

PREGLEDNICA PONUJENIH DEJAVNOSTI V OKVIRU RaP 2020/21

NASLOV	VSEBINA	RAZRED	IZVAJALEC
GIBANJE ZA ZDRAVO ŽIVLJENJE – POZDRAV DNEVU	Razgibajmo telo, začnimo dan sproščeno z novo energijo. Jutranje vaje na prostem za boljše zdravje, lepši dan in boljše počutje.	1.–6.	J. Štumper
JOGA IN ENERGIJSKA VADBA ZA OTROKE	Nežne vaje, ki umirijo telo, hkrati pa ga krepijo. Poudarek bo na kvalitetnem dihanju, sproščanju. Ob nežni glasbi otroci spoznajo svoje telo in njegovo delovanje ter ohranjajo njegovo gibčnost.	1.–6.	J. Štumper
ABC ŠPORTA	Gibanje za izboljšanje gibalne učinkovitosti – osnovni gibalni vzorci (hoja, teki, plezanje, plazenje, vaje visenja, meti, skoki).	1.–3.	J. Štumper
ABC ŠPORTA	Gibanje za izboljšanje gibalne učinkovitosti – kompleksnejše in specializirane gibalne naloge (žogarije, igre z loparji, ravnotežne spretnosti), slackline, tekalne igre, orientacija, veslanje.	4.–6.	J. Štumper
BODI FIT	Gibanje za izboljšanje gibalne učinkovitosti – različne športne dejavnosti (igre z žogo, igre z loparji, veslanje, fitnes, ples, kolesarjenje).	7.–9.	J. Štumper
ZMOREM VEČ - ODBOJKA – (priprava na tekmovanja, dodatni pouk)	Osnove odbojke, igre z žogo, osnovna motorika.	2.–4.	J. Štumper
	Priprave na šolska tekmovanja v mali odbojki.	5.–7.	
	Priprave na šolska tekmovanja v veliki odbojki.	8., 9.	
IMEJ SE RAD/-a – KOREKTIVNA TELOVADBA – (dopolnilni pouk)	Individualni programi vadbe, skrb za zdravje, načrtovanje prehrane, sprostitev za učence s težavami na gibalnem in čustvenem področju, s prekomerno težo, okrevanje po poškodbah. Delo v malih skupinah. Energijske umirjene sprostilne vaje. Pomoč pri individualnih težavah, načrtovanje primerne vadbe v sodelovanju z osebnim zdravnikom ali s fizioterapevtom.	1.–9.	J. Štumper
NAZAJ K NARAVI	Življenje človeka v sožitju z naravo. Elementi, nujni za naše zdravje: gibanje, svetloba, voda, zemlja, rastline, dihanje, počitek. Vsebine: pohodništvo, nabiranje zdravilnih rastlin, priprava zdravih obrokov (uporaba divjeraslih rastlin, energijska vadba v skladu s cikli narave, prva pomoč, sodelovanje s taborniki, čebelarškim krožkom), vsebine varnosti (ravnanje v izrednih okoliščinah, preživetje v naravi – tabor v naravi). Razvoj socialnih veščin in stvari pomembnih za življenje. Stik z živalmi – jahanje, obisk kmetije.	4.–9.	J. Štumper
NOGOMET	Nadgradnja tehničnih elementov nogometne igre osvojene v šolskem letu 2019-2020. Del ur bo namenjen tudi taktičnim elementom nogometne igre, kot so posamična in individualna taktika v obrambi ter v napadu; odkrivanje v igri, vtekanje v prazen prostor ...	3., 4.	A. Viher
NOGOMET	Psihološka, tehnična in taktična priprava nogometne ekipe za tekmovanja na medobčinski, področni in državni ravni.	6.–9.	A. Viher
FOLKLORA	Ohranjanje ljudskega izročila, spoznavanje oblačilnega videza otrok v preteklosti, različnih zvrsti štajerskih ljudskih plesov ter vloge plesa in pesmi v življenju ljudi nekoč. Razvijanje občutka za disciplino, obvladovanje lastnega telesa, ritma in prostora ... Sodelovanje pri pripravi scenskih nastopov. Nastopi na šolskih in lokalnih prireditvah in na reviji otroških folklornih skupin.	1.–9.	A. Robič N. Javornik
SPROŠČANJE	Sproščujoče dejavnosti, ki bodo pomagale umiriti ritem srca in dela v šoli. Različne igre, ki učijo sodelovanja in predvsem razumevanja in čutenja drugih, barvanje mandal, vodene meditacije, učenje globokega dihanja, ki je tako pomembno za naše zdravje, ustvarjalni gib in risanje z zaprtimi očmi, vaje joge, učenje strpnosti in empatije, sproščanje v naravi, spoznavanje tehnik sproščanja na različnih koncih sveta.	1.–9.	M. Šober

NASLOV	VSEBINA	RAZRED	IZVAJALEC
USTVARJANJE Z GIBANJEM (PLES)	Spoznavanje osnovnih pozicij svojega telesa, samega sebe, svojih zmogljivosti, poskus preseganja ustaljenih vzorcev razmišljanja in ravnanja, reševanje gibalnih in prostorskih problemov. Učenje nekaterih plesnih elementov, ustvarjanje in dramatiziranje skozi ples, igranje, iskanje svojih močnih področij, premagovanje morebitnih osebnih zadržkov. Učenje vsaj treh plesnih kompozicij in predstavitev s plesom na šolskih in krajevnih prireditvah.	3.–5.	B. Bedjanič
PLES	Tehnični del delavnice: spoznavanje osnovnih tehničnih vaj za razgibavanje, raztezanje in za pridobivanje moči, ki izhajajo iz baletnih in moderno-sodobnih tehnik (ogrevanje telesa, razvoj koordinacijskih sposobnosti, moči, prožnosti in spoznavanje lastnega telesa). Koreografski (ustvarjalni) del: učenje plesnega materiala in raziskovanju lastnega gibalnega materiala, lastno razmišljanje. Ustvarjanje koreografije iz obeh delov delavnice. Spoznavanje različnih plesnih tehnik: balet, jazz balet, moderne plesne zvrsti. Preizkušanje v plesnem ustvarjanju, kreativnost, domiselnost.	1.–2. in 6.–9.	M. Kosmačin
VEM, KAJ JEM	Raziskovanje označb na prehrambnih izdelkih, seznanjanje s sestavo, kakovostjo in varnostjo živil. Pridobivanje znanja o kulturni prehranjevanja, spoznavanje različnih načinov prehranjevanja, izbiranje in pravilno ravnanje s posameznimi živali in embalažami ter samostojno pripravljanje jedi, tudi ob pomoči IKT vsebin in aplikacij. Organizacija in priprava različnih obrokov, čajank, piknikov na prostem, načrtovanje šolskega zeliščnega vrta in sodelovanje v drugih projektih.	3.–9.	U. Breznik
ZDRAVJE IN VARNOST	Soočanje z odgovornim ravnanjem v ožjem in širšem okolju, prepoznavanje negativnega odnosa okolja in iskanje poti k bolj ustreznemu, kritično razmišljanje, kaj vse vpliva na kakovost življenja, kakšno družbo in družino si želimo, kako skrbeti za zdravo domače in šolsko okolje, naučiti se skrbeti za lastno varnost in varnost drugih, učiti se, kako živeti z nevarnimi kemikalijami našega vsakdana, se seznaniti z različnimi oblikami nasilja in preprečevanjem le-teh, pripravljati se na tekmovanje iz znanja o sladkorni bolezni in prve pomoči.	6.–9.	A. Gošnak
VARNA POT VSEPOVSOD	Raziskovanje pravil ravnanja v prometu, vedenja in moralnih vrednot. Pregledovanje poti v bližini šole, kritično vrednotenje ter načrtovanje izboljšav in rešitev. Raziskovanje vidnosti pešcev v različnih vremenskih razmerah, tutorstvo mlajšim učencem, priprava spretnostnih poligonov za vožnje s kolesi, skiroji in z rolerji. Sodelovanje z lokalno skupnostjo. Priprava načrta za spodbujanje lokalne trajnostne mobilnosti, organizacija kolesarskih izletov, načrtovanje kolesarskih poti, organizacija »mobilnih popoldnevov« ter sodelovanje na natečajih in v drugih projektih.	4.–7.	U. Breznik
NAMIZNI TENIS	Učenje tehnik igranja namiznega tenisa – najhitrejšega športa z žogo. Igranje posamezno ali v dvojicah.	2.–9.	U. Ozmec
ŠAH	Učenje tehnik in igranje šaha, kraljevske igre, v Evropi že tisočletje prevladujočega predstavnika strateških miselnih iger – posebno področje kulture in tudi posebno področje športa. Sodelovanje na šolskih in drugih tekmovanjih.	2.–9.	U. Ozmec
USTVARJALNICA	Razvijanje ustvarjalnosti in inovativnosti, poglobljeno spoznavanje posebnosti posameznih učencev in tako večje možnosti za udeležanje načela individualizacije, razvijanje interesov, spretnosti in znanja, spodbujanje kakovostnega preživljanja prostega časa ter zdravega življenjskega sloga.	6.–9.	K. Tripkovič

NASLOV	VSEBINA	RAZRED	IZVAJALEC
JAZ : NASILJU	Zdravo in varno okolje je okolje brez nasilja. Raziskovanje in reševanje problematike nasilja s pomočjo različnih metod (okrogle mize, ankete, razprave), sproščenih iger in giba. Izražanje čustev, občutkov, misli, mnenja, doživljanje notranjega in zunanjega sveta z gibalno improvizacijo na podlagi različnih zgodb. Izvedba raziskave o pojavu različnih oblik nasilja, oblikovanje pravil spoštljivega obnašanja in korakov ustreznega ravnanja v primeru nasilja. Uporaba IKT vsebin, sodelovanje na šolskih prireditvah, z drugimi strokovnjaki in v Unesco projektih.	5.–9.	U. Breznik
GIBANJE ZA ZDRAVJE	Skrb za gibanje in zdrav način življenja. Razvijanje občutka za disciplino, obvladovanje lastnega telesa in gibalnih sposobnosti, zagotavljanje učenčeve prvinske potrebe po gibanju in igri, razvoj in pridobivanje gibalnih, funkcionalnih sposobnosti ter spretnosti, razvoj skladne telesne, gibalne ter ravnotežne telesne drže, oblikovanje pozitivnih vedenjskih vzorcev in samopodobe, obvladovanje ritma in prostora, psihomotoričnih sposobnosti in spretnosti, sprostitev ...	Podružnica Sv. Duh 1.–5.	V. Pupaher
JUTRANJA TELOVADBA	Jutranja vadba za celotno telo kot pomoč za lažje prebujanje, razgibavanje, prebujanje mišic v telesu, izboljševanje fizičnega in psihičnega stanja učencev, zmanjševanje telesne teže, občutka osamljenosti, socialne izključenosti in depresije z gibanjem v naravi in s prijetnim druženjem v skupini.	Podružnica Sv. Duh 1.–5.	D. Očko
RAZLIČNI NAČINI PREHRANJEVANJA	Prehrana in način življenja pomembno vplivata na zdravje in počutje posameznika. Nezdrava prehrana in telesna nedejavnost sta med ključnimi dejavniki tveganja za nastanek kroničnih nenalezljivih bolezni, kot so na primer rak, sladkorna bolezen, debelost. Preprečevanje teh bolezni je eden izmed poglobitvenih ciljev sodobne družbe. Dotaknili se bomo zdravega in uravnoveženega jedilnika, higiene, kulture prehranjevanja ter različnih načinov prehranjevanja.	Podružnica Sv. Duh 1.–5.	K. Lep
SPRETNE ROKICE	Izdelovanje preprostih izdelkov glede na letne čase, bližajoče praznike, urjenje ročnih spretnosti in grafomotorike. Spoznavanje različnih likovnih tehnik ter likovnih pripomočkov in materialov.	Podružnica Gradišče 1.–5.	K. Korošec