

AKTIVNOSTI ZDRAVE ŠOLE

Osnovna šola Mala Nedelja



V šolskem letu 2023/2024
sledimo rdeči niti



»LEPA BESEDA LEPE ODNOSE NAJDE«.

V prvih mesecih pouka smo izvedli že kar nekaj
zanimivih dejavnosti.

STOJNICA LEPIH BESED IN LONCA SREČE

- * Na stojnici so člani tima projekta Zdrava šola v loncu sreče »kuhali« čarobne simbole za srečo (zvezdice, pikapolonice, štiriperesne deteljice, srčke ...) ter jih delili vsem učencem, zaposlenim ter ostalim mimoidočim.
- * Delili so tudi prijazna sporočila z »osebno noto« (npr. super oseba si, druga znaš vedno razveseliti ipd.), ki so privabila nasmeha na obraze.

STOJNICA LEPIH BESED IN LONCA SREČE



POSEBEN DAN DEJAVNOSTI



- * Izvedli smo dan dejavnosti na temo »socialno in čustveno učenje«.
- * Posebnost je bila, da so bili učenci razdeljeni v mešane skupine (iz različnih razredov) – na tak način so se lahko med seboj spoznavali, krepili dobre medsebojne odnose ter se učili različnih tehnik sproščanja, nenasilne komunikacije, poudarili skrb za dobro samopodobo, vire pomoči itd.

POSEBEN DAN DEJAVNOSTI



Znanstveno je dokazano, da **optimisti** živijo dlje od pesimistov, saj porabijo manj energije za negativna čustva. Manjkrat zbolijo. Optimisti z lahkoto razvijejo **dobre medosebne** odnose.

Izvedel si, da imate danes 4 ure matematike.

OPTIMIST	PESIMIST
Noljše to kot 4 ure nemirne	JOJ ZAKS! idem domu!

Sošolec je vsem dal čokoladico, tebi pa ne.

OPTIMIST	PESIMIST
Non si pač kupil svojo	Pudem juž tudi sebum dal njemu naslednji

Tvoj primer: **školilo je čokolinoja.**

OPTIMIST	PESIMIST
su su se druge stvari, ki jih lahko jem	ZAKAJ! sovražim svojo življenje! MAMA KUPI VEČ!

HVALEŽNOST je protistrup za slabo voljo.

1. korak: Zapri oči in umiri dihanje.

2. korak: Pomisli na tri stvari, za katere si hvaležen/a. Si hvaležen za svoje zdravje, ker danes ne dežuje, ker je danes odpadel pouk...?

Ali pomisli na tri osebe, ki bi jim ta trenutek rekel »hvala«. Je to tvoj prijatelj/prijateljica, starši, kuharica ali neznanec, ki se ti je nasmehnil na ulici?

3. korak: Globoko vdihni in odpri oči.

PRIJAZNA SPOROČILA ZA UČITELJE

- * V vsakem razredu so učenci na srčke zapisali nekaj prijaznih sporočil za učitelje in izdelali skupni plakat.
- * Zunaj so jim pripravili slavnostno pogrnjeno mizo s kavico in jajčki presenečenja.
- * Zaigrali so jim tudi s harmoniko.



DAN ZA STRPNOST

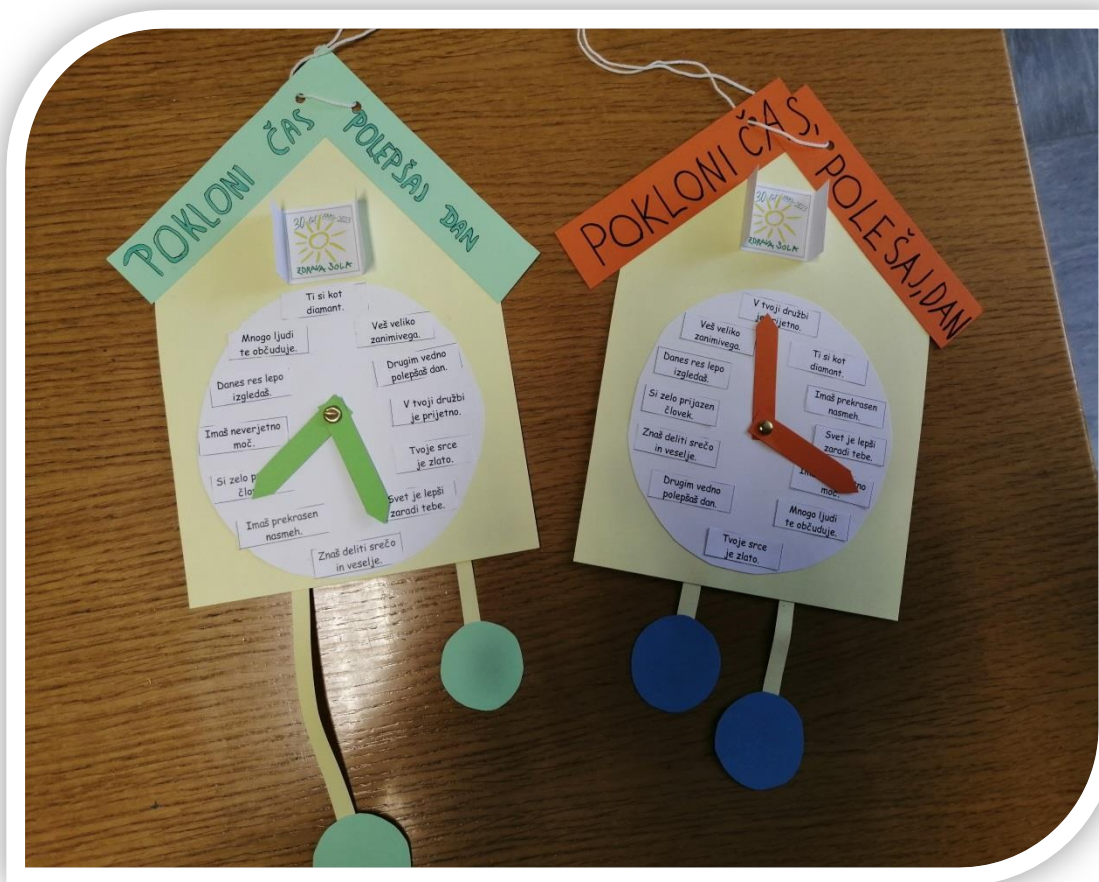
- * V vsakem razredu smo se pogovarjali o strpnosti ter izdelovali plakate. Poudarek je bil na pozitivni medsebojni komunikaciji.



POKLONI ČAS – POLEPŠAJ DAN

- * V vseslovenski akciji z naslovom »Pokloni čas polepšaj dan« smo se povezali z Domom starejših občanov Ljutomer.
- * Učenci so za starostnike izdelali čisto posebne ure – ure, ki ne kažejo časa, ampak kazalci kažejo na prijetne, spodbudne misli.
- * Ure sedaj krasijo njihove sobe.

POKLONI ČAS – POLEPŠAJ DAN



Moje ime je Matic.
Hodim v 8. razred Osnovne šole Mala Nedelja.

Izdelal/a sem Vam čisto posebno uro. Ta ura ne bo merila Vašega časa, ampak bo kazala na prijetne misli. Vsako uro si lahko izberete drugo misel in nanjo predstavite kazalec. Zelo bom vesel/a, če Vam bodo te misli polepšale dan.

Hvaležen/a sem, da sem lahko podaril svoj delček časa prav Vam.

Lepo Vas pozdravljam in Vam želim vse dobro!

DRUŽABNA IGRA

- * Naša avtorska družabna igra je še vedno zelo aktualna.
- * Učenci se jo prav vsak dan igrajo pred poukom in v odmorih.
- * Tako mimogrede ponavljajo, kaj vse vpliva na naše zdravje in dobre medsebojne odnose.



- * V mesecu decembru je vsak učenec na svojo snežinko napisal/narislal tisto, za kar je najbolj HVALEŽEN.
- 
- The image displays three circular frames, each containing a white paper snowflake cutout. The snowflakes are decorated with handwritten text in blue and purple ink. The first snowflake on the left has the text 'Hvaležna sem za domovino' (Grateful for my homeland). The middle snowflake has 'HVALEŽNA SEM DA IMAM' (Grateful that I have) in the center, surrounded by 'DRUŽINO' (Family), 'TOPEL DOM' (Warm home), 'BRILJANTJE' (Shine), 'VODA' (Water), 'HRANO' (Food), and 'TOPLA OBLAČILA' (Warm clothes). The third snowflake on the right has 'DA STA MAMI IN ATI SKUPAJ' (That Mom and Dad are together) in the center.

