



## Kazalo vsebine

<b>Brošura dejavnosti razširjenega programa .....</b>	<b>3</b>
<b>Gibanje in zdravje za dobro telesno in duševno počutje .....</b>	<b>5</b>
Pravljična joga.....	5
Jem zdravo in kulturno** .....	5
Razigrano gibanje.....	6
Po stopinjah medveda, zajca in lisice.....	6
Zajtrkuj in zmaguj!**.....	7
Mladi planinci .....	7
Varna mobilnost .....	8
<b>Kultura in državljanska vzgoja .....</b>	<b>9</b>
Zmorem več – TJA* .....	9
Otroški pevski zbor 1.....	9
Družimo se.....	10
Mavrična ustvarjalnica .....	10
Lutke in kamišibaj .....	11
<b>Učenje učenja.....</b>	<b>12</b>
Sam se učim** .....	12
Z igro v nov dan** .....	12
SOS* .....	13
Zmorem več* .....	13

## Brošura dejavnosti razširjenega programa

Pred vami je brošura, namenjena kot pomoč pri odločitvi za izbiro dejavnosti v razširjenem programu (RaP) v osnovni šoli v prihodnjem šolskem letu. Ponujamo pestro izbiro dejavnosti, s katerimi želimo dodatno razvijati sposobnosti učencev na področjih, ki jih zanimajo.

Razširjeni program predstavlja nadgradnjo obstoječega vzgojno-izobraževalnega dela. Temeljni namen razširjenega programa je učencem zagotoviti spodbudno učno okolje, ki podpira njihov zdrav in celosten osebni razvoj. Poleg tega je njegov namen tudi nadgraditi, dopolniti in povezati cilje, ki so pomembni za razvoj posameznega učenca ter izhajajo iz specifike šole oziroma okolja.

Dejavnosti v razširjenem programu RaP so razdeljene v tri sklope:

- Gibanje in zdravje za dobro telesno in duševno počutje.
- Kultura in državljanska vzgoja.
- Učenje učenja.

Zakon o osnovni šoli v okviru razširjenega programa določa, da šola ponudi nabor dejavnosti RaP, v katere se učenci **vkjučujejo prostovoljno**. Učenec mora nato dejavnost, v katero se je vključil, **obiskovati celo šolsko leto**.

Dejavnosti v razširjenem programu se ne ocenjujejo, potekajo tedensko v okviru urnika, pred in po obveznem delu pouka (predura, 6., 7., 8. in 9. šolska ura). Učenci posamezno uro dejavnosti obiskujejo v celoti in je ne zapuščajo pred koncem. Po 9. šolski uri bo organizirano varstvo in lahko učenca prevzamete kadarkoli do 16:45. Na podlagi prejetih prijav bo točen termin izvajanja dejavnosti določen v septembru.

Prijavljeni učenci v popoldanski del razširjenega programa (vsaj do 14.15) bodo avtomatsko vključeni v dejavnosti Jem zdravo in kulturno (kosilo), gibalno-sprostitutveno dejavnost in Sam se učim (domače naloge).

Pri izbiri ostalih dejavnosti skupaj z učencem dobro razmislite, za katere se boste odločili. Število ponujenih dejavnosti bo različno glede na izbrano uro odhoda učenca iz šole. V pomoč naj vam bodo predvsem interesi in želje otroka ter njegove sposobnosti. Obstaja možnost prekrivanja nekaterih izbranih dejavnosti z dejavnostjo Sam se učim (7. šolsko uro).

Število skupin je glede na normative in standarde, ki so določeni za oblikovanje skupin dejavnosti razširjenega programa, omejeno. Lahko se zgodi, da se določene dejavnosti zaradi premajhnega števila prijav ali prostorskih in kadrovskih omejitev ne bodo izvajale. Lahko se tudi zgodi, da se bodo dejavnosti prekrivale in se učenec vseh ne bo mogel udeležiti.

**Postopek izbire:**

1. Učenec lahko izbere katero koli dejavnost RaP, če s tem soglašajo njegovi starši.
2. **POMEMBNO:** Izbor dejavnosti opravite v spletni aplikaciji 1Ka, do katere ste povezavo prejeli starši na vaše elektronske naslove.
3. **OPOMBA 1:** k dejavnostim označenim z \* učenca vključi učitelj posameznega predmeta oziroma šolska svetovalna služba, ali se po posvetu z učiteljem učenec med šolskim letom vključi sam.
4. **OPOMBA 2:** k dejavnostim označenim z \*\* bodo učenci, prijavljeni v popoldanski del razširjenega programa (vsaj do 14.15), vključeni avtomatsko.

## Gibanje in zdravje za dobro telesno in duševno počutje

### Pravljíčna joga

Čas trajanja: 1 ura/teden

Opis dejavnosti:

Pravljíčna joga je dejavnost, kjer se uravnesita gibanje – akcija in sproščanje-mirovanje. Učenci razvijajo motorične in koordinacijske sposobnosti, povečujejo telesno moč in vzdržljivost, razvijajo domišljijo ter se učijo sodelovanja v skupini. Poleg tega pa ozaveštijo položaj svojega telesa in dihanja ter se učijo še kako pomembnih tehnik sproščanja. Pravljíčna joga je dinamična, zabavna, glasna in igriva ter tudi tiha, čuječa in umirjena.

Cilji dejavnosti:

- razvijanje domišljije in pozornosti,
- obravnava pravljíce v povezavi s simboli in vrednotami,
- izboljšanje gibljivosti in zavedanje svojega telesa,
- sodelovanje s skupino,
- ozaveščanje dihanja,
- izražanje lastnih čustev, misli, občutkov,
- učenje vizualizacije in prenos v prakso,
- spoznavanje in uporaba tehnik sproščanja,
- spoznavanje in uporaba čuječnosti.

### Jem zdravo in kulturno\*\*

Čas trajanja: 5 ur/teden

Opis dejavnosti:

Učenci bodo oblikovali ustrezne in zdrave prehranske navade, znali bodo upoštevati bonton oziroma kulturno vedenje pri mizi. Razumeli bodo pomembnost prehranjevanja, počitka in sprostitev za učinkovito telesno in kognitivno delovanje. Učenci se bodo učili primerne obnašanja pri prehranjevanju, uporabe jedilnega pribora, razumeli bodo pomen obrokov in ritem prehranjevanja, spoznali bodo različne prehranjevalne navade.

Cilji dejavnosti:

- Učenci se učijo primerne obnašanja pri jedi,
- pravilno uporabljajo jedilni pribor,
- razumejo pomen obrokov in ritem prehranjevanja,
- spoznajo različne prehranjevalne navade,
- izdelajo slikovni prikaz uravnoteženega obroka na krožniku.

\* OPOMBA 2: k dejavnostim označenim z \*\* bodo učenci, prijavljeni v popoldanski del razširjenega programa (vsaj do 14.15), vključeni avtomatsko.

### **Razigrano gibanje**

Čas trajanja: 5 ur/teden

Opis dejavnosti:

Učenci bodo širili in poglobljali svoja gibalna znanja ter razvijali zavedanje o pomenu gibanja za telesno in duševno zdravje ter kakovostno življenje. Spoznavali bodo različne gibalne dejavnosti z uporabo žog in drugih športnih pripomočkov ter skozi naravne oblike gibanja, kot so hoja, tek, plazenje, lazenje, skoki, plezanje, potiskanje, vlečenje, metanje in lovljenje. Dejavnosti bodo potekale skozi igro (npr. male športne igre, poligoni, štafetne igre), kar bo prispevalo k razvoju osnovnih gibalnih vzorcev, koordinacije, ustvarjalnosti in izraznosti. Učenci bodo ob tem razvijali pozitiven odnos do športa, sodelovanje, tekmovalni duh ter doživljali gibanje kot prijetno in sproščujočo dejavnost.

Cilji dejavnosti:

- Razvijanje osnovnih gibalnih sposobnosti ter usvajanje naravnih oblik gibanja in ravnanja s športnimi pripomočki.
- Spodbujanje pozitivnega odnosa do gibanja ter zavedanja o njegovem pomenu za zdravje in kakovostno življenje.
- Razvijanje socialnih veščin (sodelovanje, upoštevanje pravil, fair play) skozi igro in gibalne dejavnosti.

### **Po stopinjah medveda, zajca in lisice**

Čas trajanja: 2 uri/teden

Opis dejavnosti:

Učenci bodo skozi igro »po stopinjah medveda, zajca in lisice« raziskovali gozdno okolje ter razvijali naravne oblike gibanja. Gibanje bo potekalo na razgibanem terenu, kjer bodo posnemali gibanje gozdnih živali (npr. medved – počasno, težko gibanje; zajec – poskoki; lisica – tiho, spretno gibanje). V dejavnosti bomo vključevali hojo, tek, plazenje, lazenje, skoke, plezanje čez naravne ovire (hlodi, kamni), ravnotežje na deblih ter metanje in prenašanje naravnih materialov (storži, vejice).

Dejavnosti bodo zasnovane kot raziskovalna in doživljajska igra v naravi, kjer bodo učenci razvijali orientacijo v prostoru, sodelovanje v skupini ter spoštljiv odnos do narave. Igra bo spodbujala ustvarjalnost, domišljijo in veselje do gibanja na svežem zraku, hkrati pa prispevala k razvoju gibalnih sposobnosti in splošnemu dobremu počutju.

Cilji dejavnosti:

- Razvijanje osnovnih gibalnih sposobnosti ter usvajanje naravnih oblik gibanja skozi posnemanje gibanja živali.
- Spodbujanje orientacije v prostoru, ustvarjalnosti in doživljanja gibanja v naravnem okolju.
- Razvijanje sodelovanja ter oblikovanje spoštljivega odnosa do narave.

### **Zajtrkuj in zmaguj!\*\***

Čas trajanja: 5 ur/teden

Opis dejavnosti:

Učenci bodo zajtrkovali v jedilnici. Pred tem bodo poskrbeli za čistočo miz in stolov, ter poskrbeli za higieno rok. Skupaj bomo prebrali jedilnik in se pogovorili o uravnoteženi prehrani. Vsak si pripravi pribor in pogrinjek, si skupaj zaželimo dober tek in obedujemo prvi zdrav obrok v dnevu. Po zajtrku poskrbimo, da ločimo morebitne odpadke, pospravimo skodelice in ostali pribor ter zapustimo jedilnico v takšnem redu kot smo jo dobili.

Cilji dejavnosti:

- Učenci spoznajo pomen zdrave prehrane,
- se navajajo na kulturno prehranjevanje,
- oblikujejo pozitiven odnos do zdrave hrane in uravnoteženega prehranjevanja,
- poznajo jedilni pribor in ga pravilno uporabljajo,
- pridobivajo in upoštevajo zelene higienske navade,
- se navajajo, da po obroku za seboj pospravijo,
- uporabljajo primerno medsebojno komunikacijo in komunikacijo kuhar – učenec,
- s hrano ravnajo odgovorno.

\* **OPOMBA 2:** k dejavnostim označenim z \*\* bodo učenci, prijavljeni v popoldanski del razširjenega programa (vsaj do 14.15), vključeni avtomatsko.

### **Mladi planinci**

Čas trajanja: 8 ur/teden (**6 do 8 sobot letno**)

Opis dejavnosti:

Planinska dejavnost učencem omogoča pobeg iz vsakdana v naravo, kjer skozi hojo, raziskovanje in druženje doživljajo gibanje na prijeten in sproščen način. Izleti so prilagojeni starosti, zato lahko vsak učenec uspešno sodeluje. Poleg gibanja učenci odkrivajo lepote narave, krepijo prijateljstva in razvijajo občutek odgovornosti do okolja. Takšne dejavnosti spodbujajo zdrav življenjski slog ter ustvarjajo pozitivne izkušnje. V veliko dodano vrednost je sodelovanje s PD Litija, s katerim vsako leto obiščemo nove planinske postojanke. Planinski izleti se izvajajo ob sobotah, v do 8 urnem obsegu odsotnosti. V primeru prevoza z avtobusom ali vlakom do izhodišča izleta, bo potrebno poravnati strošek prevoza.

Cilji dejavnosti:

- Učenci razvijajo splošno telesno pripravljenost, vzdržljivost ter sposobnost hoje po razgibanem terenu glede na svoje zmožnosti.
- Učenci spoznajo osnove varnega gibanja v naravi (primerna oprema, obnašanje na poti, skrb za naravo) ter razvijajo orientacijo in opazovanje okolja.
- Učenci krepijo medsebojno pomoč, sodelovanje in odgovornost v skupini ter razvijajo pozitiven odnos do narave in gibanja na prostem.

## Varna mobilnost

Čas trajanja: 2 uri/teden

Opis dejavnosti:

V prvem triletju osnovne šole se učenci seznanjajo z osnovami varnega gibanja v prometu. Spoznavajo pravila za varno hojo kot pešci, pravilno prečkanje ceste, pomen prometnih znakov in semaforjev ter vidnost v prometu (npr. uporaba kresničke in odsevnih trakov). Učijo se tudi varnega vedenja kot potniki v vozilih (uporaba varnostnega pasu, otroškega sedeža). Poudarek je na razvijanju odgovornega ravnanja, pozornosti in zavedanja nevarnosti v prometu.

Učenci spoznajo temeljne postopke prve pomoči in pomen hitrega ter pravilnega ukrepanja ob nesrečah. Naučijo se, kako poklicati pomoč (112), preveriti stanje poškodovanca (zavest, dihanje) ter osnovne ukrepe, kot so ustavitev krvavitve, oskrba manjših ran, pravilno ukrepanje ob padcih, opeklinah ali zadužitvi. Poudarek je na varnosti, mirnem ravnanju, pomoči sočloveku ter krepitvi odgovornosti in samozavesti v nujnih situacijah.

Cilji dejavnosti:

- Učenci prepoznajo nevarne situacije in znajo ustrezno ukrepati.
- Znajo poklicati pomoč na številko 112 ter podati osnovne informacije.
- Naučijo se preveriti zavest in dihanje poškodovanca.
- Usvojijo osnovne postopke prve pomoči (oskrba manjših ran, ustavitev krvavitve, pomoč pri padcih in opeklinah).
- Razvijajo občutek za pomoč sočloveku in odgovorno ravnanje.
- Krepijo samozavest in mirno odzivanje v nujnih primerih.

## Kultura in državljska vzgoja

### Zmorem več – TJA\*

Čas trajanja: 1 ura/teden

Opis dejavnosti:

Pridruži se skupini, kjer bomo na sproščen način ponovili, utrdili in nadgradili tvoje znanje angleščine. S pomočjo zabavnih vaj, pogovorov, iger in razlage ti bomo pomagali, da boš bolj samozavestno govoril/a, pisal/a in razumel/a angleščino – v šoli in izven nje.

\* **OPOMBA 1:** k dejavnostim označenim z \* učenca vključi učitelj posameznega predmeta oziroma šolska svetovalna služba, ali se po posvetu z učiteljem učenec med šolskim letom vključi sam.

### Otroški pevski zbor 1

Čas trajanja: 1 ura/teden

Opis dejavnosti:

Z učenci se bomo učili in prepevali ljudske in umetne pesmi. Preko ritmičnih pesmi, bansov, koreografij in plesov bomo krepili glasovne in muzikalne sposobnosti. Spoznavali se bomo z orffovimi in manjšimi melodičnimi instrumenti in z njimi spremljali pesmi. Pevski zbor bo s svojimi pevske in plesnimi točkami popestril šolske in krajevne prireditve.

Cilji dejavnosti:

- usvajajo pester nabor otroški skladb, popevk,
- usvajajo osnove vokalne tehnike,
- razvijajo domišljijo pri koreografiji,
- spoznavajo petje ob sopevcih, prilagajanje,
- stkejo prijateljske vezi,
- prijetno in sproščeno preživljajo pevske trenutke,
- spoznajo pravila nastopanja, obnašanja na odru,
- premagujejo strah pred nastopanjem, tremo,
- spoznavajo Orffove in ostale instrumente, na katere tudi poskušajo zaigrati in se tudi spremljati,
- spoznajo tudi kratke spevoigre in se poskusijo tudi v igranju različnih vlog.

### **Družimo se**

Čas trajanja: 5 ur/teden

Opis dejavnosti:

Učenci bodo skozi pogovor in družabne igre razvijali socialne in komunikacijske veščine ter se učili sodelovanja v skupini. Skozi vodene pogovore bodo izražali svoja mnenja, občutke in izkušnje, se učili poslušati druge ter spoštljivo komunicirati. Ob tem bodo skupaj iskali rešitve za morebitne izzive in krepili medsebojne odnose.

Družabne igre bodo predstavljale prijeten in spodbuden način učenja, saj bodo učenci ob upoštevanju pravil razvijali sodelovanje, potrpežljivost, empatijo in odgovornost. Skozi igro bodo krepili tudi logično razmišljanje, ustvarjalnost ter doživljali uspeh v skupini. Dejavnosti bodo usmerjene v ustvarjanje varnega, vključujočega in pozitivnega okolja, kjer se vsak posameznik počuti slišane in sprejete.

Cilji dejavnosti:

- Razvijanje socialnih in komunikacijskih veščin (izražanje, poslušanje, spoštljiva komunikacija).
- Spodbujanje sodelovanja, upoštevanja pravil ter krepitve medsebojnih odnosov skozi družabne igre.
- Oblikovanje varnega, vključujočega okolja ter razvoj empatije, odgovornosti in pozitivne samopodobe.

### **Mavrična ustvarjalnica**

Čas trajanja: 2 uri/teden

Opis dejavnosti:

Učenci bodo skozi različne umetniške dejavnosti razvijali svojo ustvarjalnost, domišljijo ter se hkrati učili sproščanja in izražanja notranjega doživljanja. Preko risanja, slikanja, oblikovanja, gibanja ter drugih likovnih in uprizoritvenih tehnik bodo raziskovali različne načine izražanja ter ustvarjali lastne izdelke.

Dejavnosti bodo vključevale tudi elemente igre vlog in dramatizacije, kjer bodo učenci vstopali v različne like, situacije ali zgodbe ter jih interpretirali skozi ritem in govor. S tem bodo razvijali retorične spretnosti, sposobnost argumentiranja, poslušanja in odzivanja na druge.

Dejavnosti bodo potekale v sproščnem ustvarjalnem okolju, kjer bo poudarek na procesu in doživljanju. Učenci bodo ob tem razvijali finomotorične spretnosti, estetski čut, čustveno izražanje ter občutek za umetnost. Skozi ustvarjanje se bodo umirjali, krepili pozornost in notranje ravnovesje ter gradili pozitivno samopodobo in samozaupanje.

Cilji dejavnosti:

- Razvijanje ustvarjalnosti, domišljije ter različnih načinov umetniškega izražanja.
- Spodbujanje komunikacijskih in socialnih veščin skozi igro vlog, dramatizacijo in sodelovanje.
- Krepitev čustvenega izražanja, pozornosti, sproščanja ter pozitivne samopodobe.

### **Lutke in kamišibaj**

Čas trajanja: 1 ura/teden

Opis dejavnosti:

Si želiš oživiti pravljice, ustvariti svojo lutko in pripraviti lutkovno predstavo? Pri predmetu Lutke in kamišibaj bomo izdelovali različne lutke, jih animirali in nastopali. Preko igre, pesmi in pravljic bomo razvijali in bogatili svoj besedni zaklad, se naučili sproščeno in pogumno nastopati ter pripravili lutkovno predstavo. Spoznali bomo tudi kamišibaj, japonsko umetnost pripovedovanja ob slikah ob lesenem odru. Ob vsem tem bomo razvijali domišljijo in ustvarjalnost.

Cilji dejavnosti:

- Spoznavanje različnih vrst lutk
- Ustvariti svojo lutko
- Pripraviti lutkovno predstavo
- Razvijanje besednega zaklada in spodbujanje sproščenega nastopanja
- Razvijanje domišljije in ustvarjalnosti

## Učenje učenja

### Sam se učim\*\*

Čas trajanja: 5 ur/teden

Opis dejavnosti:

Učenci se bodo zbrali v sproščenem in spodbudnem okolju, kjer bodo reševali domače naloge. Dobili bodo priložnost, da razjasnijo dvome, izboljšajo razumevanje snovi in razvijajo samostojne učne sposobnosti. Skozi sodelovanje in medsebojno pomoč bodo krepili veščine timskega dela in komunikacije.

Cilji dejavnosti:

- spoznavanje učnih strategij in razvijanje sposobnosti samostojnega in sodelovalnega učenja pri reševanju šolskih in domačih nalog,
- odpravljanje vrzeli v znanju in uporaba pridobljenega znanja v novih situacijah.

\* OPOMBA 2: k dejavnostim označenim z \*\* bodo učenci, prijavljeni v popoldanski del razširjenega programa (vsaj do 14.15), vključeni avtomatsko.

### Z igro v nov dan\*\*

Čas trajanja: 5 ur/teden

Opis dejavnosti:

Učenci bodo lahko skozi različne igre vstopali v nov dan. Jutranje urice bodo namenjene spoznavanju namiznih iger, preizkušali se bodo v igrah vlog, kreirali bodo z lego in lesenimi kockami. Na voljo bodo pobarvanke in ustvarjanje z barvami, lepljenje, risanje z različnimi tehnikami. Prisluhnili bodo lahko kratkim zgodbam ali pa bodo prebirali knjige iz šolske knjižnice. Veliko se bomo pogovarjali in pripovedovali dogodivščine, ki se nam bodo zgodile.

Cilji dejavnosti:

- spoznavajo pravila iger,
- se sproščajo ob različnih dejavnostih,
- razvijajo domišljijo,
- razvijajo medsebojno komunikacijo,
- znajo prenašati poraz ob izgubi tekmovalnih iger,
- stkejo prijateljske vezi,
- prijetno in sproščeno preživljajo jutranje trenutke.

\* OPOMBA 2: k dejavnostim označenim z \*\* bodo učenci, prijavljeni v popoldanski del razširjenega programa (vsaj do 14.15), vključeni avtomatsko.

## SOS\*

Čas trajanja: 1 ura/teden

Opis dejavnosti:

Z učenci, ki imajo učne težave, vendar (še) nimajo odločbe, se bo s privoljenjem staršev izvajala pomoč pri usvajanju strategij učenja, usvajanju, ponavljanju in utrjevanju učne snovi. Tovrstna pomoč bo namenjena tudi vsem tistim učencem, ki bodo kljub DSP in drugim oblikam pomoči učno neuspešni.

Cilji dejavnosti:

- ponavljanje in utrjevanje šolske snovi,
- pridobivanje vztrajnosti in učnih navad,
- razvijanje organizacijskih veščin,
- usvajanje različnih strategij učenja,
- dodatna razlaga snovi,
- uresničevanje vzgojno-izobraževalnih ciljev – doseganje standardov znanja s prilagoditvami,
- premagovanje primanjkljajev (npr. branje, pisanje, komunikacijske veščine, motorika),
- doseganje največje možne samostojnosti – pridobivanje spretnosti za vsakodnevno življenje in samostojno delovanje
- čustveni in socialni razvoj – krepitev samozavesti, razvijanje socialnih veščin in čustvene stabilnosti.

\* OPOMBA 1: k dejavnostim označenim z \* učenca vključi učitelj posameznega predmeta oziroma šolska svetovalna služba, ali se po posvetu z učiteljem učenec med šolskim letom vključi sam.

## Zmorem več\*

Čas trajanja: 1 ura/teden

Opis dejavnosti:

Na dejavnostih »Zmorem več« bodo učenci dodatno utrjevali pridobljeno znanje, reševali različne naloge, se posvečali temam, ki jim povzročajo največ težav pri predmetih: matematika, slovenščina. Ure dejavnosti »Zmorem več« bodo namenjene tudi pripravam na različna tekmovanja v znanju za: Kenguru, Cankarjevo tekmovanje, ...

\*OPOMBA 1: k dejavnostim označenim z \* učenca vključi učitelj posameznega predmeta oziroma šolska svetovalna služba, ali se po posvetu z učiteljem učenec med šolskim letom vključi sam.