# ИЗЪ КРАСОТИТѢ НА БЪЛГАРИЯ

## Стара-планина—Юмрукъ-Чалъ

Красивъ и величественъ е нашия гордъ Балканъ. Той е покритъ съ денственни гори и съ поляни и е изпълненъ съ изворчета, ручеи и водопади. Всичко въ него приляга окото и радва душата. Балканътъ е свещенъ за българския народъ, защото е билъ скривалището на бунтовницитѣ, които сѫ извоювали свободата на България.

Ето на Юмрукъ-Чалъ — най-високия връхъ на Стара-планина (2373 метра). По негоинтѣ необятни пасбища пасатъ много стада овци, крави, коза и коне. Погледнете тази сламена кара, застанала като стража на една скала въ подножието на върха. Тя се загледала въ гръмка турски книги, нижещи край нея. Впечелване на всѣчкия здравеца да посетятъ Юмрукъ-Чалъ и видятъ новата наблюдателница, които сега е въ строежъ.

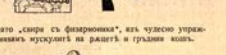
# ИГРА-ТРУДЪ-РАДОСТЬ

Гимнастиката, спорта и тѣлесната работа сѫ много полезни за здравето. Тѣ закаливатъ мускулитѣ и коститѣ, възбуждатъ всички клетки къмъ по-бурна дейность и укрепяватъ съдоветѣ и нервитѣ. Апетитътъ се увеличава, кръвьта се усилва и тѣлото — калява.

Дълбокото дишане, което ги придружава, укрепва бѣлитѣ дробове, пречиства кръвьта и въдува повечe кислородъ въ тѣлото.

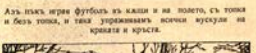
Здравочета не бива да пропущатъ нито единъ день безъ гимнастика, работа и дълбоко дишане.

Когато „сиря" съ физиономика", изъ чудесно упражняванитѣ мускулитѣ на рацѣтѣ и гръдния кошъ.



Азъ пъкъ играи футболъ съ краци и на полето, съ топка и безъ топка, и така упражняванитѣ всички мускули на краката и кръста.

Азъ помагамъ на мама, когато пере и простира дрехитѣ и така прави моята гимнастика. Нашетѣ братчета отъ си играятъ на воля край насъ „работникъ".



Дружи се Иванчо! Здраво дърпай Петко! Хайде — още малко! Победата — е наша!

## СИЛАТА НА ГРОЗДЕТО

отъ Д-ръ Н. Станчевъ дава всичко по хранителнитѣ и лѣчебни свойства на гроздето Далечи сѫ много рецепти по гроздолѣченето. Намира се по книжарницитѣ и въ редакцията.

# ГОРДОСТЬТА НА България

Това сѫ нашитѣ здрави и красиви деца. Завардѣ ще помѣстаме въ всѣки брой нѣкои отъ портретчетата, които ще ни се изпратятъ! Изборътъ трѣбва да се направи само отъ г-да учителитѣ или съвместно отъ ученици и учители. Трѣбва да се избираръ най-добре разнитѣ, калеинитѣ, трудолюбивитѣ и здрави деца, които почти или никакъ не боледуватъ.

**Добрика**
малинарка отъ с. Досчей-нихали

**Агнесъ Емануилов**
ученъ. отъ гр. София

Децата отъ дневния детски домъ въ гр Калоферъ, уредени отъ Участковата здравна служба начело съ Д-ръ Шкодъ

## Шоколадче

**Вижте колко съмъ голѣмъ**
**други нѣма като менъ!**

**Кафявъ като — шоколадче,**
**цѣло лѣто бѣлъ козаче.**

**Сутринъ ставахъ рано, рано!..**
**После хайде къмъ балкана;**

**Изъ гората тичахъ воленъ,**
**винаги засмѣнъ, доволенъ . . .**

**Подиръ моята козичка**
**скачахъ като волна птичка.**

**Пеехъ слъчева позлата**
**миризмата на цвѣтята.**

**Сѣкъ изъ цвѣтинтѣ полиши**
**дето дъха сили, здраве! . . .**

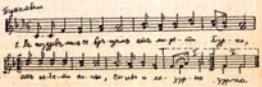
**И порастнахъ азъ голѣмъ! . . .**
**Кой е други като менъ**

**Като малкото козаче**
**кафявото шоколадче.**

Боянъ Балабановъ

# ПѢСЕНТА НА ЗДРАВЕ

## ПОЗДРАВЪ ОТЪ МОРЕТО



**Тукъ бѣхъ на почивка**
**съ малки колонисти:**
**калѣхъ се съ усилия**
**възъ водитѣ чисти.**

**Колко много слънце,**
**колко много бѣлъсъкъ,**
**сиканъ всѣко зрънце**
**позлатенъ бѣ пѣсъкъ.**

**Черенъ възъ си идя:**
**ще ли ме познае**
**Мурдамъ, щомъ ме зърне,**
**или ще ме лае?**

**Съ поздравъ, миль се е кръщалъ**
**отъ морето бурно,**
**отъ небето синьо,**
**синьо и лазурно.**

Ненчо Савовъ

# ГИМНАСТИКА НА УМА

## Гатанки и задачи

**1) Кръстословица**

**Водоравно:** 2. Европейска столица. 4. Мѣрка за повърхнина. 5. Предлогъ. 7. Поясно шѣйе. 9. Хлаpетенъ терминъ. 10. Гласъ. 11. Женско име. 12. Мѣстоимение. 14. Малкото ими на американски гангстеръ. 15. Градъ въ Македония.

**Отвесно:** 1. Име на много американски рѣки, гредове. 2. Единъ отъ „Тримата мушкетари". 3. Юженъ плодъ. 4. Край на молитва. 6. Голѣмо езеро въ Русия. 8. Френска буква. 9. Предлогъ. 13. Французкатa національна героиня.

**2)** Име съмъ на градъ въ Швейцария отъ 2 срички: 1-ва е наше растение, а II-та — предлогъ. Кой съмъ аз ?

Задача: **Т. Котевъ**, Софии

**3)** Пѣлна каша съ дечица безъ кръвопреки, безъ врагиня.

**4)** Дъждъ катоremени, гледай колко щоинъ чадъри.

Задача: **Т.** — Н.-Загора

**5) Скрита картина**

Колко хора сѫ се скрили следъ помпата на вертолета ?

## Пакъ на училище

**Почнахъ ли да носитъ**
**дини съсъ товари,**
**знаи, че зазачето**
**скоро ще ударе!**
**Хубаво ми бѣше**
**цѣлъ день край рѣката!**
**Скимне ли тя — хайде —**
**гмурнай се въ водата.**
**Въ житната горчица,**
**приникъ до насипа,**
**нѧкъ, доде се свърши**

**ръжената пата!**
**После ще се спусненъ**
**въ кошата патекъ.**
**Пранкашъ, а въ гърлитѣ**
**ти е лепко, лепко. . .**
**А сега наведенъ**
**сричай пакъ на чина —**
**лѣтната почивка**
**колко скоро мина!**

Веса Пасвалеева

**Купонъ ЗДРАВЕЦЪ 1/VIII**
за участие въ решенията на задачитѣ

Печатница „Р а х и н р а"
ул. Веслемъ № 8, София
Пор. № 430/1940 г.