

TEK PO MESTNIH POTEH ZA ZDRAVJE IN SMEH

Lucija Kompan

ŠCSG, Srednja zdravstvena šola Slovenj Gradec

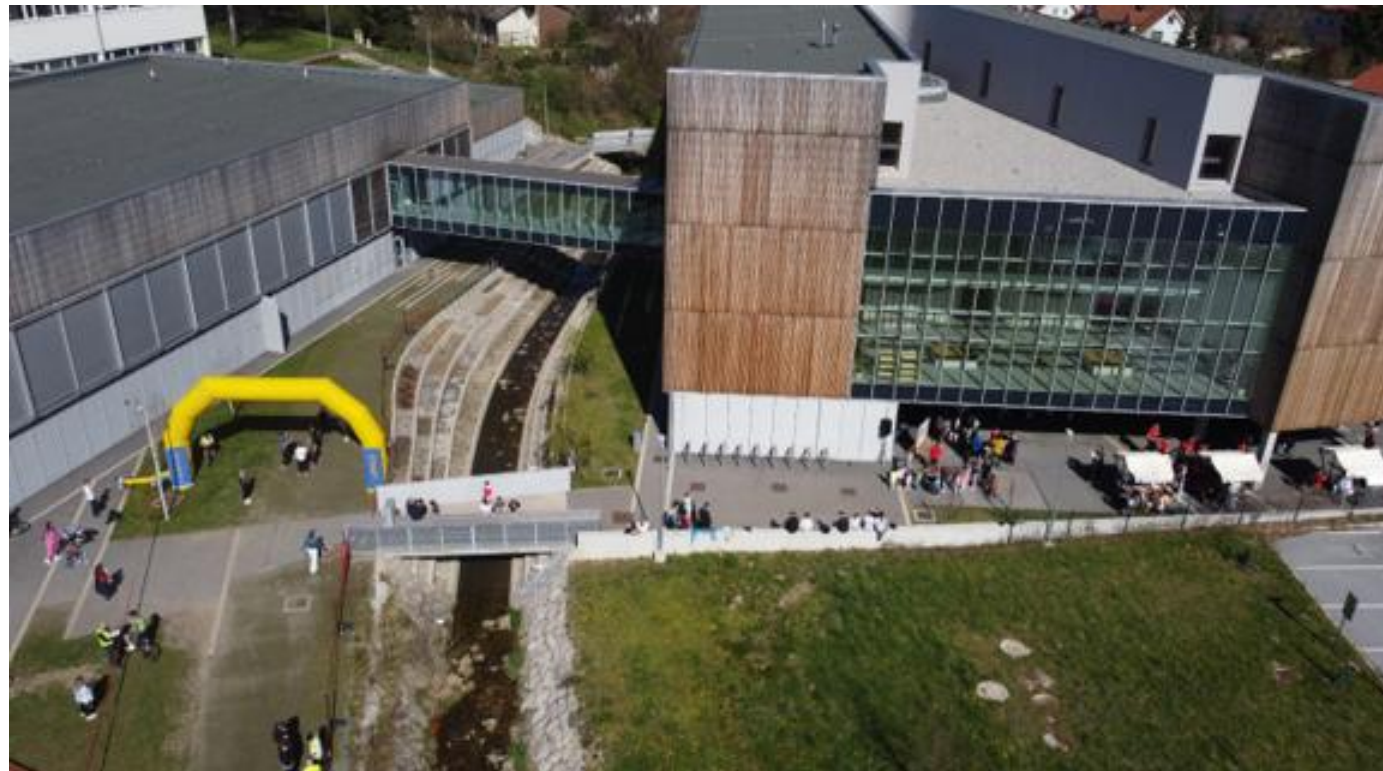
31. maj 2025, OŠ Jožeta Gorjupa Kostanjevica na Krki

OSNOVNE INFORMACIJE

- športni dan
- tradicionalna prireditve ob 7. aprilu
- vsebina prireditve
- promocija zdravega življenjskega sloga
- nadgrajevanje vsebin
- 11. april 2025 – 23. Tek po mestnih poteh za zdravje in smeh
- dijaki zaključnih letnikov – soorganizatorji



- FOTOGRAFIJE (arhiv SZŠ)
- Priprava na prireditve
- Aktivnosti dijakov
- Rekreativni tek (kategorije)
- Predstavitve na stojnicah
- Trajnostni razvoj



CILJI TRAJNOSTNEGA RAZVOJA

- Zdravje in dobro počutje:
Poskrbeti za zdravo življenje in spodbujati splošno počutje v vseh življenjskih obdobjih
- Podnebni ukrepi:
Skrb za okolje



Priprava na prireditev

- Petek ali sobota
- Trasa teka
- Vabilo na tek brez startnine
- Vabilo na sodelovanje na stojnicah
- birokracija

Aktivno vključevanje maturantov v pripravo na prireditev ...

Dijaki zaključnih letnikov – pred prireditvijo

- raznašajo prošnje za donacije,
- obveščajo stanovalce o zapori cest,
- izrezujejo tekmovalne kartončke,
- pakirajo nagrade,
- vežejo lesene medalje,
- ...

The image shows three overlapping forms for a competition called 'TEK ZDRAVJA'. Each form has a header with the title and a space for 'Ime in priimek:' followed by 'Šola, razred:'. Below this is a 'Kategorija (OBKROŽI):' section with multiple choice options. The forms are color-coded: white, green, and yellow.

Form Color	Kategorija (OBKROŽI):
White	a) 1. letnik SŠ b) 2. letnik SŠ c) 3., 4. letnik, 1. in 2. PTT SŠ
Green	a) tek - OPP (500m) b) razred: c) zdrava hoja
Yellow	a) 1. in 2. razred OŠ b) 3. in 4. razred OŠ c) 5. in 6. razred OŠ d) 7., 8. in 9. razred OŠ



Dijaki zaključnih letnikov – na prireditvi

- sprejemajo prijave,
- delijo kartončke,
- opravljajo delo rediteljev,



- so kolesarji spremljevalci,



- izvajajo prvo pomoč,



- vodijo in moderirajo prireditve,



- izvajajo intervjuje,
- fotografirajo,



- pišejo diplome,
- podeljujejo medalje,



- pomagajo na stojnicah,
- pobirajo kartončke v cilju,
- delijo napitke ...



REKREATIVNI TEK za vsakogar

PREDŠOLSKI OTROCI

- tek družin
- vrtec



UČENCI/UČENKE



DIJAKI/DIJAKINJE



ČLANI/ČLANICE



Gospa Kazimira Lužnik



PARATEK

- Spodbujanje socialne vključenosti
- Sprejemanje drugačnosti
- Medsebojno povezovanje
- ŠPORT ZA ZDRAVJE



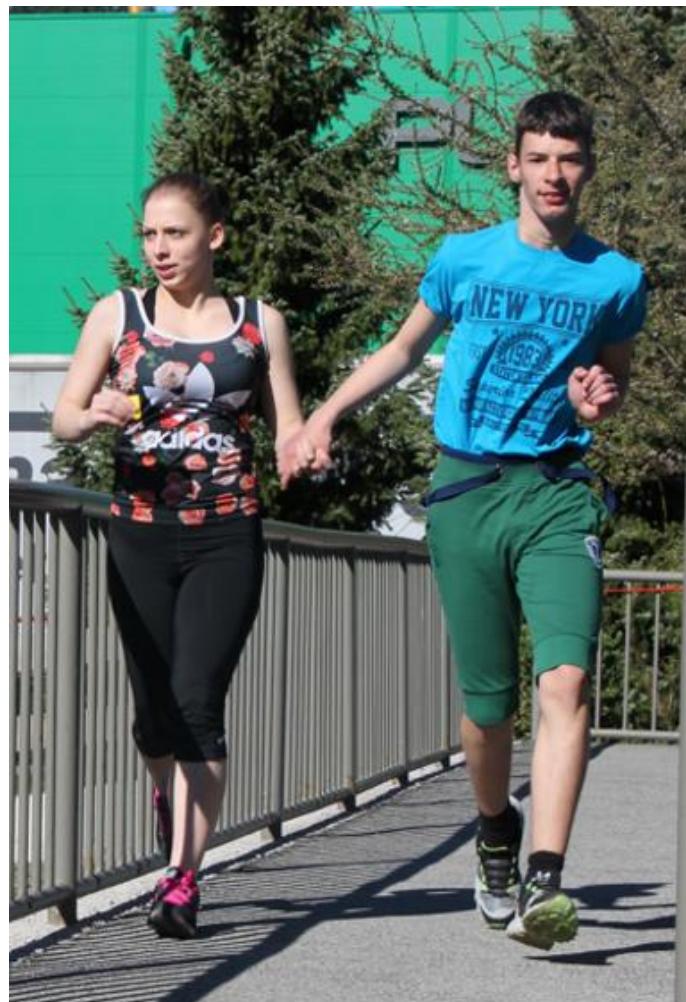
PARATEK – „z roko v roki“



Za vse nas je to posebna izkušnja,
ki gradi empatijo,
prijateljstvo in
vzajemno
spoštovanje.



Nekaj utrinkov ...



Nekaj utrinkov ...





Zmagovalci smo vsi!



Unified Champion School



Vračanje bivšega dijaka ...



ZDRAVA HOJA



Zdravstveno-vzgojne vsebine (stojnice)

SZŠ in druge šole

- *NIJZ*
- *Center za krepitev zdravja*
- *Društvo za zdravje srca in ožilja*
- *Društvo gluhih in naglušnih Koroške*
- *Zavod Apga (agencija za promocijo gibalnih aktivnosti)*
- *Koroško društvo za boj proti raku*
- *Društvo diabetikov SG ...*

NA STOJNICAH (SZŠ)

MERJENJE KRVNEGA TLAKA

MERJENJE RAVNI SLADKORJA V KRV



PROJEKT NEKAJENJE



TEMELJNI POSTOPKI OŽIVLJANJA



MASAŽA DLANI ZA SPROSTITEV Z NARAVNIMI ETERIČNIMI OLJI



TERAPIJA S POMOČJO ŽIVALI



Nekaj utrinkov ...



DRUGE INSTITUCIJE



TRAJNOSTNI RAZVOJ

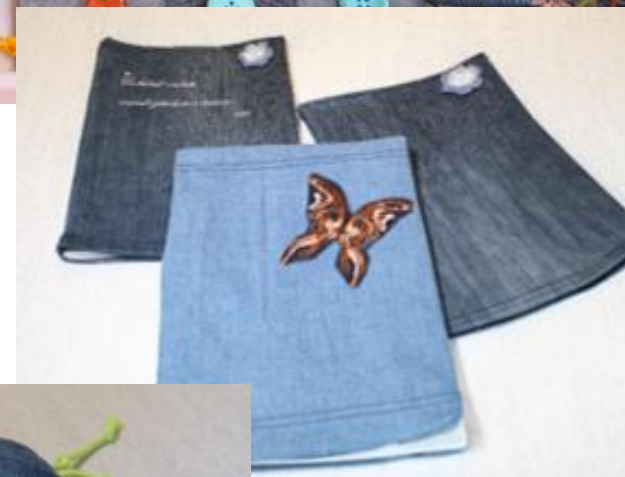
IZMENJEVALNICA ŠPORTNIH REKVIZITOV



PREDELAVA STAREGA JEANSA „Jeans fest“



„Jeans fest“ izdelki



ZBIRANJE NAKITA, KI GA NE UPORABLJAMO ...



PRINESI SVOJ BIDON – TECI BREZ ODPADKOV!



LESENE MEDALJE



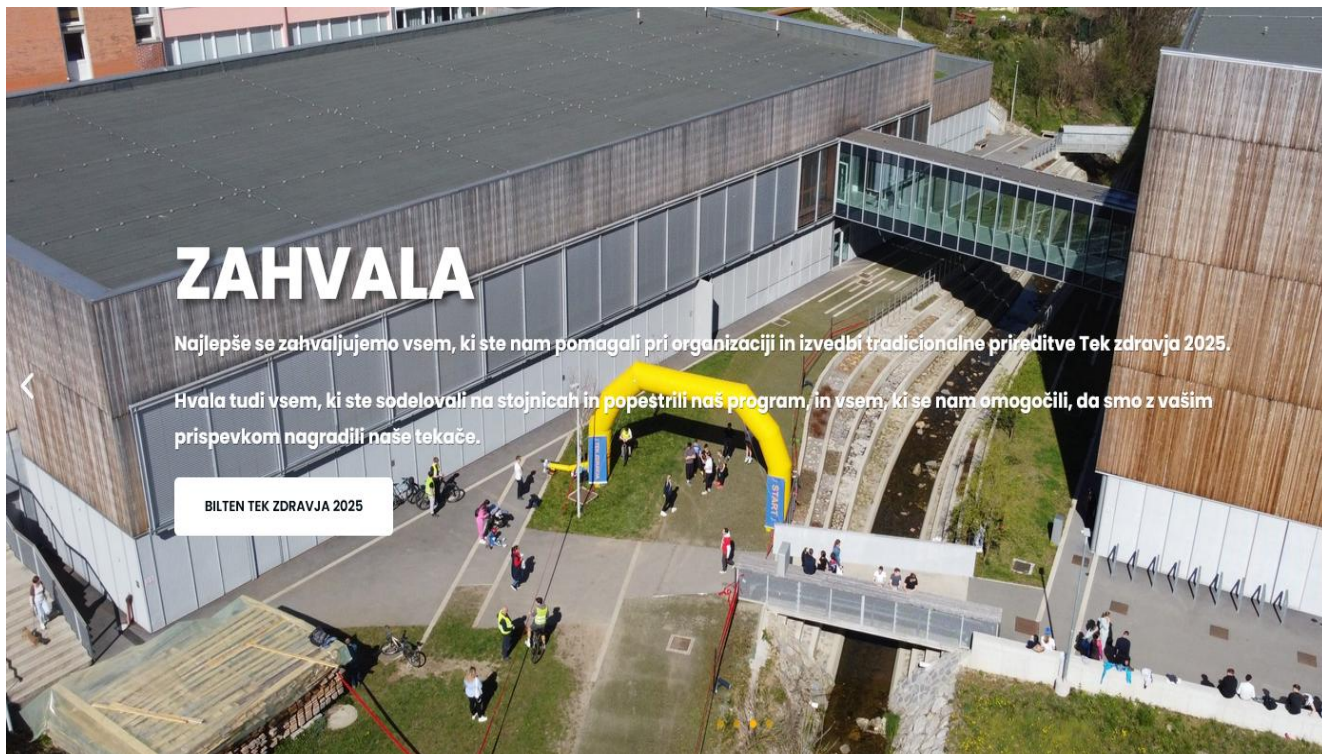
PONOVNA UPORABA OZNAČEVALNIH TRAKOV



PO KONČANI PRIREDITVI

SESTANEK UČITELJSKEGA ZBORA – ANALIZA

BILTEN IN ZAHVALE



Š@SG

Srednja zdravstvena šola

51
let
1973/1974
2024/2025

23. TEK ZDRAVJA

Tek po mestnih poteh za zdravje in smeh



Petek, 11. april 2025

OBJAVE V MEDIJIH



Dan zdravja

Srednja zdravstvena šola Števerj Gradec je dan zdravja že tradicionalno obelodila s prireditvijo Tek zdravja. Dogodek je združil vse generacije in znova dokazal, da gibanje povzroja, navdihuje in gradi skupnost. Teka se je udeležilo nekaj več kot 800 otrok, mladostnikov, odraslih in tudi starejših, ki se s svojo prisotnostjo podpirajo gibanje za zdrav način življenja. Na šolskem dvorišču so bile postavljene številne stopnice, kjer so dijaki in učitelji predstavili projekte in dejavnosti, povezane z zdravjem, ekologijo in preveritvijo. eden najlepših in najbolj čustvenih trenutkov dneva je bil paratek, tek z roko v roki – vključujoč tek za otroke in odrasle s posebnimi potrebami. Ti učni tekači so z veliko poguma in veselja pretekli progo ob bučni podpori navijačev in spremljevalcev. Njihova prisotnost je obogatila prireditev in pokazala, kaj pomeni pravi športni duh. » Danjela Kocič



ZORENJE IDEJ IN PLANI ZA PRIHODNOST



ZAKLJUČEK

