



OSNOVNA ŠOLA VELIKA DOLINA
Velika Dolina 30,
8261 Jesenice na Dolenjskem
☎ 07 49 57 112



Akcijski načrt za projekt

ZDRAVA ŠOLA

šolsko leto 2017/2018

1. Delovna skupina

Ime in priimek	E-mail
Mojca Bregar Goričar – predstavnica šole, vodja	mojca.bregar.goricar@gmail.com
Biserka Čančer – predstavnica šole	svetovalnasluzba@guest.arnes.si
Danijel Bukovinski – predstavnik šole	bukobukomeister@gmail.com
Nataša Iljaž – predstavnica vrtca	iljaznatasa@gmail.com
Aleksander Potokar – predstavnik učencev	alextomek418@gmail.com
Rajka Križanac – predstavnica lokalne skupnosti	ks.jesenice@siol.net
Mojca Potokar – predstavnica staršev	potokarm77@gmail.com
Ljudmila Kramar – predstavnica zdravstvene službe	ljudmila.kramar@zd-brezice.si

2. Termini srečanj

- 25. 10. 2017, ob 8.00 – prvo srečanje razširjenega tima
- konec januarja – srečanje šolskega tima, evalvacija
- maj 2017 – drugo srečanje razširjenega tima, evalvacija

3. Prednostne naloge naše šole, ki promovira zdravje (namen, cilji in kazalniki prednostnih nalog)

Prednostna naloga 1 Izvedba ankete med starši o pomenu zdravega življenjskega sloga (november 2017)
Namen prednostne naloge Organizacija aktivnosti/predavanj na temo zdravega življenja na podlagi analize ankete.
Cilji prednostne naloge: <ul style="list-style-type: none">• sestava in izvedba ankete med starši,• analiza ankete,• organizacija izbrane aktivnosti.
Kazalniki: <ul style="list-style-type: none">• izvedena anketa,

- rezultati ankete,
- organizacija izbrane dejavnosti,
- analiza udeležbe.

Prednostna naloga 2

Naravoslovni dan Zdrava šola

Namen prednostne naloge

Učenci poznajo pomen duševnega zdravja in gibanja, spoznajo se s tehnikami, ki imajo velik vpliv na zdravje.

Cilji prednostne naloge

- Učencem ponuditi zdrav slovenski zajtrk ter ob tem spregovoriti o pomenu lokalno pridelane hrane in pomembnosti zajtrka.
- Učencem prikazati sprostivne tehnike, ki lahko okrepijo duševno zdravje.
- Razvijati zdravo samopodobo in zdrav življenjski slog.
- Učenci sodelujejo v različnih delavnicah, primernih njihovi starosti

Kriteriji

- Izvedba dneva Zdrava šola po določenem razporedu (glej prilogo)
- Izvajanje brain gyma v nižjih razredih ter tehnik sproščanja v višjih razredih tudi po koncu naravoslovnega dne.

Prednostna naloga 3

Šolska torba

Namen prednostne naloge

Učenci vedo, da sta kvaliteta šolske torbe ter njena teža zelo pomembni.

Cilji prednostne naloge

- Vodja Zdrave šole pripravi predavanje za učence na temo ZDRAVA ŠOLSKA TORBA. Predavanja izvede v okviru razrednih ur.
- Učenci si torbo pripravijo en večer prej ter iz nje dajo vse, česar ne potrebujejo.
- Vodja Zdrave šole predstavi problematiko teže šolskih torb učiteljem na rednem sestanku ter ponudi rešitve, ki jih lahko uporabijo učitelji, da zmanjšajo težo torb naših učencev.
- Učitelji spremljajo težo šolskih torb skozi celotno leto, učence opozarjajo, da ne nosijo vsega s sabo. Učence tudi obvestijo, če česa pri naslednji uri ne potrebujejo.
- Hišnik in Aleksander stehtata torbe otrok, zapišeta težo, označita najlažjo in najtežjo torbo ter izračunata povprečje za vsak razred. Tehtanje opravita v mesecu novembru in juniju.

Kriteriji

- Učenci aktivno sodelujejo na predavanju o torbah.

- Ugotovimo stanje teže šolskih torb.
- Učenci izvedo, kakšna torba je dobra torba.
- Učitelji so seznanjeni z ukrepi, ki lahko otrokom pomagajo znižati težo torb.
- Hišnik in Aleksander izmerita težo torb 2x v letu.
- Teža torb se zniža za 5 %.

Prednostna naloga 4

Spanje, kdo bi tebe ljubil

Namen prednostne naloge

Učenci poznajo pomen spanja: je najboljšo zdravilo proti utrujenosti in debelosti, premalo spanja povzroča tudi sladkorno bolezen tipa 2 ter duševne težave.

Cilji prednostne naloge

- Pripraviti predavanje za učence (vodja zdrave šole), pri katerem učenci na razrednih urah aktivno sodelujejo in se ozaveščajo o pomenu spanja za svoje zdravje.

Kriteriji

- Učenci aktivno sodelujejo na predavanju o spanju.
- Po razredih zapišemo, koliko ur na noč učenci spijo.
- Ob koncu leta preverimo, če učenci spijo več kot pred predavanjem.

Prednostna naloga 5

Kinestetični razred

Namen prednostne naloge

Učencem, ki so nemirni ali pa samo potrebujejo gibanje, omogočiti gibanje med poukom.

Cilji prednostne naloge

- Učence spodbuditi h gibanju med poukom. Na voljo imajo kinestetične mize in stole.
- Poskrbeti, da gibanje nekaterih učencev ne moti vseh ostalih učencev.

Kriteriji

- Kupili bomo vsaj 3 kinestetične mize ter vsaj 6 kinestetičnih stolov, ki bodo učencem omogočali gibanje med urami, ob tem pa ne bodo motili pouka.
- Redna uporaba kinestetičnih miz in stolov, brain gym-a ter sprostilnih tehnik pri pouku.

4. Preprosta sporočila, ki promovirajo naše delo v okviru Zdrave šole

Naša šola je Zdrava šola. Radi se gibamo v naravi.

Zapis v nogi na vabilih staršem in okrožnicah za otroke ter dopisih.

Akcijski načrt je pripravil tim za Zdravo šolo.

November 2017

Ravnateljica:
Mojca Bregar Goričar