

ZAŽIVIMO ZDRAVO
SKUPAJ!



Zdrava šola na
OŠ Košana

OŠ KOŠANA

Dolnja Košana 61
6256 KOŠANA

Telefon: +386 5 721 83 90
Telefaks: +386 5 721 83 99
E-pošta: o-kosana.po@guest.arnes.si

V petek,
19.5.2017 od
13:00 do 18:30

VABLJENI!

Kaj je zdrava šola?

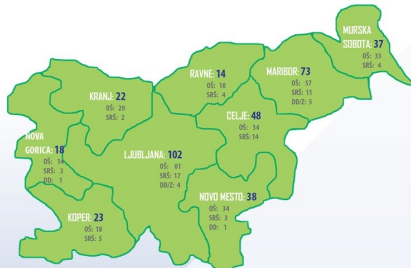
Slovenska mreža zdravih šol se odziva na probleme v zvezi z zdravjem otrok in mladostnikov ter izvaja preizkušene programe za **promocijo zdravja na telesnem, duševnem, socialnem in okoljskem področju zdravja za učence, učitelje in starše.**

Koncept mreže šol, ki promovirajo zdravje, se je razvil že v 80. letih prejšnjega stoletja. K temu so pripomogli strokovnjaki Svetovne zdravstvene organizacije (SZO), Sveta Evrope in Evropske komisije, ki so se zavedali, da lahko načrtno in sistematično zasnovani programi pomembno vplivajo na **zadovoljstvo učencev, njihovo samopodobo, vedenje v zvezi z zdravjem, odnos do zdravja in življenja nasploh.**

Oblikovala se je Evropska mreža zdravih šol - **SHE mreža (Schools for Health in Europe)**, ki se odziva na probleme v zvezi z zdravjem otrok in mladostnikov. Usmerila se je k razvojnemu programu za promocijo zdravja, v zadnjem času predvsem na področje **zdrave prehrane in gibanja, duševnega zdravja** kot zelo pomembnih varovalnih dejavnikov,

SMZŠ – 5 krogov

375 (60%vseh OŠ, SRŠ, DD): 301 OŠ (67%); 63 SRŠ (47%); 11 (26%)



Program zdrave šole

Potek:

13.00 – 15:00 pohod na Gradišče; izpred šole (1 skupina bo ostala na šoli in naredila malico)

15:00-15:30 malica; v jedilnici

15:30-16:30 predavanje Mirjam Grmek dr. med., spec. pediater in uvod v delavnice; v učilnici biologije

16:30-18:30 delavnice

- **Peka palačink** (Mojca Žnidaršič; v učilnici gospodinjstva)
- **Nogomet** (Miha Morelj; in Ian Črlenec; zunaj ali v telovadnici spodaj)
- **Odbojka** (Matjaž Kešanski; zunaj ali v telovadnici spodaj)
- **TNZ**—trebuh, noge, zadnjica (Lina Faletič; zunaj ali v telovadnici zgoraj)
- **Likovno ustvarjanje** (Urška Tušar; v učilnici tehnike)
- **Peka kruha in izdelava namazov** (Bernrda Morel in Grozda Drljić; v kuhinji)
- **Ples** (Manca Želko in Pia Psener; zunaj ali v učilnici geografije)
- **Activity za zdravje** (Špela Boštjančič; zunaj ali v učilnici 2. razreda)

Obvezna je športna oprema!

Svetujemo, da s seboj prinesete tudi manjšo **brisačo** (športne delavnice) in **vodo**.

Aktivnosti so zasnovane tako, da se nam lahko kadarkoli pridružite in kadarkoli odidete.

Učenci, ki so vključeni v PB se bodo udeležili pohoda, razen tistih, ki zaradi prevoza odhajajo prej domov. Če želite, da ostanejo, nam to sporočite.

Delavnice bodo imele omejeno število udeležencev in bodo trajale od 20 do 30 minut, tako da se boste lahko udeležili več delavnic in med njimi prosto prehajali.

Upamo, da se boste v čim večjem številu odločili za zdravo preživljanje časa in se veselimo druženja z vami!

OŠ KOŠANA

Dolnja Košana 61
6256 KOŠANA

Telefon: +386 5 721 83 90
Telefaks: +386 5 721 83 99
E-pošta: o-kosana.po@guest.arnes.si