










BERRIAK

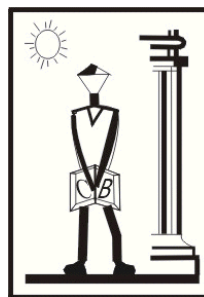
Como ya se puede intuir en esta hoja de comunicación vamos a tratar, sin la obligación de un formato predeterminado, de mantener una sección de información de las actividades que se desarrollan en el centro, otra sección dedicada a un tema concreto con algunos datos, pautas y/o consejos y otra sección en las que el alumnado pueda mostrar algunas de las cosas que puede hacer.

Para empezar tengo que presentar a los jefes de estudio: Jesús Urbiola se encarga desde septiembre de la jefatura de Haur eta Lehen Hezkuntza y Pilar Vallejo de la de ESO/DBH y Batxillergoa.

Para aquellos/as que por cualquier motivo no puedan dirigirse directamente a nosotros tenéis a vuestra disposición mi correo electrónico (ojanguren@colegiobasauri.net) o las informaciones que trataré de mantener en la página web <http://es.geocities.com/jiojanguren> en la que podéis encontrar algunos enlaces interesantes con fotos, y a otras páginas con actividades del centro.

Hemos comenzado el curso y ya están muchas actividades en marcha:

-  Del 24 al 28 de septiembre 4º ESO se ha concentrado en la Isla de Zuaza realizando actividades deportivas, de ciencias de la naturaleza (fotos en la página web) y de otras áreas (los trabajos de alumnos/as presentados en esta hoja se han realizado allí) además de compartirlo todo y convivir con otros grupos en el medio natural.
-  El gabinete psicopedagógico ha iniciado su curso con los test realizados al alumnado de L.H. 6. y 4º ESO.
-  DBH 3. (3º ESO) ha seguido las actividades de Ed. Sexual que, como otros años, patrocina el Ayto. de Basauri.
-  L.H. 5. koek urriaren 10ean Joan Dira Pagoeta parkera gure ingurua hobeto ezagutu, gozatu eta maitatu nahian. (argazkiak ba daude interneten)
-  Aste honetan gure haurrek udazkena aztertzeko asmoz buelta bat eman dute ikastetxearen ondoetatik
-  L.H. 2. koek Rotundifolia kontalaria entzun dute Basozelai Gizarte Etxean joan den asteartean.
-  Hurrengo irtenaldietan L.H. 6. koek Pozalagua eta bere ingurua bisitatuko dute azaroaren 16an.
-  Mucha suerte a los/as alumnos/as de 1º, 2º y 3º de E.S.O. en el concurso de redacción sobre la igualdad entre hombres y mujeres y a los de 3º y 4º con la elaboración del vídeo de Interculturalidad.
-  Como novedad de este curso os informamos de la puesta en marcha del proyecto “Basauri Ikastetxea Futbol Eskola” dirigido por profesores y ex-alumnos titulados y encaminada, no solo al aprendizaje del fútbol sino también al Desarrollo Armónico del niño. Os invitamos a formar parte del proyecto. Jakinarazi nahi dizuegu “Ikastetxekeo Futbol Eskola” martxan jarri dela. Denok dakigunez kirola oso garrantzitsua da eta horregatik zuek eta zuen seme-alabek parte hartzea espero dugu.



COLEGIO - **BASAU*R*i** - IKASTETXE

HOJA INFORMATIVA : OCTUBRE 2007

INFORMAZIO – ORRIA: 2007ko URRIA

“Osasuna, munduko ondasuna”

La salud es la riqueza del mundo

AURKEZPENA

Son ya 36 años los que han transcurrido desde que entré en este Colegio primera vez. Un Centro construido con el esfuerzo y los ahorros de mis padres y que, como ellos y como vosotros/as, se empeñaron y se empeñan en ofrecer mejor educación posible a sus hijos/as. Los profesores/as se esforzaban, con dedicación más allá de lo exigible, en hacer de nosotros/as unas “personas provecho”.

Son ya 20 años desde que, tras pasar por la Facultad de Ciencias UPV/EHU, me llamaron para impartir clases. Entonces me sentí orgulloso y confianza que depositaban en mí para continuar la labor educativa, entre otros los/as hijos/as de los que habían sido mis profesores/as.

Hoy, emocionado, veo jugando en los patios de “Nuestro Colegio” a los hijos/as de esos/as alumnos/as que han considerado que éste es el mejor camino también para los suyos. Gracias a los padres y madres que se implican en la educación, a los/as profesores/as que dan cada día un poco de sí mismos/as en su labor, a las personas que desde administración y servicios facilitan esta tarea, direcciones anteriores y en especial a Rosa y Ángel con los que realmente he formado parte de un “Equipo”

Ahora es el momento de mirar hacia adelante y ver que tenemos mucho que hacer, muchas cosas que mejorar y muchas innovaciones a las que enfrentarnos con ilusión para que los/las niños/as de hoy decidan en el futuro que este sigue siendo el mejor colegio para sus hijos/as.

Director: J. Iñaki Ojanguren

Umeen elikadura eta nutrizioa gaur

Askotan, familiakoak gehiago arduratzen dira jangurarik ezaz berau eragiten duen oinarrizko gaixotasunaz baino. Umeek lehen baino gehiago kontsumitzen dituzte industrialki ekoiztutako janariak (gozogintza industriala,...) eta gutxiago gure betiko janariak. Umeak zerbait gogoko duenean, ahaleginak egiten ditu lortzeko, eta askotan lortu egiten du, batez ere bere gurasoek ezin dutela negarrik edo garrasirik jasan, konturatzen denean eta amore eman ohi dutela.

Obesitatearen ia kausa bakarra energiaren desoreka da; hau da, organismoan sartzen den energia kontsumitzen edo gastatzen dena baino gehiago denean gertatzen da. Neska-mutil obesoek ezaugarriak dira: ariketa fisiko gutxi egitea, eguerditik aurrera jaki gehiago hartzea eta telebistaren aurrean denbora asko ematea. Obesitateak ondorio fisiko zein psikikoak ditu, bereziki, haurtzaroan. Ume eta nerabe obesoek besteek baino odol-tentsio eta kolesterol-neurri handiagoak dituzte.



Elikagaiei buruz jendeak ikasi behar du zein diren aproposak eta zeintzuk kaltegarriak. Aholkuak:

- ekidin: gozogintza industriala, haragi oso koipetsuak,
- mugatu: txerrikiak, enbutidoak, arrautzak, esne eta esnekiak,
- derrigorrez kontsumitu: fruta, barazkiak, arraina, oliba--olioa,
- ez ahaztu jan orduetatik aparte umeek jaten dituzten snacks-ak.

Ezinbestekoa da gurasoek haurren jokabidea kontrolatzea: umeari gustatzen zaiona, baina elikagai-talde guztietakoa, eskaini behar zaio,

jarritako orduetan eta denbora logiko batean, jatera behartu gabe eta ezer jaten ez badu hurrengo jan-ordura arte ezer eskaini gabe.

Ariketa fisikoa bultzatu behar da, batez ere kaleko jokoen bidez; etxeko denbora-pasa nagusia eta ia bakarra telebista ikustea bihurtu da

Gizartean hainbeste indar duen publizitatean erakunde publikoek tinko jokatu beharko lukete dietari buruzko osasun-ohiturak bultzatzeko, are gehiago elikagai txarrak eta desegokiak kontsumitzera bideratzen duten iragarkiak asko direnean (nork ez ditu ezagutzen "har ezazu... txapeldunen elikagaia", edo, bidean "aiba,... ahaztu zaizkit"). Bestalde gaur egun dagoen argala izateko moda. Elikagai desegokiak kontsumitzera bideratzen du argaltzearen aldeko propaganda ezegokiak (yogourt izen bateko gorpuzkera, aktore edo aktorearen baten erredua...; argaltzeko kremak, argaltzeko janari light-ak, etab.).

Txabi Txakartegiren artikulua batetik aterata.

LA ALIMENTACIÓN DE LOS/AS NIÑOS/AS Y LA NUTRICIÓN HOY: A menudo las familias se preocupan más por la falta de apetito que por las consecuencias de una mala alimentación. Lo/as niños/as cuando quieren algo lo consiguen aunque sea "gracias a una pataleta". La causa fundamental de la obesidad es un desequilibrio entre la energía que se consume y la que se gasta.

El poco ejercicio físico, comer a deshoras y pasar mucho tiempo delante de la televisión s características principales del/a obeso/a. La obesidad, además de consecuencias estética problemas físicos y psíquicos, tensión arterial, colesterol alto ya en la infancia y adolescenci La gente tiene que aprender qué alimentos son adecuados y cuáles perjudiciales. Se tr evitar la pastelería industrial y las carnes grasas; limitar la carne de cerdo, los embutic leche y sus derivados; y consumir fruta, verduras, pescado y aceite de oliva. Los padres controlar la conducta de los menores para que coman de todo y a las horas adecuad necesario potenciar la actividad física al aire libre frente al "sofing" frente al televisor. Po lado, las instituciones públicas deben controlar la publicidad engañosa sobre los alimentc llevan a un consumo inapropiado, así como de aquellos productos que se anuncian como adelgazantes y que pueden ocasionar un desequilibrio en la alimentación.

IKASLEEN TXOKOA

Zuazan gaude eta oso ondo pasatzen ari gara. Aste hau oso laburra egiten ari zait. Oso gutxi lo dugu. Gaur lo asko egiten dugu eta lotar geratu gara goizean. Itzilik altxatu gaitu. Eguraldia oso ona ze eta bigarren egunetan baina beste egunetan eguraldi txarra egin du.

Lakua oso handia da eta han uretako kirolak egin ditagu, adibidez: windwurf, surf, piraguismoa, arr Txirrrista eta trampoline daude lakuan bainatzeko. Lau kabainak daude eta bakoitzak bere kabainan ego da hamaiketan. Egur batean probak egin genituen kabainen artean eta gu galdu ginen; horregatik idazi euskaraz egiten ari gara. Irla hau oso handia da eta jende asko dago. Animalia asko daude ere: apoak, beleak, ahateak,... Janaria oso gozoa da eta nik beti errepikatzen dut janaria. Frontoian egu egur batean eta eskupilota, pala eta frontonisa egin genuen eta beisbolera jokatu ginen zelaian. Ez My experience in this island has been really wonderful. I have had a very good time. The sports that we have don water were really funny. My favorite one was Windsurf, because it's different from the rest and more exciting, more scaring.

The weather was the worst thing, because it was very rainy and cloudy, except the first day

The food was very good and my group and I were organized really well to clean the table.

My group's room was the cleanest one, because we tidy it everyday.

I also like the things that we have done in the mountain, because I have learned a lot about nature I think it's very subjects like Biology and Chemistry.

The place is really beautiful, I like it a lot, because I love nature and walking in the mountain.