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

Program Zdrave šole

Šolsko leto 2020-2021

ZDRAVA ŠOLA

Rdeča nit v šolskem letu 2020/2021 je:

»**Čas za zdravje je čas za nas!**«

Zaporedna številka naloge	Načrtovane dejavnosti oz. ukrepi	Cilji	Ciljna skupina	Področje	Izvajalci oz. vključeni sodelavci	Odgovorna oseba	Časovni okvir
1.	**Zdravošolski natečaj z naslovom »Digitalni odklop«**	• zbiranje fotografij, ki so jih posneli učenci sami na dano temo: • Digitalni odklop • Razlike med poukom v šoli in na daljavo • Občudujemo naravo • Najboljši bodo tudi nagrajeni • Razstava fotografij ob zaključku šolskega leta	• učenci, ki želijo sodelovati od 1. do 9. razreda • učitelji	• gibanje v naravi • duševno zdravje • kreativnost, • fotografija	• vsi zainteresirani učenci in učitelji	• Martina Kern	• marec – maj 2021
2.	**Učilnica na zeleni strehi**	• branje na šolski strehi • orientacija • izvajanje poskusov pri pouku nar. in tehnike • likovno ustvarjanje • petje pri glasbeni umetnosti, zboru … in še in še	• vabljeni vsi učeni šole • še posebej 5. in 7. razredi - skrbniki	• zdrav način življenja • duševno zdravje • učenje v naravi, na svežem zraku z razgledom	• vsi učitelji šole	• Anja Bernik	• preko celega šolskega leta kolikor bo to dopuščalo vreme, razmere

Zaporedna številka naloge	Načrtovane dejavnosti oz. ukrepi	Cilji	Ciljna skupina	Področje	Izvajalci oz. vključeni sodelavci	Odgovorna oseba	Časovni okvir
3.	**Smeh v računalniški učilnici**	• vključitev gibanja v naravi med uro NIP-računalništvo • Fotografiranje in snemanje z mobitelom v šolskem gozdičku in na novi zeleni strehi • Prenos posnetih fotografij, posnetkov in zvokov na računalnik • Izdelava gozdnih šal, vicev in smešnih pesmi v obliki igrice s posnetim avtorskim gradivom v računalniškem programu Scratchu /Minecraft	• 4., 5. in 6. razreda, ki obiskujejo NI računalništvo 1. • učenci 2. triade	fotografija, ustvarjalnost, računalništvo programiranje	• učenci, ki obiskujejo NIP računalništvo1 • učenci 1. in 2. triade	• Martina Kern	• preko celega šolskega leta
4.	**Aktivna matematika**	• učenci prvih razredov	• oddelki prvih razredov	• gibanje, utrjevanje matematike	• Aktiv učiteljic prvih razredov	• Meta Zibelnik	• preko celega šolskega leta

Zaporedna številka naloge	Načrtovane dejavnosti oz. ukrepi	Cilji	Ciljna skupina	Področje	Izvajalci oz. vključeni sodelavci	Odgovorna oseba	Časovni okvir
5.	**Vaje za izboljševanje koncentracije**	• povečanje pozornosti pri mlajših učencih z različnimi pristopi • spodbujati ideje pri učencih za samostojne vaje doma	• predvsem učenci prve in druge triade	• gibanje • koncentracija	• učiteljice razrednega pouka • učiteljice OPB	• Simona Benedik	• preko celega šolskega let oz. po potrebi
6.	**Učilnica pod drevesnimi krošnjami**	• 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. • Ciljna skupina so tudi vsi oddelki v PB – v času pisanja domačih nalog.	• razredna stopnja	• zdrav način življenja • gibanje • duševno zdravje	• načeloma vsi učitelji, še posebej tisti, ki poučujejo učence na razredni stopnji	• Polona Kavčič	• preko celega šolskega leta, še posebej v toplejših mesecih
7.	**Digitalna dieta**	• poudarek je na preživljanju časa brez telefonov, računalnika in TV zaslonov	• učenci 5. razreda	• zdrav način življenja • gibanje • duševno zdravje	• Polona Kavčič	• Polona Kavčič	• v okviru načrtovanega tedna

Zaporedna številka naloge	Načrtovane dejavnosti oz. ukrepi	Cilji	Ciljna skupina	Področje	Izvajalci oz. vključeni sodelavci	Odgovorna oseba	Časovni okvir
8.	**Gesund essen macht einfach Spaß!** **-** **Zdravi prigrizki so lahko zabavni**	• Cilj naloge je vzpodbujanje kreativnosti pri pripravi zdravih prigrizkov in uživanje v okušanju obrokov, ki so si jih učenci sami pripravili	• učenci nemščine	• zdrava prehrana • ustvarjalnost • okušanje • druženje • odklop od digitalnosti	• učiteljica nemščine	• Rebeka Zupanec	• dejavnost s ponovitvami
9.	**Dan brez telefona**	• Učenec spozna škodljive posledice prekomerne uporabe mobilnih naprav. • Učenec razmisli, kako kvalitetno preživljati prosti čas. • Izdelava plakata z idejami, kako preživeti prosti čas brez telefona.	• vabljeni vsi učenci šole • poudarek na predmetni stopnji	• Duševno zdravje, • gibanje, • razvijanje bralnih navad, • spoznavanje domačega kraja,… • krepitev medsebojnih odnosov, • vzpodbujanje medvrstniške komunikacije	• Polona Sodnik	• Polona Sodnik	• maj, junij
10.	**Smuti za dobro jutro in dober dan**	• učenci prvih razredov	• oddelki prvih razredov	• priprava zdravega obroka	• Mateja Smolej Maržić	• Mateja Smolej Maržić	• preko celega šolskega leta

Zaporedna številka naloge	Načrtovane dejavnosti oz. ukrepi	Cilji	Ciljna skupina	Področje	Izvajalci oz. vključeni sodelavci	Odgovorna oseba	Časovni okvir
11.	**Ko učenca strese stres**	• učenec prepozna stres, razmisli, zakaj se v šoli srečuje s stresom, • spozna, negativne posledice stresa, • nauči se spoprijeti s stresom in kako se mu lahko izogne.	• predmetna stopnja • poudarek na 7. razredih	• duševno zdravje	• Polona Sodnik	• Polona Sodnik	• maj, junij
12.	**Pohodi treh generacij**	• medgeneracijsko sodelovanje • skrb za zdravje • krepitev medsebojnih odnosov med učitelji, učenci in starši, starimi starši • vzpodbuditi zanimanje mlajših za pohodništvo, za sprehode v naravo in gibanje na svežem zraku • vzpodbuditi zanimanje za naravo, opazovanje spreminjanje narave skozi letne čase	• učenci s starši in / ali s starimi starši	• gibanje • duševno zdravje	• razredniki (v smislu zbiranja prijav za pohod) • učitelji, ki želijo aktivno sodelovati	• Breda Markelj v sodelovanju z Nevo Pogačnik	• mesečno in preko celega šolskega leta

Zaporedna številka naloge	Načrtovane dejavnosti oz. ukrepi	Cilji	Ciljna skupina	Področje	Izvajalci oz. vključeni sodelavci	Odgovorna oseba	Časovni okvir
13.	**Zdravi možgani z Rubikovo kocko**	• ciljna skupina: cela šola • uriti možgane, prepoznavati vzorce, uporabljati naučene algoritme, se izpopolnjevati in družiti	• vabljeni so vsi zainteresirani učenci na šoli	• pomnjenje • sklepanje • povezovanje • koncentracija	• zunanja sodelavka	• Marko Popit	• preko celega šolskega leta, največ v mesecih od novembra do januarja
14.	**Petkova druženja**	• učenci prvih razredov	• oddelki prvih razredov	• odnosi, pridobivanje samozavesti, razvijanje komunikacije	• aktiv učiteljic prvih razredov	• Lucija Legat	• april, maj
15.	**Poštni nabiralnik prijaznih sporočil**	• učenci prvih razredov	• oddelki prvih razredov	• razvijanje boljše samopodobe • duševno zdravje	• aktiv učiteljic prvih razredov	• Ida Ažbe	• od aprila do junija
16.	**Čuječnost**	• zainteresirani učenci	• kdor želi	• duševno zdravje, skrb zase in za druge	• Polona Žagar	• Polona Žagar	• Preko celega šolskega leta
17.	**Lahkih nog naokrog**	• vzpodbujanje zdravega gibanja, druženja v naravi, hoja v planine	• zainteresirani učenci od vključno 3. do 9. razreda	• pohodništvo • gibanje	• sodelovanje s PDK in z učiteljico Matejo Smolej Maržić	• Maja Kejžar	• Preko celega šolskega leta na načrtovane sobote

Zaporedna številka naloge	Načrtovane dejavnosti oz. ukrepi	Cilji	Ciljna skupina	Področje	Izvajalci oz. vključeni sodelavci	Odgovorna oseba	Časovni okvir
18.	**Teden prijateljstva**	• učenci prvih razredov	• oddelki prvih razredov	• duševno zdravje, razvijanje ustvarjalnosti	• aktiv učiteljic prvih razredov	• Klavdija Debelak	• izbrani teden v letu (Načrtovano: od 10.5. do 16.5.)
19.	**Izdelava katapulta in streljanje z njim**	• ciljna skupina: cela šola • urjenje v ročnih spretnostih, spoznavanje novih fizikalnih zakonitosti, zabava, sprostitev	• vabljeni vsi zainteresirani učenci na šoli	• ročne spretnosti • spoznavanje naravnih zakonitosti	• zunanja sodelavka	• Marko Popit	• januar in februar, morda junija še ponovitev
20.	**Iz majhnega zraste veliko**	• učenci prvih razredov	• Oddelki prvih razredov	• skrb za rastline, • sejanje, sajenje rastlinic • opazovanje narave • pridobivanje novega znanja	• aktiv učiteljic prvih razredov	• Klavdija Debelak	• april
21.	**Fotografski natečaj »Lepote Slovenije«**	• ciljna skupina: cela šola • Več časa preživeti v naravi	• vabljeni vsi zainteresirani učenci na šoli	•	• gibanje	• Marko Popit	• april, maj

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.