

PREDSTAVITEV DEJAVNOSTI V RAZŠIRJENEM PROGRAMU ZA ŠOLSKO LETO 2020/21

PRVA POMOČ ZA OTROKE

STAROST: **3.–5. r**; v 2 skupinah

TERMIN: *vsaka skupina 1 uro tedensko*

KRATEK OPIS: Prva pomoč za otroke poteka pod vodstvom učiteljice Petre Bergoč, ki je tudi bolničarka pri RK. Z otroki se skozi igro učimo veščin prve pomoči.

IZVAJALKA: Petra Bergoč

STAROST: **6.–9. r**

TERMIN: *enkrat tedensko oz. po sklopih*

KRATEK OPIS: Spoznavali bomo stanja ogrožujoča za življenje, kako prepoznamo obolenja, kako preprečimo poškodbe, kako prepoznamo nesrečo. Učili se bomo povijanja, imobilizacije, temeljnih postopkov oživljanja ...

IZVAJALKA: Eva Šuštaršič

**Prva pomoč in otroci.
Bodi heroj. Rešuj življenja. Prva pomoč je za vsakega, kjerkoli.
Prva pomoč rešuje življenja.**



Pomembna dejstva:

- Otroci predstavljajo pomemben del naše družbe in so sposobni reševati življenja v krogu družine in med vrstniki.
- Prva pomoč rešuje življenja.
- Nesreča se lahko zgodi kadarkoli, kjerkoli in komurkoli.
- Vsakih 5 sekund nekdo na svetu umre zaradi posledic poškodb.
- Otroci se zelo hitro učijo v otroških letih.
- Pomembno je opozarjati na učenje veščin iz prve pomoči v teh letih, saj jim ta znanja omogočajo ustrezno ukrepanje ob nesrečah in prepoznavanje tveganj in nevarnosti.
- Otroci, ki se učijo veščin prve pomoči, bodo dobro pripravljene na situacije v izrednih razmerah in se bodo lažje učinkovito odzvali v nujnih primerih in rešili svoje življenje ali življenje ljudi okoli njih.

RAD SEM JAZ

STAROST: **6.–9. r**

TERMIN: *enkrat na teden v prvem polletju*

KRATEK OPIS: Pozitivna samopodoba posameznika je ključ do srečnega in zadovoljnega življenja, ter nam omogoča, da se lažje soočamo z vsakodnevnimi izzivi. V sklopu delavnice Rad sem jaz bomo spoznavali sami sebe, drug drugega, raziskovali bomo svoje vire moči, se kreativno izražali in ustvarjali.

IZVAJALKA: Nina Ahčin

ZELIŠČARSKI KROŽEK

STAROST: 4.–6. r

TERMIN: *Delo v krožku prilagajamo letnim časom in sposobnostim učencev, načeloma pa se bo izvaja enkrat na teden oz. po potrebi. Krožek poteka celo šolsko leto.*

KRATEK OPIS: Učenci pri zeliščarskem krožku razvijajo znanja, spretnosti in veščine o zeliščih in ravnanju z okoljem, ki jih vodijo k inovativnosti in ustvarjalnosti ter podjetnosti.

Spoznajajo, kako ohranjati naravo čisto in lepo, spodbujamo naravnost k trajnostnem razvoju. S tem ko skrbijo za vrtiček in šolsko okolico, razvijajo skrb za lastno zdravje in za zdravje drugih ljudi. Učenci tudi udeležujejo svoje zamisli glede podjetnosti (prodaja mešanice čajev, sivkinih vrečka, naravne kozmetike,)

Ker zeliščarski krožek poteka že vrsto let, ga, predvsem učenci druge triade, radi obiskujejo nekaj let zaporedoma. Tako si sistematično pridobivajo in gradijo znanja o zeliščnih rastlinah, vzgoji, negi, zdravilnih učinkih ter varstvu okolja in zdravja. To dokazujejo z znanjem o zeliščih in skrbi za šolsko okolico.

Krožek poteka glede na letne čase. Jeseni najprej očistimo in uredimo zeliščni vrt, pobereмо zelišča ter jih posušimo za pripravo čajev in za izdelavo raznih mazil. Nato se lotimo shranjevanja zelišč in izdelave herbarija. Pozimi spoznavamo posamezna zelišča ter recepture, povezane z njimi, izdelujemo sivkine vrečke in mazila za prodajo na božično-novoletnem sejmu. Kuhamo in poskušamo različne čaje ter spoznavamo njihove zdravilne učinke. Iz zelišč naredimo slastne in zdrave zeliščne jedi in namaze. Spomladi urejamo in pripravljamo v les žgane lesene ploščice z napisi zelišč in zelenjave.

Poskušamo si tudi ogledati kakšen znan zeliščarski vrt in podrobneje spoznati zdravilne učinke zelišč. V goste povabimo znano zeliščarko, ki nam predstavi zelišča in pripravke iz njih.

IZVAJALKA: Nadja Černetič

JOGA ZA OTROKE

STAROST: 1.–3. r

TERMIN: *Vadba bo potekala 1-krat tedensko.*

KRATEK OPIS: Vadba joge je namenjena razvoju motoričnih sposobnosti, gibljivosti, moči in prožnosti posameznih mišičnih sklopov in občutenju lastnega telesa ter razvijanju sposobnosti koncentracije in sprostitve. Vadba poteka preko interpretacij pravljic z lastnimi telesi ter izvajanjem lastnih plesnih gibov.

IZVAJALKA: Polonca Šeško

KEMIJA ZA VSAKDAN

STAROST: 7.–9. r

KRATEK OPIS: Spoznali boste enostavne eksperimente, ki nas obdajajo v življenju, pri tem pa si boste izdelali tudi milo. Ob tem boste ozaveščali ustrezen odnos do zagotavljanja kemijske varnosti pri ravnanju s potencialno nevarnimi snovmi.

IZVAJALKA: Anja Kotar

PLANINSKI KROŽEK

STAROST: 1.–9. r

TERMIN: *enkrat tedensko*

KRATEK OPIS: Na naši šoli že zelo dolgo in uspešno deluje planinska skupina. Učenci se enkrat na teden zberejo pri planinskem krožku in spoznavajo gore, planinske živali, rastline, varno hojo, prehrano, opremo,.... Vsak mesec se lahko sami ali skupaj s starši udeležujejo planinskih izletov, ki jih vodijo vodniki Mladinskega odseka pri PD Postojna. V juliju je organiziran planinski tabor.

IZVAJALKA: Miram Šatej Cucek

TABORNIŠTVO IN PREŽIVETJE V NARAVI

STAROST: **7.–9. r**

TERMIN: *Dejavnost bo potekala v treh sklopih po 5 ur.*

KRATEK OPIS: Spoznavanje taborniških veščin, orientacija, preživetje v naravi, izdelava bivakov ...

IZVAJALEC: Miran Čeligoj

KMETIJSKI KROŽEK

STAROST: **za učence od 1.–4. r na podružnični šoli v Šmihelu**

TERMIN: *Potekal bo enkrat tedensko, 45 minut v času podaljšanega bivanja.*

KRATEK OPIS:

Krožek bo zajemal naslednje cilje:

- izdelovanje plakatov
- spoznavamo, kaj rastlina potrebuje za rast
- kako je sestavljena rastlina
- čiščenje listja na šolski zelenici, pometanje
- izdelovanje zeliščnega vrtička
- sajenje rož
- spoznajmo poklic čebelarja
- naloge čebel
- obisk bližnje kmetije
- spoznavamo različne prsti, vpliv podnebja na rastline
- značilnosti zelišč
- izdelovanje regratovega, smrekovega, tropotčevega sirupa
- spoznajmo, katero sadje in zelenjava je značilno za določen letni čas, ...

IZVAJALKA: Erika Čuš

VRTNARSKI IN SADJARSKI KROŽEK

STAROST: **5.–9. r**

TERMIN: *Delo bo potekalo po sklopih po 2 šolski uri ob lepem vremenu.*

KRATEK OPIS:

Dejavnosti na šolskem vrtu in v sadovnjaku glede na letni čas.

1. Dejavnosti od pomladi do jeseni
2. Priprava vrta in sadovnjaka na zimo
3. Postavitev že načrtovane vrtnete

Ekскурzija (4 šolske ure ali več)

Cilj ekscurzije bodo izbrali učenci izmed več ponujenih lokacij glede na interes.

- Primer šolskega vrta na eni od bližnjih osnovnih šol
- Primer ekološke pridelave hrane
- Zavetišče za živali

IZVAJALKI: Erika Jug, Karmen Zafred Maver

KUHARSKI MOJSTRI

STAROST: **4.–6. r**

TERMIN: *preko celega šolskega leta, 2 šolski uri, na 14 dni*

KRATEK OPIS: Pri krožku bomo pripravljali jedi za posebne priložnosti (peka preprostega peciva z učenci, priprava zdravih prigrizkov, priprava dekoracij).

Pripravljali pa bomo tudi preproste jedi, ki so značilne za države po svetu – bodisi so njihove tradicionalne jedi bodisi so zelo znane ali se pogosto jedo v posameznih državah. Izhajali bi tudi iz šolskega vrta, kolikor bi bilo možno.

Spoznali bomo prehrano športnika in pripravili zdrave vitaminske napitke, sadne ali zelenjavne. Naučili se bomo pripraviti tudi dietne obroke brez določenih hranilnih snovi (brez ali z manj sladkorja, soli, jajc, glutena ...) in spoznali, katere zamenjave živil lahko uporabimo namesto osnovnih ter da so te jedi lahko ravno tako okusne.

IZVAJALKA: Maja Mladenović

ČEBELARSKI KROŽEK

STAROST: **3.–9. r**

TERMIN: *1 ura tedensko*

KRATEK OPIS: Učenci se seznanijo z zgodovino čebelarstva in spoznavajo čebele, delo čebelarja. Na krožku pa ni pomembno samo nabiranje teoretičnega znanja, bolj kot tega se krožkarji veselijo delavnic. Ogledajo si čebelnjak, kjer pridejo v stik s čebelami.

IZVAJALEC: čebelar – zunanji izvajalec

LJUDSKE RAJALNE IGRE

STAROST: **1.–2. r**

TERMIN: *Vadba bo potekala enkrat tedensko.*

KRATEK OPIS: Učenci spoznajo ljudske rajalne igre. Preko igre bodo učenci razvijali igrivost, družabnost, komunikativnost in razigranost.

IZVAJALKA: Nadja Slavec

IGRE Z ŽOGO

STAROST: **3.–5. r**

TERMIN: *Vadba bo potekala enkrat tedensko po 45 minut.*

KRATEK OPIS: Imaš rad šport? Se še posebej rad igraš z žogo? Če si prikimal in te torej tovrstne dejavnosti zanimajo, se nam lahko pridružiš na igrah z žogo. Naša druženja bodo potekala enkrat na teden (po eno šolsko uro), odvijala pa se bodo v dvorani in na prostem. Ponujamo ti različne elementarne, skupinske, športne, štafetne, sprostitvene igre z žogo, druženje in razvijanje novih spretnosti, veščin ... Stkal pa boš lahko tudi kakšno novo prijateljsko vez. Vabimo te, da se nam pridružiš.

IZVAJALEC: učiteljice podaljšanega bivanja

GIBAM SE

STAROST: **1.–5. r**

TERMIN: *Vadba bo potekala enkrat tedensko po 45 minut.*

KRATEK OPIS: Vadba za razvijanje osnovnih motoričnih sposobnosti z različnimi metodami in načini; elementarne in štafetne igre, igre z žogami, poligoni, sprehodi v naravi ...

IZVAJALEC: Jure Kotnik

EKIPNI ŠPORTI 1

STAROST: **4.–5. r**

TERMIN: *Vadba bo potekala enkrat tedensko po 45 minut.*

KRATEK OPIS: Pri dejavnosti spoznavamo ekipne športe, kot so: nogomet, košarka, odbojka, rokomet, baseball, floorball, hokej v dvorani, hokej na rolerjih ...

IZVAJALEC: Jure Kotnik

EKIPNI ŠPORTI 2

STAROST: **6.–9. r**

TERMIN: *Vadba bo potekala enkrat tedensko po 45 minut.*

KRATEK OPIS: Pri dejavnosti spoznavamo ekipne športe, kot so: nogomet, košarka, odbojka, rokomet, baseball, floorball, hokej v dvorani, hokej na rolerjih ...

IZVAJALEC: Jure Kotnik

ŠPORTI Z LOPARJI

STAROST: **6.–9. r**

TERMIN: *Vadba bo potekala enkrat tedensko po 45 minut.*

KRATEK OPIS: Pri dejavnosti spoznamo osnovne tehnične in taktične elemente športov z loparji, kot so: namizni tenis, badminton in tenis.

IZVAJALEC: Jure Kotnik

GIMNASTIKA 1

STAROST: **3.–4. r**

TERMIN: *Vadba bo potekala enkrat tedensko po 45 minut.*

KRATEK OPIS: Pri dejavnosti se spoznamo z osnovnimi gimnastičnimi elementi. Skačemo na mali prožni ponjavi (trampolin), spoznamo elemente akrobatike in elemente na gimnastičnih orodjih (bradlja, preskok, gred, drog, dvovišinska bradlja).

IZVAJALEC: Jure Kotnik

GIMNASTIKA 2

STAROST: **5.–6. r**

TERMIN: *Vadba bo potekala enkrat tedensko po 45 minut.*

KRATEK OPIS: Pri dejavnosti se spoznamo z osnovnimi gimnastičnimi elementi. Skačemo na mali prožni ponjavi (trampolin), spoznamo elemente akrobatike in elemente na gimnastičnih orodjih (bradlja, preskok, gred, drog, dvovišinska bradlja).

IZVAJALEC: Jure Kotnik

GIMNASTIKA 3

STAROST: **7.–9. r**

TERMIN: *Vadba bo potekala enkrat tedensko po 45 minut.*

KRATEK OPIS: Pri dejavnosti se spoznamo z osnovnimi gimnastičnimi elementi. Skačemo na mali prožni ponjavi (trampolin), spoznamo elemente akrobatike in elemente na gimnastičnih orodjih (bradlja, preskok, gred, drog, dvovišinska bradlja).

IZVAJALEC: Jure Kotnik

PIKICE IN PIKE

STAROST: **4.–6. r in 7.–9. r**

TERMIN: *Vadba bo potekala enkrat tedensko po 45 minut.*

KRATEK OPIS: **Plesna skupina Pikice** se bo seznanila z osnovami plesne tehnike in osnovnimi plesnimi elementi, ki jih bomo vključevali v krajše koreografije. Naučili se bomo X skok, skrčko, kick, enojno pirueto in različne položaje rok, ki so značilni za Pom-pon ples. Izvajali bomo tudi vaje za izboljšanje koordinacije, ravnotežja, odzivne moči.

Plesna skupina Pike se bo naučila Pom-pon in Cheer Jazz koreografijo. Naučili se bomo nove plesne elemente, obrate in dvige: Jaetee skok, Toe touch, Tilt in dvojno pirueto. Naučili se bomo tudi gimnastične elemente: preval naprej, rondat, stoja na rokah.

Naučeno bomo predstavili na šolskih in drugih prireditvah v našem kraju. Sodelovali bomo tudi na plesni predstavi ŠD Pike, ki bo v mesecu decembru in pripravili plesno animacijo za VVO Pivka.

IZVAJALKA: Mojca Korent

PREBUDIMO SE Z GIBANJEM

STAROST: **1.–5. r**

TERMIN: *Vadba bo potekala enkrat tedensko po 45 minut.*

KRATEK OPIS: Otroci se v času jutranjega varstva odpravijo v športno dvorano, kjer se na varen način prebudijo z različnimi elementarnimi igrami, športi z žogo ...

IZVAJALKE: učiteljice v jutranjem varstvu