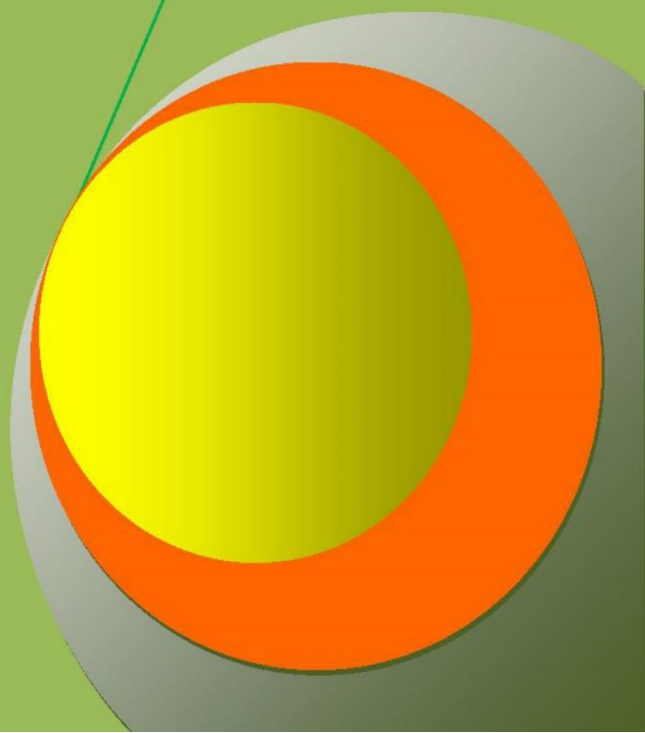


**POROČILO O DELU ZDRAVIH ŠOL  
V ŠOLSKEM LETU  
2018/2019**





POROČILO O DELU ZDRAVIH ŠOL V ŠOLSLEM LETU 2018/2019

---

Avtorica:

Mag. Nina Scagnetti

Pregled:

Mojca Bevc

Izdajatelj:

Nacionalni inštitut za javno zdravje, Trubarjeva 2, Ljubljana

Oblikovanje:

Andreja Frič

Elektronski vir:

[www.nijz.si](http://www.nijz.si)

Kraj in leto izdaje:

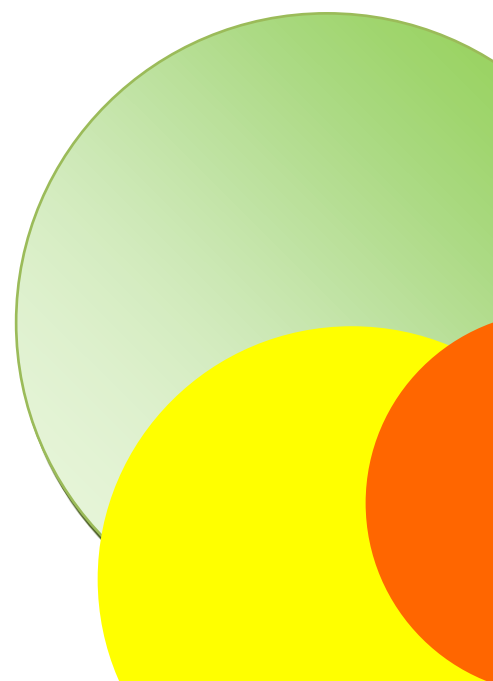
Ljubljana, december 2019

Publikacija ni lektorirana.

Uporaba in objava podatkov v celoti ali deloma dovoljena le z navedbo vira.

# VSEBINA

POVZETEK KLJUČNIH UGOTOVITEV .....	5
UVOD .....	6
POROČILO O DEJAVNOSTIH ZDRAVIH ŠOL.....	7
REZULTATI Z INTERPRETACIJO .....	9
<b>1. Naloge nastale na šolah .....</b>	<b>9</b>
1.1 Vsebina nalog.....	9
1.2 Ciljne populacije .....	14
1.3 Izvajalci.....	15
1.4 Trajanje nalog.....	16
1.5 Metode in oblike dela .....	16
1.6 Rdeča nit .....	17
1.7 Celostna šolska politika zdravja v šolskem okolju in delovanje šolskega tima.....	19
<b>2. Evalvacija .....</b>	<b>20</b>
2.1 Ocena uspešnosti nalog nastalih v šolah .....	20
2.2 Kako z nalogami nastalimi v šolah naprej? .....	22
<b>3. NIJZ programi in prenosi z regijskih srečanj.....</b>	<b>22</b>
3.1 Programi s področja duševnega zdravja in druge predstavljene vsebine .....	22
3.2 Ocena uspešnosti izvedenih NIJZ programov in predstavljenih vsebin .....	24
3.3 Kako z NIJZ programi in predstavljenimi vsebinami naprej?.....	24
POMEMBNI DOGODKI V ŠOLSKEM LETU 2018/2019 IN PREGLED DEJAVNOSTI PO REGIJAH.....	26
REGIJE V ŠTEVILKAH .....	29
VPRAŠALNIK – NAČRTOVANJE IN EVALVACIJA NALOG ZDRAVIH ŠOL 2018/2019 .....	33
SEZNAM SLIK, TABEL IN PREGLEDNIC .....	40



## **ZAHVALA**

Zahvaljujemo se regijskim koordinatorjem z vseh območnih enot NIJZ in Marcelu Kralju za sodelovanje pri zbiranju podatkov in urejanju baze o dejavnostih članic Slovenske mreže zdravih šol.



## POVZETEK KLJUČNIH UGOTOVITEV

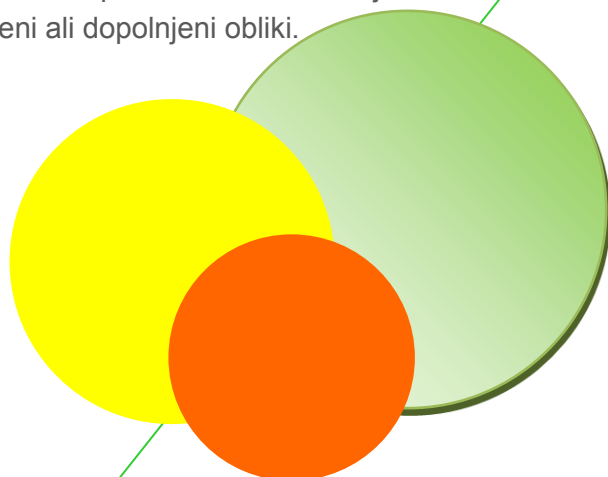
V šolskem letu 2018/2019 je v spletni aplikaciji 1KA o izvedbi svojih dejavnosti poročalo 330 osnovnih in srednjih šol, šol s prilagojenim programom ter dijaških domov in posebnih zavodov, vključenih v Slovensko mrežo zdravih šol. Ob koncu šolskega leta so timi **evalvirali** izvedbo **3644 nalog** oziroma v povprečju vsaka institucija skoraj 11 dejavnosti, od tega 2404 nalog nastalih na šolah in 1240 dejavnosti, ki so jih v svojo šolsko prakso prenesli s poenoteni in vsebinsko sistematično zastavljenih **regijskih srečanj**. Poleg večletne rdeče niti na temo zdrave prehrane, več gibanja in skrbi za duševno zdravje, smo se tokrat poglobili v tematiko podpore otroku med procesom žalovanja ter obravnavali problematiko **hrupa v povezavi z zdravjem ter teže šolske torbe (v sodelovanju s fizioterapevti in kineziologi iz zdravstvenih domov)**.

**Najbolj intenzivno so se šole posvečale dejavnostim za krepitev duševnega zdravja, spodbujanje telesne dejavnosti, utrjevanje zdravih prehranskih navad in zdravega življenjskega sloga nasploh, si prizadevale za varovanje okolja in skrbele za medgeneracijsko sodelovanje.**

Največ nalog so tako v osnovnih kot v srednjih šolah izvedli učitelji sami; pri čemer so največkrat uporabili metodo praktičnega dela, najpogosteje pa so jih namenili učencem in dijakom. Velika večina šol je med svoje dejavnosti vključila področje rdeče niti na temo duševnega zdravja, prehrane in gibanja.

Več kot polovica vseh nalog nastalih v šolah (51,2 %), je potekala celo leto in velika večina jih je bila izvedenih (zelo) uspešno. Tri četrtnine ocenjenih nalog bodo v šolah ob ponovni izvedbi nekoliko spremenili ali dopolnili, tretjino nalog pa nadaljevali ali jih ponovili v obstoječi obliki. Več kot tri četrtnine Zdravih šol (77 %) ima celostno šolsko politiko zdravja vključeno v vzgojni in letni delovni načrt. V tretjini šolskih timov Zdravih šol so dejavni le notranji člani tima Zdrave šole, v četrtnini pa so dejavni vsi, torej tudi zunanji predstavniki tima Zdrave šole. Dve tretjini timov se sestaja dvakrat ali trikrat letno.

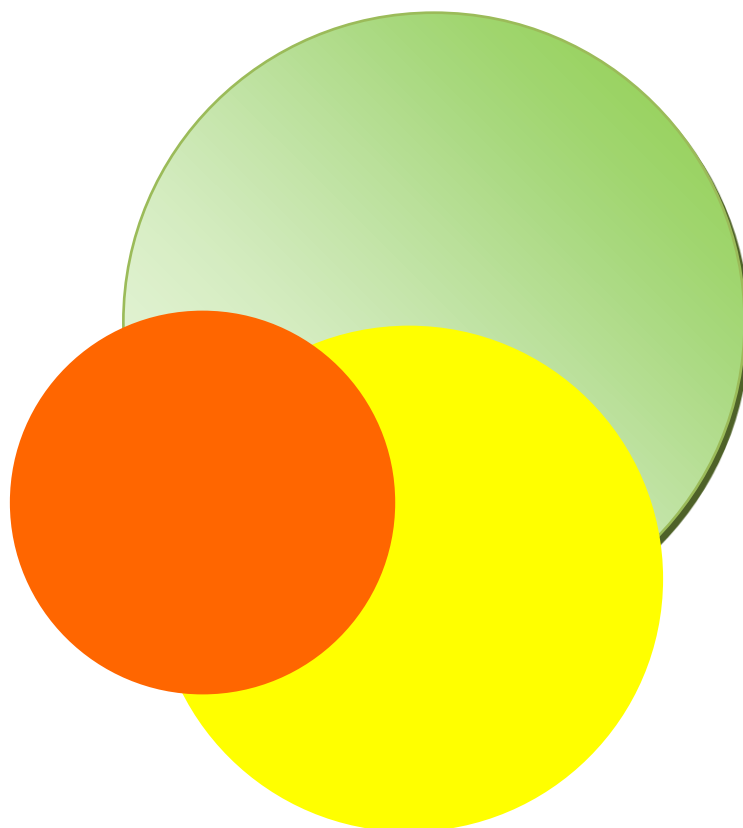
Tudi prenos NIJZ programov in predstavljenih tem so izvajalci v veliki večini ocenili kot (zelo) dober, z izvedbo treh četrtnin vseh teh prenosov bodo nadaljevali v prihodnjem šolskem letu v nekoliko spremenjeni ali dopolnjeni obliki.



## UVOD

Slovenska mreža zdravih šol se je spomladi leta 2019 ponovno širila in od šolskega leta 2018/2019 povezuje že 398 izobraževalnih ustanov. Nove članice pa še niso bile vključene v načrtovanje in evalvacijo nalog. Tokrat je spletni vprašalnik za evalvacijo izvedenih dejavnosti v okviru Zdravih šol izpolnilo 330 od skupno 374 (88,2 %) vodij šolskih timov Zdravih šol, to je 276 od 301 osnovne šole, 49 od 63 srednjih šol, 5 od 9 vključenih dijaških domov ter 1 poseben zavod.

O dogajanjih na šoli v šestindvajsetem letu delovanja mreže je torej poročal velik delež vodij šolskih timov, ob čemer je treba poudariti, da tako visoke odzivnosti s strani šol ne bi dosegli brez visoko profesionalnega in osebnega prizadevanja regijskih koordinatorjev Zdravih šol z vseh devetih območnih enot Nacionalnega inštituta za javno zdravje. Ti namreč organizirajo strokovna srečanja vodij šolskih timov Zdravih šol, vezana na promocijo zdravja v šolskem okolju in s stalnim osebnim stikom skrbijo, da pedagoški in drugi delavci v šolah v njihovi regiji najdejo motivacijo za delo v okviru Zdrave šole in se nenehoma strokovno izpopolnjujejo.



## POROČILO O DEJAVNOSTIH ZDRAVIH ŠOL

obsega evalvacijo programov oziroma nalog s področja promocije zdravja na 330 šolah od skupno 374, med katerimi pa 28 šol (7,5 %) v šolskem letu 2018/2019 ni aktivno sodelovalo v mreži in imajo status mirovanja.

Pri **analizi evalviranih nalog** nas je zanimalo:

- Koliko učencev in dijakov obiskuje Zdrave šole in koliko učiteljev na njih deluje?
- Katere NIJZ programe in na regijskih srečanjih predstavljene vsebine so aktivni člani prenesli v svoje Zdrave šole?
- Koliko učencev, učiteljev in staršev so dosegle izvedene dejavnosti?
- Kako ocenjujejo izvedbo teh programov in vsebin ter kaj nameravajo z njimi v prihodnje?
- katerim vsebinam so se Zdrave šole ob že ponujenih programih in vsebinah še posvečale?
- Komu so bile te dejavnosti v okviru promocije zdravja v šolskem okolju namenjene?
- Kdo je posamezne naloge, akcije in projekte izvajal?
- Kakšen je bil časovni obseg izvedenih nalog?
- Katere metode so izvajalci nalog pri tem uporabili?
- Kaj z izvedenimi nalogami v zvezi s promocijo zdravja nameravajo v prihodnje?
- Kaj so razlogi za uspešno izvedbo nalog?
- Ali imajo oblikovano celostno šolsko politiko zdravja v šolskem okolju?
- Ali na šolah timi Zdravih šol delujejo aktivno in če da, kako pogosto se sestajajo?
- V katere druge mreže je posamezna šola ob tem, da je članica Slovenske mreže zdravih šol, še vključena?

### Evalvacija opravljenih nalog

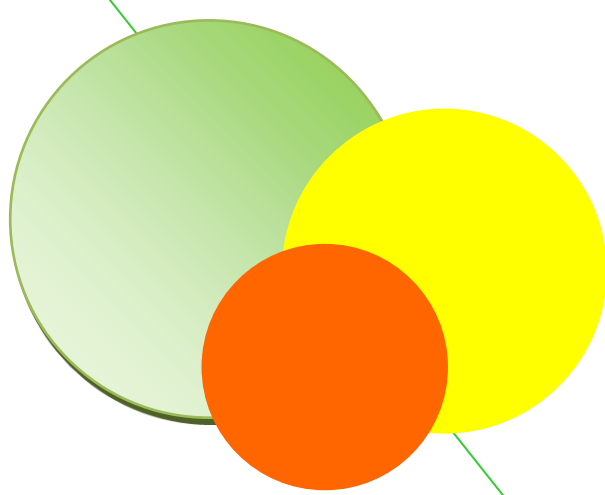
Sistematično pridobljeni podatki so od samih začetkov delovanja Slovenske mreže zdravih šol osnova za ugotavljanje, v kakšni meri so bili zastavljeni cilji realizirani. Od šolskega leta 2014/2015 podatke o dejavnostih Zdravih šol namreč v vprašalnik vnašajo neposredno vodje šolskih timov Zdravih šol (ali njihovi sodelavci), preko spletne aplikacije 1KA (<https://www.1ka.si/>). Vključno s šolskim letom 2016/2017 je zbiranje podatkov potekalo ločeno za načrtovanje in evalvacijo, vprašalnika sta bila tudi vsebinsko nekoliko spremenjena v primerjavi s prejšnjimi leti, ker smo vanju želeli vključiti nekatere nove podatke o dejavnostih šol, nekatere pa smo iz njih izločili. V šolskem letu 2017/2018 pa sta načrtovanje in evalvacija prvič bila združena v enem vprašalniku in enako je bilo tudi v šolskem letu 2018/2019. Poročevalcem z nekaterih šol se elektronski vprašalnik kljub natančnim spremljajočim navodilom za vnašanje podatkov še vedno zdi nepregleden in nezanesljiv, večina med njimi pa ga je osvojila relativno hitro.

Učitelji, ki so imeli tehnične težave, ob tem navajajo, da:

- nimajo vpogleda v izpolnjen obrazec, saj natisnjena oblika ni okolju in uporabniku prijazna, aplikacija je nezanimiva in manj pregledna kot prejšnji tabelarični obrazci;
- vsak član tima Zdrave šole sam vnaša svoje naloge in ne vodja šolskega tima vseh nalog skupaj;
- Večino dosedanjih pripomb in lastnih opažanj smo upoštevali pri združenem vprašalniku za načrtovanje in evalvacijo.

## **Obdelava podatkov**

Podatke o izvedenih nalogah smo iz programa 1KA izvozili v program Excel, v katerem so jih regijski koordinatorji Slovenske mreže zdravih šol s pomočjo svojih sodelavcev na območnih enotah vsak za svojo regijo prečistili. V nadaljevanju smo predstavniki nacionalni tim Slovenske mreže zdravih šol ločeni bazi uvozili v program SPSS (IBM SPSS Statistics, Version 25) ter v njem naredili osnovne statistične obdelave.





# REZULTATI Z INTERPRETACIJO

## 1. Naloge nastale na šolah

### 1.1 Vsebina nalog

Za šolsko leto 2018/2019 je Nacionalni inštitut za javno zdravje podatke o evalvaciji posredovalo 330 instituciji, to je 88,2 % od vseh 374 vključenih v Slovensko mrežo zdravih šol: 276 (91,7 %) osnovnih šol (skupaj s šolami s prilagojenim programom), 49 (77,8 %) srednjih šol in 5 od 9 dijaških domov ter dva od treh posebnih zavodov. Te Zdrave šole so bile učno okolje za 136845 **učencev in dijakov**, in delovno okolje za **15565 učiteljev**.

Iz prvotne baze je bilo v evalvaciji ob pregledu podatkov treba zaradi poročanja več oseb iz ene same šole nekatere ponavljajoče se zapise zbrisati ali ustrezno združiti delne zapise, s katerimi posamezni poročevalci niso zajeli aktivnosti cele šole. Skupno so vodje timov Zdravih šol in njihovi sodelavci v okviru Slovenske mreže zdravih šol ob koncu šolskega leta 2018/2019 **evalvirali 3644** različnih nalog (od tega **2404 lastnih nalog** ter **1240 prenosov NIJZ** programov in vsebin). Z evalvacijo smo ločeno spremljali prenos NIJZ programov in na regijskih srečanjih predstavljenih vsebin. V povprečju je torej vsaka dejavna Zdrava šola evalvirala 11 izvedenih nalog. Ob tem pa je treba opozoriti, da samo iz števila izvedenih nalog ne moremo sklepati o tem, kako dejavna je bila posamezna šola, saj so naloge različno vsebinsko in časovno obsežne ter izvedbeno zahtevne, poleg tega pa je med njimi velika razlika v velikosti ciljnih populacij, ki jih pokrijejo. Pri tem so bila vsebinska področja promocije zdravja različno močno zastopana. Nekatere naloge so bile zelo celostno zastavljene in jih je možno uvrstiti v več vsebinskih področij.

Še posebej priljubljene vsebine med načrtovanimi nalogami so bile:

- Krepitev **duševnega zdravja** z NIJZ projekti Izboljšanje duševnega zdravja, To sem jaz – verjamem vase, Ko učenca stresa stres, Ustvarjalnico, prirejanje starševskih večerov, meditacija za učitelje, predavanja o stresu za dijake, decembrski dobrodelni Bazar za pomoč dijakom iz socialno-ekonomsko šibkih družin, obisk psihiatrične bolnišnice, obisk Tačk pomagačk, obravnava etike in vrednot, širjenje mediacije med učenci, razrednimi urami na temo samopodobe, spodbujanjem prostovoljstva in medgeneracijskega sodelovanja, cikel izobraževanj za učitelje Osem krogov odličnosti, mesečno urejanje panoja s smešnicami, pa tudi Tabor za nadarjene in vedoželjne, razredni izbor pozitivcev, Rastoča knjiga (tokrat je bila njeno vodilo misel Ivana Cankarja »Srečna je pot, če je ljubezen vodnik«), izvajanje pravljичne joge v podaljšanem bivanju, Valentinovo – pisanje srčnih sporočil, premagovanje stresa z didaktičnimi igrami, prebiranje zgodbic z vzgojnimi sporočili, izražanje čustev preko glasbe ali plesa, umirjanje s pomočjo dihalnih tehnik, vaje iz čuječnosti, uporaba metod Brain Gym

(slovensko možganska telovadba) in doživljajske pedagogike, skrinjica zaupanja, tim building za delavce šole, spletnje prijateljskih vezi med učenci sosednjih šol, starševske skupine za samopomoč.

- Spodbujanju **telesne dejavnosti** otrok in odraslih je bil namenjen NIJZ projekt Več gibanja, izvajanje Minut za zdravje ob odmorih in jutranje telovadbe, večkrat tedenski daljši Fit odmori, razširjena ponudba gibalnih dejavnosti pred poukom in po pouku, že tradicionalni projekti Zlati sonček in Krpan, Hura, prosti čas, Naučimo se plavati, Šolar na smuči, Zdrav življenjski slog pod okriljem Športa mladih, vaje za zdravo hrbtenico in pravilno držo otrok ob demonstraciji fizioterapevtke, sedenje na žogi namesto na stolu, jutranji Pešbus in Bicivlak sprehod od doma do šole, Simbioza giba za medgeneracijsko povezovanje, redna in raznolika rekreacija za učitelje in športni vikendi zanje, tekmovanje za naj športnika / športnico šole, kolesarska potepanja, obeležitev Evropskega tedna športa z različnimi športnimi aktivnostmi, planinski tabori in pohodi, na katere so učenci krenili skupaj s starši in učitelji, igranje odbojke, košarke in drugih skupinskih športov z žogo, terapevtsko jahanje konja, sproščanje ob plesu, udeležba na Teku podnebne solidarnost in drugih tekaških prireditvah.
- Za spodbujanje **zdravih prehranskih navad** so na šolah izvajali NIJZ projekt Zdrava prehrana, gojili zelišča in zelenjavo na šolskih vrtovih, spodbujali pitje vode namesto sladkanih pijač, tekmovali v pripravi najbolj priljubljenega prigrizka in za prestižno državno nagrado Zlata kuhalnica, ki jo vsako leto podeli Turistična zveza Slovenije, na čebelarskem krožku odkrivali zdravilno moč medu, urejali sadno zelenjavne kotičke, se s pomočjo študentov medicine učili branja deklaracij na živilih in spoznavali vrednost uživanja lokalnih, ekološko pridelanih živil. 246 od vseh 419 osnovnih šol, ki so v šolskem letu 2018/2019 sodelovale pri šolski shemi z razdeljevanjem dodatnega brezplačnega obroka sadja in zelenjave, je tudi del Slovenske mreže zdravih šol, kar pomeni 59 % od vseh osnovnih šol v tem skupnem projektu Ministrstva za kmetijstvo, Agencije za kmetijske trge in razvoj podeželja, Ministrstva za zdravje, Ministrstva za izobraževanje, znanost in šport, Kmetijske gozdarske zbornice Slovenije ter Nacionalnega Inštituta za javno zdravje. 218 ali 53 % tistih osnovnih šol, ki so z vključitvijo v šolsko shemo spodbujale tudi pitje mleka pa je bilo Zdravih šol. Kot vsako leto so v šolah postregli tudi s Tradicionalnim slovenskim zajtrkom, ki so ga izvedle omenjene institucije skupaj s partnerji in obeležili Svetovni dan hrane.
- Prizadevanja za **zdrav način življenja** učencev in dijakov, pa tudi njihovih staršev in učiteljev, so zaznamovale prireditve Festival zdravja, tesno sodelovanje z šolam bližnjimi Zdravstvenimi domovi, katerih strokovnjaki so poskrbeli za preventivne preglede in vzgojo za zdravje pa tudi predavanja za starše, izvajali tematske razredne ure, obeležitve dneva šole in svetovnih dni povezanih z zdravjem, v okviru Erasmusovega projekta Eupasmos z merilci gibanja in srčnega utripa sledili telesni aktivnosti celotnih družin, naloge Varno s soncem, da so se seznanili z nevarnimi posledicami izpostavljanja sončnim žarkom ter se navajali na ustrezno zaščito in nego kože, imeli pouk na prostem,

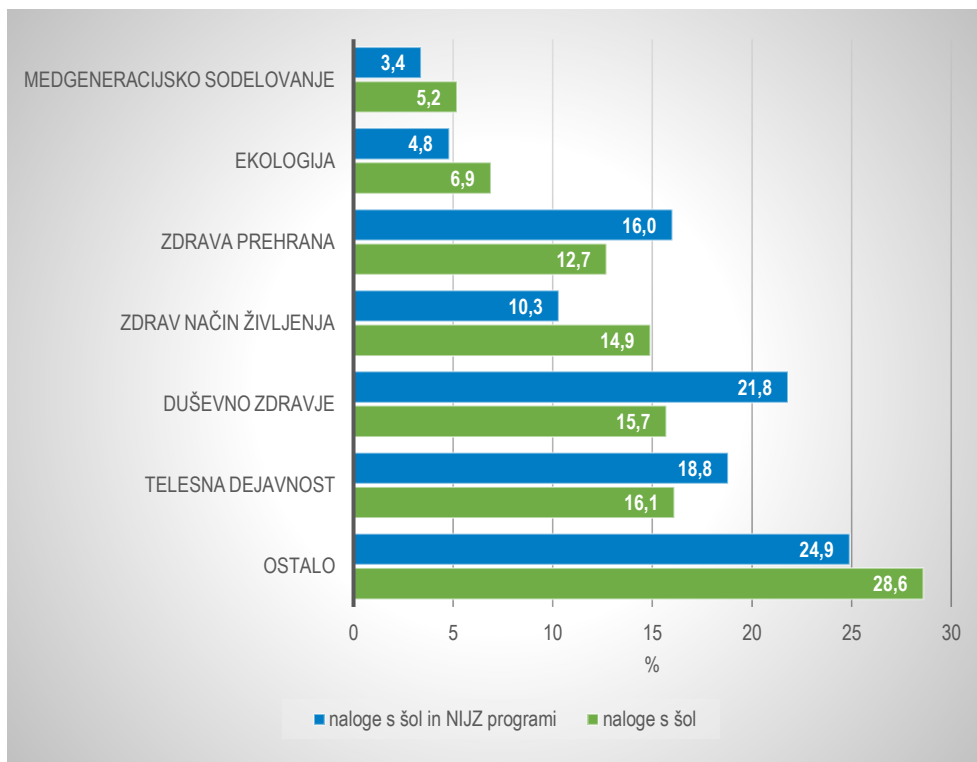
ustvarjali na likovnih in literarnih natečajih, tekom celega šolskega leta so se vrstile delavnice, kjer so se prepletale vsebine zdrave prehrane, pomena gibanja, zdravja zob, odraščanja, duševnega zdravja, zasvojenosti, spolnosti, tekmovali v znanju o sladkorni bolezni, se trudili za kvalitetno preživljanje prostega časa, učitelji pa so se preizkusili v testu hoje na 2 km.

- Da bi ohranili **zdravo in čisto okolje**, so učenci in učitelji, starši in v sodelovanju z lokalno skupnostjo izvajali številne zbiralne akcije (papirja, plastičnih zamaškov, kartuš, tonerjev, rabljenih baterijskih vložkov in električnih aparatov, odpadnega olja v gospodinjstvih), bili aktivni v sklopu delavnic na temo odgovornega potrošništva, recikliranja, humanega odnosa do živali, se vključili v akcijo Očistimo Slovenijo, ki so jo koordinirali Ekologi brez meja skupaj s prostovoljci, prispevek šole k čuvanju planeta predstavili na okroglih mizah ob obeležitvi Svetovnega dneva turizma, Dneva brez avtomobila in Svetovnega dneva voda, šli na ogled čistilne naprave, ki zagotavlja pitno vodo, ter Centra za ponovno uporabo in sedež komunalnega podjetja, spoznavali možnosti nadomeščanja konvencionalnih virov energije z obnovljivimi, spoznavali izjemen pomen čebel za širši ekosistem in zasadili medovite rastline, organizirali zeleno stražo.
- Za krepitev **medgeneracijskega sodelovanja** so na šolah potekali projekti, kot je že tradicionalen Šport špas – dan druženja in gibanja vseh generacij Media športa ali Simbioza za pomoč starejšim pri uporabi računalnika, Simbioza Giba za skupno gibanje ali pohode z dedki in babicami ter drugimi starejšimi, šole so se povezovale z domovi za starejše na srečanjih s pestrim kulturnim in športnim programom, sodelovali so z lokalnimi prostovoljnimi organizacijami v različnih projektih in akcijah (Pošiljamo sapico prijateljstva, Ker nam je mar. Povsod in za vsakogar, starejši občani so v oddelku podaljšanega bivanja za učence izvajali različne delavnice in jim pomagali kot spremljevalci, prakticirali vzajemno učenje).

Kot je razvidno iz spodnjega grafa, so v šolskem letu 2018/2019 Zdrave šole najpogosteje izvedle največ lastnih akcij, projektov in programov za spodbujanje telesne dejavnosti (16,1 %), s področja duševnega zdravja (15,7 %), krepile zdrav življenjski slog nasploh (15,0 %), spodbujanje zdravih prehranskih navad (12,5 %), se posvečale ekološki problematiki (6,9 %) in krepile medgeneracijsko sodelovanje (5,2 %).

Če ob nalogah nastalih na šolah upoštevamo še prenos treh NIJZ programov in vsebin<sup>1</sup> predstavljenih na regijskih srečanjih, se deleži najbolj zastopanih vsebin nekoliko spremenijo. Med vsemi izvedenimi aktivnostmi skupaj je na prvem mestu duševno zdravje (21,8 %), na drugem mestu telesna dejavnost (18,8 %), na tretjem mestu jima sledi zdrava prehrana (16,0 %), zdrav način življenja (10,3 %) je na četrtem mestu, izboljšanje delovnega okolja (6,8 %) na petem in skrb za okolje (4,8 %) na šestem mestu.

<sup>1</sup> Dejavnosti pod naslovom Teža šolske torbe smo vsebinsko umestili v izboljšanje delovnega okolja, vendar vključujejo tudi fizioterapevtske vaje za pravilno držo, torej gibanje

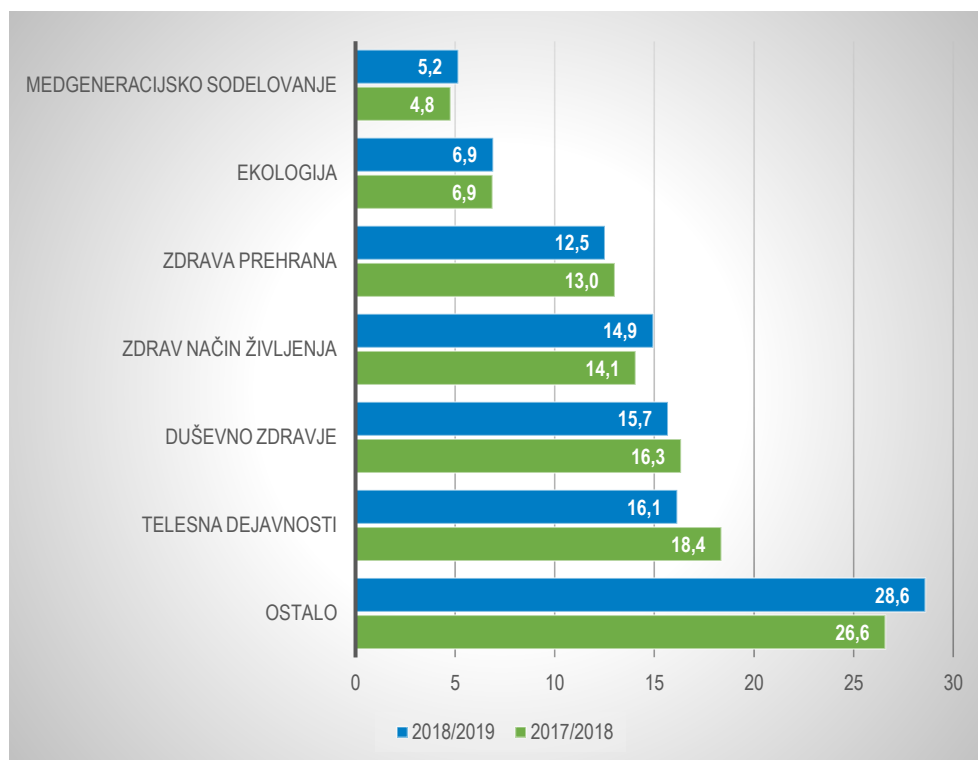


**Slika 1: Najpogostejše vsebine v šolskem letu 2018/2019**

**Opomba:** V kategorijo **ostale** vsebine, ki so vsaka posamično zastopane v manj kot 5 % so združene: prostovoljno delo, varnost in preprečevanje poškodb, obeležitve svetovnih dni kvalitetno preživljanje prostega časa, kemične in nekemične zasvojenosti, izboljšanje delovnega okolja, preprečevanje nasilja, zobozdravstvena in spolna vzgoja, šolski red in delovne navade ter preprečevanje nalezljivih bolezni). Ob tem so poročevalci kot druga vsebinska področja izpostavili še predvsem spoznavanje naravne in kulturne dediščine drugih evropskih držav, obisk tržnice poklice, osvajanje bontona, spodbujanje bralnih navad, vzpostavljanje stika z živalmi.

## Najbolj zastopane vsebine v preteklih dveh šolskih letih

V šolskem letu 2018/2019 se je ponovila izjema iz šolskega leta 2008/2009, saj je sicer vseh 26 let dosedanjega delovanja Zdravih šol v Sloveniji bilo najpopularnejša vsebina duševno Zdravje. Že drugo šolsko leto zapored je med dejavnostmi nastalimi v šolah **telesna dejavnost** na prvem mestu, tokrat s 16,1 %, **duševno zdravje** pa se je s 15,7 % uvrstilo na drugo mesto med najpogostejše izvajanimi vsebinami. **Zdrav način življenja** je s 14,9 % na tretjem mestu. Četrta najpogostejše izvajana vsebina pa je **zdrava prehrana** (12,5 %). Peto in šesto mesto med najbolj priljubljenimi vsebinami je pripadlo skrbi za **čisto okolje** (6,9 %) in **medgeneracijskemu sodelovanju** (5,2 %). Kot je to razvidno iz spodnje slike, vrstni red nalog s šestih najpogostejših vsebinskih področij v šolskem letu 2018/2019 v primerjavi s šolskim letom 2017/2018 ostaja popolnoma enak. Vsebine so ohranile podobne deleže. Najbolj, za 2,3 %, se je spremenil delež nalog s področja telesne dejavnosti in sicer se je zmanjšal, a v primerjavi z drugimi vsebinami še vedno skoraj dvakrat višji od njihovega povprečja.



**Slika 2: Najpogostejše vsebine v šolskih letih 2017/2018 in 2018/2019**

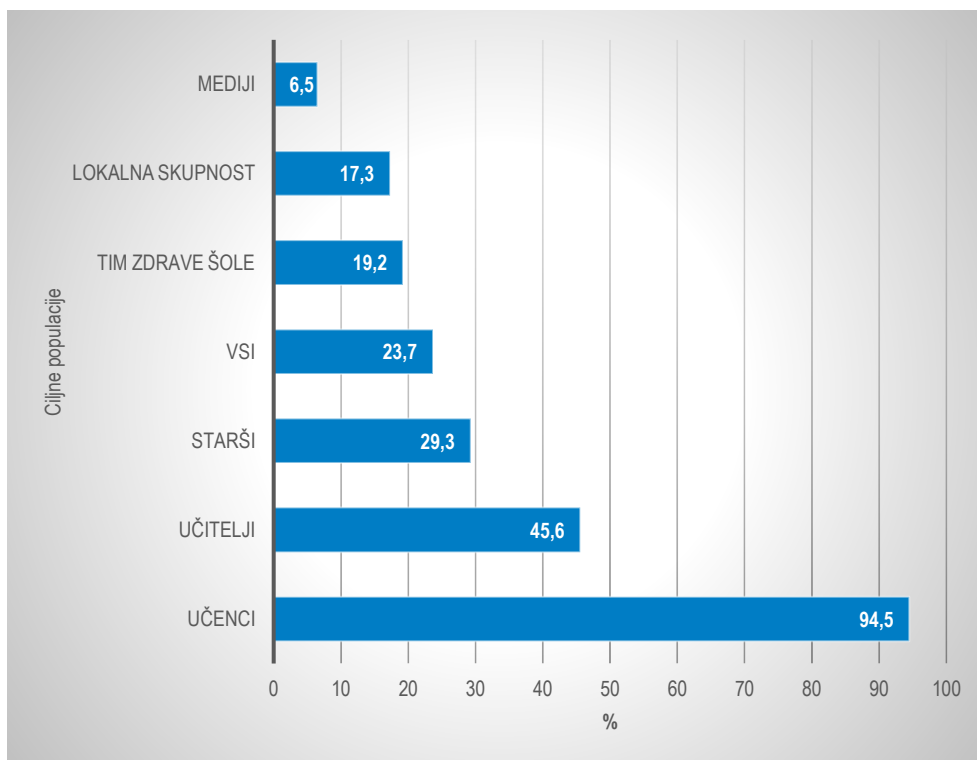
**Opomba:** V kategorijo **ostalo** so združene vsebine: prostovoljno delo, varnost in preprečevanje poškodb, zasvojenosti, obeležitve svetovnih dni, kvalitetno preživljanje prostega časa, zobozdravstvena vzgoja, spolna vzgoja, izboljšanje delovnega okolja, preprečevanje nasilja, šolski red in delovne navade ter preprečevanje nalezljivih bolezni in ostale naloge, ki ne spadajo v nobeno od navedenih vsebinskih področij (spoznavanje zgradbe in delovanja človeškega telesa, mednarodne izmenjave učencev in strokovne ekspanzije za učitelje).

## Vsebine po regijah

Kljub temu, da je vsebinski program na nacionalni ravni zastavljen enotno za celotno Slovensko mrežo zdravih šol, je v programih na regijskih srečanjih še vedno dovolj prostora tudi za vsebinske dopolnitve – glede na posebnosti in zmogljivosti v regijah. Posamezne vsebine nalog nastalih na šolah so bile torej po devetih slovenskih regijah nekoliko različno zastopane. Iz področja telesne dejavnosti kot najpogostejše vsebine na ravni cele Slovenije, so Zdrave šole v regiji Kranj med vsemi svojimi lastnimi dejavnostmi izvedle 19,1 %, v regiji Ravne pa so šole med vsemi svojimi nalogami izvedle le 11,9 % dejavnosti. S področja duševnega zdravja kot druge najpogostejše vsebine, so ravenske Zdrave šole med vsemi svojimi nalogami izvedle 23,7 %, (kar je bil najvišji odstotek v šolskem letu 2018/2019, ki ga je v neki regiji dosegla posamična vsebina), Zdrave šole v regiji Koper pa so med vsemi nalogami, ki so jih izvedle, zabeležile le 5,7 % dejavnosti s tega področja. Dejavnosti, namenjenih celostnemu spodbujanju zdravega življenjskega sloga, je bilo v koprski regiji od vseh izvedenih nalog 23,0 %, v celjski regiji pa le 11,0 % (tabela Vsebine po regijah na strani 29).

## 1.2 Ciljne populacije

Kot v prejšnjih letih, je bila tudi v šolskem letu 2018/2019 večina (94,5 %) vseh lastnih nalog, izvedenih v okviru Zdravih šol, namenjenih učencem in dijakom. Druga največja ciljna populacija, ki ji je bilo namenjenih so s 45,6 % dejavnosti, so bili učitelji, z 29,3 % jim sledijo starši otrok in s 23,7 % celotno šolsko osebje. 19,2 % vseh dejavnosti Zdravih šol je bilo izvedenih za tim Zdrave šole, 17,3 % za lokalno skupnost, 6,5 % pa jih je bilo namenjenih medijem.



Slika 3: Ciljne populacije v šolskem letu 2018/2019

Če opazujemo, kako so posamezne ciljne skupine zastopane v posamezni regiji, ugotovimo, da je v vseh regijah med izvedenimi nalogami nastalimi na šolah največ takih, ki so namenjene učencem in dijakom. Njim je med nalogami, ki so jih izvedli v ravenski regiji namenjenih 98,3 % vseh evalviranih lastnih nalog tamkajšnjih Zdravih šol, znotraj novomeške regije pa so jih zajeli s 93 % svojih nalog. Druga najbolj zastopana ciljna populacija so v vsaki posamezni regiji učitelji. Njim je bilo namenjenih 65,5 % vseh izvedenih nalog v koprski regiji in le 44,2 % v celjski regiji. Staršem, ki so v vseh regijah tretja največja ciljna populacija, je med vsemi izvedenimi nalogami novomeške regije namenjenih 36,3 %, med vsemi izvedenimi nalogami ljubljanskih Zdravih šol pa 25,0 %. Četrta najbolj zastopana ciljna populacija so v vsaki posamezni regiji vsi delavci šole, pri čemer so celotni tim Zdrave šole v koprski regiji zabeležili pri 42,5 %, v novogoriški regiji pa pri 18,2 % svojih lastnih izvedenih nalog. Lokalna skupnost kot peta največja ciljna populacija v vsaki posamični regiji je v regiji Novo mesto bila vključena v 20,4 % tamkajšnjih izvedenih nalog, v regiji Kranj pa v 14,9 %

njihovih lastnih nalog, ki so jih izvedli. Medijem je med vsemi izvedenimi dejavnostmi v posamezni regiji bilo timom Zdravih šol v koprski regiji namenjenih 37,9 %, v novogoriški regiji pa le 12,9 % nalog, ki so jih tamkajšnje Zdrave šole izvedle. Medijem so v regiji Koper namenili 18,4 %, v regiji Maribor pa 4,4 % vseh izvedenih nalog. (tabela Ciljne populacije po regijah na strani 29).

**Preglednica 1: Najpogostejše vsebine v šolskem letu 2018/2019 po posameznih ciljnih skupinah**

Rang	Učenci	Učitelji	Starši	Lokalna skupnost
1	Telesna dejavnost	Telesna dejavnost	Zdrav način življenja	Medgeneracijsko sodelovanje
2	Duševno zdravje	Zdrav način življenja	Duševno zdravje / Telesna dejavnost *	Zdrav način življenja
3	Zdrav način življenja	Duševno zdravje	Zdrava prehrana	Družbeno koristno delo
4	Zdrava prehrana	Zdrava prehrana	Medgeneracijsko sodelovanje	Ekologija
5	Ekologija	Ekologija	Ekologija	Telesna dejavnost

\* vsebini imata enak rang

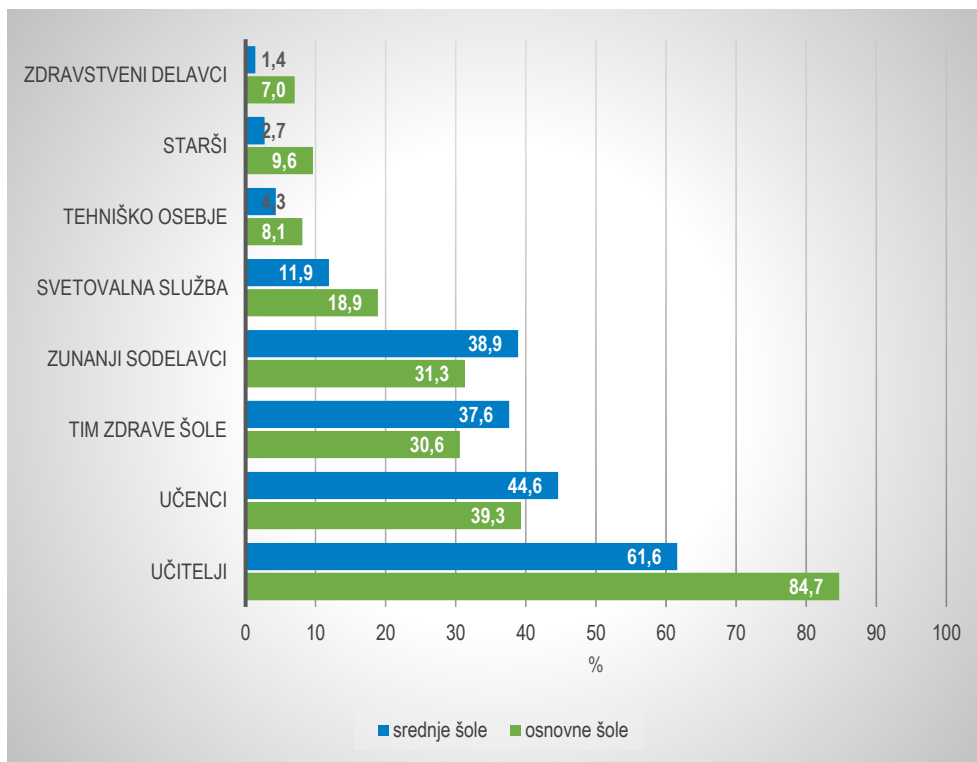
### 1.3 Izvajalci

V šolskem letu 2018/2019 je o svojih dejavnostih poročalo 330 Zdravih šol. Osnovne šole (in en poseben zavod) je obiskovalo 110560 učencev, ki jih je učilo 13145 učiteljev, srednje šole in dijaške domove pa 24730 dijakov, ki jih je učilo 2304 učiteljev. V osnovnih šolah so zabeležili izvedbo 3107 različnih dejavnosti (1073 prenosov NIJZ programov in vsebin ter 2034 lastnih aktivnosti), v srednjih šolah in dijaških domovih pa 537 (167 prenosov NIJZ programov in vsebin in 370 lastnih nalog).

Kot prejšnja leta so pri izvedbi največjega deleža (81,2 %) vseh dejavnosti v okviru Zdravih šol tudi v šolskem letu 2018/2019 sodelovali učitelji. Pri izvedbi 40,1 % nalog so sodelovali učenci ali dijaki sami, pri 32,4 % nalog so izvedbo prevzeli zunanji sodelavci Zdravih šol. Za izvedbo 31,7 % nalog so poskrbeli celotni šolski timi, 17,8 % nalog pa je izvedla svetovalna služba. Starši so sodelovali pri 8,5 % nalog, tehnično osebje je sodelovalo pri 7,5 %, zdravstvena služba pa se je vključila v 6,1 % nalog, zasnovanih na šolah.

Tako v osnovnih šolah s 84,7 % kot v srednjih šolah z 61,6 % so največja skupina izvajalcev dejavnosti Zdravih šol učitelji, ki pa jih je v osnovnih šolah za 23,1 % več. Dijaki sami (44,6 %) so v srednjih šolah izvedli približno enak delež nalog kot osnovnošolci (39,3 %), prav tako tim Zdrave šole, ki je osnovnih šolah izvedel 30,6 % v srednjih šolah pa 37,6 % nalog. Zunanji sodelavci so bili v osnovnih šolah izvajalci 31,3 %, nalog, v srednjih šolah pa so izvedli 38,9 % nalog. Svetovalna služba, tehnični sodelavci, starši in zdravstvena služba so bili v osnovnih šolah bolj aktivno vpleteni v dejavnosti Zdravih šol kot v srednjih šolah.





Slika 4: Izvajalci v šolskem letu 2018/2019

Preglednica 2: Najpogostejše vsebine v šolskem letu 2018/2019 po posameznih izvajalcih

Rang	Učitelji	Zunanji izvajalci	Učenci	Tim
1	Telesna dejavnost	Zdrav način življenja	Telesna dejavnost	Zdrav način življenja
2	Zdrav način življenja	Duševno zdravje	Zdrava prehrana	Telesna dejavnost
3	Duševno zdravje	Telesna dejavnost	Duševno zdravje	Zdrava prehrana
4	Zdrava prehrana	Varnost in preprečevanje poškodb	Zdrav način življenja	Duševno zdravje
5	Ekologija	Zdrava prehrana	Ekologija	Ekologija

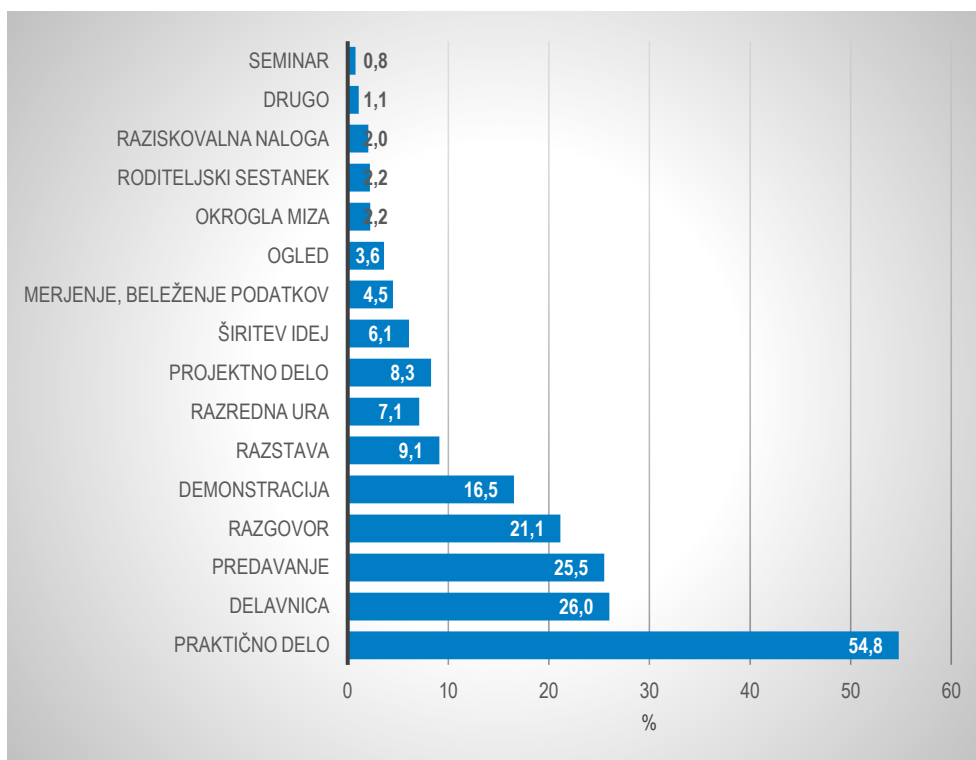
## 1.4 Trajanje nalog

V šolskem letu 2018/2019 je bilo več kot polovica (51,2 %) vseh nalog nastalih na šolah celoletnih ali celo večletnih, že utečenih projektov, več kot četrtnina (29,9 %) je bilo enkratnih akcij, ki so trajale od enega do treh dni, 7,5 % nalog je bilo tedenskih, 7,2 % nalog je trajalo najmanj en in največ tri mesece, in 4,2 % je bilo polletnih nalog.

## 1.5 Metode in oblike dela

Ne glede na to, za katero vsebinsko področje je šlo, komu so načrtovane naloge bile namenjene in kdo jih je izvedel, so podobno kot v prejšnjih šolskih letih, tudi v šolskem letu 2018/2019 izvajalci pri svojih nalogah v okviru Zdravih šol največkrat uporabili metodo praktičnega dela (54,8 %), delavnic (26,0 %), predavanj (25,5 %) ali razgovorov (21,1 %).





**Slika 5: Najpogostejše metode dela v šolskem letu 2018/2019**

**Opomba:** Ob prikazanih metodah dela so poročevalci izpostavili še ustvarjanje radijskih oddaj, branje, čiščenje in urejanje prostorov, ogled filma ali dramske igre, pisanje sporočil ali pisem, trening čuječnosti, sproščanje ob plesu, sestavljanje jedilnikov in družabne miselne igre.

**Preglednica 3: Najpogostejše vsebine v šolskem letu 2018/2019 po posameznih metodah dela**

Rang	Praktično delo	Razgovor	Predavanje	Delavnice
1	Telesna dejavnost	Duševno zdravje	Duševno zdravje	Duševno zdravje
2	Zdrav način življenja	Zdrav način življenja	Zdrava prehrana	Zdrav način življenja
3	Zdrava prehrana	Zdrava prehrana	Varnost in preprečevanje poškodb	Zdrava prehrana
4	Duševno zdravje	Ekologija	Telesna dejavnost	Medgeneracijsko sodelovanje
5	Ekologija	Varnost in preprečevanje poškodb	Kemične zasvojenosti	Telesna dejavnost

## 1.6 Rdeča nit

Rdeča nit je bila v šolskem letu 2018/2019 že peto leto zapored posvečena **duševnemu zdravju**, hkrati pa že štiri leta zapored tudi **prehrani in gibanju** in jo je v svoje naloge vključilo 300 od 330 (oziroma 90,9 %) Zdravih šol, s katerih so vodje posredovali podatke o delu na rdeči niti. To pomeni, da je izvedbo vsaj ene naloge na temo rdeče niti izvedlo 4,6 % manj šol kot leto pred tem, ko je različne dejavnosti na temo rdeče niti načrtovala 301 (oziroma 95,5 %) od 315 Zdravih šol, ki so poročale o svojih dejavnostih. Podobno kot so v šolskem letu 2017/2018 Zdrave šole po razpoložljivih podatkih na temo rdeče niti izvedle 1576 (69,1 %) od vseh lastnih nalog, so jih tudi v šolskem letu 2018/2019 v okviru rdeče niti izvedle 1634, torej 68 % ali več kot dve tretjini od vseh 2404 nalog nastalih na

šolah. Največ oziroma kar 361 (22,1 %) nalog izvedenih v okviru rdeče niti, spada na področje telesna dejavnosti.

Med nalogami izvedenimi v okviru rdeče niti pod naslovom **Duševno zdravje, prehrana, gibanje** sledijo še tiste s področja duševnega zdravja (20,7 %), zdravega načina življenja sploh (17,5 %), zdrave prehrane (15,4 %), medgeneracijskega sodelovanja (3,7 %), obeleževanja svetovnih dni (3,3 %), ekologije (3,1 %) ter prostočasnih dejavnosti (2,9 %) in družbeno koristnega dela (2,1 %). Pri rdeči niti gre verjetno za celostno zastavljene tradicionalne in dobro uveljavljene projekte, ki pogosto združujejo več področij, tudi če je katero izmed njih bolj izstopajoče, kar pojasnjuje močno zastopanost dejavnosti na temo zdravega življenjskega sloga v povezavi z rdečo nitjo. K nadaljevanju in nadgrajevanju vsebin rdeče niti v šolskem letu 2018/2019 bi morda lahko prišteli še (nekatero) naloge namenjene preprečevanju nasilja in trpinčenja (1,9 %) ter kemičnih (1,0 %) in nekemičnih zasvojenosti (0,9 %).

Pri nalogah v zvezi z rdečo nitjo dopuščamo možnost, da so bile zaradi kompleksnosti tematike v različnih šolah in regijah zabeležene različno, glede na subjektivno presojo poročevalcev. Iz njihovega beleženja bi sicer lahko sklepali na različno močno obravnavo rdeče niti po posameznih regijah, vendar je pri tem potrebno upoštevati, da so regije po številu Zdravih šol vključenih v mrežo, zelo neenako zastopane.

Poglobljeno delo na področju duševnega zdravja, prehrane in gibanja (kjer so se teme prepletale) je vključevalo zanimive naloge, kot so: Zdravje na okenskih policah in naj se vrt prebudi, projekt Popestrimo šolo s pripravo zdravilnih posladkov, kosil in napitkov ter spodbujanjem gibanja, raziskovalni projekt Kapljice vode za ugotavljanje njenega življenjskega pomena in kvalitete, Mladi zdravnik za zdravilno samopomoč ob različnih težavah, Košarica dobrot – spodbujanje otroške kreativnosti na temo sadja in zelenjave, ponedeljki Motivacijski pozdravi (nadgrajeni kot intervjuji z vodjo Centra za krepitev zdravja), predavanje z naslovom Apiterapija, delavnice Odkrij in živi svojo pravo naravo za učitelje, V jati z drugačnimi, razredne ure na temo samopodobe, medgeneracijsko učenje na temo medosebnih odnosov, nastop na mednarodnem otroškem folklornem festivalu, spopadanje s stresom in življenjskimi izzivi pod naslovom Prava izbira, seminar za učitelje Le z drugimi smo – na temo najstniških izzivov sodobne družbe kot so pomanjkanje motivacije, ali zasvojenosti, V pričakovanju praznikov za večjo povezanost posameznikov in generacij, delavnice Pozitivna disciplina za večjo osredotočenost pri pouku, Vse je v glavi – spoznavanje delovanja možganov in čustvovanja, izvedba ankete o zdravem življenjskem slogu med starši, raziskovalna naloga Biotehnologija – način zdravljenja v bodočnosti, Prisluhnilo gozdu – izkustveno učenje, Ekokoledar za razvijanje pozitivnega odnosa do narave, Fit pedagogika za lažje osvajanje novih znanj, tritedenski izziv za dijake in učitelje Kaj vse zmorem, Razgibani prstki – različne dejavnosti za razvijanje finomotorike, pogovori in učna pomoč med učenci pod naslovom Skupaj za boljši

jutri, izbirni predmet Vzgoja za solidarnost v 3. letniku, Pravila družbenega življenja s postavljanjem razrednih pravil in upoštevanjem bontona, projekt Mirno morje za učenje socialnih veščin in prevzemanje odgovornosti, tedenske terapevtske urice z ambasadorji nasmeha, Gaster felix – delavnica, študentov medicine o skritih sladkorjih, Borza znanja – učitelj učitelju, projekt Ustvarjalna zdravstvena nega za spodbujanje kreativnosti dijakov med strokovnimi predmeti, predavanje o pohvalah za starše.

## 1.7 Celostna šolska politika zdravja v šolskem okolju in delovanje šolskega tima

Vodje timov Zdravih šol smo vprašali, na katerih področjih zdravja so v njihovi šoli najbolj uspešni in na katerih področjih zdravja v svoji šoli opažajo največ problemov. Kot **najbolj uspešno področje** jih je 261 navedlo gibanje, 186 zdravo prehrano, 121 duševno zdravje, 38 skrb za okolje, 31 celostno spodbujanje zdravega življenjskega sloga, 28 dobrodelno udejstvovanje in sodelovanje z lokalno skupnostjo, 24 skrb za ustno zdravje, 22 medgeneracijsko povezovanje, 18 preprečevanje kemičnih in nekemičnih zasvojenosti, 9 spolno vzgojo, ob tem pa nekateri še sodelovanje z zdravstvenimi domovi, varnost in preprečevanje poškodb, umetniško izražanje. **Največ problemov** opaža 112 učiteljev na področju duševnega zdravja (dodatnih 21 pa še pojav medvrstniškega nasilja in trpinčenja ter nesprejemljivega vedenja), 101 zaradi neupoštevanja načel zdrave prehrane med učenci in 71 zaradi odpora učencev do gibanja (posledično pa zaradi obojega narašča število otrok s prekomerno telesno težo), 67 zaradi kemičnih in nekemičnih zasvojenosti učencev, 38 zaradi prekomernega hrupa v jedilnici in na hodnikih, 35 zaradi prevelike teže šolske torbe in posledično slabe telesne drža ter nepravilnega sedenja, 12 zaradi neekološkega vedenja, 9 zaradi premajhne odzivnosti in šibke podpore staršev, ob tem pa nekateri izpostavljajo še pomanjkanje spanja, neustrezne prostorske razmere in pomanjkljivo prometno varnost, slabo osebno higieno, učne navade ter pomanjkanje časa za izvedbo vseh načrtovanih aktivnosti namenjenih utrjevanju zdravih življenjskih navad. Na omenjena opažanja vodij so zagotovo vplivale usmeritve z NIJZ – rdeča nit ter programi in vsebine predstavljene na regijskih srečanjih.

Glede oblikovanja **celostne šolske politike zdravja** v šolskem okolju je v šolskem letu 2018/2019 več kot tri četrtine vseh učiteljev (76,6 %) poročalo, da imajo celostno šolsko politiko zdravja vključeno v vzgojni in letni delovni načrt, 6 % pa da ima njihova šola celostno šolsko politiko zdravja kot samostojen dokument. 14,1 % jih je povedalo, da tak dokument še razvijajo in 1,8 % da na tem področju niso še nič storili. Vodji timov z dveh šol od 330, kolikor jih je tokrat o svojem delu poročalo, na to vprašanje nista odgovorili.

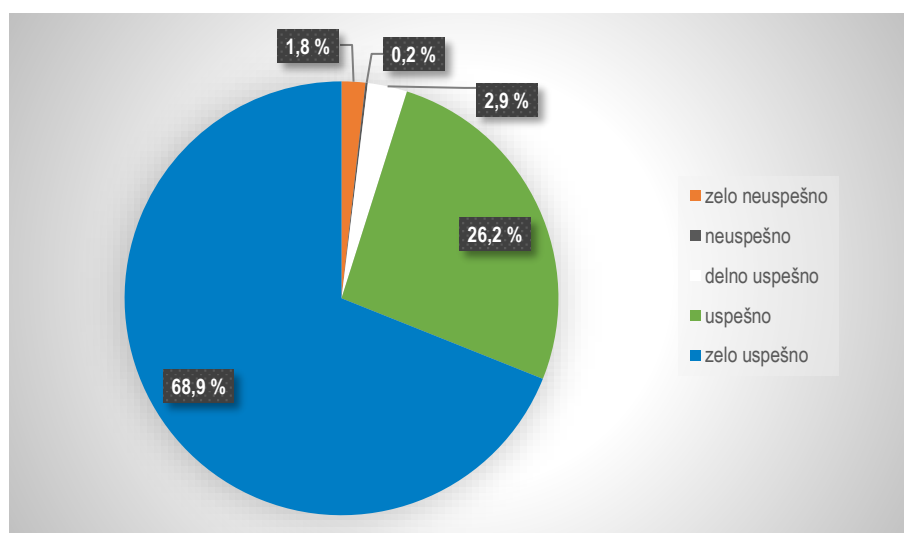
V zvezi s tem, kako aktivno na njihovi šoli deluje **tim Zdrave šole**, je več kot tretjina poročevalcev (37,7 %) odgovorila, da so pri njih dejavni le notranji člani tima Zdrave šole, približno toliko (33,8 %) da je dejaven vodja šolskega tima in nekaj sodelavcev, ena četrtnina (25,1 %), da so dejavni vsi predstavniki tima Zdrave šole vključno z zunanjimi in 2,4 %, da pri njih tim Zdrave šole ni aktiven. Poročevalci s treh šol na to vprašanje niso odgovorili.

Podatki kažejo, da se največ (42,5 %) aktivnih timov Zdravih šol sestaja dvakrat letno, več kot ena tretjina (39,2 %) se sestane dvakrat letno, in 15,0 % timov Zdravih šol se srečuje enkrat letno. 3,3 % poročevalcev s šol na to vprašanje ni odgovorilo.

Skoraj polovica (49,7 %) od 330 Zdravih šol, katerih vodje so v šolskem letu 2018/2019 poročale o dejavnostih, je vključenih tudi v Kulturne šole ali pa sodelujejo še v Erasmus oz. E Twinning programu, 49,3 % jih deluje kot Eko šole, 15,9 % Zdravih šol je tudi Unesco šol, 7,2 % jih je del mreže Učecih se šol, 3 % jih je še članic Gozdnih šol, manj kot 2 % je Varnih šol in manj kot 1 % Jezikovnih šol. 13,5 % vodij je poročalo o vključenosti v druge mreže in projekte (Mednarodno priznanje za mlade, Simbioza, NA-MA POTI, Popestrimo šolo, Pogum), manj kot 10 % pa o vključenosti v druge mreže tokrat ni poročalo.

## 2. Evalvacija

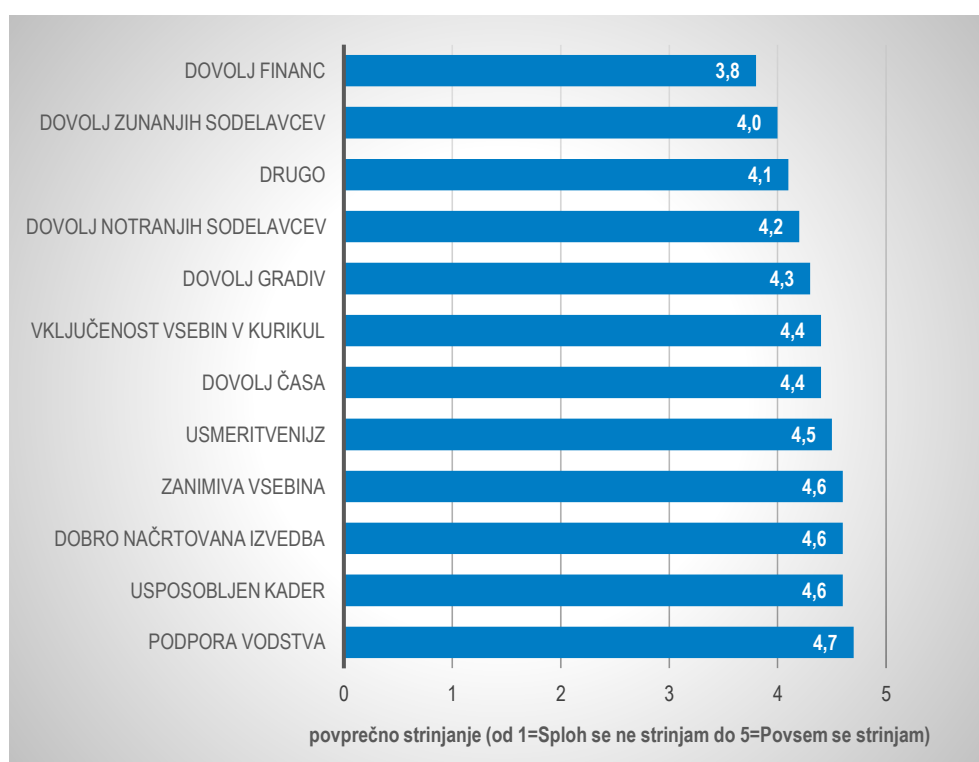
### 2.1 Ocena uspešnosti nalog nastalih v šolah



Slika 6: Ocena uspešnosti nalog v šolskem letu 2018/2019

Ocena uspešnosti izvedenih nalog temelji na kriterijih, ki si jih šolski tim zastavi za vsako nalogo posebej. Kot že leto pred tem, so tudi v šolskem letu 2018/2019 poročevalci posebej ocenjevali svoje lastne programe, ki so bili zasnovani in izvedeni v njihovih šolah. Ločeno od tega nas je zanimala tudi ocena implementacije treh NIJZ programov iz področja duševnega zdravja ter drugih vsebin, ki so bile predstavljene na regijskih srečanjih.

V evalvaciji je 330 vodij šolskih timov ocenilo izvedbo 2404 lastnih nalog. Večinoma so njihovo izvedbo ocenili kot zelo uspešno (68,9 %) ali uspešno (26,2 %), delno uspešno izvedenih je bilo med njihovimi lastnimi nalogami 2,9 %. Povprečna ocena vseh njihovih nalog skupaj znaša 4,6. Kot je razvidno iz spodnjega grafa, se je večina poročevalcev glede glavnih razlogov za uspešno izvedbo strinjala ali popolnoma strinjala, da je to dobro načrtovanje in organizacija (98,5 %), zanimiva vsebina (97,3 %), usposobljen kader (97,0 %), dobra podpora vodstva (95 %), usmeritve nacionalnih in regijskih koordinatorjev (93,4 %), ter vključenost nalog/vsebin povezanih z zdravjem v kurikulum (91,0 %). Prav tako so kot pomembne razloge za uspešnost nalog poročevalci izpostavili dovolj razpoložljivega časa (89,8 %) in zadostno opremljenost s priročniki ali drugimi učnimi gradivi (88,9 %). 17 poročevalcev je izpostavilo še izjemno motiviranost izvajalcev in sodelovanje celotnega tima. Navdušenje dijakov.



Slika 7: Glavni razlogi za uspešno izvedbo nalog v šolskem letu 2018/2019

Za 46 nalog (1,9 %), ki so nastale na šolah, so njihovi ocenjevalci presodili, da so bile izvedene neuspešno ali zelo neuspešno. Pri tem so kot razlog navedli slabo odzivnost dijakov, ki ne prebirajo informacij po elektronski pošti, obravnavana tematika se tesno prepleta z nekaterimi ostalimi programi, zato je v prihodnje ne bodo več izvajali ločeno, ampak jo bodo raje vključili v že obstoječe aktivnosti, premajhno vključenost učencev, učiteljev in staršev, enodnevna akcija je bila uspešna, sicer pa se količina uporabe plastike v šoli ni bistveno zmanjšala,

## 2.2 Kako z nalogami nastalimi v šolah naprej?

Za 25,7 % ocenjenih programov, projektov in akcij iz šolskega leta 2018/2019, ki so nastali na šolah, je znano, da bodo z njimi nadaljevali brez sprememb, 51,5 % pa jih bodo v nadaljevanju nekoliko spremenili ali dopolnili. 9,2 % nalog so načrtovano zaključili in jih bodo ob ponovitvi nekoliko spremenili ali dopolnili, 6,1 % načrtovano zaključenih nalog pa bodo ponovili brez sprememb. 6,8 % načrtovano zaključenih nalog s šol ne bodo izvedli ponovno.

## 3. NIJZ programi in prenosi z regijskih srečanj

### 3.1 Programi s področja duševnega zdravja in druge predstavljene vsebine

V šolskem letu 2018/2019 so vodje šolskih timov poročale tudi o implementaciji treh NIJZ programov in štirih vsebin z regijskih srečanj v šolah. Zabeleženih je bilo **195** izvedb programa **Izboljšanje duševnega zdravja**, **117** izvedb programa **To sem jaz**, **91** izvedb programa **Ko učenca stresa stres**. Med drugimi NIJZ vsebinami so poročevalci dodatno navajali še program Varno s soncem, skrb ba ustno zdravje, motnje hranjenja, problematiko odvisnosti, varno rabo interneta, zdravo spolnost, pomen spanja in delovanje možganov, žalovanje otrok in mladostnikov in prometno varnost.

Poleg 403 izvedb prenosa omenjenih treh programov pa so zabeležili tudi 837 izvedb vsebin z regijskih srečanj za predstavnike Zdravih šol: **294** na temo **Več gibanja**, **281** na temo **Zdrava prehrana**, **113** na temo **Zmanjševanje teže šolske torbe**, **93** na temo **Hrup in zdravje ter 56** na **druge teme**.

Skupaj so torej v šolskem letu 2018/2019 šole zabeležile **1240 izvedb** treh NIJZ programov s področja duševnega zdravja in štirih vsebinskih področij z regijskih srečanj oziroma v povprečju ena izvedena naloga izmed treh NIJZ programov ter dve in pol izvedeni nalogi s štirih vsebinskih področij na šolo. Pri tem so (od skupno 184.169 učencev v osnovnih šolah in 73.200 dijakov v srednjih šolah) s programom **Izboljšanje duševnega zdravja** vključili **48280 učencev in dijakov**, **20608 staršev in 5139 učiteljev**, s programom **To sem jaz** **16429 učencev in dijakov**, **6026 staršev in 1435 učiteljev**, s programom **Ko učenca stresa stres** **17156 učencev in dijakov**, **4557 staršev in 1728 učiteljev**. Med ostalimi

vsebinami in usmeritvami z regijskih srečanj je prenos **Več gibanja** dosegel **102379 učencev in dijakov, 34374 staršev in 9946 učiteljev, Zdrava prehrana 92491 učencev in dijakov, 2289 staršev in 8851 učiteljev, Zmanjševanje teže šolske torbe učencev 21930, 13545 staršev in 2154 učiteljev ter Hrup in zdravje 23306 učencev in dijakov, 4227 staršev in 2193 učiteljev.**

1511 učencev in dijakov, 7398 staršev ter 1341 učiteljev so v šolah vključili še pri prenosu drugih NIJZ programov in vsebin z regijskih srečanj.

Bolj podroben pregled izvedbe treh programov NIJZ in drugih vsebin predstavljenih na regijski srečanjih Zdravih šol je prikazan v spodnjih tabelah.

**Tabela 1: Število izvedb NIJZ programov in predstavljenih vsebin**

	CE	NG	KP	KR	LJ	MB	MS	NM	R	SLO
Izboljšanje duševnega zdravja	24	8	9	10	41	47	21	24	11	195
To sem jaz	21	6	3	6	28	18	20	10	5	117
Ko učenca stresa stres	11	5	5	4	25	15	11	10	5	91
Več gibanja	34	13	19	20	71	57	34	36	10	294
Zdrava prehrana	38	12	18	19	68	57	27	30	12	281
Zmanjševanje teže šolske torbe	12	7	8	11	23	13	9	23	7	113
Hrup in zdravje	1	4	5	9	23	16	11	11	3	93
Drugo	11	1	4	3	20	5	4	7	1	56

**Tabela 2: Število učencev vključenih v posamezen NIJZ program ali predstavljeno vsebinsko področje**

	CE	NG	KP	KR	LJ	MB	MS	NM	R	SLO
Izboljšanje duševnega zdravja	7338	1609	1969	3042	10274	11969	3571	6006	2502	48280
To sem jaz	2386	1102	74	910	4446	3203	2009	1710	589	16429
Ko učenca stresa stres	3650	612	287	1180	4729	3085	1216	1935	462	17156
Več gibanja	12425	4079	4873	10206	28576	18603	8480	11976	3161	102379
Zdrava prehrana	13233	4475	3045	8743	28289	15237	6776	8979	3714	92491
Zmanjševanje teže šolske torbe	2078	1641	622	1681	6174	4264	1000	3135	1335	21930
Hrup in zdravje	2331	1521	258	2817	6864	4441	1663	3081	330	23306
Drugo	3766	509	723	371	6706	974	874	988	200	15111

**Tabela 3: Število učiteljev vključenih v posamezen NIJZ program ali predstavljeno vsebinsko področje**

	CE	NG	KP	KR	LJ	MB	MS	NM	R	SLO
Izboljšanje duševnega zdravja	678	214	264	314	1076	1241	461	659	232	5139
To sem jaz	137	94	16	78	365	337	214	153	41	1435
Ko učenca stresa stres	304	40	67	90	520	321	155	180	51	1728
Več gibanja	1002	387	498	859	2657	1925	1027	1301	290	9946
Zdrava prehrana	1127	320	349	753	2810	1559	849	820	264	8851
Zmanjševanje teže šolske torbe	155	207	92	158	519	442	114	392	75	2154
Hrup in zdravje	121	154	42	136	708	484	195	327	26	2193
Drugo	371	54	77	30	528	119	80	82	–	1341



Tabela 4: Število staršev vključenih v posamezen NIJZ program ali predstavljeno vsebinsko področje

	CE	NG	KP	KR	LJ	MB	MS	NM	R	SLO
Izboljšanje duševnega zdravja	2526	877	1735	1160	4247	4186	716	4523	638	20608
To sem jaz	802	60	41	90	3299	583	376	577	198	6026
Ko učenca stresa stres	360	–	22	–	2456	981	400	328	10	4557
Več gibanja	4994	1046	1462	1384	9653	6280	2927	5604	1024	34374
Zdrava prehrana	3368	1507	1174	946	5313	4769	1955	2674	1185	22891
Zmanjševanje teže šolske torbe	1395	1379	450	1254	3738	1126	847	2080	1276	13545
Hrup in zdravje	530	–	41	100	1676	860	121	699	200	4227
Drugo	1400	400	236	–	4804	–	277	281	–	7398

### 3.2 Ocena uspešnosti izvedenih NIJZ programov in predstavljenih vsebin

Velika večina (87,1 %) vseh izvedb v okviru treh NIJZ programov je bilo ocenjenih s 5 in 4, manjšina (9,7 %) pa s 3. 1 izvedba NIJZ programa ni bila uspešna. 11 izvedb NIJZ programov (2,7 %) ni prejelo ocene. Tudi velika večina (85,8 %) izvedb na regijskih srečanjih predstavljenih tem je prejela oceno 5 ali 4, oceno 3 pa 8,2 %. O neuspešnem prenosu NIJZ vsebin predstavljenih na regijskih srečanjih je poročalo 14 učiteljev (1,7 %).

Najvišjo povprečno oceno, in sicer 4,6, je med prenesenimi NIJZ programi, vsebinami in usmeritvami z regijskih srečanj prejela vsebina Več gibanja, sledi ji Zdrava prehrana s 4,5 in program Izboljšanje duševnega zdravja s povprečno oceno 4,4, programa To sem jaz in Ko učenca stresa stres pa s 4,3. Usmeritve za zmanjševanje teže šolske torbe so prejele oceno 4,2 in problematika glede škodljivih učinkov hrupa na zdravje 3,9. Vse izvedbe treh NIJZ programov ter štirih vsebin predstavljenih na regijskih srečanjih skupaj so prejele povprečno oceno 4,3. Največji delež izvedb (63 %) z oceno zelo uspešno je prejela vsebina Več gibanja, najmanj (32,6 %) pa vsebina Hrup in zdravje.

### 3.3 Kako z NIJZ programi in predstavljenimi vsebinami naprej?

V prihodnjem šolskem letu se bo v šolah nadaljevalo 67,6 % ocenjenih izvedb programa Izboljšanje duševnega zdravja z določenimi dopolnitvami, 20,1 % pa brez sprememb, 4,8 % načrtovano zaključenih izvedb tega programa se bo v naslednjem šolskem letu ponovilo s spremembami, 3,2 % pa brez sprememb. 4,2 % izvedb je bilo načrtovano zaključenih in se program v naslednjem šolskem letu ne bo več ponovil.

Med vsemi izvedbami programa To sem jaz v šolah je 57,4 % takih, ki se bodo v naslednjem šolskem letu nadaljevale z določenimi dopolnitvami, 33,9 % pa brez vseh sprememb, 3,5 % izvedb programa je bila načrtovano zaključenih in se bodo v naslednjem šolskem letu ponovile v nespremenjeni obliki 2,6 %



načrtovano zaključenih izvedb pa v dopoljnjeni različici. 2 načrtovano zaključenih izvedb in 1 nenačrtovano predčasno opuščene izvedbe tega programa v naslednjem šolskem letu ne bodo ponovili.

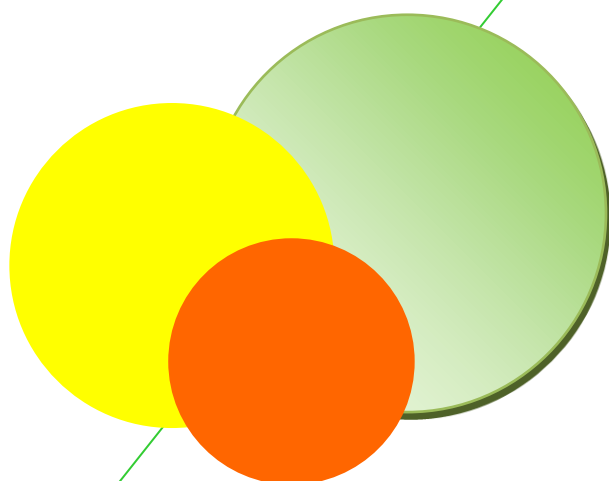
Pri programu Ko učenca stresa stres so poročevalci v šolah zabeležili 52,2 % izvedb, ki se bodo z določenimi spremembami nadaljevale v naslednjem šolskem letu in 27,8 %, ki se bodo nadaljevale brez sprememb, 5,6 % načrtovano zaključenih izvedb bodo ob ponovitvi dopolnili in ravno toliko jih bodo ponovili brez sprememb. 7,8 % izvedb tega programa ne bodo ponovili, 1 nenačrtovano predčasno opuščeno izvedbo pa bodo.

Od vseh nalog namenjenih spodbujanju gibanja se jih bo 77,1 % nadaljevalo v nekoliko spremenjeni obliki, 17,4 % pa brez sprememb, 4,4 % aktivnosti pod skupnim naslovom Več gibanja je bilo načrtovano zaključenih, a jih bodo ponovili v dopoljnjeni obliki, 1 načrtovano zaključeno izvedbo te vsebine bodo ponovili brez sprememb, 2 pa so nenačrtovano opustili, a ju bodo ponovili.

Od vseh izvedb pod skupnim naslovom Zdrava prehrana je 77,6 % takih, ki se bodo dopolnjene nadaljevale v prihodnjem šolskem letu, 18,5 % pa se jih bo nadaljevalo brez sprememb, 3,2 % aktivnosti namenjenih spodbujanju zdrave prehrane je načrtovano zaključenih in se bodo v naslednjem šolskem letu ponovile z dopolnitvami, 1 načrtovano izvedbo bodo ponovili brez sprememb, 1 pa ne bodo ponovili.

Glede prenosa regijskih predstavitev na temo Zmanjševanje teže šolske torbe so v šolah zabeležili 74,8 % izvedb, ki se bodo nadaljevale v naslednjem šolskem letu z dopolnitvami, 18,9 % pa brez dopolnitev, 3,6 % načrtovano zaključenih izvedb s to vsebino se bo v naslednjem šolskem letu ponovilo brez sprememb in 2 preneseni izvedbi na temo Zmanjševanja teže šolske torbe bodo ponovili v dopoljnjeni obliki, 1 pa ne bodo ponovili.

Pri vsebini Hrup in zdravje se bo 68,8 % izvedb nadaljevalo v naslednjem šolskem letu z dopolnitvami, 12,9 % pa v nespremenjeni obliki, 8,6 % izvedb na to temo je bilo načrtovano zaključenih in jih v prihodnjem šolskem letu ne bodo več ponovili, 6,5 % jih bodo v naslednjem šolskem letu ponovili v dopoljnjeni različici, 3,2 % pa v nespremenjeni obliki.



## **POMEMBNI DOGODKI V ŠOLSLEM LETU 2018/2019 IN PREGLED DEJAVNOSTI PO REGIJAH**

Mojca Bevc

### **25 obletnica Slovenske mreže zdravih šol (7. 11. 2018, Zreče)**

V šolskem letu 2018/2019 smo Zdrave šole praznovale častitljiv jubilej – naših skupnih 25 let druženja, mreženja in širjenja idej o promociji zdravja v slovenski prostor. Iz pilotnih 12 šol v letu 1993 se nas je skozi vsa leta nabralo 375 ustanov iz vse Slovenije. V počastitev naše obletnice se je po šolah vrstila množica dogodkov s področja izboljšanja duševnega zdravja, zdrave prehrane, več gibanja in z drugih področij zdravega življenjskega sloga. Učenci in učitelji so se vključili v razmišljanje in doživljanje, kako pojmujejo svojo šolo kot zdravo šolo. Nastala je vrsta izdelkov in različnih aktivnosti v okviru Dneva šole ali pa skozi vse leto. Da ne bi šlo v pozabo, smo šole spodbudili k udeležbi na natečaju Moja šola – Zdrava šola za kratke video filme njihovih dejavnosti. Nastali so simpatični in dinamični prikazi, ki smo jih povezali v kratke 5-minutne regijske predstavitve in le-te v nacionalni 45- minutni film.

Dogodek ob praznovanju 25 obletnice Slovenske mreže zdravih šol in video filme si lahko ogledate na spletnih straneh:

<https://www.nijz.si/sl/25-let-slovenske-mreze-zdravih-sol>

<https://www.nijz.si/sl/nacionalni-posvet-zdravih-sol-zrece-711-2018>

### **Obisk belgijske delegacije (november 2018)**

V okviru programa Erasmus + sta v Slovenijo prišla na strokovni obisk gosta iz flamske izobraževalne skupnosti – Jim Lafère, ravnatelj srednje šole Atheneum GO! For Business in Christine Matthys, pedagoška koordinatorica na osnovni šoli Emanuel Hiel, oba iz Bruslja.

Namen njunega obiska je bil, da se bolje seznanita z delovanjem Slovenske mreže zdravih šol, s preventivnimi in promocijskimi programi za slovenske šole, s sodelovanjem in vključevanjem različnih partnerjev (lokalne skupnosti, zdravstvenih delavcev, NVO...) v zdravstveno promocijske dejavnosti v šolskem okolju. Dobre izkušnje in elemente dobrih praks iz Slovenije sta želela prenesti v svoje okolje.

Na NIJZ smo jim skupaj z OE Koper, OE Celje ter Zdravimi šolami – OŠ Vojke Šmuc, Izola in Srednjo šolo Izola ter OŠ Bistrica ob Sotli pripravili zanimiv program, ki naj bi pokril čim več njihovih pričakovanih oziroma odgovorov na njuna vprašanja: predstavili smo jima nacionalno, regijsko in šolsko koordinacijo, kjer so bili prikazani različni preventivni oz. promocijski programi na nacionalni in šolski ravni. V Bistrici ob Sotli pa so se, poleg množice večletnih šolskih programov, seznanili tudi z vzornim 25-letnim sodelovanjem s šolskim zdravnikom in županom oz. vključenostjo šole v lokalno skupnostjo.

Več o obisku belgijske delegacije je dostopno na spletni strani:

<https://www.nijz.si/sl/studijski-obisk-belgijske-delegacije>

## **Širitev Slovenske mreže zdravih šol (februar in marec 2019)**

Ob nadaljnji podpori Ministrstva za zdravje in Ministrstva za izobraževanje, znanost in šport smo spomladi 2019 že šestič širili našo mrežo in ponudili podporo pri promociji zdravja novim zainteresiranim šolam ter dijaškim domovom. Veseli nas, da so šole, kljub množici različnih projektov, ki se odvijajo v šolskem prostoru, še vedno zainteresirane za vstop v našo mrežo. Tako se je dosedanjim članicam v marcu 2019 pridružilo **35 novih članic**. Na razpis se je prijavilo 26 osnovnih šol, 7 srednjih šol, 1 dijaški dom in 1 poseben zavod.

Za nove članice smo imeli že kmalu uvodna izobraževanja. Na vsa vprašanja in dileme, ki se bodo še porajale, pa bomo skupaj iskali odgovore na naših regijskih izobraževalnih srečanjih. Slovenska mreža zdravih šol zdaj šteje **389 članic**. Želimo pa si, da bi naša načela in princip delovanja v prihodnje posvojile vse slovenske šole.

Več o širitvi je dosegljivo na spletni strani:

<https://www.nijz.si/sl/sirili-smo-slovensko-mrezo-zdravih-sol-6-krog>

## **Uvodno izobraževanje za nove članice (maj in september 2019)**

V maju 2019 smo imeli za vse nove članice uvodno izobraževanje o vseh pomembnih načelih ter principih dela. Glede na evalvacijske liste udeležencev so v prvem srečanju pridobili dovolj informacij za začetek, ki pa jih bodo nadgrajevali še z našo skupno pomočjo. V večini regij so regijski koordinatorji organizirali informativna srečanja z novimi članicami in novimi vodji, ki so nadomestili nekdanje vodje na naših dosedanjih šolah. Vsa srečanja so bila priložnost za odgovore na odprta vprašanja in razjasnitev nejasnosti, kar je bilo povsod odlično sprejeto.

Do pričetka novega šolskega leta je bila edina naloga novih članic, da prenesejo informacije svojemu kolektivu in v timu Zdrave šole načrtujejo vsaj eno nalogo s področja zdravja za novo šolsko leto. Za rdečo nit v šolskem letu 2019/2020 smo tudi tokrat izbrali zelo aktualno tematiko: Vzgoja in izobraževanje v realnem in digitalnem svetu. Seveda pa bodo v šolah nadaljevali tudi z izvajanjem nalog s področja duševnega zdravja, spodbujanja zdravega prehranjevanja in več gibanja v šoli, ob tem pa dodajamo tudi temo Kako šola pristopa pri zasvojenosti s psihoaktivnimi snovmi. Na tretjem regijskem srečanju se bomo posvetili prenovljenemu in evalviranemu programu – Zorenje skozi To sem jaz.

Za vse Zdrave šole – na novo priključene in dolgoletne članice - pa je pomembno, da ohranjamo, krepimo in izboljšujemo naše zdravje. V medsebojnem sodelovanju ter mreženju vidimo priložnost za celostni pristop pri promociji zdravega življenjskega sloga, za dodatne ideje in strokovno podporo. Vsebine zdravja so življenjskega pomena in se dotikajo vsakega od nas. Zato je še kako pomembno, da so sistematično zastopane tako v rednem kot skritelem kurikulumu in so del vzgojno-izobraževalnega procesa, saj lahko pridobljeno znanje in veščine pomembno prispevajo k boljšemu zdravju, dobremu počutju, učni uspešnosti in kvaliteti življenja šolarjev, učiteljev in staršev.

### **Strokovno srečanje nacionalnih koordinatorjev Zdravih šol (junij 2019, Islandija)**

Evropska mreža zdravih šol (Schools for Health in Europe Network Foundation - SHE) združuje 37 držav članic iz Evrope in Centralne Azije in je v zadnjih letih doživela spremembe v organizacijskem in strokovnem vidiku. Leta 2018 je njeno mednarodno koordinacijo prevzel University College South Denmark (mednarodna koordinatorica je Anette Schulz). Po nekaj letih premora smo se nacionalni koordinatorji zopet sestali na strokovnem srečanju, tokrat v juniju 2019, na Islandiji. Razpravljali smo o strukturi, konceptu, vrednotah, delovanju in novostih v SHE mreži. Nacionalni koordinatorji smo predstavili različne izkušnje in primere dobrih praks, ki so se v vseh teh letih razvijale po različnih državah, članicah SHE mreže. SHE sekretariat nam je predstavil prenovljeno spletno stran, z množico teoretičnih in praktičnih gradiv s področja promocije zdravja, ki so zelo dobrodošla in uporabna za učitelje.

Več o srečanju nacionalnih koordinatorjev in o spletni strani SHE z gradivi, si lahko pogledate na spletnih straneh:

<https://mailchi.mp/ucsyd/she-newsletter-3-2170817?e=74ba7f4f0a%20>

<https://www.schoolsforhealth.org/>

## REGIJE V ŠTEVILKAH (deleži v %)

Tabela 5: Vsebine po regijah

	CE	NG	KP	KR	LJ	MB	MS	NM	R	SLO
Zobozdravstvena vzgoja	2,8	–	1,1	2,1	0,3	2,5	1,3	1,4	–	1,3
Zdrava prehrana	13,8	20,5	6,9	11,9	11,3	13,0	15,3	11,3	6,8	12,5
Ekologija	6,4	8,3	6,9	7,2	5,9	7,6	6,6	9,5	1,7	6,9
Spolna vzgoja	2,1	0,8	2,3	0,5	1,4	1,2	3,1	2,5	–	1,6
Duševno zdravje	15,5	16,7	5,7	19,1	16,3	15,5	15,3	13,4	23,7	15,7
Telesna dejavnost	16,3	13,6	16,1	19,1	17,9	12,3	17,5	16,2	11,9	16,1
Obeležitve svetovnih dni	4,2	2,3	11,5	1,5	2,3	3,7	3,9	3,5	8,5	3,5
Prosti čas je	2,5	3,8	4,6	2,1	3,7	4,7	1,3	1,4	6,8	3,2
Varnost in preprečevanje poškodb	7,1	5,3	5,7	6,7	5,6	3,2	1,7	4,6	3,4	4,9
Kemične zasvojenosti	0,7	1,5	–	1,0	1,5	2,7	3,1	3,5	3,4	2,0
Nekemične zasvojenosti	2,1	1,5	–	1,5	1,9	1,5	1,3	1,4	1,7	1,6
Preprečevanje nalezljivih bolezni	0,7	0,8	–	0,5	0,5	0,5	0,9	1,4	–	0,7
Izboljšanje delovnega okolja	2,8	–	3,4	1,0	1,4	2,5	0,9	2,1	3,4	1,8
Nasilje, trpinčenje	1,8	1,5	3,4	1,0	2,1	2,2	1,3	2,1	1,7	1,9
Šolski red, delovne navade	1,1	1,5	2,3	0,5	1,6	1,2	1,3	0,7	–	1,2
Prostovoljno delo	4,6	3,8	3,4	3,1	5,4	4,9	3,1	4,2	5,1	4,5
Medgeneracijsko sodelovanje	3,9	3,0	3,4	4,6	5,1	6,4	6,1	5,3	8,5	5,2
Zdrav način življenja	11,0	14,4	23,0	16,5	15,5	14,3	15,3	15,1	13,6	14,9
Drugo	0,7	0,8	–	–	0,3	0,2	0,9	0,4	–	0,4

Tabela 6: Ciljne populacije po regijah

	CE	NG	KP	KR	LJ	MB	MS	NM	R	SLO
Učenci	94,0	94,7	93,1	92,3	94,1	95,8	97,4	93,0	98,3	94,5
Učitelji	44,2	36,4	65,5	44,3	40,3	43,2	54,6	54,2	52,5	45,6
Starši	30,0	23,5	40,2	33,5	25,0	25,3	34,9	36,3	33,9	29,3
Lokalna skupnost	17,7	15,9	25,3	14,9	15,8	16,7	17,9	20,4	20,3	17,3
Vsi delavci šole	22,6	18,2	42,5	20,6	20,9	21,1	27,5	30,3	28,8	23,7
Tim Zdrave šole	20,8	12,1	37,9	15,5	16,3	18,2	22,3	23,2	23,7	19,2
Mediji	8,5	5,3	18,4	4,6	5,6	4,4	7,4	7,0	6,8	6,5

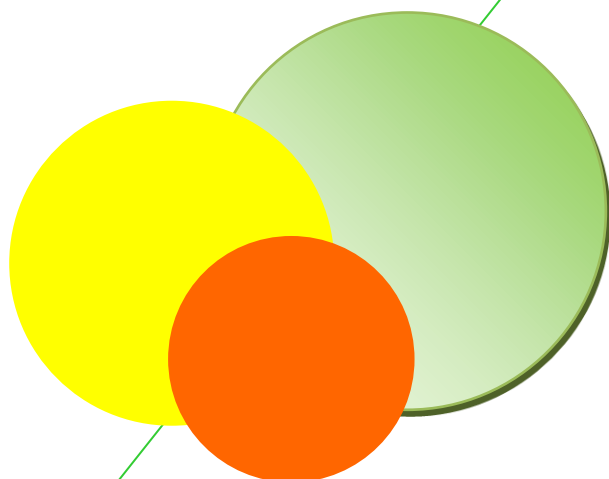


Tabela 7: Vsebina rdeče niti po regijah

	CE	NG	KP	KR	LJ	MB	MS	NM	R	SLO
Zobozdravstvena vzgoja	1,1	–	1,7	–	–	0,7	–	0,5	–	0,4
Zdrava prehrana	17,0	25,5	8,5	15,1	13,5	17,0	19,2	13,5	5,3	15,4
Ekologija	3,3	2,1	3,4	0,8	1,7	5,9	2,1	6,5	–	3,1
Spolna vzgoja	0,5	–	3,4	0,8	0,7	–	0,7	1,6	–	0,7
Duševno zdravje	21,4	23,4	8,5	21,4	21,0	21,5	20,5	19,5	23,7	20,7
Telesna aktivnost	22,0	19,1	18,6	27,0	24,0	17,0	24,7	22,7	15,8	22,1
Obeležitve svetovnih dni	5,5	2,1	11,9	1,6	2,4	2,2	3,4	2,7	10,5	3,3
Prosti čas	2,7	2,1	3,4	1,6	3,0	4,1	2,1	1,6	7,9	2,9
Varnost in preprečevanje poškodb	2,7	1,1	3,4	1,6	1,7	1,5	–	1,1	2,6	1,6
Kemične zasvojenosti	0,5	–	–	–	1,1	1,5	1,4	1,6	2,6	1,0
Nekemične zasvojenosti	0,5	1,1	–	–	1,7	0,7	1,4	–	–	0,9
Preprečevanje nalezljivih bolezni	0,5	1,1	–	–	0,6	0,4	–	0,5	–	0,4
Izboljšanje delovnega okolja	2,2	–	5,1	–	0,7	1,1	0,7	1,1	5,3	1,2
Nasilje, trpinčenje	1,6	–	1,7	0,8	2,2	2,2	0,7	2,7	2,6	1,8
Šolski red, delovne navade	0,5	1,1	1,7	0,8	1,3	0,7	–	–	–	0,8
Prostovoljno delo	1,1	2,1	–	2,4	3,2	2,6	–	1,6	2,6	2,1
Medgeneracijsko sodelovanje	2,7	4,3	1,7	6,3	3,7	3,3	4,1	3,2	5,3	3,7
Zdrav način življenja	13,2	13,8	27,1	19,8	17,4	17,0	18,5	19,5	15,8	17,5
Drugo	0,5	1,1	–	–	–	0,4	0,7	–	–	0,2

Tabela 8: Izvajalci po regijah

	CE	NG	KP	KR	LJ	MB	MS	NM	R	SLO
Učitelji	73,9	81,8	83,9	81,4	81,3	78,9	86,0	85,6	83,1	81,2
Učenci	45,9	31,1	43,7	41,2	36,8	38,6	44,5	43,0	45,8	40,1
Svetovalna služba	19,8	15,9	14,9	29,4	11,5	16,0	24,0	22,2	25,4	17,8
Zdravstveni delavci	8,8	7,6	14,9	5,2	2,9	7,4	7,9	6,3	3,4	6,1
Zunanji sodelavci	38,9	21,2	44,8	26,8	29,4	31,0	38,0	34,2	45,8	32,4
Starši	10,6	5,3	12,6	10,8	6,4	7,4	9,6	11,6	6,8	8,5
Tim Zdrave šole	31,4	25,8	56,3	28,4	29,6	30,2	39,7	31,3	25,4	31,7
Tehniško osebje	8,5	3,0	9,2	11,9	4,0	7,6	9,6	13,0	5,1	7,5

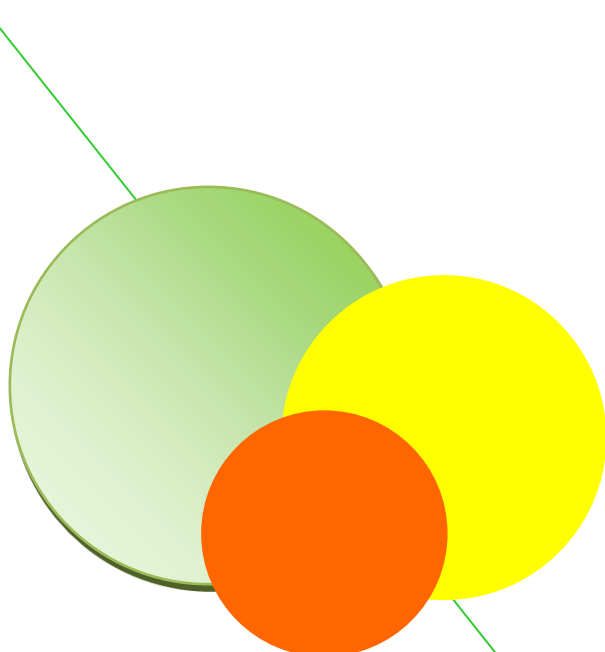


Tabela 9: Metode dela po regijah

	CE	NG	KP	KR	LJ	MB	MS	NM	R	SLO
Predavanje	26,9	27,3	20,7	17,5	23,3	30,5	32,3	25,4	15,3	25,5
Razgovor	20,5	15,2	8,0	12,9	22,9	28,0	22,7	19,4	16,9	21,1
Okrogla miza	3,2	1,5	–	0,5	2,2	4,2	0,4	2,5	1,7	2,2
Demonstracija	24,0	23,5	11,5	13,4	17,7	13,3	14,8	12,3	16,9	16,5
Ogled	3,9	2,3	1,1	3,6	3,0	4,9	5,2	2,5	6,8	3,6
Razstava	8,5	9,1	9,2	8,8	10,4	8,8	10,5	6,7	5,1	9,1
Delavnica	22,3	25,0	27,6	22,7	24,3	29,0	36,7	22,2	30,5	26,0
Projekt	8,5	8,3	11,5	4,1	5,5	9,8	12,7	10,9	10,2	8,3
Seminar	0,7	–	1,1	1,0	1,2	–	–	1,1	3,4	0,8
Praktično delo	48,1	62,1	62,1	61,9	55,0	53,6	47,2	57,7	57,6	54,8
Raziskovalna naloga	2,8	3,8	5,7	0,0	1,9	2,0	2,6	1,1	–	2,0
Pregled	4,9	6,8	4,6	2,1	3,7	2,5	6,1	8,5	3,4	4,5
Roditeljski sestanek	5,3	–	2,3	2,1	0,7	1,5	3,1	3,9	3,4	2,2
Razredna ura	8,8	6,1	5,7	4,1	5,5	7,4	12,7	8,1	5,1	7,1
Širitev idej	6,4	1,5	14,9	7,7	7,3	2,7	6,6	5,3	8,5	6,1
Drugo	1,4	–	–	1,0	1,1	1,5	1,3	1,1	1,7	1,1

Tabela 10: Celostna šolska politika po regijah

	CE	NG	KP	KR	LJ	MB	MS	NM	R	SLO
Samostojen dokument	7,0	–	–	9,5	9,9	8,2	–	–	15,4	6,0
V vzgojnem in letnem delovnem načrtu	72,1	76,5	71,4	57,1	77,8	86,9	88,6	67,5	84,6	77,1
V razvoju	16,3	17,6	23,8	28,6	8,6	4,9	11,4	30,0	–	14,2
Še nič narejenega	2,3	5,9	–	4,8	2,5	–	–	2,5	–	1,8
Drugo	2,3	–	4,8	–	1,2	–	–	–	–	0,9

Tabela 11: Delovanje šolskega tima po regijah

	CE	NG	KP	KR	LJ	MB	MS	NM	R	SLO
Širši tim	25,6	17,6	28,6	28,6	24,7	21,3	23,5	25,0	53,8	25,4
Ožji tim	39,5	41,2	19,0	38,1	40,7	39,3	35,3	42,5	30,8	38,1
Vodja in nekaj sodelavcev	34,9	35,3	47,6	28,6	32,1	37,7	38,2	30,0	15,4	34,1
Ne	–	5,9	4,8	4,8	2,5	1,6	2,9	2,5	–	2,4

Tabela 12: Sestajanje šolskega tima po regijah

	CE	NG	KP	KR	LJ	MB	MS	NM	R	SLO
1x letno	14,0	12,5	15,0	20,0	10,1	18,3	27,3	12,8	15,4	15,5
2x letno	53,5	37,5	65,0	50,0	34,2	51,7	39,4	35,9	38,5	44,0
3x letno ali večkrat	32,6	50,0	20,0	30,0	55,7	30,0	33,3	51,3	46,2	40,6

Tabela 13: Trajanje nalog po regijah

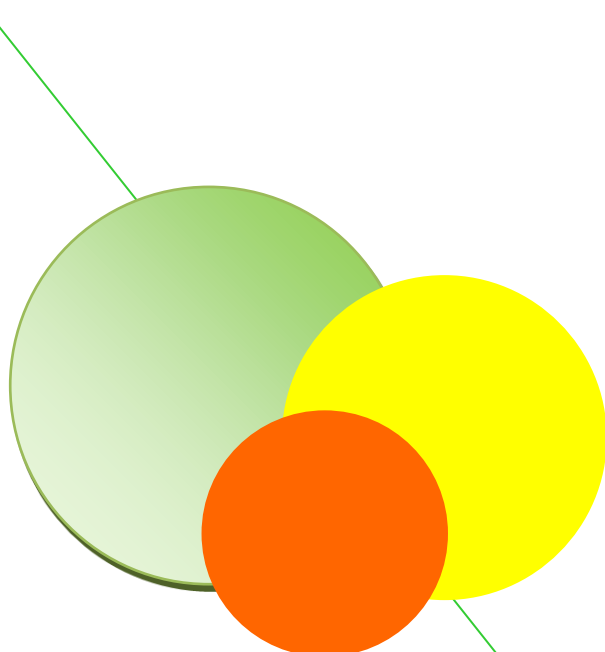
	CE	NG	KP	KR	LJ	MB	MS	NM	R	SLO
1 - 3 dni	32,9	21,2	28,7	26,3	29,6	32,4	31,4	26,8	44,1	29,9
Tedenske akcije	6,7	6,8	9,2	6,2	9,6	6,1	9,2	5,6	1,7	7,5
1 - 3 mesece	10,2	7,6	5,7	8,2	7,5	6,1	7,4	5,3	3,4	7,2
Pol leta	4,2	2,3	10,3	4,1	5,1	3,2	3,1	3,5	1,7	4,2
Celo leto	45,9	62,1	46,0	55,2	48,1	52,1	48,9	58,8	49,2	51,2

Tabela 14: Uspešnost izvedbe nalog po regijah

	CE	NG	KP	KR	LJ	MB	MS	NM	R	SLO
Zelo uspešno	70,1	66,4	72,4	62,9	77,5	64,0	57,3	67,3	62,7	68,9
Uspešno	23,5	31,3	21,8	29,0	18,9	31,5	36,9	27,8	30,5	26,2
Delno uspešno	1,4	2,3	2,3	7,0	2,9	2,5	3,6	2,5	3,4	2,9
Neuspešno	–	–	–	–	0,1	0,8	0,0	–	–	0,2
Zelo neuspešno	5,0	–	3,4	1,1	0,6	1,3	2,2	2,5	3,4	1,8

Tabela 15: Kako naprej z nalogami po regijah

	CE	NG	KP	KR	LJ	MB	MS	NM	R	SLO
Nadaljevanje brez sprememb	16,0	21,5	18,6	25,3	32,4	24,0	23,9	26,9	22,0	25,7
Nadaljevanje s spremembami	56,4	57,7	58,1	44,7	45,7	55,8	52,7	52,7	57,6	51,5
Zaključek brez ponovitve	8,9	10,0	7,0	2,6	7,2	5,8	6,2	7,2	10,2	6,9
Zaključek z nespremenjeno ponovitvijo	11,0	4,6	1,2	15,3	3,6	5,8	4,0	7,5	–	6,1
Zaključek s spremenjeno ponovitvijo	7,4	6,2	15,1	11,6	10,8	7,8	12,4	5,0	10,2	9,3
Predčasna opustitev brez ponovitve	0,4	–	–	–	0,1	1,0	0,9	–	–	0,3
Predčasna opustitev s ponovitvijo	–	–	–	0,5	0,1	–	–	0,7	–	0,2





## Vprašalnik - načrtovanje in evalvacija nalog Zdravih šol 2018/2019

1. Šola:
2. Vrsta šole:
3. Regija:
4. Ime in priimek vnašalca podatkov:
5. Elektronski naslov vnašalca podatkov:
6. Ime in priimek vodje šolskega tima zdrave šole:
7. Število učencev in učiteljev v šolskem kolektivu:
8. Ali ste katerega od spodnjih programov (ali vsebin predstavljenih na regijskih izobraževalnih srečanjih (v okviru NIJZ in SMŽŠ)) prenesli v svojo šolsko prakso?

### Izboljševanje duševnega zdravja

To sem jaz

Ko učenca stresa stres

9. Vpišite, za koliko učencev, učiteljev in staršev ste program izvedli ter podajte oceno izvedbe programa glede na kriterije, ki ste si jih zastavili pri načrtovanju naloge. Oceno izvedbe programa podajte na lestvici od 1 »zelo neuspešno« do 5 »zelo uspešno«.

Število učencev, vključenih v program	Število učiteljev vključenih v program	Število staršev vključenih v program	Ocena programa
			1. Zelo neuspešno
			2. Neuspešno
			3. Delno uspešno
			4. Uspešno
			5. Zelo uspešno

10. Kaj s programom nameravate v prihodnje?

### Izboljševanje duševnega zdravja

To sem jaz

Ko učenca stresa stres

- Nadaljevanje programa v naslednjem šolskem letu brez sprememb/dopolnitev
- Nadaljevanje programa v naslednjem šolskem letu s spremembami/dopolnitvami

- Program je bil načrtovano zaključena in se v naslednjem šolskem letu ne bo več ponovil
- Program je bil načrtovano zaključen in se bo v naslednjem šolskem letu izvajal ponovno, brez sprememb
- Program je bil načrtovano zaključen in se bo v naslednjem šolskem letu izvajal ponovno, vendar s spremembami/dopolnitvami
- Program je bil predčasno/nenačrtovano opuščen in se v naslednjem šolskem letu ne bo ponovno izvajal
- Program je bil predčasno/nenačrtovano opuščen in se bo naslednjem šolskem letu ponovno izvajal

11. Ali ste katero od spodnjih vsebin predstavljenih na regijskih izobraževalnih srečanjih (v okviru NIJZ in SMZŠ prenesli v svojo šolsko prakso?

Več gibanja

Zdrava prehrana

Zmanjševanje teže šolske torbe

Hrup in zdravje

12. Vpišite, za koliko učencev, učiteljev in staršev ste predstavljeno vsebino izvedli ter podajte oceno izvedbe vsebine glede na kriterije, ki ste si jih zastavili pri načrtovanju naloge. Oceno izvedbe programa podajte na lestvici od 1 - »zelo neuspešno« do 5 - »zelo uspešno«.

Število učencev,  
vključenih v nalogo

Število učiteljev  
vključenih v nalogo

Število staršev  
vključenih v nalogo

Ocena naloge

1. Zelo neuspešno
2. Neuspešno
3. Delno uspešno
4. Uspešno
5. Zelo uspešno

13. Kaj z vsebino nameravate v prihodnje?

Več gibanja

Zdrava prehrana

Zmanjševanje teže šolske torbe

Hrup in zdravje

- Nadaljevanje vsebine v naslednjem šolskem letu brez sprememb/dopolnitev
- Nadaljevanje vsebine v naslednjem šolskem letu s spremembami/dopolnitvami
- Vsebina je bila načrtovano zaključena in se v naslednjem šolskem letu ne bo več ponovila
- Vsebina je bila načrtovano zaključena in se bo v naslednjem šolskem letu izvajala ponovno, brez sprememb

- Vsebina je bila načrtovano zaključena in se bo v naslednjem šolskem letu izvajala ponovno, vendar s spremembami/dopolnitvami
- Vsebina e bila predčasno/nenačrtovano opuščena in se v naslednjem šolskem letu ne bo ponovno izvajala
- Vsebina je bila predčasno/nenačrtovano opuščena in se bo naslednjem šolskem letu ponovno izvajala

*V nadaljevanju vas prosimo, da izpolnite podatke za naloge, ki so nastale na vaši šoli oz. ste jih prenesli iz drugih institucij in ste jih izvajali v tem šolskem letu.*

14. Vpišite število nalog nastalih na vaši šoli, za katere želite poročati
15. Naslov naloge:
16. Kratak opis naloge (okvirno pet stavkov):
17. Področje naloge/vsebine:
  - zobozdravstvena vzgoja
  - zdrava prehrana, kultura prehranjevanja, hidracija, zdravilne rastline
  - ekologija (odpadki, eko vrtovi ...)
  - spolna vzgoja (načrtovanje družine, SPB, aids ...)
  - duševno zdravje (medsebojni odnosi, komunikacija, asertivnost ...)
  - telesna aktivnost, minuta za zdravje, rekreacijski odmor, telesna drža
  - svetovni dnevi povezani z zdravjem
  - prosti čas, interesne dejavnosti, klub ZŠ
  - varnost in preprečevanje poškodb (v šoli, v prometu ali na igrišču) in prva pomoč
  - kemijske zasvojenosti (alkohol, kajenje, prepovedane droge)
  - nekemijske zasvojenosti (internet, računalniške igrice, socialna omrežja, igralnice...)
  - preprečevanje nalezljivih bolezni (splošno, osebna higiena, gripa, uši ...)
  - izboljšanje delovnega okolja
  - nasilje, trpinčenje
  - šolski red, delovne navade
  - družbeno koristno delo (pomoč vrstnikom, krvodajalstvo, humanitarne akcije ...)
  - medgeneracijsko sodelovanje
  - zdrav način življenja
  - drugo:
18. Ali je naloga v okviru rdeče niti za tekoče šolsko leto?
19. Ciljna skupina za nalogo:
  - Učenci/dijaki
  - Učitelji
  - Starši
  - Lokalna skupnost
  - Vsi delavci šole
  - Projektni tim
  - Mediji

## 20. Izvajalci naloge:

- Učitelji
- Učenci/dijaki
- Svetovalna služba
- Zdravstvena služba
- Zunanji izvajalci
- Starši
- Šolski tim/vodja tima
- Tehnično osebje

## 21. Metode in oblike dela naloge:

- predavanje, razlaga
- Razgovor
- Okrogla miza
- demonstracije, projekcije
- ekskurzije, ogledi
- razstave, plakati
- delavnice, socialne igre
- projektno delo, naravoslovni dan
- seminarji, tečaji
- praktično delo (vaje, izdelki, nastopi, športne dejavnosti, pohodi, delo na terenu)
- raziskovalno delo, naloge
- merjenje (anketa, beleženje podatkov, spremljanje, zdravstveni. pregledi)
- roditeljski sestanek
- razredna ura
- širitev idej, predstavitev projekta, publikacije, pisni prispevki
- drugo

## 22. Trajanje naloge:

- 1-3 dni
- Tedenske akcije
- 1-3 mesece
- Pol leta
- Celo leto

## 23. Kako ocenjujete izvedbo naloge 1?

- Zelo neuspešno
- Neuspešno
- Delno uspešno
- Uspešno
- Zelo uspešno

24. Kaj z nalogo nameravate v prihodnje?

- Nadaljevanje naloge v naslednjem šolskem letu brez sprememb/dopolnitev
- Nadaljevanje naloge v naslednjem šolskem letu s spremembami/dopolnitvami
- Naloga je bila načrtovano zaključena in se v naslednjem šolskem letu ne bo več ponovila
- Naloga je bila načrtovano zaključena in se bo v naslednjem šolskem letu izvajala ponovno, brez sprememb
- Naloga je bila načrtovano zaključena in se bo v naslednjem šolskem letu izvajala ponovno, vendar s spremembami/dopolnitvami
- Naloga je bila predčasno/nenačrtovano opuščena in se v naslednjem šolskem letu ne bo ponovno izvajala
- Naloga je bila predčasno/nenačrtovano opuščena in se bo naslednjem šolskem letu ponovno izvajala

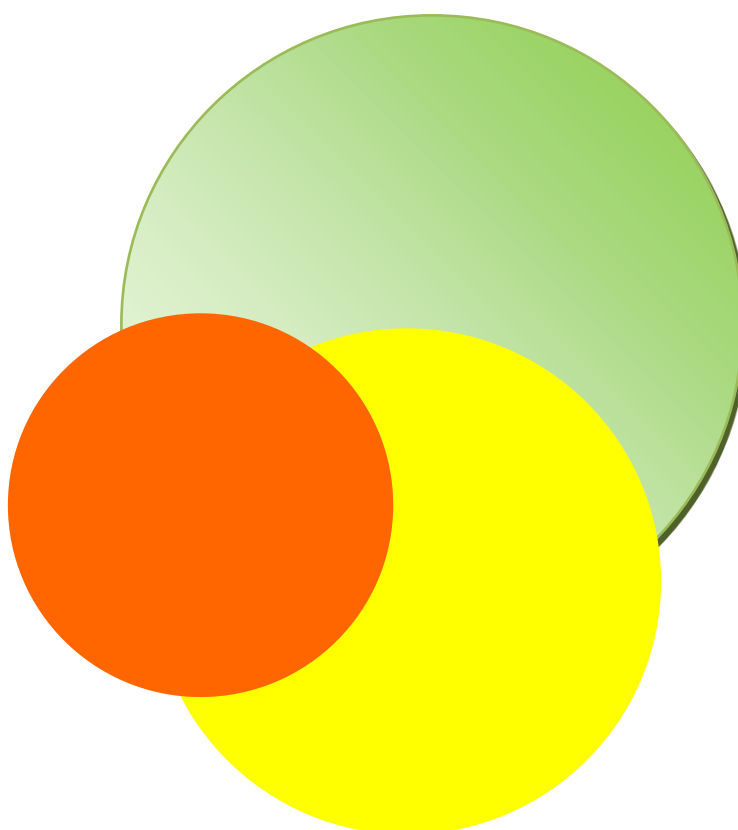
25. Na uspešno izvajanje nalog lahko vplivajo različni dejavniki. Prosimo ocenite, v kakšnem obsegu so spodaj naštetih dejavniki vplivali na uspešnost izvajanja nalog na vaši šoli. Svoje odgovore podajte na lestvici od 1 do 5, kjer 1 pomeni »sploh se ne strinjam« in 5 »povsem se strinjam«.

	Sploh se ne strinjam	Se ne strinjam	Niti niti	Se strinjam	Povsem se strinjam
Imeli smo dovolj finančnih sredstev					
Pri izvedbi nalog je bilo vključeno zadostno število notranjih sodelavcev					
Pri izvedbi nalog je bilo vključeno zadostno število zunanjih sodelavcev					
Kader, ki je bil vključen v izvajanje nalog, je bil dovolj usposobljen					
Izvedba nalog je bila dobro načrtovana in organizirana					
Za izvedbo nalog smo imeli dovolj časa					
Pri izvedbi nalog smo imeli dobro podporo vodstva šole					
Vključenost naloge/ vsebine v šolski kurikulum prispeva k izvedbi naloge					
Prejeli smo dovolj podpore in usmeritev s strani nacionalne in regijske koordinacije SMZŠ					
Na uspešno izvedbo naloge pomembno vpliva, v kolikšni meri je vsebina naloge zanimiva za ciljno skupino					
Za izvedbo smo imeli dovolj priročnikov in drugih didaktičnih gradiv					

26. V čem oziroma na katerih področjih, gledano iz vidika zdravja, bi lahko rekli, da je vaša šola uspešna?
27. Na katerih področjih zdravja opazate na šoli največ problemov? Prosimo, izpostavite nekaj najbolj perečih težav, na katere se boste na šoli osredotočili (tj. načrtovanje akcije, izvedba in evalvacija) v naslednjih treh letih.
28. Ali ima šola oblikovano celostno šolsko politiko zdravja v šolskem okolju?
- Da, imamo jo opredeljeno v samostojnem dokumentu.
  - Da, vključena je v Vzgojni in Letni delovni načrt šole.
  - Ne, jo še razvijamo.
  - Ne, še nič nismo naredili na tem področju.
  - Drugo (prosimo, navedite).
29. Ali na vaši šoli deluje tim Zdrave šole aktivno?
- Da, vsi predstavniki tima - vključno z zunanjimi člani (tj. predstavniki vodstva, učiteljev, učencev, staršev, zdravstvene službe, lokalne skupnosti).
  - Da, ožji tim - le notranji člani (tj. predstavniki vodstva, učiteljev, učencev).
  - Da, majhen tim (tj. vodja in nekaj sodelavcev vaši šoli deluje tim Zdrave šole aktivno).
  - Ne
30. Kolikokrat na leto se sestaja tim?
- 1x letno
  - 2x letno
  - 3x letno ali večkrat na leto
31. Ali je vaša šola / dijaški dom ob Slovenski mreži zdravih šol vključen(a) še v kakšno drugo mrežo?
- EKO šole
  - UNESCO šole
  - Mrežo učečih se šol in vrtcev
  - Kulturne šole
  - Jezikovne šole
  - Mreža gozdnih šol
  - Varne šole
  - Razvojni projekti (Erasmus, eTWINNING, pobratena mesta)
  - Drugo (prosimo, navedite mrežo)
  - Ne
32. 33. Ali nam želite še kaj sporočiti (vaši predlogi, pripombe, dopolnitve ...)?

## Nekatera pomembnejša gradiva dosegljiva na spletnih straneh:

1. Zdravje skozi umetnost: <http://www.nijz.si/sl/publikacije/zdravje-skozi-umetnost>
2. Skozi umetnost o zdravju: <http://www.kulturnibazar.si/kulturna-vzgoja-gradiva/nacionalna-in-mednarodna-strokovna-literatura/tematska-literatura/umetnost-in-zdravje/knjige-prirocniki-in-zborniki>
3. Izvajanje promocije zdravja v šolskem okolju (poročilo): <http://www.nijz.si/sl/publikacije/izvajanje-promocije-zdravja-v-solskem-okolju>
4. Spletna stran Evropske mreže zdravih šol (SHE) – gradiva za učitelje: <https://www.schoolsforhealth.org/resources/materials-and-tools>
5. Šolske akcijske smernice: [http://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/she\\_akcijske\\_smernice.pdf](http://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/she_akcijske_smernice.pdf)
6. Orodje SHE mreže in Kriteriji Zdravih šol za hitro ocenjevanje: [http://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/orodje\\_she\\_mreze\\_in\\_kriteriji\\_zdravih\\_sol\\_za\\_hitro\\_ocenjanje\\_29\\_5\\_2017\\_0.pdf](http://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/orodje_she_mreze_in_kriteriji_zdravih_sol_za_hitro_ocenjanje_29_5_2017_0.pdf)
7. Izboljševanje duševnega zdravja v šoli: <http://www.nijz.si/sl/publikacije/izboljsanje-dusevnega-zdravja-v-soli>
8. To sem jaz!: <http://www.nijz.si/sl/to-sem-jaz#10-korakov-do-boljse-samopodobe>  
<http://www.nijz.si/sl/program-za-dusevno-zdravje-mladih-to-sem-jaz>
9. Ko učenca stresa stres: <http://www.nijz.si/sl/prenovljen-prirocnik-ko-ucenca-strese-stres>
10. Priročnik za preventivne timske izpeljave dejavnosti na področju gibanja in prehrane v pilotnem testiranju projekta Uživajmo v zdravju: [http://www.uzivajmovzdravju.si/wp-content/uploads/2016/12/prirocnik\\_UZ\\_gibanje-F.pdf](http://www.uzivajmovzdravju.si/wp-content/uploads/2016/12/prirocnik_UZ_gibanje-F.pdf)
11. Priročnik za promocijo telesne dejavnosti in zdrave prehrane v šolskem okolju v pilotnem projektu Uživajmo v zdravju: [http://www.uzivajmovzdravju.si/wp-content/uploads/2016/07/Priro%C4%8Dnik-za-VIZ\\_11.7.pdf](http://www.uzivajmovzdravju.si/wp-content/uploads/2016/07/Priro%C4%8Dnik-za-VIZ_11.7.pdf)
12. Spletna stran Slovenske mreže zdravih šol: <https://www.nijz.si/sl/slovenska-mreza-zdravih-sol>



## SEZNAM SLIK, TABEL IN PREGLEDNIC

### Slike

Slika 1: Najpogostejše vsebine v šolskem letu 2018/2019 .....	12
Slika 2: Najpogostejše vsebine v šolskih letih 2017/2018 in 2018/2019 .....	13
Slika 3: Ciljne populacije v šolskem letu 2018/2019 .....	14
Slika 4: Izvajalci v šolskem letu 2018/2019 .....	16
Slika 5: Najpogostejše metode dela v šolskem letu 2018/2019 .....	17
Slika 6: Ocena uspešnosti nalog v šolskem letu 2018/2019 .....	20
Slika 7: Glavni razlogi za uspešno izvedbo nalog v šolskem letu 2018/2019.....	21

### Tabele – dodatni izračuni po regijah

Tabela 1: Število izvedb NIJZ programov in predstavljenih vsebin .....	23
Tabela 2: Število učencev vključenih v posamezen NIJZ program ali predstavljeno vsebinsko področje.....	23
Tabela 3: Število učiteljev vključenih v posamezen NIJZ program ali predstavljeno vsebinsko področje.....	23
Tabela 4: Število staršev vključenih v posamezen NIJZ program ali predstavljeno vsebinsko področje.....	24
Tabela 5: Vsebine po regijah.....	29
Tabela 6: Ciljne populacije po regijah.....	29
Tabela 7: Vsebina rdeče niti po regijah .....	30
Tabela 8: Izvajalci po regijah .....	30
Tabela 9: Metode dela po regijah .....	31
Tabela 10: Celostna šolska politika po regijah .....	31
Tabela 11: Delovanje šolskega tima po regijah .....	31
Tabela 12: Sestajanje šolskega tima po regijah .....	31
Tabela 13: Trajanje nalog po regijah .....	31
Tabela 14: Uspešnost izvedbe nalog po regijah.....	32
Tabela 15: Kako naprej z nalogami po regijah .....	32

### Preglednice

Preglednica 1: Najpogostejše vsebine v šolskem letu 2018/2019 po posameznih ciljnih skupinah ....	15
Preglednica 2: Najpogostejše vsebine v šolskem letu 2018/2019 po posameznih izvajalcih.....	16
Preglednica 3: Najpogostejše vsebine v šolskem letu 2018/2019 po posameznih metodah dela .....	17



**NIJZ** Nacionalni inštitut  
za **javno zdravje**

Nacionalni inštitut za javno zdravje

Trubarjeva 2, 1000 Ljubljana

Telefon: + 386 1 2441 400

E-pošta: [info@nijz.si](mailto:info@nijz.si)

Gradivo je dostopno na: <http://www.nijz.si>

<http://www.nijz.si/sl/slovenska-mreza-zdravih-sol>

