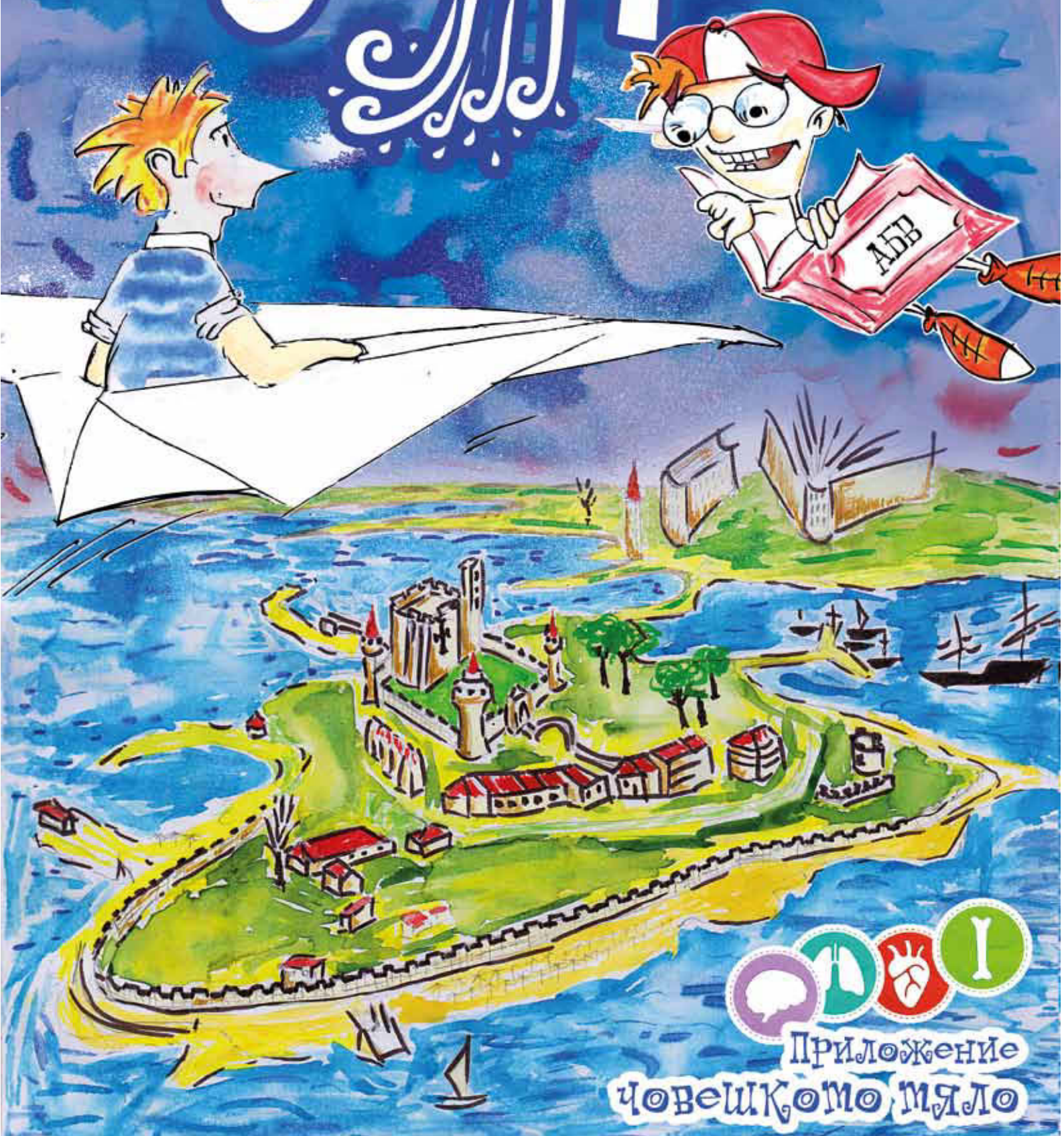


бр. 21  
2018г

КНИЖКА

# ИЗВЪРЪЗЕ



Приложение  
ЧОВЕШКОМО МЯЛО



## Здравейте, деца!

„Изворче“ ще ви запознава с чудния свят около Вас. Ще ви изпрати малката Капчица да ви води по пътя. Пишете на Капчица за всичко, което искате да ѝ кажете, изпрацайте вашите приказки, стихове, снимки и рисунки на адрес: **Мария Иванова Атанасова,** за сп. „Изворче“, гр. Пловдив 4003 ул. „Белград“ № 8 ап.5  
E-mail: [izvorce@abv.bg](mailto:izvorce@abv.bg)  
Facebook: „Детско списание Изворче“



### ЛЯТО

Лятото изтече като пееца вода.  
Тежко ми е - колко много, много пих от нея.  
Бели стъпки, нежни като котешка следа,  
още за червената му песен пеят.

Мислите ми тръгнаха след него по света.  
Може би не ще успея вече да ги върна.  
В дланите ми плаче невидяна есенга,  
моли ме поне веднъж да я прегърна.

Но не мога - аз на лятото обрeкля се веднъж  
ще го чакам, ще го полня, ще му бъда вярна.  
То ще дойде пак с коси от топъл дъжд,  
пак дъхът му цветен ще ме парне.

Петя Дубарова

### Съдържание:

Познай кой е авторът .....	3
Детско творчество .....	4-5
Човешкото тяло .....	6-7
Човешкото тяло - приложение .....	8-9
Моята България .....	10-11
Опазете - Какво можем да направим сами .....	12-13
Как да рисуваме сами .....	14
Съобщения и конкурси .....	15

Приложение - стикери „Човешкото тяло“

#### Редакционна колегия:

Мария Атанасова, Татяна Йорданова, Тина Хамзе, Живко Стоилов  
С участие на: г-р Красимир Дангалов, Ивета Мулхол, Лиана Лазариди, 10 г.  
Дизайн на корицата: Христофор Балабанов  
Компютърен дизайн: Живко Стоилов, Росица Боцукова, Христофор Балабанов, Мирена Васева

© Издателство „Бяло Братство“

© Списание „Изворче“

ISSN 1313-5066



## Познай кой е авторът

Авторът на стихотворенията "Чук, чук, яйчице" и "Екскурзия" е българската поетеса и писателка Дора Габе. Тя работи и като преводач от много езици: полски, чешки, руски, френски, гръцки. Родена е през 1888 г. в гр. Добрич. Умира през 1983 г. Голяма част от творчеството ѝ е посветено на децата. Познато ли ви е нейното стихотворение:



### ОБИЧ

Нашето небе е тъй дълбоко,  
нашите звезди са тъй големи  
и земята наша е безкрайна,  
а се сбира цялата в сърце ми!  
Ти ли, моя майчице направи  
тая обич толкова голяма,  
че света във нея се побира,  
че в света на нея равна няма?

Че прегръщам с обичта си, майко,  
нашата земя, с цветя покрита,  
с пресен дъжд на пладне оросена  
и с дъга, на златен сърп извита.  
Че ми греят право във сърцето:  
златно слънце, ниви позлатени,  
утрин рано сребърна зорница,  
в топла вечер облаци червени!  
Нашето небе е тъй дълбоко,  
нашите звезди са тъй големи  
и земята наша е безкрайна,  
а се сбира цялата в сърце ми...



А сега Ви представяме друго стихотворение, на което да познаете автора и да изпратите отговора на Капчица на имейл [izvorce@abv.bg](mailto:izvorce@abv.bg).

### МОЛИТВА

Дядо Господи, прости ме,  
моля ти се от душа,  
с ум и разум надари ме,  
да не мога да греша.

Запази ми Ти сърцето  
от зли мисли и неща;  
всичко виждаш от небето,  
зло на мен недей праща.

Дай на мама, дай на тате,  
здраве, сила и живот;  
мир, любов на всички братя  
и добро на наш народ.





# ДЕТСКО ТВОРЧЕСТВО

## Игра на криеница

Отидох във парка  
с приятели добри,  
слънцето светеше ярко,  
започнаха нашите игри.

Под дървото се събрахме,  
хванахме се за ръце,  
но не успяхме и не избрахме  
на какво ще да бъде най-добре.

Тичайки се строполихме  
в една кална локва един върху друг.  
После ръцете си измихме  
и аз казах: „Я , елате тук!

Имам идея,  
дано да ви хареса.  
Започвам, че времето да не пиляя.  
Ей, а другите къде са?"

И видях ги зад дървото,  
стоящи един зад друг,  
а аз ги гледах тъй, защото  
стърчаха иззад ниския бук.

Но изписка някой силно,  
като че видял бе мечка,  
сигурно уплахата е непоносима  
при вида на малка буболечка.

Всички те дойдоха  
пак около мен.  
И заслушаха се кротко,  
ала свършваше се този ден.

И започнахме играта  
на криеница в парка ни любим.  
Забавлявахме се със децата,  
започнахме веднага да мижим.



Всеки на различно място се скри,  
беше трудно да ни откриеш.  
Ний в това бяхме добри.  
Нямаме нужда да ни прикриеш.

Времето летеше, всеки си седеше  
зад дървото, скривалище най - доброто.  
Никой никого не откри, вече почти се свечери.  
И с децата решихме утре да продължим с играта.

Лятото отлетя и дойде време за училище!  
Събира звънецът отново децата, за нови знания готови, за нови игри.



## Отново на училище!

Звънецът удари  
и всекиго завари  
с усмивка на лицето,  
която му стопли сърцето.

Всеки с чантата в ръка  
се затичва колко му държат крака  
към училищния праг,  
за да стигне до мечтания си бряг -

класната стая.  
За нея аз също мечтая.  
Днес е на лятото края,  
ще ми липсва то, зная,

ала пак ще съм с моите другари,  
от първия ден, в който звънецът удари.  
За нови знания съм готова,  
за да започна една година нова!

Спиховете, които ви представяме с на  
Лиа Лазариди, от Пловдив.  
Тя, като всички вас, е изпитала радостта  
от лепните игри и очаква училището с нетърпение.  
Рисунката е на Милослава Караиванова.

Лиа Лазариди



# ЧОВЕШКОТО ТЯЛО

Представяме ви накратко човешкото тяло като част от обкръжаващата ни среда, взаимодействащо си с 5-те елемента в нея: вода, огън, земя, въздух и етер.

## Елементът Земя

Земята е твърдата основа, на която стъпваме, източник на нашата храна и минерални ресурси. Тази твърда основа в тялото е човешкият скелет (фиг.1). Той е съставен от кости с различна форма и големина. Има опорно-двигателна и кръвотворна функции. Броят на костите ни е около 266. В плоските и дългите кости у децата, а при възрастните само в плоските, се извършва производството на червени кръвни клетки. Източникът са стволовите клетки (фиг.2), разположени са в сърцевината на костите, подобно на магмата в недрата на Земята. Те имат изключителната възможност да се променят. От тях произхождат червените, белите кръвни клетки и тромбоцитите (фиг.3).

## Елементът Вода

Земята е разположена сред морета и океани, набраздена е от реки, езера и потоци.

Такава мрежа от канали съществува и в човешкото тяло – кръвоносните съдове. От най-големия кръвоносен съд – аортата (фиг.4), до най-малките – капиллярите и венулите (фиг.5) има непрекъснато движение на кръвта. То се осъществява от сърцето (фиг.6). Неговата големина е колкото свит юмрук. То бие с честота средно 72 удара в минута.

Кръвта е съставена от клетките, произведени в костния мозък и от течност, близка до водата, но много богата и на други съставки – хранителни вещества, минерали. Нейния обем е около 8 % от човешкото тегло. Цветът е червен заради хемоглобина, който се съдържа в еритроцитите. Негова основна съставка е желязото.

## Елементът Огън

Храносмилателната система (фиг.7) е тази, която смила и усвоява храната. Така както пламъците на огъня изгарят всичко и

го превръщат в енергия и топлина, така и храносмилателната система разгражда основните хранителни единици – мазнини, белтъци и въглехидрати и ни доставя енергия за живот.

Енергията в човешкия организъм се съхранява и използва под формата на едно съединение АТФ – аденозин трифосфат. Всички клетки го произвеждат в и съхраняват в малки окръглени телца – митохондриите (фиг.8).

## Елементът Въздух

Кислородът в човешкия организъм постъпва от околната среда, чрез дишането. С всяко вдъшване в белодробните алвеоли се доставя кислород, а при издишване се изнася въглероден диоксид. Алвеолите (фиг.9) са сакове с тънки стени, които са в досег с кръвта, подобно бреговете на моретата и океаните. Алвеолите са крайт на така нареченото бронхиално дърво (фиг.9). Дишането при човека е в пряка връзка с мислите и чувствата и неговият ритъм може да се променя по наше желание. Основна роля при дишането взема един мускул – диафрагмата (фиг.10). Тя разделя гръдната от коремната кухини.

## Елементът Етер

Емоциите и мислите ни са бързи, мигновени, спонтанни, подобно на етера озаряват нашия вътрешен свят. Ние осъзнаваме тези мисли и емоции чрез нашия ум. Физическият аспект на ума е нервната система със своите отделни части – централна и периферна. Цен-

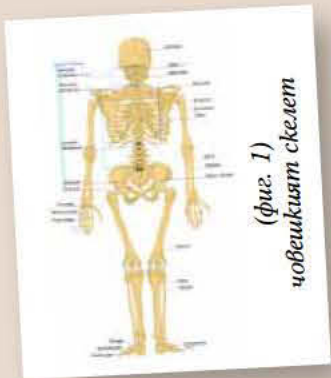
тралната (фиг.11) е съставена от централен или главен мозък, поместен в черепа и гръбначен мозък, разположен по цялата дължина на гръбнака и скрит в гръбначния канал.

В тези два мозъка се извършва обработката на информацията, постъпваща отвън и отвътре от организма и се изпраща сигнал за съответна реакция: опарваме се на огъня и дръпваме ръката си. Пътят, по който се получава тази информация е съставен от

нервите и техните окончания-нервните рецептори. Те образуват периферната нервна система. Съществуват различни рецептори – едни са дълбоки и предават информация за болка, вибрация, други са повърхностни и дават информация за допир, топлина, трети дори можем да не осъзнаем. Нервната система е във връзка с производството на вещества, наречени хормони и също отговорни за различни процеси – растеж, размножаване, бодърстване, сън, добро или лошо настроение и т.н.

Човешкото тяло е свършено действаща система, чиито възможности ние все още не познаваме напълно. Нашето здраве зависи от това как работят органите и системите в тялото ни. Това пък зависи от много други фактори – как се храним, какво мислим, какви са желанията и действията ни.

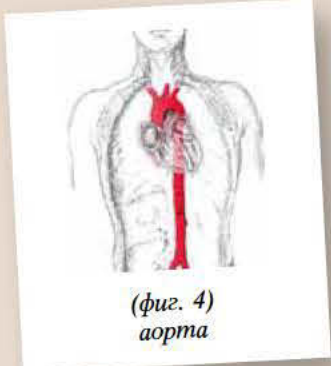
Материалът подготви д-р Кр. Дангалов



(фиг. 1) човешкият скелет



(фиг. 3) червени кръвни клетки



(фиг. 4) аорта



(фиг. 6) сърце



(фиг. 2) стволови клетки



(фиг. 3) бели кръвни клетки



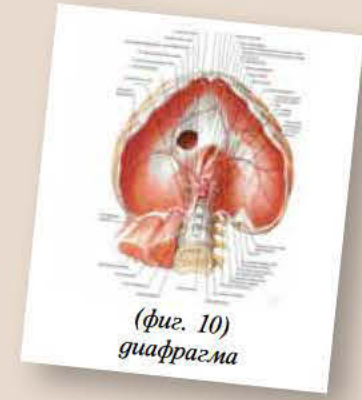
(фиг. 5) капилари



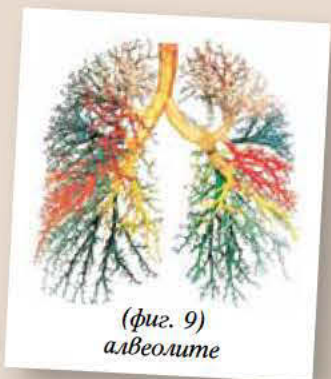
(фиг. 7) Храносмилателната система



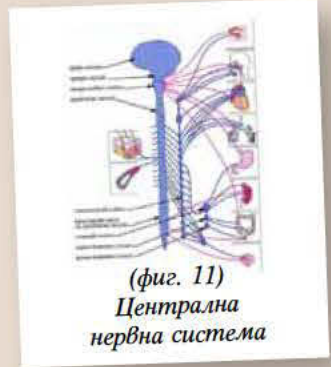
(фиг. 8) митохондрии



(фиг. 10) диафрагма



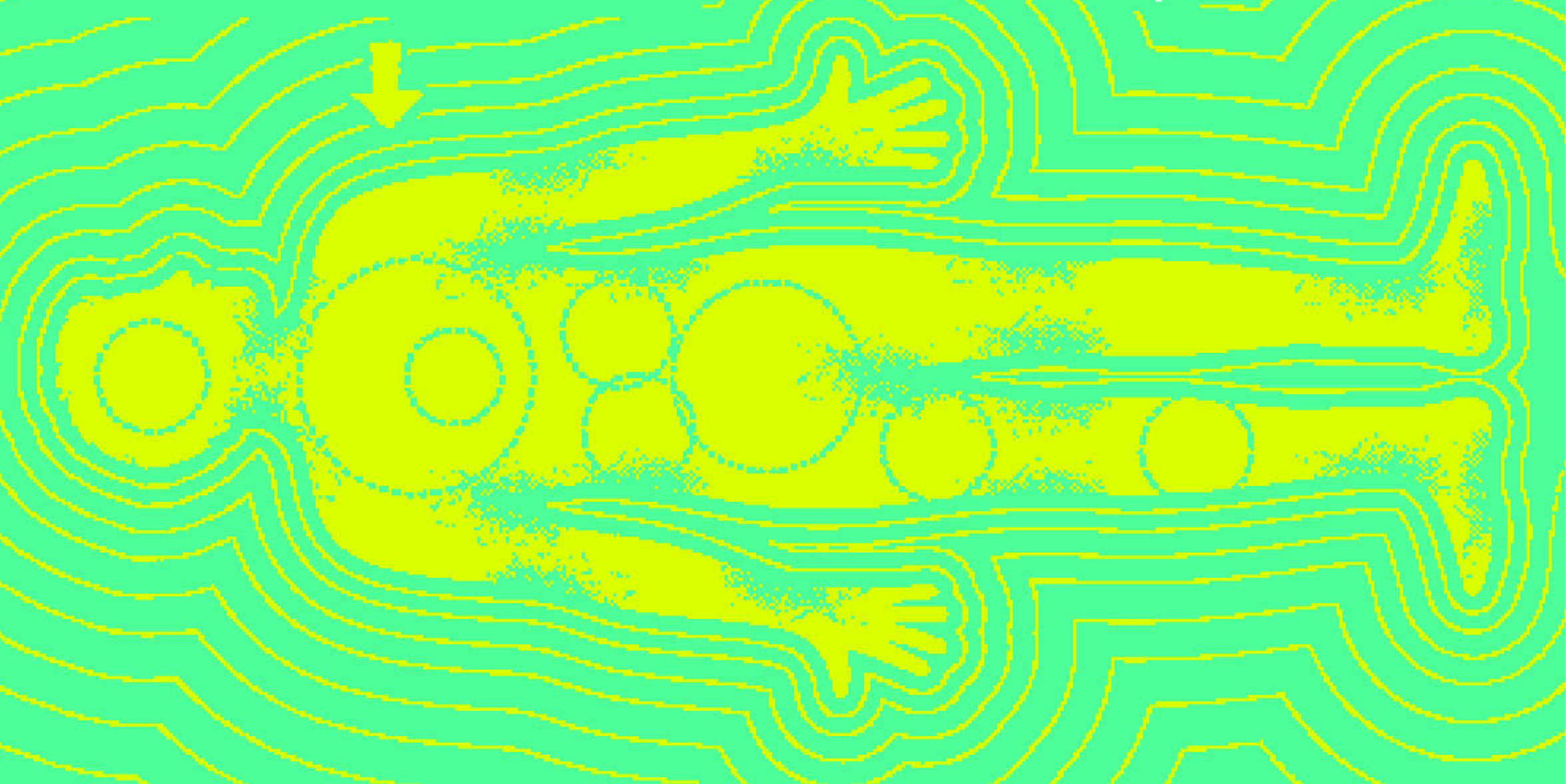
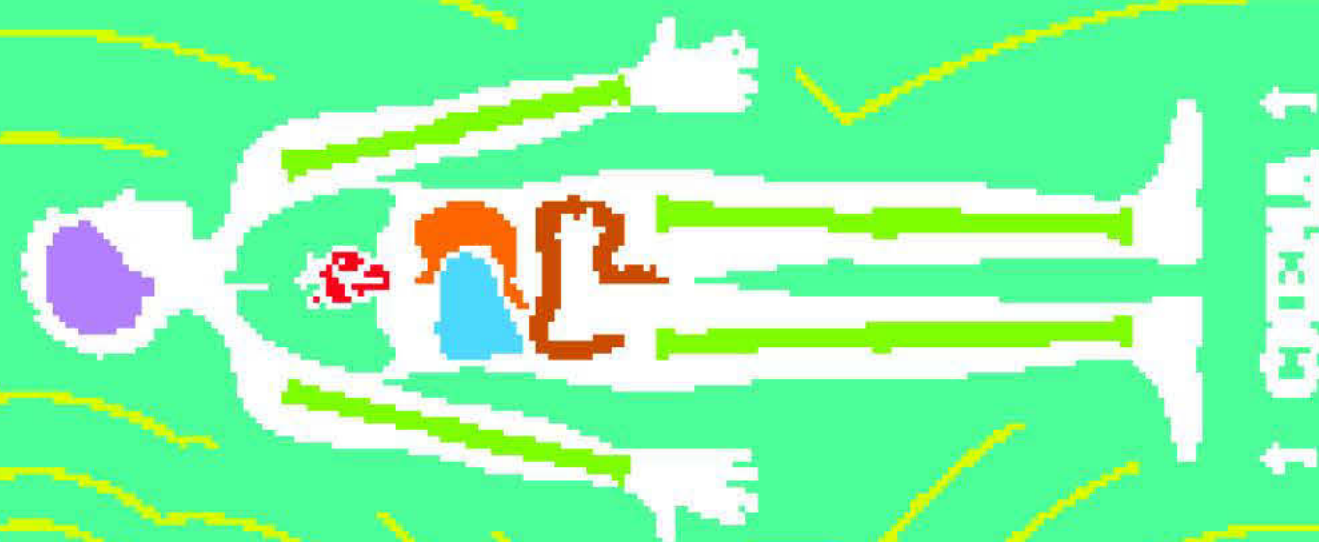
(фиг. 9) алвеолите



(фиг. 11) Централна нервна система



# ПОДРЕДИ ЧОВЕШКИТЕ ОРГАНИ ПО МЕСТАТА ИМ







В този брой ще ви запознаем с естествените каменни мостове в България. Те са природни образувания - феномени.

# ЕСТЕСТВЕННИ МОСТОВЕ

## ЧУДНИТЕ МОСТОВЕ

Чудните мостове ( Еркюприя ) са един прекрасен феномен на природата. Името идва от "ер", което на турски език означава - земя и "кюприя" - мост, т.е. естествен скален мост. Това са огромни мраморни арки, свързващи двата бряга на река Дълбок дол, която тече източно от връх Голям Персенк в Родопите, сред вековни елови и борови гори.

Първият мост поражда със своята внушителност и красота. Започва с 3 отвора, различни по големина, а завършва с един. Смята се за най-високия пещерен отвор в нашата страна. Вторият мост е по-тълъг и по-тесен, трудно достъпен за обикновения турист без екипировка и опитен водач. Малко преди втория мост се тъмнее входът на Ледената пещера, в която до късно лято се запазва лед. Наголу от втория мост е дива, непроходима клисура. Сред нея високо на левия бряг на реката е огромният вход на Голямата пещера, в която са намерени отломки от древна керамика още от праисторическо време.

### Любопитно:

Чудните мостове са резултат от активната карстова дейност (водите от Валежите се просмукват в почвата и излизат като карстови води впоследствие) на реката в мощните мрамори на рид Чернатица. В миналото река Дълбок дол била буйна и многоводна. В продължение на хилядолетия тя постепенно си проправяла път през вертикалните пукнатини на дебелия мрамор, разширила ги и образувала дълга водна пещера-тунел, разположена близо до земната повърхност. Впоследствие таванът на отделни места се срутил и разкрил големия пролом на реката. Останалите здрави части на пещерата оформили огромните скални сводове на Чудните мостове.

# КАМЕННИ

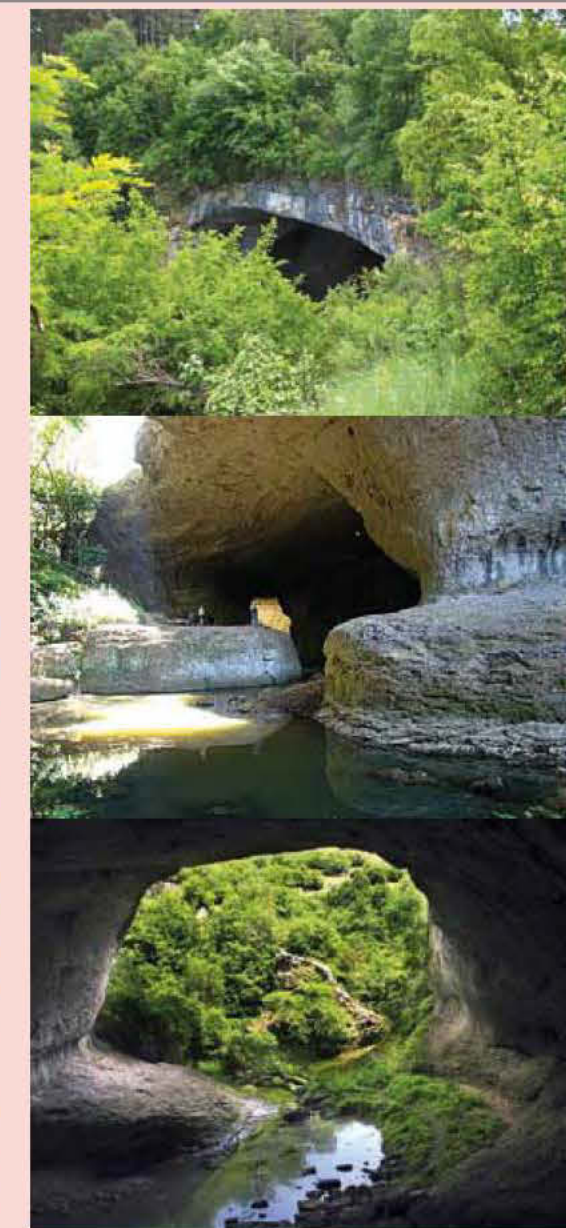
## БОЖИЯТ МОСТ в с. Лиляче, Врачанска област

Божият мост е съставен от два естествени скални моста. Обявен е за природна забележителност през 1964 г. Той представлява естествено скално образование, оформящо няколко пещерни помещения, прорязани от слънчеви сводести камери и подземна галерия. Те са образувани от водите на Лилячка река, която в недалечното минало е текла като подземен карстов поток. Предполага се, че някога на това място е имало огромна пещера, част от стените на която били разрушени от опустошително природно бедствие. Благодарение на вятъра, водата камъните са се загладили.

През лятото реката се превръща в няколко миниатюрни езера, които обаче никога не пресъхват, тъй като температурата под моста е ниска и съхранява водните запаси.

## СЕДЛАРКАТА при с. Ракита

В плевенския край, при село Ракита, се намира Седларката. Тя представлява скален мост и е малко известна. Седларката е разположена на левия бряг на малка рекичка, близо до пещерен изход, от който също блика бистро изворче. Отстрани тя прилича на седло, затова носи и това име. Някога Седларката е била пещерен изход към реката. По-късно част от него се е срутила, но точно предната козирка се е запазила и сега представлява скален мост, който се използва от хора и животни. Мостът е напълно запазен и е наистина впечатляващо природно творение, създадено сякаш нарочно, за да свърже двата бряга.







# ОТПАДЪЦИТЕ - КАКВО МОЖЕМ ДА НАПРАВИМ ОТ ТЯХ ?

В миналия брой Катчица ви насочи как да запазим Земята чиста, оставяйки по-малко отпадъци.

Сега ще ви представи идеи какво може да направите от отпадъчни материали.

Вариантите са с много широко приложение -

неща, направени от хартия, от пластмаса, от плат, от метал, от стъкло...

## Какво можем да направим от хартия?

Можете да използвате стари опаковки от подаръци, руло от тоалетна хартия, цветни хартии от опаковки на цветя, картон.

Ето няколко идеи:

- картичка от цветен картон с апликации от стари опаковки и парченце дантела
- картичка от картон с разноцветни апликации
- кошничка от цветна хартия с дръжка, плетена от пръчици
- картичка с рози от тънки листчета хартия, навита много плътно
- великденско зайче, направено от вътрешната част на руло на тоалетна хартия



## Какво можем да направим от пластмаса?

Можете да използвате стари бутилки и от тях да изрежете различни фигурки, които после да оцветите с лак за нокти.

Отрязаното дъно на бутилки можете да позвате за кошничка или вазичка. В отрязани пластмасови бутилки се отглеждат цветя на балкона.

Ето няколко идеи:

- пеперуда от пластмаса от бутилка, оцветена с лак
- кошничка от бутилка от бира, перфорирана за украса
- саксия от пластмасова бутилка - отрязвате бутилката по средата и мушкате горната част в долната част. Така се получава саксия с двойно дъно, в което да се стича водата. Пробивате дупки от двете страни на долната част и завързвате връзка, за която да закачите саксията. Пълните саксията с пръст и засаждате цвете.



## Какво можем да направим от плат и стари прежди?

Ето няколко идеи:

- от стари фанелки или други трикотажни блузи можем да направим възглавнички, на които апликираме лице, животни, цветя, можем да използваме копчета и мъниста
- от стари чорапогашници, парчета плат и памук можем да направим кукли, като им пришием копчета за очи и нарисуваме уста.

- красиво пано от стари платове :

Нарязваме на ивици стар плат, можем да използваме и стари прежди.

Изрязваме картон в кръгла форма, с диаметър около 20 см.

През около 1-1,5 см прорязваме прорези, през които промушваме конец за основа на нашето кръгло станче.

Започваме от центъра да навиваме плата или преждата, като промушваме през конеца, който е основа.

Така се получава нещо като тъкане, но в кръгла форма. Когато изпълним целия кръг, сме готови с паното и можем да го закачим някъде на стената.

- от стари чорапи и ръкавици, напълнени с памук, можем да направим различни животни или фигури



## Какво можем да направим от стъкло?

Ето няколко идеи:

- използвайте ненужен стъклен буркан, който ще стане вазичка, и с бои за стъкло го оцветете
- използвайте ненужно огледало и го нарисувайте с бои за стъкло



## Какво можем да направим от дърво?

Ето няколко идеи:

- красиви неща се плетат от клонки на дървета, когато още не са изсъхнали. Когато изсъхнат, те заемат формата, която сме им придали, като например този венец.
- от шишарки могат да се направят човечета, елхи с украса и много други неща
- от семена на дървета можете да направите герданче или гривна





# КАК да нарисуваме сами



Мили деца,  
разгледайте  
внимателно начина,  
по който се рисува  
зайче и опитайте  
сами!

## Детско творчество



През лятото бе поставена задача - да направите сами нещо от отпадъчни материали - хартия, парчета плат, мъниста. А ето и изпълнение на задачата от:

Светлин и Милослава  
Караиванови и Кристина  
Коларова от Пловдив - пана  
от семенца



Любомир Танев от Пловдив -  
рисушки върху стъкло



Роза и Гая Атанасови  
Мулхол от САЩ  
направиха пано - кръг  
от различни стари  
прежди



## КОНКУРСИТЕ НА КАПЧИЦА

Капчица обявява конкурси на тема "Добрите дела".

Пишете, рисувайте или снимайте добрите дела, които вие сте направили, видели или чули.

Условия за участие - без ограничение във възрастта.

Изпращайте ни на имейл [izvorce@abv.bg](mailto:izvorce@abv.bg):

- литературни работи - до 1,5 страници
- рисунки и фотографии

срок до  
20.11.2013 г.





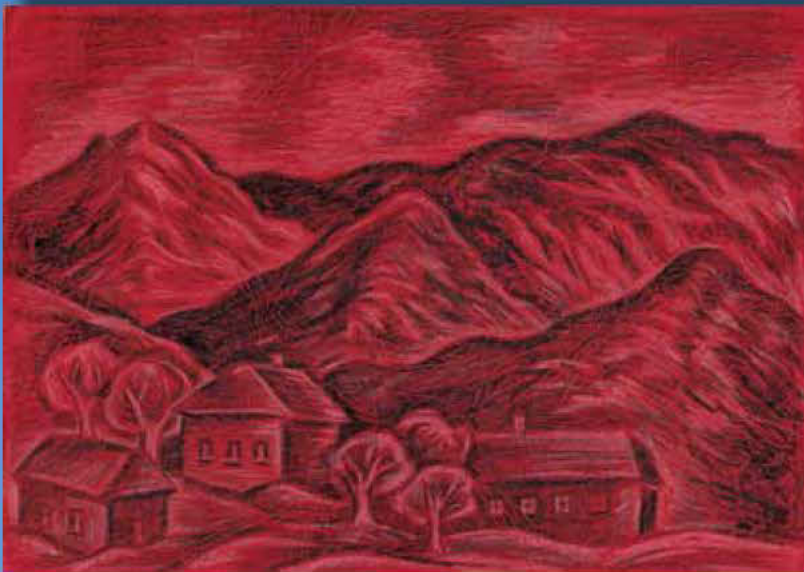


Рис. Любомир Танев - Пейзаж



Рис. Любомир Танев - Стария Пловдив



Мили деца,  
"Изворче" остава вярно на  
традицията си да публикува  
ваши творби на корицата.  
Благодарим!



Рис. Сандра Гецова, 10 г.



Рис. Полина Коларова, 7 г.

Разпространява се  
безплатно