

УЧИЛИЩЕН СВАТ

Брой 4, Януари 2014

СОУ "Свети Константин - Кирил Философ" - Пловдив

16 страници



ЧЕСТИТА НОВА ГОДИНА!

Нека в Новата Година, здраве
и любов да има!

Да е мирна и честита, да е
много плодovита!

В сърцето си навеки, доброта
да носи всеки

и със вяра и късмет да
живеем занапред!

Живата традиция
Загатката на
думата сурва

Стр. 2

...
Български
празничен
календар

Стр. 3

...
Световен ден на
думата
благодаря
2014— Годишната
на Коня

Стр. 4

...
От изминалата
2013
Коледно
математическо
състезание

Стр. 5

...
Руски рими и
ритми представят
учениците
ЛК "Капчици"

Стр. 6

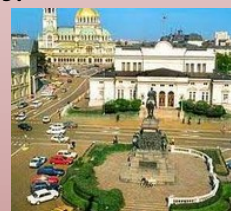
През 2014 година отбелязваме:



♦ 135 години от свикването на
Учредителното събрание във Велико
Търново и приемането на Търновската
конституция - 16. 04. 1879 г.



♦ 135 години от узаконаването на
националния флаг на България - 26. 03. 1879 г.



♦ 135 години от издаването на първата
българска пощенска марка - 01. 05. 1879 г.



♦ 35 години от излитането в космоса на
първия български космонавт Георги Иванов -
10. 04. 1979 г.

Коледен поздрав от
графичните
дизайнери и младите
журналисти
Магията на числата

Стр. 7

ОТ МРЕЖАТА
ЗА ВАС
СТР. 8

ЛИЧНО
ТВОРЧЕСТВО
СТР. 9 - 12

ЗАБАВНИ
МИНУТКИ
СТР. 13

ЗА
НАЙ - МАЛКИТЕ
СТР. 14

АНОНСИ
СТР. 15 - 16

ЖИВАТА ТРАДИЦИЯ

Магията на сурвачката

Сурвакането е най-характерният за Нова Година обичай, известен в цялата страна. По смисъл е пожелание и обредно осигуряване на здраве чрез докосване със сурова (най-често дрянова) пръчка, и то именно в началото на годината. Сурвакарите са деца на възраст от 4-5 до 10-12г. (някъде само момченца). Събрани на групички от по няколко деца, те обхождат домовете на своите близки и съседи, като започват от своя дом. В чиста премяна и с торбичка, всяко дете носи свежо откършена и украсена пръчка, която има специално название - сурвакница, сурвачка, суровакница, василичарка и др. Нейната украса, свързана често с основния за даден район поминък, е твърде разнообразна - преплетени клонки, наниз от пуканки, разнообразни вълнени конци, малки кравайчета. Най-напред децата удрят с пръчка всеки член от семейството, като започват от най-възрастния, и честитят:

"Сурва, сурва година,
весела година,
зелен клас на нива,
голям грозд на лозе,
жълт мамул на лесе,
червена ябълка в градина,
пълна къща с коприна,
живо-здрово догодина,
догодина, до амина."



Сурвакарската благословия (блаженка, слава, молитва, сорвакия) не се пее, а се изрича. Тя представлява вербална магия, чието действие подсилва осигуряването на здраве и изобилие във всичко. Често се сурвакат и домашните животни. При обхождането сурвакарите се провикват от първата врата: "Сурва, сурва година", а вътре сурвакат всички наред с думите: "Сурва година, весела година, живо здраво догодина, догодина до амина". В някои села децата пеят и песни. Навсякъде те получават от домакините кравайчета, плодове, орехи, сланина, дребни пари и по-малки подаръци. Някъде дряновите пъпки от сурвакницата се пускат в полозите на кокошките, за да се мътят пилета. Среца се и вярването, че младите жени, за да им растат дълги и лъскави косите, трябва да ги измиват с вода, в която пускат откъснатите скришом пъпки. На връщане въщи децата в Пловдивско хвърлят пръчките в някой двор или в реката - "да не носят у дома бълхи". Според някои изследователи, доколкото сурвачката се прави от дрян, обичаят произхожда от



прабългарите. За тях дрянът е бил свещено и магическо дърво. Затова и в редица райони сурвачката се нарича просто дряновица. Нейната украса също има магически смисъл - нанизите пуканки, парички, панделки, кравайчета и т. н. излъчват защитна сила против различните уроки и болести. Децата сурвакат първо своите родители и близки в семейството, започвайки от най-възрастния.

Сурвакарската благословия се нарича блажанка, сурвакия, слава или молитва. Повтарящите се в нея благопожелания за здраве и берекет наподобяват заклинанията на прабългарите при жертвоприношенията.

Илиян Николов, 11^а клас

Загадката на думата СУРВА

Едва ли има някой, който да не е чувал благословията: "Сурва, сурва година, весела година..." Сигурно всеки от нас е изричал това пожелание, но чудели ли сте се какво означава думата сурва.

Търсейки значението на особената дума, попадаме до интересни сведения за боговете на траките. Преди повече от две хиляди години дедите ни са почитали слънцето. Те са го наричали с различни имена. Някои от тях са Сурегет, Сургаст, Суротер, Сура...

Частицата СУР е имала значение слънце в древния език на нашите предци. От Сур-слънце идва и нашата дума Сурва. Казвайки сурва, дечицата всъщност произнасят едно от имената на нашия най-стар бог! Сурва и Бог са две названия за върховното божество на предците ни – слънцето. Името Сурва е останало непроменено, защото е било считано за свещено. Когато благославят сурвакарите, всъщност отправят молитва към най - древното, а и най -

почитаното божество по нашите земи - слънцето. Без него няма топлина, няма здраве, няма живот. Напълно естествено е, че дедите ни са му се кланяли.

В днешно време единица хора знаят значението на думата, но тя продължава своя многовековен живот в най - разпространеното сурвакарско благопожелание и се помни и разпространява, за да пребъде във времето.

Стефан Аргуров, 11^а клас

Над броя работиха:

Клуб "Млад журналист", 11^а клас

Клуб "Обработка на информация и предпечатна подготовка", 5^а клас, 5^б клас

Клуб "Обработка на информация и предпечатна подготовка", 6^б клас, 8^а клас

БЪЛГАРСКИ ПРАЗНИЧЕН КАЛЕНДАР ПРЕЗ МЕСЕЦА НА ГОЛЯМ СЕЧКО

В българския традиционен календар годината е разделена на дванадесет месеца, както и в Юлианския. Но имената, с които ги е наричал народът ни, са различни. „По грозде време“ или „Димитровски месец“ наричали някога октомври, „Рангеловски месец“ – ноември и т.н. Само на четири от тях се приписват човешки качества – януари, февруари, март и април. Много са историите, свързани с живота на тези митични същества.

Календарната година започва с първия ден на **Голям Сечко** – фолклорното име на януари. Нарича се така, защото е студен месец и през него престава всякаква земеделска дейност. За нас възниква въпросът какво са правили тогава нашите дядовци и баби. Ами много просто – празнували са. Че е така, ни доказва фолклорният празничен календар за месец януари, за който ще ви разкажа.

На 1 януари е **Васильовден**, Васильовден, Василица, Василия, Сурваки, Сурва, Сурува, Суроздру. Това е зимен празник, познат в цялата етническа територия на българите. Отличава се с богата празнична обредност. За обредната трапеза се приготвят блажни ястия - свинско месо; баница (или пита с пара), в която се слагат дрян timer клончета, наречени на домашните животни, здравето, къщата, богатството, кокошка (пуйка), торта с мед, жито, орехи, ошав. Празничната трапеза задължително се прикадява с тамян. Това е втората от трите кадени вечери в българския бит. Първата е на Бъдни вечер, а последната е срещу Богоявление (Йордановден).

Първият залък от погачата момите и ергените слагат под възглавницата си, вярвайки, че когото сънуват, той ще е бъдещият им съпруг (съпруга). Около огъня или трапезата се гадае за предстоящи сполуки през Новата година. Преди разсъмване започва обичаят сурвакане.

Йордановден (06.01) - празник, с който завършват т.нар. Мръсни дни. В навечерието на Йордановден се приготвя последната, трета кадена вечеря. На трапезата се поставят само постни храни и недогорялата свещ от втората кадена вечер. Орехите от Нова година се разчупват и по тях се гадае за бъдещето. С Йордановден е свързано познатото на всички българи вярване, че през нощта срещу празника "небето се отваря" и който в този момент поиска нещо, то ще се изпълни. На самия празник се извършва също освещаване на водата. След службата в църквата свещеникът хвърля кръст във вода, а ергени го изваждат. Вярва се, че този, който е извадил кръста от водата, ще бъде здрав и щастлив. Той обикаля с кръста селото, а всички го даряват. Има поверие, че ако хвърленият във водата кръст замръзне, годината ще бъде здрава и плодovита.

Ивановден (07.01) - това е народен празник, част от богатия в обредно отношение коледно - новогодишен празничен цикъл. Обредното къпане за здраве на Йордановден продължава и на Ивановден. В някои райони на страната то дори е по-характерно за този празник, като се разширява кръгът на окъпаните. Навсякъде обредът е за младоженците, като действието се извършва от кума или девера. Затова окъпването би могло да се разглежда като елемент от следсватбените обичаи, с който се затваря широкият кръг на сватбената обредност. Този ден ергените къпят момите, окъпвани са младите мъже и именниците. Обредното къпане включва и разменянето на подаръци, както и гостувания и празнична трапеза. Народната представа за св.

Иван като покровител на кумството и побратимството определя гостуванията у кумовете. Кумците носят кравай, месо, вино. Прави се обща трапеза. На Ивановден изтича срокът, през който ходят новогодишните маскирани дружини. В някои райони на страната коледарите отвеждат тържествено царя на чешмата и го окъпват. След това той устройва угощение, на което присъстват и маскирани като мечка, невеста, арапи и пр. мъже. Накрая всички излизат на празнично хоро, с което приключва пълният цикъл на обичая Коледуване.

Бабинден (08.01)

празник, посветен на бабите, акушерки, родилките и здравето на децата. Съдържа 3 основни обредни елемента: къпане на малките деца от бабата, което се спровожда с благословии, намазване на децата с мед и масло, даряване на бабата с вълна и обредни кравайчета (обичаите имат магико-продуциращ смисъл за здраве); угощение на младите булки в дома на бабата. Участвуват всички млади жени, на които бабата е бабувала през годината. Носят хляб, баница, печена кокошка и вино. Поливат на бабата да се измие и я даряват на дясното рамо с риза, престилка, кърпа, чорапи. Празникът завършва с влечугане (къпане) на бабата.

Антоновден (17.01) - в народния календар Антоновден се празнува за предпазване от болести. На този ден жените не предат, не плетат, не варят боб и леща, за да не разсърдят чумата, шарката и "синята пъпка". Специално омесени за празника содени питки, намазани с петмез, се раздават на близки и съседи за здраве, а една се оставя на тавана "за белята, за лелята", т.е. за чумата. В народните представи двамата братя близнаци Андон и Атанас са ковачи, които първи изобретяват ковашките клещи. Затова Антоновден и Атанасовден се честват като празници на ковачи, железари, ножари и налбанти.

Атанасовден (18.01)

свързан с новогодишните

обичаи. В народните вярвания св. Атанас е представен като властелин на снеговете и ледовете. Облечен с копринена риза, той отива в планината на своя бял кон и се провиква: "Иди си, зимо, идвай, лято!" Затова и празникът е известен и като Среди зима. Атанасовден се почита, както и Антоновден, като патронен празник от ковачи, железари, ножари и налбанти, а заедно с това и като празник в чест на чумата и шарката. За омилостивяване на болестта се пекат питки, които се надупчват с вилица, за да не се "надупчат" децата от шарка. Жените спазват същите забрани, които характеризират Антоновден. На Атанасовден се заколва черно пиле или кокошка, което се приготвя с ориз и се раздава на комшии и близки против болести. Перата се запазват, защото се вярва, че притежават лечебна сила.

Петльовден (20.01)

празник, тачен в Източна България за здраве на момченцата. Свързан с обредното колене на петел най-често на прага на пътните врати. Кръвта от него трябва да пръсне по вратата. С нея правят и кръстен знак по лицата на момчетата и петеларя (лицето, което коли петела и което трябва да бъде момче-юноша). Заколеният петел изхвърлят извън двора и веднага след това го прибират. Главата оставят при вратника. Свареното обредно ядене и краваите или начупената на парчета пита раздават по съседите. Действията, които се извършват до приключване на празника, са подобни на тези при Бабинден. В Пловдивско денят е известен под името Черна или Църън ден. Тук освен принасянето в жертва на черен петел (или кокошка) се спазват и редица забрани. Не се върши женска работа, не се къпят, не правят сватби, за да не "църнеят", т.е. да не жаят починал. Коленето на петел населението свързва с широко разпространената легенда за цар Ирод, който заповядва да обезглавят всички мъжки деца, за да умре и Христос.



Световен ден на думата Благодаря



11 януари е Световен ден на думата "Благодаря". Денят е чудесен повод да доставим радост на близките си, да ги накараме да се почувстват оценени и щастливи, че са до нас.

Въпреки че в ежедневието често благодарим механично и за най-обикновени неща, психолозите са на мнение, че думите на благодарност са "словесни ласки", които стоплят сърцата и ни успокояват.

Според народните поверия пък думата "Благодаря" не трябва да се произнася в състояние на раздразнение. Когато благодарите, най-важно е да го правите искрено и от сърце, казват още специалистите. Произходът на днешния "най-учтив" празник не е известен, но се смята, че идеята се е

зародила в международна компания, която е искала да увеличи продажбите си. Вероятно от благодарствени картички и подаръци.

През последните години празникът набира все по-голяма популярност по света. За да го отбележите подобаващо обаче не е нужно да шурмувате магазините за подаръци. Достатъчно е да се усмихнете на човека до себе си и да кажете "Благодаря"!

Източник: dir.bg

Исмет Зейнелов, 11^а клас



2014 — годината на Коня

На 31 януари в Китай се отбелязва китайската нова година и според традиционния хороскоп тя ще премине под знака на Коня.

В китайския календар Конят е символ на благородството и честността и за това се очаква настъпващата 2014 година, да бъде година на реализирането на замисли и идеи в полза на обществото, които ще бъдат свързани с по-високи идеали и цели.

През следващата година много хора ще имат възможност не само да мечтаят, а и да осъществят мечтите си. Добри перспективи се очертават пред

обществото, като цяло. Очакванията за 2014 година са, тя да бъде свързана с изчистване и възвисяване на човешкия род.

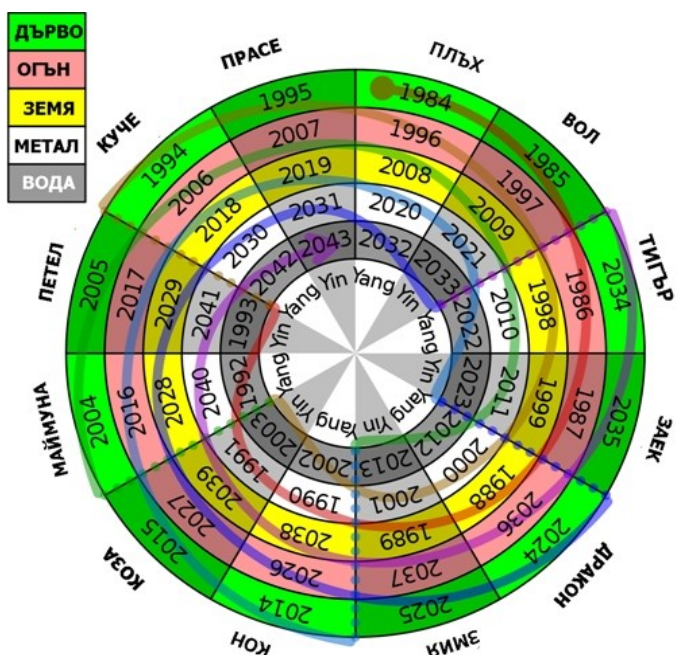
А ето и какви са характеристиките на хората, родени в годните на това величествено животно. Те са културни, с добър вкус, таланти и креативни личности. Чудесни оратори са, говорят пред обществото с желание и имат подкрепата на околните. За жалост, не са достатъчно убедени и уверени в качествата си. Много добри и сърдечни са, но и доста нервни – често се

отказват, само защото губят търпение. С тях е весело, грижат се за другите, обичат да правят комплименти и да са популярни.

Но все пак е добре да се пазите от Коня, защото „леко егоистично“ ще мине през вас без много усилия. Той прави, каквото му дойде на ум, не слуша околните и често променя настроенията си. По отношение на средствата – умее да се справя чудесно с парите и е много трудолюбив.

Източник: Dariknews.bg

Тайра Гюлтекин, 11^а клас



ОТ ИЗМИНАЛАТА 2013...

Наше участие в "Мрежата 2" през месец Ноември

Единадесетокласничките Тайра Гюлтекин и Станислава Господинова, нашите деца – лидери, взеха участие в семинар по програма „Мрежата 2“, който се проведе в края на месец ноември в гр. Габрово, организиран от превантивните центрове за борба със зависимостите към психоактивни вещества. Тази инициатива е част от



проект „Връстници обучават връстници“, който цели да обедини децата – лидери от цяла България. Стремешт е да се създаде мрежа от обучени тинейджъри, които да информират и помагат на зависимите от нелегални вещества.

В тази връзка се проведе и гореспоменатия семинар. След завръщане от мероприятията Тайра и Станислава коментираха, че са силно удовлетворени от



проведеното обучение и всички нови знания, които са разменили с останалите участващи деца и психолози. Нашите деца – лидери споделиха, че по програма „Мрежата 2“ се работи от цяла годна и вече се радва на голям успех. Те считат, че тази

инициатива е една добра извънкласна дейност за доброволците, които са готови да взимат и да дават знания на тези, които имат желание за същото.

Деница Сариева, 11^а клас

КОЛЕДНО МАТЕМАТИЧЕСКО ПРЕДИЗВИКАТЕЛСТВО ЗА ЧЕТВЪРТОКЛАСНИЦИТЕ

Кой е казал, че математиката е скучна?

На 11 и 12 декември 2013г. нашите четвъртокласници се срещнаха със забавната страна на предмета. Те участваха в коледно математическо състезание, организирано от госпожа Елка Топурова и госпожа Дима Енева в училище.

Децата пресмятаха в какъв ред Дядо Коледа подрежда елените в шейната и от кой град в България ще е детето, което ще получи най-много подаръци. В паузите между задачите учениците бяха поздравени от



вокална група „Feelings“ с художествен ръководител госпожа Валентина Бисерова. Като на всяко състезание и тук децата бяха отличени. На 11 декември два отбора „Сокол“ от 4^а клас в състав: Станимир, Елина, Ангел, Симона и Елена и „Полет“ – Александър, Радо, Александър и Мирела от 4^в клас се класираха на първо място с 27 точки, а на 12 декември безапелационен победител бе отбор „Х“ от 4^г



клас - Йоан, Петя, Александра и Мария, с краен резултат 28 точки. Изненада получи и всички останали участници. Седмокласниците от клуб „Полезна и забавна математика“ им подариха специално изработени за случая магически квадрати и пожелаха успех на своите помалки съученици успех в дебрите на математиката.

Ива Андонова, 11^а клас

“ВИРУСЪТ ДЕЗИ”

Първите представителни изяви на 3^а и 3^б клас за тази учебна година

На 18. 12. 2013г. и 19. 12. 2013 г. бяха първите представителни изяви за 3^б и 3^а класове за тази учебна година по проект "Успех". Чрез своите артистични заложи малките ученици показваха какво са научили за здравословното хранене. В пиесата "Вирусът Дези" те не само бяха артисти, но и певци и танцьори. Краят на представлението бе съпроводен с



бурните аплодисменти на публиката в салона на училището. Малките творци получи



изненади от своите родители.

Десислава Кръстева

РУСКИ РИМИ И РИТМИ ПРЕДСТАВЯТ УЧЕНИЦИТЕ



Денят е деветнадесети,
месеца декември,
залата е препълнена с
ученици, учители,
родители и гости и
всички те очакват
срещата с богатството
на руската култура.

Ученици от 6^а клас,

участващи в клуб „Руски език – бит и култура“, под ръководството на госпожа Людмила Гегова, представиха своята първа представителна изява за учебната 2013 /2014 година. Публиката имаше възможност да се наслади на изпълнението на всеизвестни руски песни и класически стихотворения, рецитирани на руски език. Във финалната част на събитието се яви и Дед Мороз /руският еквивалент на Дядо Коледа/, който бе посрещнат радушно от всички.

Силвия Бикирова, 11^а клас

ЛИТЕРАТУРЕН КЛУБ „КАПЧИЦИ“

На първата си представителна изява „Капчиците“ отведоха публиката във вълшебен приказен свят...



Чисти като капчици са детските души, пълни с толкова чувства, надежди и въображение. Когато капнат те на белия лист, творецът като майстор художник извайва от тях словесни картини и образи. А това никак не е лесно, но е толкова прекрасно.

Това доказаха момичетата от Литературен клуб „Капчици“ на своята първа представителна изява „Рождество на Спасителя“ на 19.12.2013г. Родители, учители и гости се докоснаха до вълшебния свят на зимните приказки и бяха озарени от Коледния дух на разказите, стихотворенията и есетата на петокласничките, които те създадоха под редакцията



ЛК: „Капчици“: Анна - Мария Василева, 5^б клас

на г-жа Анастасова и на редактора доброволец седмокласничката Ивелина Панушева.

Озвучена презентация - компилацията по мотиви от представените творби, изработена от г-жа Анастасова, представи в картини красотата на словесното творчество.

Развълнуваните гласове на момичетата редяха мили и красиви думи, с които те пожелавах добротата и щастие, здраве и късмет и в новата година.

Едновременно като молитва и като благословия прозвучаха последните стихове на една от представените творби:

През новата година,
устремени
по своя труден път, да
продължим
и да съумеем да запазим,
Боже,
светлината в детските
очи!

След такова силно послание думите са безсилни. Дано го чуят повече хора! Дано успеем да запазим светлината в детските очи, защото само тогава ще изпълним живота си със смисъл!

Да ни е честита Новата
2014 година!

Мая Анастасова



ЛК „Капчици“: Росица Ганчева, 5^б клас

КОЛЕДЕН ПОЗДРАВ ОТ ГРАФИЧНИТЕ ДИЗАЙНЕРИ И МЛАДИТЕ ЖУРНАЛИСТИ

Само за няколко месеца училищният вестник обедини ученици от различни възрасти, с различни интереси, като стана трибуна за техните умения и способности, изяви и постижения, в различни области на училищния живот.



Ваня Маринова, 11^а клас
Станислава Господинова, 11^а клас



Ива Андонова, 11^а клас
Мария Игнатова, 11^а клас

Уважаеми читатели на вестник "Училищен свят"!

На 20 декември 2013 г. екипите, които подготвят изданията за Вас, за първи път застанаха пред своите читатели.

Със завиден ентузиазъм единадесетокласниците от клуб „Млад журналист“, с ръководител г-жа Татяна Самоходова отразяват събитията в училище и се стараят да Ви покажат най - значимото и най - интересно.

Петокласниците и шестокласниците от двата клуба „Обработка на информация и предпечатна подготовка“, с ръководител Мариана Дербатова създават дизайна, изработват материалите за рубриките, оформят личното творчество на своите съученици и се стремят да внасят разнообразие в занимателните странички.

Обединени в усилията си журналистите и дизайнерите представиха своя специален Коледен брой пред съучениците си, учителите и гостите, отправиха Коледни и Новогодишни пожелания.

Специално за събитието графичните дизайнери създадоха пъстри коледни картички и разнообразни календарчета, които заедно с вестника децата подариха на почитателите си.

Честита Нова 2014 Година - успешна и ползотворна за всички нас!

Мариана Дербатова



Дизайнерите, 6^б клас

МАГИЯТА НА ЧИСЛАТА

Клуб "Полезна и забавна математика"

7 4 0 6 9

Тази учебна година проект „Успех“ даде възможност на децата от 7^в и 7^б клас да се срещнат с полезната и забавната страна на математиката. Така се казват и техните два клуба, ръководени от госпожа Елка Топурова. Целта на заниманията е да се развият творческото въображение, логическата грамотност и съобразителността на учениците. Но истинското предизвикателство пред децата е да се научат да смятат бързо наум и да открият математиката в живота. Пред младите математици предстои и анализ на геометрията във възрожденските къщи и съвременната архитектура. А за финал



в края на учебната година можем да очакваме тяхната представителна изява, която ще се състои на 2 юни 2014 г.

Илиян Николов, 11^а клас



ОТ МРЕЖАТА ЗА ВАС

zdravoslovno.com

ИНТЕРЕСНО И ПОЛЕЗНО

Здравословно хранене (за децата)

Здравословното хранене най-общо означава да се доставят на организма необходимите количества хранителни вещества - в това число витамини, минерали и фибри. Нездравословни храни пък са тези, които съдържат много мазнини и захари.

Здравословните храни са с богато съдържание на витамини и минерали и спомагат за растежа на организма - затова децата трябва да консумират повече здравословни храни.

Храната може да бъде разделена на три групи

Разделението на храните е въз основа на това колко здравословни са те. Целта е да използвате тази класификация с цел по-лесно да прецените от кои храни да консумирате по-големи количества, и от кои по-малки.

Група 1: Консумирайте много от тази група храни

- Плодове и зеленчуци,
- Хляб,
- Житни и зърнени храни (като ориз и паста - спагети и др.),
- Грахови и бобови храни.

Тези храни съдържат витамини, минерали и фибри (растителни влакна). Следва да се приема много и разнообразна храна от тази група; но не от един вид само, например плодове, а от всички посочени видове, за да може да се осигури на организма огромното разнообразие и богатство от витамини и минерали, съдържащо се в Група 1. Растителните храни съдържат много полезни и здравословни нутриенти (малки частици), които предотвратяват появата на много болести. Затова е много важно да се храните с разнообразна растителна храна.

Група 2: Консумирайте понякога от тези храни, но не и твърде често

Тези храни също са полезни за организма и здравословни, но трябва да се консумират в по-малки количества, отколкото храните в Група 1:

- Млечни продукти като прясно и кисело мляко, сирене,
- Пилешко месо (без кожата),
- Риба,
- Ядки.

Група 3: Консумирайте много рядко тези храни

Тези храни включват много мазнини и захари, но не и витамини, минерали и фибри - затова трябва да се ограничава тяхната консумация. Повечето хора могат да си позволят да си похапват до две на ден от "забранените" храни без да имат проблеми, но в никакъв случай не трябва да се злоупотребява с тях и да се яде само такава храна! Тези храни включват:

- Бисквити (2 малки),
- Шоколадови десерти (1 бар),
- Чипс (30 грама),
- Сладолед (2 топки),
- Близалки, дъвчащи бонбони (30 грама),
- Торти и пасты (1 средно голямо парче).

Хранителната пирамида

Трите групи храни са известни като "хранителна пирамида".

- Най-долната част на пирамидата е най-голяма и съдържа "полезните" и здравословни храни, от които трябва да се похапва най-много.
- Средната част на пирамидата съдържа храни, които могат да се консумират понякога, но не твърде често.
- Най-горната част на пирамидата е най-малка и съдържа храните, които най-рядко трябва да се консумират.

Откъде да получите помощ?

- Вашите родители,
- Вашите учители.

Не забравяйте:

- Здравословните храни съдържат витамини, минерали и фибри.
- Нездравословните храни съдържат много мазнини и захари.
- Старайте се да консумирате разнообразна здравословна храна.
- Можете да си похапвате шоколадови лакомства, торти и чипс по-рядко и не само това.

Колажа изработи:

Виктор Велчев, 6^б клас

Източник: www.betterhealth.vic.gov.au



ЛИЧНО ТВОРЧЕСТВО



От Доротея Костадинова...

Рисуването

за някого е страст, хоби, нещо, с което можеш да запълниш времето си. Но за мене то е нещо много повече – то е начин на живот.

Ако се взгледаш в една картина, ти можеш да видиш всички багри в душата на нейния създател. Затова смело мога да твърдя, че чрез рисунката аз мога да изразя себе си, своите мисли и чувства, своите светоусещания и възприятия. Не говоря за това, че тя би ти послужила да се изфукаш пред някого, да му натякнеш, че си по-добър от него – това би било жалко, защото истинското изкуство е толкова далече от всякаква комерсиалност и егоистични потребности. Говоря за това, как би могъл да претвориш в материя своята тъга, мъка, болка, щастие, любов. И всичко това само в една картина!

Харесва ми да рисувам, обичам да рисувам. И въпреки че аз никога не съм ходила на уроци, рисуването е било за мене винаги нещо много специално – моят спокоен, сигурен свят, моите „пристан и заслона“. Когато взема молива в ръка, аз се чувствам така свободна и значима. Притеснение, тревога, всичко изчезва за миг. Около мене остава само красотата и зимната вечер, летният дъжд или пролетното утро. Всяка щриха на молива ме освобождава и запечатва на листа моите мисли, чувства, настроения.

За да твориш и създаваш красота, е нужно най-напред да се научиш да чувстваш, защото истинското изкуство идва от душата на твореца. Към това се стремя и аз, и върху това ще работя.

Доротея Костадинова, 8^а клас

ЛИЧНО ТВОРЧЕСТВО



ЖИВОТЪТ НА ЕДНА ЕЛХИЧКА



Там, горе, във величествената планина, която се издигаше чак до небесата, се намираше моят дом – една красива елхова горичка. Като всяка малка, кичеста елхичка, аз мечтаех да видя света извън планината.

В гората се живееше добре. Слънцето всяка утрин ме събуждаше с топли ласки, а вечер аз го изпращах, като му помахвах весело с клонките си. Денем се радвах на чуруликането на птичките, а нощем щурците ми свиреха приспивни песни.

Но най-хубавото бе, че аз не живеях сама. Мама и татко, големи елхи, бяха винаги до мен и ме защитаваха от силните ветрове на яростните бури.

Когато идваше зимата, нашият дом, елховата горичка, се преобразяваше. Елхите намятаха пухкави шалове и слагаха бели калпаци. Тогава се чувствах толкова красива в своята снежна премяна. И с радост гледах как в клоните ми се боричкаха катерички, а под тях весело подскачаха в снега сиви зайчета. И толкова исках да поиграя с тях. Така беше всяка зима, докато в една декемврийска утрин...

Отново ме събуди слънцето, като погали нежно игличките ми. Аз протегнах клонките си и ги отърсих от натрупалия сняг. Изведнъж се чу шумолене. Уплашена сърничка бързо притича и се изгуби сред големите елхи. А кълвачът забарабани по-бързо по стъблото на съседно дърво, като че даваше сигнал за тревога.

И имаше защо. Като че от нищото пред мене израсна човешка фигура. Бях виждала хора и преди, но този носеше нещо в дясната си ръка и крачеше точно към мен. Цялата изтръпнах. Мама и татко зашумяха тревожно и се опитаха да ме защитят. Те протегнаха клони към човека и замахаха с тях. Но той сякаш не ги виждаше. Беше застанал точно пред мен. Сърцето ми тупаше от страх и вълнение. Изведнъж човекът вдигна нагоре ръка и в ръцете му проблесна стомана.

Усетих режеща силна болка, а после се оказах паднала в снега. Смолисти сълзи мокреха стъблото ми. Небето над мен се раздвижи. Усетих, че човекът ме повлече

нанякъде. Аз мислено се сбoguвах със своите родители, защото знаех, че не ще ги видя никога вече. Сбoguвах се и със слънцето, с щурците, с птиците. Толкова щяха да ми липсват изгревите и залезите, топлите дни, мама и татко...

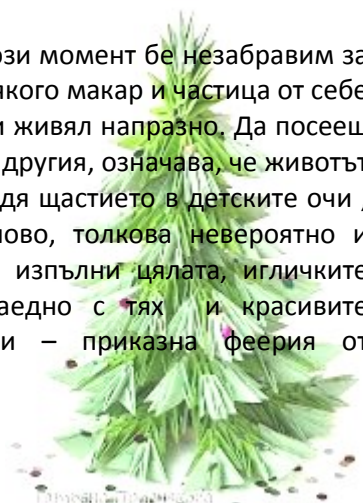
Скоро около мен започнаха да се появяват къщурки. Човекът спря пред една от тях. Когато преминахме къщния праг, почувствах, че болката ми бе затихнала. Той ме подпря в единия ъгъл на стаята. Можех вече да се огледам. В стаята беше топло. До огнището бе приклекнала млада жена и наглеждаше гозбата. От другата стаичка се чуваше детски смях.

Мъжът надникна през вратата и повика децата. Те пристигнаха тичешком. Когато ме видяха, ахнаха и заподскачаха от радост. Очите им грейнаха, лицата им светнаха от задоволство. После пристъпиха внимателно към мене. Детските им длани ме галеха и докосваха нежно игличките ми. А това бе толкова приятно – също като милувките на слънцето в елховата горичка.

После жената тихо се приближи и постави до мене овехтяла голяма кутия. Децата с нетърпение я отвориха и започнаха да вадят от нея красиви висулки и да ме кичат с тях. Всяка следваща по-хубава и по-хубава. Чувствах се толкова специална...

Тогава разбрах, че това семейство не бе заплаха за мен - аз не бях пленница, а очаквана гостенка, която трябваше да донесе в дома им радост. Бях им потребна, бях техният символ на семейното щастие. Тогава си спомних думите на мама, които понякога ми казваше: "Където и да ни отвежда животът, мила моя, там винаги има изумителни моменти."

Мама беше права. Този момент бе незабравим за мене. Да дариш на някого макар и частица от себе си, означава, че не си живял напразно. Да посееш радостта в душата на другия, означава, че животът ти е осмислен. Да видя щастието в детските очи, за мене бе нещо ново, толкова невероятно и силно. Чувството ме изпълни цялата, игличките ми затрептяха, а заедно с тях и красивите разноцветни висулки – приказна феерия от красота и щастие.



ЛИЧНО ТВОРЧЕСТВО

БЯЛАТА КОЛЕДА



Градът беше притихнал под бялата пухена завивка. Прозорчетата на къщите блещукаха като звездиците в небето. Беше толкова красиво! Като във вълшебен сън...

Но още по-хубаво беше в мислите на децата. Толкова щастие и радост изпълваха душите им, толкова мили и съкровени мечти бяха стаени в мъничките им сърчица и напиреха да излязат, толкова силни и необикновени желания се дуплеха там. Цяла година те мечтаеха за тази скъпа гостенка, тихата бяла Коледа. Бленуваха за нея, търсеха я в сънищата си, чакаха я ден след ден, час след час...

И ето я! Най-напред се чува нежни звънчета, а после тя слезе от своята сребърна колесница, величествена, красива и бяла, окичена с безброй светлинки, фини гирлянди, златни топченца и свещички. А в косите ѝ грееше ярка звезда. Тя тържествено влизаше във всяка

къщичка, носейки със себе си свежия дъх на елхова гора. За миг преобрази домовете, докосна сякаш с невидима ръка сърцата на хората и ги изпълни с топлина и доброта.

Огледа се Коледа, послуша се. Щастие и смях се носеха във въздуха сред звъна на Коледните камбанки. Усмихна се Коледа доволна – отново бе донесла топлина и доброта на хората, отново бе променила живота им.

А после докосна с ръка челото си и внимателно издърпа звездата, която придържаше свилениците ѝ коси. Вдигна я високо, разтвори шепата си и я пусна на свобода. Звездата се завъртя и се устреми нагоре към вечерното небе. Когато намери своето място, тя грейна с цялата си красота и хубост.

Гледаше я Коледа и се усмихваше. Постоя така неподвижна известно време, изпращайки към звездата надеждите на хората за по-добър живот. А после седна в ледената си колесница и се понесе стремително към следващия град или селце, където други я очакваха.

Съкровено



Идват светли празници. Празнувай, мирен свят!
Окичвай с красота и сняг снагата си
и по пътеки от немирнен детски смях
разбуждай добротата във душата си!

На клончета елхови звездопад
от пожелания закичвай и моли се
за светли дни, за ясен ведър знак
над нашите желания и над мечтите.

През новата година, устремени
по своя труден път да продължим
и да съумеем да запазим, Боже,
светлината в детските очи!

ЛК "Капчици": Мария Пелтекова, 5^б клас



Рождество на Спасителя



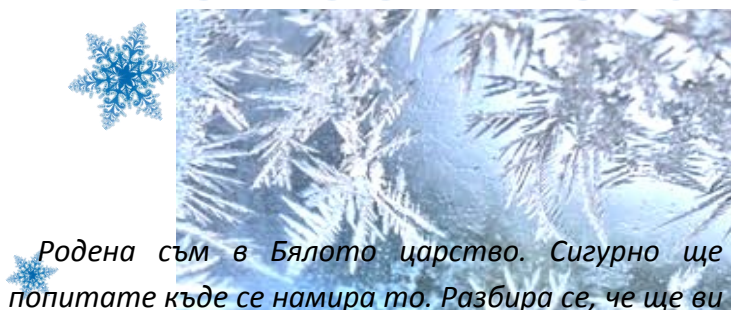
Мир и любов, песни и смях
носят се в снежните облаци.
Нежни снежинки се ронят на прах
и светват сребристи отблясъци.
В толкова тайнство ти бе роден
и светът поклони ти се с радост,
защото човекът беше спасен
от тебе, Син Божи, Иисусе.
Звездата огрява небесния свод
и гали го с нежно вълшебство,
дарява земята със толкоз любов
от тебе, Син Божи, Иисусе.

ЛК "Капчици": Росица Ганчева, 5^б клас

ЛК "Капчици": Иванка Апостолова, 5^б клас

ЛИЧНО ТВОРЧЕСТВО

Пътешествието на снежинката



Родена съм в Бялото царство. Сигурно ще попитате къде се намира то. Разбира се, че ще ви кажа. Вдигнете глави. Виждате ли онзи голям пухкав облак? Това е домът ми – Бялото царство, в което живеят всички мои сестри. Дали вече разбрахте коя съм? Точно така – аз съм красива малка снежинка.

Смея да твърдя това, защото всяка сутрин, като се събудя, се оглеждам в огледалния лед на стените в моята стаичка и виждам колко изящни и симетрични са всички мои връхчета, колко нежно е лицето ми и колко фини са кристалчетата, от които съм създадена. Сигурно сте любопитни да чуете и моята история. Е, слушайте тогава!

Живеех си спокойно и безгрижно в Бялото царство. От ден на ден растях и натежавах. Чаках с нетърпение мига, в който щях да се отроня и да втурна заедно с хиляди мои сестри в лудешки танц към земята, отправяйки се към своето голямо последно пътешествие. Знаех, че ние сме родени за това.

И ето че един ден съвсем неочаквано някаква странна сила ме подхвана, завихри ме и ме повлече неудържимо надолу. Беше започнало... Сестрите ми бяха около мене. Лудувахме и танцувахме под звуците на вятъра, който свиреше протяжна мелодия. Слизяхме все по - надолу и по - надолу. Въртяхме се все по-бързо и по - бързо...

Докато изведнъж всичко притихна. Вятърът изчезна и аз видях под себе си светлинки. С всеки миг те ставаха по-ярки и сякаш ме привличаха към себе си. Понесох се тихо и спокойно към тях. Още малко, още мъничко само...

Вече различавах силуети в светлинките. Чувах се отнякъде весела песен. Изведнъж се намерих толкова близо до светлинките. Приземих се и кацнах върху свои посестрими. Огледах се наоколо. Бяхме изпълнили своята задача - земята бе приказно красива, наметната с пухкава бяла пелерина.

Да, това беше краят на моето пътешествие. Но нас, снежинките, ни учеха, че смисълът на живота ни е да донесем радост на земята.

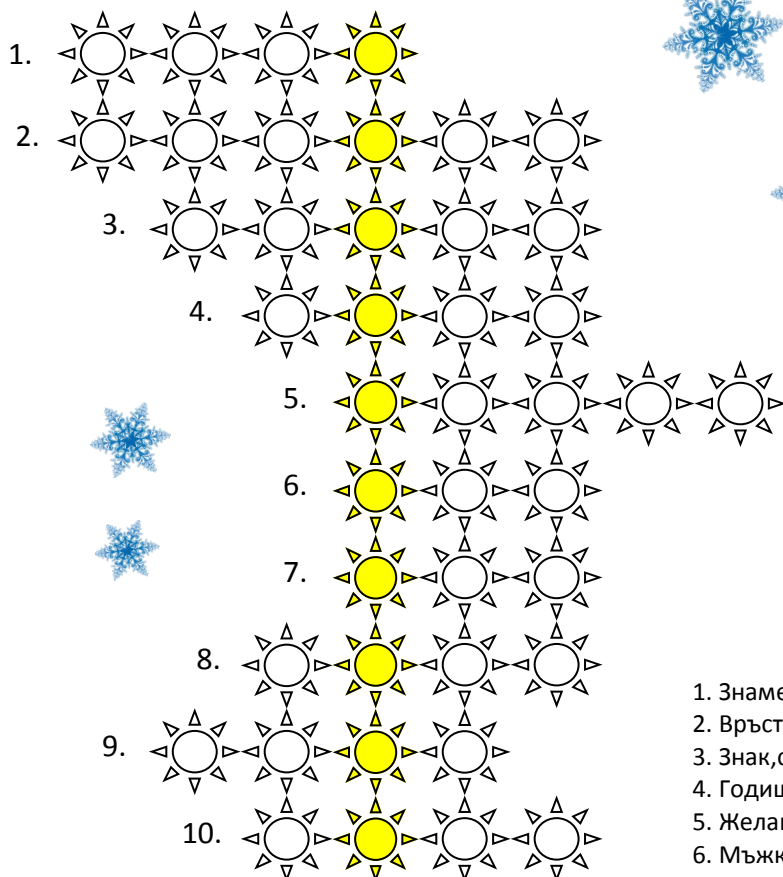
Е, до скоро виждане! И от време на време поглеждайте през прозореца – можете да зърнете мене или сестрите ми. Когато дойдем при вас, ние ще ви донесем радостта, ще украсим вашия свят и ще ви направим по-добри. Чакайте ни!



ЗАБАВНИ МИНУТКИ

КРЪСТОСЛОВИЦА:

В жълтото поле ще откриете един от снежните месеци.



1. Знаме
2. Връстници
3. Знак, следа
4. Годишен сезон
5. Желание, склонност
6. Мъжка рожба
7. Иглолистно дърво
8. Диво животно
9. Геометрична фигура
10. Превозно средство

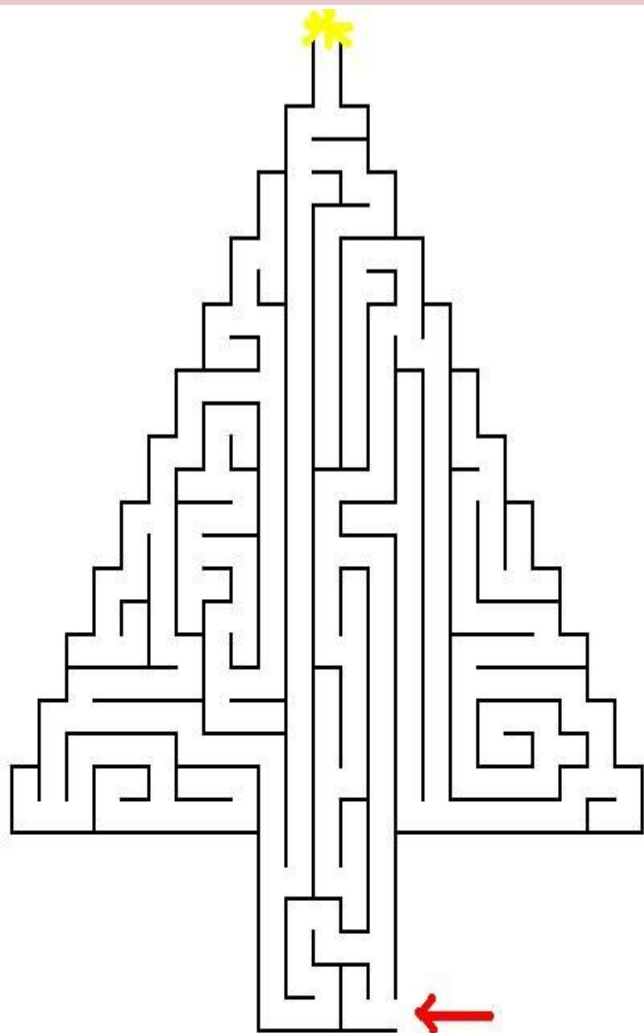
ПЛЕТЕНИЦА:





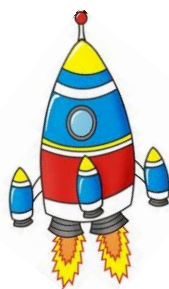
ЗА НАЙ - МАЛКИТЕ

Лабиринт



Подбор: Доротея Костадинова, 8^а клас

В посочените думи
зачертайте излишните букви.
Свържете с картинката, за
която се отнася



ППАРАХОД

СКИТАРАА



РРРРАКЕТА



ЦСИЯНИЕЕЕ

Изготвил: Соня Диева, 5^а клас

Поставете знака ^ на Снежния човек, който
няма шапка и знака ° на този, при който не
вали сняг



Изготвил: Анелия Сеферинкина, 5^а клас

Допишете
магическия квадрат

4		
	5	7
		6

Анастасия Купанова, 7^а клас



АНОНСИ



БЛАГОТВОРИТЕЛЕН КОНЦЕРТ

Сдружението на православните богослови към ПУ "П. Хилендарски" и Философско - Историческия факултет на Университета отправиха покана за участие в благотворителен концерт на учениците от 3^б клас, изучаващи Извънкласна дейност "Религия-Православие" и ВГ "Детелинки" на СОУ "Св. К. К. Философ". Целта на мероприятиято бе събиране на средства за детското онко-хематологично отделение към УМБАЛ "Св. Г. Победоносец", гр. Пловдив. Грамоти, придружени от най-силните аплодисменти, бяха за нашите артистични изпълнители!



Пъстър Коледен Калейдоскоп

Коледен блясък грейна в очите на малките първокласници в празничните дни преди ваканцията. Специално за тях, за да им раздаде заслужените подаръци и лакомства, от Лапландия дойде Дядо Коледа. В радостната забава се включиха и любими детски приказни герои. Самите ученици също показаха умения и талант да се превъплътят в някои от тях на коледния карнавал. Тържествата минаха в игри, танци, забавления и много радост..



КОНКУРС

за

най - красива Коледна украса

на

класна стая



Първо място: 7^а клас, класен ръководител: Стойка Ангелова
Второ място: 4^г клас, класен ръководител: Теодора Иванова
6^б клас, класен ръководител: Ирена Василева
Трето място: 4^а клас, класен ръководител: Мария Терзиева

КОНКУРС

"Най - красив Коледен кът"



Първо място: 6^б клас, кл. ръководител: Ирена Василева
5^б клас, кл. ръководител: Росица Боянова

Az-deteto.bg

обявява следния конкурс:

Моето най – страхотно преживяване

Конкурсът, който ви предлагаме сега и в който ще се радваме да се включите е „Моето най-страхотно преживяване“. За да участвате в него трябва да направите нещо, в което всички сте доказали, че сте много добри. Разкажете, споделете, като напишете или нарисувате нещо, което ви се е случило през 2013 година и което никога няма да забравите. Може би сте получили куче за Коледа или пък отлична оценка по предмет, който никак не ви върви, намерили сте нов приятел или сте преживели нещо със стар такъв... Разкажете ни за всичко това.

В замяна на вашите красиви рисунки и интересни разкази ние сме ви приготвили награди – трима от вас ще получат интересни книги и забавни комплекти за творчество от книжарница „Слънчоглед“.

Изпратете своите разкази или рисунки на **mirela.lubenova@investor.bg** до 1-ви март. Като не забравяте към писмото да добавите и своите име, фамилия, навършени години и населено място.

Пожелаваме ви през новата 2014 година още по-невероятни преживявания и ви очакваме.

Az-deteto.bg

Детски комплекс – гр. Сливен
организира

Национален конкурс за най-оригинална апликация с хербаризирани цветя и растителни части на тема

„Да запазим красотата на природата в картина“

Условия за участие: В конкурса могат да участват ученици от 7 до 15 г, които са разделени в две възрастови групи:

I група I - IV клас**II група V - VIII клас**

В творбите могат да се използват хербаризирани цветя, листа и други растителни части, които да не са от защитени видове.

Всеки участник може да се представи с една творба, формат А3 или А4, на която да има четливо написани: трите имена, години, клас, училище и информация за контакт.

Компетентно жури ще присъди I, II, III място и специални награди в двете възрастови групи.

Краен срок за получаване на творбите 07.04.2014 г.

на адрес: **гр. Сливен 8800****ул. „П. Славейков“ 8, ПК 89****Детски комплекс****сл.тел: 044/62-41-62, Ж. Георгиева 0887189408**



АНОНСИ

23-ти Международен конкурс за детска рисунка на ООН

Информация за конкурса:

Международният конкурс за детска рисунка, посветена на околната среда, се организира всяка година от Програмата за околна среда на ООН (United Nations Environmental Program, UNEP), базираната в Япония Фондация за световен мир и околна среда (FGPE), корпорациите Байер и Никон. Конкурсът се провежда от 1991 г. и в него са участвали повече от 3 милиона рисунки на деца от над 150 държави.

Тема: Не хвърляйте храна (хранителни отпадъци) **Подтеми:** Пазете планетата – не хвърляйте храна. Неразумното отношение към храната е неразумно отношение и към планетата.

За повече информация посетете сайта на UNEP www.thinkeatsave.org.

Организаторите отправят покана към децата от целия свят да изпратят своите рисунки до съответния за техния регион офис на UNEP. Адресите са посочени по-долу. Участниците трябва да изпратят своите рисунки до 15 март 2014 г.

Правила и условия за участие:

- Възрастова група:** деца между 6 и 14 години.
- Размери на рисунката:** рисунките трябва да бъдат на хартия с размер А4 или А3.
- Име и информация за контакт (само на английски език):** три имена, възраст (ден, месец, година на раждане), пол и пълен адрес, включително телефон и e-mail (на английски) трябва да бъдат на гърба на рисунката, НЕ на самата рисунка.
- С какво може да се рисува:** по избор – пастели, цветни моливи, акварел и т. н.
- Условия за допускане на рисунката до конкурса:**
 - Рисунки, които вече са били показвани или приемани на друго място, няма да бъдат приемани в този конкурс.
 - Рисунки, изобразяващи определена личност, организация или име на марка, няма да бъдат приемани.
 - Рисунките трябва да бъдат получени преди 15 март 2014 г.
 - Рисунките трябва да бъдат изпратени по пощата или чрез куриер преди крайния срок – 15 март 2014 г.
 - Информацията за контакт (име, телефон, e-mail и т.н.) трябва да бъде само на английски език и трябва да бъде изписана на гърба на рисунката.
 - Не трябва да има нищо написано на самата рисунка.
- Ще бъдат приемани само рисунки на хартия, върху които няма думи или описания.**
- Брой на рисунките, които могат да бъдат изпращани:** участниците могат да изпратят колкото рисунки искат.

Награди за победителите

Победители на световно ниво:

Първа награда: присъжда се на един участник и е в размер на US \$ 2 000. Изцяло се покриват и разходите за посещение на победителя (заедно с придружител) на събитие, организирано от UNEP (датата и мястото на провеждане на събитието ще бъдат потвърдени по-късно). Победителят ще получи също така почетна значка/допълнителни награди.

Втора награда: присъжда се на един участник и е в размер на US \$ 1 000. Изцяло се покриват и разходите за посещение на победителя (заедно с придружител) на събитие, организирано от UNEP (датата и мястото на провеждане на събитието ще бъдат потвърдени по-късно). Победителят ще получи също така почетна значка/допълнителни награди.

Трета награда: трима участника – на всеки се връчва диплома/сертификат. Няма парична награда.

Четвърта награда: десет участника – на всеки се връчва диплома/сертификат. Няма парична награда.

Пета награда: тридесет и пет участника – на всеки се връчва диплома. Няма парична награда.

Победители на регионално ниво

Ще бъде определен по един участник за всеки регион: Африка; Азия и Тихоокеански регион; Западна Азия; Европа; Латинска Америка и Карибски регион; Северна Америка.

Наградата включва парична награда в размер на US \$ 1 000 и покриване на разходите за пътуване на победителя и негов придружител до събитие, организирано от UNEP (датата и мястото на провеждане на събитието ще бъдат потвърдени по-късно).

Обърнете внимание!

А) Авторски права: моля, имайте предвид, че участвайки в Конкурса, Вие предоставяте авторските права над вашите рисунки на организаторите.

Б) Съхранение на рисунките: рисунките няма да бъдат връщани и ще бъдат използвани за повишаване на екологичното съзнание посредством изложби, интернет страници, плакати, публикации и т.н., както и за набиране на средства за по-нататъшно насърчаване на екологичните инициативи сред децата.

Победител във 22-рия международен конкурс за детска рисунка е Чиратчая Кеокамконг, на 12 г. от Тайланд.

Избор на победителите:

Победителите ще бъдат избрани от организаторите посредством честна и безпристрастна селекция.

Обявяване на победителите:

А) Победители на регионално ниво – победителите от шестте региона на UNEP ще бъдат обявени по време на регионалните, специално посветени на околната среда събития във всеки регион, след изтичане на крайния срок на конкурса и процеса на селекция на регионално ниво.

Б) Победители на световно ниво: датата и мястото на обявяване на световния победител ще бъде потвърдена по-късно.

Краен срок за получаване на рисунките:

Рисунките трябва да пристигнат в съответния офис на UNEP до 15 март 2014 г. Рисунки, пристигнали след тази дата, няма да бъдат включени в конкурса.

Рисунките трябва да бъдат изпратени преди крайния срок 15 март 2014 г.

Пример: ако една рисунка е от Индия (Азия), то тя трябва да се изпрати до регионалния офис на UNEP в Азия и Тихоокеанския регион. По същия начин, рисунка от Уганда трябва да пристигне в регионалния офис на UNEP за Африка. Съответно, адресът, на който трябва да се изпрати рисунката, ще зависи от това дали страната е от Африка, Азия и Тихоокеанския регион, Западна Азия, Европа, Латинска Америка и Карибския регион или от Северна Америка. На пощенския плик трябва да бъде изписано пълното наименование на конкурса „23rd International Children's Painting Competition“, както и държавата, от която се изпраща писмото.

КОНТАКТИ:

UNEP REGIONAL OFFICE FOR EUROPE (ROE)

Isabelle Valentiny, Information Officer

United Nations Environment Programme (UNEP)

Regional Office for Europe

International Environment House (IEH) A-602

11-13 Chemin des Anémones, 1219 Châtelaine

Geneva, Switzerland

Tel: + 41 22 917 8404

Mobile: + 41 79 251 8236

e-mail: isabelle.valentiny@unep.org

<http://www.unep.org>