

ZDRAVA ŠOLA

POROČILO ZA ŠOL. LETO 2017/18



Vodja Zdrave šole (v nadaljevanju ZŠ): Senja Rojc Križman

Šolski projektni tim ZŠ:

- Zlata Milič (ravnateljica),
- Senja Rojc Križman (vodja ZŠ),
- Tatjana Uršič, Irena Žerjal, Barbara Mrovlje Sotošek, Karmen Munda, Bojana Morato, Svetlana Bogatinov (učiteljice),
- Vesna Prunk (ŠSS), dr. dent. med. Vesna Dobravc (predstavnica staršev in šolska zobozdravnica),
- Sandra Loboda (predstavnica Okolja Piran),
- Tadeja Bizjak in Žanet Verč (šolski zdravstveni tim),
- Alen Frank (šolski kuhar),
- učenke Luna Dea Dobravc, Lana Levačič, Maša Ahlin.

Naša ZŠ se kot članica Evropske mreže zdravih šol (SHE mreže) 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 zdravja za učence, učitelje in starše.

1. Cilji ZŠ:

- Aktivno podpiranje pozitivne samopodobe vseh učencev s ciljem, da prav vsak posameznik prispeva na tem področju.
- Skrb za vsestranski razvoj dobrih medsebojnih odnosov med učitelji in učenci, med učitelji ter med učenci.
- Izkoristiti vsako možnost za izboljšanje šolskega okolja.
- Aktivno podpiranje zdravja in blaginje učiteljev in upoštevanje dejstva, da so učitelji in šolsko osebje zgled za zdravo obnašanje.
- Skrb za razvoj dobrih povezav med šolo, domom in skupnostjo.
- Upoštevanje komplementarne vloge, ki jo ima šolska prehrana pri učnem načrtu.
- Sodelovanje s specializiranimi službami v skupnosti, ki nam lahko svetujejo in pomagajo na področju zdravja otrok in mladostnikov.
- Vzpostavitev poglobljenega odnosa s šolsko zdravstveno in zobozdravstveno službo.
- Bistveno je, da šola vključi promocijo zdravja v vse vidike vsakdanjega življenja, tako v učni načrt kot skriti učni načrt.

2. Projekti in naloge, ki smo jih v okviru ZŠ izvajali v šolskem letu 2017/18:

Rdeča nit ZŠ v šolskem letu 2017/18 je bila **prehrana, gibanje ter izboljšanje duševnega zdravja**.

Učitelji smo se v lanskem šol. letu udeležili seminarja Janija Prgiča »**Osem krogov odličnosti**«, kjer smo pridobili veščine za letošnjo izpeljavo dneva dejavnosti na to temo za učence. V vseh razredih smo obravnavali teme, s katerimi vplivamo na izboljšanje medčloveških odnosov, na zmanjšanje nestrpnosti in medsebojnih nesoglasij ter konfliktov. Pri učencih razvijamo sočutje, empatijo in zmožnost sprejemanja drugačnosti. Vsebine smo poglobljali še celo leto na razrednih urah in jih vpletali v pouk.



V sodelovanju z Epicentrom Piran smo izpeljali različne delavnice na temo medvrstniškega nasilja in dvig samopodobe učencev.



Pri vključevanju vsebin zdravja v šolo so učitelji sledili modelnim uram, predstavljenim na naslovih: www.nijz.si, www.zdravevsoli.si, www.tosemjaz.net.

Meseca septembra smo izpeljali **Evropski teden športa**. Na šoli smo izpeljali **5-minutni aktivni odmor za gibanje** in se s tem pridružili vseslovenski akciji **Slovenija, razgibaj se**.

Na podružnici so se učenci ob ljudskih plesnih in gibalnih igrah gibali na šolskem igrišču. V telovadnici so sestavili gibalni poligon, na katerem so urili ravnotežje in koordinacijo.



Izvedli smo različne športne dneve: orientacijski pohod v Strunjanske soline, orientacijski pohod po Piranu in veslanje v Sečoveljskih solinah. Tretješolci so opravili plavalni tečaj.

Ker je gibanje pomemben del našega vsakdana, smo ga vpletali v čas pouka kot **5-minutne aktivne odmore**, različno v vseh oddelkih. Na razredni stopnji, kjer v pouk vnašamo različne gibalne igre, banse in ples, je bilo gibanja veliko. Nekateri so svoje aktivne odmore tudi posneli in jih objavili na šolski spletni strani. Na predmetni stopnji smo pri urah SLJ utrjevali literarnovedne pojme prek gibanja: igrali smo se z besednimi kepami, z gibanjem sporočali, za katere besedne vrste gre, ipd.



V okviru **teka podnebne solidarnosti** so učenci tekli v znak solidarnosti do ljudi iz revnejših držav, predvsem afriških, kjer so bile posledice podnebnih sprememb najbolj občutene. S pretečenimi kilometri smo gradili kroge solidarnosti okrog planeta Zemlja. Skupaj nam je uspelo preteči že več kot 7 krogov. Letos smo z našimi učenci prispevali **222 pretečenih kilometrov**.

V sodelovanju z **Zdravstvenim domom Piran** smo s strokovnima sodelavkama **Tadejo Bizjak** in **Katjo Štajner** izpeljali naslednje vsebine:



- V prvem razredu so se navajali na zdravo in kulturno uživanje hrane, primerno oblačenje, pravilno sedenje in higieno. Posebno pozornost smo posvetili zdravemu zajtrku z delavnico, ki je bila izpeljana skupaj s starši, na temo **Zdrav zajtrk**.
- Drugošolci so s kineziologinjo izvajali vaje za zdravo držo in spoznavali pomen osebne higiene.
- Četrtošolci so izvedli 3 delavnice, in sicer: Usta - začetek prebavne poti, Preprečevanje poškodb in Prva pomoč pri poškodbah
- **Izpeljali smo Tradicionalni slovenski zajtrk in naravoslovni dan Kultura prehranjevanja izpeljan v sodelovanju s srednjo šolo Izola (Gastronomija).**

Celotna razredna stopnja je sodelovala v nacionalnem projektu »Živim zdravo« Šola Sobivanja, Društva za trajnostni razvoj.



Pri pouku so obravnavali različne teme, povezane z zdravjem:

- Spoznavali smo človeško telo ter naloge njegovih posameznih delov oz. organov.
- Skrb za zdravje kosti, kože, mišic, živčevja in za zdravje dihal. Pomen in naloge čutil.
- Učili smo se o zdravem načinu prehranjevanja, kako sestaviti zdrav obrok in kaj je uravnotežena prehrana.
- Pogovarjali smo se o pomenu osebne higiene in posebej o higieni zob in ustne votline.
- Učili smo se o pomenu gibanja in izvajali jutranje razgibavanje ob glasbi.
- Izdelali smo letake na temo ozaveščanja pomena skrbi za čisto in zdravo okolje.
- Obravnavali smo ekološke vsebine in veliko poudarka namenili vodi, ki je nujno potrebna za življenje.
- Obeležili smo svetovni dan zdravja in druge pomembne dneve povezane z zdravjem.
- V sklopu interesne dejavnosti Prva pomoč so učenci mlajšim učencem predstavili temeljne postopke oživljanja.



3. Vodilne aktivnosti ZŠ

- Ločeno zbiranje odpadkov, plastičnih zamaškov in praznih kartuš:

V sodelovanju z Okoljem Piran smo vztrajali pri ločevanju odpadkov ter skrbi za čisto in zdravo okolje. V letošnji akciji zbiranja plastičnih zamaškov, ki je potekala celotno šolsko leto, smo zbrali 8 velikih vreč zamaškov za **Nika Špoljar Dežjota, ki je tetraplegik**.

- V sodelovanju z Javnim podjetjem OKOLJE Piran smo vztrajali pri ločevanju odpadkov v učilnicah ter skrbi za čisto in zdravo okolje.



Skupaj smo obeležili svetovni dan vode. Letošnja tema je usmerjena k iskanju naravnih načinov za reševanje izzivov oskrbe z vodo. Zavedati se moramo, da onesnaževanje okolja, in s tem tudi voda, dejansko ogroža človekov obstoj, saj življenja brez vode enostavno ni. Na šolo smo povabili go. **Sandro Loboda iz Javnega podjetja Okolje Piran** in go. **Danielo Paliago Janković**, ki je predstavila bogato dediščino vodnjakov in pitnikov v Piranu.

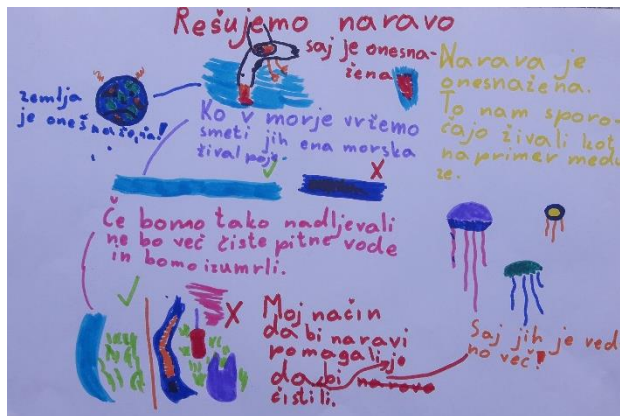
Učenci od prvega do četrtega razreda so izpeljali dan dejavnosti in si v okolici šole ogledali vodne vire in vodni zbiralnik na Belem križu.



Petošolci so podrobneje spoznali delovanje **Centralne čistilne naprave Piran** in ugotavljali, katera napačna ravnanja slabšajo učinek delovanja čistilne naprave.

V sodelovanju z italijansko šolo, SE Vincenzo e Diego De Castro, smo sodelovali v Unesco projektu »Kaj skriva naša voda?«.

Na Zeleni dan ob svetovnem dnevu Zemlje, smo na šoli izpeljali različne delavnice. Pomagali smo **društvu Anbot** pri izdelavi girland. S pomočjo staršev smo urejali šolska korita. Sadili smo različne sadike zelišč, jagod in okrasnega cvetja. V velike plastenke smo izrezali odprtine in jih napolnili z zemljo ter vanje posadili mlade rastline. Obesili smo jih na višino, v senco drevesnih krošenj in tako oblikovali vertikalne vrtove. Izdelali smo plakate na temo, kako skrbimo za okolje, nevarnosti onesnaževanja okolja in druge likovne izdelke, s katerimi smo ozaveščali sebe in druge, da je potrebno ohranjati naravo čisto. Učenci na podružnici so uredili zeliščno gredico, poslikali bombažne vrečke in izdelali obeske iz filca.



Na predmetni stopnji so se posvetili spoznavanju različnih svetovnih dni. Poučili so se o naslednjih svetovnih dnevih: Zemlje, čebel, biotske pestrosti, Sonca, oceanov. Ogledali so si čistilno napravo in posadili zelišča in zelenjavo v šolski ekovrt.

V okviru svetovnega dne varstva okolja smo se najmlajši učenci odpravili v Epicenter, kjer smo govorili o pomenu pitne vode.

Na podružnici je gospa Sandra Loboda iz Javnega podjetja Okolje Piran spregovorila o tem, kako pomembno vlogo za varstvo okolja ima prav vsak izmed nas in na kakšen način lahko zmanjšamo uporabo plastike v vsakodnevem življenju. Ogledali so si fotografije ogroženih živali in razstavo,

ki so jo za ta dan pripravili na podružnični šoli. Dejavnosti so popestrili s pisanjem razglednic s sporočilom, da bi ostala naša Zemlja lepa in čista.



Ob svetovnem dnevu oceanov smo z učenci 7. razreda na Morski biološki postaji Piran izvajali razne delavnice na temo »Ohranimo oceane modre – morje brez plastike«. Petošolci so z veseljem poslušali uvodno predavanje in predstavitev delovanja Morske biološke postaje. Sledilo je delo po skupinah, kjer smo se v različnih delavnicah ozaveščali o mikroplastiki, ki se nahaja v kozmetičnih izdelkih, ki jih uporabljamo vsakodnevno, a je velikokrat ne vidimo.



- Solidarnostne akcije:



V sodelovanju s Karitas smo izpeljali akcijo **Pokloni zvezek**. Zbirali smo zvezke za socialno ogrožene šolarje in učence spodbujali k solidarnosti do sovrstnikov. Zbrali smo kar 95 zvezkov za socialno ogrožene otroke.

V okviru interesne dejavnosti Rdečega križa, skupnosti učencev šole in v sodelovanju z območnim združenjem RK v Piranu smo se priključili **humanitarni akciji** zbiranja denarnih sredstev za petletno deklico Anjo iz Lucije, ki je zbolela za levkemijo.

Kristina Boškovič in Natalija Fuks sta nagrajenki natečaja Pedagoška akcija za leto 2017 Zveze delovnih invalidov Slovenije, s katero ozaveščamo mlade o položaju invalidov v slovenski družbi.

4. Celoletne dejavnosti ZŠ:

V sklopu **interesne dejavnosti Rdeči križ** so učenci izvajali naslednje dejavnosti:

- Spoznali so dejstva o nastanku in pomenu mednarodne organizacije Rdeči križ.
- Izvajali so medsebojno učno pomoč.
- Poučili so se o pomenu krvodajalstva, prostovoljstva in solidarnosti.
- Po predlogi pravljice Križem kapica smo pripravili poučno igrico za mlajše otoke.
- Pripravili so plakate na temo solidarnosti in prostovoljstva.

V sklopu **interesne dejavnosti Prva pomoč** so učenci izvajali naslednje dejavnosti:

- Učenci so pridobivali teoretično in praktično znanje prve pomoči in se učili, kako lahko pomagajo sebi in drugim ob nesrečah, nezgodah in nenadnih obolenjih.
- Spoznavali so različne nezgodne situacije, v katerih je življenje zaradi poškodb ogroženo neposredno, in se učili pravilnega ukrepanja.
- Izoblikovali so si preventivno miselnost ter se naučili ukrepov za preprečevanje nezgod.
- Seznanili so se z različnimi oblikami zasvojenosti, njihovih posledicah ter o načinih preprečevanja kot tudi s pravili varnega in pravilnega ravnanja v prometu.
- Krepili so si samozavest, samopodobo, solidarnost, humanost in se učili odgovornega ravnanja v družbi.
- Učili so se temeljnih postopkov oživljanja ter uporabo AED-ja.
- Nekaj učenk, ki so obiskovale interesno dejavnost Prva pomoč, so preko razlage, demonstracije in praktičnega dela ostalim učencem v sklopu pouka naravoslovja in biologije predstavile temeljne postopke oživljanja.

5. Na šoli so se odvijale še druge dejavnosti vezane na vsebine ZŠ:

• **PREDAVANJA IN DELAVNICE ZA UČENCE**

- Programirana zdravstvena vzgoja
- Vzgoja za zdravje
- Moja uporaba interneta
- Varnost na spletu
- Labirint nasilja
- Nenasilje
- Učiteljica, kaj je to trgovina z ljudmi?
- Vrstniška borza znanja
- Mediacija

• **PREDAVANJA ZA STARŠE**

- Komunikacija, ki je otrokom v pomoč
- Varni na internetu

- Prvi razredi smo sodelovali v nacionalnem projektu »**Varno v vrtec in šolo**« Šola Sobivanja, Društva za trajnostni razvoj.



- Prvi in drugi razredi smo se priključili zaključni prireditvi **Pasavček**, tj. program, ki temelji na pozitivni spodbudi za uporabo otroških sedežev ter varnostnih pasov med vožnjo v avtomobilu.
- Četrtošolci in petošolci smo spoznavali cestno prometna pravila kot vozniki s programom **Jumicar**.
- Učenci prvih in četrth razredov smo se pogovarjali o poštemem športu preko programa **SLOADO** in se seznanili z **vsebinami preventivnega protidopinškega programa**.
- Učenci od drugega do petega razreda smo sodelovali na »**Tekmovanju za zdrave in čiste zobe**«. Letošnji zmagovalec tekmovanja na naši šoli je 4. b razred. Učenci prvih razredov smo se učili pravilnega ščetkanja in poslušali pravljične urice s poučno vsebino "Za zdrave in čiste zobe" z v. med. sestro Žanet Verč.
- Medgeneracijsko smo sodelovali s centrom za starejše občane Školjka Piran in z Združenjem borcev za vrednote NOB občine Piran.
- V sodelovanju z organizacijo SUŠ smo medgeneracijsko izvajali proslave ob državnih praznikih.
- V podaljšanem bivanju so učenci sodelovali v nagradnem natečaju **SAFE.SI** v treh kategorijah:
 - Za 1. triado: SEJFKO LIKOVNI NATEČAJ »Sejfko mi pomaga varno uporabljati internet in mobilni telefon«
 - Za 2. triado: SAFE.SI STRIP NATEČAJ »Obnašanje in komuniciranje na spletu – lepo je, če si na spletu prijazen!«
 - Za 3. triado: SAFE.SI VIDEO NATEČAJ »Obnašanje in komuniciranje na spletu – lepo je, če si na spletu prijazen!«



Vodja tima za Zdravo šolo
Senja Rojc Križman