

Almanaque del Arquero

1 de octubre de 2011
Volumen 1, Revista 2

Director: Roy Feliciano
Asistente Director: Rachel Miller

Un mensaje del Director Escolar

El mes de octubre ya ha comenzado y parece que tanto se ha logrado hasta ahora por nuestros KIPPsters, maestros, personal y familias en este nuevo año escolar. Cientos de páginas han sido leídas, fundamentos de matemáticas y ecuaciones algebraicas han sido realizados, ejercicios de gramática innumerables, investigaciones científicas y viajes interminables a través de nuestras clases de estudios sociales han sido explorados en nuestras primeras seis semanas de la escuela.

En los campos de juego nuestros atletas estudiantiles han sobresalido en sus juegos de voleibol y fútbol, independientemente de la victoria o la derrota, siempre mostrando orgullo en su escuela y en ellos mismos a través del deporte y equipo y familia. Hasta ahora el nuevo año escolar ha presentado numerosos desafíos pero como KIPPsters nuestros alumnos han vivido hasta nuestro lema

Si hay una mejor manera, lo encontramos.

Si hay un problema, lo solucionamos.

Si necesitamos ayuda, la pedimos.

Si un compañero de equipo necesita ayuda, la damos.

Gracias por elegir el camino! La ruta de acceso a la Universidad a través de trabajo fuerte!

Sr. Feliciano

Departamento Atlético de los Arqueros

A fin de servir a los atletas de KIPP San Antonio hemos entrado en los equipos de 5^{to} and 6^{to} grado de futbol y voleibol de la liga de atletas cristiana de San Antonio. Todos los atletas pertenecientes a 5to y 6to serán manejados por una combinación de entrenadores de KIPP y voluntarios, y todos los equipos están invictos!

El pasado martes 27 de septiembre, nuestro equipo de niñas arqueras retornó con fuerza en el tercer juego y derrotaron al equipo de FEAST (Family Educators Alliance of South Texas). Con entregas fuertes Victoria Gonzales y Jackie Serna, y un excelente trabajo de equipo durante el 2^{do} y 3^{er} juego, las niñas aqueras probaron que la determinación y enfoque son destrezas muy útiles para dentro y fuera de la cancha.

Nuestro equipo de futbol de grados 7 y 8 cualificó para el torneo de campeonato "Warrior Shootout Championship" el cual se estará celebrando el 8 de octubre a las 7:30pm en la escuela "Cornerstone Christian School". Puede encontrar fechas, horarios y mapas en nuestra sitio web: www.kippusa.org, pagina principal.

Recuerde de seguir nuestra liga en: www.isalsports.com.
Proximos juegos:

- Voleibol, 3 de octubre, 5:30pm en KIPP
- Futbol, 8 de octubre, 7:30 en Cornerstone Christian School
- Voleibol, 14 de octubre, 5:30 en Shepherd of the Hills
- Torneo de Voleibol, 27 al 29 de octubre, tiempo/localidad a ser anunciada

Contenido

Del Director Escolar	1
Arqueros Atletas	1
Eventos futuros	1
Quinto Grado	2
Sexto Grado	2
Séptimo Grado	2
Octavo Grado	2
Caminata/Otros Eventos	3
Receta	3
Por que Caminar?	3
1 ^{er} Viaje Escolar	4
Escuela de Sábado	4
Solo Para Divertirse!	4

Eventos Futuros

- ◆ Reunión de Padres, Jueves, 6 de Octubre
- ◆ 5^{to} Noche de Calificaciones, Octubre 27-6pm
- ◆ 6^{to} Noche de Calificaciones, Octubre 28-6pm
- ◆ 7^{mo}/8^{vo} Noche de Calificaciones, Noviembre 1 - 6pm



Estudiante del Mes 5to Grado:

Arturo se está convirtiendo en un alumno estelar muy conocido por su buena organización. Ha ayudado a dos compañeros a tener sus carpetas bajo control - y dio de su tiempo para ayudar en trabajo de mañana para ayudar a otros a hacerlo. Sus compañeros de clase se han impresionado con su gran trabajo y valores de equipo y familia! También trabaja fuerte para tener tarea perfecta en su tarjeta de marcas de semana a semana. Arturo está trabajando duro



Estudiante del Mes 6to Grado

Jazmin es una estudiante que personifica nuestro lema, "trabajo fuerte, Sea agradable." Ella trabaja fuertemente para participar en clase y para terminar sus asignaciones. Además es alegre y tiene esmero constante a nivel académico, Jazmin demuestra a dedicación verdadera. Ayuda a sus compañeros del hombro a calcular problemas de matemáticas en el trabajo de la mañana, o asistiendo al equipo y familia. Estamos tan orgullosos de Jazmin y de su desempeño.



Estudiante de Mes 7to Grado

Daniel es un estudiante que ayuda siempre y demuestra los valores de KIPP diariamente. El busca la perfección con su tarea y autodisciplina. Daniel siempre esta sonriendo y le da alegría a sus maestros y compañeros de clase cada día. Estamos orgullosos de tener a Daniel en séptimo grado y mas orgullosos de como representa a KIPP Aspire Academy diariamente!

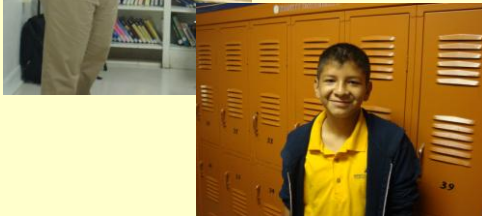


Estudiante del Mes 8vo Grado

Hugo tiene excelentes calificaciones y continúa buscando mejorar cada día más.

Demuestra equipo y familia ayudando a sus compañeros de clase cuando lo necesitan

Hugo brilla en todo lo que es KIPP!



Conozca a una Maestra de Quinto Grado

para ser un gran KIPPster!

Maestra: Sra. Gibbons

Personaje Favorito de "Twilight": Equipo EDWARD!

En mi tiempo libre: Veo juegos de Futbol y Voleibol (todos los países)

Porque KIPP: Soy parte de algo mayor- Equipo y Familia!

Conozca a un Maestro de Sexto Grado

Maestro: Sr. Lynch

Materia: Educación Física

Deporte Favorito: Hockey

Atleta que admiro: Fernando Torres

Porque KIPP: Por la cultura escolar que demuestra que "bien" no suficiente para nosotros, "excelente" si.

Conozca a una Maestra de Septimo Grado

Maestra: Sra. Ulrich

Materia: Lectura

Favorite Spell in Harry Potter: Tarantallegra (Forces an opponent's legs to dance uncontrollably!)

Favorite Snack: trail mix or raspberries

Why I Love KIPP: The 7th grade students!

Conozca a una Maestro de Septimo Grado

Maestro: Sr. Goforth

Subject: Lectura

Lo que extraño acerca de Michigan: Veranos en el lago, el "break wall", ir a juegos de los Redwings, mi familia, mis amigos, y vivir en el campus de CMU.

Lugar favorito en San Antonio: Chris Madrids

Porque KIPP: Me gusta todo de KIPP!

Caminatas/Carreras en San Antonio

- ❖ San Antonio Roadrunners -Semanal Carrera de 2 millas, 5 de octubre, 6:30pm, Parque Brackenridge
- ❖ Carrera por la compasión 5k/10k Caminata/Carrera, 8 de Octubre, 7:15am, McAllister Park
- ❖ Maraton de Frankenthon, 22 de octubre, 7:00am, Parque Cedar
- ❖ San Antonio Roadrunners- Semanal Carrera divertida (gr), Noviembre 5, 8:30am, Parque McAllister (Gratis y abierta al público en general)

Para mas información y otras oportunidades de caminatas o carreras visita www.saroadrunners.com

Salsa Picante de Piña Fresca

Adaptado de Roberto Santibañez's *Verdaderamente Mejicano* (Wiley, 2011)

Ingredients:

- 1 taza de piña fresco cortada
- 1/3 taza de finamente cortados chiles jalapeño, incluyendo semillas.
- ¼ taza cilantro picado
- ¼ taza cebolla picada
- 3 cucharadas de jugo de lima
- 2 cucharadas frescas de jugo de naranja
- 1 ½ cucharada de azúcar, a gusto
- ½ cucharada de sal fina

Mezcle todos los ingredientes en un tazón.

Sazone a gusto con chile, jugo de lima, azúcar y sal.

Sirva con pescado, mariscos, carne roja, pollo, tacos, quesadillas.

Ponga la salsa en el refrigerador y antes de servir remueva el exceso de liquido del tazón.



Esta salsa agridulce se puede preparar durante todo el año y es una receta nutritiva y fácil de preparar.

8 Razones para empezar a caminar ahora!

La temperatura finalmente está bajando en la mañana y en las tardes. Tome ventaja de las bajas temperaturas y hagan una rutina para perder peso. Caminar de 30 a 60 minutos cada día es de las mejores cosas que puede hacer para su cuerpo, mente y espíritu. Si necesita una mayor motivación, a continuación hay razones adicionales para caminar AHORA!

- **Puede perder peso caminando!** Caminar es una parte importante para perder peso. Todavía debe cuidar lo que come, pero caminar le permite crear músculos saludables libres de grasa, y acelera su metabolismo.
- **Caminar reduce la diabetes.** Sal y camina por al menos 30 minutos al día por tu salud y ayudar a prevenir diabetes de tipo 2. Un estudio de la Universidad de Pittsburgh descubrió que caminar por 30 minutos al día ayuda a controlar el riesgo de diabetes y el nivel de azúcar en la sangre.
- **Caminar aumenta la potencia de tu cerebro.** Un estudio de un consejo nacional reflejo que el caminar 16 millas semanales ayuda a mantener el cerebro saludable.
- **Caminar lo hace vivir más.** Un estudio de 8000 hombres en Honolulu determino que caminar 2 millas al día reduce a mitad el riesgo de muerte.
- **Caminar previene ganar peso.** La Universidad de Colorado descubrió que tan solo añadiendo 2000 pasos a tu rutina diaria puede ayudar a prevenir la obesidad!
- **Caminar reduce el riesgo de cáncer.** Estudios han demostrados que caminar reduce el riesgo de cáncer.
- **Caminar reduce el riesgo de enfermedades del corazón.** Las enfermedades del Corazón son una de las mayores causas de muertes en hombres y mujeres en los EEUU. Usted puede reducir el riesgo de caminar por la mitad al caminar 30-60 minutos al día.
- **Caminar ayuda a controlar y prevenir stress.** Caminar al igual que otros ejercicios hacen que el cuerpo produzca más endorfinas, hormonas que ayudan a controlar el stress!

