



Mednarodna konferenca
Od ideje do dejanja – kako vrtci in šole
ustvarjajo trajnostne zgodbe

Varno, trajnostno in odgovorno na poti

Suzana Rebec, prof. RP
Osnovna šola Franja Malgaja Šentjur



Kostanjevica na Krki, 30. 5. 2026



Trajnostni razvoj in mobilnost

- izobraževanje ni le pridobivanje znanja
- oblikovanje vrednot, stališč in kompetenc za odgovorno delovanje v družbi (UNESCO)
- trajnostni način življenja
- spoštovanje človekovih pravic in odgovoren odnos do okolja (UN)





Izhodišča in cilji

- celostno zasnovan pedagoški pristop
- prometna vzgoja, trajnostna mobilnost, gibanje in okoljsko ozaveščanje
- razvijanje prometne kulture, spodbujanje varnih in zdravih oblik mobilnosti, vpliv prometa na okolje
- oblikovanje vrednot: odgovornost, sodelovanje, skrb za skupnost in trajnostno ravnanje
- aktivno in odgovorno sodelovanje pri soustvarjanju varnega, zdravega in trajnostno naravnane okolja

Cilji trajnostnega razvoja



poskrbeti za zdravo življenje in spodbujati splošno dobro počutje v vseh življenjskih obdobjih



zagotoviti enakopravno kakovostno izobrazbo, spodbujati možnosti vseživljenjskega učenja



poskrbeti za odprta, varna, vzdržljiva ter trajnostna mesta in naselja



Opis dejavnosti



- > vzgoja trajnostnih vrednot in varnega vedenja
- > prometna vzgoja
- > trajnostna mobilnost
- > okoljska vzgoja in zdrav življenjski slog
- > različne aktivnosti s prvošolci v okviru pouka, RaP-a, projektnih dneвов, posebnih tematskih tednov

VARNA IN TRAJNOSTNA MOBILNOST PRVOŠOLCEV

Vzgoja trajnostnih vrednot in varnega vedenja

CELOSTNI PRISTOP

Prometna vzgoja | Trajnostna mobilnost | Eko vzgoja

IZVEDENE AKTIVNOSTI

Učne igre | Sprehodi & Pohodi | Sodelovanje s policijo | Čistilne akcije | Gledališke predstave

Prometna varnost in prometna vzgoja

- s policistom na učnem sprehodu »Varno v prometu«
- kratek film »Na cesti nisem sam«
- gledališka predstava Petjin kolesarski izlet
- ustvarjanje



Poučni sprehod s policistom.
Ogled filma.



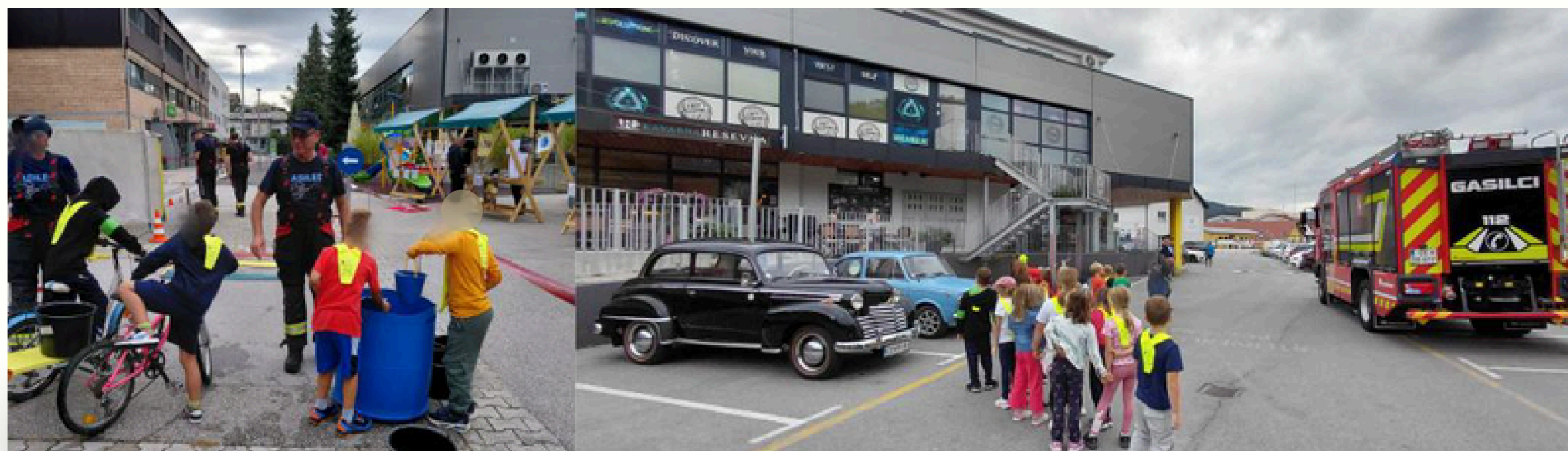
Jaz v prometu, gledališka predstava Petjin kolesarski izlet in Semafor.



Obisk gasilcev

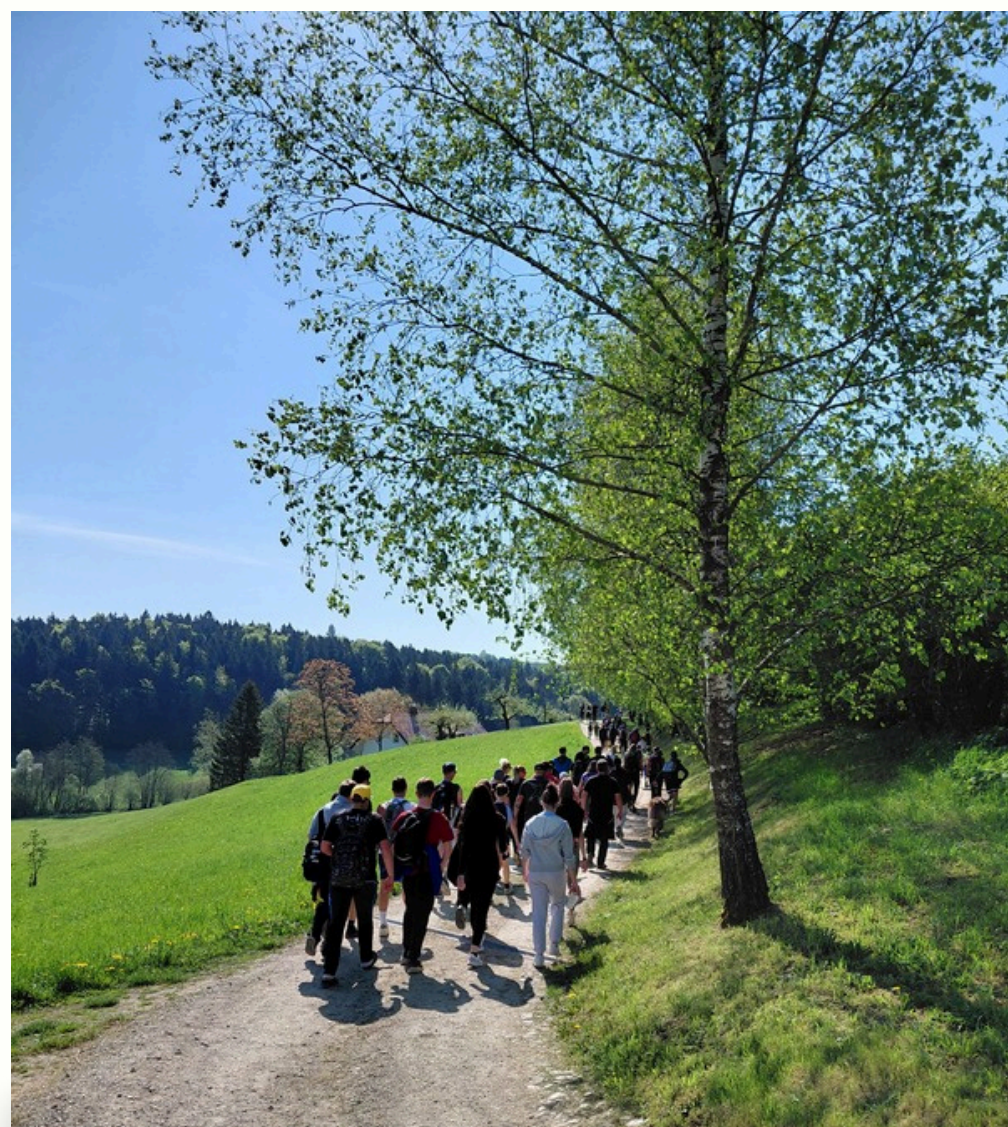


- pomen varnosti, pomoči in odgovornega ravnanja v izrednih situacijah, osnove varnostnih vaj
- ogled starodobnih avtomobilov - promet nekoč in danes



Gasilske varnostne vaje.
Ogled starodobnih avtomobilov.

Trajnostna mobilnost in gibanje



Trajnostna mobilnost in gibanje



JABOLČNI ODMOR



STOJ POKONČNO NA ENI NOGI KOT VISOKO DREVO, POLNO JABOLK.



HODI PO VSEH ŠTIRIH KOT JEŽ, KI NA HRBTU NOSI TEŽKO JABOLKO.



OPONAŠAJ PLEZANJE NA JABLANO.



PLEŠI IN ŠTEJ, KOLIKO JABOLK SI OBRAL.

KOCKA ODMOR



TRIKRAT POSKOČI NA DESNI NOGI.



PET ZVEZDNIH POSKOKOV



TECI NA MESTU. ŠTEJ DO 4.



DVAKRAT POSKOČI.



TIHO SE PLAZI NA MESTU.



ŠTIRIKRAT POČEPNI IN VSTANI.

ZIMSKI ODMOR



PREDSTAVLJAJ SI, DA HODIŠ ALI DRSAŠ PO LEDU.



USTVARI PINGVINOV PLES OB ZIMSKI PESMI.



STRESI SE KOT SNEŽNA KEPA.



POSNEMAJ SNEŽAKA, KI SE TOPI NA SONCU.

- Kartice za aktivne odmore

Prometna varnost in projekti



Sobivanje – Varno v vrtec in šolo

- varnost v zimskem času, vidnost, primerna oprema in pomen odsevnih teles
- prometna pesem
- risanje prometnih znakov



Plakat Odsevna telesa.

-
-
-
-

Izdelovanje prometnih znakov



izdelovanje prometnih znakov "po meri otrok"



Okoljska vzgoja in Eko dejavnosti

Okoljska problematika je tesno povezana s prometnimi, ustvarjalnimi in gibalnimi vsebinami.



zdrav način življenja in prehrana



priprava zdravih obrokov iz lokalnih sestavin, zmanjševanje zavržene hrane ter smiselna uporaba ostankov



jedilniki za posamezne obroke



Čistilne akcije in pogovori o zmanjševanju odpadne hrane



Priprava jedilnikov



ZAJTRK POLNOZRNAT KRUH Z DOMAČO SKUTO IN SEZONSKO ZELENJAVO

SESTAVINE (1-2 PORCIJI):

- 2 REZINI POLNOZRNATEGA KRUHA
- 3-4 ŽLICE DOMAČE SKUTE
- 3-4 REDKVICE
- ½ PARADIŽNIKA ALI NEKAJ ČESNJEVH PARAD.
- NEKAJ REZIN KUMARE
- 1 ČAJNA ŽLIČKA BUČNEGA OLJA (PO ŽELJI)
- ŠČEPEC SOLI IN POPRA
- MALO DROBNJAKA ALI PETERŠILJA



PRIPRAVA:

REZINI POLNOZRNATEGA KRUHA PO ŽELJI RAHLO POPECI, DA POSTANETA HRUSTLJAVI. NA KRUH ENAKOMERNO NAMAŽI SKUTO, REDKVICE, PARADIŽNIK IN KUMARO NAREŽI NA TANKE REZINE. ZELENJAVO RAZPOREDÍ PO KRUHU S SKUTO. DODAJ ŠČEPEC SOLI, POPRA IN POSLUJ S SESEKLJANIM DROBNJAKOM ALI PETERŠILJEM. PO ŽELJI POKAPAJ Z NEKAJ KAPLJICAMI BUČNEGA OLJA.

NASVETI:

- UPORABI STAR KRUH. RAHLO GA POPECI IN BO SPET OKUSEN.
- ZELENJAVO PRILAGODI SEZONI (SPOMLADI REDKVICE, POLETI PARADIŽNIK, JESENÍ PAPRIKA).
- ČE OSTANE SKUTA, JO LAHKO ZMEŠAJŠ Z ZELIŠČI IN SHRANIŠ V HLADILNIKU ZA NASLEDNJI DAN.
- ZA VEČ BELJAKOVIN DODAJ KUHANO JAJCE ALI PEST SEMEN (NPR. SONČNIČNA ALI BUČNA).
- ZAJTRK LAHKO DOPOLNIŠ Z LOKALNIM SADJEM (JABOLKO ALI HRUŠKA).



DOPOLDANSKA MALICA PROSENA KAŠA Z JABOLKI, OREHI IN MEDOM

SESTAVINE (ZA 1 OSEBO):

- 50 G PROSENE KAŠE
- 1 SREDNJE VELIKO JABOLKO (PO MOŽNOSTI DOMAČE)
- PEST OREHOV
- 1 ČAJNA ŽLIČKA MEDU
- 1 DL MLEKA (KRAVJE ALI RASTLINSKO, NPR. OVSENO)
- ŠČEPEC CIMETA
- MALO LIMONINEGA SOKA

PRIPRAVA:

- PROSENO KAŠO DOBRO SPERI POD VROČO VODO, NATO JO KUHAJ V MLEKU PŘIBLIŽNO 10-15 MINUT.
- JABOLKO NAREŽI NA MAJHNE KOŠČKE IN GA NA HITRO PODOŠI V PONVI Z NEKAJ KAPLJICAMI LIMONINEGA SOKA IN CIMETOM.
- KUHANO KAŠO PŘELU V SKLEDO, DODAJ JABOLKA, SESEKLJANE OREHE IN MED.
- PO ŽELJI DODAJ ŠE MALO JOGURTA ZA BOLJ KREMASTO TEKSTURO.

ZAKAJ JE TO DOBRA IZBIRA?

- PROSENA KAŠA JE LAHKO PŘEBAVLJIVA IN BOGATA Z MINERALI.
- JABOLKA IN OREHI SO POLNI VLAKNIN IN ZDRAVIH MAŠČOB.
- OBROK TE NASITI, NE DA BI BIL PŘETEZAK.

NASVETI ZA MANJ ZAVRŽENE HRANE:

- UPORABI PŘEZRELA JABOLKA. MEHKEJŠA SO IDEALNA ZA KUHANJE, TUDI ČE NISO VEČ LEPA NA POGLED.
- SKUHAJ VEČ KAŠE IN JO SHRANI V HLADILNIKU ZA NASLEDNJI DAN - LAHKO JO UPORABIŠ TUDI KOT OSNOVO ZA SLADICO ALI ZAJTRK.
- OREHOVE LUPINE LAHKO UPORABIŠ ZA KURJAVO ALI KOMPST.
- MED NADOMESTI Z OSTANKI MARMELADE, ČE JO IMAŠ ODPŘTO V HLADILNIKU.



KOSILO AJDOVA SKLEDA S PEČENO ZELENJAVO IN JOGURTOVO OMAKO

SESTAVINE:

- 150 G AJDOVE KAŠE
- 1 MAJHNA ČEBULA
- 2 KORENJA
- KOS ZELJA ALI ½ MANJŠE GLAVE
- 2 ŽLICE OLIVNEGA ALI BUČNEGA OLJA
- SOL, POPER

JOGURTOVA OMAKA:

- 150 G NAVADNEGA JOGURTA
- 1 STROK ČESNA
- MALO LIMONINEGA SOKA ALI JABOLČNEGA KISA
- SESEKLJAN PETERŠILJ

PO ŽELJI:

- PRAŽENA SONČNIČNA ALI BUČNA SEMENA
- OSTANKI PEČENE ZELENJAVE IZ PŘEJŠNEGA DNE



PRIPRAVA:

SKUHAJ AJDO. AJDOVO KAŠO SPERI. KUHAJ V DVAKRATNI KOLIČNI VODE PŘIBLIŽNO 15 MINUT. KO JE KUHANA, JO RAHLO POSOLI IN PUSTI STATI S MINUT. SPECI ZELENJAVO. KORENJE NAREŽI NA TRAKOVE, ČEBULO NA REZINE, ZELJE NA VEČJE KOSE. ZELENJAVO PŘEŠEŠAJ Z OLJEM, SOLJO IN POPROM PEČI 20-25 MINUT NA 200 °C, DOKLER RAHLO NE PORJAVI. JOGURTOVA OMAKA ZMEŠAJ JOGURT, STIŠNEN ČESEN, LIMONIN SOK ALI KIS, SESEKLJAN PETERŠILJ. V SKLEDO DAJ AJDO. DODAJ PEČENO ZELENJAVO. PŘELU Z JOGURTOVO OMAKO. POTRESI S SEMENI.

NASVETI ZA MANJ ZAVRŽENE HRANE:

- OLUPKE IN TRDE DELE ZELENJAVE SHRANI V ZAMRZOVALNIKU → ZA ZELENJAVNO JUŠNO OSNOVO.
- ČE OSTANE AJDA, JO NASLEDNJI DAN UPORABI ZA HLADNO SOLATO ALI POLPETE.
- JOGURTOVO OMAKO LAHKO NASLEDNJI DAN UPORABIŠ KOT NAMAZ ZA KRUH ALI PŘELIV ZA SOLATO.





Tradicionalni slovenski zajtrk





Čistilna akcija

Dejavnosti v tednu otroka



- poučevanje učencev predmetne stopnje v tednu otroka

Varne poti



V prometu



Prehod za pešce



Igre po postajah



Dejavnosti v tednu otroka



Knjige o prometu

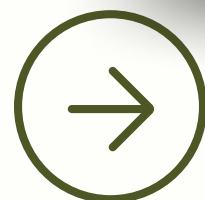


Prometne pobarvanke





Gledališka predstava





Aktivnosti v razredu

SEMAFOR

SE, SE, SEMAFOR
NA KRIŽIŠČU SAM STOJI,
RDEČE GLEDA IN NIKOGAR
SPLOH ČEZ CESTO NE SPUSTI.

RDEČA, RDEČA,
RUMENA, RUMENA,
ZELENA, ZELENA, GREMO!

VARNO, VARNO ČEZ CESTO,
GREMO, GREMO V NAŠE MESTO,
VARNO, VARNO ČEZ CESTO,
GREMO, GREMO NA SPREHOD.

SE, SE, SEMAFOR
VČERAJ JE HUDO ZBOLEL,
KIHA IN RUMENO ŽMIGA,
TEGA NI NIHČE VESEL.

POGLEDAM LEVO,
POGLEDAM DESNO
IN SE ENKRAT LEVO, GREMO!

VARNO, VARNO ČEZ CESTO
GREMO, GREMO V NAŠE MESTO
VARNO, VARNO ČEZ CESTO
GREMO, GREMO NA SPREHOD.

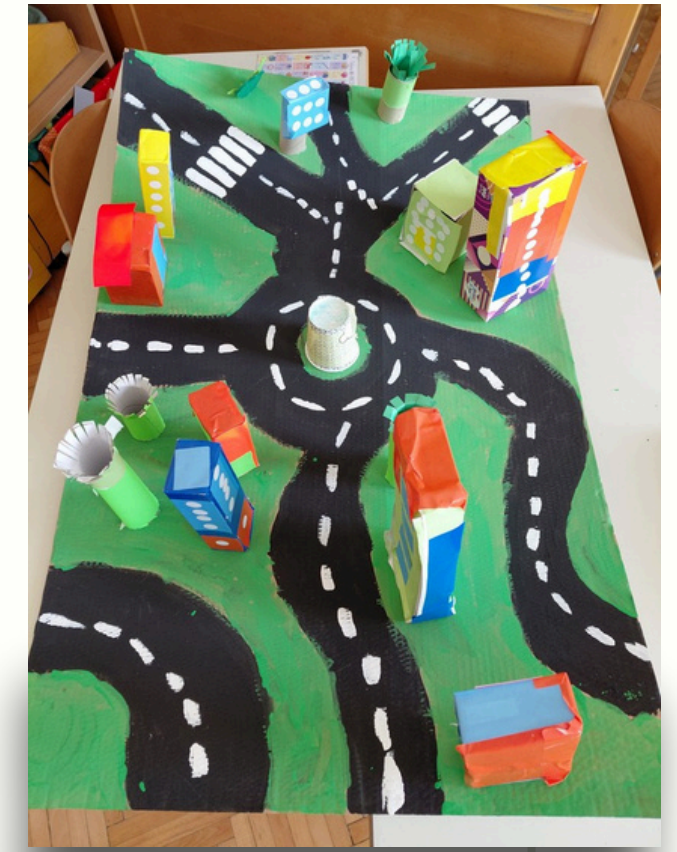




Aktivnosti v razredu

Ustvarjalne delavnice Vozila prihodnosti – brez onesnaževanja









Tehniški dan - ustvarjanje iz odpadnih materialov ...





Zaključek

-  spodbujanje razvoja znanja, spretnosti in trajnostnih vrednot
-  izkustveno učenje, medpredmetno povezovanje, sodelovanje z lokalno skupnostjo ter visoka motivacija učencev
-  časovna in organizacijska zahtevnost, pomanjkanje dolgoročnega spremljanja učinkov na vedenjske navade
-  vprašanja trajnosti sprememb, večje vključenosti staršev in sistemske podpore širšega okolja

Hvala za vašo pozornost.

»Vsaka pot, ki jo izberemo, pušča sled –
izberimo takšno, ki ohranja naravo čisto.«



Viri slik (po prosojnicah):

#1, 2, 3, 10, 11, 12: canva, Magic media Canva

#4: [OZN](#)

#5: AI ustvarjena ikonografika

#6-10, 12, 14-23: lastni vir

#13, 14, 24, 25: Canva, Magic media Canva