

www.oualeko.com



ОУ „Алеко Константинов“
Пловдив,
ул. „Божидар Здравков“ № 3а
факс: 634 498, тел.: 625 673
e-mail: aleko-online@oualeko.com

РУБРИКИ:

-  **Училищно планиране**
Отг. Здравка Петрова
-  **Здраве**
Отг. Мария Аджарова
-  **Библиотечно-информационен център**
Отг. Таня Пилева
-  **Празници**
Отг. Таня Пилева
-  **Дежурство**
Отг. Дежурен учител
-  **Училищен живот**
Отг. Десислава Радионова
-  **Коментари**
Отг. Лилия Топчийска
-  **Представяме ви**
Отг. Таня Пилева
-  **Референдум**
Отг. Гергана Стоицова

С любезното съдействие на г-жа Людмила Тиберова – управител на център „Детско царство“ – Пловдив, ул. „Княз Церетерев“ 11 в Резиденция „Старият град“

УЧИЛИЩНО ПЛАНИРАНЕ

Седмичен план

за периода 06.12. до 10.12.2010 г.

понеделник
06.11.2010 г.

Дежурни класове за седмицата са:
4в клас – кл. р-л Г. Стоицова
7б клас – кл. р-л С. Куртева
Отг.: дежурни учители

Представяне на творбите от акция
„Дар за моето училище“
Отг.: З. Петрова

вторник
07.11.2010 г.

12.45 ч. Задължителна оперативка
Отг.: Директор

Сряда
08.12.2010 г.

12.30 ч. Среща на Ученическия парламент
Отг.: З. Петрова

Четвъртък
09.12.2010 г.

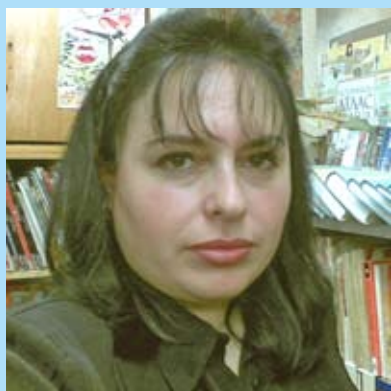
12.30 ч. Заседание на УКПППМН
Отг.: Л. Топчийска

Петък
10.12.2010 г.

Проверка на контролни работи – 3 клас
Отг.: кл. р-ли, ПД УВД

Инструктаж от класните ръководители на дежурните ученици за следващата седмица:
4а клас – кл. р-л В. Делчева
7в клас – кл. р-л Н. Велева

ВИЗИТКА



Ангелина Николаева Велева

Преподавател по английски език
в ОУ „Алеко Константинов“ от 1993 г.
Завършила висше образование,
специалност Българска и английска филология в ПУ „Паисий Хилендарски“.

Член на издателския екип на информационен е-вестник „Алеко – онлайн“.



ЗДРАВЕ

ВИТАМИНИТЕ И ТЯХНОТО ЗНАЧЕНИЕ. КАКВИ МУЛТИВИТАМИНИ ДА ИЗБЕРЕМ

Наричат витамините **азбуката на здравия живот**, защото:

А – повишава съпротивляемостта към заболявания на дихателната система, съкращава продължителността на болестите, запазва кожата, костите, косата, зъбите и венци-

(продължава на 2 стр) ►►

те здрави; лекува пъпки, абцеси, язви.

В1 – витаминът за „бодър дух“ нормализира нервите, мускулите, сърцето, намалява зъбобола, помага при прилошаване.

В2 – запазва здрави кожата, косата и ноктите, подобрява зрението и съдейства за растежа.

В6 – предотвратява нервните и кожни болести, забавя стареенето, действа като естествен диуретик.

В12 – участва в кръвообращението, увеличава енергията, поддържа нервната система, повишава апетита при децата, съдейства за растежа.

В15 – понижава нивото на холестерол в кръвта, възстановява след отпаднало, предпазва от замърсявания

С – заздравява раните и изгарянията, понижава нивото на холестерола, предпазва от много вируси и бактерии, намалява образуването на тромби, увеличава продължителността на живота, намалява въздействието на алергените.

Д – помага при усвояването на калция и фосфора, действа подсилващо при заздравяване на костите и зъбите, предпазва от настинка, лекува конюнктивита, съдейства за усвояването на витамин А.

Е – забавя стареенето на клетките, повишава издръжливостта, предпазва белите дробове, разтваря тромбите, намалява умората, заздравява изгарянията, понижава кръвното налягане.

F – предотвратява повишаване нивото на холестерола, осигурява здрава кожа и коса, подобрява общото здравословно състояние, предпазва сърцето, спомага за намаляване на теглото.

К – помага за правилното съсирване на кръвта, предотвратява вътрешните кръвоизливи.

Р – укрепва стените на капилярите, предпазва от инфекции, лекува кръвенето на венците.

РР – жизнено важен за синтеза на половите и други хормони, инсулина, за функционирането на нервната система и мозъка.

С какво е опасна авитаминозата?

Витамините са различни вещества, които се съдържат в храната в минимални дози, но без които нашият организъм не може да съществува нормално. В по-стари времена животът на хората е бил свързан с повече физически труд и те са изяждали до 5 кг различна храна на ден. Затова и съдържащите се в нея витамини са

им били напълно достатъчни.

Днес нашето физическо натоварване е по-малко, ядем значително по-малко, неправилно или небалансирано и витамините не ни достигат. А без тях храната се усвоява по-лошо, имаме по-малко енергия, по-често боледуваме и живеем по-кратко.

Много от заболяванията и всички по-малки здравословни проблеми са предизвикани от недостига на един или няколко витамина:

- сухотата на кожата – недостиг на витамин **С, В6, Н, А**;
- кожни изривания – недостиг на **В6, РР, А**;
- изтощена коса – **В6, Р, А**;
- гадене – **В1, В6**;
- липса на апетит – **А, В1, В2, В6, В12, Н**;
- безсъние – **В6, РР**;
- склонност към инфекции – **С, А**;
- раздразнителност и безпокойство – **С, В1, В6, В12, РР, Н**;
- проблеми със зрението – **А, В2, В6**;
- чести стомашни разстройства – **В12, РР, А**;
- честа поява на синини – **Р**;
- кървене на венците – **С, В6, РР**.

С какво ни застрашава хипервитаминозата?

Трудно е да се предозират синтетичните витамини, но все пак трябва да се спазват указанията. За природните витамини, с изключение на А и D, това обаче не се отнася – прекомерните количества от тях могат да доведат до натравяне. Появяват се сухота и сърбеж на кожата, главоболие, треска, гадене, повръщане. При хронично натравяне се появяват болки в ставите и безсъние.

При прекалена употреба на моркови или сок от моркови, в които има много каротин (витамин А) е възможен ксантоз – оцветяване на кожата и склерата на очите в жълто-оранжев цвят. Ако това е еднократен процес, не е опасно, но ако се прекалява постоянно, може да пострада черния дроб.

С витамин D понякога се натравят децата, които се лекуват от рахит. Появява се повръщане, силна жажда, спазми, повишава се кръвното налягане, пулсът се забавя. Хроничното натравяне може да доведе до забавяне на развитието.

Ангелина Велева – учител по английски език



БИБЛИОТЕЧНО-ИНФОРМАЦИОНЕН ЦЕНТЪР

Тази седмица в библиотеката бяха подредени витрини:

- 175 години от рождението на Марк Твен – големият американски писател, наречен баща на американската литература.
- 61 години от смъртта на Елин Пелин, български писател – един от най-големите майстори на разказа.

На 3 декември с IIIа клас се проведе урок, посветен на читателските дневници. Те бяха предварително събрани и проверени в библиотеката, а в часа коментирахме написаното от учениците.

Най-добре водените дневници бяха наградени.

ЗА ВАС, СЕДМОКЛАСНИЦИ!

В БИБЛИОТЕКАТА ЩЕ НАМЕРИТЕ:



Помагала по български език и литература, математика, физика, химия, история



Сборници с тестове и задачи по всички предмети

Информация и помощни материали по всички интересувачи ви въпроси



Вестник „РИКИ кандидат – гимназист, сп. Математика, Математика и информатика

Таня Пилева – библиотекар



МЕЖДУНАРОДНИ ДАТИ

07 декември

Международен ден на гражданската авиация. Отбелязва се от 1996 г. по инициатива на Общото събрание на ООН. На този ден през 1944 г. е подписана Конвенцията за международната гражданска авиация.

08 декември

Празник на българските студенти

09 декември

Международен ден за борба с корупцията. Обявен по инициатива на ООН.

10 декември

Международен ден за правата на човека Отбелязва се в деня на приемането през 1948 г. от Общото събрание на ООН на Всеобщата декларация за правата на човека.

11 декември

Международен ден за солидарност с жените и децата на Африка. Отбелязва се от 1948 г. по решение на Общоафриканската организация на жените.

Международен ден за борба с астмата. Провъзгласен от Световната здравна организация с цел привличане вниманието на обществеността към проблема на заболяването. За първи път се отбелязва през 1998 г.

Международен ден на планината. Отбелязва се от 2003 г. с резолюция 57/245 на Общото събрание на ООН от 2002 г., с цел да популяризира значението на устойчивото развитие на планинските региони.

12 декември

Ден на грънчарите и казанджиите. Отбелязва се в деня на св. Спиридон Тримитунтски. Чества се като празник на различните еснафски гилдии – керемидари, тухлари, обушари, терзии, бакърджии и др.

ПАМЕТНИ ДАТИ

7 декември

21 години от създаването на Съюза на демократичните сили (СДС)

8 декември

136 години от издаването на вестник „Знаме“ на **Христо Ботев** в Букурещ (1874 – 1875)

9 декември

175 години от рождението на Николай Павлович, виден възрожденски художник. Един от най – значителните български портретисти.

124 години от рождението на Райко Даскалов, български политически и държавен деец, един от ръководителите на БЗНС.

55 години от смъртта на Адриана Будевска, българска драматична актриса.

10 декември

132 години от Освобождението на Плевен. На този ден през 1878 г. по време на Руско-турската освободителна война (1877–1878) обсадените войски на Осман паша са победени и Плевен е освободен. От октомври 1997 г., с Решение на Общинския съвет, дата е обявена за празник на града.

132 години от полагане началото на Софийската публична библиотека – сега Народна библиотека „Св. св. Кирил и Методий“, Национална библиотека на България.

ПРАЗНИЧЕН КАЛЕНДАР

6 декември – Св. Никола Чудотворец, Никулден

Свети **Никола Мирликийски Чудотворец** е източноримски духовник, епископ на град Мира в областта Ликия. Приживе Никола Мирликийски е известен като противник на езичеството и арианството. След смъртта си е почитан като светец и покровител на моряците, търговците и затворниците.

Свети Никола е роден през втората половина на 3 век. Семейството му било знатно и богато. За разлика от повечето свои събратя светци, Никола умира в почит и признание на преклонна възраст. Когато родителите му умират, раздава своя имот на бедните и никой дори не научава какво е направил.

Преданието разказва, че спасява един обеднял човек с три дъщери. Когато изгубва всичките си пари, човекът решава да продаде дъщерите си. Но светецът му помага. Една нощ разореният мъж получава неочакван дар – кесия с жълтици. С нея задомява едната си дъщеря за богат жених и тя заживява добре. После

получава нов дар – кесия с жълтици и за втората си дъщеря. После – за третата. Накрая и за себе си. Хуква да гони странника, който му е подхвърл парите. Дълго тича след него, но в мига, в който почти го застига, съзира в него Божия пратеник. Осъзнава, че само свят човек може да даде неочаквания дар, който го спасява от грях. Вероятно оттогава почитат св. Никола като закрилник на имота и парите.

Тръгнал да се поклони на Божи гроб. В морето се разразява буря, един моряк пада от върха на корабната мачта и всички го смятат за мъртъв. Свети Никола възкресявя моряка и с молитва успокоява морето. Оттогава остава славата му на повелител на морските бури и закрилник на моряците.

Всичките му дела до края на неговия живот през 342г. имат за цел да умиротворяват, да закрилят, да дават изцеление. Постига го с чудна лекота, наричат го

(продължава на 5 стр) ►►

Чудотворец. Погребан е в катедралата на град Мира и сред вярващия народ се понася мълвата за благовонно миро, което оросява мощите му и от което всеки може да получи изцеление.

През средновековието 1099 г. мощите му са откраднати от италиански моряци от храма в Мира и са пренесени в гр. Бари, Италия където се пазят и до днес. По-късно частици от тези мощи са дарявани от Римокатолическата църква на различни поместни православни църкви. Такава частица се пази и почита и в храма „Св. Николай“ в София.

Празникът на Св. Никола, Никулден е един от големите зимни празници. На този ден, според народната традиция, всеки трябва да хапне риба. Обикновено

жените приготвят шаран, тъй като се смята, че шаранът е „слуга“ на Св. Никола. Най – често шаранът се приготвя напълнен с ориз, орехи, лук и стафиди и се увива в тесто. Ястието се нарича „рибник“. Приготвят се и специални обредни краваи, украсени с образа на светеца или неговия кораб, моделирани от тесто. Те се слагат на празничната трапеза. Най – възрастният представител на семейството прикадява трапезата, след това разчупва кравая и го вдига високо над главата си, за да са високи посевите. Част от обредната храна се раздава на съседите за здраве.

Никулден бележи началото на истинската зима.

Нашият народ почита св. Никола като семеен и родов покровител, като светец – пазител на дома.

9 декември – Света Анна

На **9 декември** Българската православна църква отбелязва **зачатието на Света Анна**. Тя е сочена от традицията за майка на Дева Мария и баба на Исус Христос. Потомка е на известен род – Аароновия. Култът към светицата се разпространява широко през 6 век, когато в Константинопол е построена първата черква, носеща нейното име. Тя е смятана за покровител на родилките и миньорите, на брака, на майчинството, на семейството, на бременните, девиците и вдовиците. Народът нарича празника Янино или Анино зачатие, Аньовден, Анино въведение, Света Ана Каталина. Освен с майчинството деня се свързва и с обръщането на слънцето на изток, към пролет, денят започва да расте. Ражда се нещо ново, нова светлина, ново време, Нова година, нов късмет. Нощта срещу празника се смята за най-дългата в годината (по стар стил празника се е празнувал на 22 декември, деня на зимното слънцестоене).

Според поверието, Анна и нейният съпруг Йоаким са посетени от ангел, който им съобщава, че ще имат дете. Анна обещава да посвети рожбата си в служба на Бог и на тригодишна възраст Мария е отведена във Втория храм.

На този празник жените варят и раздават жито и ца-

ревица, за да растат посевите през деня. Някои стопани въвеждат в къщата прасе, защото то рие напред, а това е знак, че и всичко, с което се захване човек, ще върви. Градините и нивите се пръскат с пепел и просо против магии. В обредността присъстват и момински гадания за женитба. Вечерта преди празника засяват символично зърна в гърне, пълно с вода. Във водата слагат клонки от вишна или ябълка. Ако до Нова година семената покълнат или клонките се разлистят, това е знак за скорошна сватба. Млади жени и бременни не трябва да работят на този ден, за да раждат по-лесно. Майките не бива да работят, за да не се разболеят децата. Не се боядисват дрехи. Според поверието на този ден започват родилните мъки на Богородица и затова тя си е боядисала дрехите в черно. Забранява се работа с вълна, за да се раждат живи агънца, за да не окуцят домашните животни, за да не нападат вълци стадата и овчарите.

На места денят се смята за лош и опасен. **Света Анна** е празник на самодивите, затова мъжете не излизат извън село, за да не срещнат прекрасните, но зли създания.

От този ден в църквата запяват за Рождество Христово.

Свети Спиридон

Спиридон Чудотворец е един от великите светии и чудотворци от 4 век. Роден е на остров Кипър по време на царуването на Константин Велики. Станал епископ в кипърския град Тримитунт, участвал в първия вселенски събор в Никея. Според житието му, изхранвал сиромаси и бедняци и приемал много странници в дома си. Излекувал император Констанций II от тежка болест. В живота си е сторил много добри дела за християнската вяра, да разберат хората нейната доброта и човечност, да повярват в силата на Христовата вяра, която помага и закриля. Точно колкото добър и човечен бил Спиридон и помагал на бедните и попадналите в беда, точно толкова смайващи били и чудесата, с които се прославил. Разказват, че на прочутия Никеийски събор, в разгара на люти дебати, **Спиридон**, за да убеди опонентите си, стиснал керемидата в ръка. От единия ѝ край излязъл огън, от другия потекла вода.

В България **свети Спиридон** се тачи като закрилник на занаятчиите – обушари, тухлари, грънчари, казанджии и др. Празникът му е на 12 декември.

В Родопите **св. Спиридон** се тачи против рани и порязване, против обриви и пъпки. Някъде вярват, че на **Спиридон** слънцето спира пътя си към зимата и се „звъърта“ към лятото. Жените пекаат хляб рано, преди изгрев слънце, и го раздават за св. Спиридон – да вземе и да отпрати надалеч пъпките. Там, където го имат за покровител на конете, жените раздават рано сутринта обреден хляб за здравето на животните. Не се работи женска работа. Не се шие. Ако се убоде жената на този ден, раната няма да зарасне лесно. Не се рони царевича, не се варят зърнени храни (леща, боб, грах) – да не излизат пъпки по тялото.



През седмицата дежурни класове бяха:

46 клас с кл. р-л Н. Търева

7а клас с кл. р-л М. Николова

Дежурните ученици изпълняваха отговорно своите задължения.

Най-чиста класна стая за изтеклата седмица:

- Начален курс – с максимален брой точки
2б клас с кл. ръководител Анета Терзиева
4а клас с кл. ръководител Вилиана Делчева
4в клас с кл. ръководител Гергана Стоицова
- Среден курс
5г клас с кл. ръководител Силвия Милева
5в клас с кл. ръководител Даниела Генчева



УЧЕБНА РАБОТА

ТВОРЧЕСКО АТЕЛИЕ

На 29 ноември учениците от 46 клас участваха в Творческо ателие в Етнографския музей в Пловдив. Под вещото

ръководство на приложниците П. Ставрева и Л. Христовата децата изработиха кукли от парцали. Забавлявайки се, разбраха какви са били играчките на децата от началото на миналия век. Работиха в екипи от по трима и направиха оригинални и краси-



ви модели, които могат да бъдат разгледани в подредената на втория етаж в училище изложба.

ПРОГРАМА БЕЗ СВОБОДЕН ЧАС

Отскоро в нашето училище стартира ПРОГРАМА НА МОНМ „ОПТИМИЗАЦИЯ НА УЧИЛИЩНАТА МРЕЖА“, МЯРКА „БЕЗ СВОБОДЕН ЧАС“. На 19 и 20 ноември 2010 година в Център „Образование за демокрация“, гр. Пловдив бе проведено обучение на учителската колегия от прогимназиална степен на тема: „Гражданско образование“ по Националната програма „Без свободен час“. Иде-

ята е децата да бъдат обхванати в часовете на отсъстващи учители. За заместване на отсъстващ колега за часове, които не се водят от учители специалисти е необходима подготовка по теми, обхващащи различна проблематика за ролята и мястото на гражданското образование в съвременното личностно развитие и подготовка на подрастващите за социален диалог и сътрудничество, на основата на зачитане на човешките права и на законите на нашата държава.

По време на интерното и ползотворно обучение ние, учителите, насочихме усилията си към усвояване на знания и умения по основни области в обучението на нашите деца:

– общуване и сътрудничество или насочване към практически нагла-

си и умения в жизненоважни сфери на семейните отношения, училището, малката общност, държавата;

– основни човешки права и закони;

– индивидуално развитие на всяко дете като личност на основата на справедливост, равенство, човешка свобода, сигурност и гражданска позиция.

Даниела Генчева – учител по история и цивилизация



ИЗВЪНКЛАСНИ ДЕЙНОСТИ

КОЛЕДЕН БАЗАР

Скъпи ученици, учители, родители и приятели на ОУ „Алеко Константинов“!

Училищна традиция е в дните преди Коледа да се организира благотворителен коледен базар и средствата, набрани от него, да се използват за реализиране на различни дейности и кампании.

Приканваме всички вас да се включите в тази благородна инициатива! Чрез средствата, събрани от базара, искаме да подкрепим финансово идеята за разширяване на училищната сграда. Включете се в набавянето на:

- Материали за изработване на сурвачки;
- Учебни пособия: тетрадки, бележници, химикалки, линийки и др.;
- Книги;
- Саксии с цветя;
- Коледни играчки;
- Сувенири и аксесоари;
- Детски игри и др.

Всеки в дома си има вещи – нови или запазени, които да предостави за коледния базар. Ще се получи истински празник за децата: ще усетим коледния дух в училище и ще отворим сърцата си един към друг.

Коледният базар ще се състои през седмицата от 13.12 до 17.12.2010 г. Повече информация в организационен план очаквайте в следващия брой.

ПРОЕКТ НА VВ КЛАС



отговаря на целите на Гражданското образование в българското училище, прави съпричастни младите към историческата памет на народа ни и формира у тях активно личностно отношение към съвременните социални процеси в обществото.

Кампанията бе организирана и проведена от учениците от пети „в“ клас, под ръководството на учителя по история.

Събраните материали послужиха за изработване на платна и постери, които се експонираха в тематични табла.

Даниела Генчева – учител по история и цивилизация

През месец октомври 2010 година в нашето училище бе иницирана кампания за издирване и събиране на допълнителна информация за личностите, чиито имена носят улиците, паметниците и обектите с културно-историческо значение в района на училище „Алеко Константинов“. Извършеното проучване бе изготвено във връзка с кампанията на МОМН, относно идеята обяснителните табели, които се поставят на улиците, водещи към училищата да съдържат информация за това каква е била личността, кога е родена и кога е починала. По този начин ще се популяризират известни личности, чийто живот и дейност оставят трайна следа в българската история и които със своите дела могат да бъдат пример за подрастващото поколение. Такъв начин на работа





Приказка без край

Приказките са произлезли от древни времена. Те са стари колкото света. Едва ли някой знае със сигурност кога е разказана първата приказка и защо хората са започнали да си ги измислят. Колкото и отговора да има, всеки ще съдържа частица истина. Защото тя отваря невидими простори, понася ни на крилете си, прави ни красиви, смели и умни, отвежда ни на невероятни мечтани места, дава ни любов, приятелства, богатства и много невъзможни неща. Затова и ги четем, откривайки полета на фантазията и желанията си. Мислено осъществяваме и най-смелите си мечти. Дават отговори на нашите страхове, как да победим враговете си, как да постигнем успехите, които имаме чрез странните герои, срещани само насън. Това ни изпълва с удоволствие и ни отдалечава от всичко, което

ни тежи и ние бягаме от реалността, търсейки спасение в измисления свят на приказките. После неусетно се оказваме в същата тази реалност, научили нови неща.

Всяка приказка ни учи на нещо ново. Ако се вслушат в нея, хората стават по-добри, по-състрадателни, по-умни и по-богати, докоснали се до вековната човешка мъдрост. Приказките променят и света, и хората към по-добро.

Ние обикновено харесваме добрите, смелите, красивите и умни герои, тези, които носят положителните качества от живота, защото те побеждават, защото винаги би трябвало силата и победата да бъдат на страната на доброто.

За жалост, животът не е приказка без край!

Ангелина Кунева – VI б клас

История за катеричка

Знаеш ли дете сега
ще ти разкажа аз историйка добра.

Живяла във една хралупа
катеричка с име Хрупа.

- Да не е някоя известна катерица, а?
- Да не е филмова звезда?
- Съвсем, съвсем ти не позна.

Видях я аз веднъж в гората
гъби сам сама бере
и за жалост тя горката
падна по лице.

Зад нея се оказа, че е Лиса,
истинска актриса.

Все се прави на добра,
ама не е тя.

Хрупа плю си на петите.

Бяга, бяга и закрива си следите.

Та избяга тя от Лиса,
истинска актриса.

Все се прави на добра,
ама не е тя.

Ах, сега къде се лута
катеричката добра?
Откакто зърна Лиса
от нея няма и следа.

Бояна Рашкова За клас

Калина Малина

Калина Малина живее под къщата на Каролина.

- Откога живее там?
- От около една година или година и половина.
- Защо?
- Защото мишлето Каролина и Калина Малина са съседки най-добри.
- Откога се познават?
- Мишлето Каролина и Калина Малина се познават от година или година и половина.
- Как изглежда къщата на Калина Малина?
- Тя има два комина и е изящна като балерина.

Алис Терлемезян За клас

Уважаеми съученици, учители и родители,

Първи декември е международен ден за борба с коварната болест СПИН.

По този повод и в знак на съпричастност и подкрепа с болните от СПИН,

учениците от Ученическият парламент организираме АнтиСПИН – кампания.

Искаме да изразим своята позиция на млади и отговорни граждани, да ви

покажем, че сме информирани по проблема и отговорни по отношение на своето бъдеще.

Часовете на класа за седмокласници са посветени на тази тема.

На 1 декември закичихме с червена панделка – символ на антиСПИН кампанията – всеки ученик, учител и родител, който подкрепя тази благородна кауза.

Представяме ви събраната и обобщена от нас информация за СПИН.

Какво е СПИН ?

СПИН означава синдром на придобита имунна недостатъчност, т.е. това е болест, която се придобива. Влияе на имунната система, която представлява телесна защита срещу зарази и болести. Имунната система отслабва до такава степен, че организмът не може да се защити от различни болести, наречени опортюнистични инфекции /удобни, благоприятни инфекции, които се възползват от отслабената имунна система/.

СПИН е причинен от вирус, познат като ХИВ / HIV – Human Immunodeficiency Virus/. Той, подобно на други вируси, атакува и преживява в живите клетки, където се репродуцира. Основните клетки, които ХИВ атакува, са познати като Т4 или „клетки – помощници“. Това са бели кръвни телца, които са на първа линия в защитата срещу нашествието на причинителите на болести, наречени „антигени“. Вирусът е привлечен от клетки, наречени „макрофаги“, към определена част от клетката – протеин, познат сатс СД4. Те са прочистващи клетки на кръвта. Имунната система /ИС/ притежава също клетки, наречени Т8, кръвни телца, които изключват ИС, след като тя е приключила работата си срещу инфекциите. При заразените от ХИВ количеството на Т4 е твърде намалено, поради което организмът е податлив на различни болести. Най-често хората, болни от СПИН, умират от рак или пневмония. Но когато защитните сили на организма са унищожени, и най-безобидният грип може да е смъртоносен.

Как се предава вирусът?

ХИВ се предава чрез обмяна на телесни течности – кръв, вагинални секрети, сперма и кърма. В реал-

ността се срещат три основни ситуации на заразяване – по полов път, чрез използване на общи игли или предаване на вируса от майката на детето. За да ви зарази, ХИВ трябва да проникне в кръвообращението ви.

Важно е да се знае, че човек може да е серопозитивен, т.е. да носи в себе си вируса на ХИВ, но да не боледува от СПИН. Много са носителите на вируса, които години наред не заболяват, но през това време, неподозирайки за серопозитивността си, те предават вируса на други.

Как не можете да се заразите със СПИН?

- Не можете да се заразите чрез кашлица или кихане!
- Не можете да се заразите чрез ръкостискане!
- Не можете да се заразите чрез разговор със серопозитивен!
- Не можете да се заразите чрез комар, кърлеж или ухапване от друго насекомо!
- Не можете да се заразите чрез ползване на обществена тоалетна!
- Не можете да се заразите при „невинна“ целувка!

Какви са симптомите на СПИН?

- Увеличени лимфни възли;
 - Суха, упорита кашлица;
 - Умора;
 - Често случваща се диария;
 - Нощни изпотявания;
 - Загуба на апетит;
 - Бърза загуба на телло;
 - Упорити инфекции;
 - Лилави петна върху кожата, които изглеждат като ягоди или гъби и са увеличени под повърхността на кожата;
 - Силно сковане на ръцете и загуба на двигателен контрол;
 - Намаляване на умствените способности.
- Важно е да отбележим, че тези симптоми са признаци и на много други заболявания, но при СПИН са по-специфични.

Как човек може да открие, че е заразен с ХИВ?

Съществуват два теста, които могат да установят дали човек е образувал антитела, специфични за ХИВ. Тестовете показват само дали е заразен с вируса, но не дали е болен от СПИН.

Предпазни мерки

Когато сме достатъчно информирани за начините на заразяване, ние можем да предпазим себе си

и партньора си от рисково поведение. Най-добрата защита са презервативите.

Има ли лечение?

Понастоящем сигурни медикаменти за лечение на СПИН не съществуват. Прилага се комплексно лечение в три основни направления: с експериментални антивирусни препарати; за стимулиране и възстановяване на увредената имунна система и срещу инфекциите и раковите заболявания. Усилено продължават изследванията на многобройни екипи от специалисти в различни области с цел създаването на ваксина срещу СПИН. Резултатите, за сега, не са обнадеждаващи, защото вирусът на болестта е много изменчив.

Чрез лечението се цели да се намали разрушителното действие на вируса върху имунната систе-

ма, както и да се противопостави на страничните инфекции, фатални за хората, болни от СПИН.

Какво символизира червената панделка?

Червената панделка е международен символ на антиСПИН кампанията. Тя е създадена от група художници, нарекла се „Visual AIDS“. Символизира подкрепата за тези, които живеят със СПИН. Червеният цвят символизира кръвта и опасността. Може да се каже, че червената панделка обединява символично усилията на всички хора по ограничаването и унищожаването на СПИН.

*Здравка Петрова –
педагогически съветник*



КОМЕНТАРИ

МЕРКИ, НАЛАГАНИ НА УЧЕНИЦИ

Правилникът за прилагане на закона за народната просвета (ППЗНП) регламентира както видовете наказания (коментирани в последния брой на вестника), така и мерки, които могат да бъдат налагани на учениците.

Видовете мерки, които могат да бъдат налагани са:

- Отстраняване от училище (чл.139, ал.3)
- Отстраняване от учебен час (чл.139, ал.4)
- Намаляване на поведението (чл.139, ал.5)

· Насочване към консултации и педагогическа и психологическа подкрепа от специалист, допълнително обучение в извънучебно време, включително в периода на ваканциите, участие в извънкласни и извънучилищни дейности с оглед недопускане на нарушения и на отпадане от училище (чл.139, ал.6)

Налагането на мярката „Отстраняване от училище“ може да приложи, когато ученикът се яви в училище с облекло или вид, които са в нарушение на Правилника за дейността на училището, както и когато състоянието му не му позволява да участва в образователно-възпитателния процес. Отстраняването от училище е дотогава, докато отпадне основанието за наложената мярка, т.е ако ученикът се яви с неподходящо облекло, той се отстранява докато не се яви подходящо облечен. Терминът „неподходящо облекло“ е определен в Правилника за дейността на училището и е коментиран от класните ръководители на родителската среща в началото на учебната година. Не се допуска носенето на грим, екстрава-

гантни бижута, пиърсинг, къси поли, дълбоки деколтета, маратонки на колелца. В часовете по физическо възпитание и спорт е задължително ползването на спортен екип. При налагане на тази мярка класният ръководител задължително уведомява родителите на ученика.

Налагането на мярката „Отстраняване от учебен час“ се предприема в случаите, когато ученикът с поведението си пречи на работата на учителя или съучениците си. В този случай мярката се налага от учителя, който преподава в съответния час. Препоръчително е в този случай класният ръководител да уведоми родителя за наложената мярка.

Налагането на тези две мерки е свързано с отбягване на неизвинени отсъствия на ученика, за времето, за което са наложени.

Налагането на мярката „Насочване към консултации и педагогическа и психологическа подкрепа от специалист“ се прилага в случаите, когато с поведението си ученикът системно нарушава Правилника за дейността на училището и са изчерпани всички педагогически средства за работа с него от страна на класен ръководител и педагогически съветник. В този случай след разговори с родителите, ученикът се насочва за работа със специалисти от Центъра за превенция и социална адаптация в гр. Пловдив.

Основание за налагане на тези мерки на учениците са разпоредбите на чл.139, ал.3, ал.4, ал.5 и ал.6 от Правилника за прилагане на закона за народната просвета, както и чл.73, ал.1, т.3 и чл.76, ал.3, ал.4, ал.5 и ал.6 от Правилника за дейността на училището.

*Лилия Топчийска –
помощник-директор УВД*

ТЕМА С ПРОДЪЛЖЕНИЕ: АКЦИЯ „ДАР ЗА МОЕТО УЧИЛИЩЕ“

Дар от I в клас
с класен ръководител
Иванка Динева

Учениците от I в клас взеха участие в акцията „ Дар за моето училище“, организирана от Ученическия парламент по повод Международния ден на доброволчеството.

С желание и много старание малките първокласници изработиха поздравителни картички за Коледа, които ще подарят на учителите от своето училище.



НЕПОВТОРИМИ КЪТЧЕТА ОТ БЪЛГАРСКАТА ПРИРОДА

ПЕРПЕРИКОН



Един от най-древните градове по нашите земи, който от множество светилища в историята е обявен вече за едно от чудесата на планетата, е изсеченият в скалите на Източните Родопи древен Перперикон. Той се намира на 20-ина км североизточно от Кърджали.

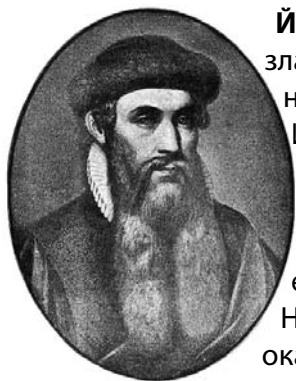
Самият Перперикон се извисява на скален връх с височина 470 м. В подножието му се намира с. Горна крепост. Край него тече златоносната река Перперешка, оформила плодородна долина с дължина около 10 км и широчина 3-4 км. Удобната речна долина е създала великолепни условия за живот от дълбока древност. По тази причина тя е осеяна с десетки археологически обекти от раз-

лични епохи, чиито естествен център се явява Перперикон. Съвсем наблизо р. Перперешка се влива в яз. «Студен кладенец», построен по коритото на река Арда.

Археологическите разкопки на екипа, ръководен от проф. Николай Овчаров, спечелил си славата на българския Индиана Джоунс, показва, че култовата дейност на скалния връх е започнала още през петото хилядолетие преди Христа. Именно тогава хората от каменно-медната епоха създават първото светилище, като храмовете представляват колиби, а по скалите са поставяни съдове с храна за боговете. Това продължава до 3-2 хилядолетие преди Христа. По-късно, в края на бронзовата епоха, се появява грубо изсечена овална зала с огромен кръгъл олтар, към която води 100-метров скален проход с високи каменни стъпала. На специални площадки до олтара, в центъра, жреците са палили огън в жертвеник и са изливали вино – по височината на огъня

са гадаели бъдещето. Това са и култовите практики, описани от по-късните антични историци за дълго търсения храм на Дионис. Според Херодот именно този храм на Дионис бил толкова известен, колкото и прочутото прорицалище на Аполон в Делфи. Тук, на Перперикон са извършвани поне две предсказания със световно значение – на върха в Източните Родопи Александър Велики разбрал, че ще завладее света, а римският император Гай Октавий – че Римската империя ще е най-великата. Известно е още, че през последното хилядолетие на старата и началото на новата ера скалните съоръжения, градени преди това, се разрастват и превръщат в голям град с крепостни стени, дворци. Предполага се, че именно тук се е намирала царската резиденция на траките – беси, чиито жреци поддържали светилището на Дионис.

Зорка Христова
– начален учител



Йоханес Гутенберг е германски златар и печатар, основоположник на съвременното книгопечатане. Изобретеният от него машинен печат с подвижен набор поставя началото на революция в печатането и често е определяно като едно от най-важните събития на Новото време. Изобретението му оказва силно влияние върху развитието на Ренесанса, Реформацията и Научната революция и поставя материалните основи на съвременната икономика на знанието и демократизация на образованието.



Гутенберг за първи път в Европа използва подвижен набор за печатане около 1440 – 1450 година и конструира механично задвижвана печатна преса. Сред многобройните му приноси към печатането са създаването

на технология за масово производство на елементи за подвижен набор, използването на мастило на маслена основа и въвеждането на дървена печатна преса, подобна на винтовите преси, използвани в земеделието по онова време. Но най-значимото му изобретение е съчетаването на тези елементи в практична система, която дава възможност за масово производство на печатни книги и която се оказва икономически изгодна както за печатарите, така и за читателите.

Най-представителната му работа, Гутенберговата Библия, е високо оценявана за нейните естетически и технически качества.

Гутенберговата Библия е първопечтно 42-редово издание на Библията, отпечатано в Майнц в началото на 1455 г. от Йохан Гутенберг, на името на който е и наречена.

Таня Пилева – библиотекар



ДРУГИТЕ ЗА НАС

Браво на създателите на в. „Алеко-онлайн“. Никак не ви е лесно, приятели. Едновременно да информирате и да коментирате правилата на вашето училище. Да бъдете сериозни, но и забавни. Да търсите и намирате подходящи теми за учители, ученици и родители. И тези теми да се пречупват през живота на училището. А училището наистина е чудесно. Харесва ми рубриката, която информира за празниците – това е важно за деца и за родители. Информацията за нашите ценни археологически разкопки – също. Ведрина внася детското творчество – стихове и рисунки.

А рубриката „Здраве“ от д-р Пелева е поднесена леко и приятно и е обърната към децата.

Посоката според мен е правилна. Продължавайте да вървите по ръба между поучително и забавно и да търсите баланса. А темите ще идват в движение.

От сърце ви желая успех!
Ваня Лапавичева

Съгласна съм, че това е най-доброто основно училище в Пловдив – вестникът е страхотен, с интерес следим новостите около нашите деца... УСПЕХ.

Веселина Филипова

Този вестник е един много хубав замисъл за сплотяване около общността „ОУ „Алеко Константинов“. Много е ценна идеята за хора

като мен, които са работили с този чудесен екип, да имат възможност да стават съпричастни на невероятния климат, постижения и ентузиазъм при работа с децата!

Татяна Предова

Надничам, чета вашия вестник и се питам: изостанах ли някъде, или съм много уморена? Как се справяте с толкова много задачи? Нямате ли умора? Програми, редакционни екипи, ученически парламенти, купища задачи... Свят ми се зави. Не мога да удържа това темпо, за да съм полезна с нещо, но ми остава удоволствието да ви се радвам отдалече. Успех на „Алеко“! Та нали Родината започва от училището!

Мария Филипова-Хаджи

*Честитими рождените дни на всички,
родени през тази седмица с пожелание за весело празнуване!*



1 декември

2 декември

3 декември

4 декември

5 декември

**Рождени дни на ученици
29 ноември - 5 декември**

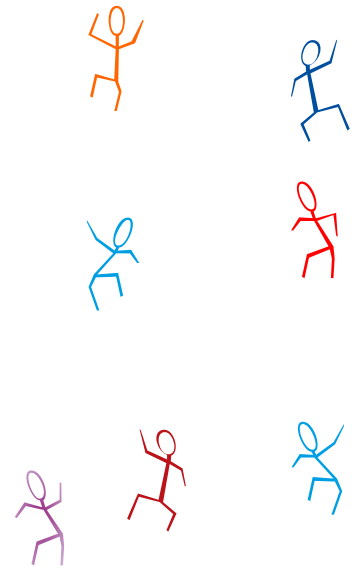
**Виктория Александрова 1б
Евтим Пепелишев 6в**

Йоан Георгиев 4а

**Никоleta Котулова 5в
Георги Василев 7в**

**Ивайло Киров 5б
Мария Мерджанова 7а**

**Калоян Тачев 2а
Ангел Бозуков 4а**



Идеи от кутията

Децата, които споделят с нас своите мнения и предложения, свързани с училището и училищния вестник, имат отговорни и реалистични идеи, но и много, много мечти:



- Да се въведат униформи;
- Да се постави осветление на игрището за хандбал;
- Да има рубрика във вестника, в която децата да споделят анонимно своите проблеми и екип от ученици да отговарят;
- Повече зеленина и цветя в училище;
- Училищен автобус;
- Плувен басейн;
- Паркинг за велосипеди и др.

На 30.11.2010 беше проведен Педагогически съвет за актоализация на Стратегията за развитие на училището. Новата Стратегия ще бъде публикувана в сайта на ОУ "Алеко Константинов".

www.oualeko.com

Изпращайте своите идеи и предложения на редакционния адрес:

aleko-online@oualeko.com