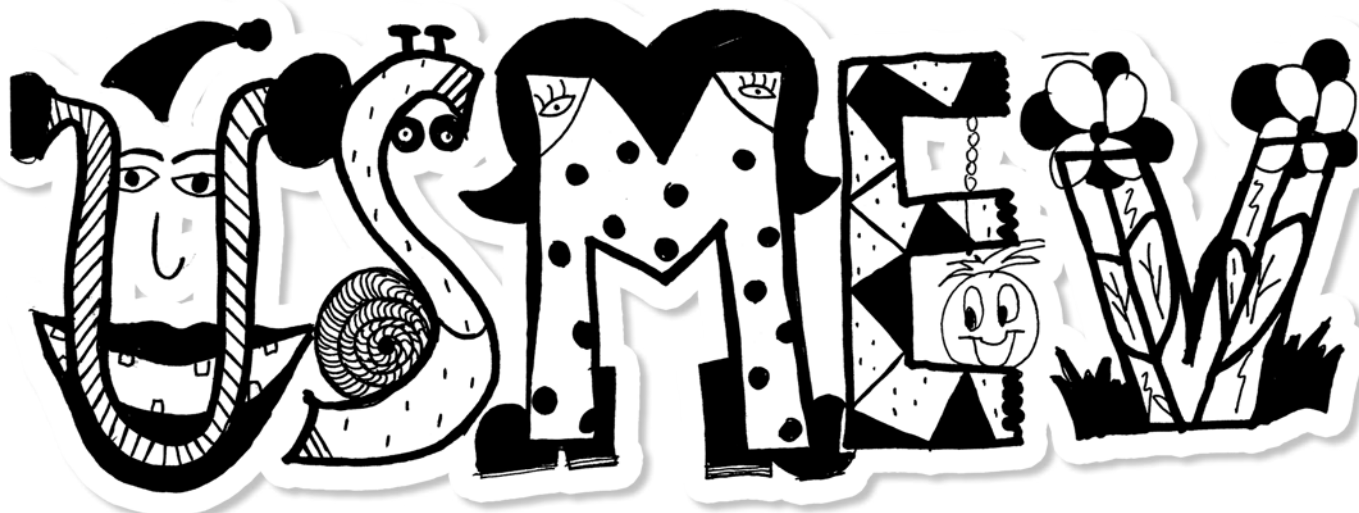




Časopis žiakov Cirkevnej základnej školy sv. apoštola Pavla v Sihelnom č. 3/2019

Rozhýbme školu dobrými bodmi Porazme sedemhlavého draka

Na konci septembra sme na školskej chodbe privítali veľkého zeleného sedemhlavého draka. Vytvorili ho deviataci.



Beseda s don Jožkom Luscoňom » „Do svojho vnútra musíme nalievať len dobré veci.“

Každá jeho hlava predstavuje jeden zo siedmich hlavných hriechov: pýchu, lenivosť, smilstvo, obžerstvo, hnev, lakomstvo, závišť. Don Jožko Luscoň nám prišiel porozprávať, ako je potrebné v dnešnej dobe robiť dobré skutky, odolať nástrahám doby a nepodľahnúť zákernosti hriechu. Len tak môžeme byť my i svet lepší.

S Jožkom sa budeme stretávať aj počas ďalších mesiacov. Na každom stretnutí nám bude rozprávať o jednom zo siedmich hriechov a približovať aj ich opak.

Ďalšiu návštevu, ktorá bola zameraná na PÝCHU, nám Jozef venoval 29. novembra. Žiakom vysvetlil, že opakom pýchy je pokora. „Boh sa pyšným protiví. Človek je ako šálka. Ak je otvorený hore dnom, nemôže sa naplniť a jeho srdce je tvrdé ako skala,“ upozornil vo svojom rozprávaní a aj ho názorne na žiakoch odskúšal.

S besedami je spojený aj bodovací systém, ktorý bol žiakom predstavený



Porazme sedemhlavého draka

pred prvou prednáškou v septembri. Žiaci svojím správaním a dobrými skutkami môžu pre triedu získať body, za ktoré ich čaká odmena v podobe výletu. Samozrejme, za nevhodné správanie sa body triede strhávajú. Žiaci tak môžu naplno rozvinúť fantáziu, ako zvýšiť svoje skóre. To sa dá nielen dobrým správaním, ale napríklad aj zapájaním sa do súťaží či ich organizáciou.

Veríme, že každej triede budú pribúdať len dobré body a apatia našich žiakov zmizne skôr, ako sa symbolicky zotne posledná dračia hlava.

Júlia Maslaňáková, 5.B



Všetkých Vás srdečně 25. 12. pozýváme do našeho kostola na Jasičkovú pobožnosť.



Traja králi

Úvodník

Slová majú svoju moc. Neopatrné slovo môže vyvolať hádku. Ostré slovo môže vzbudiť nenávisť a kruté slovo môže zničiť život. Nemilosrdné slovo môže udrieť a zabiť. No vlúdne slovo môže pohladať, radostné slovo povzbudiť, vhodné slovo upokojiť a láskavé slovo vie uzdraviť a požehnať. Aj my, malí žurnalisti, vám prinášame slová – vlúdne, radostné, vhodné, láskavé. Veríme, že v tomto vianočnom období budú pre vás požehnaním a uzdravením. Prinášame zaujímavosti a novinky z nášho školského života, názory na slobodu i osudy tých, ktorí v neslobode trpeli. Nebudú chýbať žiacke úspechy, zábava, vianočný recept.

A na záver vám všetkým želim, aby vás nielen počas vianočných sviatkov, ale aj celý nasledujúci rok sprevádzali slová pohľadajúce, povzbudzujúce, upokojujúce a požehnávajúce.

Šéfredaktorka Emma Kutláková, 9. B
usmevczs@gmail.com



5.B so svojím modrým šarkanom s logom Kinderland

Vianočný čas

Poznáte ten čas
Pri srdci plamienok hreje
Každého z nás
Jeho svetlo domy rozžaruje

Vojsko ligotavých stromov
Z kuchyne vôňa kráča do ulíc
Z maľovaných medovníkov
Tajné prania vyberám z políc

Ticho čakám na chvíľu pokoja
Šťastný to domov
Nech sa všetkým očká ra-
dosťou rozžiaria
A láska nech dýcha spoza stolov

V ten deň rozťahni svoje dlane
Nech ti čarovná minca
Minca lásky z nich vypadne
Trikrát sa otočí okolo hrnca

A ďalej sa potom kotúľa v diale
Aby každý pocítil
Veľkej lásky cieľe
Jej zunivý zvuk neštratil

Predĺžiť treba tú chvíľu krátku
O každý deň aj noc
By sme žili život sťa rozprávku
Kde počuť cingot srdce

Nina Kolčáková, 7.A

keď počet hlasov nestačil na víťazstvo,
sme radi, že sme sa do súťaže zapojili
a pri výrobe zažili veľa zábavy. Zároveň
chceme všetkým tým, čo hlasovali
za náš výtvor, poďakovať.

Daniela Pindjaková 5.B

Školská šarkaniáda

Tohtoročná jeseň vytvorila priaznivé podmienky na to, aby sa deti mohli vyšantiť so šarkanmi. Silný víťaz vyniesol k oblakom aj tie naše.

Žiaci z ročníkov 1. – 4. strávili krásne slnečné a samozrejme veterné popoludnie na školskom ihrisku, kde sa

s drakmi mohli veselo vyšantiť a súťažiť o aj to, ktorý vyletí najvyššie. Ani my starší sme však nechceli zaostávať. Zapojili sme sa do súťaže, ktorú vyhlásil Kinderland v Námestove. Jej cieľom bolo vytvoriť zaujímavého šarkana, poslať ho do Kinderlandu, zdieľať a hlasovať zaň na internete s možnosťou vyhrať jednodňový pobyt v tomto detskom svete. Túto výzvu prijali žiaci zo 6.A a my z 5.B. Naša trieda zabojovala s látkovým šarkanom. Biely kus látky sme batikovou technikou zafarbili namodro a dozdobili sme obláčikmi s našimi menami. Potom stačilo už len cez facebook hlasovať. Aj

Biela pastelka

Na konci septembra sa v našich triedach objavili malé fľaštičky s nápisom Biela pastelka.

Poznáme ich už z predchádzajúcich rokov. Deti dávajú do nich peniaze, ktoré sa zbierajú na pomoc nevidiacim. Túto zbierku organizuje únia nevidiacich a slabozrakých Slovenska, ktorá má 4 022 členov združených v 65 základných organizáciách. Poslaním združenia je poskytovanie sociálnych služieb, obhajoba záujmov ľudí so zrakovým postihnutím zameraná na vytváranie rovnakých príležitostí, zabezpečenie rovnakého zaobchádzania a realizáciu pozitívnych opatrení na prekonávanie a kompenzáciu dôsledkov zrakového postihnutia. Aj v tomto školskom roku boli naši žiaci štedrý. Tým, že sa zriekli sladkostí zo školského bufetu a centíky vhodili do fľaštičky, sa škole podarilo vyzbierať 123,70 eur. Všetkým darcom ďakujeme.

Viktória Maslaňáková, 4.A

Európsky deň jazykov

Viete, aké je najdlhšie slovo na svete? Najdlhšie slovo na svete je názov proteínu, ktorý je súčasťou ľudských svalov a je zodpovedný za ich pružnosť, má 189 819 písmen. Vyslovovali by ste ho viac ako 3 hodiny.

Najdlhšie reálne použiteľné slovo je najneskomercionalizovateľnejšieho, ktoré pozostáva z 35 písmen. To a iné zaujímavosti sme sa dozvedeli na hodinách angličtiny 26. septembra, keď sme si pripomenuli Európsky deň jazykov. Žiaci pracovali aj na budúcej podobe loga EDJ 2020. Učili sa pozdravy a základné frázy v európskych jazykoch, riešili hlavolamy. Tento deň bol vyhlásený v roku 2001 a je organizovaný Radou Európy a Európskou komisiou. Deň je oslavou jazykovej rôznorodosti



Žurnalistky pri skladaní pozdravov

členských krajín, ktoré tvoria súčasť bohatého kultúrneho dedičstva a tradícií. Cieľom je tiež podpora občanov k učeniu nových jazykov, vďaka ktorým si zvyšujú svoje šance na štúdium, prácu a lepší život v rámci EÚ.

Nina Kolčáková, 7.A



Poďakovanie COOP Jednote za sladké mliečne dobroty

Deň mlieka

Od malička nám rodičia a starí rodičia prízvukujú, že ak chceme zdravo žiť, nemalo by v našom jedálničku chýbať mlieko a mliečne výrobky.

Mnohí na tento fakt zabúdajú. Konsumácia mlieka a mliečnych výrobkov na Slovensku je veľmi nízka a najhoršia je u detí a mládeže. Epidemiologické štúdie Výskumného ústavu výživy zistili, že len 43% detí pije mlieko denne, 12% nepije mlieko vôbec a ostatných 45% len nepravidelne. Odporúčaná dávka je pritom 5 – 6dl mlieka, čo sa rovná 2 – 3 pohárom mlieka denne. Dôležitosť mlieka sme si preto pripomenuli dňa 25. septembra, vtedy je totiž Svetový deň mlieka. Žiaci si pri tejto príležitosti obliekli biele tričká, priniesli si mliečnu desiatu, ktorú im ešte spestrili lahodné jogurtíky z Coop Jednoty.

Čo sa skrýva v pohári mlieka?

Vápnik: 30% z dennej potreby. Je dôležitý pre pevné kosti a zdravé zuby, pre činnosť nervov a svalov.

Vitamín D: 25% z dennej potreby. Pomáha telu vstrebávať tuk.

Vitamín B2: 24 % z dennej potreby. Premieňa jedlo (bielkoviny, tuky a uhľovodíky) na energiu.

Fosfor: 20% z dennej potreby. Podieľa sa na tvorbe a udržaní pevných kostí.

Proteíny: 16% z dennej potreby. Sú dôležité pre svaly.

Vitamín B12: 13% z dennej potreby.

Podieľa sa na tvorbe červených krviniek.

Zinok: 12% z dennej potreby. Posilňuje vlasy a nechty.

Draslík: 11% z dennej potreby.



Zabezpečuje správne fungovanie svalov a reguláciu vodného hospodárstva organizmu.

Vitamín A: 10% z dennej potreby. Podporuje imunitu a zdravý zrak.

Niacín: 10% z dennej potreby. Je dôležitý pre činnosť viacerých enzýmov v tele.

Horčík: 10% z dennej potreby. Aktivizuje enzýmy. Monika Jurášová, 7. A

ÚČELOVÉ CVIČENIE

Dňa 13. septembra sa naše pani učiteľky rozhodli využiť pekné počasie a naplánovali nám žiakom 2. stupňa účelové cvičenie v lesíku za školou a na ihrisku.

Žiaci 1. stupňa mali didaktické hry na futbalovom ihrisku. Vyučujúce si pre žiakov pripravili veľa disciplín, v ktorých žiaci zbierali body za poslušnosť a aktivitu. Každú disciplínu viedla jedna pani učiteľka alebo pán učiteľ. Tie sa radili do kategórií: riešenie mimoriadnych situácií, zdravotná príprava, podanie prvej pomoci, pohyb a pobyt v prírode a jej ochrana,

výchova k bezpečnému správaniu, dopravná výchova, civilná ochrana. Témy žiakov zaujali a aktívne sa zapájali do rôznych úloh, spontánne reagovali a pohotovo odpovedali na položené otázky. Naučili sme sa tak zdolávať rôzne prekážky, ako postupovať pri ohrození zdravia či majetku, poskytnúť prvú pomoc.

Monika Jurášová, 7. A





Žurnalistky v redakcii MY Orava v Tvrdošíne

a celkovú podobu. Novinárska práca sa musí realizovať aj v exteriéri. Novinár musí navštevovať zaujímavých ľudí, podujatia, akcie, ktoré nezaujatú spracuje a priniesie prostredníctvom novín čitateľovi. Často je to aj na úkor ich voľného času. Novinári, ktorí prinášajú informácie zo športu, musia svoje články dokončovať ešte v nedeľu večer, aby čitateľom priniesli aktuálne informácie zo zápasov.

Ďalej nás šéfredaktorka previedla históriou oravských novín. Prvé noviny na Orave s názvom Naša Orava vznikli v roku 1918. Bol to osvetový časopis regionálneho charakteru. Vychádzal v Dolnom Kubíne každú sobotu. Tento týždenník rýchlo zanikol pre nedostatok záujemcov a finančnej podpory. Naštartovanie dnešnej podoby novín majú na svedomí manželia Lajmonovci. Tí vo

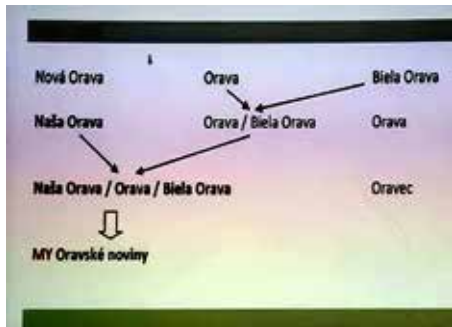
svojom byte na obyčajnom písacom stroji začali písať Našu Oravu. Začala vychádzať ako v poradí štvrté regionálne noviny – existovala Nová Orava, Biela Orava i Orava. Odvtedy prešli noviny mnohými zmenami. Zmenil sa ich formát, farebnosť, majú aj internetovú podobu, získali niekoľko ocenení.

Na záver sme sa porozprávali o našich „novinárskech dielkach“ a od pani novinárky dostali zaujímavé typy, aké články ako spracovať.

Z návštevy sme si všetky odniesli nové poznatky a nápady, ktoré veríme, že budú pre Úsmev prínosom a náš časopis bude o čosi bohatší.

Kristína Pindjaková 7.B

Vybrali sme sa po nové skúsenosti



Dňa 5. novembra sme sa my, žurnalistky, s úsmevom vybrali na prehliadku vydavateľstva MY ORAVA v Tvrdošíne.

Všetky sme čakali veľkú budovu s hromadou papierov a výtlačkov novín. No keď sme vkročili do novej veľkej budovy, našli sme dve menšie kancelárie, v ktorých nás privítala šéfredaktorka Lýdia Vojtaššáková. Namiesto kopy novín nás čakalo iba zopár najaktuálnejších výtlačkov, staršie týždenníky zviazané do veľkých kníh, pripravená prezentácia o tlači a štedré pohostenie.

Pani Vojtaššáková začala prezentáciou prechádzku do minulosti písma, tlače.

Dozvedeli sme sa, že keď ešte neboli tlačiarne, museli knihy prepisovať pisári, ktorí boli väčšinou mníchmi v kláštoroch. Keď v knihe spravili čo i len jednu chybu, museli celú knihu písať od začiatku. Prvý kníhtlač v Európe vynašiel Johann Gutenberg. Najskôr šlo len o výrezky písmen, ktoré museli ručne ukladať

na papier. No tlač sa zdokonaľovala a ľudia prišli na to, ako tlačiť bez prácneho ukladania písmen do riadkov. Stroj to robil za nich. V minulosti trvalo týždne, kým mali hotovú knihu a v dnešnej dobe je to záležitosť niekoľkých minút. Vysvetlila, že tak je to aj s tlačou našich oravských novín. Všetko sa robí cez počítač. Texty sa pošlú do tlačiarne v nedeľu večer a za niekoľko minút sú noviny vytlačené. V pondelok ich rozvážajú do novinových stánkov a predajní. Predtým však novinár musí napísať texty a grafik navrhnuť ich rozloženie

Záložka do knihy opäť spojila školy



Záložky od detí zo Šiah

Aj v tomto školskom roku sa žiaci našej školy zapojili do projektu Záložka do knihy spája školy.

Spolu vyrobili 120 záložiek a poslali ich kamarátom do Šiah, partnerskej ZŠ L. Balleka, ktorá nám bola pridelená. „List za listom – baví ma čítať“

také bolo motto tohtoročného projektu. Naši žiaci opäť nešetrili svojou kreativitou a vyrobili záložky od výmyslu sveta. Zobrazili na nich ľudové motívy, rozprávkové motívy, vyšívali ornamente, lepili. Odmenou im bola záložka z priateľskej školy.

Zuzna Vonšáková, 7.A



Naše záložky



Ako sme rozdávali svoje srdiečka

Október je mesiac, keď si zvlášť pripomínáme úctu k starým rodičom, je to mesiac Ružencovej Panny Márie a misií.

Žiaci Cirkevnej základnej školy sv. apoštola Pavla v Sihelnom ho vždy prežívajú naplno. Snažia sa druhým naplno pomáhať modlitbou i skutkami. Pre starých si pripravili milý program, ktorým potešili ich srdiečka a šedin-ky. Mysleli na nich aj počas modlitieb ruženca, ktorým začínali vyučovanie. Modlitbou ruženca sa škola zapojila aj do projektu Milión detí sa modlí ruženec. Každoročne sa doň zapájajú deti zo všetkých kútov sveta. Modlia sa za pokoj a mier vo svete. 18. októbra o 9:00 sa tak prostredníctvom školského rozhlasu pripojili k ostatným deťom, ktorým nie je ľahostajná bieda a nepokoj ľudských srdiec.

Posledné októbrové dni sa naši žiaci modlili misijný ruženec. Jeho zrnká predstavujú jednotlivé svetadiely. Zrnká prvého desiatku sú zelenej farby a symbolizujú Afriku. Červená farba predstavuje Ameriku. Európa má bielu farbu. Austrália a Oceánia má modrú farbu. Zrnká pre Áziu sú žlté. Každý desiatok začínal krátkymi úvahami. Bola to akási predpríprava na misijný jarmok. Ten sa v našej škole každoročne koná deň pred jesennými prázdninami. Pozvanie naň prijali sestričky premonštrátky z Nitry. Počas svätej omše, ktorou sme začali naše malé misijné dielo, nám porozprávali o misiách v Rusku. Deťom priblížili krajinu, ľudí, kultúru a ich prácu. Žiaci potom vedeli,



Predajný frmol

kde poputujú ich zarobené peniažky, a tak sa s chuťou pustili do predávania „svojich výrobkov“, na ktorých nechýbali „otlačky prstov“ aj ich rodičov. Predávali sa hračky, ručné výrobky, dobroty v malých „reštauráciách“, nechýbal bowling či tombola. Práve tá bola absolútnym topom celej akcie. Žiaci z 5.B na nej zarobili 264 eur.



Víťazi z 5.B



Milión detí sa modlí ruženec. Štvrtáci sa predmodlievali

Ďalším najlepšie výnosným „biznisom“ boli kaviarne a reštaurácie. Spolu žiaci zarobili 1 600 eur, ktoré poputujú na misie do Ruska.

Školu teda zaplavila jedinečná atmosféra, ktorú je možné cítiť len vtedy, keď blízny pomáha blížnemu a daruje mu kúsok zo svojho srdca.

Emma Kutláková, 9.B

Ozdoba našej výstavky

Pani učiteľka nám navrhla, aby sme si v triede urobili výstavku ovocia a zeleniny.



Matúš so súrodencami pri svojej tekvici

Deti priniesli mrkvu, petržlen, kapustu, uhorky ... No náš spolužiak Matúš Vonšák bol originálny. Na fúriku priniesol obrovskú tekvicu, ktorú sám vlastnoručne dopestoval. Keď sme chválili jeho výsledok práce, povedal: „Táto je ešte nič, pred pár rokmi som dopestoval 70 kilovú.“

Matúš má svoju vlastnú malú záhradku. Tu pestuje mrkvu, hrach, reďkovky a kaleráb. Svoju úrodu potom porovnáva s maminou a babkinou. O tekvice sa veľmi nestará. Samozrejme, že im naokolo treba potrháť burinu a potom si už veselo rastie. Tekvice im slúžia na ozdobu, ako krmivo pre



hydinu, no výborné sú z nej semiačka naložené 8 hodín v soli.

Po zime sa teší na svoje ďalšie záhradníčenie. Prajeme mu veľa takýchto gigantických pestovateľských úspechov.

Kiara Stašová, 4.B



Portrét Juliana Ďubašáková, 11 rokov

Október – mesiac úcty k starším

Drahý dedko!

Ďakujem Vám za všetky chvíle, ktoré som s Vami mohla prežiť. Vždy ste ma podporili a utešili, keď som k Vám prišla. Odišla som od Vás s novým obrazom na svet,

s novými spomienkami. Často to bolo, ako na hodinách dejepisu. Rozprávali ste mi o vojnách, hlade, biede. Ukázali ste mi tým, že sa treba uskrupniť a snažiť sa žiť dobrý život. Všetko ste mi povysvetľovali, povedali ste vlastné zážitky.

Ďakujem Vám aj za to, že som mohla počúvať Vaše hranie na husliach. Vlastne vďaka Vám som na ne začala hrať aj ja. Často ste rozprávali, ako ste hrávali na rôznych hudobných koncertoch a súťažiach. Po mojich rodičoch ste boli prvý, čo ste ma začali učiť životu: rátať, násobiť prvé čísla, ukázali ste mi, ako predpovedať počasie podľa smeru dymu, pohybu zvierat ...

Za všetko Vám, dedko Roman, srdečne ďakujem.

Vaša vnučka Kristína

Milá babka!

Na začiatku svojho listu Vás chcem srdečne pozdraviť. Chcem Vám ním povedať, aká ste super a že Vás mám veľmi rada.

Výborne varíte. Najviac mi chutí Vaša paradajková polievka. Vždy, keď ju varíte, rozvoníava po celom dome a mne sa na ňu zbiehajú slinky. Ste veľmi pracovitá a usilovná. Ak potrebujem pomoc, ochotne mi pomôžete. Rada s Vami chodím do lesa zbierať liečivé bylinky. Keď nejakú nepoznám, vysvetlíte mi, ako sa volá, prečo ju zbierame a aké má liečivé účinky. V zime, keď mám zmrznuté nohy, zohrejú ma vaše vlastnoručne upletené vlnené ponožky.

Ďakujem, že sa zaujímate o moje starosti aj radosti, že ma viete povzbudiť aj pochváliť. Mám Vás veľmi rada a ďakujem Vám, že ste taká skvelá babička a vždy, keď Vás potrebujem ste tu pre mňa.

Vaša vnučka Karinka

Milý dedko!

Vzťahy v rodinách sú dnes rôzne. Niekedy ich narodenie vnúčať zlepí, inokedy postrbí ešte viac. Verím, že to moje narodenie bolo pre Vás tým lepším prípadom. Aj keď ste mali už vnúčať, ja som bol iný. Bol som to ja. Tiež som bol malý, plakal som a smial som sa. Čas, ktorý som s Vami doteraz strávil bol pre mňa obohacujúci. Rád sledujem Vaše ruky pri práci. Obdivujem Vašu trpezlivosť pri nás. Keď sa s bratmi bijeme, nikdy nekričíte, len nás vždy napomeniete. V minulosti bolo bežné spolužitie viacerých generácií v jednom dome. Toto spolužitie neprinášalo vždy len príjemné situácie. A tak je to aj u nás. Moja lenivosť je niekedy silnejšia ako úcta k Vám. Veľmi rád spomínam na výlety s Vami – Oravský hrad, plavba loďou, kúpalisko Oravice, opekačky na chate Vždy to bolo iné, ako s rodičmi. Veľakrát som Vám bol vďačný, keď ste mi poradili pri úlohe. Vždy ste si ma zastali.

Na oplátku sa budem snažiť, aby som Vás nezarmucoval. A budem sa snažiť byť dobrý vo futbale, lebo viem, že ste jeho veľkým fanúšikom.

Ďakujem za všetko, Váš Blažej

IBobor

V našej škole sa v dňoch 11. – 15. novembra uskutočnila súťaž IBobor. Súťaž prebiehala týždeň. V našej škole sa odohrala prvýkrát. Spočívala v otestovaní logiky žiakov.

Testovali sa hlavne žiaci druhého stupňa, no svoje myslenie si mohli overiť aj mladší žiaci. Riešením pätnástich úloh mohli žiaci získať až 80 bodov. Najväčší počet získali: Bianka Brandisová z 5.A – 75 bodov, Daniela Pindjaková z 5.B – 68 bodov, Zuzana Bielaková z 5.A – 64 bodov.

O tom, že súťaž je u žiakov veľmi populárna, svedčí aj počet zapojených žiakov. Na Slovensku sa jej zúčastnilo 89 768 žiakov z 1 116 škôl.

Niečo o založení ...

V roku 2004 ju založila prof. dr. Valentin Dagienė z Litvy. Symbolom súťaže sa stal usilovný, inteligentný a čulý bobor, preto sa súťaž volá po litovsky a po slovensky Informatický bobor. Úspešná súťaž sa odvtedy rozšírila do mnohých ďalších krajín. V školskom roku 2018/2019



Žiaci svedomito riešili logické úlohy

sa konala súťaž v 57 krajinách a zapojilo sa do nej 2 785 588 žiakov.

Hlavným cieľom súťaže je podporiť záujem o informačné a komunikačné technológie u všetkých žiakov. Súťaž chce iniciovať v deťoch využívanie IKT, posmeliť ich v intenzívnejšom a kreatívnejšom používaní moderných technológií pri učení sa.

Hoci v každej zúčastnenej krajine prebieha súťaž trochu inak, organizátori zo všetkých krajín sa raz ročne stretnú, aby vytvorili spoločnú databázu úloh pre ďalší ročník súťaže. V roku 2019 sa stretnutie konalo v Balatonkenese

v Maďarsku.

Naša škola dopadla celkom dobre a dúfam, že sa do tejto súťaže zapojíme aj v ďalších rokoch.

Daniela Mlynarčíková, 7. B



Karty Matúš Luscoň, 14 rokov



Protidrogový vlak

Dňa 18. októbra naši deviataci navštívili špeciálny vlak Revolution train v Tvrdošíne.

Ako vlastne funguje a čo to je Revolution train? Protidrogový vlak ponúka pre žiakov a študentov prevenciu, ktorá ich zaručene nenudí.

Návštevníkov vo veku 12 – 17 rokov inovatívny projekt vtiahne a donúti premýšľať o problémoch v spoločnosti a k zodpovednosti nielen k vlastnému životu. Unikátne prostredie vlaku ponúka možnosť okamžitých neformálnych debát s odborníkmi. Táto debata je vďaka neobvyklému prostrediu



živšia, otvorenejšia a úprimnejšia než pri klasickej školskej prednáške. Reálny príbeh, emotívne situácie a interaktívny prístup ponúkajú priestor na premýšľanie o nebezpečnosti legálnych a nelegálnych drog. Vlak ponúka v špeciálne upravených vagónoch ukážky drogového brlohu, väzenskej cely či autohavárie.

Emma Kutláková, 9.B



Tento rok navštívil Mikuláš riaditeľňu

Pravda o Santovi

Mnohé deti si myslia, že darčeky nosí rozprávkový deduško menom Santa Claus.

Pravidelne počas Vianoc prichádza spoza severného polárneho kruhu na saniach ťahaných sobmi. Stáva sa z neho pojem a v niektorých krajinách priam idol hodný najväčšej slávy. Dokáže sa prepchávať komínom alebo liezť na lane do okna, ako ho trebárs môžeme vidieť aj na niektorých

budovách. Objavuje sa rád vo filmoch a reklamách.

Tie Vianoce, ktoré boli kedysi sviatkom pokoja a hlavne v európskej kultúre sviatkom kresťanským spojeným s narodením Ježiška, sa stávajú záležitosťou komerčnou.

Čo však s tým všetkým má ten starý Santa? A odkiaľ sa vôbec vzala táto „tradícia“?

Písal sa rok 1931. A práve vtedy sa v Amerike v masívnej marketingovej vianočnej kampani firmy Coca Cola prvýkrát objavuje tento deduško. Coca Cola mala roky na tento Santov „outfit“ aj autorské práva, a celý mýtus so sobmi, Severným pólom a „vianočným kamiónom“ vytvorila postupne v rôznych reklamných kampaniach.

Ale aby to nebolo také jednoduché, Coca Cola v podstate „ukradla“ Santu inej americkej firme White Rock Beverages tiež vyrábajúcej nápoje. Tá zaviedla Santa Clausa už v roku 1915. To, že dnes už málokto vie, ako ten „červený trpaslík“ vznikol, svedčí o tom, pod akým vplyvom reklamy sa ľudia už generácie nachádzajú. Reklamný priemysel dokázal využiť kresťanský príbeh o Svätom

Mikulášovi a prekrútiť ho na Santu so sobmi, Severným pólom a vianočným kamiónom.

Santa Claus je vlastne pôvodným menom Nikolaos. Nepochádza zo Severného pólu ale z Turecka. Narodil sa do bohatej kresťanskej rodiny, študoval v Alexandrii, pričom cestou domov zachránil muža, čo spadol cez palubu. Keď v meste vyberali nového biskupa, tento človek navrhol obetavého Nikolaosa. Obetavo pomáhal chudobným a tajnými nočnými peňažníkmi darmi zachránil tri mladé sestry, ktoré sa pre chudobu nemohli vydať. Nikolaos zomrel 6. decembra roku 330.

Áno je to náš starý známy Svätý Mikuláš, ktorého vplyvom reklamy zdeformovali na niekoho iného. Nie nadarmo sa vraví, že reklama je vlastne opakované klamstvo.

Predvianočný čas je práve ten, keď sú ľudia akísi „mäkší“ a dajú sa ľahšie obalamutiť. Nebuďte to práve vy, čo naletíte na pútavosť reklamy a po sviatkoch sa budete chytať za hlavu, na čo ste naleteli.

Monika Jurášová, 7.A



Piataci a štvrtáci v Krivej

Lepšie raz vidieť, ako stokrát počuť



Piataci v Zákamennom v pamätnej izbe biskupa Jána Vojašáka



Tretiaci a štvrtáci sa presvedčili, že aj z dážnikov sa dajú vyrobiť bábk



V najstaršom bábkovom divadle na Slovensku v Žiline na predstavení Najkrajšia rozprávka o Červenej čiapočke



Siedmici vo Hviezdoslavovom múzeu v Dolnom Kubíne



Šiestaci v Oravskej galérii
v Dolnom Kubíne



V Jasenovej 7.B a 7.A



Naše NAJ...

Vitaj SLOBODA!



Deň 17. november – Deň študentstva, Deň boja za slobodu a demokraciu. Pre nás mladších, deň kedy nemusíme ísť do školy. A vieme vôbec prečo si tento deň tak vážime, prečo je naším štátnym sviatkom?

Práve v tento deň pred tridsiatimi rokmi našli veľkú odvahu mladí študenti, ktorí vyšli do ulíc bez zbraní, s holými rukami, v ktorých mali sviečky alebo kľúče. Prechádzali ulicami veľkých miest bývalého Československa, pokojne kráčali, spievali pesničky, ktoré boli v čase komunizmu zakázané, no oni ich aj napriek tomu vedeli. Svojou mierumilovnosťou dokázali zničiť režim, ktorý tu bol štyridsať rokov. My slobodu berieme ako samozrejmú, no vidíme, že v minulosti to tak nebolo.

Predstavíme vám zaujímavý príbeh známeho spisovateľa Rudolfa Dobiáša.

V čase komunizmu bol odsúdený za velezradu na 18 rokov. Za všetko mohol jeden obrázok. Presnejšie, karikatúra Stalina a Gottwalda, ako sa škvaria v kotloch v pekle a okolo nich pobežuje niekoľko čertov. V učebnici Rudolfa Dobiáša ho objavil učiteľ a ten obrázok odniesol na Štátnu bezpečnosť. A tu sa postupne život školáka, študenta zmenil.

Nastalo vyšetrovanie, väznenie a ťažká práca v uránových baniach. Zaujímavé je to, že tento obrázok nikdy on nenakreslil, ale jeho kamarát, ktorý bol tiež uväznený. Rudolf Dobiáš má dnes 83 rokov, má za sebou bohatú literárnu tvorbu a dokonca bol tento rok nominovaný na Nobelovu cenu. Túto báseň napísal vo väzení:

NEODOSLANÝ LIST

*Sám s vlastným krížom v chladnej cele
a preďaleko od neba,
písal som domov: Mám sa skvele
a ničoho mi netreba.
Keďže ma strážia stráže bdelé,
nemusím sa báť o seba.
Viem, že to Boží mlyn ma melie*



21. 2. 1992 Kladenie ohňa v Pilsku na zohriatie obeda pre robotníkov, keď sa rúbalo drevo pre kostol v Sihelnom

ŤAŽKÝ ŽIVOT V NESLOBODE

(Anton Brezoňák * 4. 1. 1925 † 6. 6. 2007)

Som najmladšou vnučkou nebohého Antona Brezoňáka, ktorý za totality veľa trpel. Zo spomienok mojej babky Márie – jeho manželky, môjho otca, strýka a mojich tiet vám chcem porozprávať o jeho živote.

Dedko bol vždy ochotný pracovať pre druhých aj bez nároku na odmenu. Bol tesárom a nemal problém s prácami na stavbách a vo výškach. Kým boli jeho deti malé, odchádzal za prácou do Čiech. Tu opravoval mosty a hlavne kostoly. Vždy si rada prezerám fotky z čias, keď pracoval vo výškach na opravách veží kostolov. Neskôr začal pracovať v Martine.

Keď sa na Slovensku v 1968 uvoľnila situácia, začali v susednej Oravskej Polhore stavať nový kostol. V roku 1970 ho Polhorci prišli poprosiť, aby prevzal jeho stavbu, pretože majster, ktorý ho staval sa bál rizika pri výstavbe vysokej veže kostola. Po dohode so



Oravská Polhora, stavba kostola z r. 1971

správcom farnosti v Rabči zanechal prácu v Martine a išiel robiť majstra ku kostolu. Túto prácu šťastlivo dokončil a kostol bol vysvätený v roku 1971. Medzitým bol veľmi zainteresovaný pri zriadení nášho sihelnianskeho cintorína. Vysvätený a funkčný bol v roku 1969, dovtedy sa totiž pochovalo v susednej Rabči.

Starý otec však veľmi túžil, aby sa aj v Sihelnom začalo s výstavbou kostola. Správca farnosti mu sľúbil, že keď sa dokončí stavba v Polhore, začne sa kostol stavať aj v Sihelnom. Lenže doba sa zmenila.

V období, keď Polhorci vybavovali

*a premieňa ma na chleba.
Horúčka, čo mi blčí v tele,
je zasa božská pahreba,
aj štyri steny čisto biele
tým čistým Boha velebia.
Naozaj, mama. Mám sa skvele,
len mi je smutno bez teba.
Ester Pitáková, 6. A*



zvony do svojho kostola, dedko chodil s nimi a po dohode s niektorými ľuďmi zo Sihelného, vybavoval zvony aj pre našu obec. Cena zvonov bola vysoká, a tak s partiou ľudí zorganizoval v dedine tajnú zbierku. Tí chodili po domoch a zbierali peniaze. Každú nedeľu sa spolu zišli a do veľkej písanky si zapísali presné záznamy o príspevkoch občanov. No táto jeho aktivita sa mu stala osudná. Miestni poslanci MNV, čo sme sa dozvedeli až po revolúcii, ho udali, že sa obohacuje. Dedko a rodina o ničom nevedeli. Do domu prišli žandári a povedali, že dedko bude zaistený vo vyšetrovacej väzbe. Začali robiť domovú prehliadku, od babky si pýtali záznam o zbierke a zaujímali sa, čo všetko si v poslednom období kúpili. Bolo to týždeň pred Veľkou nocou. Teta spomína, že práve ukladala do poličky knihy a žandár jej povedal, že jej práca

je zbytočná, lebo aj tak všetko rozhádzu. Babka spomína na slová jedného zo žandárov: „*Len tu máte zlých ľudí, v nemenovanej dedine postavili kostol a nikto nikoho neudal.*“



Domovú prehliadku zastavili hneď po tom, čo im babka dala písanku s evidenciou príspevkov na zvony. Keď ju skontrolovali, dedka po dvoch dňoch z väzby prepustili. Všetko bolo v poriadku a dedo bol bezdôvodne obvinený. Po príchode domov bol vo veľmi zlom psychickom stave. Najviac ho zraňovala zrada spoluobčanov, ktorým veril. Dlho sa pomocou lekárov zo všetkého zotavoval, no najviac mu pomáhal Pán Boh. Dedko bol veľmi nábožný.

Zvony boli s Božou pomocou do Sihelného dopravené a 22. augusta 1976 vysvätené. Dodnes slúžia na Božiu chválu i potreby Sihelnanov.

Neskôr chodil dedko na rôzne brigády,



kde sa zoznámil s Poliakmi. S nimi sa dohodol, že mu na Babiu horu prinesú náboženské knihy. Babka a deti o tom nevedeli, až kým ho zas domov neprišli hľadať žandári. No našťastie na nič neprišli a dopadlo to dobre.

Dedko často spomínal, čo všetko si musel prežiť vo vyšetrovacej väzbe. Veľmi ho zarmucovala ľudská zloba. Keď v 1989 padla železná opona, veľmi sa tešil. Hneď sa spolu so skupinkou dobrých kamarátov začal pohrávať s myšlienkou výstavby nášho kostola. Napriek pokročilému veku, bol medzi prvými, ktorí priložili ruku k dielu a základy kostola dnes stoja na jeho vedomostiach a ochote.

A na záver ešte jedna skutočnosť. Dedko mal jednu dobrú-zlú vlastnosť: Vždy vravel ľuďom svoju pravdu do očí.

Barbora Brezoňáková, 7. B



12. 12. 1998 Olivová hora

Starkí ani nevedeli, že ich syn je kňaz

V 80. rokoch minulého storočia štát prisne kontroloval, koho prijať do seminára. Bohoslovci museli prehlásiť, že nie sú rehoľníci.

No našiel sa iný spôsob, ako umožniť chlapcom, ktorých Boh povolal, kňazský a rehoľnícky stav. Tajne sa pripravovali na kňazstvo a tajne prijali vysviacku. Jedným z nich bol aj môj ujo, Ferdinand Kubík.

Po ukončení gymnázia odišiel z domu študovať na elektronickú fakultu. Popri vysokoškolským štúdiám elektrotechniky sa stretával s predstavenými

teológie, študoval teologické predmety a pripravoval sa na zasvätený kňazský život. V roku 1988 bol v jednej malej izbičke spolu s dvomi ďalšími študentmi biskupom vysvätený. Nevedeli o tom ani moja babka a dedko. Takáto vysviacka bola pred štátom trestným činom. Preto, aby vysviacku nemohol nikto odpočúvať, namiesto organu, hrala hudba z rádia. Môj dedko do smrti nevedel, že jeho syn je už dva roky kňazom. Babka sa to dozvedela večer pred dedkovým pohrebom. Ostatní veriaci sa to dozvedeli na pohrebe, keď prišiel v kňazskom rúchu.

Monika Jurášová, 7. A



20. 5. 1990 Slávnostná primičná sv. omša dp. Ing. Ferdinanda Kubíka SDB v chráme Navštívenia Panny Márie v Rabči



Čo pre nás znamená sloboda?

*Možnosť vykonávať nejaké veci, povolanie, ktoré chceme.
Nemusíme konať to, do čoho nás nútia.*

Maroš, 9.B

Nenadržiavanie iným, všetci sme si rovní.

Dávid, 9.B

Sloboda je možnosť robiť si, čo chcem.

No všetko musí mať nejaké hranice.

Bianka, 9.B

Môžeme voľne cestovať do rôznych krajín bez toho, aby nás niekto kontroloval. Nie je cenzúra.

Novinári, spisovatelia môžu slobodne písať.

Emma, 9.B

*Sloboda je pre mňa veľmi dôležitá.
Slobodný človek môže robiť to, čo on chce
a nie to, čo mu diktuje niekto iný.
Slobodu si treba vážiť.*

Sofia 9.B

*Je to vyjadrenie svojho názoru bez toho,
aby som sa bál.*

Tomáš, 7.A

*Sloboda je voľnosť. Voľne rozprávať, cestovať, stýkať sa s
ľuďmi, s ktorými chcem.*

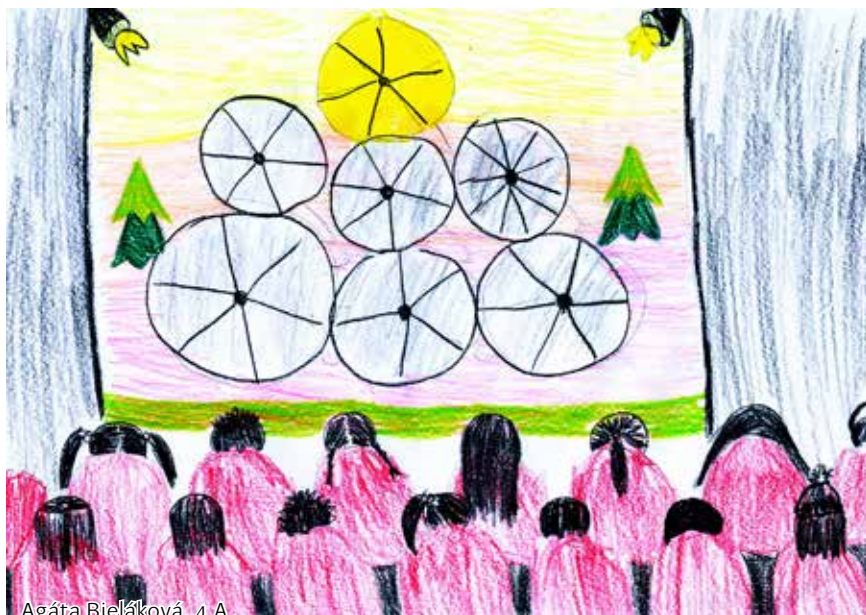
Oliver 7.A

Nikto nám nezakazuje povedať svoj názor.

Monika 7.A

*Slobodne môžeme vykonávať to, čo máme radi, nesmieme
však zabúdať na svoje povinnosti.*

Nina 7.A



Agáta Bielačková, 4.A





Remeslo má stále zlaté dno

O tradičné ľudové remeslá je stále záujem aj medzi tými najmenšími. Ústredie ľudovej umeleckej výroby známe ako ÚLUV to v Bratislave dokazuje výstavou V krajine remesiel.

Výstava prezentuje práce zručných detí od 8 do 15 rokov, ktoré sa zapojili do celoslovenskej súťaže s rovnomeným názvom. Súťaž sa koná každé dva roky. Tento rok to už bol 7. ročník. V súťaži sa nepoužívajú umelé materiály ale prírodné: látka, drevo, sklo, mach, vlna, plátno, hlina, slama, ... Aj naši spolužiaci sa zapojili do súťaže. A musíme ich pochváliť, pretože získali pekné ocenenia. Prečítajme si, čo o súťaži napísali:

» **Matej Gabriel a Michal Fernéza** – „Naším súťažným predmetom boli dva včelie úle. Takéto úle používali aj naši predkovia, často ich aj malovali. My sme ich vyrezávali z lipového dreva, pretože je mäkké a má peknú štruktúru, veľmi dobre sa s ním pracuje. Spočiatku nám práca šla veľmi rýchlo, no najhoršie boli dokončovačky, detaily ako nos, pery, vlasy. Pomaly nás opúšťala trpezlivosť, no vydržali sme a oplatilo sa. Získali sme prvé miesto.“

» **Matej Piták** – „Ja som vyrobil misku. Taktiež som používal lipové drevo, ktoré je najlepšie na ručné opracovanie. Nápad vyrobiť misku som dostal preto, že kedysi spájala celú rodinu. Celé rodiny totiž jedávali z jednej misky. Najhoršia práca bola na ťažšie dostupných miestach.“

» **Marek Grobarčík, Peter Kekelák** – „Vytvorili sme zemnicu, príbytok našich predkov. Doma máme drevený domček, ktorý urobil dedko, vždy sa nám páčil. A zrazu nastal čas, kedy sme si mohli aj my vytvoriť niečo podobné. Na zostrojenie domčeka sme používali všetko, čo nájdeme v lese, lúke, potoku: slama, prútie, mach, hlina, štrk, drevo. Len sme to postupne ukladali, spracovali do tvarov domu, studne, plota. Pekná práca bola aj s hlinou, ktorú sme dávali do vnútra domčeka, pretože tá tvorila v minulosti podlahu. Najťažšie boli okná, pretože boli malé a vyžadovali si veľa trpezlivosti.“

» **Martin Sitarík** – „Cebřík (po goralsky cebřík) je nádoba, ktorá sa používala v maštali, pri chove dobytka. Vyrábali som ho zo smrekových dosiek, a veľmi mi záležalo, aby bol pekný, pretože mi pani učiteľka povedala, že pôjde na súťaž. Preto som dosky aj vyčistil, vyhladil, premieral. Postupne som ich ukladal do oválneho tvaru a spojil železnou

obručou. Pomohol som si aj s klincami, aj keď viem, že naši predkovia to dokázali urobiť aj bez nich.“

» **Oliver Gužíňák a Kristián Kolčák** – „Vyrobili sme svadobné oznámenie. Začalo to veľmi jednoducho, nenápadne. Vyrábali sme z medeného drôtu vtáčiky, trocha sme ich vyzdobili vlnami z tenšieho medeného drôtu a boli hneď veselšie. V triede sme našli medený plech, ktorý sme ostrihali na dva rovnaké kúsky, spojili do knihy, pripevnili vtáčiky a vzniklo moderné svadobné oznámenie. Meď je materiál veľmi pekný, ľahko sa s ním manipuluje a dá sa pri ňom odreagovať, zabudnúť na problémy. Možno aj vám niekedy takéto vyrobíme.“

» **Tadeáš Piták** – „Namaloval som na sklo goralského gajdoša. K maľbe na sklo som sa dostal prostredníctvom Sihelčeka. Boli sme v Poľsku v rámci projektu, a tu nás naučili na sklo maľovať. Je to veľmi zaujímavá technika, pretože maľujeme opačným spôsobom. Vyžaduje si to veľa trpezlivosti, ale má to aj výhodu. Keď sa pomýlim, dá sa to aj rýchlo zo skla utrieť a opäť namaľovať tak, ako chceme.“

» **Patrik Miklušák**. Je netypické, že dnes nájdeme žiakov, ktorí vedú štrikovať, no je ešte zaujímavejšie keď vie štrikovať chlapec. Toto dokáže Patrik Miklušák, ktorý uštrikoval vrece na orechy. Štrikovať ma naučila moja mama. „Neštrikoval som vrece z vlny, ale z nastrihaných starých látok, z ktorých sa tkali koberce. Až potom nastalo samotné štrikovanie, počas ktorého som striedal rôzne farebné kombinácie. Nakoniec sme rovnú látku zašili po bokoch a vzniklo z toho vrecko, ktoré získalo v tejto súťaži čestné uznanie.“

Ester Pitáková, 6. A





Sihelnianske povesti

Pochybná knižka

Pri druhej autobusovej zastávke v Sihelnom je tenká ulička. Keď na ňu vpravo odbočíte, upúta vás kríž. Ten tam však nestojí len tak náhodou. Postavil ho tam vrah pred mnohými rokmi bohatý sedliak Fero.

Fero bol lakomý a pyšný. Ako jeden z mála vedel čítať a písať a aj to ho robilo dôležitým a povýšeneckým. Zatiaľ čo ostatní bývali v dreveniciach, on býval v prepychovom dome. Nikomu nič nedal, nikomu nič nepožičal, aj napriek tomu, že on mal všetkého hojno. Každý raz, čo sa ľudia modlili v kostole, on otvoril a čítal škaredú knihu s čertom na jej obale.

V nedeľu ráno sa ľudia z dediny náhlili na omšu do kostola v Rabči. Fero si povedal, že jemu sa modliť netreba, on má a vie všetko. Otvoril knihu a začal si čítať nepekné riadky.

Len čo odbili zvony prvýkrát, kniha sa zabľysla. Sedliak, zaujatý čítaním, si myslel, že prichádza búrka, tak tomu nevenoval pozornosť. Keď zvony odbili druhý raz, kniha sa zavrela. Preľaknutý Fero ju znova otvoril, no jeho pohľad zaujala hruška, čo stála v jeho dvore. Tá pri treťom odbíjaní zvonov začala prečudesne kývať konármi a jej korene sa začali plaziť po zemi smerom ku chalupe až začali dom dvíhať. Veľké dvere na dome sa otvorili a dnu začal fúkať horúci vietor. Začal dumať, že sa deje čosi zlé, no jeho pýcha mu bránila odísť z jeho honosného príbytku.

Potom však začul nepríjemný škrekot. Vyšiel von a na svojej hruške uvidel nemilé stvorenie. „No čo Fero, pôjdeš so mnou?“ šklabil sa naňho čierny. Fero sa tak zľakol, že utekal rovno do kostola. Jedným dychom vyrozprával farárovi, čo sa mu stalo a spolu utekali k domu. Kmeň hrušky našli obhorený a polepený smolou, listy na nej boli červené. Kňaz neváhal a dom a hrušku posvätil svätenou vodou. Čudesné korene zmizli, no múry domu zostali popukane a hruška celá vyschla.

Až vtedy si Fero uvedomil svoju zlobu a komu slúžil. Dom dal zbúrať, hrušku stál a na tom mieste dal postaviť kríž. Svoje majetky rozdal chudobným a on sám sa utiahol do skromného domčeka na kraji dediny. Odvtedy až do konca života nevynechal ani jednu omšu a namiesto pochybných kníh čítal modlitebnú knižku.

Eva Perveková, 7.A,

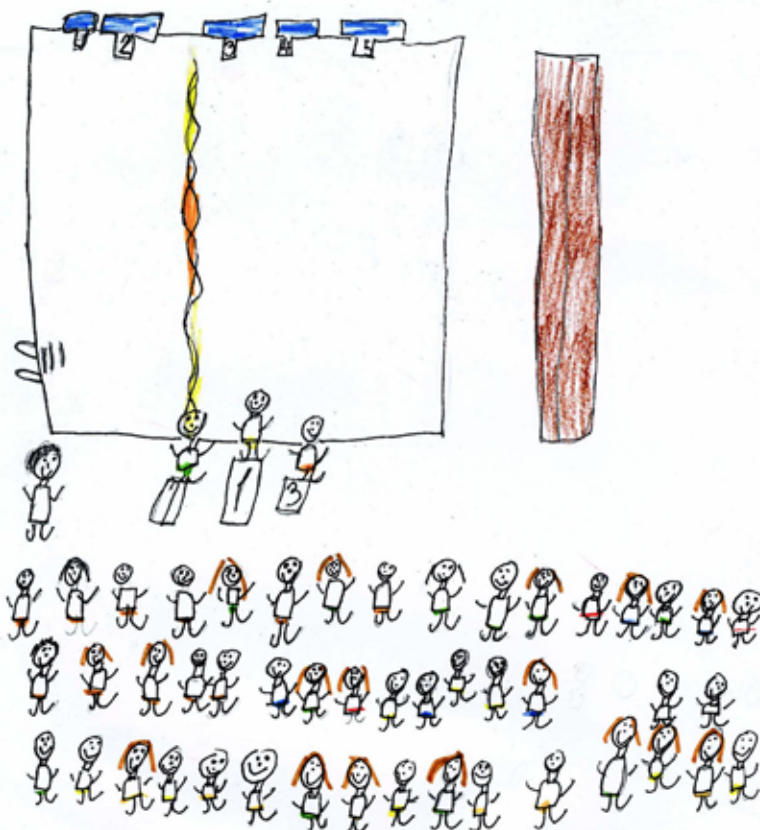
2. miesto v literárnej súťaži Majáček



Alžbeta Chudjaková, 3.B

Na plavárni som sa naučil veľa vecí. Napríklad plávať na chrbte, skákať do bazéna a vyloviť veci. Ale munda sam bola, lebo každé ráno sme mali konovicku. Potom som merinášal čakať na fén. Bola sam skanda s Tomášom.

Terko 3.A





Martina Chudjaková, 10 ročná





Kristína Pindjaková, 13 ročná

Obrazy zimy

Nedávno som v časopise objavila krásnu fotku z Havajských ostrovov. Dymiace sopky, osamelé pláže lemované slnkom, tyrkysové zátoky a smiešne malé žabky na obrovských listoch. To všetko najskôr vo mne vyvolalo závišť. „Keby som sa ja dostala na Havaj, tiež by som si urobila také fotky“ prebehlo mi myslou. Potom však môj zrak padol do okna a predou mnou sa zjavila krásna lesná scenéria. Teplo som sa obliekla vzala mobil do vrecka vyrazila von.



Jakub Mišiniec, 4.B



„Pozdravujem vás, lesy, hory, z tej duše pozdravujem vás!“ prebehli mi myslou verše z básne od Pavla Országha Hviezdoslava. Krásna zelená scenéria posiatá bielym páperím si priam pýtala fotku. Predou mnou sa začali zjavovať ďalšie a ďalšie zátišia: zamrznutý potôčik, zajačie stopy v snehu, stromčeky zdobené cencúľmi pripomínajúce



Agáta Bjeláková, 10 ročná



vianočné ozdoby. Tak ako Hviezdoslav tvoril nové a nové metafory, ja som tvorila nové a nové fotky. Tá krása ma celkom pohltila, naplnila peknotou a pokojom nielen môj zrak, ale i moje vnútro. „Len okamih tam pobudnutia už mŕtvie bôl, už slabnú putá, zrak čistý sa tak voľneje, i ožívajú nádeje.“

Cestou späť som natrafila na šišky a k nim som ulomila aj pár čečtinových halúzok. Doma som si vytvorila milú

vianočnú dekoráciu a pri horúcej čokoláde listovala v spomienkach na tu nevšednú nádheru a vo fotkách, ktorú ju zachytili. „Oj hory, vy k životu

privediete zas, vy skriesite vy zotavíte, z jatrivých vyliečite rán.“

Emma Kutláková, 9.B,

2. miesto v literárnej súťaži Majáčik





Bratia Hopjakovci, zľava Matej a Richard, víťazi štvorboja

Atletický štvorboj

Atletika je jedna z hlavných športových disciplín, ktorá pôvodne zahŕňala prirodzené pohyby človeka.

V staroveku znamenala telesné cvičenie, zápas, prirodzené ľudské pohyby. Novodobá atletika sa rozvinula

v 19. storočí v Spojenom kráľovstve a odtiaľ sa rozšírila po svete. Majstrovstvá sveta v atletike sa konajú každé dva roky. Majstrovstvá Európy zas každé štyri roky. Atletických súťaží sa zúčastňujú aj naši žiaci.

V jeseni sa konal atletický štvorboj v Rabči. Pozostával z týchto disciplín: beh 600m, skok do výšky alebo diaľky, hod kriketkou a beh na 800m. Naši žiaci si počínali vynikajúco. Matej Hopjak zo 7.A získal 1. miesto a jeho starší brat Richard 2. miesto. Obom srdečne blahozeláme.

Mária Maslaňáková 6. A



Anketôčka otvor očka

Deň čokolády

Čokoláda je nepochybne jedna z najvyhľadávanejších, najchutnejších a pravdepodobne aj najpredávanejších sladkostí na svete. Nezaobídú sa bez nej žiadne sviatky. Šibači sa tešia na čokoládové vajíčka, na Valentína si z nej darujeme srdiečka, oslavu menín a narodenín tiež spestrí sladká bomboniera. Inak to nie je ani počas vianočných sviatkov. Na sviatok svätého Mikuláša nájdeme v čižmičke jeho čokoládovú podobizeň, čaká nás v adventnom kalendári a potom na vianočnom stromčeku. Pre maškrtníkov je vhodným darčekom aj pod stromčekom či len tak z lásky v priebehu celého roka.

Medzinárodný deň tejto pochúťky pripadol na 13. septembra a v našej škole sme si ho pripomenuli krátkym vysielaním v školskom rozhlase. Tu sme sa dozvedeli, že sa vyrába z kakaových bôbov, ktoré sú vlastne ovocím. Jej pôvod siaha až do stredného Mexika. Aztékovia si natoľko vážili kakao, že ho používali ako platidlo. Je okamžitým zdrojom energie pre telo i dušu, pomáha odstraňovať napätie a stres a zároveň vyvoláva v človeku príjemné pocity a pokoj.

Dnešná doba nám prináša rozmanité čokolády. Poznáme mliečnu, horkú, bielu, s orieškami, sušeným ovocím... Vedeli ste však, že obsahuje aj hmyz, ktorý sa v bôboch ukrýva pri spracovaní?

Pani učiteľky Kutliakovej, vyučujúcej biológie, sme sa opýtali, ktorá čokoláda je najzdravšia. „Horká čokoláda je

zdravá, má nízky obsah cukru a tuku. Musíme si však vybrať kvalitnú čokoládu, pretože dnešné obchody nám ponúkajú aj veľa nekvalitných výrobkov.“

Na kvalitu čokolády upozornila aj pani učiteľka telesnej výchovy, pani učiteľka Kakačková a dodala: „Čokoláda vie dodať silu a energiu nielen pri športe ale i pri vedomostiach.“

Väčšina si pri slove čokoláda, či pomyslení naň, povie „mňam“. No nájdú sa i takí, ktorým čokoláda vôbec nechutí. Či sa takí „ľudkovia“ nachádzajú aj v našej škole, sme sa rozhodli zistiť prostredníctvom našej malej ankety.

A TU JE VÝSLEDOK. „Čokožrútkov“ je medzi nami naozaj veľa a väčšina z nich obľubuje mliečnu čokoládu.

• Mám rád čokoládu mliečnu aj s orieškami. Najlepšia je Barila. (pán školník)

• Čokoláda môže byť. Najradšej mám mliečnu čokoládu. (pani učiteľka Staníková)

• Mám veľmi rada čokoládu Milku. (Evka, 5.B)

• Aj ja milujem čokoládu, už sa teším na Mikuláša. Určite dostanem kopu čokoládových pochúťok. (Kiara, 5.B)

• Čokoládu milujem. Nesmie chýbať po dobrom obede. Chutí mi horká aj mliečna. Nemám rada bielu čokoládu, to podľa mňa ani čokoláda nie je, a čokoládu s orieškami. (pani učiteľka Kutláková)

• Ja patríť tiež k tým, čo majú radi čokoládu. Zjem hocikáku. (Šarlotka, 5.B)

• Ja vôbec nemám rád čokoládu, nechutí mi. (Oliver, 7.A)

• Ja ľúbim všetky druhy čokolád, najradšej mám Milku. (Emma, 9. B)

Eva Perveková 7. A



VARÍME S ÚSMEVOM

Zelená hlava plná vitamínov

Kapusta odnepamäti patrila v našich podmienkach medzi základné potraviny.



Kedysi bola súčasťou každej záhrady. Dnes si ju mnohí pre nedostatok času kupujú už nakrájanú a v jeseni nakladajú do suda na kvasenie. Kyslá kapusta je vitamínovou bombou pre zdravie a dokáže významne posilniť obranyschopnosť organizmu. Je zdrojom vitamínu C, E, vitamínov skupiny B a K a rovnako v nej nájdete železo, fosfor, flór, horčík či draslík. Okrem toho je to jedno z najlepších prírodných probiotík, pretože obsahuje laktobacily. Zároveň je ešte aj antioxidantom a požieračom tuku. Dodáva organizmu množstvo hodnotných bioaktívnych látok a dokonale prečistí organizmus od všetkých škodlivín. Pre všetky svoje blahodarné účinky sa už pradávno zaradila na prvé priečky najzdravších potravín vôbec.

Monika Jurášová, 7.A

Kyslá kapusta nesmie chýbať ani na štedrovečernom stole. V každej oblasti Slovenska ju pripravujú inak. Niekde do nej pridávajú rybu, niekde klobásku, slivky...

My sme pre vás pripravili recept tradičnej sihelnickej kapustnice. Tá bola vždy bez mäsa, pôstna, so zemiakmi uvarenými na hrubšie kocky.

Recept nie je vôbec náročný. Poučené maminami a pani učiteľkou šla príprava kapustnice hladko. To, že sa nám podarila, uznali aj pozvaní hostia.

Na prípravu vianočnej kapustnice budete potrebovať:

- kyslú kapustu,
- sušené hríby, slivky,
- maslo, lyžica hladkej múky,
- cesnak, soľ, rascu, korenie podľa chuti,
- zemiaky.



1. Kyslú kapustu opláchneme pod prúdom studenej vody. Zalejeme vodou a dáme variť.



3. Medzitým si očistíme zemiaky a dáme variť do osolenej vody.



5. Zápražku vlejeme do kapusty a premiešame. Na záver dochutíme soľou, rascou, korením.



2. Hríby na chvíľu namočíme do vody, potom opláchneme a ja so slivkami dáme variť ku kapustnici.



4. Keď je kapusta a huby mäkké, nakrájame si cesnak. Na asi lyžicu masla opražíme cesnak a pridáme lyžicu múky. Rozmiešame.



6. Podávame so zemiakmi uvarenými na hrubšie kocky.

Dobrá chuť a POŽEHNANÉ SVIATKY PRAJE REDAKCIA ÚSMEVU.

Vianočná tajnička



V	I	A	N	O	C	E	N	C	Ú	Ĺ	V	O	L	Á	S	K	A	V	T
D	K	S	K	O	L	Á	Č	P	O	M	I	K	U	L	Á	Š	CH	U	R
E	A	M	Ä	S	O	O	S	O	L	M	A	O	P	A	N	Č	U	CH	A
C	P	R	Á	Z	D	N	I	N	Y	E	N	N	E	D	E	Ĺ	A	B	D
E	O	E	Č	V	E	C	B	O	H	S	O	M	D	J	E	D	Ĺ	A	Í
M	R	K	V	E	V	A	A	Ž	E	V	Č	O	U	A	O	E	O	N	C
B	T	M	L	Č	K	D	E	K	A	J	N	D	Š	B	R	R	B	K	I
E	E	Y	A	E	L	Y	L	Y	Ž	E	Ý	L	A	L	O	Í	E	L	E
R	V	Š	K	R	I	A	T	O	K	Ž	S	I	P	K	D	É	N	CH	V
Y	S	V	I	A	T	K	Y	K	R	I	T	T	ô	O	I	I	Č	K	Y
B	V	L	O	Č	K	A	B	N	B	Š	R	B	S	A	N	T	A	R	A
A	D	Z	I	M	A	J	E	O	A	N	O	A	T	R	A	J	J	A	M
N	D	E	I	Š	B	A	T	O	Ĺ	A	M	S	O	R	A	S	Š	V	E
N	O	C	T	P	E	S	L	A	A	S	Č	A	V	E	S	I	T	A	N
D	M	V	O	I	S	L	E	B	D	N	E	L	A	K	O	L	E	D	Y
O	R	C	Ý	C	E	E	H	O	O	E	K	Ó	R	L	B	E	D	E	Ň
M	A	Š	K	R	T	Y	E	D	B	H	Ĺ	N	E	A	CH	S	R	Z	P
O	D	Y	K	T	O	F	M	Z	R	E	U	K	A	M	O	T	Ý	I	O
V	S	V	I	E	Č	K	A	Ý	O	E	D	Y	D	A	D	E	D	V	C
V	I	A	N	Č	N	Á	H	V	I	E	Z	D	A	K	Y	R	E	O	I
P	R	I	A	T	E	L	I	A	N	J	E	L	M	R	Á	Z	Ň	T	T

Vianoce, Štedrý deň, Boh, Ježiš, Betlehem, batoľa, osol, krava, darčeky, ponožky, večera, kapor, ryba, kapustnica, sneh, zima, lyže, sáne, mandarínky, vianočný stromček, jedľa, smrek, Silvester, Nový rok, koledy, rodina, priatelia, Mikuláš, maškrtky, perníky, sviatky, vianočná hviezda, tradície, jablko, výzdoba, Santa, prázdniny, škorica, december, Adam, Eva, modlitba, reklama, noc, sviečka, pôst, pančucha, škriatok, dom, fotky, obchody, tovar, ľad, salónky, cencúľ, jase, obed, dobro, láska, kľud, vločka, mak, mráz, krb, drež, čaj, oko, koláč, moc, mäso, okno, nedeľa, deň, pocit, život, duša, amen, orechy, anjel, banka, špic, pes, deka, raj, nebo, ruch, deti, svet, vlak, domov, myš, vec, veža, osa, zips, rad.

Zuzana Vonšáková, 7. A

