

EKODAN NA OŠ DOMŽALE

Tudi letos je na naši šoli v petek, 15. novembra, potekal že tradicionalni ekodan, ko celotna šola pogloblja okoljske vsebine. Letošnja tema je bila ZDRAVJE IN DOBRO POČUTJE, saj je ekodan nadgradil pomen Slovenskega tradicionalnega zajtrka. Glavni namen ekodneva je bilo seznanjanje učencev o pomembnosti zdrave prehrane, trajnostne pridelave hrane ter gibanja.

Na dan slovenske hrane, 15. 11. 2013, smo imeli v šoli prvo šolsko vsi učenci tradicionalni slovenski zajtrk. Jedli smo maslo, med, kruh, jabolka in pili mleko. Vsa hrana je bila slovenskega izvora lokalnih proizvajalcev. S tem je bila poudarjena pomembnost uživanja lokalne in slovenske hrane - take, ki ni prepotovala kilometre in kilometre daleč, da bi prišla na naše krožnike. Ob zajtrku smo se pogovorili o pomenu zdravega prehranjevanja, predvsem ključni vlogi zajtrka, ki ga preveč otrok izpušča. Ponovili smo tudi bonton pri jedi, pravila ravnanja z odpadki pri jedi v šoli.

Obiskala nas je tudi ministrica za delo Anja Kopač Mrak, ki je bila prisotna na zajtrku ter si v spremstvu ravnatelja ogledala nekaj nadaljnjih aktivnosti našega ekodne.

Po končanem zajtrku so učitelji in zunanji gostje pripravili učencem različne delavnice in predavanja na temo zdravja in dobrega počutja.

Učenci 1. razredov so obiskali domžalsko tržnico, kjer slovenski kmetje prodajajo svoje pridelke. Izdelovali so tudi plakate na temo zdrave hrane in se o tem pogovarjali. 2. razredi so izdelovali prehranske piramide, si ogledali risanke na temo zdravega življenja in se igrali kviz. 3. razredi so poslušali predavanje zdravnika, ki jim je razlagal o pomenu zdrave hrane, izdelali pa so tudi prehranske piramide. Kasneje so imeli predavanje in aktivnosti o pravilni telesni držbi pod vodstvom ga. Mihaela Trček. 4. razredi so predvsem ustvarjali. 4.a je izdeloval potovalne otroške vzglavnike iz bombaža s polnilom iz pire in ajde ter pogrinjke z reki o zdravi prehrani. 4.b je naredil naravno embalažo (vrečke iz papirja), 4.c pa je izdeloval dišavne sivkine vrečke.

5. razredi so poslušali predavanje čebelarja, ki jim je razložil pomembnost čebel, ohranjanje njihove vrste, delo čebelarja in jim pokazal satovje. Na pobudo Čebelarske zveze Slovenije so si ogledali tudi posnetek o čebelarstvu.

Za 6. razrede je vodja prehrane na šoli ga. Daša Sojer pripravila predavanje o izvoru hrane. Poudarila je pomen kmetijstva ter samooskrbe v Sloveniji in učencem razložila, kako je hrana, ki smo jo pojedli za tradicionalni zajtrk, prišla na naše krožnike. Učenci 6.a razreda so se v delavnicah pogovarjali o prehrani ljudi po svetu, koliko na mesec porabi npr. povprečna ameriška in koliko povprečna afriška družina ter se naučili z angleškimi besedami poimenovati hrano, ki je sestavljala tradicionalni slovenski zajtrk.

Učenci 6. c razreda so izdelovali plakate na temo zdrave prehrane in si ogledali film na to temo. Učenci 6.b razreda so v kuharski delavnici pekli bio piškote, v tehnični delavnici pa izdelovali rezalne deske za prihajajoči praznični bazar.

Učenci 7. razredov so spoznavali pomen gibanja za zdravje in dobro počutje. Najprej so imeli v telovadnici predavanje Helene Dornik Perčič, ki jim je predstavila projekt Zdrav življenjski slog pod vodstvom, ki se na naši šoli odvija prvo leto v okviru podaljšanega bivanja. Učitelji športa so v telovadnici pripravili turnir za dečke, v avli je potekala plesna delavnica za dekleta.

Za učence 8. razredov so prostovoljci Društva Humanitas izvedli delavnico o prehrani dečka iz Kenije. Njegovo prehrano so primerjali s svojo, se igrali igrice, se pogovarjali in po skupinah napisali zdrav jedilnik za tri dni. Nato so si z razredniki in drugimi učitelji ogledali poučen film o nezdravi prehrani ter se o tem pogovarjali.

Tudi 9. razredi so si ogledali poučen in pretresljiv film FOOD.Ing, ki je prikazoval probleme sodobne (predvsem ameriške) prehranske in živilske industrije ter učencem nazorno predstavil izvor industrijsko predelane hrane. Z učiteljico Mojco Kanduscher so se o vsebini filma poglobljeno pogovorili ter izpostavili pereče probleme sodobne proizvodnje hrane, biotehnologije, negativnega vpliva na zdravje ljudi in okolje. Poudarila je pomen delovanja za trajnostni razvoj, saj je potrebno tudi pri pridelavi hrane skrbeti za ohranjanje okolja za zanamce.

V učilnici likovne umetnosti so nadarjeni učenci na likovnem področju z učiteljico Majdo Rajnar Kralj ustvarjali tihožitja na temo hrane, ki bodo okrasila šolsko jedilnico.

Na tem ekodnevu smo se naučili marsikaj novega o zdravi in nezdravi prehrani in vplivu obeh na naše zdravje. Seznanili smo se o izvoru hrane ter pomenu samooskrbe Slovenije za trajnostno pridelavo hrane s čim manjšim negativnim vplivom na okolje. Poglobili smo vedenje o pravilni telesni drži ter pomembnosti telesne aktivnosti. Spoznali smo tudi, da le en zdrav obrok z lokalno in slovensko pridelano hrano ni dovolj za zdravo življenje, zato upamo, da se bodo našle boljše možnosti, da pride več take hrane na šolske krožnike.

Manca Arnuš, 9.a