



OŠ Staneta Žagarja Kranj
Cesta 1. maja 10a
4000 Kranj

Program Zdrave šole

Šolsko leto 2019-2020



Rdeča nit v šolskem letu 2019/2020 je: »**Vzgoja in izobraževanje v realnem in digitalnem svetu**«

Tim Zdrave šole sestavljajo:

- koordinatorica: Rebeka Zupanec, učiteljica predmetne stopnje
- predstavnica vodstva: Fani Bevk, ravnateljica
- predstavnice učiteljev:
 - Polona Kavčič, učiteljica razrednega pouka
 - Slađana Ristić, učiteljica razrednega pouka
 - Irena Černe, učiteljica predmetne stopnje
 - Mirjam Sitar, učiteljica predmetne stopnje
- predstavnica staršev: Saša Kadivec
- predstavnica lokalne skupnosti: Alenka Ivačič
- predstavnica zdravstvene službe: Urška Hafnar

Zaporedna številka naloge	Načrtovane dejavnosti oz. ukrepi	Cilji	Ciljna skupina	Področje	Izvajalci oz. vključeni sodelavci	Odgovorna oseba	Časovni okvir
1.	Literarno-glasbena in gibalna ustvarjalnica	<ul style="list-style-type: none"> • prebiranje pravljic, • opazovanje narave, živali, • skrb za okolico, • razvijanje pozitivnega odnosa do živih bitij, narave, okolice 	<ul style="list-style-type: none"> • učenci v OPB 	<ul style="list-style-type: none"> • bralna pismenost, • ustvarjalnost, • duševno zdravje, • krepitev medsebojnih odnosov, • gibanje v naravi 	<ul style="list-style-type: none"> • učitelji v OPB 	<ul style="list-style-type: none"> • Sonja Kadivec 	<ul style="list-style-type: none"> • preko celega šolskega leta
2.	Zdravošolski natečaj z naslovom »Digitalni odklop«	<ul style="list-style-type: none"> • zbiranje fotografij, ki so jih posneli učenci sami na dano temo • ... 	<ul style="list-style-type: none"> • učenci, ki želijo sodelovati 	<ul style="list-style-type: none"> • zdrava prehrana • duševno zdravje • gibanje 	<ul style="list-style-type: none"> • vsi zainteresirani učenci 	<ul style="list-style-type: none"> • Martina Kern 	<ul style="list-style-type: none"> • preko celega šolskega leta do vključno meseca maja
3.	Vaje za izboljševanje koncentracije	<ul style="list-style-type: none"> • povečanje pozornosti pri mlajših učencih z različnimi pristopi • spodbujati ideje pri učencih za samostojne vaje doma 	<ul style="list-style-type: none"> • predvsem učenci prve in druge triade 	<ul style="list-style-type: none"> • gibanje • koncentracija 	<ul style="list-style-type: none"> • učiteljice razrednega pouka • učiteljice OPB 	<ul style="list-style-type: none"> • Anja Bernik 	<ul style="list-style-type: none"> • preko celega šolskega let oz. po potrebi
4.	Skrb za ptice v našem gozdičku	<ul style="list-style-type: none"> • skrb za ptice v hladnejših mesecih • 	<ul style="list-style-type: none"> • učenci 1. tirade 	<ul style="list-style-type: none"> • gibanje v naravi in opazovanje živali 	<ul style="list-style-type: none"> • 	<ul style="list-style-type: none"> • Ida Ažbe 	<ul style="list-style-type: none"> • v hladnih, zimskih mesecih

Zaporedna številka naloge	Načrtovane dejavnosti oz. ukrepi	Cilji	Ciljna skupina	Področje	Izvajalci oz. vključeni sodelavci	Odgovorna oseba	Časovni okvir
5.	Gibanje na svežem zraku	<ul style="list-style-type: none"> ciljna skupina so vsi oddelki tudi tisti v PB poudarek je na učencih 1. triade cilj je, čim več časa za učenje in gibanje preživeti na svežem zraku in čim večkrat uporabiti učilnico v šolskem gozdičku. 	<ul style="list-style-type: none"> razredna stopnja, predvsem oddelki PB 	<ul style="list-style-type: none"> gibanje duševno zdravje 	<ul style="list-style-type: none"> vsil učitelji razredne stopnje, predvsem v OPB 	<ul style="list-style-type: none"> Polona Kavčič 	<ul style="list-style-type: none"> preko celega šolskega leta, še posebej v toplejših mesecih
6.	Vključevanje gibanja v pouk <i>Vodilna misel:</i> <i>»Kar slišim, pozabim, kar vidim, si zapomnim, Kar naredim, razumem in znam.«</i> <i>k. preg.</i>	<ul style="list-style-type: none"> cilj naloge je vključevanje (gibalnih) didaktičnih iger v pouk. Te učne ure popestrijo in pritegnejo pozornost učencev. 	<ul style="list-style-type: none"> učenci razredne in predmetne stopnje 	<ul style="list-style-type: none"> gibanje 	<ul style="list-style-type: none"> učitelji, ki poučujejo v oddelkih 	<ul style="list-style-type: none"> Simona Benedik 	<ul style="list-style-type: none"> preko celega šolskega leta
7.	Planinski pohod za učitelje	<ul style="list-style-type: none"> Cilj naloge je druženje v naravi 	<ul style="list-style-type: none"> zainteresiran i učitelji 	<ul style="list-style-type: none"> gibanje 	<ul style="list-style-type: none"> vsil zainteresirani učitelji 	<ul style="list-style-type: none"> Andreja Zakotnik 	<ul style="list-style-type: none"> po dogovoru
8.	Planinski izleti	<ul style="list-style-type: none"> Vzpodbujanje zdravega gibanja, gibanja v naravi, hoja v planine 	<ul style="list-style-type: none"> zainteresirani učenci 	<ul style="list-style-type: none"> gibanje 	<ul style="list-style-type: none"> učiteljica 	<ul style="list-style-type: none"> Andreja Zakotnik 	<ul style="list-style-type: none"> Preko celega šolskega leta

Zaporedna številka naloge	Načrtovane dejavnosti oz. ukrepi	Cilji	Ciljna skupina	Področje	Izvajalci oz. vključeni sodelavci	Odgovorna oseba	Časovni okvir
9.	Pohodi treh generacij	<ul style="list-style-type: none"> • medgeneracijsko sodelovanje • skrb za zdravje • krepitev medsebojnih odnosov med učitelji, učenci in starši, starimi starši • vzpodbuditi zanimanje mlajših za pohodništvo, za sprehode v naravi in gibanje na svežem zraku • vzpodbuditi zanimanje za naravo, opazovanje spreminjanje narave skozi letne čase 	<ul style="list-style-type: none"> • učenci s starši in / ali s starimi starši 	<ul style="list-style-type: none"> • gibanje • duševno zdravje 	<ul style="list-style-type: none"> • razredniki (v smislu zbiranja prijav za pohod) • učitelji, ki želijo aktivno sodelovati 	<ul style="list-style-type: none"> • Breda Markelj v sodelovanju z Nevo Pogačnik 	<ul style="list-style-type: none"> • mesečno in preko celega šolskega leta
10.	Planinski izleti	<ul style="list-style-type: none"> • Vzpodbujanje zdravega gibanja, gibanja v naravi, hoja v planine 	<ul style="list-style-type: none"> • zainteresirani učenci 	<ul style="list-style-type: none"> • gibanje 	<ul style="list-style-type: none"> • učiteljica 	<ul style="list-style-type: none"> • Andreja Zakotnik 	<ul style="list-style-type: none"> • Preko celega šolskega leta
11.	Gesund essen macht einfach Spaß! - Zdravi prigrizki so lahko zabavni	<ul style="list-style-type: none"> • Cilj naloge je vzpodbujanje kreativnosti pri pripravi zdravih prigrizkov in uživanje v okušanju obrokov, ki so si jih učenci sami pripravili 	<ul style="list-style-type: none"> • učenci nemščine 	<ul style="list-style-type: none"> • zdrava prehrana 	<ul style="list-style-type: none"> • učiteljica nemščine 	<ul style="list-style-type: none"> • Rebeka Zupanec 	<ul style="list-style-type: none"> • dejavnost s ponovitvami

Zaporedna številka naloge	Načrtovane dejavnosti oz. ukrepi	Cilji	Ciljna skupina	Področje	Izvajalci oz. vključeni sodelavci	Odgovorna oseba	Časovni okvir
12.	Minuta za zdravje	<ul style="list-style-type: none"> • razredna stopnja: več časa preživeti na svežem zraku, v šolskem gozdičku • spodbujati družabne igre, gibanje in sprostitvev na prostem • v toplejših mesecih učilnica v gozdičku • predmetna stopnja: redno izvajati minuto za zdravje 	<ul style="list-style-type: none"> • učenci predmetne in razredne stopnje 	<ul style="list-style-type: none"> • gibanje • duševno zdravje 	<ul style="list-style-type: none"> • Darja Lebar (vaje za sproščanje, dihalne vaje)* • razredna stopnja: razredniki (sprotno evidentiranje izvedenih minut za zdravje) • predmetna stopnja: učitelji prisotni pri urah, v katerih se izvajajo minute za zdravje 		<ul style="list-style-type: none"> • preko celega leta • predmetna stopnja: 2-krat tedensko • razredna stopnja: najmanj 1-krat tedensko
13.	Hodnik pozitivnih misli	<ul style="list-style-type: none"> • sprostitvev znotraj okvirov šolskega prostora, ob glasbi ali v tišini • lepe misli na zidovih avle v pritličju in v prvem nadstropju šole 	<ul style="list-style-type: none"> • učenci 1. razreda in starejši 	<ul style="list-style-type: none"> • duševno zdravje 	<ul style="list-style-type: none"> • učiteljice 1. razreda 	<ul style="list-style-type: none"> • Klavdija Debelak 	<ul style="list-style-type: none"> • preko celega šolskega leta
14.	Promocija pitja vode	<ul style="list-style-type: none"> • vzpodbujati pitje vode • ozaveščati pomembnost zdravih pijač (nesladkanih in negaziranih) 	<ul style="list-style-type: none"> • vsi učenci od 1. do 9. razreda 	<ul style="list-style-type: none"> • prehrana 	<ul style="list-style-type: none"> • razredniki • vsi učitelji 	<ul style="list-style-type: none"> • Irena Černe 	<ul style="list-style-type: none"> • preko celega šolskega leta
15.	Dan brez mobilnega telefona	<ul style="list-style-type: none"> • usmerjanje pozornosti stran 	<ul style="list-style-type: none"> • vsi učenci šole 	<ul style="list-style-type: none"> • krepitev medsebojnih odnosov, 	<ul style="list-style-type: none"> • vsi učitelji 	<ul style="list-style-type: none"> • Polona Sodnik 	<ul style="list-style-type: none"> • 1 teden

		od »monitorjev«, spleta...		• vzpodbujanje medvrstniške komunikacije			
--	--	----------------------------	--	--	--	--	--

Med šolskim letom, še posebej v toplejših mesecih bomo izvajali v naravi tudi druge aktivnosti, dejavnosti, ki so tako ali drugače povezane z rdečo nitjo programa Zdravih šol za letošnje šolsko leto. V šolskem letu tudi letos načrtujemo izobraževanja, ki bodo namenjena učencem, staršem in učiteljem.

Zapisala vodja Zdrave šole: *Rebeka Zupanec*, prof.