



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

Program Zdrave šole

Šolsko leto 2016-2017



Rdeča nit v šolskem letu 2016/2017 je: »Duševno zdravje, prehrana in gibanje«

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 Ivačić
- predstavnica zdravstvene službe: Urška Hafnar
- predstavniki učencev

Zaporedna številka naloge	Načrtovane dejavnosti oz. ukrepi	Cilji	Ciljna skupina	Področje	Izvajalci oz. vključeni sodelavci	Odgovorna oseba	Časovni okvir
1.	Bonton pri jedi	<ul style="list-style-type: none"> • oblikovanje skupnih, enotnih pravil lepega vedenja pri jedi • objava na spletni strani in šolskem panoju za Zdravo šolo • upoštevanje pravil lepega vedenja • skupaj z učitelji ustvariti prijetno vzdušje v jedilnici in učilnicah v času malice in kosila 	<ul style="list-style-type: none"> • vsi učenci od 1. do 9. razreda • šolska skupnost 	prehrana	<ul style="list-style-type: none"> • razredniki vseh oddelkov • učitelji • učitelji v OPB 	• Polona Kavčič	• preko celega šolskega leta (in naprej)
2.	EFT delavnice <i>(Tapkanje na stres, šolsko delo, obveznosti, strah, osamljenost... Odvisno od potreb in želja učencev oz. udeležencev v delavnici.)</i>	<ul style="list-style-type: none"> • uspešno spoprijemanje s stresom • krepitev pozitivne samopodobe • krepitev dober odnos do sebe in drugih • prisluhniti sebi in svojemu telesu, občutenju • približati eno od tehnik sproščanja 	<ul style="list-style-type: none"> • učenci predmetne stopnje • učenci razredne stopnje • učitelji 	• duševno zdravje	<ul style="list-style-type: none"> • razredniki vseh oddelkov • učitelji • učitelji v OPB 	• Lejla Sirk	<ul style="list-style-type: none"> • glede na predhodni dogovor z razrednikom • lahko preko celega leta

Zaporedna številka naloge	Načrtovane dejavnosti oz. ukrepi	Cilji	Ciljna skupina	Področje	Izvajalci oz. vključeni sodelavci	Odgovorna oseba	Časovni okvir
3	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 sprostitev 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"> • Rebeka Zupanec 	<ul style="list-style-type: none"> • preko celega leta • predmetna stopnja: 2-krat tedensko • razredna stopnja: najmanj 1-krat tedensko
4	Gibanje generacij	<ul style="list-style-type: none"> • medgeneracijsko sodelovanje • skrb za zdravje naših dedkov in babic 	<ul style="list-style-type: none"> • učenci od 1. do vključno 4. razreda • dedki in babice učencev 	<ul style="list-style-type: none"> • gibanje • duševno zdravje 	<ul style="list-style-type: none"> • razredniki 	<ul style="list-style-type: none"> • Slađana Ristić 	<ul style="list-style-type: none"> • izvedba vsaj ene ure športa tekom šolskega leta
5	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"> • razredniki vseh oddelkov 	<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
6	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 razredniki 	<ul style="list-style-type: none"> • mesečno in preko celega šolskega leta

V šolskem letu 2016/2017 bomo še naprej izvajali mnoge druge dejavnosti, ki smo jih do sedaj že izvajali in niso neposredno vezane na rdečo nit. Prav tako bomo izvajali tudi druge dejavnosti, ki so tako ali drugače povezane s posameznimi temami letošnje rdeče niti, pa v načrtu niso zapisane: obeleževanje dni pomembnih za zdravje, izvedba različnih delavnic, tekmovanj... Idej je veliko.

Zapisa vodja Zdrave šole: Rebeka Zupanec, prof.