

**OSNOVNA ŠOLA RAKA**

**Raka 36**

**8274 Raka**

**NAČRT IZVEDBE SHEME ŠOLSKEGA SADJA**  
**za šolsko leto 2011/2012**

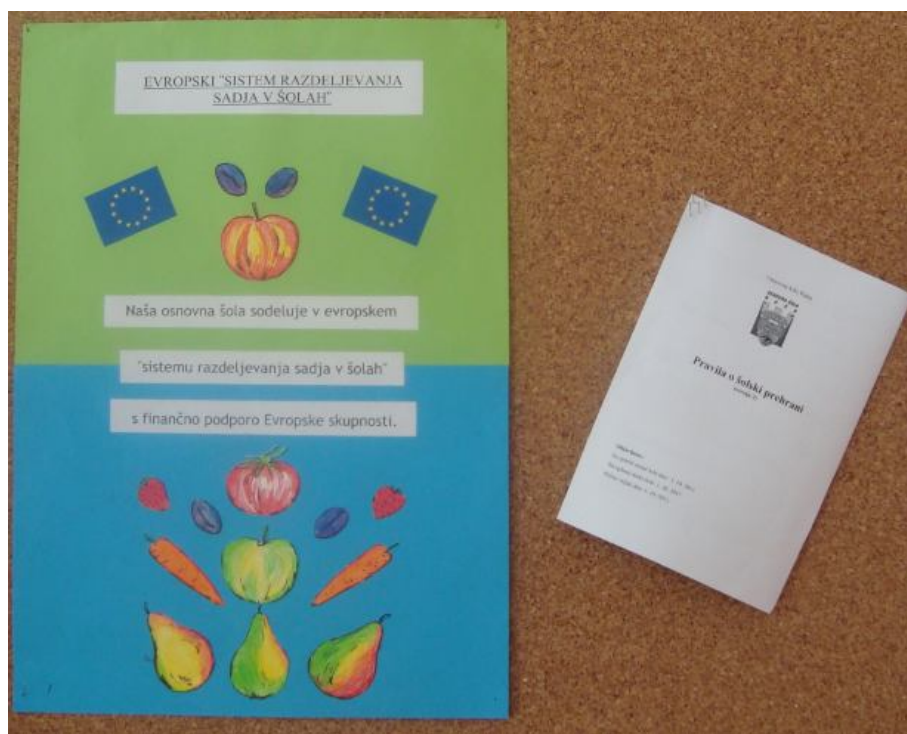
Pripravila:

Organizatorica šolske prehrane Tjaša Hribar

Ravnateljica:

Milvana Bizjan, prof.

ŽIG:



1. *Naziv šole, naslov:* Osnovna šola Raka, Raka 36, 8274 Raka

2. *Odgovorna oseba:* Tjaša Hribar

3. *e – naslov:* hribartjasa@yahoo.com

## **I. Pogostost in način razdelitve SADJA in ZELENJAVE**

- **Kako pogosto boste SADJE oz. ZELENJAVO ponudili učencem?**

V okviru SŠS smo se odločili, da bomo učencem ponudili sezonsko sadje in zelenjavo. Učencem od prvega do devetega razreda bomo ponujali razpoložljivo sadje in zelenjavo enkrat tedensko. Glede na odobrena sredstva bomo odvisno od cen sadja in zelenjave ponudili tudi dvakrat tedensko.

- **Kdaj, v katerih delih dneva?**

Sadje in zelenjavo bomo razdeljevali vsako sredo vsem učencem na šoli, v odmoru po četrti šolski uri. Dežurna učenca bosta prišla po sadje ali zelenjavo v jedilnico in jo odnesla v razred, kjer naj bi imeli naslednjo šolsko uro. Učenci bodo v petih minutah naslednje ure sadje ali zelenjavo kulturno pojedli pri mizi in poskrbeli za čistočo razreda.

- **Na kakšen način?**

Za vse učence šole bosta sadje in zelenjava na voljo v razredu.

## **II. Namen in operativni cilji**

### **Cilji, ki jih razvijamo s shemo šolskega sadja:**

- spodbujati zdravo prehranjevanje,
- ozavestiti učence, starše in delavce šole o zdravi prehrani,

- povečati pogostnost uživanja sadja in zelenjave,
- ozavestiti pomen sadja in zelenjave v prehrani,
- ozavestiti pomen zdravega načina prehranjevanja za zdravje – zmanjšanje tveganja za nastanek številnih bolezni sodobnega časa,
- vplivati na zmanjšanje pojavnosti prekomerne telesne teže in debelosti pri otrocih,
- ozavestiti odgovornost za lastno zdravje,
- spodbujati prevzemanje odgovornosti za lastno zdravje,
- spoznavati in spodbujati uporabo ekološko pridelanega sadja in zelenjave,
- spodbujati pozitiven odnos do narave in hrane,
- spodbujati uživanje sezonskih vrst sadja in zelenjave,
- spodbuditi razvoj in preživetje lokalnih pridelovalcev,
- spodbujati porabo lokalno pridelanega sadja in zelenjave.

### III. Načrt izobraževalnih in promocijskih aktivnosti

#### **Načrt izobraževalnih aktivnosti za učence, delavce šole in starše (medpredmetne povezave, delavnice, predavanja, ekskurzije, ogledi...)**

- od 1. do 9.r.: predavanje o prehrani, higieni, zdravih zobeh, gibanju v sodelovanju z Zdravstvenim domom Krško,
- oblikovanje plakata Shema šolskega sadja,
- o projektu Sheme šolskega sadja bomo poročali na internetni strani šole,
- 4.r.: izvedba tehniškega dne na temo Zdrava prehrana (sestavljanje jedilnika, pripravljane jedi, ter poskušanje),
- 5.r.: obisk eko kmetije, pogovor o nevarnih dodatkih v naši prehrani (5. r.), ter izobraževanje na temo Kaj so kuhale naše babice,
- pogovor na urah oddelčnih skupnosti (o zdravi prehrani ter odnosu do prehrane, obnašanje v jedilnici in pogovor o tekočih težavah glede prehrane);
- medpredmetne povezave (likovni izdelki, pregovori, priprava jedi),
- učne teme v sklopu rednega pouka pri predmetih spoznavanje okolja, naravoslovje in tehnika, naravoslovje, biologija, kemija, gospodinjstvo in športna vzgoja.

## IV. Pridelovalci

- **Na kakšen način boste vključevali pridelovalce/dobavitelje v izobraževalne dejavnosti?**

Ogled ekološke kmetije, v mesecu maju izvedba Šport špas (od 1. do 9. r.) - dan druženja treh generacij (učenci, starši, stari starši + delavci šole, lokalna skupnost, zdravstvena ustanova, povabljeni gostje...); predstavitev projekta SŠS ter promocija zdrave prehrane, degustacija in razstave.

Na Raki, 12. 10. 2011

Pripravila:

Organizatorica šolske prehrane Tjaša Hribar

Ravnateljica:

Milvana Bizjan, prof.

ŽIG: