

**Poweriser** - je moderná hračka, ktorá zmenila rodinnú zábavu. Vďaka nej sa môžeš cítiť ako superhrdina. Umožňuje nielen skákať do výšky viac ako 2 metre, ale aj behať šialenou rýchlosťou - väčšou ako 40 km/h a aj vykonávať efektné akrobatické kúsky. Poweriser je výnimočne stabilný, vďaka čomu aj osoby, ktoré nešportujú denne, nebudú mať problémy s udrжанím rovnováhy.



### **Viete, že...**

- *Venuša, je jediná planéta, ktorá sa otáča v smere hodinových ručičiek?*
- *vajce obsahuje všetky vitamíny, okrem vitamínu C?*
- *med je jediná potravina, ktorá sa nikdy nepokazí?*
- *čava ako jediný cicavec dokáže piť slanú vodu?*
- *had môže spať vo vhodných podmienkach tri roky?*
- *netopier je jediný cicavec, ktorý lieta?*
- *ľudská stehenná kosť je pevnejšia ako betón?*
- *väčšina slonov váži menej ako jazyk modrej veľryby?*
- *je nemožné kýchnuť s otvorenými očami?*
- *vážite menej, keď je Mesiac nad vami? (v dôsledku gravitačných síl)*
- *očné svaly sú najsilnejšie svaly v ľudskom tele?*
- *oči majú podiel na 85 % vašich vedomostí?*
- *ak sa naľakáte, váš zrak sa zlepší?*
- *pod vodou sa zvuk šíri štyrikrát rýchlejšie ako vo vzduchu?*
- *sovy nemôžu hýbať očami, a preto otáčajú celú hlavu asi o 270 stupňov?*
- *horúca voda zmrzne rýchlejšie ako studená?*
- *97% všetkej vody na Zemi je voda slaná?*
- *2 % sladkej vody na Zemi je v ľadovcoch a iba 1% tvoria jazerá, rieky a podzemná voda?*
- *zeler má menej kalórií, než koľko ich spotrebujete na jeho zjedenie?*
- *Leonardo da Vinci vynášiel nožnice?*
- *sedem z desiatich ľudí verí v posmrtný život?*



# Slovenské kostoly II.

Bardejov



Dražovce



Kyjatice



Leštiny



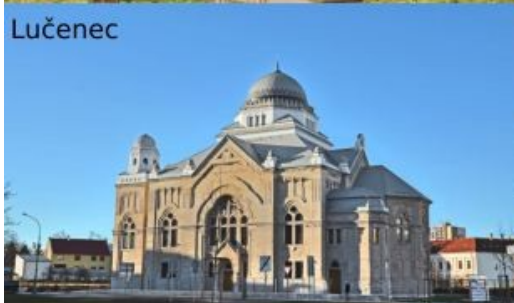
Katarínka



Spišská Nová Ves



Lučenec



Štítnik



Mikulášová





Hervartov



Kalinčiakovo



Stropkov



Dúžava



Vrbové



Kopčany



Kocelovce



Holíč



# ČÍTALI SME...

## Julie Klassenová: UČITEĽOVA DCÉRA



Baronetovi starší synovia zápasia s problémami a tajomstvami. Knihomol'ku Emmu si zo školských čias pamätajú obaja, ale jedného z nich začne teraz nečakane prit'ahovať... Keď sa situácia vyostří, dokáže Emma prísť na to, ktorému z bratov dôverovať?

*„Jej pútavosť, nečakané zvraty mi nedali pustit' ju a prestať čítať. Je úžasná. Prečítala som ju v priebehu 2 týždňov 2x a druhý raz za dva dni. Nedalo sa rýchlejšie, treba aj spať ☺ Takéto krásne dielo môže byť len*

*s pomocou Božích rúk. Knižka mi dala smer.“ (Annamária Masnicová, 8.B)*

## John Green: NA VINE SÚ HVIEZDY

*„Život nie je továreň na splnené sny.“*

Odkedy Hazel v 13 diagnostikovali rakovinu v 4. štádiu, pripravovala sa na vlastnú smrť. Potom sa stal medicínsky zázrak a metastázy sa jej zmenšili. Odvtedy nechodí do školy, nemá priateľov a nevie, ako vyzerá normálny život. Na nenávidenom stretnutí podpornej skupiny pre pacientov s rakovinou však spozná Augusta, ktorý má štýl, rakovinu na ústupe a oči len pre ňu...

*„Mám rada romantické knihy plné lásky. V tomto príbehu jej bolo veľmi veľa a za zvláštnych okolností.“ (Alica Janáková, 8.B)*



## John Green: PAPIEROVÉ MESTÁ

*„Svetlo, viditeľná pripomienka neviditeľného svetla.“*

Margo Rothová-Spiegelmanová. Jej bláznivé dobrodružstvá sa zakaždým prehnali školou: na gitare ju naučil hrať nejaký starký v polorozpadnutom dome v Hot Coffee. Tri dni kočovala s cirkusantmi... *„Mám rada, s akou ľahkosťou autor píše a ako dokáže čitateľov vziať do deja.“ (Alexandra Faktorová, 8.A)*

## Veronica Roth: DIVERGENCIA

*„Ľudský rozum dokáže ospravedlniť akékoľvek zlo, preto by sme sa naň nemali spoliehať.“*

Chicago, ďaleká budúcnosť. Beatrice žije v spoločnosti rozdelenej na 5 frakcií. Na ceremónii si všetci šestnásťroční vyberajú frakciu, ktorej zasvätia život. Beatrice má len dve možnosti: zostať so svojou rodinou, alebo ju navždy opustiť, aby mohla byť sama sebou.

*„Kniha Divergencia ma zaujala už od začiatku, len čo som ju zahliadla v kníhkupectve. Bola originálna, jednoducho geniálna. Páčili sa mi hlavne veľmi sympatické a charakterné postavy. Typy ich vlastností sa dajú nájsť v ľuďoch, ktoré nás každodenne obklopujú.“*

*(Janka Bodoová, 8.A)*



## Feel the English in Verses

Už tradíciou medzi angličtinármi v našom okrese sa stala súťaž s názvom **Feel the English in Verses**, ktorú organizujú pani učiteľky zo základnej školy Nábřežná. Každoročne so žiakmi vyberáme vhodné súťažné príspevky, ktoré sa potom učia prednášať. Súťažne sme sa tento rok zúčastnili v troch kategóriách: recitácia poézie (Natália Juričková, 9.A), prednes prózy (Veronika Marková, 8.A a Terézia Hájniková, 9.A) a čítanie neznámeho textu (Ivana Hmírová, 9.A a Ivana Uričková, 9.A). Nesúťažne vystúpili žiaci 9.A s nacvičeným divadelným predstavením **Bald Soprano**.



Súťaž, ako po každý rok, sprevádzala výborná atmosféra, radosť z prednesu a súťaživý duch. Z nášho okresu sa zapojili pani učiteľky zo základných škôl Nábřežná, Dolinský Potok, Clementisova, Radoľa a Nesluša.

Naše žiačky *Natálka Juričková, Veronika Marková a Ivka Hmírová* sa umiestnili na krásnom prvom mieste, každá vo svojej kategórii.



Vďaka patrí organizátorkám súťaže za fantastický nápad a bezproblémový priebeh. Sponzorom, ktorí do súťaže darovali hodnotné ceny. Porote, ktorá stála pred ťažkou úlohou spravodlivo vybrať najlepších a v neposlednom rade samotným súťažiacim, ktorí nabrali odvahu,

zahodili trému a urobili úžasné predstavenie.

## Koncoročný výlet 6.A

Žiaci 6.A sa dlho nevedeli dočkať koncoročného výletu. Preto sme sa neskutočne potešili, keď sme ráno v utorok 24.5. nasadli do autobusu. Nabalení sladkosťami a očakávaniami sme sa vydali smerom **Terchová**. Najskôr sme sa zložili na Chate Horskéj služby, kde sme plánovali prespať, a hneď na to sme sa vybrali na prvú spoločnú túru. Z parkoviska **Vrátna-Výťah** sme cez les zamierili na **Chatu na Grúni**. Tam žiaci dostali pauzu a tí najskalnejší (v úžasnom počte 13) pokračovali na Poludňový grúň. V polke kopca nás zradilo počasie a po prvom hrmení sme utekali naspäť k chate. Počas prvej prehánky sme si dali na terase chaty obed. Potom si žiaci zahráli futbal a spoločne sme sa vydali na druhú túru, ktorá bola typická stretnutiami so salamandrou škvrnitou, z chaty na Grúni do Štefanovej. Po príchode na Chatu Horskéj služby sme sa ubytovali a začali odkrývať tajomstvá chaty. Službukonajúci záchranári sa nám postarali o program: zahráli sme si stolný tenis, zaliezli na umelej stene a večer sa vydali na ďalšiu túru – k obore diviakov uprostred temného lesa. Na druhý deň sme sa krátkou túrou popri kamennej ťave a modliacom sa mníchovi premiestnili do centra Terchovej, kde sme si spravili spoločnú fotku pri **soche Juraja**



**Jánošíka**, navštívili **Minizoo** a opäť zahrali futbal ☺.

Potom nasledovalo dvojhodinové kúpanie v športovom areáli **Terchovec**. Keďže sme vo vode vyhladli, naobedovali sme sa v hotelovej reštaurácii. Po obede sme sa plní zážitkov vydali na cestu domov.

Veľká vďaka patrí záchranárom z Horskej služby za pestrý program, pani učiteľke Vargovej za trpezlivosť počas dozoru na výlete a pani Kožovej, ktorá napiekla deťom na výlet výborný jablkový koláč ☺.



### 1. jún - Deň detí

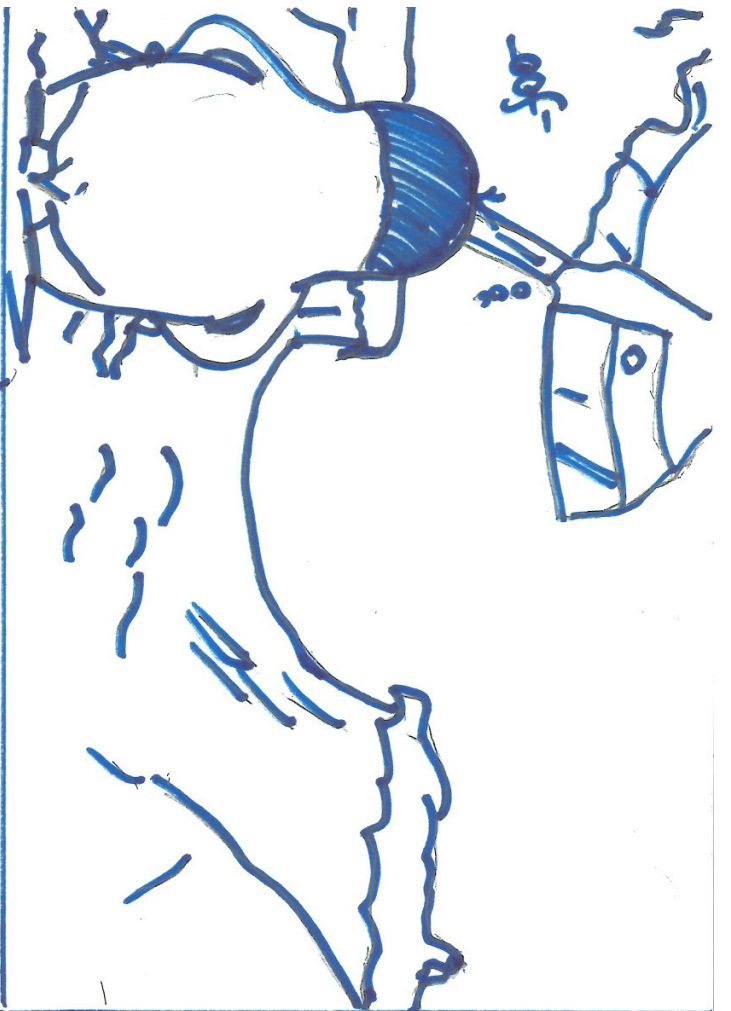
Triedy **6.A a 9.A** sa rozhodli, že sa počas **Dňa detí** spoločne vydajú na exkurziu do **Bratislavy**. Ráno sme preto hromadne nastúpili na rýchlik do hlavného mesta a dobrodružstvo mohlo začať. Kým žiaci 9.A chceli spoznávať mesto a jeho centrum, mladší žiaci si naplánovali prehliadku hradu Devín. Mestskou hromadnou dopravou sme sa premiestnili do Devínskej Novej Vsi a exkurzia mohla začať. Po odhadovaní hĺbky hradnej

studne a výklade na nádvorí nasledovala expozícia **Devín v praveku**.

Žiaci dostali na nádvorí voľno, ktoré strávili behaním po hrade, fotografovaním a následným oddychom na lavičkách v tieni. Z hradu sme zostúpili na nábrežie, aby sme sa bližšie pozreli na sútok riek Moravy a Dunaja a prezreli si pamätník **Brána slobody** venovaný obetiam komunizmu. Potom sme sa vydali späť do Bratislavy a v pláne sme mali obhliadku historického centra. Keďže nás však zaskočila silná búrka z horúčavy, museli sme ju prečkať na **Moste SNP** a odtiaľ naše kroky viedli k miestam zabezpečujúcim tíšenie hladu ☺.

Napokon sme sa vydali späť na vlakovú stanicu a nastúpili na rýchlik domov.





205-



21

11/11/2011...

3) Kente ...



Jakobowitz

... je kholi ...



Jakobowitz