



Cesta na Fužine 1
8233 Mirna



V ZAVODU OŠ MIRNA
v šolskem letu 2021-2022

Koordinatorica Zdrave šole:

Nataša Vtič

1. URESNIČEVANJE TEMELJNIH CILJEV PROJEKTA ZDRAVA ŠOLA:

- Aktivno podpiramo pozitivno samopodobo v vseh učencev, s tem da lahko vsak prispeva k življenju v šoli.
- Skrbimo 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 spodbujamo k različnim dejavnostim z raznovrstnimi pobudami.
- Izkoriščamo vsako možnost izboljšanja šolskega okolja.
- Skrbimo za razvoj dobrih povezav med šolo, domom in skupnostjo.
- Skrbimo za razvoj dobrih povezav med osnovno in srednjo šolo.
- Aktivno podpiramo zdravje in blaginjo svojih učiteljev.
- Upoštevammo dejstvo, da so učitelji in šolsko osebje zgled za zdravo obnašanje.
- Upoštevammo komplementarno vlogo, ki jo ima šolska prehrana v učnem načrtu zdrave prehrane.
- Sodelujemo s specializiranimi službami skupnosti, ki nam svetujejo in pomagajo pri učnem načrtu zdravstvene vzgoje.
- Vzpostavili smo poglobljen odnos s šolsko zdravstveno službo.

V šolskem letu 2021/22 je rdeča nit projekta **Mi vsi za lepši (boljši) jutri**.

2. DELOVNA SKUPINA ZDRAVE ŠOLE V ZAVODU OŠ MIRNA V ŠOLSLEM LETU 2021/2022

ČLANI TIMA	PODROČJA DELA	NALOGE
NATAŠA VTIČ	<ul style="list-style-type: none"> • koordinatorka • realizacija programa 	<ul style="list-style-type: none"> • koordinira delo tima Zdrave šole, se povezuje z vodstvom šole, usmerja dejavnosti promocije Zdrave šole (v nadaljevanju ZŠ) in skrbi za dokumentacijo, • se udeležuje regijskih srečanj ZŠ, ki jih organizira NIJZ RS v Novem mestu, • usmerja dejavnosti promoviranja zdravja v oddelkih OŠPP, • se povezuje z lokalno skupnostjo, • ureja spletno stran ZŠ
ANA MARIE STARINA	<ul style="list-style-type: none"> • področja duševnega zdravja • dobrodelnost in prostovoljstvo 	<ul style="list-style-type: none"> • raziskuje možnosti krepitev duševnega zdravja v zavodu OŠ Mirna, • usmerja dejavnosti promoviranja zdravja na razredni stopnji OŠ Mirna, • se povezuje z lokalno skupnostjo, • ureja spletno stran ZŠ
MATJAŽ OŽEK	<ul style="list-style-type: none"> • področje za spodbujanje gibanja in športa 	<ul style="list-style-type: none"> • raziskuje možnosti krepitev ozaveščanja o vsakodnevnem gibanju, • usmerja dejavnosti promoviranja zdravja med zaposlenimi, • se povezuje z lokalno skupnostjo
ANJA KRIŠTOF	<ul style="list-style-type: none"> • spodbujanje zdravih prehranjevalnih navad • zmanjševanje odpadkov hrane • šolska prehrana 	<ul style="list-style-type: none"> • raziskuje možnosti krepitev zdravih prehranjevalnih navad, • raziskuje možnosti zmanjševanja odpadne hrane, • usmerja dejavnosti promoviranja zdravja na predmetni stopnji OŠ Mirna, • se povezuje z lokalno skupnostjo
TANJA PAVLIN	<ul style="list-style-type: none"> • EKO dejavnosti • Medgeneracijsko sodelovanje 	<ul style="list-style-type: none"> • raziskuje možnosti za promocijo varovanja okolja • raziskuje možnosti medgeneracijskega sodelovanja, • usmerja dejavnosti promoviranja zdravja v vrtcu Deteljica • ureja oglasno desko ZŠ v vrtcu Deteljica

3. NAČRT ZA PROMOCIJO ZDRAVJA V ZAVODU OŠ MIRNA V ŠOLSLEM LETU 2021/2022

Področje/Cilji	Trajanje/izvajalci/metode	Dejavnosti
DUŠEVNO ZDRAVJE Cilji: 1. Zagotavljanje spodbudnega okolja, 2. Zasledovanje potreb, želja učencev, učiteljev in staršev, 2. Krepitev socialnega, čustvenega in duševnega razvoja, 3. Spodbujanje pozitivnih medsebojnih odnosov in komunikacije, 4. Reševanje težav in konfliktov, 5. Medsebojno sodelovanje in pomoč.	<u>Trajanje:</u> celo leto <u>Ciljna skupina:</u> otroci, učenci, strokovni delavci, starši <u>Izvajalci:</u> učenci, strokovni delavci, tim ZŠ, zdravstveno osebje <u>Metode, oblike dela:</u> delavnice, razgovori, predavanja, prostovoljstvo, dobrodelne akcije, natečaji, projekti.	<ul style="list-style-type: none"> - svetovalna dejavnost, - pomoč socialno ogroženim, - organiziranje medsebojne pomoči - prostovoljstvo - aktivnosti ob mednarodnih dnevih, - usposabljanje strokovnih delavcev za krepitev duševnega zdravja, - delavnice za starše, otroke in zaposlene, - priprava promocijskega materiala, - sodelovanje z zunanjimi institucijami.
DOBRODELNOST Cilji: 1. Spodbujanje zavedanja o socialnih stiskah, 2. Pomoč sočloveku.	<u>Trajanje:</u> celo leto, 1 dan <u>Ciljna skupina:</u> posamezniki, družine <u>Izvajalci:</u> strokovni delavci, starši, učenci. <u>Metode, oblike dela:</u> dobrodelne akcije, projekti, natečaji.	<ul style="list-style-type: none"> - dobrodelne akcije, - aktivnosti ob mednarodnih dnevih
MEDGENERACIJSKO SODELOVANJE Cilji: 1. Medgeneracijsko učenje, 2. Medgeneracijsko povezovanje.	<u>Trajanje:</u> celo leto, 1 dan <u>Ciljna skupina:</u> posamezniki, starostniki, otroci, starši <u>Izvajalci:</u> strokovni delavci, starši, učenci.	<ul style="list-style-type: none"> - druženje s starostniki (upokojeni učitelji, starimi starši, društvi,...), - medgeneracijsko učenje, - pomoč starejšim
ZDRAVE PREHRANSKE NAVADE Cilji: 1. Spodbujati uživanje zdrave in uravnotežene prehrane 2. Ozaveščati učence o pomenu ekološko pridelane lokalne hrane domačih pridelovalcev, doma na vrtu. 3. Spodbujati redno pitje vode 4. Promovirati zdrav način prehranjevanja (pet obrokov na dan).	<u>Trajanje:</u> celo leto <u>Ciljna skupina:</u> otroci, učenci, strokovni delavci, starši <u>Izvajalci:</u> učenci, strokovni delavci, zdravstveno osebje <u>Metode, oblike dela:</u> predavanja, dnevi dejavnosti, kuharski izzivi, projekti, natečaji.	<ul style="list-style-type: none"> - oblikovanje raznovrstnih jedilnikov in vključevanje lokalnih ponudnikov hrane, - ozaveščanje o slovenski tradicionalni hrani (Tradicionalni slovenski zajtrk-19.11.21), - krepitev zavedanja o samooskrbi - aktivnosti na šolskem vrtu, - krepitev kuharskih znanj - kuharske aktivnosti, - ozaveščanje o zmanjševanju vnosa sladkorja (rojstni dnevi brez sladkarij), - zmanjševanje količine odpadne hrane (kompostiranje, krma),

		<ul style="list-style-type: none"> - sadni kotički (v vrtcu, šoli), - promocija zdrave prehrane (predavanja, delavnice, promocijski material), - usmerjene aktivnosti ob mednarodnih dnevih, - predavanja zdravstvenega osebja.
<p>GIBANJE ZA ZDRAVJE</p> <p>Cilji:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Spodbujanje vsakodnevnega gibanja na svežem zraku 2. Izboljšanje gibalnih in funkcionalnih sposobnosti: moč, hitrost, vzdržljivost,.. 3. Razvijanje pozitivnih vedenjskih vzorcev (vztrajnosti, športno obnašanje, strpnosti,...) 	<p><u>Trajanje:</u> celo leto</p> <p><u>Ciljna skupina:</u> otroci, učenci, strokovni delavci, starši</p> <p><u>Izvajalci:</u> strokovni delavci, starši, učenci</p> <p><u>Metode, oblike dela:</u> predavanja, športni dnevi, športni izzivi, projekti, natečaji.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - jutranje razgibavanje, zračenje prostorov , - spodbujanje gibalne aktivnosti v prostem času - aktivnosti ob mednarodnih dnevih, - spodbujanje pohodništva - Mali sonček (vrtec), Mali pohodnik (vrtec, OŠPP), - spodbujanje sodelovanja staršev pri promoviranju zdravega življenjskega sloga, - druženje učiteljev, vzgojiteljev in staršev na športnih srečanjih (kros, meritve za športni karton) - sodelovanje s športnimi društvi, - sodelovanje z zdravstveno službo.
<p>EKOLOŠKA OZAVEŠČENOSTI</p> <p>Cilji:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Krepitev skrbnega odnosa do naravnega okolja, 2. Krepitev okoljske odgovornosti, 3. Ozaveščanje o pomenu ločevanja in reciklaže odpadkov, 4. Ozaveščanje o učinkoviti rabi naravnih virov. 	<p><u>Trajanje:</u> celo leto, 1 dan</p> <p><u>Ciljna skupina:</u> otroci, učenci, strokovni delavci, starši.</p> <p><u>Izvajalci:</u> strokovni delavci, starši, učenci-razredi</p> <p><u>Metode, oblike dela:</u> dnevi dejavnosti, delovne akcije, projekti, natečaji.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - zbiralne akcije v sodelovanju s šolsko skupnostjo in Eko šolo, - spodbujanje odgovornega ravnanja z vodo in energijo, - izmenjava oblačil, obutve, igrač, - recikliranje materiala za učne aktivnosti, - udeležba na natečajih z ekološkimi vsebinami, - čistilne akcije, - ločevanje odpadkov, - aktivnosti ob mednarodnih dnevih – dan okolja 5.6.22, dan Zemlje 22.4. 22.