



### PROJEKT »UŽIVAJMO V ZDRAVJU«

**Cilj projekta** je zmanjševanje ali preprečevanje bolezni, povezanih z življenjskim slogom (poudarek je na prehranjevanju in redni telesni dejavnosti).

**Projekt** poteka pod vodstvom ZRSŠ, kot ključni partnerji v projektu pa sodelujejo še: NIJZ, Univerza v Ljubljani (Pedagoška fakulteta in Fakulteta za šport), Institut Jožef Stefan, Fakulteta za zdravstvene vede Univerze v Mariboru in Fakulteta za zdravstvo iz Jesenic ter mnoge osnovne šole širom Slovenije.

### AKCIJSKI NAČRT za projekt »UŽIVJMO V ZDRAVJU«

Naziv šole: <b>Osnovna šola Brežice</b>				
Šolsko leto: <b>2016/2017</b>				
Področje: <b>Izobraževanje</b>				
Dejavnost	Čas	Udeleženci	Izvajalec	Opravljenost
Udeležba na konferencah, izobraževanjih	marec – december 2016	člani proj. tima na šoli	vodstvo projekta	
Področje: <b>Oblikovanje tima, priprava programa</b>				
Dejavnost	Čas	Udeleženci	Izvajalec	Opravljenost
Oblikovanje tima razdelitev nalog	junij 2016	člani proj. tima na šoli	vodja projektne šolskega tima ravnateljica	
Priprava strateškega, akcijskega načrta, ...	junij – avgust 2016	člani proj. tima na šoli	vodja projektne šolskega tima in člani proj. tima	
Področje: <b>Informiranje</b>				

Informiranje učiteljskega zbora o projektu (predstavitev ciljev, strateškega, akcijskega načrta ...)	julij – avgust 2016	učiteljski zbor	vodja projektnega šolskega tima in člani projektnega tima	
Informiranje staršev o projektu (predstavitev ciljev strateškega akcijskega načrta, ...)	september – oktober 2016	starši (svet staršev, roditeljski sestanki)	razredniki, ravnateljica	
Informiranje učencev	september – oktober 2016	učenci	člani projektnega tima	
Posredovanje vabil staršem za sodelovanje v projektu, udeležbo na delavnicah, predavanju	september – december 2016	starši	člani projektnega tima	
<b>Področje: Identifikacija otrok</b>				
Identifikacija otrok s prekomerno telesno težo s pomočjo športno-vzgojnega kartona)	september 2016	učenci	učitelj športa	
<b>Področje: Vzpostavitev sodelovanja z Zdravstvenim domom Brežice</b>				
Dogovor za sodelovanje z Zdravstvenim domom Brežice in preventivno sestro	september 2016	sodelavci ZD Brežice (direktor, preventivna medicinska sestra)	ravnateljica	
<b>Področje: Prehrana</b>				
Predavanje zdravstvenega osebjaja o zdravem načinu življenja (prehrana, gibanje)	september – oktober 2016	starši učenci	višja medicinska sestra	
Delavnica zdrave prehrane za otroke in starše	oktober 2016	učenci s prekomerno telesno težo in njihovi starši	organizator prehrane učitelj gospodinjstva kuharica ...	

Prehransko opismenjevanje (ure oddelčne skupnosti, ure GOS in izbirnih predmetov s področja preh.)	september – oktober 2016 (po urniku)	vsi učenci	razredniki učitelji gospodinjstva, izbirnih predmetov	
Spodbujanje otrok k zdravemu načinu prehranjevanja ob razdeljevanju hrane in hranjenju	vse šolsko leto – vsakodnevno v času malice, kosila	učenci	vsi učitelji	
Uvajanje »novih/bolj zdravih« jedi v šolski jedilnik	vse šolsko leto	učenci	organizator šolske prehrane, učitelji gospodinjstva	
Vključevanje učiteljev v skupno prehranjuje z učenci	september – oktober 2016	učenci	učitelji	
Praznovanje rojstnih dni brez živil – druge oblike praznovanj (izdelava čestitke, petje pesmi ...)	september – oktober 2016	učenci	učitelji	
Ponudba vode (tudi med poukom)	Vsakodnevno med šolskim letom	učenci	učitelji	
<b>Področje: Gibanje</b>				
<b>Dejavnost</b>	<b>Čas</b>	<b>Udeleženci</b>	<b>Izvajalec</b>	<b>Opravljenost</b>
Minuta za zdravje	september – oktober 2016	učenci (5 – 7 minut v začetku 4. šol. ure)	učitelji	
Posebne gibalne delavnice (3 x 2 uri)	september – oktober 2016	učenci s prekomerno telesno težo in njihovi starši	učitelj športa	
Gibanje na hodnikih, v učilnicah, zunaj ... (priprava talnih iger)	september – oktober 2016	učenci	učitelji	
Spodbujanje prihoda v šolo na trajnostni način (peš, s kolesi, rolerji –	vse šolsko leto	učenci	učitelji TIT, razredniki v oddelkih OŠPP	

Povečanje količine gibanja med poukom Učenje v gibanju (s pomočjo FIT did. metod)	vse šolsko leto	učenci	učitelji	
Mesečni pohodi	september – oktober 2016	učenci s prekomerno telesno težo in njihovi starši	učitelj športa	
Mesečno kolesarjenje	september – oktober 2016	učenci s prekomerno telesno težo in njihovi starši	učitelj športa	

Vodja projektne šolskega tima Julijana Medvešek s projektним timom

Brežice, avgust 2016