

Maj 2013

OŠ HRUŠEVEC ŠENTJUR



BORILNE
VEŠČINE

LETALSTVO

ŠPORT IN
STRES

MOTNJE
HRANJENJA

BASEBALL

KITAJSKA

OLIMPIJSKE
IGRE

5 min ZA
SPROSTITEV

POLETNA
PRILOGA

ŠPORTNO
OBARVANO

USTVARILI UČENCI
IN UČITELJI

GLASILO

PONOSNI SMO NA ŠPORTNIKE ...

ZLATO

Maja Majcen iz 4. b je državna prvakinja v športnem plezanju v kategoriji mlajših učenk brez licence (Kranj, 13. 4. 2013).

BRON

Alja Zalar iz 6. b je osvojila bron na državnem tekmovanju v športnem plezanju v kategoriji mlajših učenk z licenco (Kranj, 13. 4. 2013).

Žiga Rajh iz 8. b, Žiga Pinter iz 9. a in Jan Škoberne iz 9. b so osvojili srebro na državnem tekmovanju ekip v bowlingu (Dravlje, 5. 4. 2013).

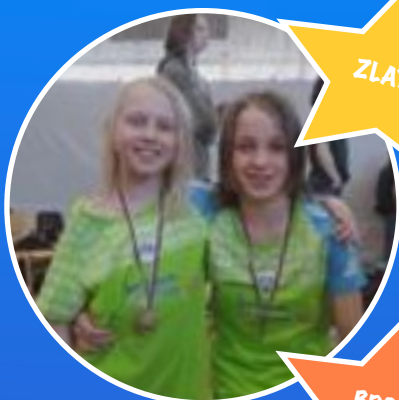
SREBRO

Nuša Hercog in Maja Majcen iz 4. b ter Ana Majcen iz 5. b so državne prvakinja v ekipnem šahu do 12 let (Zreče, 21. 4. 2013).

ZLATO

Nuša Hercog iz 4. b je na tekmovanju v šahu posamezno v kategoriji deklet do 12 let osvojila 4. mesto. Nastopilo je 46 tekmovalk.

Na državno tekmovanje Šolskega plesnega festivala sta se uvrstila tudi dva plesna para: Žiga Rajh in Špela Muškotelc iz 8. b ter Jure Ledinšek in Nuša Vešligaj iz 9. b.





PONOSNI SMO NANJE ...



Jan Škoberne je dobitnik 5 zlatih in 6 srebrnih priznanj s področij: astronomije, fizike, logike, zgodovine, sladkorne bolezni, matematike in geografije.

Aleksandra Keše je osvojila 1 zlato priznanje s področja astronomije ter 6 srebrnih priznanj s področja astronomije, slovenščine, zgodovine, fizike, matematike in vesele šole.



Lora Šarlah je dobitnica 4 srebrnih priznanj s področja angleščine, slovenščine, zgodovine in matematike.



Vsak svoje srebrno priznanje pa so si priborili:

Rok Arlič iz angleščine,

Žan Vodopivec in Živa Selič iz astronomije,

Kaja Pevec in Žiga Pinter iz zgodovine,

Alja Zalar, Gašper Pistotnik in Neli Čadej iz matematike,

Nejc Arzenšek iz fizike,

Nika Beline iz vesele šole,

Neja Kramp - Mastnak iz sladkorne bolezni.

KAZALO

ROŽICA SVETUJE

4

BASEBALL

7

ŠPORT IN STRES

8

ŠPORTNA MODA

10

LETALSTVO

12

INTERVJU V ŠOLSKI KUHINJI

14

BORILNE VEŠČINE

16

MOTNJE HRANJENJA

18

ŠPORTNI SLOVAR
IN TUJI JEZIKI

20

MED DVEMA OGNJEMA

23

SPROSTITEV MED ODMORI

24

KITAJSKA

26

LOČEVANJE SNOVI

32

POLETNA PRILOGA

34

ROŽICA SVETUJE

Hojla, pa smo spet skupaj. Zdaj, ko se približujemo poletju, se vam je že prav gotovo nabralo veliko problemov in skrbi, ki pa jih sami ne znate rešiti.

Navsezadnje sem jaz tukaj, da vam pri tem pomagam. V nabiralniku se je nabralo že veliko pisem zaskrbljenih najstnikov. No, pa si preberimo, s kakšnimi težavami se spopada današnja mladina. Se vidimo!



vaša
Rožica

Živíjo!

Imam probleme z učenjem. Vedno, ko se moram iti učít, me nekaj odvrne od tega. Iščem raznovrstne izgovore in se tako svojim dolžnostim le izogibam. Zato imam vedno večje probleme z ocenami in me skrbi, da se ne bom mogla vpísati na tisto srednjo šolo, ki si jo želim obiskovati naslednje leto. Ne morem se zbrati in se posvetiti učenju. PROSIM, POMAGAJ MI!

Problemčica

Hojla Problemčica! To, da imaš probleme z učenjem, je tudi posledica tega, da te snov očitno sploh ne zanima. Za uspešno učenje moraš imeti pospravljen in čist delovni prostor, saj te tudi umazanija lahko odvrne od učenja. Napiši si urnik za vsak dan sproti. V snovi (tudi če te ne pritegne) poskusi najti zabavno plat in kaj

zanímivega, kar te bo motivíralo za učenje.

Nájpomembneje pa je, da se greš učít zbrana in da se níkolí ne učiš pred TV zaslonom, računalnikom, PSP-jem itd. Poišči si svoj mír in uspeh je zagotovljen.

tvoja Rožica

Ojla!

Nate sem se obrnila, ker se jokam za vsako figo! Zaradi tega me sošolci zbadajo, jaz pa si ne morem pomagati. Za vsako malenkost planem v jok in počutim se naravnost grozno! Pomagaj!

Jokica

Zdravo Jokica! Gotovo ti je neprijetno, ubožica! To je res grozno, saj si ljudje včasih jok razlagajo kot šibkost človeka, kar pa vedno ne drži. Zato imam zate pripravljeno majhno čarovnijo. Ko boš spet začutila solze v očeh, pogled usmeri navzgor in se delaj, kot da razmišljaš. Smešno, ampak ta gib očem prepreči dotok solz. To ti bo zagotovo pomagalo. Naj ti

pomlad nariše nasmeh na ustnice!

tvoja Rožica

Héj!

Imam en velik problem! Vedno, ko se kaj zaplete ali pa sem v težavah, se zlažem in si ne morem pomagati. Zaradi laži sem že velikokrat ostala brez prijateljic! Pomagaj mi

Lažnívka

Pozdravljena Lažnívka! To, da lažeš, ni lepo in sem malo jezna nate. Ker pa sem velikodušna, ti bom pomagala. Laži niso vedno slabe, če želiš z njimi koga zaščititi pred bolečino ali nasiljem. Obstajajo pa tudi nesramne in zoprne laži, ki ti slej kot prej vrnejo udarec, ki ni prijeten. ZATO GOVORI PO PRAVICI! Ko boš poskušala še kdaj lagati, si predstavljaj posledice, ki ti jih že ena sama laž lahko prinese. Preberi knjigo Dese Muck Lažniva Suzi, pa boš ti videla, kam te pripeljejo laži.

tvoja prijazna Rožica

ALIVEŠ...

Simbol OI predstavlja 5 celin, ki so združene na enih olimpijskih igrah.

Na OI (olimpijskih igrah) je kar 35 različnih športov, 53 disciplin in več kot 500 prireditev.

Šah mat v arabščini pomeni »smrt kralju«.

Tina Maze je v sezoni 2012/2013 najuspešnejša smučarka na svetu.

Na poletnih OI imamo vidnejše rezultate v metu kladiva – **Primož Kozmus**, judu – **Urška Žolnir** in v strelstvu – **Rajmond Debevec**.

Za šah mat so potrebne samo naslednje figure: dama, trdnjava, skakač in dva lovca.

Poznamo dve vrsti olimpijskih iger, in sicer zimske in poletne. Odvijajo se vsako četrto leto.

Novinarski krožek

ŠPORT

SREDNJA ŠOLA ZA STROJNIŠTVO, MEHATRONIKO IN MEDIJE CELJE PROGRAM: MEDIJSKI TEHNIK

V okviru Šolskega centra Celje od leta 2004 naprej deluje Srednja šola za strojništvo, mehatroniko in medije. Na tej šoli se dijaki in dijakinje izobražujejo za medijskega tehnika.

Kaj sploh pomeni medijski tehnik? Medijski tehnik postane dijak, ki se v času šolanja poleg splošnih predmetov (slovenščina, matematika in tuj jezik) uči tudi o fotografiji, videu, oblikovanju spletnih strani, zvoku in animacijah. Pri teoretičnem delu pouka se učijo, kako se pripravljajo televizijske in radijske oddaje, spoznavajo vse zakonitosti fotografije, animacije in izdelave tiskovin. Pri praktičnem pouku pa skozi različne vaje in s pomočjo

vrhunske tehnologije izdelujejo medijske izdelke. Po zaključeni srednji medijski šoli se lahko ti dijaki zaposlijo v medijskih hišah (radio, TV), v fotografskih ateljejih, snemalnih studiih, v grafični pripravi (tiskarne) in v podjetjih, kjer oblikujejo spletne strani.

Poleg medijske šole v Celju se enako šolanje odvija tudi v Ljubljani, Mariboru, Radovljici in v Novem mestu. Celje pa je edina tovrstna šola v **Evropi**, ki ima svojo spletno televizijo imenovano ViTV. Šola sodeluje z večino osnovnih in srednjih šol iz celjske regije, z dobrim delom pa se uspešno širijo tudi po celotni Sloveniji kar preko oddaj. Program za spletno televizijo pod okriljem svojih mentorjev v celoti pripravijo dijaki sami.

Šola ima vso sodobno opremo, s katero je delo večkrat lažje in bolje opravljeno. V šoli je sodobni digitalni studio z režijo, kjer pripravljajo TV program, imajo tudi popoln radijski studio, učilnico Apple za TV in avdio

montažo, fotografski studio in digitalni tiskarski stroj. Zaradi vse te opreme in odličnega dela z obilico pohval se vse več najstnikov vpisuje na to šolo. Vsako leto je vpis previsok za skoraj 2 oddelka. Zadnje čase se po hodnikih medijske šole najpogosteje sprehajajo učenci, ki so bili v osnovni šoli odlični ali pa prav dobri.

Profesorji Šolskega centra Celje pa so prepričani, da ima medijski tehnik zagotovo svojo prihodnost, saj če propadejo mediji, sploh ne bomo več videli, slišali in prebrali, kaj se dogaja doma in po svetu.

Nuša Vešligaj, 9. b

ALIVEŠ...

Prve zimske **olimpijske igre** so bile leta 1924 v francoskem Chamonixu.

Prve **olimpijske igre** moderne dobe so potekale v Atenah leta 1896.

Olimpijski krogi so se kot znak iger prvič pojavili v Antwerpnu leta 1920.

Olimpijske igre so prvotno organizirali v antični Grčiji, konec 19. stoletja pa je zamisel oživil francoski baron Pierre de Coubertin.

Naslednje zimske **olimpijske igre** bodo potekale od 7. do 23. februarja 2014 v mestu Soči v Rusiji.

ŠPORT

Novinarski krožek

Otroci z učnimi težavami

Nekateri otroci imajo kljub rednemu in intenzivnemu delu v šoli in doma pri učenju večje težave. Če te težave niso posledica pogostih odsotnosti od pouka in neopravljanja domačega šolskega dela ter učenja, ima lahko otrok specifične ali splošne učne težave.

Specifične učne težave. Gre za otroke s primanjkljaji na posameznih področjih učenja. Pri teh otrocih se pojavlja neskladje oz. tako imenovana diskrepanca med globalnimi intelektualnimi sposobnostmi in uspešnostjo na določenih področjih učenja, torej šolskim uspehom. Vzrok temu so organski in genetski mikro deficiti, ki v večji ali manjši meri ovirajo posameznika vse življenje.

Med specifične učne težave sodijo:

- disleksija (motnja branja in pisanja),
- disgrafija (motnja grafomotorike),
- diskalkulija (motnja v učenju matematičnih veščin),
- dispraksija (motnja gibanja, koordinacije, organizacije in predelovanja senzornih informacij) in
- ADHD (motnja pozornosti s hiperaktivnostjo).

Splošne učne težave imajo otroci z mejnimi intelektualnimi sposobnostmi (sposobnosti so enakomerno oz. harmonično znižane na nizek nivo intelektualnih sposobnosti).

Za uspešno diagnosticiranje in premagovanje otrokovih učnih težav se starši posvetujejo z razredničarko in s šolsko svetovalno službo, otroku pa je nudena diferenciacija in individualizacija ter prilagoditve v razredu, dopolnilni pouk in individualna pomoč pri specialni pedagogiji ter tudi medvrstniško učenje.

Alenka Klemenčič, specialna pedagoginja

BRAVO

društvo za pomoč otrokom in mladostnikom
s specifičnimi učnimi težavami

BASEBALL

Začetki baseballa

Zgodnja oblika tega športa se je pojavila v sredini 18. stol. v Veliki Britaniji.

Prva uradno zabeležena tekma je bila 19. junija 1946 v mestu Hoboken (New Jersey).

Olimpijske igre

Baseball je del poletnih olimpijskih iger od leta 1992, priznan pa je bil še v letih 1912, 1936, 1952, 1964, 1984 in 1988.

Osnovna oprema:

- žoga za baseball,
- kij,
- lovilska rokavica.

Število igralcev: 9



Baseball je ekipni šport, pri katerem igrata dve ekipi, vsaka z devetimi igralci. Igralec obrambe (metalec) meče usnjeno žogo, veliko kot pest, ki jo igralec napada (odbijalec) poskuša odbiti s kijem. Rezultat se beleži v obliki točk, imenovanih teki. Točka (tek) se ekipi v napadu pripiše, kadar odbijalec po tem, ko doseže bazo, po prehodu čez vrsto baz doseže domačo bazo. Ekipa z več teki zmaga.

se zamenjata, ko igralci v obrambi izločijo tri igralce nasprotnikovega moštva. Izločijo jih lahko na več načinov:

– Prvi način je, da igralec v obrambi poda žogico igralcu na bazi, preden napadalec stopi na bazo.

– Druga možnost je, da se obrambni igralec z žogico dotakne napadalca.

– Poleg tega je mogoče napadalca izločiti tudi tako, da žogico po tem, ko je bila odbita, ujamejo v zraku.

– Napadalec je izločen tudi, če trikrat zapored zamahne v prazno ali pa trikrat izpusti žogo, da doseže odbijalski krožnik. Ob tem se mu prišteje en udarec. V primeru, da v istem

odbijalskem nastopu zbere tri udarce, je izločen z udarci.

Ko igralec v napadu preteče celoten krog štirih baz, za svojo ekipo zabeleži tek. Udarce v polje delimo glede na to, koliko baz pri tem osvojimo:

- udarec v polje za eno bazo (angl. single),
- udarec v polje za dve bazi (double),
- udarec v polje za tri baze (triple),
- domači tek (homerun).

Domači tek se odbijalcu pripiše, če žogo odbije za zid, ki omejuje zunanje polje (a znotraj igralnega polja) ali če preteče cel krog okoli notranjega polja, ne da bi bil pri tem izločen. Slednje dejanje se imenuje domači tek znotraj igralnega polja. Če takrat, ko odbijalec odbije domači tek, na bazah stojijo igralci nasprotnе ekipe, se slednji avtomatsko spremenijo v teke. Če odbijalec z udarcem v polje igralcu, ki stoji na eni izmed baz, omogoči, da za ekipo zabeleži tek, se mu pripiše tek, poslan domov.

Ana Velenšek, 9. a

Pravila igre

V igri nastopata dve moštvi, ki se izmenjujeta v obrambi in napadu. Tekma traja 9 menjav. V vsaki menjavi moštvo igra enkrat v obrambi in enkrat v napadu. Moštvi



ŠPORT

ŠPORT IN STRES

Učence smo povprašale, ali so v stresu, ko po televiziji spremljajo nastope slovenskih športnikov in večina jih je odgovorila pritrdilno. Pa si preberimo, kaj najpogostejše povzroča stres pri naših gledalcih:

- Večina jih je neučakanih pred objavo rezultatov.
- Nastopi naših športnikov jih spominjajo na njihove lastne nastope.
- Mnogi se bojijo, da bi naše športnike kdo prehitel.
- Gledalci želijo, da Slovenija vedno zmaguje. To stres le še stopnjuje.
- Pojavlja se strah, da bi se športniki poškodovali.
- Nekatere skrbi, da Slovenci ne bodo dovolj dobri za zlato.

Mlajši učenci so nam med drugim tudi zaupali, da so med nastopi športnikov zelo nestrpni in pod pritiskom ter da želijo, da je Slovenija vedno najboljša. Včasih med prenosom športnih dogodkov celo ugasnejo televizijo in končne rezultate raje preverijo na spletu. Če uvrstitve športnikov niso dobre, so zelo potrti.

Seveda pa vsi vemo, da so naši športniki odlično pripravljeni in da v svoje nastope vložijo neizmerne količine energije. Vsem športnikom zato želimo še obilico odličnih dosežkov, gledalci pa obljublamo, da jih bomo še vnaprej podpirali in navijali zanje.

Pripravile: Manja Čokl, Pija Štiglic in Tina Selič, 6. b

PRVA KNJIGA

Ko knjigo sem prvo v roke dobila,
vedela nisem, kaj z njo bi storila.
Jo listam, jo gledam, vse slike, vse črke.
O, glej, ta možak ima celo brke!

Ta slon je zelen, krokodil pa je plav.
Ne vem, če v tej knjigi vse lepo je in prav.
Pa vendar sem celo z veseljem prebrala,
nobena ni stran neodprta ostala.

Na koncu sem branja še ugotovila,
da knjigo napisala dobra je vila,
ki od vsega si najbolj le to je želela,
da jaz bi ob branju lepo se imela!

Kaja Zorc, 9. a

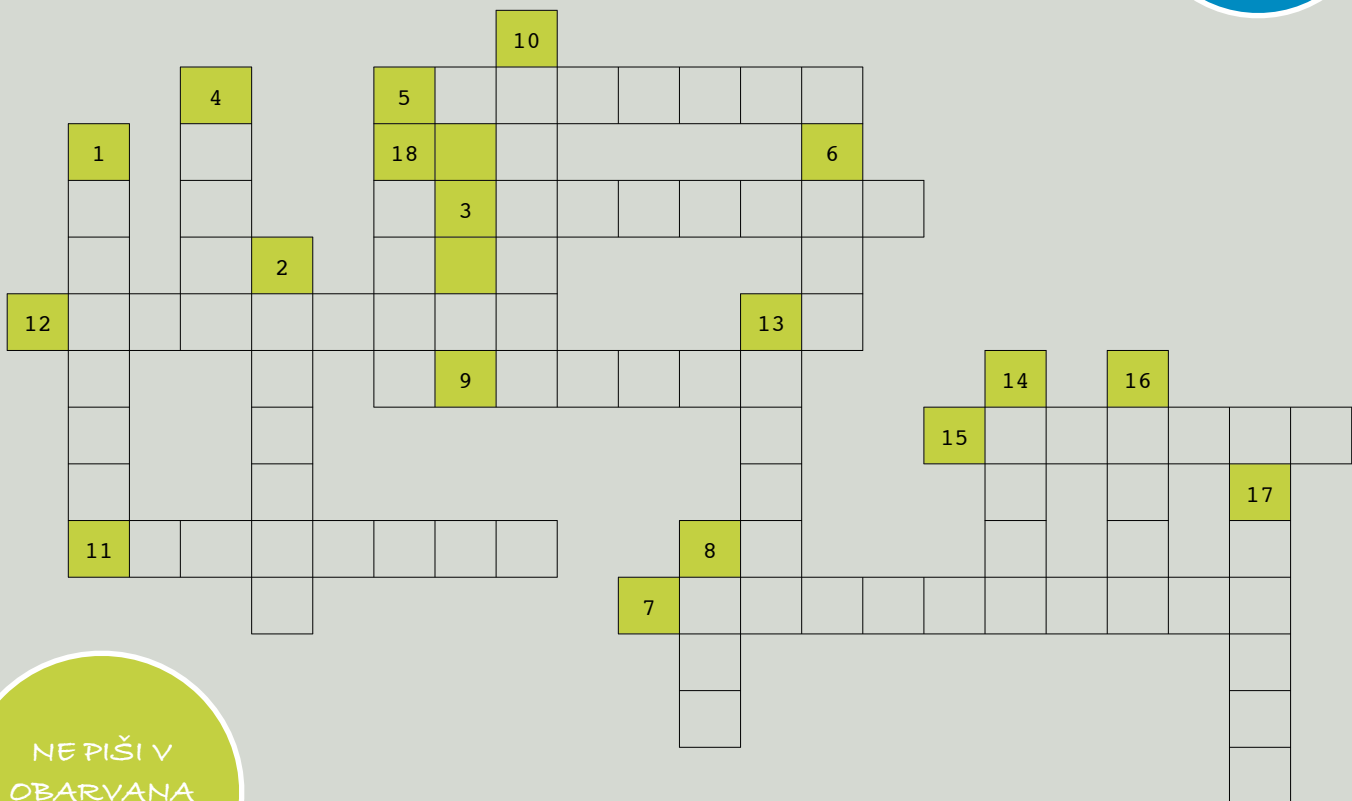


ŠPORT V KNJIŽNICI:



ŠPORTNA KRIŽANKA

ŠPORT



NE PIŠI V
OBARVANA
POLJA!

NAVPIČNO:

1. Z njim igramo tenis.
2. Igralec, ki brani gol.
4. Z njo igramo nogomet, rokomet ...
6. Zadelek pri košarki.
8. Zadelek pri nogometu.
10. Najbolj priljubljen moški šport.
13. Del opreme za smučanje.
14. Oblačilo, ki ga nosijo tekmovalci med nastopom.
16. Ime skupine slovenskih smučarskih skakalcev.
17. Najboljši slovenski biatlonec (Fak).
18. Najboljša smučarka na svetu (Maze).

VODORAVNO:

3. Igra na mivki.
5. Pri tej igri moraš zadeti gol z roko.
7. Ritmična _____.
9. Igra z loparjem.
11. Najboljši slovenski smučarski letalec (Robert).
12. Pri tem športu se uporabljajo kopalke.
15. Dvojni _____ (pri veslanju).

Aleksandra Keše, Klara Golež, Nika Belina, 8. b

ŠPORTNA MODA ZA PUNCE IN FANTE

S takšno noro dobro športno kombinacijo ne boš nikoli zgrešila! Trenirka s potiskom, »odštekana« majica, športni čevlji, za piko na i pa torbica. Enostavno TOP!



Leopardji vzorci so spet v modi, zato boš vsekakor največja modna »faca« z leopardjimi hlačami in čevlji, zraven pa seveda ne pozabi zanimive majice in torbice!

e-KNJIGA FERLEŽEV MLIN

V lanskem šolskem letu smo v okviru projekta Popestrimo šolo izdelali e-knjigo z naslovom Ferležev mlin. V knjigi smo predstavili Ferležev mlin, njegovo zgodovino in delovanje, kamnolom mlinskih kamnov, ki se nahaja v neposredni bližini mlina, ter pot pšeničnega zrnja od žetve do dišečega kruha. V e-knjigi si lahko ogledate notranjost mlina, opazujete delovanje mlinskih kamnov in še mnogo drugega. Na koncu pa lahko preverite še svoje znanje. Prednost e-knjige je v tem, da poleg besedila in fotografij vsebuje tudi videe in interaktivne sheme, ki bralcu omogočajo, da še podrobneje in slikoviteje spozna temo. Naša e-knjiga je brezplačna in dosegljiva za pametne telefone in tablične računalnike na iTunes-ih. Priporočamo branje!



Majica nevtralne barve in trenirka,
športne hlače in nore, pisane adidaske.
To je zadetek v polno!



Vsekakor pa boste najbolj »kul« z
unikatno majico, črtastimi športnimi
hlačami in modernimi čevlji.



Neja Kramp Mastnak, 8. a

ŠPORT V KNJIŽNICI:



LETALSTVO

Letalstvo ali letalski transport je panoga, ki zajema motorizirane polete in letalsko industrijo. Deli se na tri skupine: komercialno, splošno in vojaško letalstvo.



SLOVENCİ V LETALSTVU

Brata Rusjan uvrščamo med začetnika izdelovalcev letal na območju osrednje Evrope. Prvi polet sta opravila 25. 11. 1909 v okolici Gorice. Letalo sta poimenovala EDA 1 – po Edvardu Rusjanu. Po njem se tudi imenuje zdajšnje letališče v Mariboru (Letališče Edvarda Rusjana Maribor).

konstruktor v letalski industriji. Sodeloval je pri izgradnji enega najmodernejših letal v času pred prvo svetovno vojno. V današnjem času pa imamo Slovenci svetovno znano tovarno, ki se ukvarja z izdelovanjem ultralahkih letal.

SAMO ZA
PRAVE MOŠKE

Stanko
Bloudek je
bil prvi
slovenski
poklicni



REVOLUCIJA LETALSTVA

Med 1. in 2. svetovno vojno se je začela bliskovita proizvodnja letal, ki so postajala vse zmogljivejša in uporabnejša. Omogočala so prevoze ljudi in tovora na dolge razdalje.

Sčasoma pa se je tehnologija letalstva tako razvila, da letališča v vsakem velikem mestu na dan sprejmejo več kot sto letal, nekatera pa tudi več tisoč. Največje letališče na svetu je londonsko letališče Heathrow.

Zelo pereč problem letalskega prometa je onesnaževanje okolja.

Žiga Pinter, 9. a

ZA BISTRE GLAVE

- Začetki letalstva segajo že v 13. stoletje.
- Do ideje za letala so prišli z opazovanjem ptic.
- Tudi slavniti umetnik Leonardo da Vinci je skiciral celo vrsto modelov prvih zračnih plovil.
- Sir George Cayley je z izdelavo prvega jadralnega letala zapisan v zgodovino kot »oče letalstva«.
- V času prve svetovne vojne so v ospredje prihajala motorna letala.

PIPISTREL



SMEH JE POL ZDRAVJA

RAZVEDRILO

REZULTAT

Mož je med gledanjem rokometne tekme na kavču zaspal. Žena ga je zbudila, rekoč: »Vstani, 22.45 je že!«
»Za koga?« je vprašal mož.

ZADNJE BESEDE

Alpinist je tik pred koncem izjavil: »Ti karabini pa so bili resnično poceni!«

KOŠARKA IN DRAMA

Zakaj je obisk drame boljši od obiska košarkarske tekme?

V drami že vnaprej veš, ali boš gledal komedijo ali tragedijo!

ŽIVI ZID

Zakaj mrliči ne igrajo nogometa?
Ker ne morejo postaviti živega zidu.

POŠTA

Mož je bil tik pred odhodom na enotedensko smučanje in žena ga je na vratih skrbno vprašala: »Ali ti pošto, tako kot lani, pošiljam v bolnišnico?«

SREČNEŽ

Kako prepoznaš srečnega kolesarja?
Po tem, da ima mušice med zobmi.

PREDOLGA POT

»Pot od garderobe do ringa je predolga!«
se pritoži boksar.
»Ne skrbi,« reče njegov manager, »saj te bomo nazaj tako in tako nesli.«

LENOBA

Veliki lenobi, ki je morala prvič skočiti s padalom iz letala, so dajali še zadnja navodila: »Skočiš iz letala, šteješ do tri, potegneš tole ročko in padalo se odpre.«
Lenoba skoči iz letala, a padalo se ne odpre in nesrečnik pade na zemljo.
Reševalno vozilo z reševalci je takoj na mestu nezgode in bolničar, ki pristopi k nesrečniku zasliši, kako ta zašepeta:
»Tri.«

DEBELINKO

Krepak možki, ki je imel kakšnih 150 kg, je razlagal prijatelju, kako se uči igrati tenis.
Takole je dejal: »Moji možgani ukažejo mojemu telesu, naj se obrne na desno in nato odbije žogo preko mreže.«
»In potem?« je vprašal prijatelj. »Kaj se zgodi?«
Debelinko mu je žalostno obrazložil, da po prejetem ukazu njegovo telo običajno vpraša:
»Kdo? Pa menda ne jaz?«

Nastja Pušnik, 7. a

INTERVJU V ŠOLSKI KUHINJI

Članice novinarskega krožka smo se odpravile v šolsko kuhinjo ter opravile intervju z našim kuharjem, g. Tomažem Arzenškom.

1. Kako je delati v novi kuhinji? Ali so kakšne razlike v primerjavi z delom prej?

Delo v novi kuhinji poteka dobro. Smo tudi bolj tehnično opremljeni kot prej, več je prostora. Skratka, bolje je za vse nas, zaposlene v kuhinji, in tudi za učence in učitelje.

2. Koliko vas je zaposlenih v kuhinji? Kako si porazdelite delo med seboj?

V kuhinji smo zaposleni trije. Delo je razdeljeno tako, da poteka čim bolj gladko in brez zapletov.

3. Koliko obrokov pripravite dnevno?

Dnevno pripravimo 400 malic, 270 kosil, 20 dietnih obrokov in 30 popoldanskih malic.

4. Katero jed skuhate največkrat? Katera je najbolj priljubljena?

Mislim, da se največ pripravljajo testenine, veliko pa je tudi svežega sadja in zelenjave (šola je vključena v shemo EU-sadja). Za malico so na razpolago domači namazi, tople mlečne jedi, enolončnice ... Najraje

pa tako veste, kaj jeste – ocvrt krompir in ocvrte zrezke.

5. Ali imate kakšne težave pri pripravi obrokov (diete ...)?

Diete so problem. Je veliko različnih in jim je potrebno nameniti veliko pozornosti in natančnosti. Diete so nadstandard naše šole. Vse šole namreč ne ponujajo te možnosti.

6. Kdo vam daje ideje za pripravo jedilnika?

Zaposleni v kuhinji jedilnik sestavljamo skupaj s pomočjo ge. Darje Šarman in devetošolcev pri predmetu prehrana (gospodinjski pouk).

7. Ali vam priprava hrane vedno uspe?

Največkrat uspe, a ker se vsi kdaj pa kdaj zmotimo, tudi jaz včasih nisem najbolj zadovoljen s kakšnim izdelkom. Trudimo pa se, da je na mizi vedno le najboljše.



**Tomaž
Arzenšek**

8. Kakšen je obratovalni čas kuhinje?

Kuhinja se odpre ob 5. uri zjutraj, ko začnejo prihajati živila in se zapira okoli 15. ure, ko sodelavka konča s čiščenjem kuhinjskih prostorov.

9. Se vam zdi delo naporno?

Delo je naporno, a lepo, razgibano in zanimivo.

10. Zakaj ste izbrali ta poklic? Kdo vas je navdušil zanj?

Za poklic sem se odločil spontano, tako da neke posebne spodbude nisem potreboval. Poklic kuharja je lep poklic.

**NADALJEVANJE
NA NASLEDNJI
STRANI**

ŠPORT V KNJIŽNICI:



11. Ali pri pripravi jedi upoštevate načela zdrave prehrane?

Seveda. Ker sam skrbim za nabavo živil, pri tem tudi pazim, da so v največji možni meri slovenskega izvora. Pri tem imam tudi podporo gospoda ravnatelja. Skrbimo, da čim več hrane pripravimo sami (namazi, peciva, napitki ...).

12. Kaj se zgodi z ostanki hrane?

Ob problemih z boleznijo »norih krav« se morajo vsi organski odpadki odvažati v posebej zato namenjene obrate. Odvoz je urejen s predpisi že več kot deset let.

13. Kakšen je odnos učencev do hrane? Lahko primerjate stanje sedaj in nekoč?

To je odvisno od vsakega posameznika posebej, večina pa se obnaša lepo. Se pa vedno najde kdo, ki ga malce »zanese«. Pozna se, da v tem času negotovosti in krize tudi otroci bolje jeste.

14. Z veseljem okušamo vaše nove jedi. Kdo vam daje zamisli zanje?

Ideja tu, ideja tam, želje ... Mislim, da imamo kar pestre jedilnike, ki jih dopolnjujemo v skupno dobro. Upam, da

nam še uspe nabaviti solatni bife. Tako bo še bolje in bo izbira še pestrejša.

15. Kaj pa vaše kuhanje doma? Morate tudi doma poprijeti za kuhalnico?

Seveda. Ker moja žena še študira, mi ne preostane nič drugega kot to, da kdaj pa kdaj »objamem« štedilnik. To mi ne predstavlja nobenega problema.

16. Kako naši dežurni učenci opravljajo svoje delo?

Po večini so pridni, le včasih jim naredite malo preveč nereda.

17. Zakaj morate pri svojem delu uporabljati uniformo?

Uniforma mora biti za kuharja sveta. Kuhar je urejen, čist, pristriženih nohtov ... Urejenost se od kuharja zahteva, ker ima opravka z živili, ki jih ljudje zaužijejo. Verjetno bi nas gledali bolj žalostno, če bi vam stregli hrano v pajacu iz avtomehanične delavnice. Urejenost in higiena so osnova pri pripravi hrane, tako v službi kot tudi doma, ko kuhate za svoje otroke, družino ...

Ob zaključku intervjuja smo se mlade novinarke zahvalile g. Arzenšku, da si je vzel čas in odgovoril na naša vprašanja ter mu zaželele še obilo ustvarjalnosti pri kuhanju.

Nastja Pušnik, Nina Jug in Sergeja Gaberšek, 7. a

ZDRAV ŽIVLJENJSKI SLOG

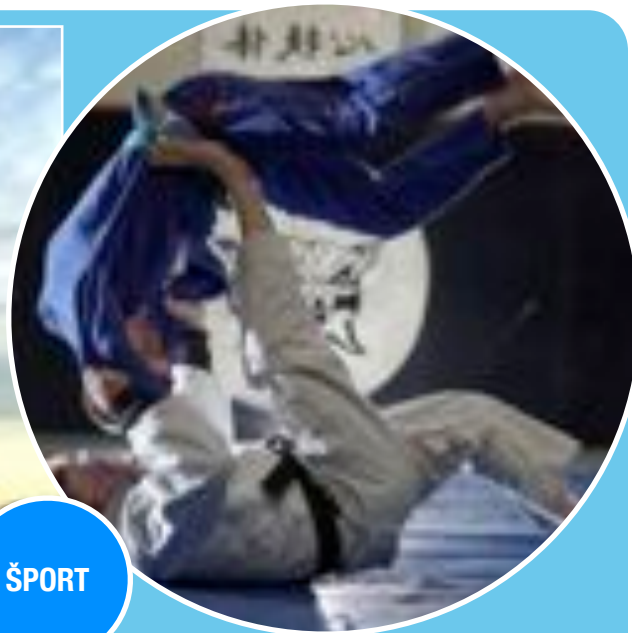
Gibanje je osnovna človekova potreba. Redno in zadostno gibanje posamezniku prinaša vrsto pozitivnih koristi skozi vsa starostna obdobja, med drugim varuje in krepi človekovo zdravje, tako telesno kot duševno. Redno in zadostno gibanje je še posebej pomembno pri otrocih in mladostnikih, saj vpliva na njihov celostni razvoj. Pri otroku, ki se bo redno in dovolj gibal, bo to pozitivno vplivalo na razvoj in zdravje kosti in sklepov, mišic, motoričnih sposobnosti (hoja, tek, skakanje, poskakovanje, preskakovanje, plezanje, metanje), med

tem ko igre z žogo vplivajo na razvoj finomotoričnih sposobnosti, ki jih otrok potrebuje za pisanje in risanje (Zurc, 2008). Z javnim razpisom »Zdrav življenjski slog«, pod okriljem Zavoda za šport RS Planica, želimo zainteresiranim učencem zagotoviti priporočeno vsakodnevno strokovno vodeno vadbo v skladu s priporočili EU-smernic za telesno dejavnost in v skladu s Strategijo Vlade RS na področju telesne (gibalne) dejavnosti za krepitev zdravja od 2007 do 2012, ki ima pozitivne učinke na zdravje otrok ter odpravlja posledice negativnih vplivov sodobnega načina življenja.

Klemen Gosar, prof. športne vzgoje

BORILNE VEŠČINE

Borilne veščine ali umetnosti bojevanja so sistemi urejenih metod vadbe telesa in tudi duha z namenom učinkovitega bojevanja, tako golorokega kot tudi oboroženega. Pojem se dandanes uporablja predvsem v povezavi z golorokimi azijskimi borilnimi veščinami, čeprav v resnici zajema raznolike veščine bojevanja z vsega sveta.



ŠPORT

Razvoj borilnih veščin

Raznolikost borilnih veščin je velikanska, čeprav imajo mnoge skupne poteze in principe. Borilne veščine spremljajo človeštvo po različnih koncih vsega sveta že od prazgodovine. Spopadi med ljudmi, tako oboroženi kot goloroki, so od neurejenih in preprostejših načinov borbe sčasoma privedli do izoblikovanja urejenih in kompleksnih sistemov z namenom hitre in učinkovite obrambe in prevlade nad nasprotniki. V največji meri so bili sprva o borilnih veščinah poučeni namensko izurjeni deli prebivalstva – vojščaki. Sčasoma so se razširile tudi med del splošnega prebivalstva, in sicer predvsem z namenom samoobrambe.

Mnogo sistemov je poleg samih borilnih gibov in rokovanj z orožji

hitro vključilo tudi

ločeno **vadbo**

osebnosti in duha

(verska izobrazba, družboslovje, dihalno-meditacijske vaje) samega vojščaka, s kopičenjem znanj o delovanju človekovega telesa, pa tudi znanja z medicinskega področja (masaže, akupunkturo, zdravilstvo in zeliščarstvo). Tako je vojščak lahko deloval še učinkoviteje. Vadba borilnih veščin je zaradi zapletenosti in raznovrstnosti lahko trajala več let. V izogib izgube prednosti pred nasprotniki je bilo znanje borilnih veščin (tako v ustni kot v pisni obliki) pogosto skrbno varovana skrivnost, ki je bila v celoti podana le redkim izbrancem.

Borilne veščine niso bile le sredstvo prevlade in obrambe pred nasprotniki zunaj meja določene dežele, temveč so v primeru širitve

med večji del izkoriščenega in nezadovoljnega prebivalstva predstavljale nevarnost vladajočemu sloju znotraj same dežele. Zato so bile borilne veščine in njihovo poučevanje strogo **nadzorovane**. Posledica tega je bila mnogokrat začasna ali trajna **preobrazba** v (na videz) nebojevnike aktivnosti (ples, obredi, umetniške veščine ...) z namenom ohranitve znanja. V mirnejših zgodovinskih obdobjih so zaradi mnogih razlogov borilne veščine pogosto izgubile veljavo in mojstri določenih oblik veščin so lahko ostali brez učencev, na katere bi lahko prenesli svoje znanje.

Vsem veščinam, tako v preteklosti kot v sedanjosti, pa je skupen **dinamičen proces** nenehnega razvoja obstoječih metod in dopolnjevanje z novimi;

Pasovi in stopnje

Kano je v judo z namenom beleženja napredovanja osvojenega znanja učencev uvedel sistem zaporednih stopenj in pasov. Ju-jutsu takega sistema pred tem ni poznal, pasove so nadomeščale pisne licence in priznanja. Sprva je bil sistem zelo preprost (beli in črni pas), a sčasoma so ga Kano in drugi nadgradili.

Stopnje se delijo na:

- **kju** – šolske oz. osnovne stopnje in
- **dan** – mojstrske oz. nadaljevalne stopnje.

Vsaka stopnja se podeli učencu po uspešno opravljenem preizkusu znanja in se označuje z določeno barvo pasu.

Prvotno je judo vseboval sledeči sistem:

brez stopnje	= beli pas (začetnik)
6. kju–4. kju	= beli pas (učenec)
3. kju–1. kju	= rjavi pas (učenec)
1. dan–3. dan	= črni pas (mojster)

gonilo v ozadju je izoblikovanje za določen namen. Vendar že zaradi raznolikosti potreb in namenov skozi čas to nikoli ni bila in ne more biti ena sama večšina.

Zgodovinski izvor

Izvor borilnih veščin je tema, o kateri je na voljo še premalo zgodovinskih podatkov za oblikovanje popolne predstave; tako je ta tema vir nenehnih razprav in razhajanj.

Sam pojem »borilne veščine« je tako **obsegajoč**, da je celotno gledano izvorov mnogo, saj so borilne veščine povezane z razvojem človeških civilizacij in geografskih regij sveta, mnogo ljudstev pa je sprva razvilo



svoje vrste borilnih veščin neodvisno od drugih ljudstev. A kakor hitro je prišlo do stikov med različnimi ljudstvi (tako vojaških kot gospodarsko-kulturnih) se je začel proces medsebojnega izmenjevanja dobrin in znanja – tudi na področju borilnih veščin. Ta je še dodatno okrepil naraven dinamični proces razvoja veščin, katerega posledice so oblikovanje, preoblikovanje z odvzemanjem ali dodajanjem znanj, pa tudi izginevanje mnogih oblik borilnih veščin. Proces je stalen, saj je potekal v preteklosti in se nadaljuje tudi danes. Tako se nenehno razvijajo različice izvornih borilnih veščin. Mnoge veščine so še danes pomembna in varovana

zgodovinsko-kulturna tradicija določenih regij sveta.

Judo

Judo je moderna japonska borilna veščina, ki se je razvila konec 19. stoletja iz več japonskih tradicionalnih oblik ju-jutsuja. Njen začetnik je Džigoro Kano. Judo je goloroka borilna veščina, ki vključuje borbo stoje in na tleh. Metov, padcev, vzvodov in udarcev z rokami in nogami pa judo ne vsebuje. Tako je na prvi pogled zelo podoben rokoborbi in je v osnovi ena izmed najbolj razširjenih oblik le-te.

S svojo sistematično urejenostjo vsebine in vadbe je bil judo začetnik, hkrati pa tudi vzor mnogih kasnejših modernih japonskih borilnih veščin.

Izvor imena

Beseda **judo** je sestavljena iz besede »ju« (nežnost, mehkoba, uglajenost) in »do« (pot, način, načelo). V prevodu pomeni »**mehka pot**«, »pot nežnosti«, lahko tudi »pot sproščenosti« ali »pot prilagodljivosti«. Vsi ti prevodi pa ne izražajo miselnosti, ki jo vsebuje judo, in sicer, da nasprotnika porazimo s preusmeritvijo njegove lastne sile in da se uspešno prilagajamo trenutnim pogojem. Judo prav tako vsebuje vidik optimalne učinkovitosti, saj za borbo z nasprotnikom ni potrebna le gola moč in teža.

Sergeja Gaberšek, 7. a

Postopno se je sistem **nadgradil** in vključil več raznobarnih pasov in večje število mojstrskih stopenj. Različne judo organizacije po svetu so sistem prilagodile svojim potrebam, tako da ponekod nima enotne podobe glede barv pasov in števila stopenj.

Pogosto je sledeč sistem:

brez stopnje = beli pas (začetnik)
8. kju = rumeno-beli pas (učenec)
7. kju = rumeni pas (učenec)
6. kju = rumeno-oranžni pas (učenec)
5. kju = oranžni pas (učenec)
4. kju = oranžno-zeleni pas (učenec)
3. kju = zeleni pas (učenec)
2. kju = modri pas (učenec)
1. kju = rjavi pas (učenec)
1. dan–5. dan = črni pas (mojster)
6. dan–8. dan = rdeče-beli pas (mojster)
9. dan = rdeči pas (mojster)
10. dan = beli pas, dvojna širina (mojster)

Najvišja stopnja, **10. dan**, ni formalna stopnja in se podeljuje kot priznanje posameznikom za doživljenjsko delo v judu ali pa za posebne zasluge. Do sedaj je bilo podeljenih 15 takih priznanj, nazadnje januarja 2006. Zadnji trije prejemniki so hkrati tudi edini še živeči nosilci te stopnje. Neglede na število stopenj pa je v judu prisoten vidik, da se učenje v resnici tudi pri najvišji doseženi stopnji nikoli ne konča (kar simbolično ponazarja bela barva najvišje stopnje) in da je šele prva mojstrska stopnja, 1. dan, začetek resničnega spoznavanja veščine.

Motnje hranjenja

Šestošolci pri pouku gospodinjstva spoznavamo živila, iščemo podatke o hranilni in energijski vrednosti živil, primerjamo različne vrste prehranjevanj, najraje pa kuhamo in pokušamo jedi, ki smo jih pripravili. Ko nam je učiteljica povedala, da lahko prehranjevanje predstavlja za mladostnike način izražanja težav, smo začeli raziskovati. Našli smo veliko informacij, ki jih želimo posredovati tudi vam.



Želja po privlačnem telesu deklice, dečka, kasneje pa tudi ženske in moškega, pogosto vodi do pomanjkljive prehrane, pretiranih diet, prekomerne vadbe in motenj hranjenja.

Oseba, ki trpi zaradi motenj hranjenja, izraža svoje čustvene težave s spremenjenim odnosom do hrane in hranjenja. Najbolj raziskane motnje hranjenja, ki jih danes opredeljujejo kot bolezni, so: anoreksija, bulimija in kompulzivno prenažedanje.

Oseba z **anoreksijo** čuti neobvladljiv strah pred debelostjo, ki se ne zmanjša niti ob zniževanju telesne teže. Ves čas je prepričana, da je debela, četudi so v resnici že izražene telesne posledice podhranjenosti.

Kako pri osebi prepoznati težavo?

- Drastičen padec teže.
- Oblačila v več slojih, z namenom skrivanja padca telesne teže.
- Obsedenost s težo, hrano, kalorijami, z maščobami in dietami.

– Zanikanje občutka lakote in izpuščanje obrokov.

– Pretirana športna aktivnost, navkljub vremenu, utrujenosti, poškodbi, bolezni ...

– Zavračanje resnosti problema nizke telesne teže.

Pri osebi z **bulimijo** se izmenjujejo obdobja prenažedanja in različni neustrezni mehanizmi zmanjševanja telesne teže (bruhanje, jemanje odvajal in/ali diuretikov, stradanje, pretirana telesna aktivnost). Prisotna je obsedenost z obliko svojega telesa, telesno težo in stalen strah pred debelostjo ter občutki pomanjkljivega nadzora nad lastnim hranjenjem.

Kako pri osebi prepoznati težavo?

– Dokazi prenažedanja so: poraba ali izginotje večjih količin hrane v kratkem časovnem obdobju – za osebo prevelikih količin hrane.

– Dokazi bruhanja: pogosto odhajanje v kopalnico po obrokih, znaki in vonj po bruhanju, najdena embalaža

odvajal ali diuretikov.

– Prekomerno uživanje vode.

– Pretirana športna aktivnost, navkljub vremenu, utrujenosti, poškodbi, bolezni ...

– Žulji na zadnji strani dlani ali prsta zaradi izzvanega bruhanja.

– Rumenkasto obarvani zobje.

Oseba z **motnjo kompulzivnega prenažedanja** se prenažeda (nažira, baše) s hrano, ob tem ima občutek izgube nadzora nad lastnim hranjenjem. Obdobjem prenažedanja pa ne sledijo mehanizmi za zniževanje telesne teže.

Kako pri osebi prepoznati težavo?

– Poraba ali izginotje večjih količin hrane v kratkem časovnem obdobju in prazna embalaža, ki kaže na porabo prevelikih količin hrane.

– Odtujena, skrita ali najdena hrana na nenavadnih mestih.

– Zakrivanje telesa z vrečastimi oblačili.

– Obdobja nekontroliranega, impulzivnega ali neprestanega uživanja hrane, ki presegajo točko občutka sitosti.



Nevarnosti in bolezni, ki jih povzročajo motnje hranjenja, so podhranjenost, dehidracija, pomanjkanje vitaminov in mineralov, krvavenje v prebavilih, suha koža, izpadanje las, krči, napihnjenost, zaprtje, driska, zobna gniloba, bolezni dlesni, sladkorna bolezen, odpoved ledvic ...

Pri osebah z motnjami hranjenja morajo strokovnjaki ugotoviti ozadje oziroma dejavnike in vzroke, ki so povzročili nastanek bolezni. Motnje hranjenja so ozdravljive, potrebno pa je veliko volje, vztrajnosti, truda in podpore s strani staršev, prijateljev in okolice.

Šokantna statistika:

– V ZDA se skoraj 10 milijonov žensk in 1 milijon moških v življenju spopada z motnjo anoreksije ali bulimije, več milijonov pa s kompulzivnim prenajedanjem.

– 42 % deklic od 1. do 3. razreda razmišlja o svoji postavi in o tem, da želijo biti suhe (Collins, 1991).

– Več kot polovica najstnic in tretjina najstnikov nezdravo skrbi za svojo težo z izpuščanjem obrokov, postom, kajenjem, bruhanjem, jemanjem odvajal (Neumark - Sztainer, 2005).

– Za Slovenijo imamo podatek za leto 1998, ko se je registrirano zdravilo 100 oseb, 90 % jih je bilo mlajših od 25 let.

– Po britanskih raziskavah za motnjo hranjenja oboleva od 3 do 5 oseb v vsakem razredu.

– Anoreksija ima najvišjo stopnjo smrtnosti med psihičnimi boleznimi.

– Začetki bolezni segajo v začetek pubertete in v pozna najstniško-zrela leta, prvi znaki pa se lahko pokažejo že v vrtcih pri predšolskih otrocih.

Šestošolci (Zala, Barbara, Tilen, Rok, Pija in Eva)



Za vse, ki želite izvedeti več:
<http://www.tosemjaz.net/>,
<http://www.motnje-hranjenja.si/domov.html>.

ŠPORT V KNJIŽNICI:



GLOSSARY WÖRTERBUCH

Do you know these expressions?
Kennst du diese Ausdrücke?



archery
das Bogenschießen

cycling
das Radfahren



fencing
das Fechten



rowing
das Rudern



long jump
der Weitsprung



high jump
der Hochsprung



ŠPORTNI
SLOVAR V
ANGLEŠKEM IN
NEMŠKEM
JEZIKU



OLYMPIC GAMES

The Olympic Games are held every four years. The Summer and Winter Games alternate – they each occur every four years but two years apart.

The last Olympic Games were the Summer Olympics – London 2012. The impressive opening ceremony was called “Isles of Wonder”; the Games were officially opened by Queen Elizabeth II.

The 2012 Summer Olympics featured 26 sports and 36 disciplines. Some of them were: archery, athletics, swimming, cycling, canoeing, volleyball ... There were 926 medals awarded.

The most successful country was the USA with 104 medals, the second was China with 88 medals and the third was the host, Great Britain, with 65 medals. Slovenia won 4 medals.

The next Winter Olympic Games will be held in Sochi, Russia in 2014; the next Summer Olympics, however, will be held in 2016 in Rio de Janeiro, Brazil.

Lora Šarlah, 8. a





Die
olympische
Flagge

DIE OLYMPISCHEN SPIELE

Die Olympischen Spiele sind 4000 Jahre alt. Die ersten Olympischen Spiele haben in Antikengriechenland stattgefunden. Sie wurden dafür organisiert, um die griechischen Götter zu ehren. Die ersten olympischen Disziplinen waren: Diskuswerfen, Weitsprung, Speerwerfen, Boxen, Ringkampf, Reiten, Pferderennen und Stadionlauf. Fünfkampf ist eine bedeutende Disziplin, die seit 708 vor Christus bei den Olympischen Spielen ausgetragen wurde. Nur unverheiratete, freie Männer, die sich nichts zu Schulden kommen lassen hatten, waren zu den

Wettkämpfen zugelassen. Ungefähr 400 Jahre nach Christi Geburt wurden die Spiele von dem römischen Kaiser Theodosius I. verboten. Erst 1896 wurden die Olympischen Spiele der Neuzeit zum ersten Mal wieder ausgetragen, und zwar in Athen.

Die Flagge

Die olympische Flagge entstand 1913. Der Franzose Pierre de Coubertin hat sie entworfen. Die fünf Ringe an der Flagge bedeuten fünf Kontinente. Zum ersten Mal wurde die Flagge bei den olympischen Spielen 1920 in Antwerpen (Belgien) verwendet.

Simon Huzjak, 9. a in
Peter Gradič, 9. b

pole vault
der Stabhochsprung



javelin throw
der Speerwurf



hurdles
der Hürdenlauf



bobsleigh
der Bob



cross-country skiing
der Skilanglauf



figure skating
der Eiskunstlauf



ice hockey
das Eishockey



ski jumping
das Skispringen



Lora Šarlah, 8. a

4 BEST WINTER ATHLETES IN SLOVENIA

Tina Maze

Born on 2 May 1983 in Slovenj Gradec. At the age of one she moved to Črna na Koroškem with her parents. After primary school she signed in high school and in that time she won her first and second place with 125 and 121 numbers in women's B team. Through her career she has won World Cup 11 times, which means that she is currently the most successful alpine skier in Slovenia. This season she won a record number of World Cup points, that's 2414. Fantastic! She improved Hermann Maier's record.



Robert Kranjec

Born on 16 July 1981 in Ljubljana. He is a Slovenian ski jumper who has competed since 1998. He won a bronze medal at the 2002 Winter Olympics in Salt Lake City in the Team Large Hill event. He belongs to the world's best active ski flying athletes. On 25 February 2012 he won the Ski-Flying World Championship and thus became the Slovenia's third World Champion in ski jumping and the first in ski flying. He also set a new national record.



Filip Flisar

Born on 28 September 1987 in Maribor. He is a Slovenian freestyle skier, competing in ski cross discipline. He started as an alpine skier in fast disciplines. He competed in two FIS Junior World Ski Championships and a couple of FIS Ski European Cup events but with no success. So he rather joined FIS Freestyle Skiing World Cup. On 11 January 2012 in Alpe d'Huez he won his first World Cup victory. He won two more World Cup races in that season. In 2011-12 season he won the discipline title in ski cross and was 5th in Overall. On 13 December 2012 in Telluride he won World Cup race. He has four World Cup wins in total.



Žan Košir

Žan Košir is currently one of the best Slovenian snowboarders. He is boarding in the parallel slalom discipline and training under the guidance of club SBC Bled. To play in the highest level, for example, World Cup, he was often in his career already through to the finals. He has also his first Winter Olympics in Vancouver (2010) where he won an excellent sixth place which matched the best Slovenian achievement, which is in Turin in 2006 achieved by the best Slovenian snowboarder, now retired Dejan Košir.



5 MIN ZA
JEZIKE

GLASBA

POMEN:

Od 19. st. naprej je to zborovska glasba brez instrumentalne spremljave, samo vokal.



Sredi zvezd

V Žalcu je vsako leto festival vokalne zabavne glasbe, ki se odvija v sredini maja. Sodelujejo vokalne a cappella skupine. Zmagovalce določijo po izboru žirije in občinstva.



Znani svetovni izvajalci a cappella glasbe:

- Pentatonix,
- On the rocks.

Znani slovenski izvajalci a cappella:

- Perpetuum Jazzile,
- Oktet devet.

Teja Vončina in Nuša Vešligaj, 9. b



MED DVEMA OGNJEMA

Igra med dvema ognjema je zelo priljubljena igra med učenci. Tudi naš razred jo najraje igra pri uri športne vzgoje. Nekateri tekmujejo tudi v ŠKL MDO.

To je igra dveh ekip. Na tekmovalnem tekmuje šestnajst igralcev, in sicer osem fantov in osem deklic. Vsaka ekipa izbere svojega odposlanca, ki stoji za črto nasprotne ekipe. Ekipi stojita med dvema ognjema, kar

pomeni, da jih zadevajo z dveh linij, in sicer nasprotniki iz polja in nasprotniki za zunanjo črto. Ekipa, ki zbije več igralcev, zmaga. Igra se igra petnajst minut. Če je na koncu v polju na obeh straneh enako število tekmovalcev, določi sodnik podaljšek, navadno pet minut. Če je v nasprotni ekipi en igralec manj, jim sodnik določi eno življenje. Vsaka ekipa ima vsaj dve rezervi, če se kateri od igralcev poškoduje. V tem primeru poškodovanega igralca nadomesti ena od omenjenih rezerv. Če kateri od igralcev naredi prestop čez črto, žogo dobi nasprotna ekipa. Ko igralec v polju naredi tri prestopke, je izključen iz igre. Pri igri so boljši igralci postavljeni vedno v ospredje, da lahko mečejo žogo in zbijajo tekmovalce nasprotne ekipe. Slabši igralci so postavljeni zadaj, da lahko lovijo žogo. Dokler ni zbitih že vsaj pet tekmovalcev (ene ekipe), je žoga vedno odposlančeva.

Zmaga ekipa, ki zbije vse nasprotne igralce ter odposlanca, ki ima dve življenji. Na tekmovalnih pa se igra tudi na čas. V primeru, da niso zbiti vsi igralci ene ali druge ekipe, odloči število igralcev, ki so ostali v polju.

Če igralci igrajo pravično oziroma fair play, dobijo poseben pokal za pošteno igranje. V primeru, da se igralec neprimerno vede do sodnika ali nasprotnih igralcev, je najprej opozorjen, nato pa izključen iz igre.

Radi igramo med dvema ognjema!

Maja Leban, Iva Jagodič, 5. a

ŠPORT

5 MINUT ZA SPROSTITEV MED ODMORI

Učenci podružnične šole Kalobje smo vam pripravili nekaj predlogov, kako se sprostiti in razgibati telo med odmori. Vsako vajo večkrat ponovi.



Stopi 2 koraka za stol, z rokami se primi naslonjala in se prikloni. Čim bolj poravnaj hrbet.



S sošolcem se postavita s hrbtoma drug ob drugega. Roke v komolcih prepletita. Eden naj se prikloni in drugega dvigne na svojem hrbtu. Nato se izmenično raztegujeta.

Sedi na stol, primi se za rob stola in hrbet poravnaj z naslonjalom. Telo dvigni čim višje od stola.



Na glavo položi knjigo in jo poskušaj čim dlje obdržati na glavi, ne da jo držiš z rokami. Lahko naredite razredno tekmovanje, komu bo uspelo najdlje obdržati knjigo na glavi.



S sošolcem sedita na rob mize. Peresnico si podajajta preko glave. Peresnico si predajta iz rok v roke.

Stopi za stol, primi se naslonjala in čim višje poskoči.



Uleži se na stol in dviguj čim višje v zrak stegnjene roke in noge.

S sošolcem sedita na mizo drug proti drugemu. Primita se za roke tako, da so te iztegnjene. Izmenjajte previdno vlečita drug drugega.



Pred stol sedi z iztegnjenimi nogami. Opri se z rokami na tla in dviguj noge na stol in preko stola.

KITAJSKA

Kitajska je tretja največja država na svetu. Ima kar 1,3 milijarde prebivalstva. Prebivalci so majhne rasti in imajo črne lase ter rjave oči. Glavno mesto Kitajske je Peking. Večina Kitajcev govori kitajsko in angleško, sicer pa imajo v državi 56 narečnih jezikov. Ti ljudje se med seboj razumejo le po pisavi, ker imajo izgovorjavo zelo različno.

Kitajski zid meji med Kitajsko in Mandžurijo. V kitajski zid so tiste delavce, ki so zaradi prenapornega dela umrli, kar zazidali. Zato temu zidu rečemo tudi »zid žalosti in krvi«. Kitajski cesar Qin Ši Huang je ukazal svoji vojski, naj naredi glineno vojsko, da ga bo ščitila, ko bo umrl. Vojsko naj bi

sestavljalo 8.000 glinenih vojakov. Vojsko, ki je bila skrita pod zemljo, naj bi odkrili kmetje, ko so kopali vodnjak.

Prepovedano mesto je eno največjih in hkrati najveličastnejših znamenitosti na Kitajskem. Nahaja se v Pekingu. Je največji kompleks palač na svetu, saj ga sestavlja 980 še stoječih zgradb.

Prepovedano mesto je bilo zgrajeno v 15. stoletju. V njem je živela cesarska družina. Vanj niso smeli

vstopati drugi ljudje, zato ima tudi takšno ime.

Kitajska je meni najljubša država, kar sem jih obiskala, ker ima veliko zgodovinskih znamenitosti in prijazno prebivalstvo. Na potovanju sem obiskala veliko mest: Peking, Šanghaj, Xian ... Na Kitajskem se je bilo zelo lepo sprehajati v vrtovih Ju. Tam so različne rastline in kamni. V te vrtove so hodili cesarji in njegovi sorodniki na oddih.

Hrana je zelo drugačna od slovenske, ampak okusna. Prepletajo se različni okusi. Zanimivo je, da Kitajci jedo juho kot zadnjo jed pri obedu, tako kot mi sladico.

Kitajska je ena izmed najbolj zanimivih držav na svetu. Sporočam vam nekaj kitajskih besed:

- hvala (Xiexie),
- dober dan (Ni hav).

Petra Gobec, 7. b

SVET V
MALEM

Ime in priimek: Tanja Pšeničnik 2.A

Rada plinim

Ja kot morda deklica sem rada
morda poslušala radio, ki je
oddajal pesmi. Tudi sem rada
plesala kot tudi moji bratci. S
prijetljivostjo tvoj se odlično
briše in odlično mamino
prijeto sem se plinim moji mami
mami, mami, mami, mami.

Tanja



Novo Besedovanje

/ Po pesmi T. Pavčka/

Če je v **Dar**inki dar,

je v enem tigru (= **tiger**) veliko **iger**,

potem je v **Tanji** Anja,

V **Pšeničnik** pa Nik.

Zato je ob buč**nici** velika **Mici**,

roži pa se rima z **mroži**.

Zato se z **Davidom** rima novi **dom**,

v njem pa se skriva **Vid**.

Tanja Pšeničnik, 4. b

Ples

Ime mi je **Pia**. **Ž**ivim v vrtcu
sem plesala. **S**edaj obiskujem
plesni val. **U**čimo se hip hop,
pop in latino. **U**či nas
učiteljica **Ajda**. **T**udi ob
prostem času rada plešem.

PIA ZELIČ, 2.B

Zelo rada plešem. Pri ple
se za ogrevanje igramo
različne igre. Ples mi je
všeč ker uživam ko
plešem. Rada plešem
hip hop zato ker im
zelo zanimive gibe.
Lara Ulele, 2.B

RECEPTI

Smoothie iz banane in ovsenih kosmičev

Sestavine:

1 banana
2,5 dl mleka
1 žlica ovsenih kosmičev
limonin sok
vaniljev sladkor

Priprava:

Banano olupimo, narežemo in damo v sekljalnik. Dodamo limonin sok, mleko, vaniljev sladkor in ovsene kosmiče. Sestavine zmeljemo, nalijemo v kozarec in postrežemo.



Jagodna sladica v kozarcu

Sestavine:

16 dag začinjjenih piškotov
40 dag kremnega sira - maskarpone
0,5 l sladke smetane
3 žlice sladkorja v prahu
nekaj kapljic vaniljeve arome
jagodni džem
jagode

Priprava:

Piškote damo v plastično vrečo in jih zdrobimo. Razporedimo jih v kozarce.

Kremni sir zmešamo s stepeno smetano, sladkorjem in z vaniljevo aromo. Razporedimo jo na piškote v kozarce. Džem segrejemo, dodamo očiščene in narezane jagode in jih razporedimo po sirno-smetanovi kremi.

prof. Darja Šarman in učenci

Sodobna Urška

Deklica lepa v Ljubljani živi,
ji Urška ime je; to vedo prav vsi.
Je lepa, prefinjena, prevzetna zelo,
kup fantov želi si še bolj kot zlato.

Zvečer, ko že sonce zahaja,
z motorjem zdrvi daleč proč.
Na ples se mudi ji na moč,
saj zunaj bo kmalu že črna noč.

Noči vse preraja, dneve prespi,
si dolgo v jutro plesati želi.
Na plesu izbira, prevzetno zelo,
saj mnogo lepotev že čaka na njo.

Skrbno ga izbere, pošteno drži,
do jutra se peta ji ne ohladi.
Zarana, ko sonce že zarjo budi,
se Uršiki zalí domov spet mudi.
Za delo pošteno deklini ni mar,
a znova in znova diši ji denar.
Le zvito se Uršika v družbi vrti,

bogatih si snubcev sedaj le želi.

Z neznancem zapleše in se zavrti,
že poslednji ples približa se ji.
Omamljena od alkohola vsa,
plesalcu sledi, kot bi bil vreden zlata.

Zjutraj, ko sonce se že prebudi,
Urške nikjer ni, zato jo iščejo vsi.
Sinoči s plesalcem odšla je v noč,
morda jo za vedno vzela je noč.

Aleksandra Keše, s. 6

Končno prišel je tisti dan,
ko smo imeli tehniški dan.
Ker domačih nalog 'ne delamo' radi,
smo ga težko pričakovali.

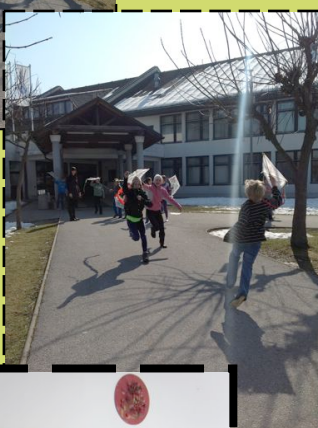
Orodja, pripomočke in materiale smo zbrali
in hitro skico načrtovali.

Da je palica krajša bila,
smo odmerili centimeter ali dva.

Jamice smo na palčkah izrezali
in palici skupaj povezali.
Za zmajevo telo smo vrečko naredili
in s selotejpom to močno pritrčili.

Zmaja smo še okrasili - narisali
smo mu obraz,
ki je imel vesel izraz.
Laske smo mu še dodali,
da so v vetru plapolale.

Vetrovno vreme smo čakali,
da bi naši zmaji leteli v naravi.
Zmaji vsi so poleteli,
mi pa smo bili VESELI.
Tehniške dneve radi imamo,
ker tako pokažemo, kaj vse znamo.



Materiali, pripomočki in orodja:

- ❖ kovinsko ravnilo,
- ❖ svinčnik,
- ❖ škarje,
- ❖ lepenkarski nož,
- ❖ lepilo za les,
- ❖ leseni palici za zmaja,
- ❖ debelejša vrvica,
- ❖ lepilni trak,
- ❖ velika vrečka.

Učenci 5. b razreda.
(Avtorici besedila: učenka Ana Majcen in
učiteljica Barbara Jager)

OBLIKOVANJE FIGURICE IZ KAMNOV

Sprehod po naravi je lahko tudi zabaven. Na poti ob potoku ali kjer koli v naravi pobereš dva večja in štiri manjše kamne. Če imaš doma akrilne barve, penasto maso in silikonsko lepilo, lahko oblikuješ zabavno figuro. Mi smo se pri likovnem krožku pozabavali in nastal je naš FACKO.

Potrebujemo:

- dva velika kamna (za trup in glavo),
- štiri manjše kamenčke (za rokice in nogice),
- akrilne barve,
- silikonsko lepilo,
- penasto gumo (za lase).



Kamne pobarvamo z akrilnimi barvami.

Ko se posušijo, nanje z akrili narišemo detajle (oči, nos, usta, gube, ovrtnik).



Iz penaste mase izrežemo lase.



S silikonskim lepilom zalepimo glavo na trup, manjše pa prilepimo za roke in noge. Na glavo prilepimo še lase iz gumijaste pene.



Če imaš še kakšno idejo, lahko figuri še kaj dodaš (npr.: klobuk, palico v roke ...).

likovni krožek z Matejo Jevšenak

Želimo ti prijetno ustvarjanje!

LOČEVANJE SNOVI

Imamo zmes, ki je sestavljena iz več snovi. Lahko jo ločimo nazaj na snovi ali pa tudi ne.

Na primer zidar naredi zmes iz peska, cementa in vode, ki jo imenujemo beton. Ali lahko iz betona dobi nazaj posamezne snovi? Pek naredi zmes iz moke, jajc, vode, kvasa in soli. To zmes imenujemo testo. Ali lahko dobi nazaj posamezne snovi?

Nekatere zmesi pa vendarle lahko ločujemo nazaj na snovi.

Z delom v skupinah smo v 4. razredu spoznali načine ločevanja.

Vsaka skupina je dobila potrebne snovi, material, predmete, pripomočke in list z nalogami.

1. LOČUJEMO S PRESEJANJEM

V KOZARCU STA POMEŠANA MOKA IN RIŽ. ŽELIMO IMETI SPET VSAKO SNOV ZASE. KAKO NAJ JU LOČIMO? UPORABILI BOMO SITO. KAJ MISLITE, KAJ SE BO ZGODILO? NAREDIMO POSKUS.



UPORABILI SMO SITO. MOKA JE PREŠLA SKOZI, RIŽ PA JE OSTAL NA SITU. POSTOPEK SEJANJA UPORABIMO TAKRAT, KO IMAMO POMEŠANE VEČJE IN MANJŠE DELCE. MANJŠI DELCI LAHKO PREIDEJO SKOZI SITO, VEČJI PA OSTANEJO NA NJEM.

2. LOČUJEMO S PRECEJANJEM

V KOZARCU IMAMO MLAČNO VODO. VANJO DAMO ZELIŠČNI ČAJ. ŽELIMO, DA V NJEM NE BODO PLAVALI DELČKI ZELIŠČ. KAJ MORAMO STORITI?



VZAMEMO CEDILO IN ČAJ PRECEDIMO V DRUGI KOZAREC.



V KOZARCU SMO IMELI ČISTI ČAJ, NA CEDILU PA SO SE ZADRŽALI DELCI ZELIŠČ.

3. LOČUJEMO Z USEDANJEM

V KOZAREC DAMO NEKAJ PESKA. NALIJEMO VODO DO VRHA KOZARCA. KAKO BI LOČILI PESEK OD VODE?



PREPROSTO: POČAKALI SMO NEKAJ TRENUTKOV IN KER JE PESEK TEŽJI OD VODE, SE JE USEDEL NA DNO. VODO SMO PRELILI V DRUG KOZAREC, NA DNU PRVEGA KOZARCA PA JE OSTAL PESEK.

4. LOČUJEMO Z VODO

NA MIZI IMAMO POMEŠANO TRAVO IN KAMENČKE. VSE SKUPAJ DAMO V KOZAREC. ZMES ŽELIMO LOČITI TAKO, DA BI IMELI SAMO KAMENČKE.



V KOZAREC Z VODO STRESEMO POMEŠANE KAMENČKE IN TRAVO. KAJ SE JE ZGODILO?



KAMENČKI SO POTONILI, TRAVA PA JE PLAVALA NA VODI. TAKO LAHKO TRAVO, KI PLAVA NA VODI, LOČIMO TAKO, DA ODTOČIMO VODO IN NA DNU BO OSTALO LE ŠE KAMENJE.

5. LOČUJEMO Z VEJANJEM – S PIHANJEM

V KOŠARICI IMAMO ARAŠIDE IN NJIHOVE LUŠČINE. RADI BI LOČILI ARAŠIDE OD LUŠČIN. ARAŠIDE IN LUŠČINE IZ VREČKE VSUJEMO NA PLADENJ IN PIHAMO. KAJ SE ZGODI?

ARAŠIDI SO OSTALI, LUŠČINE PA SMO ODPIHALI STRAN.



6. LOČUJEMO Z MAGNETOM



NA PLADNJU IMAMO MAGNET IN PREDMETE. NA MIZI ŽELIMO IMETI SAMO KOVINSKE PREDMETE.



VSAKEMU PREDMETU PRIBLIŽAMO MAGNET.

KOVINSKI PREDMETI SO SE PRIJELI NA MAGNET, OSTALI NE.

7. LOČUJEMO S PREBIRANJEM

V VREČKI IMAMO RAZLIČNA SEMENA. ŽELIMO JIH LOČITI. KAJ PRELAGATE?



POBIRAMO VSAK SVOJA SEMENA.



DOBILI SMO VEČ KUPČKOV RAZLIČNIH SEMEN.



4. a, in učiteljica Stanka Kodrnja

POLETNA PRILOGA

MED POČITNICAMI BO VESELO!

Na naši šoli bomo tudi med letošnjimi počitnicami v okviru projekta Popestrímo šolo izvajali počitniške aktivnosti. Poskrbljeno bo prav za vse. Vsi, ki imate radi ples, dobro glasbo in gibanje, se boste lahko razgibali in zabavali ob energični zumbi. Za vse, ki radi ustvarjate, bomo imeli ustvarjalne delavnice. Tisti, ki vas zanimata video in fotografija, pa ste vabljeni na delavnice, kjer boste usvojili osnove videa in fotografije. Natančen urnik aktivnosti bo objavljen v začetku junija, prijavnice za aktivnosti pa lahko dobite pri učiteljici Nini Hriberšek, v kabinetu za matematiko. Vse aktivnosti bodo za učence naše šole brezplačne!

Pridružite se nam, zabavno in poučno bo!

Nina Hriberšek, vodja projekta.



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA IZOBRAŽEVANJE,
ZNANOST IN ŠPORT



JAVNI SKLAD REPUBLIKE SLOVENIJE
ZA RAZVOJ KADROV IN ŠTIPENDIJE



Naložba v vašo prihodnost
OPERACIJSKI PROGRAM FINANCIRAN EVROPSKA UNIJA
European Social Fund



POLETNA

P R I L O G A

AKTIVNI TUDI MED POČITNICAMI

VODNI ŠPORTI

Vodni športi in vodne aktivnosti v Sloveniji lahko vsak dan v letu zadovoljijo še tako zahtevnega gosta. Najbolj priljubljen šport je plavanje, saj so kopališča povsod (v hotelih, termalnih zdraviliščih ...).

Če se želite peljati s čolnom, so najprimernejše reke Sava, Savinja, Soča in Krka. Za bolj umirjene dejavnosti, kot so vožnja s kanujem in splavarjenje, pa priporočamo Kolpo in Dravo.

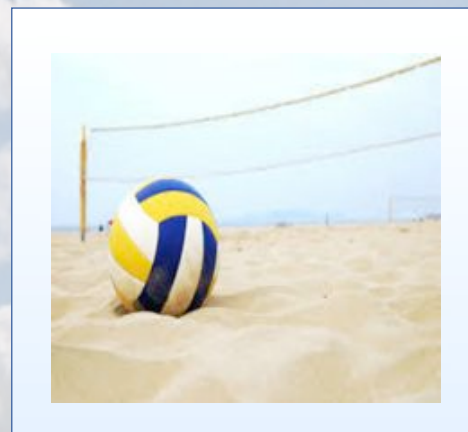


Slovenska obala je izvrstno območje za številne vodne športe. V Portorožu se

lahko odločite za učenje in vadbo smučanja na vodi. Morske globine med Piranom in Strunjanom so zelo zanimive za potapljače, saj lahko poleg pestrega rastlinstva in živalstva vidite tudi ostanke ladijskih razbitin.

ODBOJKA NA MIVKI

Skupinski šport, ki je idealen za zabavno športno druženje, je odbojka. Na Bledu in v njegovi okolici je več igrišč za odbojko na mivki. Povabite družbo na tekmo ali dve! Odločite se za igro odbojke v dobri družbi. Prava izbira so urejena igrišča z mivko, ki bodo ublažila obremenitev vaših sklepov in morebitne padce.



NOGOMET

Nogomet je zelo priljubljen pri fantih, malo manj pa pri puncah. Najbolj oboževan je v južnoameriških državah in v Španiji. Če se odločite za igranje nogometa, ga raje ne igrajte med 11. in 15. uro. Takrat ima sonce največjo moč in igranje nogometa v najhujši vročini bi vašemu telesu prej škodilo, kot pa koristilo.

NASTJA PUŠNIK, 7. a

LEPOTNI NASVETI ZA POLETNE DNI

Ko pride poletje, večina ljudi razmišlja o tem, kako preživeti čim več prostega časa na svežem zraku, še posebej na morju. In ravno v tem času je potrebno primerno zaščititi svojo kožo pred sončnimi žarki.

Že res, da je sonce vir življenja in da našemu telesu dovaja vitamin D ter nas polni z energijo, vendar ima tudi slabe lastnosti. Vsi vemo, da je predolgo izpostavljanje soncu škodljivo. Poleg takojšnje reakcije, ki se kaže kot opekline, se posledice kasneje pokažejo tudi kot prehitro staranje kože, hiperpigmentacija in zgubanost. Koža je precej manj prožna kot sicer in pojavi se lahko celo kožni rak. Zaščita kože je resnično potrebna. Dobro je, da se takoj po prihodu iz morja ali bazena oprhate. Ko se osušite, ponovno nanesite kremo z zaščitnim faktorjem. Tudi če sedite v senci ob obali, je sevanje UV žarkov prisotno, zato tudi v senci nanesite zaščitno kremo.



Nasvet

Ne uporabljajte lanskih zaščitnih krem, raje kupite nove in poskrbite, da jih boste letos porabili. Uživajte v poletju.

Zaščita kože pred soncem je v bistvu dodatna nega vaše vsakodnevne nege. Z zaščitnimi kremami zaščitite kožo, kadar ste izpostavljeni soncu. V poletnem času pa naj bo vaša običajna nega tudi prilagojena razmeram, saj koža vsakodnevno potrebuje več vlage kot sicer. Vroč zrak, sonce in veter namreč dodatno izsušijo kožo, zato je uporaba raznih vlažilnih krem in losjonov zelo priporočljiva. Če želite sijočo kožo tudi poleti, je pomembno, da uporabljate tudi nežne pilinge, ki bodo odstranili odmrle kožne celice.

Za kožo na obrazu, ki se hitreje masti in je zato tudi precej bolj občutljiva, je primernejša uporaba vlažilcev v obliki losjonov ali tekočih vlažilcev. Za suho kožo pa so bolj primerni vlažilci v obliki krem. Ti so običajno tudi bolj hranljivi in lahko vsebujejo razna olja. Tudi vaše ustnice vam bodo hvaležne za vlažilni balzam, ki vsebuje zaščitni faktor.



Ne pozabite na vaša stopala. V poletnih sandalih so tudi ta ves čas izpostavljena, zato je treba poskrbeti za kožo tudi na tem predelu. Lahko se odločite za pedikuro v salonu ali pa si stopala negujete kar doma. Na razpolago je veliko pilingov in balzamov, ki pomagajo ohranjati kožo nežno in gladko.

Sonce, morska voda in veter ravno tako kot kožo **izsušijo lase**. Če jih želimo zaščititi, lahko pred poletjem obiščemo frizerja, ki nam bo pristrigel konice las. Ko pa jih izpostavimo soncu, jih zaščitimo s pokrivalom ali pa z zaščitnim sprejem za lase. Zvečer pa po umivanju las nanesemo še vlažilno masko, ki bo lase nahranila in jim zagotovila potrebno vlago.

Sergeja Gaberšek, 7. a

MODNI POLETNI TRENDI



POLETNA PRIČESKA 2013

Poleti vedno znova dobimo nov modni trend pričesek, vendar je tokrat le-ta izjemno drzen. Letos je zelo moden visok čop z ruto.

Kako ustvarite to »odštekano« modno pričesko?

Vse, kar potrebujete, je krtača, manjša elastika, lasnica, razpršilo za sijaj in ruto ali trak. Lase krtačite toliko časa v čop, da bodo gladki. Sprnite jih z elastiko in nekaj las ovijte okoli nje ter jih nato spnite z lasnico. S takšno pričesko boste zagotovo najbolj »in«.

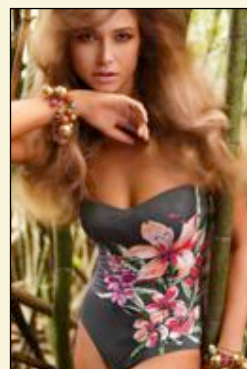
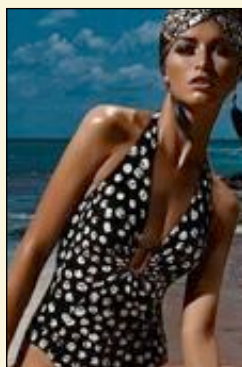
KOPALNA MODA

Kopalke so na pohodu! V vročih dneh jih lahko oblečete tudi kot gornji del oblačila, če pa ste zelo pogumne, pa kot vroče hlačke pod zelo kratkim krilcem. Predlogi za letošnje poletje vam bodo zagotovo vzbudili zanimanje.

Oblikovalci oblačil so se potrudili in naredili pravo zakladnico raznolikosti in barvitosti.



Letos si lahko kupite čisto vse. Tiste, ki so vam vseč veliki cvetlični vzorci, boste našle potiske v barvitih odtenkih ogromnih cvetov. Če želite enostavne, enobarvne kopalke, pa so vam na voljo tudi takšne.



Tiste, ki kot male srakice zbirate vse, kar se sveti, ste na pravi poti, da se letošnje poletje svetite cele. Zlato in njegovi odtenki so mnogokrat uporabljeni. Lahko le kot drobne zaponke ali debele verige.

Za dame, ki nosite raje enodelne kopalke, so primerni temnejši toni. Da pa ne bo pomote – tudi na teh lahko najdete odtise pik, leopardjih peg ali tigrovih prog.



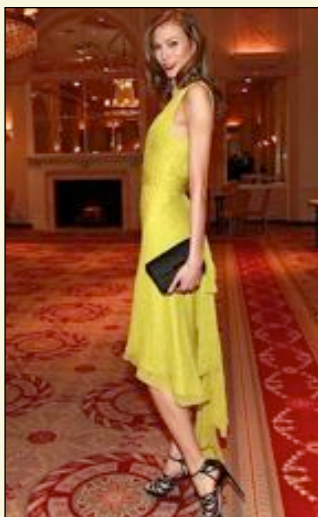
Za mlade so tu draperije in volančki. Simpatični dodatki, ki mladosti dajo zagon.



MODNI POLETNI TRENDI

SPREDAJ KRAJŠE, ZADAJ DALJŠE

Še ena modna zapoved za letošnje poletje: spredaj krajše, zadaj daljše. Seveda to velja za poletne obleke in krila, v katerih se v vročih mesecih najbolje počutimo – tako čez dan kot zvečer.



Spreminjajoča se dolžina frfotajočega blaga je skrivnost letošnje poletne lahkotnosti, sproščenosti in elegancie hkrati.

Obleke, pri katerih spredaj razgalite noge, zadaj pa jih skrbno zakrijete z zaveso blaga, so primerne tako za vsak dan kot za večerne priložnosti.

Predvsem za poletne sprehode po razbeljenih ulicah je najboljša majhna razlika med dolžino krilca spredaj in zadaj, za zvečer pa si le privoščite zadaj dolžino do tal, medtem ko imate sprednji izrez lahko zelo drzen.



K R A T K E H L A Č E Z VISOKIM PASOM

DO LINIJE ŽENSKEGA PASU ALI CELO MALO ČEZ

Če se bojite, da boste v takšnih kratkih hlačah izgledale stare in prav nič privlačne, se zelo motite. Hlačnice morajo biti namreč zelo kratke, oblačilo pa tesno oprijeto, da do izraza pride celotna dolžina vaših nog, visok pas pa elegantno

poudari vašo ženstveno linijo.

Absolutni hit letošnjega poletja so kratke hlače z visokim pasom. Nič več miniaturnih vročih hlačk, ki visijo nekje na bokih, medtem ko vi veselo razkazujete bolj ali manj raven trebuh in popek.

Tako kot spodnje perilo in kopalkke, kjer so v prvem planu izrazito veliki spodnji deli, kakršne so nosile dame v 40-ih in 50-ih letih minulega stoletja pred prihodom bikink, tangic in vsega podobno miniaturnega, tudi kratke hlače segajo v prejšnje stoletje. Oblečete jih lahko tudi za večerne priložnosti in če mislite, da boste izgledale grozno, se motite; izgledale boste naravnost čudovito.

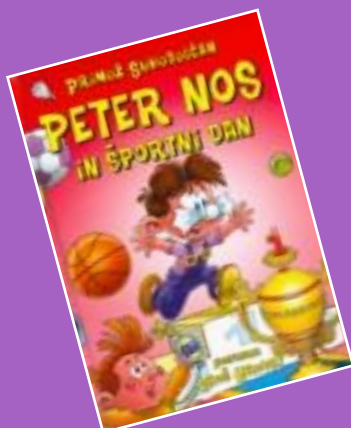


VZORCI, VZORCI IN ŠE ENKRAT – VZORCI!

Rožasti, črtasti, pisani, črni – ni važno kakšni, samo da so. Lahko so na hlačah, obleki, majici ali pa na čevljih.



ŠPORT V KNJIŽNICI:



Knjižničarka Darinka Žekar in knjižničarski krožek

