



ŠKOLNÍK

ZPRAVODAJ ZÁKLADNÍ ŠKOLY V CHRATAVĚ

VÝLET DO KRYŠTOFÁKU ANEB PEKLO NA ZEMI

V pátek ráno jsme se voblíkli do vejletového oděvu a vyrazili nikoliv do školy s taškou učení, ale na výlet do Kryštofova Údolí. Je to už tradice speciálních tříd, každoroční zavítání do vesničky s roubenkami, hrázděnými domky, kapličkami, dřevěným kostelíkem a orlojem. Do baťůžků jsme si dali všichni něco dobrého, vhodného pro člověka připraveného k vrcholovým výkonům. Dnes to bude obzvláště potřeba. Horror začal naprosto nevinně a nenápadně. Ostatně jako všechny rány osudu, nikdy nic nenasvědčuje hrůzám nadcházejícím. Totiž jedinci, kteří vedli náš štrůdl, nasadili takové tempo, že jsme do Kryštofáku dorazili o hodinu dříve. Prohlídli jsme si orloj, betlém, zaskotačili na hřišti a pak to přišlo. Na autobus se nebude čekat, protože přífrčí za dlouho, a tak se jde zpátky zase pěškobusem. Ale můžeme stihnout vlak v Machníně. Pohodlná asfaltka nás vede mírným spádem dolů z Kryštofáku, abychom na rozcestí směrem k Machnínu zjistili, že vlak už nestíháme, a skutečně, v Andělské Hoře nám chybělo pouhých 5 minut, abychom mohli do vlaku naskočit a ulevit tak svým bolavým nohám. Člověk často ani netuší, kolik má v těle svalů a kloubů, pokud nějakým zcela nevhodným způsobem nepřipomenou svou existenci. Moc jsme se těšili na Chrastavu a po vyfunění kopce kolem hospody u Marušků jsme se konečně dočkali.

My učitelé jsme brblání našich žáků snášeli statečně. S odstupem času naši svěřenci zjistí, jak nádherný to byl výlet. Člověk má nakonec radost sám ze sebe, že zvládl tak těžký terén. Takový nádherný pocit vítězství nad přírodou asi zažívají horolezci při výstupu na osmitisícovky v Himalájích. Po týdnu nás přestanou bolet nohy, tak snad nám ani nezůstanou trvalé následky. Tělo se vyhojí a bude zase dobře.

Dagmar Nováková



MALUJEME ČESKÉ POHÁDKY

Naše škola, budova v Revoluční ulici, pořádala v prosinci 2013 čtvrté kolo výtvarné soutěže „Malujeme české pohádky“. Děti prvních, druhých a speciálních tříd malovaly na velkou čtvrtku libovolnou technikou svoji oblíbenou pohádku. Nejvíce obrázků bylo namalováno pastelkami, objevily se ale i vodové barvy a suchý pastel. Je vždy obtížné mezi mnoha pracemi vybrat ty, podle našeho názoru, nejlepší. Některé děti potěšit, u jiných vidět pocit zklamání.

I. KATEGORIE /1. třídy/

1. MÍSTO Daniel Lochman - Vodník /I.C/
2. MÍSTO Jindra Karlík - o Krakonošovi /I.A/
3. MÍSTO Hanele Leiskovská - Maková panenka /I.B/
4. MÍSTO Jan Pospíšil - Štěňátko /I.B/
5. MÍSTO Karel Bór - Čtyřlístek /I.A/
6. MÍSTO Adélka Košťáková - Mach a Šebestová /I.C/
7. MÍSTO Pavlína Rabatinová - Ferda Mravenec /I.B/
8. MÍSTO Aneta Balcarová - Rákosníček /I.B/
9. MÍSTO Bára Lipenská - Víla Amálka /I.C/
10. MÍSTO Tereza Nováková - Krteček /I.B/

II. KATEGORIE /2. třídy/

1. MÍSTO Karel Březina - Hurvínkův rok /II.A/
2. MÍSTO Veronika Houdová - Králíci z klobouku /II.A/
3. MÍSTO Jan Doležal - Mat a Pat /II.C/
4. MÍSTO Marie Mikezová - O krtečkovi /II.A/
5. MÍSTO Lucie Jelínková - Princ Bajaja /II.A/
6. MÍSTO Štěpánka Jankovcová - Ferda mravenec /II.B/
7. MÍSTO Pavlína Smolová - Šípková Růženka /II.A/
8. MÍSTO Kateřina Balatková - O popelce /II.A/
9. MÍSTO Sára Ferencová - Princezna na hradě /II.B/
10. MÍSTO Jakub Partl - Krteček /II.C/

III. KATEGORIE /speciální třídy/

1. MÍSTO Aneta Oberreiterová - Brouk Pytlík /III.S/
3. MÍSTO Květoslava Demeterová - Rákosníček /III.S/
5. MÍSTO Kateřina Málková - Z pohádky o krtečkovi /III.S/
6. MÍSTO Alena Málková - Bob a Bobek /I.S/

Vaše výkresy vyzdobí třídy při zápisu do 1. tříd v lednu 2014.

Dagmar Nováková





KROUŽEK JÓGY



Od nového školního roku máme na naší škole kroužek jógy, který vede Iva Řehořková.

Do našeho kroužku chodí prvňáčkové, kteří jsou nesmírně šikovní a mají k józe pozitivní vztah. Cvičení je baví a každá hodina je pro děti radost. Letadlo, slon, volavka, krokodýl, slunečnice, kobra, brouček, tulipán, králík, motýlek, nebo loďka jsou ásány, jež vyžadují koncentraci, soustředěnost i svědomitost pro správné držení těla. Děti se také naučí správně dýchat a se svým dechem pracovat. Součástí každého cvičení je i vedená relaxace neboli chvilka odpočinku. Děti mají rády také hry a nejvíce „hru na Jakoubka“, kde zažijí mnoho legrace, při napodobování zvuku mašinky vtahují břicho a tím se aktivizuje bránice.

„Jóga“ pochází ze sanskrtu a znamená „spojit, sjednotit“. Jógové cviky působí celistvě a uvádějí tělo, mysl, vědomí i duši do rovnováhy. Takto nám jóga pomáhá zvládnout každodenní nároky, problémy i starosti. Pomocí jógy v sobě rozvíjíme vyšší porozumění sobě samým, smyslu svého života i svému vztahu k Bohu.

Cviky jsou prověřeny již několika tisíciletími a pomáhají milionům lidí. Systém Jóga v denním životě se vyučuje po celém světě v jógových střediscích, na vysokých školách, ve zdravotních zařízeních, sportovních klubech, rehabilitačních centrech a lázeňských domech. Je vhodný pro všechny věkové stupně, nevyžaduje žádné akrobatické schopnosti a umožňuje jógovou praxi netrénovaným, nemocným a postiženým osobám v rekonvalescenci.

Sám název ukazuje, že tento systém není omezen pouze na určitý aspekt bytí, nýbrž že se může a má využívat v „denním životě“, tedy v běžném životě. Jednotlivé díly byly sestaveny za pomoci poradců z řad lékařů, fyzioterapeutů a rehabilitačních pracovníků. Při dodržování daných pravidel jej proto může každý samostatně praktikovat i doma.



PRVNÁČCI V LUNAPARKU

Za úspěšné zvládnutí prvního pololetí jsme pro prvňáčky uspořádali výlet do Lunaparku v Babylonu.

V pondělí 20. 1. 2014 si žáci všech prvních tříd ZŠ i speciální třídy užili báječné zábavné odpoledne. Až do večerních hodin se děti bavily na kolotočích, houpačkách, autodromu a v bludišti. Někteří si vybrali míčové hry, skákání na trampolíně, jízdu na koloběžkách a jiných kárách. Statečnější si zahráli golf nebo se snažili zkrotit divokého býka.

Když dětem vyhládlo, snědly svačinu od maminek a vrhly se na stánek s občerstvením. Z pultu rychle mizela cukrová vata, ledová tříšť i párky v rohlíku.

Čas vyhrazený pro návštěvu uplynul velice rychle a nikomu se ještě domů nechtělo. Teprve až na zpáteční cestě byla na dětech patrná únava, ale z tváří jim zářila radost a nadšení.

Také my, paní učitelky, jsme byly spokojené, protože děti ze všech tříd se i v tak velkém počtu chovaly po celou dobu ukázněně a slušně. Dokázaly, že si takovou odměnu zcela zasloužily.



Paní učitelky: Ivana Řehořková
Ivana Bláhová
Zuzana Živnůstková
Blanka Borovanová