

RAZISKOVATI, POSNETI, OBJAVITI!

PODKAST KOT INOVATIVNI MODEL
TRAJNOSTNEGA OPISMENJEVANJA MLADIH



Julija
Poljanec



Osnovna šola Notranjski odred Cerknica
Mednarodna konferenca programa Ekošola 2026
Kostanjevica na Krki, 30. 5. 2026



iPOD

+

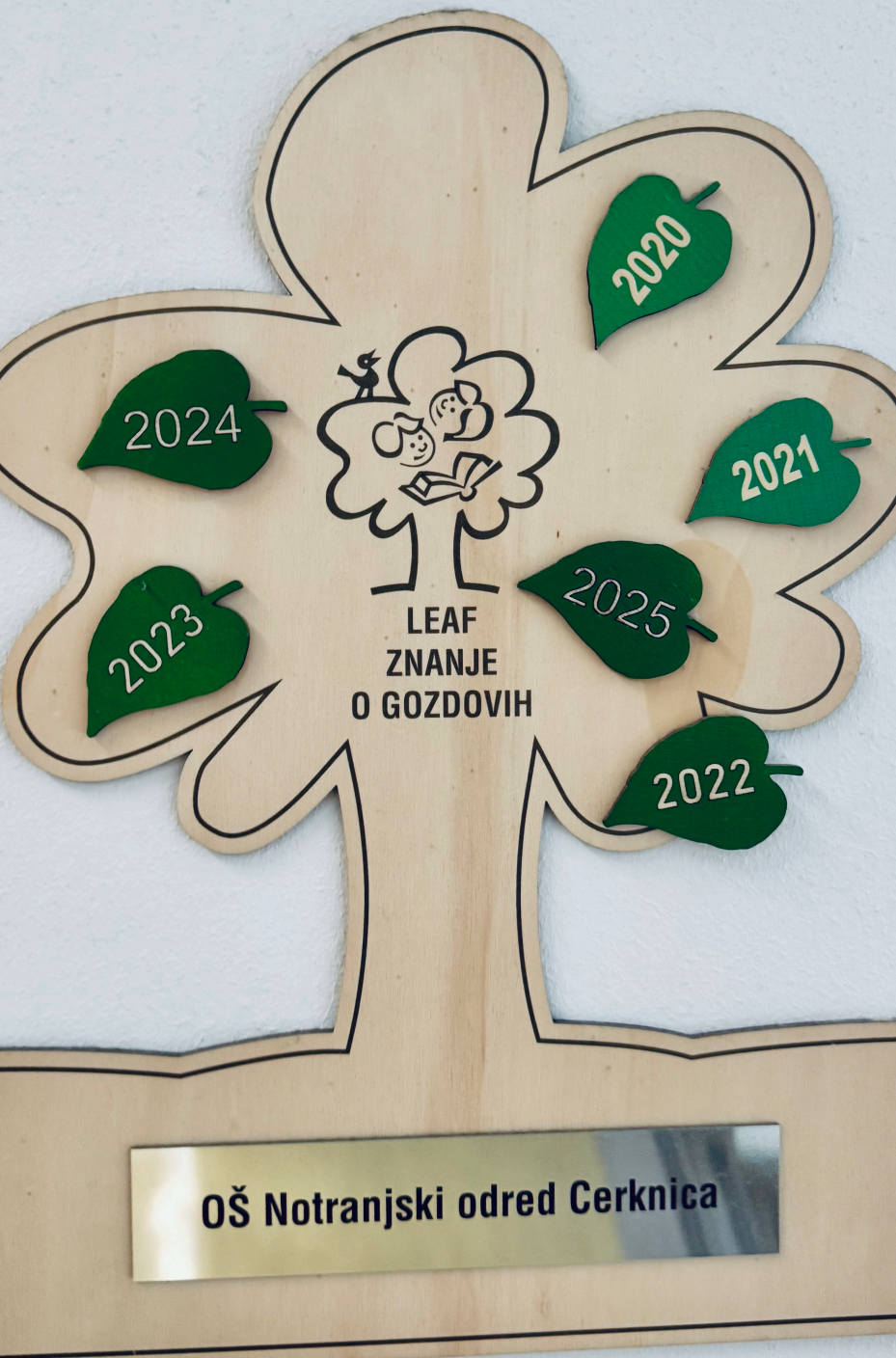


BROADCAST

=



PODCAST



Osnovna šola Notranjski odred Cerknica



EKOLISTINA

Spodaj podpisani se v imenu vseh učencev, delavcev šole, staršev in lokalne skupnosti zavezujemo, da bomo sledili smernicam projekta **Ekošola** in se s skupnimi močmi trudili izpolnjevati dolgoročne cilje.

**Na naši šoli smo se zavezali,
da vsi EKO pravil se bomo držali.
Vsi bomo zgledno in odgovorno ravnali,
dobre medsebojne odnose negovali.
Pešačili bomo, se s kolesom, avtobusom vozili
in tako k skrbi za okolje vestno pristopili.
Okolico šole bomo redno negovali,
skrbeli za naravo in jo spoštovali.
Z dobrinami, ki nam jih daje, varčno bomo ravnali,
odpadke skrbno zbirali in jih vselej ločevali.
Vsi bomo skrbeli za čistočo in red,
drug drugemu bomo vedno dober zgled.**

Ravnateljica:

Ines Ožbolt



Koordinatorja projekta:

Uroš Cajnko, Nina Mišič

Nacionalni koordinator Ekošole:

mag. Gregor Cerar

Predstavniki staršev:

Bojan Pivka

Predstavniki učencev:

Julija Krakar

Župan občine Cerknica:

Marko Rupar



Cerknica, september 2022



Podjetje Barjans d.o.o.
potrjuje, da podjetje

**OSNOVNA ŠOLA NOTRANJSKI ODRED
CERKNICA**

v svojih objektih v okviru projekta Zelena smer ustrezno:
1. zmanjšuje porabo z izbiro kompaktnih pakiranj in ustreznih dozirnih naprav,
2. uporablja trajnostne, okolju prijazne izdelke, ki okolje manj obremenjujejo,
3. spodbuja okolju prijazno delovanje in svoje uporabnike ustrezno ozavešča

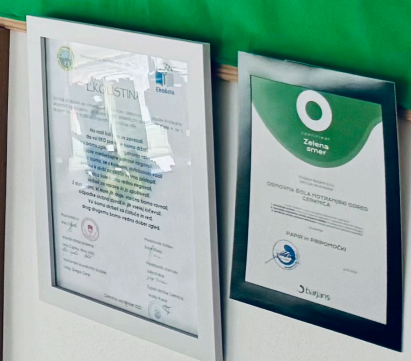
za področje

PAPIR in PRIPOMOČKI



junij, 2025

barjans

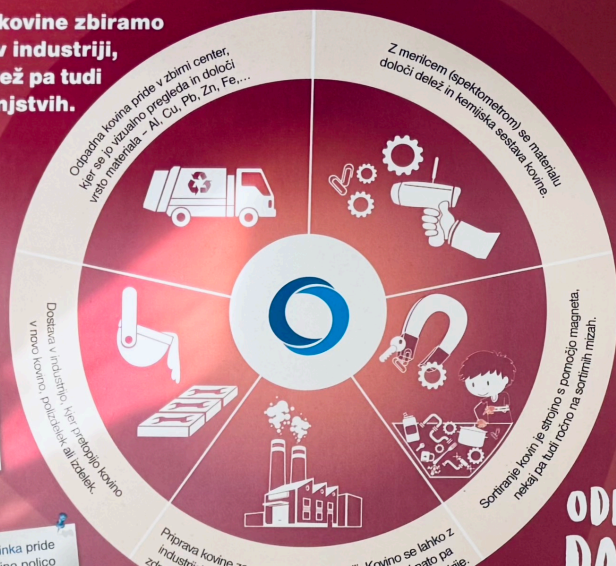


EKO KOTIČEK



Kako kroži odpadna kovina

Odpadne kovine zbiramo pretežno v industriji, manjši delež pa tudi v gospodinjstvih.



Jeklo in aluminij sta najpogostejše reciklirana materiala.

Reciklirana pločevinka pride ponovno na prodajno polico v 60 dneh.

Reciklažo so poznali že Rimljani, saj so bakrene novce pretopili v kipe, ki so bili vredni več kot kovanci.

Reciklaža ene pločevinke iz aluminija prihrani toliko energije, da bi lahko tri ure gledali televizijo.

ODPADKI DAJEM NOV ŽIVLJEN

Fe
KOVINA
železo
RUDA
železova ruda
jeklo=železova zlitina

Sivo, mehka kovina magnetni lastnosti. Najpogostejša industrijska kovina.

Al
KOVINA
aluminij
RUDA
boksit

Srebrna, mehka in lahka kovina. Zelo pomembna v industriji transporta in konstrukcij.

Cu
KOVINA
baker
RUDA
bakrova ruda

Žlahtna kovina z veliko toplotno in električno prevodnostjo, kopije se v mineralni obliki.

Zn
KOVINA
cink
RUDA
cinkova ruda

Četrta najbolj uporabna kovina na svetu, za železom, aluminijem in bakrom. Zlitina cinka in bakra je medenina.

Pb
KOVINA
svinec
RUDA
svinčeva ruda

Modikasto bele barve mehka, raztezna in korozijska kovina.



Kako kroži odpadni papir

Dosledno ločen in zložen odpadni papir z našo pomočjo postane nov izdelek.



Danes porabimo kar 6-krat več papirja, kot smo ga 50 let nazaj.

Papir je mogoče reciklirati 4- do 6-krat. Z vsakim nadaljnjim reciklažnim ciklom postajajo vlakna šibkejša in manj kakovostna.

1 tona starega papirja ohrani 17 odraslih dreves.
S predelavo 170.000 ton na leto zbranega odpadnega papirja v Sloveniji, ohranimo 3 milijone dreves.

V enem letu v Sloveniji zberemo več kot 170.000 ton odpadnega papirja. Če bi kamione valčice s tem papirjem postavili v neprekinjeno kolono, bi ta segala od Ljubljane do Portorža.

časopisi, revije, reklame

Osnovna surovina za izdelavo papirja so naravne vlaknate snovi, pridobljene večinoma iz smrekovega ali bukovega lesa.

kartonske škatle

Karton je enoplasten, dvoplasten ali triplasten - plasti so različne kakovosti. Lepenka je vedno večplastna, valovita lepenka ima med dvema ravnima eno valovito plast.

pisarniški papir

Bel papir za pisanje in tiskanje premazov. Lahko je potiskan ali...



Kako kroži odpadna plastika

Ko odpadno plastično embalažo odvržemo, moramo poskrbeti, da je prazna in čista.



Plastenka v naravi razpada 450 let, v morju pa še dlje.

Vsak od nas na leto zavrže 50kg plastike ali tože 900 plastenk.

10% letno izdelane plastike konča v morju in s tem uničuje ekosistem.

Za proizvodnjo ene plastenke, ki ni iz reciklirane plastike, se porabi 3 litre vode.

Iz 25 odpadnih plastenk lahko izdelamo eno jopico iz flisa.

1 PETE
polietilen tereftalat

Za proizvodnjo PET plastenk za brezalkoholne pijače in mlečne izdelke.

2 HDPE
polietilen visoke gostote

Za proizvodnjo različne embalaže (za tekoče mleko, mehčalce, pokrovice brezalkoholnih pijač), čevlji, igrače, vrtna pohištva.

4 LDPE
polietilen nizke gostote

Za proizvodnjo raznih nosilnih plastičnih vrečk.

5 PP
polipropilen

Za proizvodnjo različne embalaže (mesni izdelki, čips, bonboni...), avtomobilskih odbijačev, zabojev za sadje.

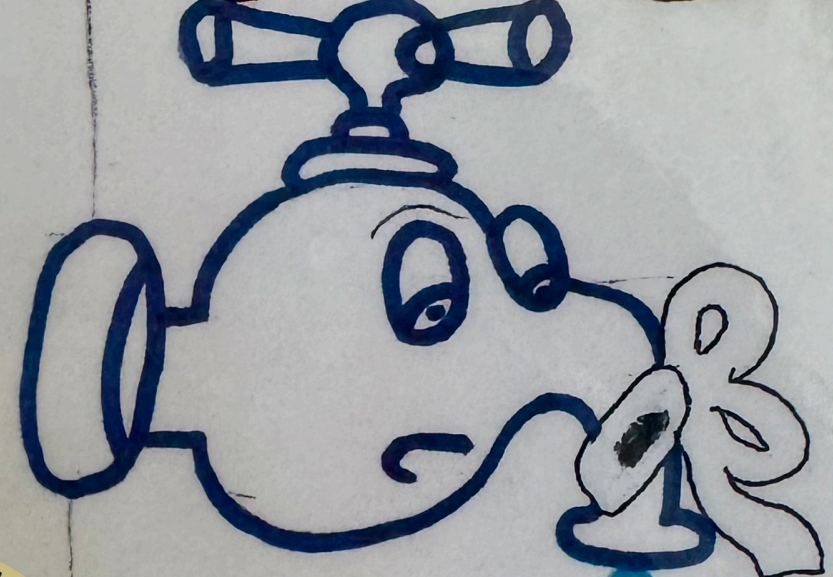
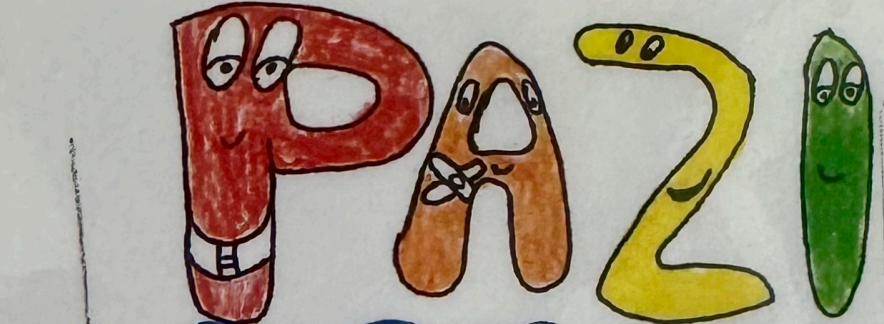
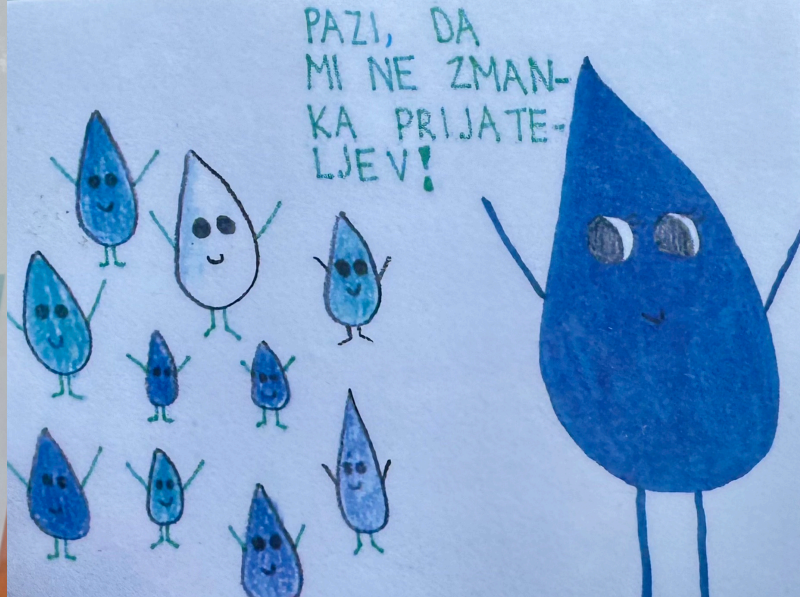
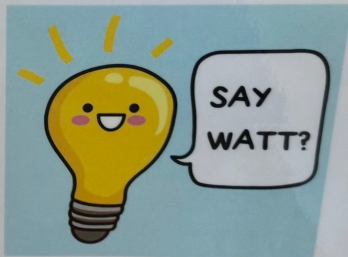
6 PS
polistiren

Za proizvodnjo stropov, lončkov za vodo in kavo.

LOČEVANJE ODPADKOV JE KLJUČNO

ČAKAŠ.....?!?!?!?

POSTANI EKO FRAJER 😊
UGASNI LUČ!



DA MOJ

NOS NE BO
VEČ PUŠČAL



VIDIŠ OSEBO,
KI JE ODGOVORNA
ZA:



tvoje BESEDE
tvoja DEJANJA
tvoje USPEHE
tvoje IZBIRE

UREJENO SPANJE KREPI ZDRAVJE

Urejeno spanje vsak dan ob približno istem času z zapolnjenimi spanci in kakovostnega spanja zagotavlja boljše kvaliteto življenja v vseh starostnih obdobjih.

UREJENO SPANJE

- splošno vpliva na zdravje srca in čilija, bolje uravnava telesno težo, boljše telesno pripravljenost;
- dobro počutje, lažje uravnava čustev in sprostitvenje v stresu;
- boljše sposobnosti in miselne sposobnosti;
- izboljšano delovanje imunskega sistema in uravnava hormonski;
- večja varnost v prometu, pri delu in vsakdanjih aktivnostih ...

PRIPOROČENA DOLŽINA SPANJA PO STAROSTNIH SKUPINAH

14-17 ur	12-16 ur	11-14 ur	10-13 ur	9-11 ur	8-10 ur	7-9 ur	7-9 ur	7-8 ur
----------	----------	----------	----------	---------	---------	--------	--------	--------

KAKO LAHKO POSKRIBIMO ZA UREJENO SPANJE

PRIPOROČILA ZA DOBRO SPANJE SOLARJI IN MLADOSTNIKI

OMEJITI UPORABO ZASLONOV V SPALNICI

TELESNA VADBA ZA BOLJE SPANJE

ČIM MANJ KOFEINA

BREZ PRIGRIZKOV PRED SPANJEM

DOBRA IN STALNA RUTINA PRED SPANJEM

SPANJU PRIJAZNA SPALNICA

POGOVORI SE O PROBLEMIH

IZOGIBAJ SE PREDOLGEMU SPANJU MED VIKENDI

PRIPOROČILA ZA DOBRO SPANJE SOLARJI IN MLADOSTNIKI

Mladostniki se pogosto soočajo s pomanjkanjem spanja, saj je za vse pogosto znanost, da odhajajo v posteljo pozno, zaradi obveznosti (predvsem šolskih) pa vstajajo zgodaj. K temu bistveno prispeva tudi disleksija, zaradi katere mnogi odhajajo pozno v posteljo, vstati med vikendi.

KAKO KLJUB TEMU ZADOSTI POTREBAM PO SPANJU?

- OMEJITI UPORABO ZASLONOV V SPALNICI**
Odstrani elektronske naprave iz spalnice in jih ne uporabljaj vsaj 30 minut pred upravljanjem. Močna svetloba, ki jo zasveti oddaja, moti usvajanje in spanje.
- TELESNA VADBA ZA BOLJE SPANJE**
Čez dan bodi čim več telesno dejaven (vaja eno uro vsak dan), vendar ne 1h pred spanjem.
- ČIM MANJ KOFEINA**
Kofein, ki se nahaja v kavi, nekaterih čajih, odvisnih in energetskih pijačah ter čokoladi, se izloča vsaj 4 ure pred spanjem.
- BREZ PRIGRIZKOV PRED SPANJEM**
Izogibaj se prigrizkom ter premaginam ali prebitim obrokom pred spanjem.
- DOBRA IN STALNA RUTINA PRED SPANJEM**
Poskrbi za dobro rutino (npr. večerja, osebna higiena, sproščanje), s čimer uro večernega usvajanja.
- SPANJU PRIJAZNA SPALNICA**
Tvoja spalnica naj bo udobna (hladno in tople, dobro prezračena in ne preveč ogreta (18 do 20 °C)).
- POGOVORI SE O PROBLEMIH**
O stvareh, ki te težijo se pogovori z osebo, ki ti pomaga.
- IZOGIBAJ SE PREDOLGEMU SPANJU MED VIKENDI**
Obdrži urejen ritem spanja in budnosti cel teden.



PODKAST NOVINARSKEGA KROŽKA: IvLaMi – IN LOČUJTE TUDI VI

V Matična šola Cerknica, Šolska obvestila / 07. 04. 2026

Predstavljamo vam nekaj, kar naša šola še ni videla. Prvi podkast osnovne šole Notranjski odred Cerknica z naslovom **IvLaMi – in ločujte tudi vi**. Nastal je v okviru programa **Ekošola: Mladi poročevalci za okolje**.

V njem **Iva Simšič**, **Lana Šumer** in **Mila Marković Dobnikar**, učenke novinarskega krožka, spregovorijo o embalaži, odpadkih, onesnaževanju ter pomenu ločevanja in recikliranja. S svojim razmišljanjem opozarjajo na vpliv odpadkov na naravo, vode in živali ter spodbujajo k odgovornemu ravnanju z okoljem. S podkastom so se učenke pod mentorstvom mentorice novinarskega krožka prijavile tudi na **mednarodni natečaj Mladi poročevalci za okolje (Young Reporters for the Environment)**. V natečaju sodelujejo mladi iz številnih držav, ki s svojimi prispevki postajajo glasniki sprememb v lokalnem in širšem okolju in opozarjajo na pomembne okoljske izzive ter širijo zavest o trajnostnem ravnanju.

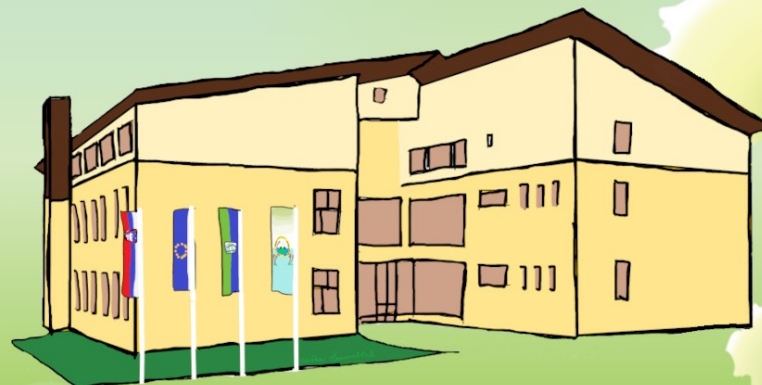
Kot gosta sta se vključila tudi učiteljica Veronika Švigelj in učitelj Uroš Canjko, ki sta s svojim sodelovanjem podkast še dodatno obogatila.

Beseda **podkast** izvira iz angleške besede »*podcast*«, ki je nastala iz združitve besed **iPod** in **broadcast** (oddajanje). Pomeni zvočno oddajo, ki jo lahko poslušamo prek spleta kadarkoli in kjerkoli, podobno kot radijsko oddajo, le da si čas poslušanja izberemo sami.

(Eko)vabljeni k poslušanju, kjerkoli in kadarkoli.

Julija Poljanec, mentorica novinarskega krožka





INFORMACIJE O ZAVODU V DOSTOPNI OBLIKI

PRILJUBLJENE POVEZAVE

JEDILNIKI

PODKAST NOVINARSKEGA KROŽKA: IvLaMi – IN LOČUJTE TUDI VI

V *Matična šola Cerknica, Šolska obvestila* / 07. 04. 2026

Predstavljamo vam nekaj, kar naša šola še ni videla. Prvi podkast osnovne šole Notranjski odred Cerknica z naslovom **IvLaMi – in ločujte tudi vi**. Nastal je v okviru programa **Ekošola: Mladi poročevalci za okolje**.

V njem **Iva Simšič**, **Lana Šumer** in **Mila Marković Dobnikar**, učenke novinarskega krožka, spregovorijo o embalaži, odpadkih, onesnaževanju ter pomenu ločevanja in recikliranja. S svojim razmišljanjem opozarjajo na vpliv odpadkov na naravo, vode in živali ter spodbujajo k odgovornemu ravnanju z okoljem. S podkastom so se učenke pod mentorstvom mentorice novinarskega krožka prijavile tudi na **mednarodni natečaj Mladi poročevalci za okolje (Young Reporters for the Environment)**. V natečaju sodelujejo mladi iz številnih držav, ki s svojimi prispevki postajajo glasniki sprememb v lokalnem in širšem okolju in opozarjajo na pomembne okoljske izzive ter širijo zavest o trajnostnem ravnanju.

ŠOLSKI ČASOPIS



v
Žabice

[Domov](#) [Zabava ▾](#) [Naši šolski dnevi ▾](#) [Intervjuji](#) [Naše ustvarjanje ▾](#) [Mi v prostem času ▾](#) [Literarne strani](#)

IZHODIŠČA IN PROBLEM

- ✓ **embalaža** je del vsakdana učencev
- ✓ pogosto **nerazumevanje vplivov na okolje**
- ✓ potreba po **aktivnem učenju**
- ✓ povezovanje **trajnostne in medijske pismenosti**

CILJI

1. razvijati trajnostno pismenost
2. razvijati medijsko pismenost
3. spodbujati **raziskovanje**
4. razvijati **kritično mišljenje**
5. krepiti **sodelovanje**
6. javna **komunikacija**

NAMEN:

ozaveščanje
o pravilnem
ravnanju z
embalažo in
odpadki

CILJI TRAJNOSTNEGA RAZVOJA

SDG 4: Kakovostno izobraževanje

SDG 12: Odgovorna poraba in proizvodnja

SDG 13: Podnebni ukrepi



KAKOVOSTNO
IZOBRAŽEVANJE



ODGOVORNA PORABA
IN PROIZVODNJA



PODNEBNI
UKREPI

OKVIR PROJEKTA

- program: MPO/YRE
- izvedba: novinarski krožek
- tema: embalaža in ločevanje odpadkov
- končni izdelek: **podkast *IvLaMi***

– in ločujte tudi vi

KAKO JE NASTALA IDEJA?

KAM gre embalaža?

ZAKAJ pravilno ločevati?

KAJ se zgodi z odpadki?

KAKO ozaveščati druge?

P O D K A S T



POTEK DELA



RAZISKOVANJE



SCENARIJ



INTERVJUJI



SNEMANJE








MONTAŽA



OBJAVA



MLADI KOT RAZISKOVALCI

-  opazovali okolje
-  zbirali podatke
-  raziskovali tematiko embalaže
-  oblikovali vprašanja
-  kritično vrednotili informacije



INTERVJU

- ◆ priprava vprašanj
- ◆ izvedba intervjujev
- ◆ poslušanje različnih pogledov
- ◆ razvoj **komunikacijskih spretnosti**



SNEMANJE PODKASTA

- priprava **scenarija**
- snemanje glasu + jasna dikcija
- sodelovanje skupine
- tehnična obdelava zvoka



PODKAST

IvLaMi

— in ločujte tudi vi ♡

Podkast novinarskega krožka
Avtorice: Iva Simšič (9. c), Lana Šumer (7. b),
Mila Marković Dobnikar (7. b)
Mentorica: Julija Poljanec
Natečaj projekta Ekošola – Mladi poročevalci za okolje

The graphic features a large black microphone on the left, a pair of headphones below it, and a green leaf icon on the microphone's pop filter. The background is a watercolor-style illustration of a globe with green leaves and a recycling symbol. The text is in bold, stylized fonts.

KONČNI IZDELEK

A decorative graphic of a green leafy branch extending from the top right corner of the page.



PODKAST

IvLaMi

– in ločujate tudi vi ♡



Podkast novinarskega krožka

Avtorice: Iva Simšič (9. c), Lana Šumer (7. b),
Mila Marković Dobnikar (7. b)

Mentorica: Julija Poljanec

Natečaj projekta Ekošola – Mladi poročevalci za okolje

1:55

5:05



KOMPETENCE

Trajnostna pismenost

- ✧ odgovorno ravnanje
- ✧ razumevanje odpadkov
- ✧ okoljska občutljivost

Medijska pismenost

- ✧ snemanje
- ✧ intervju
- ✧ javno nastopanje
- ✧ **kritično mišljenje**





REZULTATI

- ☆ večja **motivacija**
- ☆ večja **samostojnost**
- ☆ **aktivno sodelovanje**
- ☆ več zanimanja za **okoljske teme**
- ☆ več **odgovornosti**

IZZIVI

- ▶ organizacija časa
- ▶ priprava vprašanj
- ▶ snemalna trema
- ▶ tehnični izzivi
- ▶ montaža zvoka



PRENOSLJIVOST

- voda
- energija
- podnebne spremembe
- biotska raznovrstnost
- prehrana
- odpadki



ZA KONEC

»Mladi ne potrebujejo le
informacij o trajnosti, ampak
tudi priložnosti, da postanejo
aktivni ustvarjalci
sprememb.«

- ✓ *raziskujejo*
- ✓ *ustvarjajo*
- ✓ *ozaveščajo*
- ✓ *trajnost postane
osebna izkušnja*





julija.poljanec@guest.arnes.si



VIRI SLIK

1. **Fotografije snemanja, učencev, aktivnosti ...:** osebni arhiv
 2. **Tematske grafične podobe (zelene in vijolične vizualizacije):**
- ustvarjeno s pomočjo umetne inteligence – ChatGPT (OpenAI), 2026,
zaradi preglednosti navajam vse vire slik na enem diapozitivu





VIRI IN LITERATURA PRISPEVKA

European Commission. (2023). *Packaging waste statistics*.

https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Packaging_waste_statistics

Ministry of the Environment, Climate and Energy of the Republic of Slovenia. (2022). *Waste management in Slovenia*. <https://www.gov.si/en/topics/waste/>

UNESCO. (2017). *Education for sustainable development goals: Learning objectives*.

<https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000247444>

United Nations. (2015). *Transforming our world: The 2030 agenda for sustainable development*. <https://sdgs.un.org/2030agenda>

World Bank. (2022). *What a waste 2.0: A global snapshot of solid waste management*.

<https://openknowledge.worldbank.org/handle/10986/30317>

Young Reporters for the Environment. (2023). *YRE methodology*. <https://www.yre.global>

