

## ZDRAV EKODAN

V petek, 16. novembra, na dan slovenske hrane, smo na OŠ Domžale imeli Zdrav ekodan. Dan smo začeli s slovenskim tradicionalnim zajtrkom, v katerega sodijo: kruh, maslo, med, mleko in jabolko. Namen slovenskega tradicionalnega zajtrka je, da učence spodbudi, da vsako jutro pojedjo nekaj zdravega, saj je to najpomembnejši obrok dneva. Vsa hrana, ki smo jo učenci pojedli pa je slovenskega porekla. Ključen poudarek zajtrka je približali učencem lokalno hrano (tj. hrano iz bližnje okolice), ki ni prepotovala dolge poti in s tem onesnaževala okolja.

### PRVOŠOLCI

Z učenci 1. razreda smo se ta dan veliko pogovarjali o zdravi hrani. Povedali so, da vedno zajtrkujejo, saj je zajtrk zelo pomemben, da se v šoli lahko učijo, telovadijo, igrajo...

Da čebele ne nabirajo med, ampak v panj prinašajo mano in nektar, smo slišali v kratkem filmčku o kranjski sivki.

Za zaključek so učenci narisali risbico (panjsko končnico). Nastali so trije krasni čebelnjaki.

Bojana Rutar

### DRUGOŠOLCI

V petek, 16. novembra 2018, smo imeli drugošolci naravoslovni dan. Prvo šolsko uro smo namenili zajtrku, ki je zelo pomemben dnevni obrok in pomemben dejavnik zdravega življenjskega sloga. Z veseljem smo si privoščili tradicionalni slovenski zajtrk (kruh, maslo, med, mleko in jabolko), ki nam je dal veliko energije za delo.

Ugotovili smo, da je bil zajtrk sestavljen iz zdravih, naravno pridelanih živil in da je v naših družinah med pogosta sestavina jutranjega obroka. Poudarili smo pomen lokalnega kmetijstva, čebelarstva in sadjarstva, ki nam nudijo kakovostna in sveža živila.

Ogledali smo si zgibanko Čebelica, moja prijateljica, filma Kranjska sivka ter Firbcologi in čebele. Po ogledu so učenci posredovali še svoja spoznanja in znanja o čebelah. Dobro znanje so pokazali tudi v kvizu o zdravem načinu življenja.

Lotili smo se različnih praktičnih dejavnosti. Izdelali smo model piramide zdravega življenja, na kateri smo prikazali, da poleg hrane naše telo nujno potrebuje dovolj zdrave pijače, vsakodnevno gibanje in redno spanje. Večkrat smo izvedli minuto za zdravje, zaplesali in zapeli smo ob pesmi Čebelice.

Učenci so na naravoslovnem dnevu pridobili nekaj novih znanj, predvsem pa so ponovili in utrdili znanje o zdravem načinu življenja, ki močno vpliva na naše zdravje in počutje.

Aleksandra Starin

## **TRETJEŠOLCI**

V petek, 16. 11. 2018 smo imeli 3. razredi naravoslovni dan; tema EKO dan – tradicionalni slovenski zajtrk. Dan smo začeli z zajtrkom, ki nam je prav teknil. Nato smo se pogovorili o hrani, ki smo jo jedli. Poudarek je bil na lokalni in ekološki pridelavi.

V drugem delu smo si ogledali dokumentarno oddajo S čebelo do medu, kjer smo izvedeli marsikaj novega. Svoje znanje smo preverjali ob reševanju učnega lista. Za sprostitev med delom pa smo zaplesali ob Čukovih Čebelicah.

Zadnji del pa smo likovno ustvarjali. Porisali smo panjske končnice, kot so si zamislili otroci. In nastale so prave umetnije. Ob vsem tem pa nam je dan zelo hitro minil.

Irena Pirš

## **ČETRTO IN PETOŠOLCI**

Učenci 4. in 5. razredov smo ZDRAV EKO DAN dan začeli s tradicionalnim slovenskim zajtrkom, pri čemer smo poudarili bonton pri jedi. Dan smo nadaljevali kot naravoslovni dan ter ga posvetili človeškemu telesu. Učenci so po skupinah izdelovali plakate o človeškem telesu ter pri tem uporabili že poznano snov naravoslovja in tehnike, ki so jo povezali z zanimivimi podatki iz knjig ter spleta. Učenci so bili nad načinom dela zelo zadovoljni, saj so se ta dan veliko naučili na zabaven ter sproščen način.

Urška Gorjan

## **ŠESTOŠOLCI**

Vsi učenci 6. razredov smo imeli delavnice o samopodobi, kjer smo se pogovarjali o pomembnosti pozitivne samopodobe na zdravo življenje otrok. Vmes smo z razredničarkami ter organizatorico šolske prehrane v različnih delavnicah poglobljali pomen zdrave hrane, različnih prehranjevalnih navadah po svetu ter odpadkih pri hrani. Dan dejavnosti smo zaključili z izdelavo dišečih vrečk iz posušene sivke s šolskega ekovrta za novoletni šolski bazar.

Jaka Filo, 6. b

## SEDMOŠOLCI

Po zajtrku smo se odpravili v malo telovadnico kjer smo se naučili par plesnih korakov plesa »čača«. Bilo nam je zelo všeč, malo smo se tudi pošalili. Po plesu smo se odpravili v veliko telovadnico na športne igre. Fantje so igrali hokej, punce pa med dvema ognjema. Po napornem in zabavnih športnih aktivnostih, ki so zelo pomembne za zdrav razvoj mladostnikov, smo odšli v likovno učilnico in tam spoznali qi gong , kjer smo se naučili poteze, s katerimi se lahko umirimo in sprostim. Na koncu smo si ogledali dokumentarni film o globalnem segrevanju.

Tia Trkulja, 7. c

## OSMOŠOLCI

Delavnice smo začeli s predavanjem o odvisnosti. Predstavili so nam od česa najstniki največkrat postanejo odvisni in kaj storiti v takšnih situacijah. Kot primer so nam predstavili stave, ki so v današnjem času zelo pogoste in nevarne, saj lahko izgubimo zelo veliko denarja, to pa lahko vpliva tudi na naše psihično zdravje. Nato smo dan nadaljevali z ogledom filma *Sugar* v angleškem jeziku. Film nam je predstavil, koliko sladkorja zaužijemo vsakodnevno v kateremkoli živilu, čeprav se tega ne zavedamo. Poučil nas je, da kupujemo izdelke oz. živila, ki vsebujejo čim manj sladkorja in da moramo biti pozorni na to, v kakšni obliki je zapisan sladkor na embalaži. Po ogledu filma smo z diskusijo o filmu in zdravi in nezdravi hrani zaključili dan dejavnosti.

Dajana Mijatovič, 9. a

## DEVETOŠOLCI

Ob ekodnevu smo imeli tradicionalni slovenski zajtrk, kjer smo lahko jedli dobrote, ki jih ponujajo okoliške kmetije in kmetovalci. Po pogovoru o tem kako pomemben je zajtrk in lokalna hrana, smo se odpravili proti Ljubljani. V gospodarskem razstavišču smo si ogledali razstavo *Body Worlds Vital*. Razstava je zelo nazorno prikazala kako izgleda človeško telo in vsi organi, ter organski sistemi v njem. Vodenje so prevzeli prijazni študentje medicine. Po končanem ogledu je sledila malica in nato še predavanje o škodljivosti kajenja. Vse kar smo videli je bilo zanimiva in poučno. Tako smo na lastni koži doživeli posebno priložnost, kjer se srečajo vsi svetovi – od medicine do znanosti in do umetnosti. Na avtobusu je sledil še pogovor o razstavi, kjer nam je učitelj predstavil še druge zanimivosti iz sveta anatomije.

Kričaj Ajda, 9.b