



AKTIVNOSTI V PROJEKTU ZDRAVA ŠOLA

Osnovna šola Zbora odposilancev je članica slovenske mreže zdravih šol, ki se odziva na probleme v zvezi z zdravjem otrok in mladostnikov ter se usmerja k razvojnim programom za promocijo zdravja na telesnem, duševnem, socialnem in okoljskem področju za učence, učitelje in starše.

Usmerjena je k razvojnim programom za promocijo zdravja, predvsem na področje zdrave prehrane in gibanja, duševnega zdravja, dejavnega vključevanja učencev, lokalnega in regionalnega sodelovanja, izobraževanja učiteljev.

Vsako šolsko leto bomo izvajali dejavnosti v sklopu rdeče niti, ki jo bo določil NIJZ (npr. gibanje in zdravje, zdrava prehrana, psihična preobremenjenost, vzgoja in izobraževanje v realnem in digitalnem svetu...).

Na šoli je oblikovan tim Zdrave šole. Člani tima so Peter Pirc, Katja Gole Pucelj, Staša Kobler, Renata Miketič, Aleksandra Stijepić, Mirjam Kosten, Andrejka Topić, Aljoša Adamič in Mateja Junc.

Izhodišča:

Namen Zdrave šole je v prvi vrsti vplivati na zdrav način življenja vseh, ki hodijo v šolo. Pomembno je ne le telesno, ampak tudi duševno, socialno in okoljsko zdravje.

Sodelovalni in akcijsko usmerjeni pristop k zdravju se zagotavlja:

- ✓ z obveznim učnim načrtom: vsebine zdravja v učnem načrtu;
- ✓ s skritim učnim načrtom: pomembni so organizacija, ustrezna pravila, medsebojni odnosi, interesne dejavnosti, preventivni in promocijski projekti s področja krepitve zdravja;
- ✓ z dobrimi povezavami z domom in skupnostjo: poglobljeno sodelovanje med šolo, družino in skupinami, organizacijami in posamezniki v lokalni skupnosti, ki lahko podprejo dejavnosti za zdrav življenjski slog na šoli.

Na šoli izvajamo različne dejavnosti, s katerimi si prizadevamo uresničevati **12 ciljev evropske**

mreže Zdravih šol:

- Aktivno bomo podpirali pozitivno samopodobo vseh učencev s tem, da bomo pokazali, da lahko prav vsak prispeva k zdravemu življenju v šoli.
- Skrbeli bomo za vsestranski razvoj dobrih medsebojnih odnosov med učitelji in učenci, učitelji med seboj ter med učenci.
- Potrudili se bomo, da bodo socialni cilji šole postali jasni učiteljem, učencem in staršem.
- Vse učence bomo spodbujali k različnim dejavnostim tako, da bomo oblikovali raznovrstne pobude.
- Izkoristili bomo vsako možnost za izboljšanje šolskega okolja.
- Skrbeli bomo za razvoj dobrih povezav med šolo, domom in skupnostjo.
- Skrbeli bomo za razvoj povezav med osnovno in srednjo šolo.
- Aktivno bomo podprli zdravje in blaginjo svojih učiteljev.
- Upoštevali bomo dejstvo, da so učitelji in šolsko osebje zgled za zdravo obnašanje.
- Upoštevali bomo komplementarno vlogo, ki jo ima šolska prehrana pri učnem načrtu.
- Sodelovali bomo s specializiranimi službami v skupnosti, ki nam lahko svetujejo in pomagajo na področju zdravja otrok in mladostnikov.
- Vzpostavili bomo poglobljen odnos s šolsko zdravstveno in zobozdravstveno službo.

V okviru projekta Zdrava šola smo si zastavili naslednje vsebinske vidike:

ZDRAVA PREHRANA

- Šola je vključena v projekt Shema šolskega sadja, s katerim želimo povečati uživanje sadja pri otrocih.

- Izvedli bomo tradicionalni slovenski zajtrk. Sestavine za zajtrk bomo pridobili iz lokalne skupnosti.
- Učence bomo spodbujali k zdravemu načinu prehranjevanja.
- Urejali bomo pridelke visokih gredi in uživali njihove sadove.
V okviru različnih projektov in dejavnosti, ki so zapisani v letnem delovnem načrtu šole, bomo tekom celega šolskega leta spodbujali uživanje zdrave prehrane.

ZDRAVJE

- Izvajali bomo minuto za zdravje, v tem času si bodo učenci z gibalnimi vajami sprostiti telo in duha.
- Učenci imajo rekreativne odmore.
- Učence bomo usmerjali v telesno aktivnost in jim dajali zgled zdravega načina življenja.
- Spodbujali bomo ustrezen odnos do narave in živih organizmov, ki v njej prebivajo.
- Na šoli bomo obeležili svetovni dan AIDS-a. Učence bomo ozaveščali o problematiki AIDS-a in preprečevanju širjenja bolezni.
- Razvijali bomo dobre medosebne odnose. Učence bomo navajali in učili varne rabe interneta.
- Šola bo delovala preventivno na področju zasvojenosti z drogami.
- Učence bomo seznanjali z negativnimi posledicami kajenja na človeško telo.
- Spodbujali bomo udeležbo v programu Zdrav življenjski slog.
- Pripravili in izvedli bomo različne športne dejavnosti, kjer se bodo učenci preizkusili in družili v različnih športih, pri pohodih, igrah na snegu idr.
- Učenci bodo deležni preventivnega pregleda zob v šolski zobozdravstveni ambulanti.
- Učenci so vključeni v projekt Zdravi zobki. Namen projekta je spodbujati učence k rednemu in pravilnemu čiščenju zob. Zobe bo pregledovala strokovna delavka iz Zdravstvenega doma.
- Učenci bodo tekmovali v znanju o sladkorni bolezni.
- Z delavnico temeljnih postopkov oživljanja bomo obeležili svetovni dan oživljanja (16.10.).

MEDOSEBNI ODNOSI IN MEDGENERACIJSKO SODELOVANJE

- Izvedli bomo dan druženja vseh generacij, na katerem se bodo učenci in njihove družine rekreativno družili.
- Učenci, učitelji in starši se bodo preko različnih delavnic družili, aktivno izvajali naloge.
- Učenci bodo spremljali in evalvirali pravila šolskega reda in vzgojnega načrta. Pomagali bodo načrtovati in oblikovati pravila za dobro in uspešno sobivanje v šoli.
- Učence bomo spodbujali k dobrodelnosti in prostovoljnemu delu. Organizirali bomo različne dobrodelne akcije (Novoletni bazar, Daj naprej, Drobtinica idr.).
- Povezali se bomo z učenci OŠPP, z njimi izvedli delavnice, različne aktivnosti in pri tem navajali učence k strpnosti, solidarnosti, sprejemanju drugačnosti.

ZBIRALNE AKCIJE

Spodbujali bomo zbiranje različnih odpadnih materialov. S tem se bodo učenci naučili skrbeti in varovati okolje. Zbirali bomo papir, odpadne telefone, baterije, zamaške.

VARNOST IN PREPREČEVANJE POŠKODB IN PRVA POMOČ

- Izvedli bomo evakuacijo na obeh stavbah.
- Z izvedbo različnih dejavnosti bodo učenci pridobili znanje in spretnosti za varno vključevanje v promet.
- V sodelovanju s policisti bodo izvedeni poučni sprehodi po mestu, med katerimi jih bomo opozarjali na nevarne točke v prometu, seznanili s prometnimi oznakami za pešce, s pravili primerne ravnanja v prometu.
- Učitelji bolničarji se bomo udeležili regijskega tekmovanja ekip bolničarjev.
- V sodelovanju z ZD Kočevje oz. bolničarji naše šole bo učencem in učiteljem nudeno znanje iz prve pomoči in temeljnih postopkov oživljanja.

IZOBRAŽEVANJE UČITELJEV, STARŠEV, UČENCEV

Med šolskim letom bodo za učitelje, starše in učence organizirana različna predavanja na temo zdravja (spolna vzgoja, zdravi zobje, temeljni postopki oživljanja, neodvisen.si idr.).

Podrobnejše vsebine, dejavnosti, projekti, ki se izvajajo v sklopu Zdrave šole, so predstavljeni v letnem delovnem načrtu šole.

Izobraževanje in zdravje imata skupne interese. Združevanje teh interesov šolam omogoča, da postanejo boljša okolja za uživanje v učenju, poučevanju in delu.

Šole, ki promovirajo zdravje, dokazano izboljšujejo zdravje in blagostanje vse šolske skupnosti.

Vodja tima Zdrava šola
Katja Gole Pucelj