

Naša šola je tudi v šolskem letu 2020/21 uspešno priključena k Slovenski mreži zdravih šol. S vključitvijo v slovensko mrežo zdravih šol smo se zavezali, da bomo promovirali zdrav način življenja pri učencih, starših in zaposlenih, ob enem 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 promociji zdravja.
12. Vzpostavili bomo poglobljen odnos s šolsko zdravstveno in zobozdravstveno službo, da nas bo dejavno podprla pri učnem načrtu vzgoje za zdravje.

Rdeča nit letošnjega šolskega leta je ČAS ZA ZDRAVJE, JE ČAS ZA NAS. Na šoli smo se odločili, da bomo letošnjo rdečo nit vpletli v naš projektni teden – dneve dejavnosti, ki ga bomo izvedli v mesecu februarju. Tako bomo v projektni teden vključili različne teme zdravega življenjskega sloga: duševno zdravje – obvladovanje stresa, izboljšanje komunikacije, čuječnost, mediacija, programi Izboljševanje duševnega zdravja, To sem jaz!, higienska priporočila glede COVID-19 situacije, zdrava prehrana, več gibanja med poukom in doma, prosti čas, varnost itd. Prav tako bomo še naprej peljali naše uspešne programe iz prejšnjih let npr. naravoslovni dan na temo Zdravo živim, da stres prehitim. Skozi celo šolsko leto pa bomo spremljali še vsa dodatna aktualna vsebinska področja, ki jih bomo dobili s strani NIJZ in jih še dodatno vključevali v program Zdrave šole.

V tem šolskem letu že tretje 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-u 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 2020/2021

ZAP. ŠT. NALOGE	PROJEKTI, NALOGE, DEJAVNOSTI	ČAS IZVEDBE	CILJI	CILJNA SKUPINA
1.	IZOBRAŽEVANJE V PROGRAMU ZA DUŠEVNO ZDRAVJE TO SEM JAZ	20. 10. 2020	- učitelji bodo spoznali pristop za preventivno delo z razredom po celostno zasnovanem modelu 10 delavnic, ki strokovno utemeljeno naslavljajo razvijanje socialnih in čustvenih kompetenc ter krepitev psihične odpornosti otrok in mladostnikov.	- učitelji RS in PS
2.	CELOSTNI MODEL 10 PREVENTIVNIH DELAVNIC: RAZVIJANJE SOCIALNIH IN ČUSTVENIH VEŠČIN TER ZDRAVE SAMOPODOBE PO RAZŠIRJENEM PRIROČNIKU ZORENJE SKOZI TO SEM JAZ	celo šolsko leto, tudi v sklopu projektnega tedna		- učenci RS in PS
3.	<u>Delavnice:</u> UPORABA ELEKTRONSKIH NAPRAV IN VARNA RABA INTERNETA	celo šolsko leto	- ozavšečnaje učencev o uporabi elektronskih naprav ter pravilni in varni uporabi interneta	- učenci PS
4.	<u>Projektni teden:</u> ČAS ZA ZDRAVJE, JE ČAS ZA NAS	9. 2. – 12. 2. 2021	- uresničevanje ciljev Zdrave šole skozi dneve dejavnosti	- učenci RS in PS, učitelji, zunanji sodelavci

5.	<u>Naravoslovni dan:</u> ZDRAVO ŽIVIM, DA STRES PREHITIM (delavnice na temo duševnega zdravja, zdrave spolnosti in gibanja)	marec 2021	- preko različnih aktivnosti spodbujanje zdrave spolnosti, pozitivne samopodobe učencev ter učenje tehnik za premagovanje stresorjev	- učenci 5. in 9. razredov, učitelji, zunanji sodelavci
6.	FIT4KID SLOVENIJA: - Aktivni odmori	celo šolsko leto	- omogočiti, spodbujati učence h gibanju v 5 minutnih odmorih	- učenci RS in PS
7.	- Fit aktivne metode med poukom	celo šolsko leto	- učitelji pri pouku uporabljajo metode, ki spodbujajo učence k razmišljanju, povečujejo osredotočenost, poveča se razvoj funkcionalnega znanja	- učenci RS in PS
8.	- Fit didaktična gibalna igra	celo šolsko leto pri urah športa	- s pomočjo kompleksnih in problemsko zastavljenih gibalnih nalog omogočamo ustrezen psihosocialni razvoj otrok	- učenci RS in PS
9.	- Hidracija	celo šolsko leto	- ozaveščamo učence o pomembnosti pitja vode med celotnim vzgojno-izobraževalnim procesom	- učenci RS in PS

10.	- Priporočilo o uporabi športnih copat pri urah športa	celo šolsko leto	- ozaveščamo učence in starše o pomembnem dejavniku pri gibanju – uporabi športnih copat pri urah športa	- učenci RS in PS
12.	- FIT dan	22. 10. 2020		- učenci RS in PS

Koordinatorica zdrave šole: Simona Prša

Člani tima: Gabrijela Mastnak, Darja Žižek, Ana Balažic, Maja Novak Košar, Nataša Kutoš Sečko, Tjaša Šimonka Kavaš in ravnateljica Sonja Čerpnjak.

Koordinatorica fit šole: Mojca Zauneker

Člani tima: Ana Balažic, Mira Pojbič Vöröš, Aleksandra Grah