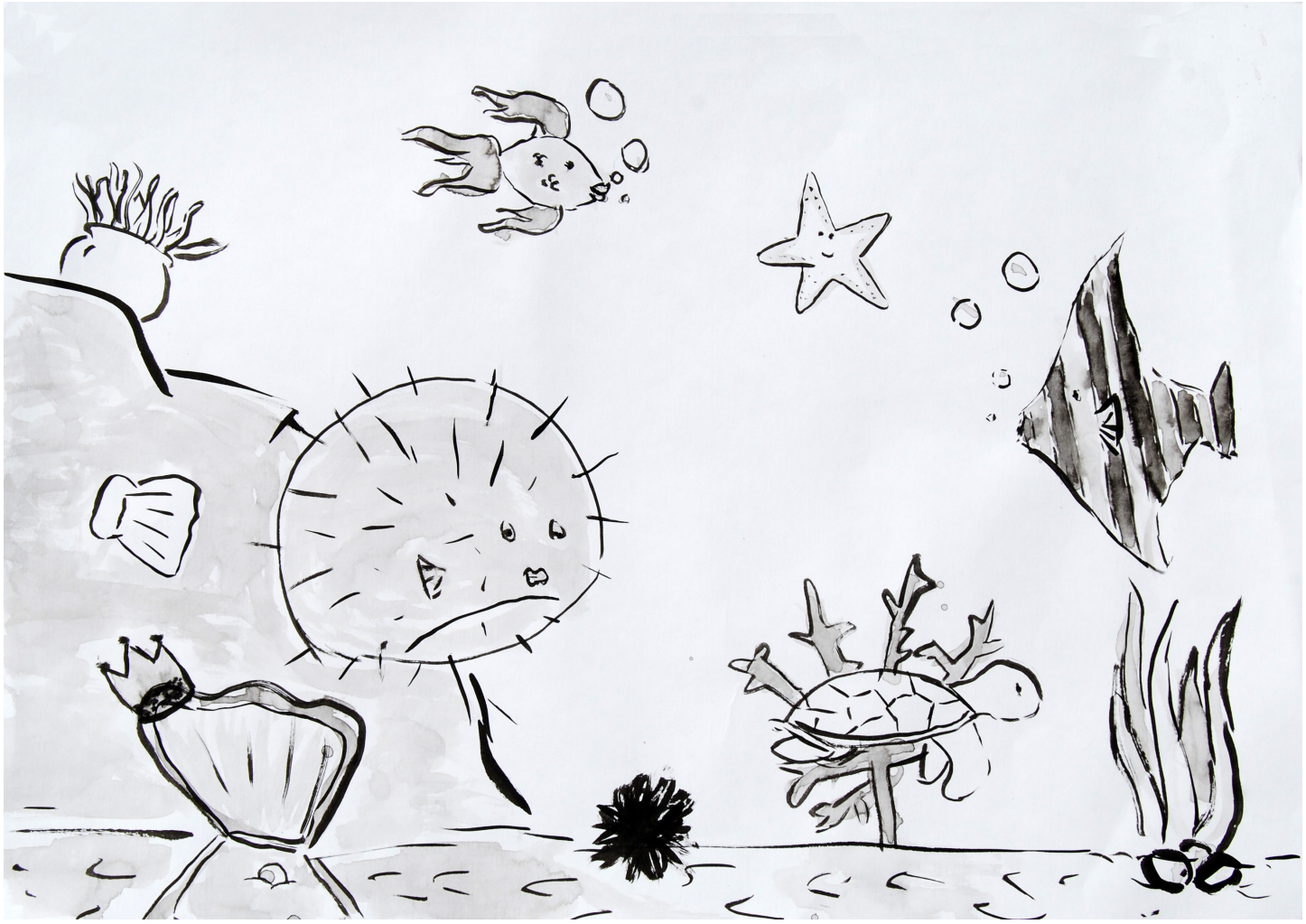
Glasilo OŠ J. Hudalesa Jurovski Dol
junij 2015

ŠOLSKI ŽAREK



Spoštovani bralci šolskega glasila,

ob ponovnem izidu Šolskega žarka vam želim obilo bralne zabave. Naj vam bo v užitek vse, kar smo združili v tej številki. Naš uredniški odbor je pridno delal skozi šolsko leto, zbiral prispevke, ustvarjal, iskal vse tisto, kar bi vas lahko zanimalo in vas popeljalo nasmejane h koncu šolskega leta ...

Vaše zgodbe so slike vašega otroštva. So polne in obogatene z otroško domišljijo. Naj bo vaša pot tudi takšna v prihodnje. Pogumno stopajte naprej. Med počitnicami se razvedrite, da bo vaš korak v novo šolsko leto spočit in lahkoten.

Želim vam vse dobro v času, ki je pred vami. Ponovno se srečamo v prihodnjem šolskem letu.

Veseli se majhnih stvari.
Majhne sreče odpirajo vrata velikim,
ki vstopajo neopazno.

Mentorica šolskega glasila: Aleksandra Lorbek

Zoja Škerget, 5. razred

Teo Kirbiš, 1. razred

Vsebina

Uvod 3
Bontonček 4
Dogodki tega šolskega leta 5
Horoskop 8
Literarni prispevki 13
Moda 2015 25
Znane osebe 28
Opis držav 30
Opis poklicev 31
Zdrav način življenja 33

Bontonček ali kako biti prijatelj z vsemi

Med nami so otroci, ki so nekoliko drugačni, bolni.

Tukaj je nekaj nasvetov, kako jim lahko pomagate tudi vi, vrstniki.

Če vidiš, kako kakšen otrok težko hodi po stopnicah, stopi k njemu in mu pomagaj. Naj se nasloni nate ali pa mu pomagaj nositi šolsko torbo.

Otroci, ki ne morejo hoditi ali se težko gibljejo, težko sodelujejo v nekaterih otroških igrah. Prilagodite igro tako, da bodo v njih lahko sodelovali vsi otroci in se nekateri ne bodo počutili odrinjene.

Če otrok v vrtcu ali šoli naenkrat začne težko dihati, ker ne more vdihniti dovolj zraka, ga vprašaj, če ima pri sebi pumpico z zdravilom, in mu jo čim hitreje podaj ter pokliči na pomoč odraslo osebo.

Ne norčuj se iz lastnosti drugih in se ne posmehuj otrokom, ki so bolni ali šibkejši od tebe. Bodi pozoren, da ne padejo ali se poškodujejo.

Potrudi se razumeti otroke, ki jecljajo ali težko razumljivo govorijo.

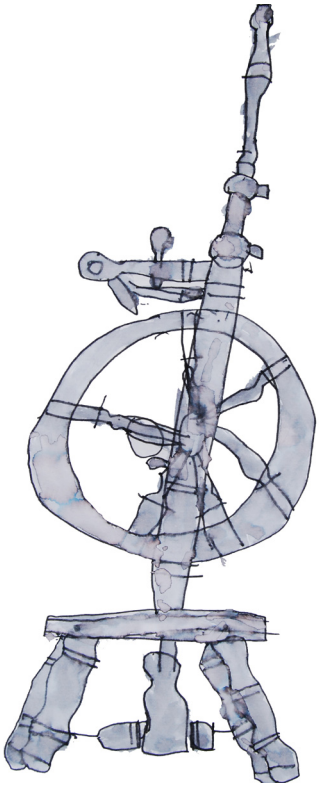
Videz ne pove ničesar o dobroti, prijaznosti ali poštenju človeka. Ne posmehuj se visokim, majhnim, debelim ali suhim otrokom.

Nekateri otroci se teže naučijo brati in pisati ter zato pogosto ponavljajo iste napake. Če imaš kaj prostega časa, beri z njimi.

(Bontonček – ali kako biti prijatelj z vsemi, Društvo za teorijo in kulturo hendikepa)

Zapisala: Aleksandra Lorbek

Tjaša Gamser, 9. razred



Tilen Fanedl, 1. razred

Prikaz pastirskega življenja

Uvod s pesmijo Kje so tiste stezice

Nino Ornik v vlogi gospodarja

Navihana pastirja, ki obujata pastirske igre.

Najmlajši pastir Blaže je velikokrat nasedel starejšima pastirjema.

Učenci izbirnega predmeta turistična vzgoja ohranjajo običaje iz bogate zakladnice kulturne dediščine. Tako so obudili pastirsko življenje in se vsebinsko naslonili na delo Franceta Bevka: Pastirci. Pri pripravi scenarija so bili učenci zelo vodljivi in ustvarjalni. Dramatizacijo Pastirci so uspešno predstavili na šolski proslavi ob dnevu samostojnosti in enotnosti.

Pastirjem se pridruži tudi pastirica Terezka.

V vlogi pastirjev so bili: Domen Korošec, Gašper Mohorko, Gašper Waldhütter in Sanja Halič. Igrali so še: Nino Ornik, Tia Lucija Ornik, Adrijana Polše, Klemen Lorber, Maruša Lorenčič in Lucija Zemljič.

Mentorica: Milena Kokol

Območno tekmovanje v znanju iz geografije

Na OŠ Starše je 10. 3. 2015 potekalo območno tekmovanje v znanju iz geografije. Na tekmovanju so sodelovale osnovne šole iz podravske regije. OŠ J. Hudalesa Jurovski Dol so zastopali naslednji učenci: Gašper Waldhütter, Živa Waldhütter, Karin Najdenik, Lucija Ornik in Kristjan Mihael Reisman. Na vseh pet učencev smo lahko ponosni, saj so pokazali veliko znanja. Še posebej smo ponosni na Lucijo Ornik in Kristjana Mihaela Reismana iz 9. razreda, ki sta se uvrstila na državno tekmovanje. Veseli nas, da je Kristjan Mihael Reisman dosegel 1. mesto na območnem tekmovanju, Lucija Ornik pa se je uvrstila na 5. mesto. Za ta podvig obema iskrene čestitke.

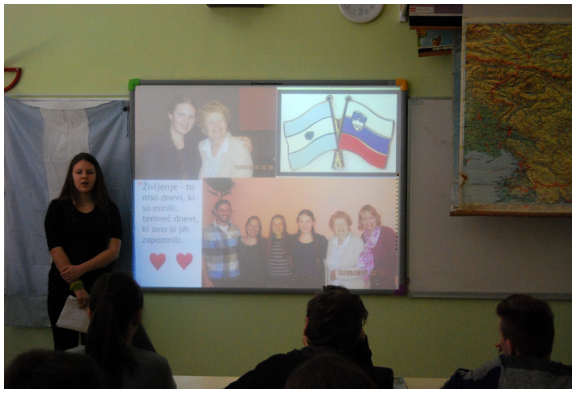
Mentorica: Milena Kokol

Področno tekmovanje v znanju iz zgodovine

V torek, 3. 2. 2015, je na OŠ Sladki Vrh potekalo področno tekmovanje v znanju iz zgodovine. Letošnja tema je bila Rimljani na Slovenskem, 2000 let Emone. Na tekmovanju je bilo 96 tekmovalcev iz podravske regije. Našo šolo so zastopali trije učenci: Živa Waldhütter, Kristjan Mihael Reisman in Anja Krautič. Vsi trije učenci so dosegli odličen rezultat. Živa Waldhütter in Kristjan Mihael Reisman sta osvojila srebrno priznanje. Iskrene čestitke!

Mentorica: Milena Kokol

Predstavitev Argentine



Nuša Najdenik se je imela priložnost srečati s slovenskimi izseljenci v Argentini.

Nuša Najdenik je predstavila številne spominke iz Argentine, ki so zapuščina tudi potomcev Inkov.

Pri urah geografije so učenci osmega razreda predstavljali države Latinske Amerike. Nuša Najdenik je predstavila Argentino, državo, v katero so se po letu 1945 preselili številni slovenski izseljenci, med njimi tudi družine iz Jurovskega Dola. Učenka je predstavila naravne in družbene značilnosti države. Osmošolci so bili še posebej navdušeni nad spominki potomcev inkovskega prebivalstva. Presunile so jih pretresljive zgodbe naših izseljencev. Le-ti so doživeli težko obdobje življenja, še posebej pri samem potovanju v novo deželo. Ponosni smo, ker so se številni osnovnošolci udeležili tudi prireditve z naslovom Lepa si zemlja slovenska, ki je bila 25. februarja 2015, in sicer v kulturnem domu Jurovski Dol. Učenci so izrazili vso spoštovanje do slovenskih izseljencev, še posebej pa spoštujejo njihov odnos do druge domovine, slovenskega jezika, pesmi in plesov.

Zapisala: Milena Kokol

Jurček skozi zgodovino

Prikaz življenja v prazgodovini

Med zgodovinskimi liki je bil tudi kurent.

Naša šola je vključena v projekt Sodelovanje s starši. V ta projekt se je aktivno vključila tudi oddelčna skupnost 6. razreda. Tako so starši na govorilnih urah v mesecu januarju predlagali, da se šestošolci na 2. kulturnem dnevu predstavijo s skupnim projektom Jurček skozi zgodovino. Skupaj s starši smo izvedli delavnice in nastajali so prav zanimivi zgodovinski liki, ustvarjeni iz naravnih materialov. Še posebej so fantje ponosni na izdelavo jame Potočke zijalke, ki je predstavljala domovanje prvega jamskega človeka. Šestošolci so se v posameznih skupinah vživeli v posamezne zgodovinske like in tako prikazali: življenje v prazgodovini, Stare Grke in Rimljane, gladiatorske igre, srednji vek s kmečkimi upori in čarovništvom, zaigrali so boj med Indijanci in kavbojci ter predstavili današnjo mladino, zasvojeno s sodobno komunikacijo. Projekt smo predstavili tudi na kulturnem dnevu, ob pustovanju. Ponosni smo na predstavitev, saj so v

njej množično sodelovali tudi starši, in to je gotovo glavni cilj projekta in kulturnega dne. Zahvaljujem se vsem šestošolcem, ki so pokazali veliko pripravljenosti, izvirnosti, vložili so veliko energije in časa v sam projekt. Hvala tudi staršem, ki so precej pripomogli k temu, da je projekt uspel. Zelo redke so prireditve, kjer se aktivno vključujejo prav starši, še posebej pa, če vodijo in pomagajo pri predstavitvi. Zato iskrena hvala prav njim.

Pri predstavitvi je sodelovalo veliko staršev.

Jurček skozi zgodovinska obdobja

Zapisala: Milena Kokol

Spominska obeležitev ob mednarodnem dnevu holokavsta

27. januarja 2015 so učenci 9. razreda, pod mentorstvom Milene Kokol, pripravili spominsko obeležitev ob spominu na žrtve holokavsta. Spominske ure, ki je bila v jedilnici šole, so se udeležili učenci od 5. do 9. razreda in delavci šole. Osrednja tema je bila Spomin na ukradene otroke in ženske v taboriščih. Tako so devetošolci z besedo, s sliko, z odlomki iz filmov in različnimi zgodbami prikazali to nečlovečnost krutega časa 20. stoletja. Devetošolci so čustveni recital zaključili z mislijo:

»Zgodil se je zločin proti človeštvu. Temna stavba stoji in grozeče meče senco na tla. Konec je. Srce ve, kdaj je strto. Upanje ljudi je zatrto. Napočil je dan odrešitve, vendar fanfar ni. Samo korakanje ljudi iz Auschwitza, kraja, kjer še ptice ne pojo. Nemi kriki še danes odmevajo nam, rodovom vseh narodov v opomin so. Ta zločin ne sme biti pozabljen, ker ljudje ne smejo še enkrat skozi pekel.«

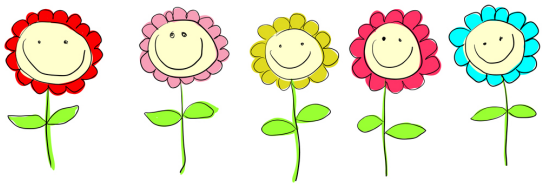
In danes si želimo strpnost med ljudmi, miru, le miru ...

Devetošolke so pod mentorstvom ge. Marjete Caf z glasbeno točko Malo miru zaključile spominsko uro. Ob tem dogodku so devetošolci skupaj z učiteljico Karmen Polič pripravili razstavo v jedilnici šole. Hvala devetošolcem za čustven nastop in pristop k nemoralni zgodovini človeštva.

Zapisala: Milena Kokol

Materinski dan

V ponedeljek, 9. 3. 2015, smo praznovali materinski dan. Praznovali smo ga v jedilnici šole. Nastopali so učenci od 1. do 5. razreda. Tretješolci smo se predstavili z lutkovno predstavo Žabon Smolon in Skokica. Po nastopih smo imeli v 3. razredu roditeljski sestanek. Nato smo odšli domov.



http://goo.gl/LnDfie

Katja Špindler 3. razred

Oven (od 21. marca do 20. aprila)

Vladajoči planet: Mars
Element: ogenj
Dinamika: kardinalni
Barva: rdeča
Drag kamen: diamant
Kovina: železo
Roži: kovačnik, bodljika
Drevesa: vsi iglavci
Zelišči in začimbi: gorčica, kapra
Hrana: krompir, por, hmelj
Živali: ovca, oven
Države: Anglija, Francija, Nemčija
Srečne številke: 1, 2, 8
Dobri dnevi: ponedeljek, torek, petek

http://goo.gl/Sy9Jc0

Oven je pogumen, ima veliko energije.

Oven je prvo ognjeno znamenje. Narava ovna je vroča, suha, ognjena, pa tudi živalska, možata in nezmerna. Je pogumen, spontan, avtoritaren in poln energije. To je znamenje naravnega voditelja. Je klasičen kolerik (čustven, dejaven, prvinski).

Oven je preprost, borben, vedno v akciji.

Stvari se loteva neposredno, sposoben se je sproti soočati z vsakodnevnimi življenjskimi problemi. Težave nastanejo, ker se rad zažene v kaj in mora včasih čez trdo šolo, preden ga izuči.

Teži k čustvenemu odzivu, vendar ne zameri za daljši čas. Občuduje natančnost in logiko. Tekmovalnost je njegova življenjska filozofija, v vsem želi biti prvi. Stavi na uspešnost.

Je navdušen nad življenjem.

Živi aktivno in polno življenje. Ima trdno voljo in je pogumen v dejanjih. Zaradi nagle jeze se mora varovati nemira. Raje ukrepa kot premišljuje, znan je kot pobudnik. Gibanje mu je enako pomembno kot dihanje. Je dober organizator, silovit in energičen. Včasih odneha pred koncem.

Bik (od 21. aprila do 21. maja)

Vladajoči planet: Venera
Element: zemlja
Dinamika: stalni
Barva: rožnata
Draga kamna: safir, včasih smaragd
Kovina: baker
Rože: naprstec, vrtnica, mak
Drevesa: cipresa, jablana, jesen
Zelišča in začimbe: nageljnova žabica, kislica, zelena meta
Hrana: pšenica, jagode, hruške, grozdje
Žival: govedo
Države: Irska, Švica, Iran
Srečne številke: 4, 5, 9
Dobra dneva: torek, petek

http://goo.gl/bFutlu

Bik je stabilen, vztrajen in trmast.

Je prvo zemeljsko znamenje. Njihov značaj je večinoma veder, je ljubezniv, miroljuben in razsoden. Biki so strpni ljudje, ki se redko razjezijo in imajo odličen smisel za humor. Posameznik je odločen, se zanese nase, je stabilen, vztrajen, pripravljen in previden. Običajno so zelo nežni, če jih pa izzovete, so uporni, trmasti in samosvoji.

Njihova bistvena lastnost je zanesljivost.

Ljudje so radi v njihovi družbi. Bik potrebuje mirne in ubrane odnose. Zanj je čustvena stabilnost življenjskega pomena. Je neroden v izražanju. Ljubezen mu pomeni hrano, užitek in senzualnost. So izredno telesni, a tudi ljubeči in pozorni. Najhujša bikova napaka je posesivnost.

Bik rad uživa.

Je čuten, poželjiv in materialističen. Vse, kar lahko vidi, zavoha, okusi, potipa in občuti, mora biti povezano z užitkom. Je ljubitelj dobre hrane in se hitro zredi. Rad ima lepoto, dober slog in udobje.

Pomembna sta mu varnost in stabilnost, tveganju se izogiba. Trmasto se upira spremembam, zato včasih predolgo vztraja v preživetih vzorcih.

Ima prirojen smisel za poslovnost.

Iz skromnih začetkov lahko zgradijo zelo uspešno podjetje, saj imajo prirojen smisel za poslovnost. Mnogi biki z veseljem delajo v poljedelstvu in vrtnarstvu. Pogosto so nadarjeni za glasbo, petje, slikarstvo in dramsko umetnost.

Dvojčka (od 22. maja do 21. junija)

Vladajoči predmet: Merkur
Element: zrak
Dinamika: nestalen
Barve: skoraj vse, prevladuje rumena
Dragi kamen: ahat
Kovina: živo srebro
Roža: šmarnica
Drevesa: oreh, lešnik, mandelj, kostanj
Zelišča in začimbe: majaron, kumina, janež
Hrana: vse vrste orehov, rastline s plodovi nad zemljo, korenje
Živali: majhne ptice, papige, metulji, opice

Države: Wales, Belgija, ZDA
Srečne številke: 8, 6, 5
Dobra dneva: sreda, petek

http://goo.gl/Qn35zV

Dvojček je spreten, radoveden, duhovit.

Je prvo zračno znamenje. Njihov simbol nakazuje dvojnost, ki je pomembna značilnost tega znamenja. Dvojčki so zelo spretni in po navadi počnejo več stvari hkrati, tako duševno kot telesno. Večstranskost je zaščitni znak dvojčkov. Zato so pogosto nevrotični in razdražljivi.

So radovedni, duhoviti, vedno v gibanju. Na vse se spoznajo, čeprav zaradi svoje mnogostranskosti nobenega področja ne obvladajo do popolnosti. So zbiralci podatkov. So hitri in iznajdljivi. Osebe so ljubeče, dobrega srca in prijazne. Tudi sposobnost govorjenja in pisanja je pri dvojčkih običajna. To je vsestranska in spremenljiva osebnost.

Večina dvojčkov je površinskih, ki nikoli ne prodre globoko vase. Všeč so jim enostavne stvari. Radi bežijo pred odgovornostjo. Hitro spreminjajo svoje mnenje in stališče.

Dvojček zelo hitro razmišlja.

Znamenje dvojčkov je nestrpno do ljudi. Razumejo in razmišljajo lahko hitreje kot večina ljudi. So hitri v umu in kretnjah ter vse hočejo takoj. Težko jih je spraviti v nek kalup. Dobro so poučeni in to pričakujejo tudi od drugih. Ker so tako aktivni, hitreje pregorijo. Zato potrebujejo več spanja kot običajni ljudje.

Je znamenje komunikacije. Dvojčki se zelo radi pogovarjajo. Njihov živahen um skače s teme na temo. V pogovoru živahno gestikulirajo. Ne marajo se vezati in jim je to najtežja stvar.

Rak (od 22. junija do 22. julija)

Vladajoči planet: Mesec
Element: voda
Dinamika: kardinalni
Barva: srebrnosiva
Drag kamen: biser
Kovina: srebro
Rože: nasploh bele rože, akant, slak
Drevesa: drevesa bogata z rastlinskim sokom
Zelišča in začimbe: kreč, pehtran, železnjak
Hrana: mleko, ribe, sadje in zelenjava z velikim odstotkom vode
Živali: bitja z oklepi (školjke, raki itd.)
Državi: Škotska, Nizozemska
Srečne številke: 2, 3, 5
Dobra dneva: ponedeljek, sreda

http://goo.gl/5CXNOV

Rak ima dober spomin in dobro intuicijo.

Je prvo vodno znamenje. Rakova narava je muhasta, čustvena in dojemljiva. Je plah in zadržan, poudarjena je njegova preobčutljivost. Veliko se ukvarja z lastnimi okoliščinami in občutji. Ima dober spomin. Je trdoživ in se ne da zlahka.

Zaradi trdega oklepa, ki ga kaže svetu, se zdi trden in neprizadet. Najgloblja čustva skriva pod svojim oklepom. Težko navezuje stike, je zaprt vase. Prirojena intuicija lahko ublaži pretirano zaskrbljenost. Razviti mora smisel za logiko. Z vztrajnostjo in s pogumom se spopade s problemi.

Rak je zaščitniški, rad ima dom in družino.

Njegova glavna preokupacija je skrb za druge. Dom in družina mu pomenita največ. Do družinskih članov je izrazito zaščitniški.

Po naravi je dramatičen in ima zato rad poslušalstvo.

Ljubezen mu pomeni varnost. Prijateljem in partnerju je izredno vdan. Njegova ljubezen je globoka in trajna.

Lahko je zelo očarljiv, je dober v stikih z javnostmi. Koristi mu, da razvija in izraža živahno domišljijo.

Rak je običajno izredno pronicljiv in ima izostren smisel za poslovnost. Še eno področje, kjer lahko s pridom uporabi svoj nagon in intuicijo.

Lev (od 23. julija do 23. avgusta)

Vladajoči planet: Sonce
Element: ogenj
Dinamika: stalni
Barva: barve sonca od vzhoda do zahoda
Dragi kamen: rubin
Kovina: zlato
Roži: meseček, sončnica
Drevesa: palma, lovor, limonovec, pomarančevec, mirta
Zelišča in začimbe: žafran, rožmarin, poprova meta
Hrana: riž, med, poljščine in vina nasploh
Živali: velike živali, zlasti mačke
Države: Francija, Romunija, Italija
Srečni številki: 1, 7
Dobra dneva: torek, sobota

Lev je samozavesten.

Je drugo ognjeno znamenje. Levova narava je odločna, vztrajna, neodvisna in samozavestna. Ima aktiven um. Živi polno življenje.

Navadno je odkrit, odprt, spoštljiv in s toplo naravnanostjo.

http://goo.gl/cMas2w

Ima močno voljo. Ker je trdno znamenje, je tudi trmast. Posamezniki so vestni, radi se tudi zabavajo. Ceni vse dobre stvari v življenju.

Lev ponavadi zaupa v ljudi, tako kot oven zaupa v življenje. Iz drugih ljudi želi izbezati tisto, kar je najboljše v njih. Je radodaren in ima veliko prijateljev. Lev je čudovit, topel in odkrit prijatelj.

Ljubezen mu pomeni zvestobo. Njegova čustva so močna in iskrena.

Izžareva neko posebno dostojanstvo.

Lev je naravni voditelj. Je avtoritativen. Pri delu želi neomejeno razvijati svoje talente in ustvarjalnost. Je odličen organizator. Najbolj se znajde v poklicih, kjer je lahko ustvarjalen in uporabi svoje organizacijske sposobnosti.

Devica (od 24. avgusta do 22. septembra)

Vladajoči planet: Merkur
Element: zemlja
Dinamika: nestalen
Barva: mornarsko modra, temno rjava, zelena
Drag kamen: sardoniks
Kovina: živo srebro ali nikelj
Roža: rože svetlih barv, majhne rože
Drevesa: vse vrste orehov, lešniki
Zelišča in začimbe: vsa z svetlo rumenimi ali modrimi cvetovi in barvami
Hrana: rastlinski pridelki s podzemeljskimi plodovi
Srečne številke: 4, 5, 8, 6
Dobra dneva: četrtek in sobota

http://goo.gl/FQMeiN

Devica je nagnjena k popolnosti.

Je drugo zemeljsko znamenje. Za devico je značilna želja po popolnosti, ki se kaže v pretirani zahtevnosti in kritičnosti do sebe.

Je pridna, razmišljajoča in skromna. To je um, ki zahteva znanje in podatke. Se hitro uči. Ljubi in ceni umetnost, lepoto in književnost.

Navzven se devica kaže resna, vendar v sebi nosi inteligenten smisel za humor. Je izjemno zvesta prijateljica. Govori zelo premišljeno.

Ima oko za podrobnosti, je točna in natančna.

Devica ima izmed vseh znamenj najostrejše oko za podrobnosti. Najboljša je v poklicih, ki zahtevajo točnost in natančnost. Je iznajdljiva in kaže velike ročne spretnosti.

Devica mora doseči pozitiven spoj njenih lastnosti in če ji to uspe, bo postala praktična, dobra delavka, ki ne bo prenašala nepotrebnih nesmislov in bo stvarno razmišljala o problemih ter verjetno dobro izkoristila svoje zmožnosti.

Tehtnica (od 23. septembra do 23. oktobra)

Vladajoči planet: Venera
Element: zrak
Dinamika: kardinalni
Barva: vsi modri odtenki, rožnata in svetlo zelena
Drag kamen: safir in žad
Kovini: baker, včasih bron
Roža: modre rože, velike vrtnice
Drevesi: jesen, topol
Zelišča in začimbe: arak, ostra paprika, meta
Hrana: krompir, hruške, fižol
Živali: kuščarji in majhni reptili
Srečne številke: 7, 3, 5
Dobra dneva: četrtek in sreda

http://goo.gl/rGcEdI

Tehtnica je drugo zračno znamenje Poznavanje dobrih in slabih strani vsake teme vpliva na to, da se težko odloča.

Tehtnica nagonsko teži k uravnoteženosti in harmoniji. Njeno načelo je upoštevanje drugih in skrb za dobre odnose. Srečna je, ko je okolje ubrano, brez pritiskov in nepotrebnih prepirov. Je mojstrica v pogajanjih, posredovanjih v sporih in sklepanju kompromisov. Kljub njeni potrebi, da jo imajo radi, in odporu, da bi se soočila s težavami, je presenetljivo močne volje.

Je topla, miroljubna in družabna. Oseba je prijetna, sprejemljiva in rada ugaja. Ljubi pravico in ima velik odpor do neprijetnosti. Njen pogled na svet je uravnovešen. Ima smisel za umetnost, četudi ne sledi umetniški karieri.

Za tehtnico je sreča deliti življenje.

Ljubi udobno življenje, je diplomatska, ima smisel za estetiko.

Škorpijon (od 24. oktobra do 22. novembra)

Vladajoči planet: Pluton (v srednjem veku Mars)
Element: voda
Dinamika: stalen
Barva: temnordeča in kostanjeva

Drag kamen: opal
Kovina: železo oziroma jeklo
Roži: geranija, rododendron
Drevesa: trnulja in gosta grmičasta drevesa
Zelišča in začimbe: agava, mačja meta, leska
Hrana: jedi s čim ostrejšim okusom
Živali: raki, večina insektov
Države: Maroko, Norveška, Južna Afrika, Alžirija
Srečne številke: 8, 3, 6
Dobra dneva: ponedeljek in torek

http://goo.gl/dW1hTJ

Škorpijon je drugo vodno znamenje. Škorpijoni so znani kot skrivnostni in zapleteni ljudje. Življenje doživljajo z neverjetno intenzivnostjo. Najmočnejša lastnost škorpijona je izredna zaloga energije.

Škorpijon je strasten, prodoren.

Je znamenje šestega čuta, pri tem so izredno prodorni, že na meji jasnovidnosti. Privlači jih skrito, skrivnostno in prepovedano. Večina škorpijonov zna globoko, prodorno in analitično razmišljati.

Je zvest in očarljiv govornik.

Je zelo zvesta oseba in po tihem ambiciozna. Je močnega duha in kompetenten posameznik. Je tudi neodvisen, ljubezniv in realističen. Škorpijon lahko vpliva na velike skupine ljudi.

Je detektiv zodiaka, ki ne odneha zlahka. Sposobni so delati na nalogah, ki zahtevajo veliko vzdržljivosti.

Strelec (od 23. novembra do 21. decembra)

Vladajoči planet: Jupiter
Element: ogenj
Dinamika: nestalen
Barvi: temno modra, škrlatna
Drag kamen: topaz
Kovina: kositer
Roža: nagelj
Drevesa: hrast, breza, lipa, murva
Zelišča in začimbe: balzovec, janež, žajbelj
Hrana: grozdje, gomoljasta zelenjava, rozine
Živali: konji, divjačina
Države: Španija, Avstralija, Madžarska, Koreja
Srečne številke: 3, 8, 9
Dobra dneva: petek in nedelja

Strelec je navdušen nad svetom, je optimist.

Je tretje ognjeno znamenje, katerega sijaj lahko primerjamo s sončnim zahodom. Zanj je značilen nalezljiv zanos in navdušenje nad svetom. Njegov pogled na svet je pozitiven in optimističen, z upanjem in s pričakovanjem zre v prihodnost. Privlačijo ga

http://goo.gl/feVMPo

potovanja, raziskovanje drugih kultur, iskanje neznanega. V tujini se lahko počuti kot doma ali še bolje.

Ima dobre intelektualne sposobnosti.

Prirojene dobre intelektualne sposobnosti mu omogočajo bistrost in hitro razumevanje kompleksnih vsebin. Širina razmišljanja in hiter uvid v povezave med ugotovitvami mu nudijo dober vpogled v situacijo.

Njegova temeljna narava je paradoksna, po eni strani je nebrzdana, divja, nagonska in po drugi strani razmišljajoča, duhovna in filozofska.

Poln je energije, ki jo izraža na telesnem in miselnem nivoju. Strelci imajo radi šport in rekreacijo. Veliko uspešnih športnikov je rojenih v znamenju strelca.

Usmerjen je k iskanju resnice, smisla in modrosti.

Vedno je usmerjen v prihodnost, k vedno novim ciljem. Pri postavljanju ciljev ni meja za strelca. Njegova iskanja na višjem nivoju so usmerjena v iskanje resnice, smisla in modrosti. Strelec je drugo dvojno znamenje, zato je zanj značilen nemir, kar še poudari njegovo željo po novih ciljih ali reševanju vseh stvari naenkrat. Novi izzivi in cilji ga hitro navdušijo in zato lahko prehitro opusti prejšnjega, še preden ga usvoji.

Poštenost in pravičnost sta visoko na strelčevi lestvici vrednot. Prijatelji cenijo njegov smisel za humor in vedro, optimistično naravo. V družbi je sproščen, vesel.

Kozorog (od 22. decembra do 20. januarja)

Vladajoč planet: Saturn
Element: zemlja
Dinamika: kardinalni
Barva: temno siva, črna, temno rjava
Drag kamen: turkiz, ametist
Kovina: svinec
Rože: divja mačeha, trobelika, bršljan
Hrana: krompir, špinača, ješprenj, pesa
Živali: koze, živali s preklanimi kopiti
Države: Indija, Mehika, Afganistan
Srečne številke: 1, 5, 7

Kozorog je tretje zemeljsko znamenje. Je kot gorska koza močan, vzdržljiv, zanesljiv in odločen. Kozorog trdo dela, je praktičen in discipliniran. Uspe počasi, a gotovo. Vedno mora vedeti pri čem je, ne mara nejasnosti. Je znamenje avtoritete, dolžnosti in odgovornosti. Njegov pogled na svet je tradicionalen in materialističen.

Je globok, počasen in prodoren mislec. Želi doseči odličnost v vsem, kar dela. Samospoštovanje doseže

http://goo.gl/T3JD5Y

skozi trud, lojalnost in doseganje ciljev.

Zanj je značilna potreba po doseganju visokega družbenega položaja. Kozorog je najbolj ambiciozno znamenje horoskopa, čeprav je ta ambicioznost zadržana in ne tako opazna navzven. Načrtuje cilje in jih ima vedno pred očmi. Pri tem izkazuje izreden trud. Ima neverjetno moč za doseganje ciljev. Ve, kaj hoče in kako to doseči.

V odnose vstopa počasi in previdno. Protokol in družbeni obredi so mu zelo pomembni. Drugi ga vidijo kot resnega, melanholičnega in težkega v čustvenem smislu. Kozorog čuti, da dokazuje iskrenost z resnostjo.

Ima nenavaden smisel za humor. V njegovi naravi se vedno najde kakšna avtoritativna poteza.

Vodnar (od 21. januarja do 18. februarja)

Vladajoči planet: Uran (v srednjem veku Saturn)
Element: zrak
Dinamika: stalni
Barva: turkizna
Drag kamen: akvamarin
Kovina: aluminij
Roži: orhideja, trobentica
Drevesa: sadna drevesa
Zelišča in začimbe: vse, ki imajo oster ali nenavaden okus
Hrana: obstojna hrana in tista, ki jo lahko damo zamrzniti
Živali: velike ptice, ki lahko dolgo letijo
Država: Švedska
Srečni številki: 6, 9
Dobra dneva: petek in nedelja

http://goo.gl/4m7q3p

Vodnar je idealist.

Je tretje zračno znamenje. Zanj je značilen objektiven pogled na svet, ki ni obremenjen s težo čustev. Nagnjen je k izrazito idealističnemu pogledu na svet. Zanima ga preučevanje sveta, družbenih sistemov, ekologije, politike. Posebej rad preučuje človeško naravo.

S pomočjo nadpovprečne inteligence in pogleda v prihodnost so njegova videnja in razmišljanja velikokrat nerazumljiva drugim ljudem. Njegova videnja stvari so vizionarske narave, saj je širokega in odprtega duha, ki ne pozna ne praznoverja ne predsodkov.

Je neodvisen, ceni svobodo, je originalen in nepredvidljiv.

Kljub njegovi človekoljubnosti vodnarju veliko pomenita svoboda in individualnost. Zaradi prirojene izvirnosti in originalnosti velikokrat izstopa ali odstopa. Včasih lahko preseže meje zaradi svoje nepredvidljivosti. Z vodnarjem pričakujte nepričakovano.

Vodnar je zanimiv in zabaven sogovornik, ki ga odlikuje originalen smisel za humor. Rad razpravlja o najrazličnejših temah. Svoja stališča in mnenja rad izmenjuje z različnimi ljudmi.

Je vedno pripravljen pomagati. Je ustvarjalen in raziskovalen.

Ribi (od 19. februarja do 20. marca)

Vladajoči planet: Neptun
Element: voda
Dinamika: nestalen
Barva: morsko zelena
Drag kamen: hemetit, mesečev kamen
Kovina: platina
Roža: lokvanj
Zelišča in začimbe: mošus, saharin, cikorija
Hrana: solata, melone, kumare, buče, repa
Živali: vodne živali
Država: Portugalska
Srečne številke: 2, 7, 23

http://goo.gl/yPgc3r

Je drugo dvojno znamenje, poleg dvojčkov, in tretje vodno znamenje.

Osebnost rib je sočutna, ljubeča in nežna. Radi imajo živali in ljudi v stiski. Odlikuje jih metodičnost, idealizem in bogata domišljija.

Čutijo bolečino drugih. Ribe so najboljši prijatelji, ljubeznivi in hkrati z ostro intuicijo. Ljubezen jim pomeni nežno skrb. So prilagodljivi in pogosto prevzemajo vzorce ljudi, s katerimi se družijo. Pogosto se težko izražajo kljub umetniški in poetični naravi ter bogati domišljiji.

Riba zna skrivati svoj pravi jaz.

Potrebujejo prostor, da čutijo, delujejo in se razvijajo v skladu z lastno notranjo naravo.

Riba je najbolj srečna, ko pomaga drugim.

Viri: splet, Majda Planinšek: Velika stara sanjska knjiga, založba Drava, 1990.

Helena Šefer, 8. razred

Teo Grah, 1. razred

Patrik Brumen, 1. razred

Možiček med dimniki

Sem možiček, ki živi med dimniki. Ime mi je Silvo. Oblečen sem v dolgo zeleno suknjo, ki so mi jo naredili in podarili otroci. Na glavi nosim zelen klobuk. Tudi škornje imam, in sicer iz listja, a te sem si naredil sam. Sem deset centimetrov velik, prijazen škrat in imam rad stare, mlade, vesele, žalostne ljudi različnih narodnosti, tako da lahko rečem, da imam rad vse ljudi.

Vsak dan počnem kaj zanimivega. Danes sem se odločil, da grem raziskovat zanimiv gozd. S seboj sem vzel vodo in sendvič s solato in paradižnikom ter štručko. Do gozda sem se odpravil čez bližnji travnik. Tako, zdaj sem pri gozdu. Odločil sem se, da zavijem v levo smer. Ojoj, zagledam medveda! Pomf! Očitno to ni medved, ampak moj prijatelj! To je kuža Tom. Hmm. Mislim, da bi rad šel z menoj raziskovat. Tako sva hodila, dokler se ni stemnilo, nato pa sem mu rekel: »Ojoj, kako hitro je minil dan! Domov morava, Tom.«

K sreči je Tom vohal najine sledi in naju tako privedel iz gozda. Hitro sem prečkal travnik in šel domov. S Tomom se še kdaj srečava, a nikoli več tako pozno zvečer.

Nina Senekovič, 3. razred

Jeza

Ne bom! Ne bom več pridna punčka!

Mamici bom vse najlepše vaze razbila
in naloge ne bom naredila.

Psa bom v kletko zaklenila
in miško bom v mamino sobo spustila.

Kršila! Kršila bom šolska pravila!
Moja punčka se je izgubila ...

Julija Konrad, 4. razred

Moja mama

Moja mami me ima rada,
je zrlo prijazna
in mi pomaga pri nalogi.

Kadar se mi kaj zgodi,
mi vedno pomaga
in mi ob strani stoji.

Mami je le ena na svetu,
je lepa kot rožica in
prijazna kot angel.

Alen Kolarič, 4. razred

Moja mama

Moja mama
je ena sama,
je vedno vesela
in ji je do dela.

Na vrtu
zelenjavo sadi.
Potrebuje pa
nekaj pridne pomoči.

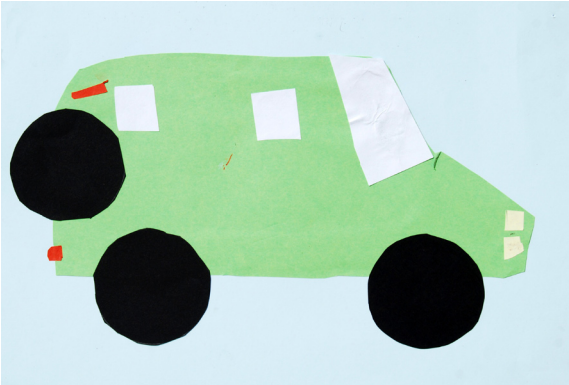
Hitro moje solze posuši,
pri tem se ji nikoli ne mudi.
Pa tudi v službo se ji ne mudi.

Se rada smeji
in ne mara skrbi.
Je dobrega srca
pa tudi prijazna.

Srečno živim z eno
in samo
mojo mamo.

Jonas Kacijan, 4. razred

Gloria Vuzem, 1. razred



Primož Medved, 1. razred

Žana Jeza, 1. razred

Aleks Rudolf, 1. razred

Moja mama

Mama je ena sama,
je kot sonce z neba.

Ko pridem iz šole,
stečem hitro k njej.

Ima kristalno srce.

Je kot zlati žarek,
ki sveti noč in dan.

Je igriva, ljubezniva
in zanimiva.

Carta in poljublja me,
nikoli ne tepe me.

Staša Holer, 4. razred

Mama

Mama je ena sama,
brez nje se res ne da.
Zgodaj zjutraj me zbudi,
ker v šolo se mi mudi.
Zajtrk mi vedno naredi,
brez njega me v šolo ne spusti.

Mama skuha najboljše kosilo,
vedno ga pojem, razen takrat,
ko na mizo postavi problem, to je
zelenjavna juha, ki se dolgo kuha.

Mame boljše na svetu ni,
ker vedno se mi nasmeji.
Ljubezen toplo daje mi,
zato jaz še večjo vračam ji.

Julija Konrad, 4. razred

Mama

Mama dobro srce ima, se rada z mano igra.
V hiši nikoli dolgčas ni,
saj rada me ima.

Vse razume, dobro kuha,
pomaga mi pri domači nalogi ...

Ker tako rada jo imam, razmišljam,
kako jo razveselila bom.
Tedaj se spomnim,
da ves mesec pridna bom.

Laura Škamlec, 4. razred

Jure Kocbek, 1. razred

Tjaša Mihelič, 1. razred

Lara Črnčec, 5. razred

Zoja Škerget, 5. razred

Mama

Mama je ena sama
ljubezniva, igriva in
občutljiva.

Mama je kot sonce,
ki na nebu žari in
se na zemljo smeji.

Mama je kot zvezda,
ki mi ponoči sveti,
ko nimam luči.

Mama je kot roža,
ki neizmerno diši
in za mene skrbi.

Lepšega od mame ni,
čeprav se včasih
razjezi.

Najboljša mami si ti,
boljše od tebe na svetu
širnem ni.

Maja Škamlec, 4. razred

Moj oče

Če mama zboli,
oče takoj čaj z medom
skuha ji.

Čeprav on čistilka ni,
poskrbi, da se
avto zelo sveti.

Ko pa orodje v roke dobi,
ga več ur
z garaže ni.

Če mi matematika
ne gre, za pomoč
takoj pripravljen je.

Taja Murko, 4. razred

Moj očka

Očka glasno montira v hiši,
da se še k sosedu sliši.

Vedno poskrbi,
da avto se blešči.

Tinkara Knuplež, 6. razred

Nika Gamser, 6. razred

Včasih name se jezi,
iz garaže ga nikoli ni.

To povem še vam pa zdaj,
da bi me tepel, bog ne daj!

Jonas Kacijan, 4. razred

Slepa princesa

Nekega dne je živela v gozdu slepa princesa z zlobno sestro. Živeli sta v gradu, ki je bil velik in lep. Slepa sestra pa ni vedela, da je njena sestra hudobna. Zlobna sestra je nekega dne razmišljala, kako naj bi zastrupila svojo slepo sestro. Uporabljala je vse načine, da bi ubila svojo sestro, vendar ji ni nikoli uspelo.

Slepa sestra je bila s svojo sestro prijazna in lepo je skrbela zanjo, saj je bila starejša. Ko sta bili majhni, sta vedeli za drevesno votlino, ki se je skrivala globoko v temnem in strašljivem gozdu. Zlobna sestra ni pozabila, da v drevesni votlini teče strup in da je v njej tudi izvir čudežne vode. Slepa princesa pa je na to že pozabila. Zlobna sestra je vedela tudi to, da v tej votlini živi škrat. Spomnila se je, da če odide v to votlino, ji bo škrat pomagal zastrupiti njeno sestro. Škrat, ki je bil v drevesni votlini, pa ni vedel, da bo zlobni sestri pomagal zastrupiti slepo princeso.

Zmešal je strup. Ta strup je odnesel, kamor mu je naročila zlobna sestra. Srečala sta se pri gozdu. Škrat je odšel domov v votlino in se spomnil, da če to spije slepa princesa, bo on umrl. Odhitel je proti gradu in po poti imel različne pasti. Moral je skočiti čez lavo in čudežno skalo ter čez izvir čudežne vode. Potem ko je škrat skočil čez čudežno vodo, je prijel stekleničko in jo napolnil s čudežno vodo. Škrat je odhitel v grad in stekleničko s strupom ukradel ter vrnil čudežno vodo. Bil je srečen, saj je rešil princeso. Naslednje jutro je zlobna sestra dala tekočino v skodelico za čaj slepi princesi. Ta je to spila. Začelo se ji je vrteti in postala je zelo zaspana. Zvečer se je zbudila. Zlobna sestra je bila zelo jezna. Škrat je dal strup slepi princesi in rekel: »Na, nalij v sestrino skodelico in umrla bo.« Slepa princesa je to naredila, saj je vedela, da jo je zlobna sestra hotela ubiti.

Zlobna sestra je umrla. Čez nekaj let se je slepa princesa poročila s princem. Slepi princesi se je vrnil vid, saj ji je to omogočila čudežna voda. Princesa in princ sta dobila dojenčico in ta je imela čudežno moč. Vsi skupaj so živeli srečno do konca svojih dni.

Nuša Urbanič, 6. razred

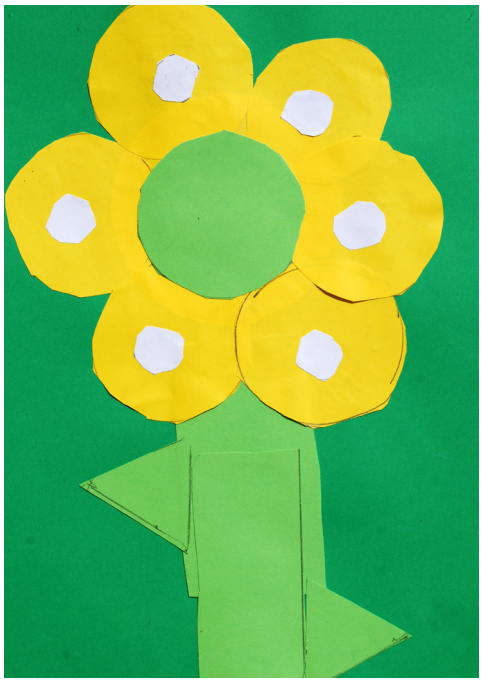
Pravljica

Nekoč pred davnimi časi je živela lepa princesa. Živela je s svojo zlobno sestro. Živeli sta dokaj srečno, a zgodilo se je nekaj groznega.

Lepa princesa je hodila po gozdu in se zabavala. Naenkrat ji je med trnje padla njena ogrlica. Iztegnila je roko, da bi jo pobrala, a se je s trnjem zabodla v obe očesi in postala slepa.

Tavala je po globokem gozdu, ne da bi kaj videla. Kričala je na pomoč, a je noben ni slišal. Naenkrat je nekaj slišala. »Hej, deklica!« je rekel nekdo s hreščečim glasom. »Kdo so, kaj hočeš!?« se je bala deklica. »Jaz sem, škrat, in lahko ti pomagam. Pojdi z menoj in mi zaupaj. Ti boš pomagala meni, jaz pa tebi,« je rekel. Deklica se je opogumila in šla z njim. Vodil jo

Tiana Šipek, 1. razred



Jan Fanedl, 1. razred

je njegov glas.

Prispela sta do velike drevesne votline. Vsaj tako je rekel škrat, saj deklica ni mogla videti. Tudi če ni videla, je tipala in vohala, da je škratu vsak dan lahko pripravila kosilo.

Čeprav se je deklica navadila, da ne vidi, si je želela, da bi lahko vsak dan videla lepe živali in rdeče gozdne jagode.

Za škrata je delala tri leta. Tedaj se je škrat odločil, da ji lahko pove, kako ji lahko pomaga: »Princesa, v tvoje oči je prišel strup s trnja. Lahko ga spravim ven, če mi prineseš vodo iz izvira čudežne vode.« Deklica se je začudila: »Kako bom prišla do njega?« Škrat ji je odgovoril: »Ta srnica te bo vodila.« In v drevesno votlino je pokukala lepa srnica.

Princesa se je pripravila in sledila srnici tako, da je poslušala šelestenje lista pod njenimi nogami.

Med potovanjem do izvira čudežne vode je princesa veliko razmišljala o svoji zlobni sestri. Ta pa je bila med tem zelo dobre volje, saj so jo okronali za kraljico. Sicer bi morala biti kraljica ta slepa princesa, vendar je niso našli na dan kronanja. Zato je postala kraljica princesina zlobna sestra.

Slepa princesa in srnica sta prispeli do izvira čudežne vode. Princesa je tipala za vedrom in ga končno našla. Želela je zajeti vodo, a jo je nekdo ustavil. Bil je volk, kot je sam povedal. Rekel je: »Če želiš mojo vodo, moraš uganiti, katero drevesno vejo držim v gobcu.«

Slepa princesa se ni bala. Šla je bliže in tipala, tipala. Na koncu pa rekla: »Dragi volk, v tvojem gobcu ni veje nobenega drevesa.« Volk je bil malo jezen, a je držal obljubo. Deklica si je lahko vzela vodo in s srnico sta šli k škratu. Ta je slepi deklici pomagal, da je ozdravela. Nič več slepa deklica se je vrnila v grad. Tam so jo spoznali in na novo okronali pravo princeso. Princeskina zlobna sestra pa se je zaprla v majhno izbo, saj je bila zelo jezna. Še vedno je notri. Če že od jeze ni umrla.

Nika Gamser, 6. razred

Čarobna skrinjica

Pred mnogimi leti je živel deček, ki je bil zelo dobrega srca. V svoji stari, razpadajoči hiši je nekega dne našel zaprašen predmet, ki je bil podoben mali ničvredni skrinjici, ki jo lahko vsak dan kupiš na tržnici.

Ker pa je bila dečku skrinjica tako zelo všeč, je ni prodal. Doma je imel le tri novčiče, ki jih je spravil v skrinjico in z njo šel v pekarno po hlebec kruha.

Končno je prišel do pekarne. Tam pa je videl, da nima dovolj denarja za hlebec kruha. Žalostno je odprl skrinjico, vendar ni videl treh novčičev. Namesto njih jih je bilo v skrinjici veliko več.

S tem denarjem je sedaj lahko kupil marsikaj. Ugotovil je tudi, da skrinjica iz ene stvari naredi več takšnih stvari.

Skrinjica mu je dala toliko upanja, da je deček šel pred samega cesarja in ga prosil za njegovo hčer. Cesar mu je obljubil hčer, če izpolni tri naloge. Prva naloga je bila, da mora do sončnega zahoda na dvor prinesti devetindevetdeset mačkov, ki morajo biti iz te dežele.

Ulovil je enega mačka in ga dal v skrinjico tolikokrat, da je imel devetindevetdeset mačkov.

Cesar je bil presenečen in si je hitro izmislil drugo nalogo.«Do sončnega vzhoda moraš uloviti toliko miši, da jih boš naštel štirideset.«

Aljaž Jovanovič, 5. razred

Nika Urbanič, 5. razred

Eva Krel, 5. razred

Tjaša Horvat, 5. razred

Deček je za to nalogo ukradel enega mačka, ki ga je prejšnji dan dal kralju. Ta maček je ulovil eno miš, ki jo je deček dal v skrinjico in nato imel štirideset miši.

Tudi ta dobro opravljena naloga je cesarja presenetila. Za tretjo nalogo je moral prinesti sto lepih oblek za cesarjevo hčer. Tokrat je deček dal šivilji denar za eno obleko, ostale pa je izdelal s pomočjo skrinjice.

Cesar se je odločil, da je deček res vreden njegove hčere. Že naslednji dan sta se poročila in živela srečno do konca svojih dni.

Nika Gamser, 6. razred

Šola v naravi

S šolo smo se odpravili na Areh, v šolo v naravi. Bila sem vesela.

Ko smo prispeli, smo izstopili iz avtobusa in iz njega prinesli vsak svojo prtljago. Dekleta smo odšle v hišo in si postlale postelje ter pripravile bivališče oz. sobo tako, da smo imele dovolj prostora. Ta dan nismo imeli zajtrka, saj smo prišli na Areh ob desetih.

Zato pa smo imeli zajtrk vse ostale dneve. Za zajtrk smo imeli razne namaze, kot so marmelada, maslo, med in pašteta, te pa smo pojedli zraven belega kruha.

Vsak dan, po zajtrku, smo pospravili sobe in postelje, saj je učiteljica sobe ocenjevala.

Potem smo pa odšli smučat. Najprej smo oblekli smučarsko perilo, smučarske hlače in bundo. Nato smo obuli smučarske čevlje ter odšli na smučišče. Tam smo se najprej ogreli, nato pa obuli smuči. Spustili smo se po progi. Učitelj nam je kazal vaje za zavoje, mi pa smo ponavljali za njim. Predzadnji dan smo imeli tudi tekmo. Bila sem tretja.

Po smučanju je bila malica, nato pa počitek. Igrali smo se razne igre, počivali, nekateri pa so se tudi kregali.

Nato, torej po počitku, smo imeli kosilo. Za kosilo smo dobivali različno hrano. Od riža do mesa, krompirja in podobno.

Spet smo odšli smučat. Ponavljali smo jutranje vaje in se igrali razne igre na smučeh. Imeli smo tudi zastonj vožnje, kjer smo se lahko vozili, kot smo hoteli.

Sledila je še ena malica in nato večerja. Po večerji smo imeli razna predavanja. Obiskali so nas lovec, splavar, gospod Franček, ki nam je pokazal slike o lepotah Pohorja in pa astronom. Imeli pa smo tudi Male sive celice in pa Fis pravila.

Ko smo končali s predavanjem, smo odšli v kopalnico, se umili in odšli spat. Bilo je super.

Zoja Škerget, 5. razred

Maruša Žerav, 5. razred

Karin Holer, 5. razred

Maj Zarnec, 6. razred

Florijan Garmut, 6. razred

Šola v naravi

V torek, 13.1. 2015, smo se učenci petega razreda odpravili v šolo v naravi. Bivali smo v Ruški koči.

Prvi dan smo se hitro odpravili na smučišče. Razdelili so nas v tri skupine in tako smo ostali skoraj cel teden. Bila sem v drugi skupini. Po smučanju smo imeli nočni pohod. Pri večerji so me noge zelo bolele.

Naslednji dan smo smučali pet ur, dopoldan tri in popoldan dve uri. Zvečer, ko sem pisala dnevnik, sem imela kar nekaj za pisati, saj nas je obiskal splavar in nam predstavil to dejavnost. V petek je bil čas za tekmo. Bila sem živčna in bala sem se, da bom padla. A na srečo nisem. Strah in živčnost sta bila odveč, saj sem na koncu zasedla drugo mesto.

V soboto je bil čas odhoda. Bila sem malo žalostna, da odhajam, hkrati pa vesela, da se vračam domov. Šola v naravi je bila hitro končana, vsaj za mene.

Lara Črnčec, 5. razred

Dobil sem trampolin

Neke majske nedelje, ko sta bila pri meni bratranec in sestrična, je bil prav poseben dan, saj sem dobil trampolin.

Tega sprva sploh nisem vedel. Ko smo po kosilu šli igrat računalniške igrice, je prišel ati in mi rekel, naj pridem ven. Seveda nisem vedel, zakaj, a sem vseeno šel. Nato sem na dvorišču videl dve veliki škatli. Ko sem ju odprl, sem v eni našel dele za trampolin, v drugi pa mrežo zanj. Takoj sem ga želel sestaviti. Sestavljanje je vzelo kar nekaj časa, vendar se je splačalo.

Ta trampolin je izjemen. Tako smo se na njem zabavali, da nas je zvečer vse bolelo. To je bil izjemen dan.

Rene Bračič Rajšp, 5. razred

Potovanje z domišljijo – Kako sem si zlomila roko

Bil je lep pomladanski dan. S sestro in sestrično smo se odločile, da se gremo rolat.

Rolale smo se kar nekaj časa, dokler se meni ni pripetila nesreča. Spustila sem se po hribu, na drobnih kamenčkih pa mi je zdrsnilo. Ko sem se naslonila na steber, je babica mislila, da sem na steber padla. Bolela me je roka, vendar ni bila otečena in modra, zato nismo šli k zdravniku. Ko je popoldne prišla mama iz službe, mi je roka že otekla. Odšli smo v bolnico in poslali so me na slikanje. Zdravnik mi je povedal, da

Gala Bračič, 1. razred

Laura Gragar, 9. razred

imam zlomljeno zapestje. Napotili so me v mavčarno, kjer so mi nadeli mavec. Mavec smo šli zamenjat čez tri tedne, ko so ponovno opravili slikanje. Zdravnik mi je povedal, da se kost ni pravilno zarasla in bi mi jo morali ponovno lomiti. Za ta poseg se nismo odločili, ker je bilo odstopanje zelo majhno. Nadeli so mi mavec, ki je bil trši od prejšnjega. Ko sem naslednji dan prišla v šolo, so se mi vsi podpisali in še nekaj narisali. Ati mi je narisal zajčka, sestra pa metuljčka.

Maruša Žerav, 5. razred

Nesreča na treningu

Bil je lep dan. Odpravil sem se na trening. Tja sem se odpravil nekoliko prej, da ne bi zamudil. Prijatelji so že brcali svoje žoge. Jaz sem bil v golu.

Čez nekaj minut je prišel trener. Začeli smo s treningom. Najprej smo delali vaje za ogrevanje. Z njimi smo hitro končali. Ko je trener rekel, da moram iti v gol, sem videl starše, ki so se peljali po travo za krave. Na vrsto je prišel Rok, ki je brcnil žogo naravnost v moj obraz. Pri tem mi je zlomil zob. Kasneje smo ugotovili, da je bil mlečni.

Pri športu se lahko zgodi veliko stvari, zato moramo biti bolj pozorni.

Vojko Breznik, 5. razred

Tekmovanje

V petek, 6. marca, smo odšli v Srbijo. Vožnja je bila zelo dolga, a zanimiva.

Ko smo prispeli, smo odšli v hotel. Ta je bil star in malo strašljiv. Ko sem pogledala skozi okno, sem videla veliko potepuških psov. Eden izmed njih ni imel zadnje tačke. Odšli smo na večerjo in nato spat. Zjutraj smo se uredili in pojedli zajtrk. Bil je zelo dober. Po zajtrku smo odšli v sobe, se preoblekli in odšli v glasbeno šolo. Tam se je odvijalo tekmovanje. Ko sem bila na vrsti, sem odigrala pesmi. Po tekmovanju so povedali rezultate. Imela sem šestindevetdeset točk od stotih. Dobila sem zlato medaljo in priznanje.

Odšli smo na sok in nato domov. Vožnja je minila hitreje kot prej. Bila sem vesela, ko smo prišli domov.

Zoja Škerget, 5. razred

Potovanje z domišljijo – nadaljevanje

Aleš in njegov mlajši brat sta se odpravila na domišljijsko potovanje. Odpravila sta se v gozd, kjer rastejo pravljice. To je bilo čisto drugačno potovanje kot takrat, ko sta se odpravljala s starši.

Prišla sta v neznan kraj. Bila sta že zelo lačna. Poklicala sta mizico pogrni se. In ta se je res prikazala. Ko sta pojedla, sta se odpravila naprej. Prišla sta do nekega čudežnega vozila. Bil je leteči krožnik, ki je bil v notranjosti prazen. Spraševala sta se, zakaj je prazen. Samo jaz vem, ker sem pisateljica te zgodbe. Vesoljca sva bila midva z bratom. To potovanje je bilo zelo kratko, a zanimivo.

Potovanje se je hitro zaključilo, saj je nenadoma stopila v sobo mama in naju povabila k večerji.

Martina Kukovec, 5. razred

Magnetni deček

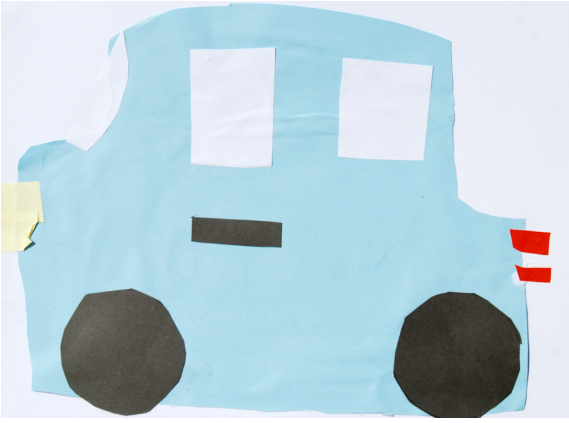
Netek je bil deček, ki je bil zelo osamljen. Menil je, da ga nihče ne mara, ne razume in se mu vsi ogibajo. Odločil se je, da bo šel k Albertu, ki je bil magnetolog. Albert ga je namagnetil.

Netek je privlačil vse okoli sebe, razen živih bitij. Na sebi je imel vse železne predmete. Vsi so se mu smejali. Počutil se je slabo, saj je bil en teden namagneten. Takšen ni več želel biti. Hotel se je odmagnetiti, a mu ni uspelo. Zvečer, ko je šel spat, je razmišljal, kako bi bilo lepo, če bi imel prijatelje. Zjutraj se je zbudil in je bil odmagneten.

Šel je ven in se začel družiti s prijatelji.

Metka Zemljič, 5. razred

Nik Lorenčič, 1. razred



Andrej Holer, 1. razred

Magnetni deček

Netek je bil zelo osamljen. Zdelo se mu je, da ga nihče ne mara. Odločil se je, da bo šel k Albertu, ki je bil magnetolog. Albert ga je namagnetil.

Netek je odšel. Naslednji dan je bilo v šoli zelo čudno. Nanj se je prijelo železo, še kljuka sosednje hiše je priletela k njemu. Ni vedel, zakaj pa ne privlači sošolcev in prijateljev, tudi mama ga je še vedno zavračala. Osamljen je bil kot še nikoli. Ves obupan je šel k Albertu. Zaupal mu je svoje težave, ampak mu ni mogel pomagati. Svojo težavo je zaupal še svoji razredničarki. Ona je nato povedala za njegovo težavo vsem v razredu. Od tistega trenutka so ga vsi začeli spraševati, kako se je to zgodilo in niso ga več zavračali. Tudi mama mu je pomagala in se mu opravičila.

Od takrat je bil Netek najbolj srečen deček na svetu.

Lara Črnčec, 5. razred

Strahovi v mojem stanovanju

Imel sem sedem let, ko sem gledal grozljiv film, in sicer z naslovom Frankenstein.

Ko sem v temi odšel po stopnicah v svojo sobo, sem si domišljal, da je v njej grozljiv Frankenstein. Stekel sem nazaj po stopnicah in se skril v dnevno sobo. Nato sem se šel umit in spat. Ves čas sem imel pred očmi njegov obraz, zato nisem mogel zaspati. Pokril sem se čez glavo in slišal čudne zvoke. Pokukal sem izpod odeje in videl, da je zelene barve, imel je zelo stara oblačila in velike škornje.

Naslednje jutro sem mami povedal, da sem zelo slabo spal in da sem imel nočne more. Opisal sem ji vse, kar se je dogajalo. Mama je predlagala, da greva v trgovino po nočno lučko, saj se mi je stara pokvarila.

Odkar imam v sobi nočno lučko, me ni več strah, da bi videl obraz Frankensteina.

Nik Repa, 5. razred

Torba me je nesla v narobe šolo

Zjutraj sem se zbudil in videl, da me je oblekla omara. Odšel sem do torbe in ta me je kar naenkrat dvignila in z enim korakom sem bil v šoli.

Tam smo se s prijatelji spremenili v stole. Na nas so pa sedele mize. Ko je prvič zazvonilo, smo se spremenili v učitelje, učitelji pa v učence. Bil je ponedeljek in na urniku je bila športna vzgoja. Ker smo imeli veliko priložnost, smo se malo poigrali in celi dve uri so morali teči. Po teku je bila malica, ki je trajala 10 minut. Pri slovenščini so morali napisati osem strani. Pri družbi so imeli eno minuto časa, da se naučijo.

Ko bi le bil takšen svet, da bi učitelji videli, da nam ni lepo.

Tilen Lorber, 5. razred

Zlata lira

Pred mnogimi leti je živel deček, ki je bil zelo dobrega srca.

V svoji stari, razpadajoči hiši je nekega dne našel zaprašen predmet, ki je bil podoben liri. Poskusil je zaigrati, a ko je zabrenkal, se lira ni hotela oglasiti. Poskušal je in poskušal, a lira ni in ni hotela igrati. Naslednji dan, ko je deček hotel obrisati prah z lire, je opazil, da je samo iz zlata. Oddajala je prečudovit zvok. Tako je deček šel po mestu in igral na liro.

Nekaj dni je igral in igral. Lira pa je spregovorila. Povedala mu je, naj gre na Ledeni breg. In res. Deček je šel z liro pod ramo na Ledeni breg. Tam je srečal tri dobre vile, ki so šivale. Deček ni hotel, da bi se zbodle v prst, zato jim je iz kamenčkov naredil naprstnike. Ker so mu bile vile hvaležne, so želele liro zamenjati za prstan. A deček je že takoj posumil, da to niso vile, ampak čarovnice.

Hitro je ucvrl na drugi konec brega. Tam je za veliko skalo našel zlate strune, ki jih je želel dati na liro, a najprej je moral poiskati ključ, ki je bil skrit v žepu najbolj stare in zgubane čarovnice. Deček je ukanil čarovnice in dobil ključ.

Tjaša Gamser, 9. razred

Tristan Hudales, 9. razred

Zlate strune je prilepil na liro, ki je, ko si zabrenkal na njo, dajala hrano, ki je dečku in materi nikoli ni zmanjkalo. Čarovnice pa so potonile v pogubo in umrle.

Eva Konrad, 6. razred

Dnevnik Tomažka

Brdo pri Lukovici, 23. 10. 1890

Dragi dnevnik!

Spet ti pišem. Nimam nikogar drugega, ki bi mu lahko zaupal, kaj me teži. Pogrešam svoj dom. Pravi dom. Četudi sem bil cel dan na ulici, mi je bilo bolje kot tukaj.

Vsak dan sem tepen, vsak dan naredim nekaj narobe. Ali me okrega Matevž ali pa me zbada Tinče. Do sitega sem se nazadnje najedel pred dvema tednoma, ko sva z Matevžem odšla do Andreja, pa še tisto mi je bilo premalo, da bi nasitil svoj želodec. Od takrat sem vsak dan pojedel, če se je le dalo, košček kruha in popil iz studenca pest vode. Če pa me je Matevž dobil, je bilo hudo. Marušica pa ga je k temu spodbujala. Takrat, ko Matevža ni bilo doma, sem smuknil pod hruško, kjer sem opazoval, kako cvete sad. Mimo so vsak dan hodile ženske in me spraševale, če mi kaj manjka. Če sem jim odgovoril, da že nekaj dni nisem jedel, da sem le pil, so mi odvrnile, da to še ni tako hudo. Ena mi je rekla, da bi bilo bolje, če bi umrl, kar bi bilo res, ampak jaz še hočem živeti, čeprav vem, da ne bom več dolgo tukaj. Trenutno so vsi za mizo in jedo, mene pa so spodili v sobo, da nimam kaj gledati, kako oni jedo. Vsak večer je enako. V sobo pride Tinče pogledat, če že spim. Če še bedim, odide. Ko pa vidi, da spim, pokliče Matevža, ki me zbudi s pretepom in mi vsakič znova pravi, da bom spal, ko bom kaj dobrega naredil. Ugovarjati mu ne upam. Kako je bilo lepo, ko še ni bilo Tinčeta. Hranil me je kot pravega sina. Ko pa je prišel, se mi je začelo slabo goditi. Danes, ko sem sedel pod hruško in spet gledal že zrel rumen sad, je mimo mene prišel neznanec. Videl je, kako sem gledal sad. Približal se je in ga utrgal. Proseče sem rekel, naj ga da meni. Dal mi ga je in že sem ugriznil vanj. Končno sem spet začutil svežino v ustih. Takrat pa je po cesti navzdol prikorakal Matevž. Ko je videl, da jem sadež z njegove hruške, me je hotel pretepsti. V tistem trenutku pa je mimo prišel Sadjarjev Korl in premlatil Matevža. Takrat sem prvič videl pretep, ki ni bil izveden na meni. Priča temu je bil tudi Zavratarjev Mihola, ki je trdil, da ni ničesar videl in slišal. Tako ga še Matevž niti tožiti ni mogel. Sedaj sedim za mizo in ti pišem. V prsih imam čuden občutek, ki se ga ne da razložiti. Ne morem se ga otresti.

Počasi se bom odpravil spat, ker vem, da bom ponoči zaradi Matevža spet buden. Upam, da mi bo pred spanjem pustil spiti še vsaj en kozarec vode, da bom lažje zaspal. Lahko noč!

Tomažek

Vesna Ornik, 8. razred

Moj oče

Mojemu očetu je ime Vladimir. V družini ga kličemo Vlado. Star je štiriinštirideset let. Po poklicu je ključavničar in se ukvarja s kovino.

Je visoke postave. Ima črne lase in rjave oči. Njegovi hobiji so: oblikovanje lesenih in železnih lutk, dela na vrtu in kuhanje. Včasih se jezi, ker kakšno stvar razbijemo ali uničimo. Rad igra nogomet in druge športe, a mu je poškodba na nogi to za nekaj časa onemogočila. Ima veliko bratov, nima pa sestre, je najmlajši. Oče je že od malega živel v Spodnjem Jakobskem Dolu. Tam živimo tudi mi, od njegove rojstne hiše smo oddaljeni le nekaj metrov.

Zelo rad kuha. Pozna veliko receptov, ki so zelo dobri. Včasih se z mamo prepirata, a se hitro pobotata. Rad ima nas in našega psa. Je zelo dober oče, ki zelo lepo skrbi za našo družino, zato se z njim vedno zabavamo.

Gregor Sulcer, 8. razred

Moj oče

Mojemu atiju je ime Maksimiljan. Ima isto ime kot moj dedek (njegov oče), ki je že umrl. Živel je v Porčiču, dokler se ni poročil z mamo in se preselil k njej. Ati je star oseminštirideset let.

Po izgledu je velik okoli sto sedemdeset centimetrov. Je svetle polti in nima las. Ušesa ima velika po babici. Njegove oči so modre barve. Eden izmed njegovih zob je zlat. Ati je suh. Nos ima kar velik. Dlani ima tudi precej velike.

Rad fotografira. Doma ima tri velike profesionalne fotoaparate. Včasih ga tudi jaz prosim, če lahko naredim nekaj fotografij. Ima tudi objektive za fotoaparate. Ko je bil še mlad, je hodil fotografirat razne poroke, predstave ... Še zdaj veliko fotografira.

Zelo rad teka. Velikokrat, ko gremo na morje, teče okoli otoka, včasih tudi okoli jezer. Rad ima ribe in vse, kar je pečeno. Rad je tudi zelenjavo in sadje. Igra tudi nogomet in se igra s psičko Lajko.

Dela na Telekomu Slovenije. Je šef za oddelke za pomoč uporabnikom. V osnovni šoli je imel same odlične in prav dobre ocene. Na koncu šole so ga izbrali, da dobi štipendijo.

Veliko hodi na službena potovanja: v Ameriko, London ... Je bistrega in humornega značaja. Velikokrat se pošali. Zelo ga imam rada.

Anja Krautič, 8. razred

Moja mama

Moji mami je ime Karmen. Stara je sedeminštirideset let. Je malo višje postave. Včasih je stroga, a velikokrat je zelo prijazna. Po poklicu je trgovka.

Moja mama ima srednje veliko glavo. Ima krajše lase, ki so rjave barve. Njene oči so zelene barve. Mamin nos je malo daljši, a se ji poda. Ima srednje velika ušesa in usta. Ima tudi lepe zobe. Njene roke so malo daljše in ima malo večje dlani. Ima lepo oblikovan pas. Njene noge so malo daljše. Ima tudi malo večja stopala. Njena najljubša hrana je pica, a tudi vse ostalo ima rada. Njena najljubša pijača je voda ali sok. Njen najljubši topli napitek je kava. Nosi tudi očala.

Moja mama je alergična na kovino. Včasih je tudi zelo zaposlena, zato je ne vidim veliko. Imam jo zelo rada.

Maja Kukovec, 8. razred

Moja sestra

Moji sestri je ime Glorija. Stara je štiri leta. Letos bo prišla v vrtec, drugo leto pa v šolo.

Glorija ima kratke lase in je majhna. Imam jo zelo rad. Ima rjavo črne lase. Je najmlajša v naši družini. Ima majhna ušesa in velike oči. Glorija ima na obeh rokah polno zapestnic. Njena najljubša risanka je Nodi. Zelo je nagajiva, čeprav je zbolela za boleznijo krvnega raka (levkemija). Zelo rada bi že šla v vrtec. Vsaki dan si že pripravlja stvari za vrtec. Zelo rada posluša otroške pesmi in posluša pravljice, zato ji mama vsak dan, ko gremo spat, prebere dve ali tri strani pravljice. V Ljubljani ima zelo dobre prijatelje.

Zelo rada obiskuje Ljubljano, saj ima zelo rada zdravnice in zdravnike.

To je moja sestra.

Jasmin Vuzem, 8. razred

Jasmina Hobot, 8. razred

Moja sestra

Sestrino ime je Sara. Stara je dvajset let. Izšolala se je za medicinsko sestro. Pripravništvo je opravljala v Zdravstvenem domu Lenart. Po pripravništvu je tam tudi začela delati.

Zame je najlepša sestra. Ima lepe dolge lase. Ko je bila majhna, je imela rjave, zdaj pa si jih je pobarvala na blond. Njene oči so zelo svetlo zelene. Nos pa je zelo majhen. Ima majhna usta. Zobe pa lepo bele. Ušesa ima majhna in zelo rada nosi uhane. Na levem ušesu ima dve luknjici za dva uhana. Sara je zelo majhna za njeno starost. Visoka je 141 cm. Njena teža je štirideset kilogramov. V prostem času rada kuha. Velikokrat pride po mojo psičko in jo odpelje k njenima psičkoma. V prostem času zelo rada pride domov, kjer se igra z živalmi. Zdaj že nekaj let živi pri svojem fantu. Zelo rada ji povem stvari iz otroštva, ker se jih ona ne spominja. Ko je bila še otrok, je imela bolezen, zaradi katere ostanejo posledice. Posledice bi lahko bile hujše kot pozabljanje stvari. Prav zato sem vesela, da je zdrava.

Po srcu je zelo dobra oseba. Zelo rada ima živali. Ko je jezna, jezo zadrži v sebi. Rada jo imam takšno, kot je.

Nika Škerget, 8. razred

Anja Krautič, 8. razred

Moja sestra

Moji sestri je ime Alina. Stara je tri leta in rada obiskuje vrtec.

Ima dolge svetlo rjave lase, temno rjave oči in dolge trepalnice. Njen nos je majhen, prav tako ušesa. Njene roke so majhne in stopala prav tako. Rada je različno sadje in zelenjavo, prav tako tudi meso. Najraje ima kakšne sladkarije. Njena najljubša barva je rumena. Rada se igra s svojimi igračami, ki jih ima veliko. Njen konjiček je igranje igric na računalniku ali telefonu. Veliko že zna in je tudi pridna. Včasih malo ponagaja in me razjezi. Zelo rada bi že hodila v šolo.

Mojo sestro imam najraje na svetu in tudi ona ima rada mene, sva tudi najboljši prijateljici.

Mineja Draškovič, 8. razred

Moj brat

Bratu je ime Blaž. Zelo rad je na računalniku in igra igrice. Velikokrat se z njim skregam. Drugače pa je zelo prijazen. Obiskuje osnovno šolo v Jurovskem Dolu. Star je štirinajst let in hodi v deveti razred.

Ima podolgovato glavo. Temne, svetlo kratke lase in modre oči. Je velik in suh.

Ima dolge roke in noge, ki so tudi malo ranjene. Brat ima veliko prijateljev in prijateljic.

Pogosto ga ni doma, saj pomaga svojemu prijatelju pri učenju in hodi na različne rekreacije. Ne uči se preveč rad, a se mora, če hoče narediti še druge šole. Tudi v šolo se mu včasih ne da, saj je raje doma. Ima veliko stvari: telefon, računalnik, MP3 in televizijo. Zbira karte nogometašev, različne slike in kovance.

Vesela sem, da je moj brat. Želim mu veliko uspeha še v drugih šolah. Naj ostane prijazen, spoštljiv in dobrosrčen.

Jasmina Hobot, 8. razred

Prekratko življenje

V svojem otroštvu sem se zelo rad igral z živalmi, saj jih imam neizmerno rad. Najbolj so mi pri srcu mačke. Včasih sem po cele dneve sedel v travi in jih božal po njihovih toplih kožuščkih. Spomnim se, da sem tiste trenutke pozabil na vse skrbi, ki so me pestile.

Nekega dne pa se je skotil prav čudežen mladič. Nadel sem mu ime Miki. Z njim sem spoznal krutost in kratkost življenja. Bil je lep počitniški dan, ki mu je kot ponavadi vlival hrepenenje po igri in zabavi. »Miki, Miki, kje si?« Takšno vprašanje sem po navadi izrekel vsako jutro, ko sem prišel iz hiše, pa če je bilo vreme deževno ali pa sončno, brez kakršnega koli oblačka, ki bi mi vlival misel na dolgočasen dež.

Tisti dan pa je sonce še posebej lepo žarelo na moj veseli obraz in kot ponavadi sem se z Mikijem igral v travi in užival radosti življenja. Večkrat sem zaradi ljubezni do njega pozabil na kosilo, zaradi česar je bila mati sila nezadovoljna. Temu mačku pa ni bilo usojeno, da bi odrastel in z mano živel dalje. Popoldan sem opazil, da se je Miki grel na avtomobilskem kolesu, vendar nisem slutil nobene nevarnosti in kančka zaskrbljenosti. Ko sem stopil čez hišni prag, sem opazil očeta, ki se je ravnokar nekam odpravlja. Pobožal me je po glavi. »Adijo, sinko. Takoj bom nazaj!«

Nato se je usedel za volan. Ko je prevozil nekaj metrov, pa sem zaslišal mil glasek. V duši sem začutil, kot da me je klical. Stekel sem čez prag, upajoč, da se ni zgodilo, česar sem se tako bal. Nato pa sem ga opazil. Ležal je na cesti, z odprtimi očmi, ki so spraševale: »Zakaj jaz, zakaj ravno jaz?« Stekel sem do njega. Teh občutkov ne znam opisati. S svojima tačkama je zadnjič segel proti meni, kot bi si želel še zadnjega toplega in ljubečega dotika. Nato je zatisnil tiste zelene, mogočne oči polne radosti. V tistem trenutku me je v duši zaskelelo, kot bi stopal po iglah. Nato sem se razjokal in stekel stran, daleč stran. Spomnim se, da sem jokal več ur in se spraševal: »Zakaj ga tokrat nisem vzel v naročje, kaj me je tokrat gnalo čez prag?«

Mama mi je v tistih najbolj tragičnih trenutkih življenja ponujala vse, da bi me potolažila, jaz pa sem jo nehote ignoriral in preziral. Moj brat Alen in mati sta ga pokopala na vrtu, mene pa ni bilo zraven, saj me je preveč bolelo spoznanje, da tistih hrepenečih oči in tistih prelepih dni nikoli več ne bo in da bom v kotičku svojega srca za vedno čutil praznino zaradi tistega mračnega in neusmiljenega dne. Takšni žalostni dogodki so se kasneje zgodili še večkrat. Vsakokrat sem zajokal, vendar takšne silne žalosti kot prvič nisem začutil nikoli. Od tistega dne dalje se z mačjimi mladiči nisem več veliko igral, saj sem spoznal silno bolečino, ki zadene srce ob slovesu.

Kristjan Reisman, 9. razred

Modni oblikovalci napovedujejo zabavno raznolikost materialov. Od lanske kolekcije pa se razlikuje dolžina krila, letos so te dolžine nad koleni, s čimer se dobro podajo suknjiči, ki poudarijo silhueto ženske. Gucci, Prada, Dolce&Gabbana, Armani, Versace so znamke oblačil, ki jih je težko spregledati.

Zimska kolekcija 2015

Dekleta bodo nosile rjavo-sive suknjiče. Obleke bodo črne barve, da poudarijo lepoto ženske. Nosila bodo črna krila s črnimi pikami ali krila s črnim perjem. Od frizur bodo izstopala tista dekleta, ki bodo imela ravne lase ali kodre, saj se podajo k črni barvi.

http://goo.gl/D0oM7F

http://goo.gl/3JOd1g

http://goo.gl/Pb8uIi

http://goo.gl/bJ9A66

http://goo.gl/BsJUf3

Moški bodo nosili temne barve suknjičev. Srajce bodo bele, saj predstavljajo svežino. Leto 2015 bo skrajno elegantno, vendar preprosto. Nosili bodo svetlejše hlače in rjave elegantne čevlje. V zimskem času 2015 bodo nosili tudi barvne suknjiče, kravate, hlače, tudi čevelj bo žive barve. Moški se bodo spremenili v mladeniče in mladi fantje bodo postali moški. Trendovske pričeske za moške 2015 so brezčasne, dinamične in vsestranske.

Moda v jeseni 2015

Prevladujoče vzdušje kolekcij je kombinacija ženstvenosti in moškosti z oprijetimi oblekami in drapiranimi zgornjimi deli, ki se nosijo pod moškimi suknjiči ter motorističnimi in letalskimi jaknami. Med tkaninami najdemo svileni krep, svileni saten, gladek kašmir in žamet. Plašč iz umetnega usnja dodaja teksturo z detajli v obliki bleščic in vezenin s kamenčki. Škornji bodo do kolen. Vsebovali bodo majhno peto. Bodo preprosti črni ali rjavi.

http://goo.gl/nA8nzn

https://goo.gl/TkoRSZ

Pri frizuri ni posebne razlike kot v modi 2014. Dekleta bodo imele preproste frizure, saj oblikovalci skušajo vstopiti v leto 2015 čim bolj preprosto, kot je bilo včasih. Menijo, da je čas za nove spremembe.

V jesenskem času bodo moški nosili barvaste srajce in kravate. Nosili bodo navadne črne semiše. Kot modni dotatek bo predstavljala ura, ki se bo podala k srajci. Nosili bodo modre suknjiče. Jesen bo preprostejša od zimske palete barv.

http://goo.gl/grXqKM

Pomlad 2015

Trent v pomladi se vrača v 60. leta. V modi bodo rožice, in nam bodo prijale na pomlad, in različica cvetličnega potiska, ki je celo večja in bolj poudarjena. Rožice na oblekah se bodo mešale s pikami, tako se bodo ženske počutile svobodno, vendar elegantno. V tem letu bo izstopal stil naravna lepotica. Kot modni dodatek bodo krasile ženske torbice. Bodo priročne, vendar ne prevelike. K preprostemu stilu pa se bo prilagajala rjava usnjena torbica, ki bo poudarila svežino obleke.

http://goo.gl/ENNovr

http://goo.gl/Lemgrl

Obutev bo v letu 2015 bo skrajno dolgočasna. Robati škorenj, eleganten semiš polškorenj ali klasičen nizek usnjen čevelj na vezalke. Na sprednjem delu škornja bo zlata priponka ali razni motivi.

http://goo.gl/DsGVbo

Pomlad in poletje bosta osredotočena na vrhnje modne dodatke. V modi bodo veliki klobuki. Na klobuku pa bodo razni motivi, ki bodo barviti.

http://goo.gl/ZgdwSS

Fantje bodo v poletju nosili preproste hlače in majice. Njihova paleta barv bo temna. Vendar pa bodo izstopala modna očala, ki bodo iz lesa.

http://goo.gl/I8f7RV

http://goo.gl/gtQLS0 http://goo.gl/iUabQi

Moda v poletju 2015

Tokrat je oblikovalec izbral živo paleto barv, zato je njegova kolekcija resnično sveža in živa. Leto 2015 naj bi bilo izredno toplo leto, zato bodo dekleta nosile kot pokrivalo raznolike pajčolane.

http://goo.gl/XDMEpp

http://goo.gl/rTMA04

Obleke bodo v zelo različnih barvah. Sive, črne, bele, rdeče in roza. Prevladovali bodo čipkasti rokavi, ki poudarijo lep obraz ženske. Lasje bodo speti navzgor v zaplet kite. Dekleta bodo nosila ogrinjala in velike slamnate klobuke, ki se podo prilagajali obleki ali krilu. Obutev se ne bo veliko spremenila od leta 2014. Dekleta bodo nosila elegantne sandale. Eleganti obleki pa se bodo prilagajali polškornji ali eleganten čevelj s peto.

Moški ne bodo nosili navadnih kratkih hlač. Nosili bodo usnjene kratke hlače. Kot majico bo predstavljala navadna kratka majica. Kot modni dodatek bo v modi srebrna moška ura, ki bo se podala vsem oblačilom.

http://goo.gl/OQ7sGt

http://goo.gl/xyBOqd

Sanja Bračič, 8. razred

Marcel Simonič, 1. razred

Katy Perry

http://goo.gl/2fD5zj

Katheryn Elizabeth Hudson oz. Katy Perry je znana pevka. Rodila se je 25. oktobra 1984 v Kaliforniji. Do sedemnajstega leta je pela v cerkvi, saj sta bila njena starša duhovnika. Ko je dobila splošno diploma, se je odločila, da bo pustila šolanje in se posvetila svoji glasbeni karieri. Pri devetih letih je začela hoditi na učne ure petja, vse tja do šestnajstega leta. Kratek čas pa je tudi študirala italijansko opero. Pri petnajstih letih je posnela svoj prvi glasbeni album. Album je bil neuspešen, saj je založba z letom 2001 nehala delovati. Kasneje si je spremenila priimek v dekliškega, saj je njen prejšnji bil preveč podoben imenu ameriške igralke. Pri sedemnajstih se je preselila v Los Angeles. Katy se je pojavila tudi na televizijskih ekranih, bila je gostujoča sodnica na The X Factor v Dublinu leta 2010. Izdala je tudi svojo lastno dišavo Purr. Katy Perry je povezana z ustvarjanjem vseh svojih projektov, posebno pri pisanju pesmi. Ko se je naučila igrati na kitaro, je začela pesmi pisati kar doma in jih kasneje predstaviti producentom. Najbolj jo navdihnejo specifični dogodki v njenem življenju. Pravi, da se ji zdi lahko pisati pesmi o strtem srcu.

Chuck Norris

http://goo.gl/0h2RQH

Chuck Norris se je rodil v Ryanu v Oklahomi. Oče je bil mehanik in voznik. Pri svojih 16. letih se je z mamo in brati preselil v Kansas, kasneje pa zaradi ločitve staršev še v Kalifornijo. Imel je dva mlajša brata, Weilanda (umrl) in Aarona, ki je producent v Hollywoodu. Chuck je o svojem otroštvu vedno govoril, da je bil plah, suh in povprečen otrok. Njegovi vrstniki so ga vedno zasmehovali zaradi njegove mešane narodnosti. Leta 1963 je dobil prvega otroka z ženo Holechek. Ima 3 otroke. Norris je še vedno ljubezniv do svoje družine, njegova starejša sina sta poročena. Živi v Houstonu in ima ranč. Še vedno ima tudi majhno stanovanje v Los Angelesu. Zaposlen je v družbi KickStart s sedežem v Dallasu in Houstonu.

Ellen Lee Degeneres

http://goo.gl/fFv2fV

Je ameriška igralka, TV voditeljica, stand up komedijantka. Rodila se je 26. januarja 1958 v Louisiana, ZDA. Ima enega brata, ki je producent. S svojim bratom sta živela ločeno, saj sta se starša ločila. Znana je po vlogi v filmu Mr. Wrong, posodila je glas Dory v animiranem filmu Reševanje malega Nema, za katerega je prejela nagrado za najboljšo stransko igralko. Vodi svojo lastno pogovorno oddajo Ellen, in sicer od leta 2003, v kateri intervjuva znane osebe. Med drugimi je igrala v številnih drugih filmih. Prvič se je pojavila na televiziji leta 1980. Vodila je tudi oskarje in emije. Osvojila je že 13 emijev in številne druge nagrade. Pred kratkim je dobila svojo zvezdo na Hollywood Walk of Fame.

Jennifer Lawrence

Je ameriška igralka. Rodila se je 15. avgusta 1990, ima dva starejša brata. Hodila je na srednjo šolo Kammerer. Igrala je v Igrah lakote, Možje X: Prvi razred ... S filmom Igre lakote je prejela tudi nagrado za najboljšo žensko vlogo in za najboljši pretep. Postala je najbolje plačana akcijska igralka, označili so jo tudi za najbolj talentirano mlado igralko v Ameriki. Ob za-

http://goo.gl/aTl7wq

četku svoje kariere je živela v New Yorku, sedaj pa živi v Kaliforniji. Rada slika, igra kitaro, surfa. Na sceno se je prebila z filmom Na očetovi sledi, ki je leta 2010 prejel nagrado za najboljši film. Diplomirala pa je kar dve leti prej, da bi se lahko osredotočila na igralsko kariero. Kritiki njene nastope zelo hvalijo.

Rihanna

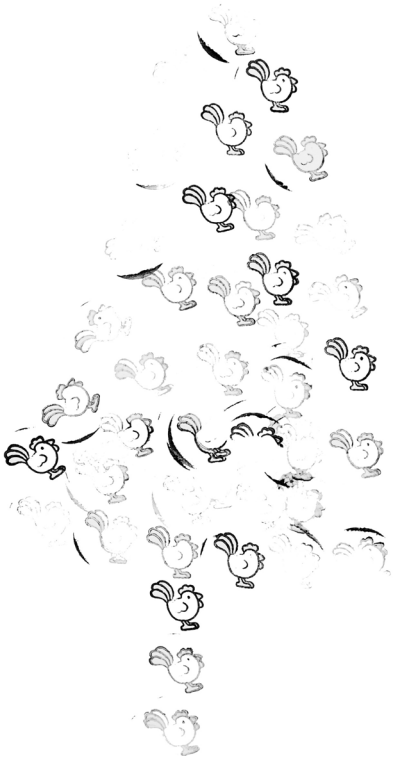
https://goo.gl/3zH2hs

Rodila se je 20. februarja 1988 na karibskem otoku. Je pevka, fotomodel in modna oblikovalka. Prve nagrade je prejela že kot najstnica v šoli in drugje. Ustanovila je tudi svoj bend. Pri 15 letih se je povezala z založniško hišo Def Jam Records, pri kateri ostaja še danes. Do te založbe pa ji je pomagala priti njena prijateljica. Prodala je že več kot 11 milijonov plošč. Svojo glasbeno pot je začela razvijati leta 2005. Njen najuspešnejši album je Good Girl Gone Bad.

Zaslovela je s pesmijo Pon De Replay. Svoj uspeh pa je nagradila s hitom Umbrela, ki je kraljeval na državnih lestvicah kar 11 tednov. Sodeluje pa tudi s številnimi drugimi znanimi pevci in pevkami.

Mineja Drašković, 8. razred

Lana Zorec, 1. razred



Elvira Črešnar, 1. razred

Nauru

http://goo.gl/KQXt6l

Njeno uradno ime je Republika Nauru. Nauru je tretja najmanjša neodvisna država na svetu. Leži v južnem delu Tihega oceana. Leži med Havaji in Avstralijo. Uradna jezika sta angleščina in nauruanščina. Zanimivo je, da je ta država edina, ki nima glavnega mesta, saj je je največji kraj le naselbina. Površina celotne države je le 21 km². Ima pa okoli 9.275 prebivalstva. Njihova denarna valuta je avstralski dolar. Otok leži južno od ekvatorja. Predsednik je Marcus Stephen. Otok obdajajo koralni grebeni.

Od leta 1970 vlada uporablja dohodek od fosfatnih rudnikov. Otroci se morajo nujno šolati od 6. do 17. leta. Trgovski partnerji so Avstralija, Nova Zelandija, Nizozemska in Japonska. V te države uvažajo živila, pohištvo, zdravila. Država pa hoče najti druge vire dohodkov, ker na otoku zmanjkuje fosfatov.

Večina prebivalcev je protestantov, nekaj pa tudi katolikov. Nauranci so polinezijskega, maliezijskega in mikronezijskega rodu. Največ ljudi se ukvarja z rudarstvom. Podnebje je tropsko.

Otok je odkril angleški kapitan John Fearn leta 1789. Leta 1888 je postal nemška kolonija. Nemci so na njem odkrili nahajališča fosfatov in jih začeli izkoriščati. Leta 1914 je prevzela nadzor nad otokom Avstralija. Nato pa je postala samostojna država.

Luzon

http://goo.gl/v6TJLb

Je otok, ki leži na Tihem oceanu. Je eden izmed filipinskih otokov in je med njimi najbolj pomemben, saj je tam gospodarsko, industrijsko in kmetijsko središče. Na Luzono leži glavno mesto Filipinov Manila. Je 15. največji otok na svetu.

Na vzhodu meji na Filipinsko morje, na zahodu na Južno kitajsko morje, na jugo pa na Sibujansko morje. Otok je gorat z najvišjim vrhom Pulag. Na jugu najdemo tudi aktivne vulkane. Podnebje je tropsko. Celotno nižavje usmerjajo v kmetijstvo, najpomembnejši pridelki so riž, pšenica, kokos, mango, banane in sladkorni trs. Ukvarjajo se tudi z izkopavanjem zlata, kroma, bakra, železa. Zelo veliko izkoriščajo gozd.

Na Luzonu so odkrili najstarejši fosilni dokaz o človekovi poselitvi otoka. Odkrili so ga v jami na severu otoka. Sredi 16. stoletja so ga prevzeli Španci, katerim so se Filipinci uprli, prav tako so se uprli Američanom. Luzon je bil tudi med 2. svetovno vojno središče spopadov.

Velikonočni otok

http://goo.gl/YQJaCc

Velikonočni otok leži na Tihem oceanu in spada pod Čile. Spada med ene najbolj izoliranih otokov na svetu. Odkril ga je nizozemski raziskovalec in pomorščak. Ker se je to zgodilo na velikonočno jutro, ga je po tem tudi poimenoval. Znan je po skrivnostnih kipih, ki se imenujejo Moai, zaradi katerih je na seznamu zavarovane svetovne dediščine.

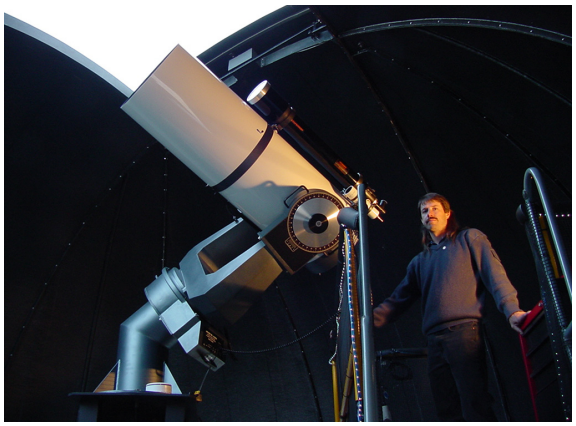
Prvi prebivalci so tja prispeli s kanuji. Imenovali so se Rapanui. Gradili so skrivnostne kipe, in sicer iz vulkanskega kamna. Vseh kipov je več kot 600, visoki so pa od 5 do 22 metrov.

Velikonočni otok je vulkanskega izvora. Je hribovit, sestavljen je iz vulkanov. Otok nima izvira sladke vode. Podnebje je subtropsko, na otoku pa je malo rastlinskih vrst, zaradi tega pa ga Čile že dolgo oskrbuje s hrano. Denar pridobivajo od turizma.

Mineja Draškovič, 8. razred

Astronom

Astronom izvaja znanstvene raziskave in proučuje zakonitosti narave. Ukvarja se z raziskovanjem celotnega vesolja, vse od največjih struktur, kot so galaksije in galaktične jate, preko meglic, zvezd, črnih lukenj in planetov do najmanjšega prahu in delcev v medzvezdnem prostoru. Zaposleni so v državnih ustanovah, na univerzah in v raziskovalnih ustanovah, v evropskih in drugih mednarodnih projektnih skupinah, v šolstvu na vseh stopnjah izobraževanja. Delajo tudi na področju računalništva in razvoja informacijskih rešitev ter drugje, kjer je bistveno analitično razmišljanje in inovativen pristop k reševanju problemov. Glavni pripomoček za pridobivanje astronomskih meritev je teleskop, orodje za obdelavo teh meritev in podatkov pa je v astronomiji že dolgo časa računalnik. Za bolj zahtevne izračune, simulacije in obdelave obsežnih količin podatkov, ki so danes na voljo, uporablja tudi računalniške gruče, medsebojno povezane skupine računalnikov, ki imajo večjo računsko moč od posameznega računalnika. Znanja in spretnosti diplomiranega astronoma obsegajo: zgodovino astronomije, opazovanje neba in sferno trigonometrijo, matematiko in matematično-računalniška orodja, astrofiziko pojavov in objektov v vesolju, pa tudi poznavanje zgradbe in uporabe astronomskih inštrumentov. Astronomi pogosto potujejo po svetu na različna delovna srečanja, izvajajo delo na projektih ali opazovanja na observatorijih na različnih lokacijah, kjer morajo upoštevati razmere v bližnji okolici. Študij astronomije poteka pri nas v okviru študija fizike. V dodiplomskem programu na Fakulteti za matematiko in fiziko Univerze v Ljubljani izvajajo študij astronomije, na podiplomskem pa študij astrofizike. Predmete astronomije lahko izbirajo tudi študenti fizike in drugi študenti, ki potrebujejo in želijo znanja astronomije.



http://goo.gl/CWjZad

Carinski deklarant

Carinski deklarant na podlagi navodila, ki ga prejme od prevoznika, naročnika storitve ali referenta iz

http://goo.gl/QEzy7H

istega podjetja, izdela dokumentacijo, ki je potrebna za prijavo blaga na carinsko upravo, to je blaga, ki je namenjeno prek državne meje oziroma meje Evropske unije. Na podlagi navodila, ki ga prejme od prevoznika, naročnika storitve ali referenta iz istega podjetja, izdela dokumentacijo, ki je potrebna za prijavo blaga na carinsko upravo, to je blaga, ki je namenjeno prek državne meje. Sodeluje pri carinskem pregledu blaga in pri pregledih blaga, ki ga opravljajo inšpekcijske službe: sanitarni inšpektor, fitopatolog ali veterinar. Carinski deklarant opravlja operativno delo v špediciji. Pri delu uporablja računalnik, transportno dokumentacijo, fakture in carinsko dokumentacijo. Carinski deklarant mora imeti opravljen carinski izpit po Uredbi o pogojih za opravljanje poslov zastopanja, ki je obvezen za pridobitev licence. Obvlada delo z računalnikom, računalniško izmenjavo podatkov, uporabniške programe in urejevalnike besedil, ima najmanj pasivno znanje tujega jezika (angleškega, nemškega, italijanskega) in vozniški izpit B kategorije. Pri delu s strankami, predvsem s šoferji in cariniki, mora biti komunikativen. Delo je izmensko in poteka v turnusu. Za delo carinskega deklaranta je potrebna srednješolska izobrazba ekonomske ali komercialno-prometne smeri.

Muzikolog

Muzikolog se ukvarja z glasbo v njeni celovitosti. Njegov predmet preučevanja je glasba v vseh izraznih oblikah. Muzikologija se deli na področja, ki segajo od glasbene kritike in glasbene sociologije do glasbene analize. Muzikolog mora imeti dobro teoretično znanje o glasbi. Pomembno je, da zna brati note. Nekateri lahko melodijo slišijo že, ko pogledajo note, večina pa jih mora določeno melodijo zaigrati na klavir. Lahko ima tudi določene glasbene spretnosti, vendar muzikologu ni treba biti virtuoz. Pred vpisom na fakulteto, smer muzikologija, je zaželeno predhodno obiskovanje glasbene šole, saj mora kandidat ob vpisu v ta študijski program obvladati osnove glasbene teorije in igranja klavirja. Dela lahko tudi v različnih množičnih medijih, na televiziji ali pri časopisu, kjer piše glasbene kritike in recenzije. Muzikolog se zaposli tudi v

http://goo.gl/9hnvU0

šoli in opravlja pedagoško delo, kjer poučuje glasbeno vzgojo. Med najpomembnejše delovne pripomočke sodijo klavir, radio in računalnik. K delu muzikologa sodi tudi pisalo in notno črtovje. Na klavirju zaigra skladbe in posluša številne glasbene zapise, ki jih ima v zbirki. Muzikolog mora imeti dober sluh in posluh. Poklic je primeren tudi za invalide, primeren pa ni za gluhe in naglušne osebe. Kdor želi postati muzikolog, se vpiše na univerzitetni študij muzikologije, ki ga izvajajo na Filozofski fakulteti v Ljubljani.

Vzgojitelj v dijaškem domu

http://goo.gl/sPlyG3

Značilne dejavnosti poklica so pedagoška diagnostika, zbiranje in vrednotenje podatkov o posameznem dijaku in vzgojni skupini, vzgoja v ožjem smislu in oblikovanje osebnosti v skladu s cilji vzgojnega programa za dijaške domove Slovenije in vzgojnimi smotri domske vzgoje. Delo vzgojitelja v dijaškem domu zajema: svetovanje – pedagoško, psihološko, socialno; mentorstvo pri interesni dejavnosti, nadzorovanje; stike in sodelovanje s starši, z učitelji, s kolegi v domu, z zunanjimi sodelavci ter vodenje pedagoške dokumentacije. Vzgojitelj sodeluje pri sprejemu dijakov v dom na začetku šolskega leta. Pripravlja letni delovni načrt za vzgojno skupino, organizira učne ure, izvaja interesne dejavnosti v skupini ali na nivoju dijaškega doma. Organizira oglede predstav, razstav in tekmovanj. Dijake spremlja na koncertih, strokovnih ekskurzijah, izletih, piknikih, tekmovanjih, različnih igrah in prireditvah. Vzgojitelj v dijaškem domu je pri delu v nenehnem gibanju. Sede lahko opravlja le delo pri pripravah in pisanju pedagoške dokumentacije. Biti mora fizično zdrava oseba. Delo vzgojitelja zahteva potrebno znanje, motivacijo, moralne kvalitete in pozitivne vrednote. Zahtevani kvalifikaciji po zakonu sta visokošolska izobrazba ustrezne smeri in pedagoško-andragoška izobrazba. Vsi, ki so že izpolnjevali z zakonom določene pogoje za opravljanje vzgojno-izobraževalnega dela v dijaških domovih, lahko opravljajo to delo še naprej z višješolsko izobrazbo. V dijaških domovih danes v glavnem delajo učitelji, ki imajo zaključen eno- ali dvo-predmetni študij pedagoške akademije ali pedagoške fakultete.

Vesna Ornik, 8. razred

Načini prehranjevanja in gibanja

Človeško telo je kot hiša. Zgrajeno je iz različnega gradiva, ki mu pravimo hranilne snovi. V telesu je največ beljakovin. Iz beljakovin so mišice, koža, nohti, lasje. Pod kožo so maščobe. Za to, da lahko hodimo, skačemo, plezamo in podobno, potrebujemo energijo. Dajeta jo sladkor in škrob, ki ju s skupnim imenom imenujemo ogljikovi hidrati. Energijo dajejo tudi maščobe in beljakovine. Vitamini in rudnine pa so potrebni za odpornost telesa, da lahko nemoteno dihamo, prebavljamo, se premikamo, mislimo.

Kdaj smo zdravi?

Pravilna prehrana in veliko gibanja sta recepta za zdravje. Telesna aktivnost je pomembna za naše zdravje, počutje in vpliva na telesno težo. Vendar ne v tolikšni meri, kot meni večina ljudi. Nežnejši spol raje izbere hojo (tek, kolo) in se izogiba vajam za mišično moč, saj se bojimo, da bi se nam mišice napihnile in bi se nam zaradi tega povečali obsegi po celem telesu. Moški pa se pogosto odpravijo na fitnes, kjer trenirajo z utežmi.

http://goo.gl/hYZK5w

http://goo.gl/pPpPEV

Zapomnimo si: pred vadbo se moramo vedno ogreti. Tako se izognemo bolečih kolen ali bolečin v hrbtenici. S tem preprečimo marsikatero poškodbo. Sledi nekaj vaj za moč in raztezanje, nato hoja oz. tek ali kolo, nazadnje umiritev ter vaje za raztezanje, katerih položaj zadržimo do 30 sekund.

Z vsakodnevno telesno dejavnostjo krepimo zdravje, kondicijo, povečamo odpornost organizma in si izboljšamo počutje. Dvignemo si tudi razpoloženje in telesne ter duševne sposobnosti, okrepimo mišice, učvrstimo kosti, povečamo gibljivost telesa in polepšamo svoj izgled.

Za otroke in mladostnike se priporoča vsaj ena ura zmerne do visoko intenzivne telesne dejavnosti, in sicer vsak dan v tednu. Večji del telesne dejavnosti naj predstavljajo aerobne aktivnosti, vsaj trikrat tedensko mora biti telesna dejavnost visoko intenzivna in vsaj trikrat tedensko mora telesna dejavnost zajemati tudi vaje za mišično moč in zdravje kosti. Gibanje je za otroke precej pomembno, saj še rastejo in rabijo veliko energije. Tudi starejši bi se morali gibati, saj tako ne ogrožajo svojega zdravja in skrbijo za dobro počutje. Vendar za gibanje potrebujemo zadostno mero energije in dovolj spanca. Otroci potrebujejo več spanca kot starejši.

Verjeli ali ne, samo šport ni dovolj za zdravo vitkost. Mnogo bolj pomembna je prava izbira prehrane. Vadba sicer ima zelo pomembne učinke na telo (krepi mišice in kosti, znižuje krvni sladkor, pospeši presnovo). Vendar osnova za gibanje je tudi zdrava prehrana. Vsak dan moramo zaužiti zadostno mero hrane in pijače. Z zdravim prehranjevanjem varujemo zdravje in sočasno preprečujemo dejavnike tveganja za nastanek kroničnih nenalezljivih bolezni (zvišan krvni tlak, zvišane krvne maščobe, zvišan krvni sladkor, prekomerna telesna teža) in bolezni same (bolezni srca in ožilja, rak, sladkorno bolezen tipa II in druge bolezni). Slovenci se prehranjujemo večinoma nezdravo, saj pojemo premalo sestavljenih ogljikovih hidratov (kruha, testenin, žitaric, kaš, riža ali krompirja), premalo sadja in zelenjave, premalo balastnih snovi (vlaknin, ki so v polnozrnatih izdelkih, sadju in zelenjavi). Značilnost nezdravega prehranjevanja večine Slovencev je, da pojemo preveč skupnih maščob in škodljivih nasičenih maščob, preveč enostavnih ogljikovih hidratov (sladkarij, sladkorja, sladkanih pijač) in preveč soli. Jemo preveč kalorično hrano, le polovica Slovencev redno zajtrkuje, le tretjina Slovencev dopoldne malica, večina užije kosilo pozno popoldne (med 15. in 16. uro popoldne), število obrokov hrane prek dneva je premajhno. Vsako leto govorimo o prehranski piramidi, ki nam pomaga pri odločitvi, kaj bomo jedli za zajtrk, kosilo in večerjo. Morali bi jesti petkrat na dan, po majhnih količinah. Uživati bi morali raznovrstno hrano, saj jo telo potrebuje za pravilno delovanje. Ko vstanemo, bi morali jesti zajtrk, malico, kosilo, malico in nazadnje še večerjo.

Zajtrk

Zajtrk je najpomembnejši dnevni obrok. Zjutraj je telo najbolj potrebno novih gradbenih, prehrambenih snovi, ki so ponoči izrabljene iz celic organizma.

Nadomestiti jih je treba z novimi beljakovinami, ki nam jih dajejo mleko, jogurt, skuta, sir, jajca. Obenem potrebujemo zjutraj novo energijo, ki jo dobimo iz ogljikovih hidratov, predvsem iz žitnih obrokov. Tudi vitamine za krepitev živčevja in kot obrambna sredstva proti obolenjem nam lahko nudi zajtrk s svežim sadjem.

Kosilo

Začetek zdravega sodobnega kosila je sveža zelenjava, solate. Tako jih organizem najbolje sprejme in izrabi. Krožnik mešane solate iz različnih listnih, korenastih in plodovnih sezonskih vrst zelenjave predstavlja najboljši vitaminski in rudninski vir.

Pred uporabo je treba zelenjavo temeljito očistiti, posebno takšno, za katero ne vemo, kje in kako je bila pridelana. Solatnih listov ne zrežemo, temveč cele umijemo pod tekočo vodo, poškodovane dele takoj odstranimo. Šele čiste solatne liste narežemo, saj bi sicer iz razrezanih voda sprala vitamine in rudnine. Dodati pa moramo še ogljikove hidrate, beljakovine in maščobe, ki pa jih naj bo čim manj.

Večerja

Večerjo pripravimo raje bolj zgodaj kot pozno. Tudi naši prebavni organi potrebujejo svoj nočni mir. Da bomo imeli pred spanjem želodec lahek, uživajmo zvečer le lažje in manjše obroke. Slabo spanje in nočni nemir izhajata dostikrat iz preobremenjenega želodca in težkega prebavnega dela. Samo za prebavo potrebuje naše telo 30 % dovajane energije. Na splošno veliki in težko prebavljivi obroki hrane obremenjujejo in hkrati obrabljajo organe. Zato pravzaprav ni čudno, da ljudje, ki manj jedo, živijo dlje in so bolj zdravi. Zelo priporočljive so mlečne jedi.

http://goo.gl/XIU9mg

Prehranska piramida

Te 3 obroke si dnevno razporedimo. Dobro je imeti več obrokov dnevno. Za ohranjanje zdravja upoštevajmo prehranjevalno piramido.

Meso je del uravnotežene prehrane, saj je vir beljakovin, krepi mišično maso. V mesu so beljakovine, minerali in vitamini, predvsem B12. Prav tako kot sadje je tudi zelenjava bogat vir vitaminov, mineralov, antioksidantov, za razliko od sadja pa vsebuje zelo malo sladkorjev in z razmeroma malo kalorijami in velikim volumnom daje občutek sitosti. Občutek sitosti je posledica zlasti velikega deleža vlaknin v zelenjavi, ki so nujno potrebne za zdravo črevo in urejeno prebavo. Mleko daje organizmu pomembne hranilne snovi, kot so visoko vredne mlečne beljakovine, vitamini in minerali. Žito vsebuje minerale, vitamine in skoraj nič kalorij. Sladkarij se pa večinoma izogibajte, saj niso zdrave za naše telo, zobe.

http://goo.gl/3QLE7a

Vsako leto je vedno več bolezni. Po raziskavah so ugotovili, da so za te bolezni krivi ljudje, saj se nepravilno prehranjujejo in uživajo prekomerno hrano, ki vsebuje preveč maščob in umetno izdelanih surovin. Ljudje vedno manj jedo zdravo in doma pridelano hrano, ki je zdrava in brez umetnih gnojil. Vedno več ljudi jedo kupljeno hrano v trgovini, ki ima dolg rok trajanja. Po raziskavah surovine ne bi mogle zdržati več kot 5 mesecev. Hrane, ki jo pridelamo doma, bo v naslednjih letih vedno manj.

Zapomnite si, da z zdravo prehrano, gibanjem in zadostnim spancem bo vaše telo zdravo in pripravljeno na vsakodnevne napore.

Vedno poskrbimo za ogrevanje, sproščanje in umirjanje telesa, za primerno obleko, obutev in za vnos tekočin ter za zdravo prehrano. Tako bomo zdravi in vedno polni energije.

Sanja Bračič, 8. razred

Šolski žarek, glasilo OŠ J. Hudalesa Jurovski Dol

Uredniški odbor:
Sanja Bračič
Mineja Draškovič
Vesna Ornik
Helena Šefer

Mentorica: Aleksandra Lorbek
Jezikovni pregled: Aleksandra Lorbek
Računalniško oblikovanje in priprava za tisk: Dani Sajtl
Naslovnica: Nika Gamser, 6. razred
Zadnja stran: Larisa Knezar, 9. razred
Tisk: Copy Center, Potočnik Milena s. p., Lenart
Število izvodov: 200
Junij 2015