

## ZMOREM, TOREJ SEM



Brigita Voga, prof., OŠ Rače

## UVOD

„Skrb za zdravje in dobro počutje otrok in mladih je naložba za prihodnost družbe.“

- Zavedanje, da nezdrave izbire v otroštvu in mladosti pripeljejo do mnogih bolezni in drugih motenj v zdravju.
- Za zdravje otrok je odgovorna družina in vrsta institucij, med drugimi tudi šola kot vzgojno-izobraževalna ustanova.

## VZGOJA ZA ZDRAVJE

- V Sloveniji poteka nesistematično.
- Vsebine iz področja zdravja so umeščene v posamezne predmete (prehrana, gibanje, duševno zdravje).
- Šole, kjer se promovira zdravje, se vsebine in aktivnosti za promocijo zdravja obravnavajo celostno, sistematično.

## OŠ RAČE IN PROMOCIJA ZDRAVJA

- ❖ Se zavedamo pomena zdravja naših otrok.
- ❖ Aktivno smo vključeni v projekte:
  - ZDRAVA ŠOLA,
  - EKO ŠOLA,
  - SHEMA ŠOLSKEGA SADJA,
  - ZDRAV ŽIVLJENJSKI SLOG/GIBANJE ZA ZDRAVJE,
  - TRADICIONALEN SLOVENSKI ZAJTRK.



## ČLOVEŠKO TELO, ŽIVIM ZDRAVO

- Naravoslovni dan Moje telo – 1. razred.
- Živim zdravo, jem zdravo - 2. razred.
- Projektna naloga: Zmorem, torej sem – 3. razred.

## MOJE TELO – naravoslovni dan

### CILJI:

- Učenci spoznajo glavne dele telesa.
- Učenci spoznajo osnovne notranje organe.
- Učenci spoznajo naše okostje.

### DEJAVNOSTI POTEKAJO:

- učilnica,
- knjižnica,
- telovadnica.

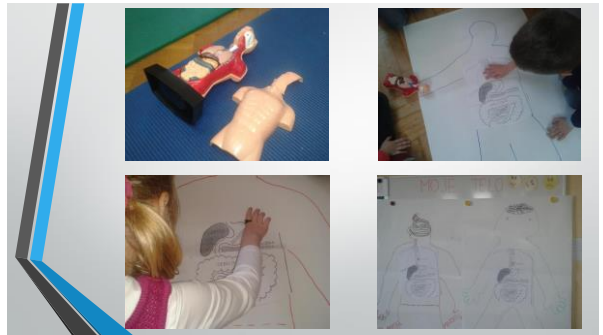
## MOTIVACIJA



Lutka Jakec se predstavi: „Majhno imam glavo, laske in obraz, vrat in pa ušesa, glej, to sem JAZ.“

## DEJAVNOSTI

- Obris učenca.
- Zanima nas, kaj se skriva v našem telesu/obrisu.
- Obisk knjižnice.
- Ogljed literature o človeku.
- Slikovni material.
- V telovadnici.
- Fizioterapevtka na obisku.



## ŽIVIM ZDRAVO, JEM ZDRAVO

### CILJI:

- Spoznajo pomen zdrave in pravilne prehrane.
- Spoznajo prehransko piramido.
- Spoznajo, kje na embalaži preberemo vsebnost sestavin živil.

### DEJAVNOSTI:

- Razvrščanje slikovnega materiala v prehransko piramido.
- Iz embalaž živil berejo vsebnost sestavin.
- Embalažo razvrščajo po danih kriterijih.



## PROJEKTA NALOGA: ZMOREM, TOREJ SEM

### CILJI:

- spoznajo zgradbo posameznih delov telesa,
- spoznajo pomen in naloge posameznih delov telesa in njihovo vlogo,
- znajo povedati, pokazati, kje v/na našem telesu se nahajajo posamezni deli telesa,
- seznanijo se z delovanjem posameznih delov telesa, notranjih organov,
- znajo razložiti pomen zdravega prehranjevanja,
- znajo razložiti pomen gibanja.

### DEJAVNOSTI:

- Zbiranje literature.
- Skupinsko delo po danih nalogah.
- Predstavitve projektnih nalog.

## MOTIVACIJA

Možganska nevihta: ZAKAJ ZMOREM? ZAKAJ SEM?



## POTEK DEJAVNOSTI:



## ZAKLJUČEK

- Analiza teme čez celo triado.
- Obisk zaposlenih s Fakultete za zdravstvene vede z izvedbo delavnic: pristop k nenadno obolelemu/nezavestnemu in temeljni postopki oživljanja, prikaz poklica diplomirana medicinska sestra.



**HVALA ZA POZORNOST**