**SLOVENSKA MREŽA ZDRAVIH ŠOL**

**OŠ OTOČEC**

**Program izvajanja in spremljanja programa Zdrave šole** **za šolsko leto** **2021/2022**

**Načrtovanje za obdobje: september 2021 – junij 2022**

**Vodja tima Zdrave šole: Maja Nose Antončič**

**Člani: Bernarda Vrtačič Turk, Neža Verbič, Andreja Strgar**

**rdeča nit projekta 2021/2022:**

**MI VSI ZA LEPŠI (BOLJŠI) JUTRI**

**TELESNO ZDRAVJE: PREHRANA – Urša Zupančič**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | NASLOV NALOGE  »V KUHINJI DIŠI« | CILJI oz.  KRATEK OPIS NALOGE | **PODROČJE NALOGE2** | **CILJNA SKUPINA3** | **IZVAJALCI NALOGE4** | **TRAJANJE NALOGE5** | **METODE IN OBLIKE DELA6** |
| 1. | TRADICIONALNI SLOVENSKI ZAJTRK | - spodbuditi učence k vsakodnevnem zajtrku  - seznaniti učence s pomenom čebel za človeka  - seznaniti učence z lastnostmi in proizvodnjo medu, jabolk, kruha, masla | B | A, E | A, B | A | A, B, D, J |
| 2. | TEDEN SLOVENSKE HRANE | - seznanitev in priprava tradicionalne slovenske hrane  - učenci preizkušajo slov. tradicionalne jedi  - podpora lokalnim pridelovalcem hrane | B | A, E | A, B | B | A, B, G, J |
| 3. | “ZDRAVA PREHRANA” | - seznanitev učencev z različnimi vsebinami, ki sodijo k zdravi prehrani  (kulturno prehranjevanje, zdrava živila, eko živila, posamezne skupine živi, sadje iz sheme,…)  - pomen vode za vsa živa bitja na Zemlji | B | A | A, B | E | A, F, G, N |
| 4. | SHEMA ŠOLSKEGA SADJA, ZELENJAVE TER MLEKA IN MLEČNIH IZDELKOV | - navajanje učencev na večkratno uživanje sadja in zelenjave tekom dneva  - seznanjanje učencev z zdravilnimi učinki posameznih vrst sadja in zelenjave  - dostopnost do enega obroka sadja za vse učence  - navajanje na uživanje mleka in mlečnih izdelkov | B | A | A | E | A, F |
| 5. | ZDRAVA PREHRANA V OBDOBJU ODRAŠČANJA | - predavanje ZD NM |  |  |  |  |  |

* **OPOMBA: program izvajanja Zdrave šole se tekom šolskega leta lahko spreminja in prilagaja**

|  |  |
| --- | --- |
| **1** – Okvirno do 5 stavkov; po presoji združite aktivnosti, ki se nanašajo na isto vsebino ali podobne aktivnosti, npr. pohodi, zbiralne akcije…) | **5** A) 1 - 3 dni  B) tedenske akcije  C) 1 - 3 mesece  D) pol leta  E) celo leto |
| **2** – samo eno področje:  A) zobozdravstvena vzgoja  B) zdrava prehrana, kultura prehranjevanja, hidracija, zdravilne rastline  C) ekologija (odpadki, eko vrtovi ...)  D) spolna vzgoja (načrtovanje družine, SPB, aids ...)  E) duševno zdravje (medsebojni odnosi, komunikacija, asertivnost ...)  F) telesna aktivnost, minuta za zdravje, rekreacijski odmor, telesna drža  G) svetovni dnevi povezani z zdravjem  H) prosti čas, interesne dejavnosti, klub ZŠ  I) varnost in preprečevanje poškodb (v šoli, v prometu ali na igrišču) in   prva pomoč  J) zasvojenosti (alkohol, kajenje, prepovedane droge)  K) preprečevanje nalezljivih bolezni (splošno, osebna higiena, gripa, uši ...)  L) izboljšanje delovnega okolja  M) nasilje, trpinčenje  N) šolski red, delovne navade  O) družbeno koristno delo (pomoč vrstnikom, krvodajalstvo, humanitarne   akcije ...)  P) medgeneracijsko sodelovanje  R) zdrav način življenja  S) drugo: | **6** - možnih je več odgovorov   1. Predavanje, razlaga 2. razgovor 3. okrogla miza 4. demonstracije, projekcije 5. ekskurzije, ogledi 6. razstave, plakati 7. delavnice, socialne igre 8. projektno delo, naravoslovni dan 9. seminarji, tečaji 10. praktično delo (vaje, izdelki, nastopi, športne dejavnosti, pohodi, delo na terenu ...) 11. raziskovalno delo, naloge 12. merjenje (anketa, beleženje podatkov, spremljanje, zdr. pregledi) 13. roditeljski sestanek 14. razredne ure 15. širitev idej, predstavitev projekta, publikacije, pisni prispevki 16. drugo: |
| **3** - možnih je več odgovorov   1. učenec/dijak 2. učitelji 3. starši 4. lokalna skupnost 5. vsi delavci šole 6. mediji 7. drugo: | **4** - možnih je več odgovorov   1. učitelji/vzgojitelji, ravnatelj 2. učenci/dijaki 3. svetovalna služba 4. šolska zdravstvena služba 5. zunanji izvajalci 6. starši 7. šolski tim, vodja tima 8. tehnično osebje 9. drugo: |