

Tudi v šolskem letu 2018/2019 je naša šola priključena k Slovenski mreži zdravih šol. Rdeča nit v letošnjem letu je DUŠEVNO ZDRAVJE, znotraj katere bomo vključili teme gibanja in zdrave prehrane. Tako bomo pozornost posvečali sistematičnemu delovanju na področju telesnega, duševnega, socialnega in okoljskega zdravja.



Z vključitvijo v slovensko mrežo zdravih šol smo se zavezali, da bomo promovirali zdrav način življenja pri učencih, starših in zaposlenih, skušali doseči večjo ozaveščenost o pomenu zdravega življenjskega sloga (duševno zdravje, zdrava prehrana, šport, rekreacija ...) ter v načrtovane dejavnosti vključili čim večje število učencev, staršev in zaposlenih.

Obenem pa smo se zavezali naslednjim 12 ciljem Zdrave šole:

1. Aktivno bomo podpirali pozitivno samopodobo vseh učencev s tem, da bomo pokazali, da lahko prav vsak prispeva k življenju v šoli.
2. Skrbeli bomo za vsestranski razvoj dobrih medsebojnih odnosov med učitelji in učenci, učitelji med seboj ter med učenci.
3. Potrudili se bomo, da bodo socialni cilji šole postali jasni učiteljem, učencem in staršem.
4. Vse učence bomo spodbujali k različnim dejavnostim tako, da bomo oblikovali raznovrstne pobude.
5. Izkoristili bomo vsako možnost za izboljšanje šolskega okolja.
6. Skrbeli bomo za razvoj dobrih povezav med šolo, domom in skupnostjo.
7. Skrbeli bomo za razvoj povezav med osnovno in srednjo šolo zaradi priprave skladnega učnega načrta vzgoje za zdravje.
8. Aktivno bomo podprli zdravje in blaginjo svojih učiteljev in učencev.
9. Upoštevali bomo dejstvo, da so učitelji in šolsko osebje zgled za zdravo obnašanje.
10. Upoštevali bomo komplementarno vlogo, ki jo ima šolska prehrana pri učnem načrtu vzgoje za zdravje.
11. Sodelovali bomo s specializiranimi službami v skupnosti, ki nam lahko svetujejo in pomagajo pri vzgoji za zdravje in njeni promociji.
12. Vzpostavili bomo poglobljen odnos s šolsko zdravstveno in zobozdravstveno službo, da nas bo dejavno podprla pri učnem načrtu vzgoje za zdravje.

V tem šolskem letu že drugo leto uspešno sodelujemo tudi v FIT programu. V okviru programa bomo uvedli nekatere novosti in jih ustrezno spremljali in evalvirali.

Temelj Fit pedagogikeTM je razvijati in ustvarjati učenje skozi gibanje in gibanje skozi igro. Ko se otroci in mladostniki skozi igro učijo gibati, se hkrati skozi gibanje učijo. S tem rastejo v sposobnejše osebe, izzivajo svojo ustvarjalnost in se pri iskanju rešitev učijo razmišljati. V Fit programu ne učimo subjektov, temveč otroke in mladostnike, čigar dosežki se začno že s pripravljenostjo poizkusiti. Ne izpostavljamo neuspehov, temveč poudarjamo pomembnost majhnih uspehov. Otroci in mladostniki sami preizkušajo, se učijo na napakah, raziskujejo svoje lastne sposobnosti in omejitve, kar vse skupaj vodi k obvladovanju nalog. Fit učitelji so mentorji. Z otroki in mladostniki sodelujejo, jih učijo in ne urijo. Prav tako otroci in mladostniki aktivno sodelujejo z učitelji. Na tak način oboji pridobivajo in dozorevajo tekom procesa učenja. Vseskozi stremimo k večji strokovnosti, zavzetosti, odličnosti, otroke spodbujamo k napredku, a jih nikoli ne spodbujamo k

pretiravanju. Tako naši otroci, mladostniki in učitelji postajajo bolj izkušene, čustveno zrelejše, samozavestnejše, sposobnejše, vesele, zadovoljne, razigrane in posledično – ZDRAVE osebe! (Konda, B. Learning in motion, Učenje v gibanju, Aktivne igre za aktivne možgane, 5. del)

Dejavnosti ZDRAVE ŠOLE/FIT ŠOLE v šolskem letu 2018/2019

ZAP. ŠT. NALOGE	PROJEKTI, NALOGE, DEJAVNOSTI	ČAS IZVEDBE	CILJI	CILJNA SKUPINA
1.	DAN ZDRAVE ŠOLE RS: Gibalne aktivnosti na prostem, raznolikost prehranjevanja v vsakdanjem življenju PS: ogled filma Gajin svet, delavnice v sodelovanju z društvom Safe.si	27. 9. 2018	- Učenci RS se zavedajo pomena gibanja in zdrave prehrane za njihov zdrav razvoj. - Učenci PS se zavedajo nevarnosti zlorab na spletu.	- učenci RS in PS
2.	ZDRAVO ŽIVIM, DA STRES PREHITIM Različne delavnice, povezane z duševnim zdravjem in gibanjem.	20. 3. 2019	Preko različnih aktivnosti spodbujanje pozitivne samopodobe učencev ter učenje tehnik za premagovanje stresorjev.	- učenci RS in PS, učitelji, zunanji sodelavci
3.	TO SEM JAZ 10 korakov do boljše samopodobe	celo šolsko leto	Razvijanje pozitivne mladostnikove samopodobe in socialnih veščin	- učenci RS in PS, razredniki, svetovalna služba
4.	AKTIVNOSTI ZA ZDRAVJE IN SREČO Spoznavanje gibalnih metod FIT	6. 4. 2019	Preko različnih fit aktivnih metod, gibalnih vaj in športnih dejavnosti spodbujanje zdravega življenjskega sloga pri učencih, učiteljih in starših	- učenci, učitelji, straži, zunanji sodelavci

5.	VZGOJA ZA ZDRAVJE	po dogovoru z ZD	Krepitev duševnega in telesnega zdravja	- učenci RS in PS, zunanji sodelavci, svetovalna služba
6.	MASTERCHEF	celo šolsko leto	Učenci: -spoznajo nove načine priprave hrane, -se uri v pripravi, postrežbi in kulturnem uživanju hrane, - se zavedajo vpliva prehranskih navad in razvad na zdravje.	- učenci RS in PS
7.	FIT4KID SLOVENIJA: - Aktivni odmori - Fit aktivne metode med poukom - Fit didaktična gibalna igra	celo šolsko leto celo šolsko leto celo šolsko leto pri urah športa	Učencem omogočiti in jih , spodbujati h gibanju v 5-minutnih odmorih Učitelji pri pouku uporabljajo metode, ki spodbujajo učence k razmišljanju, povečujejo osredotočenost, hkrati se poveča razvoj funkcionalnega znanja. S pomočjo kompleksnih in problemsko zastavljenih gibalnih nalog omogočamo ustrezen psihosocialni razvoj otrok.	- učenci RS in PS - učenci RS in PS - učenci RS in PS

	- Hidracija	celo šolsko leto	Ozaveščamo učence o pomembnosti pitja vode med celotnim vzgojno-izobraževalnim procesom.	- učenci RS in PS
	- <i>Priporočilo o uporabi športnih copat pri urah športa</i>	celo šolsko leto	Ozaveščamo učence in starše o pomembnem dejavniku pri gibanju – uporabi športnih copat pri urah športa.	- učenci RS in PS

Koordinatorica: Simona Prša

Člani tima: Ana Balažic, Gabrijela Mastnak, Darja Žižek, Maja Novak Košar, Nataša Kutoš Sečko in Dominika Sraka