

# OD HOJE DO PODNEBNEGA TEKA:

TRAJNOSTNI RAZVOJ IN SKRB ZA ZDRAVJE V  
PREDŠOLSKEM OBDOBJU



Petra Pugelj, VZ Kekec Grosuplje

Kostanjevica na Krki, 30. maj 2026





# UVOD

- Premalo gibanja pri otrocih, prevelika uporaba avtomobilov
- Negativen vpliv na zdravje in okolje
- Gibanje je naravni način otrokovega učenja
- hoja = ena bolj dostopnih oblik trajnostne mobilnosti.
- predšolsko obdobje je ključno za razvoj odnosa do okolja

**KAKO LAHKO TO SPREMENIMO ŽE V  
VRTČU?**





# TRAJNOSTNI RAZVOJ IN PEDAGOŠKA UTEMELJITEV

- temelji na aktivnem učenju
- pomen lastne izkušnje in aktivnega raziskovanja
- trajnostni razvoj temeljiti na razvoju kompetenc, kot so odgovornost, sodelovanje in kritično mišljenje
- v predšolskem obdobju to dosežemo preko igre, gibanja in vsakodnevnih interakcij

## NAMEN:

- povezati gibanje in trajnost

## CILJI:

- razvijati gibalne sposobnosti
- spodbujati hojo
- krepiti okoljsko zavest
- vključevati starše



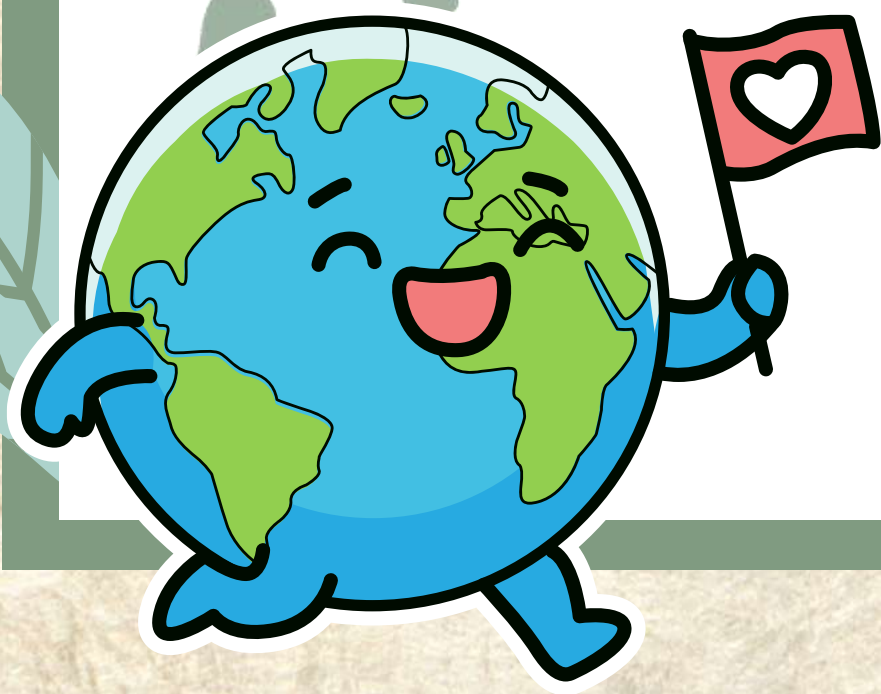


# POMEN HOJE ZA OTROKE, STARE 2-3 LETA

- Hoja kot osnovna oblika gibanja ima dvojno vrednost – prispeva k zdravju in hkrati zmanjšuje vpliv na okolje.
- naravna oblika gibanja, ki je brez vpliva na okolje
- pozitivno vpliva na zdravje
- vpliva na vse aspekte otrokovega razvoja (razvoj koordinacije, večja samostojnost, boljše počutje,...)



KAKO SMO PRIŠLI  
OD SPREHODOV DO  
PODNEBNEGA TEKA





## PRVI KORAKI:

### hoja kot temelj trajnostnega razmišljanja

- skozi leto smo povezali dva projekta: Misija: Zeleni koraki in Podnebni tek
- gibanje = trajnost = zdravje
- sprehodi (vsaj 2x tedensko) so predstavljali osnovo za razvoj gibalnih sposobnosti in priložnost za uvajanje trajnostnih vsebin
- Otroci so preko neposredne izkušnje razvijali razumevanje, da lahko z izbiro načina gibanja vplivamo na okolje, kar je v tem obdobju najbolj učinkovito.

Z vidika trajnostnega razvoja smo hojo predstavili kot okolju prijazno alternativo uporabi avtomobila.





# SPOZNAVANJE TRAJNOSTNE MOBILNOSTI: od opazovanja do doživljanja



Tema: **Mi se z vlakom peljemo**  
(obeleževanje tedna mobilnosti)

- obisk železniške postaje
- spoznavanje vlakov
- javni prevoz kot alternativa
- opazoavnje prometa in vključevanje v promet
- obisk knjižnice

**manj avtomobilov = manj onesnaževanja**





# PODNEBNI TEK:

## gibanje kot sporočilo

- kot celosten dogodek, ki povezuje gibanje, okoljsko ozaveščanje in medsebojno sodelovanje
- skupni uvod in razdelitev skupin, podajanje navodil (tek po skupinah, medsebojno spodbujanje)
- gibanje smo povezali s simbolnim sporočilom – »Tečemo za naš planet«
- preko gibanja smo izražali skrb za okolje, kar predstavlja inovativen pristop k trajnostni vzgoji



gibanje z namenom





## UPORABA ODPADNIH MATERIALOV kot didaktičnih sredstev

- izdelava štafetnih palic iz odpadnega materiala
- medalje za vse prisotne otroke
- spodbujanje ustvarjalnosti in ponovne uporabe
- skozi praktično dejavnost so spoznali, da lahko odpadkom damo novo vrednost

**ponovna uporaba = skrb za okolje**





## BELEŽENJE KORAKOV:

### povezovanje gibanja in okoljske odgovornosti

- 12.729 korakov (6,84 km) za naš planet v tednu Podnebnega teka
- več gibanja, več zavedanja
- beleženje je služilo kot motivacijsko sredstvo in vizualni prikaz napredka

### Sodelovanje s starši

- aktivno vključili v dejavnosti beleženje korakov doma s skupnimi sprehodi, obiski gozda ter v pogovor o trajnostnem ravnanju
- razširili vpliv dejavnosti iz vrtca v domače okolje

ZBIRAMO KORAKE, DA BO NAŠA ZEMLJA ZDRAVA IN ZRAK ČIST.

PODNEBNI TEK	
PON	Obisk smo prehodili 2 km (4.000 korakov)
TOR	Šola delava sprehodi smo prehodili 1,5 km (3.000 korakov)
SRE	PODNEBNI TEK prehodili smo 4.100 korakov
ČET	Prehodili smo 1,7 km (3.400 korakov)
PET	Šolsko okolje v smeri gozda TOČNO ODPADEL!






# INOVATIVNOST PRISTOPA - strokovna utemeljitev

Povezujejo:

- več področij kurikuluma (gibanje, družba, narava),
- temeljijo na izkustvenem učenju,
- vključujejo realne življenjske situacije,
- aktivno vključuje otroke in starše
- povezuje lokalno okolje z globalnimi izzivi (podnebne spremembe)

- otroci doživijo, preizkusijo, razumejo situacije skozi izkušnjo

Dejavnosti so prispevale:

- k izboljšanju gibalnih sposobnosti,
  - razvoju socialnih veščin
  - večji okoljski ozaveščenosti
- 



## PREDNOSTI

- celostni pristop
- aktivno učenje
- povezava z realnim življenjem

## IZZIVI

- starost otrok (abstraktni pojmi)
- organizacija
- sodelovanje staršev





# ZAKLJUČEK


- Postopna nadgradnja izkušenj - od vsakodnevne hoje do izvedbe podnebnega teka kot celostnega dogodka
- otroci trajnostne vsebine spoznavali preko lastne izkušnje
- Hoja kot vsakodnevna dejavnost se je izkazala kot izjemno učinkovit didaktični pristop.
- Nadgradnja s podnebnim tekom je omogočila povezovanje gibanja z vrednotami, kot so skrb za okolje, sodelovanje in odgovornost.
- Vloga vzgojiteljice se je v procesu pokazala kot ključna.
- Predstavljeni primer potrjuje, da lahko z ustrezno zasnovanimi dejavnostmi tudi kompleksne teme, kot so trajnostni razvoj in podnebne spremembe, približamo najmlajšim

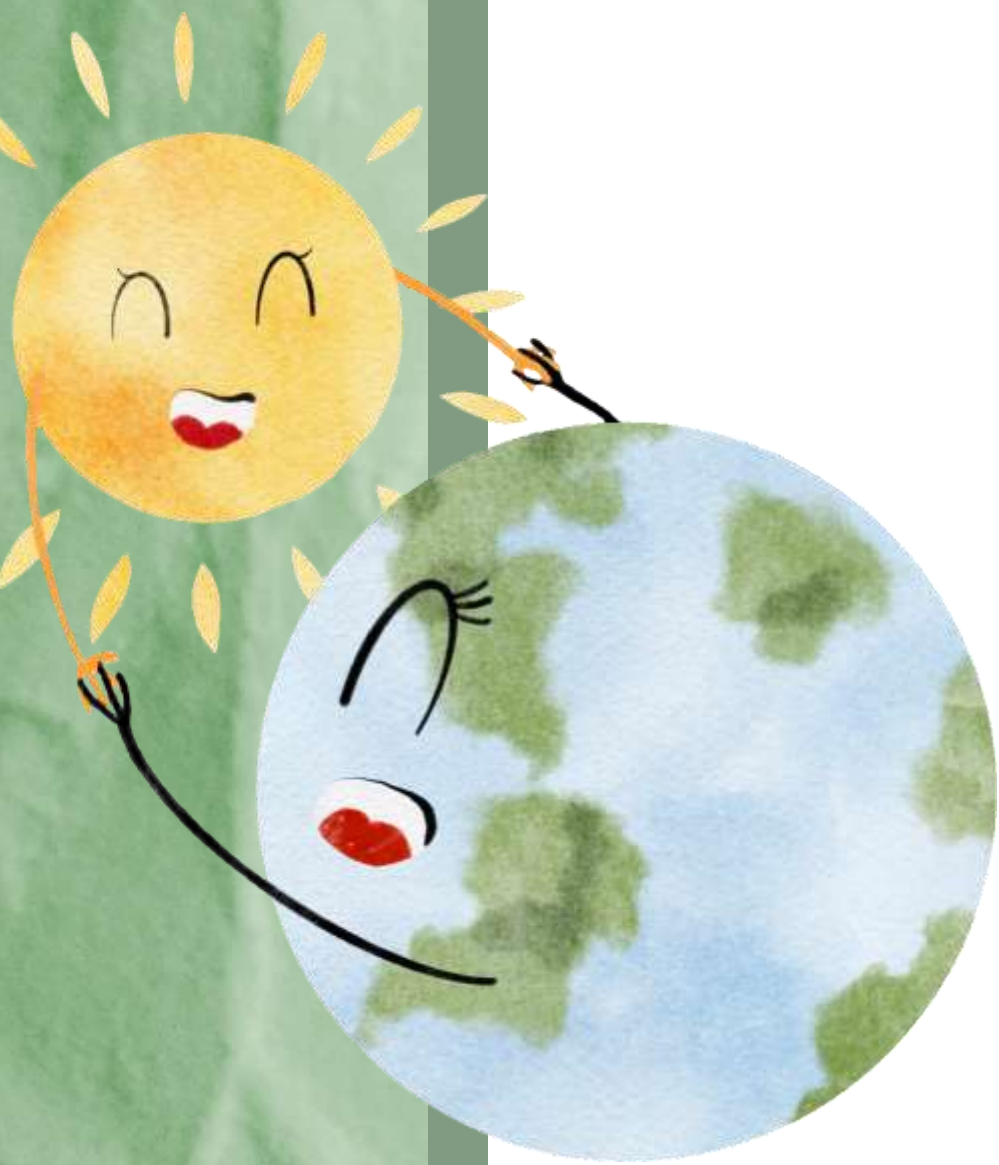
**Male navade, velike spremembe**





# VIRI

- **Batistič Zorec, M. (2003).** Razvojna psihologija in vzgoja v vrtcu. Ljubljana: Pedagoška fakulteta.
  - **Ekošola. (2018).** Zbornik primerov dobrih praks.
  - **Ekošola. (2020).** Zgodnje naravoslovje.
  - **Gallahue, D., & Ozmun, J. (2006).** Understanding Motor Development.
  - **Kurikulum za vrtce. (2025).** Ljubljana: Ministrstvo za vzgojo in izobraževanje, Zavod Republike Slovenije za šolstvo
  - **Marentič Požarnik, B. (2000).** Psihologija učenja in pouka. Ljubljana: DZS.
  - **UNESCO. (2017).** Education for Sustainable Development Goals.
  - **Videmšek, M., Pišot, R. (2007).** Šport za najmlajše.
  - **Videmšek, M., Karpljuk, D., Pišot, R. (2012).** Gibalni razvoj otrok.
  - **WHO. (2020).** Guidelines on physical activity.
- 



# HVALA

## ZA VAŠO POZORNOST

Če se otrok nauči hoditi za planet,  
bo kot odrasel znal skrbeti zanj.

