

GOJENJE, NABIRANJE IN UPORABA RASTLIN SPODBUJA ZDRAVO ŽIVLJENJE MALIH VRTNARJEV

Nataša Račič, prof.RP
OŠ Leskovec pri Krškem
OŠ Kostanjevica na Krki, 31.5. 2025



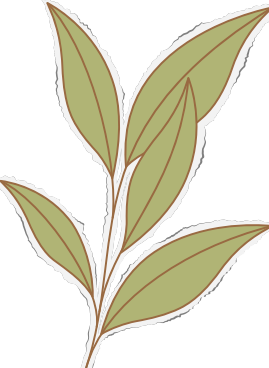
IZHODIŠČA

Delo izven učilnice kot prednost in izziv

V okviru načrtovanega celoletnega projekta izvedene aktivnosti:

- redni pohodi v gozd,
- priprava zdravih obrokov,
- spodbujanje okušanja različnih okusov,
- sejanje in vzgajanje sadik,
- ureditev razrednega vrtička in obgozdnega vrta,
- nabiranje zelišč in užitnih rastlin,
- učenje skozi igro in naravno raziskovanje.

CILJI

- 
- razumevanje, da rastline gojimo za hrano in da za pridelavo potrebujemo orodja in stroje,
 - spoznavanje vrta kot življenjskega okolja,
 - spoznavanje, da hrana vsebuje snovi, ki so nujne, da se telo giblje, raste in pravilno deluje, ter da živa bitja potrebujejo prostor, v katerem lahko živijo,
 - vedo, da jim zdrav način prehranjevanja, telesne vaje in počitek omogočajo rast in razvoj ter da jim pomagajo ohranjati zdravje,
 - razvijanje spoštljivega in pozitivnega odnosa do narave,
 - uzaveščanje pomena skrbi za okolje ter samooskrbe.

CILJI TRAJNOSTNEGA RAZVOJA



- 
- 
- 
- Zdravje in dobro počutje - poskrbeti za zdravo življenje in spodbujati splošno dobro počutje v vseh življenjskih obdobjih
 - Kakovostno izobraževanje - vsem enakopravno zagotoviti kakovostno izobrazbo ter spodbujati možnosti vseživljenjskega učenja za vsakogar

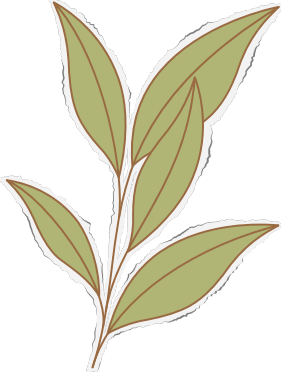
DEJAVNOSTI

Celoletni načrt vključevanja priložnostnih in mimoidočih aktivnosti
se je odvijal
tekom celega šolskega leta v povezavi z letnimi časi.

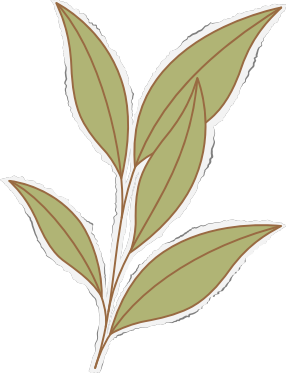
Dejavnosti so združevale:

- gibalno raziskovalno aktivnost,
- prehransko ozaveščanje
- spodbujanje k okušanju hrane in
- krepitev medosebnih vezi.

Sodelovali so učenci 1.b razreda.



Dejavnosti so vključevale:

- 
- pripravo različnih jedi
 - shranjevanje semen iz določenih živil
 - sejanje/sajenje
 - vzgajanje sadik in mikrozelenjave
 - urejanje in skrb za razredne vrtičke in obgozdni vrt
 - uživanje užitnih rastlin v naravi ter nabiranje zelišč za čaj

Uresničevanje ciljev učnega načrta.
Medpredmetno povezovanje.



OPIS DEJAVNOSTI

JESENSKE DEJAVNOSTI

1.BUČNA JUHA



RAZNOLIKOST BUČ



ROKOVANJE Z LUPILCI IN NOŽI

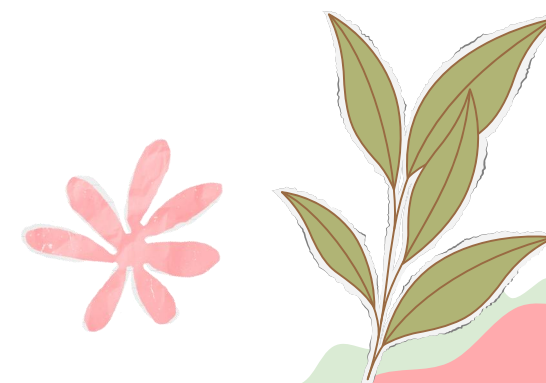




LOČEVANJE IN
SHRANITEV SEMEN
DO POMLADANSKEGA
SAJENJA



BOGATENJE JUHE
Z DROBNJAKOM
IZ ŠOLSKEGA VRTA



2. BUČNI ZAVITEK



SODELOVANJE
PRI VSEH KORAKIH



HIGIENA PRI
PRIPRAVI HRANE



SKUPNO VLEČENJE
TESTA



KONČNA PRIPRAVA NADEVA
Z ZAČIMBAMI



SKUPINSKO ZAVIJANJE ZAVITKA



3. JABOLČNI KOMPOT



SESTAVINE



OKUŠANJE



VONJANJE



IZZIVI Z NOŽI
IN LUPILCI



PRIBLIŽNO
ENAKO VELIKI
KOSI



GOZDNA MALICA IN OBGOZDNI VRT



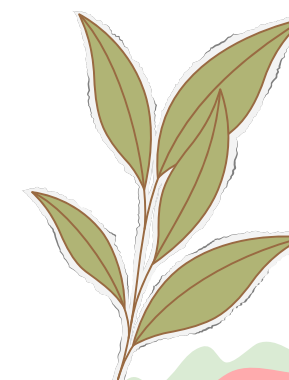
OKUŠANJE
KISLIC



OREŠČKI,
SUHO SADJE,
SADJE,
KORENČKOVE
PALČKE...



OKUŠANJE
ZELENJAVE IN
DODAJANJE LE
TE K MALICI



PROCES OD SEMENA DO SADIKE



SPOMLADANSKA VZGOJA SADIK BUČ IZ SEMEN
PRIDOBLENIH PRI JESENSKIEM KUHANJU BUČNE JUHE



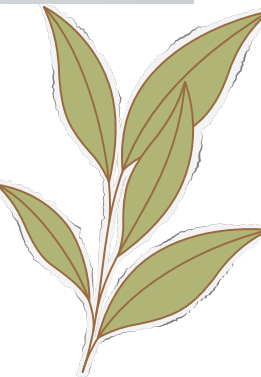
SAJENJE



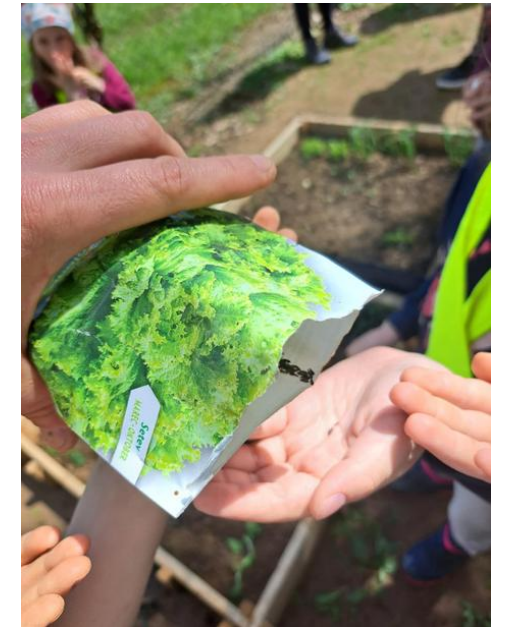
VZGOJA SADIK



SPOZNAVANJE, KAJ VSE
POTREBUJE SEME ZA
KALITEV IN RAST ŠE Z
EKSPERIMENTIRANJEM

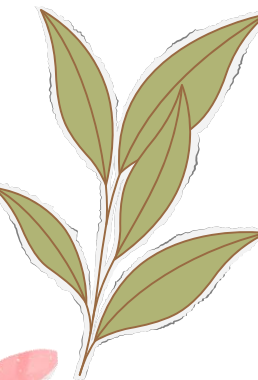
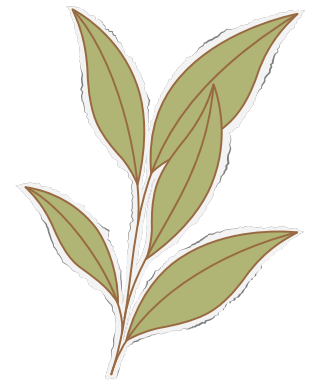
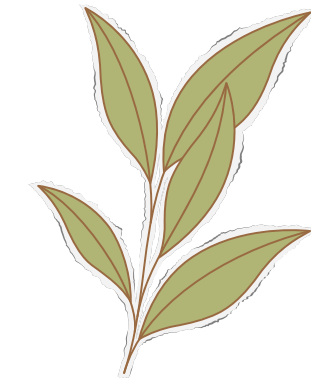


SADITEV SADIKE BUČE NA OBGOZDNI VRT IN SEJANJE POVRTNIN

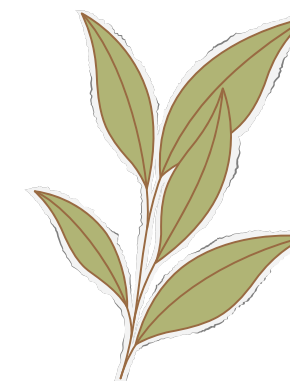
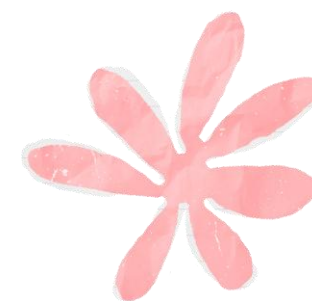
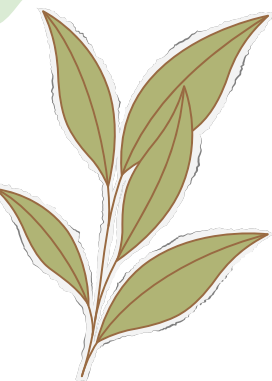


ZAŠČITA Z OGRAJO
IZ VEJ

ZALIVANJE Z VODO IZ
BLIŽNJEGA POTOKA



MIKROZELENJAVA V RAZREDU SKOZI CELO LETO



NEŽNO ŠKROPLJENJE Z VODO



ŽE PO TEDNU DNI
BROKOLI KALI



MIKROZELENJAVA V RAZREDU SKOZI CELO LETO



SONČNICE POTREBUJEJO ZA
KALJENJE MALO VEČ
KOT TEDEN DNI



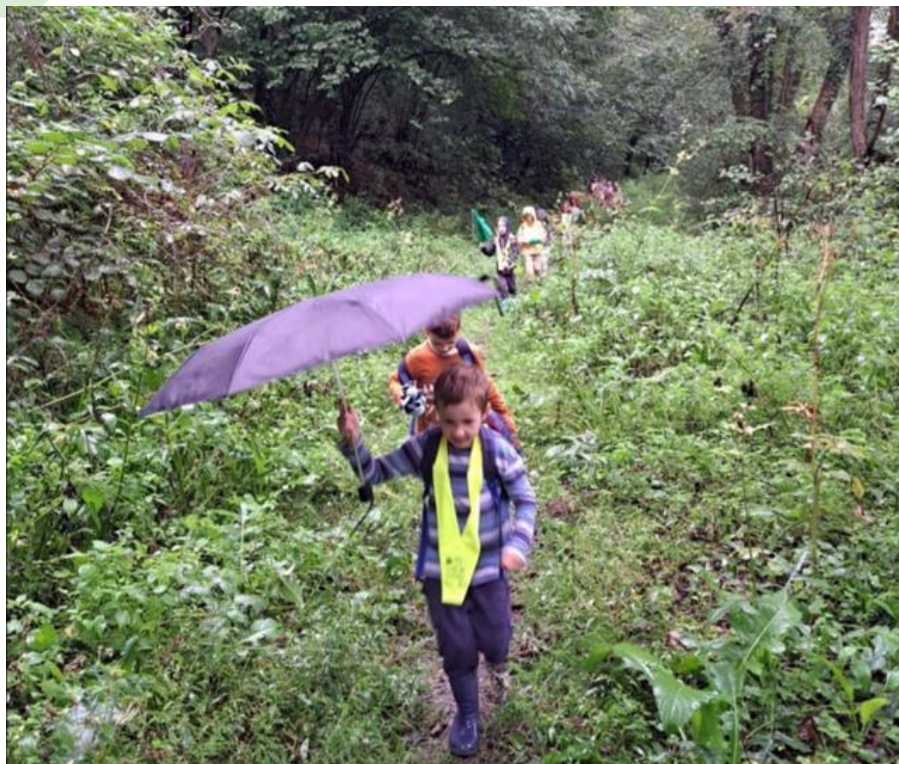
HRANILNO BOGATENJE
ŠOLSKIH MALIC



OKUŠANJE IN NAVAJANJE
NA RAZLIČNE OKUSE



SPOMLADANSKA GOZDNA MALICA IZ NARAVE



GOZDNI ČETRTKI NE
GLEDE NA VREME



SPOZNAVANJE SPOMLADANSKIH ZNANILCEV,
KATERI SO NE/UŽITNI,
CELO ZDRAVILNI- OKUŠANJE





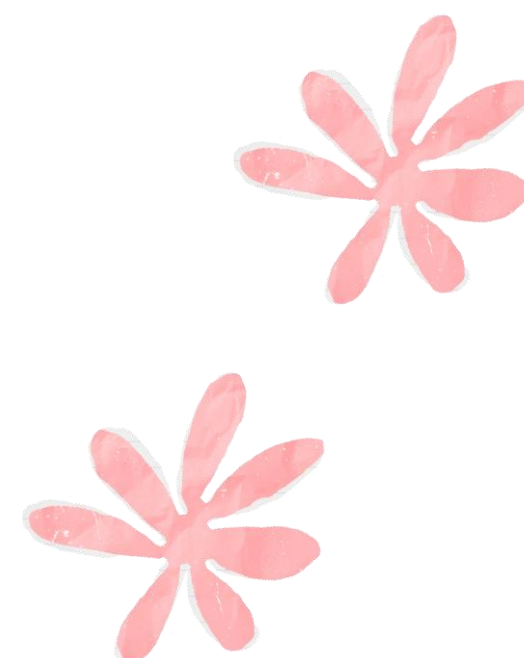
NABIRANJE
ČEMAŽA ZA JUHO



GOZDNI POLIGON Z
OVIRAMI



SPOMLADANSKI ČAJ - PLJUČNIK



NABIRANJE

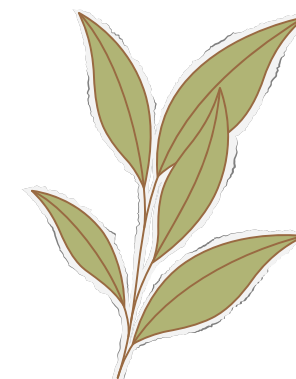


SUŠENJE V RAZREDU



PRIPRAVA S
POPARKOM

SPOZNAVANJE
ZDRAVILNE RASTLINE



POLETNI LIPOV ČAJ



NABIRANJE CVETOV



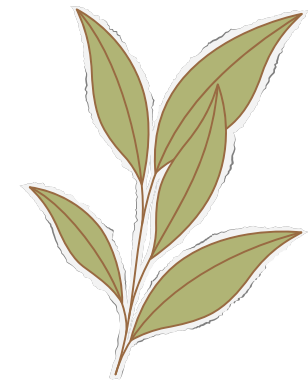
SODELOVANJE V VSEH KORAKIH PRIPRAVE ČAJA



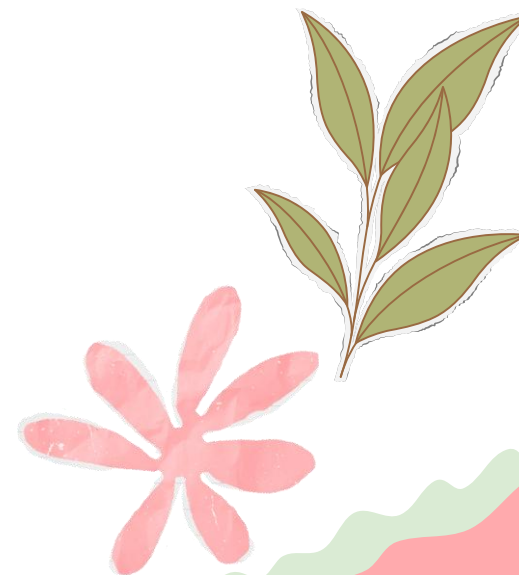
SLAJENJE ČAJA Z LOKALNIM
MEDOM



POMLADANSKA MIMOIDOČA IDEJA IZ GOZDA ZA OSVEŽILEN PRIOKUS VODI



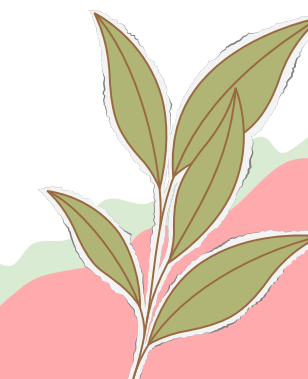
NAMOČILI NABRANE BEZGOVE CVETOVE V VODO Z DODANO LIMONO



ZAKLJUČEK



- pomembna vloga učitelja z doslednim zgledom
- dolgoročnost pogojuje ključna podpora in sodelovanje staršev ter družinsko okolje
- oblikovanje zdravih življenjskih navad
- učenje v naravi za celostni razvoj otrok
- povezovanje z naravo je dragocena pot k bolj zdravim, samozavestnim in radovednim otrokom
- pri otrocih zaznano povečano zanimanje za gibanje in večja zmožnost refleksije o lastnih prehranskih navadah
- otroci so v naravni učilnici bolj sproščeni, samozavestni, komunikativni, pripravljeni sodelovati
- aktivnosti v naravi jih povezujejo, spodbujajo k raziskovanju, omogočajo globlje razumevanje učnih vsebin skozi izkustveno učenje



**"Učitelj vpliva na večnost:
nikoli ne more vedeti, kje se njegov vpliv konča."**

Henry Adams

