**2. naravoslovni dan v 5. a razredu na Osnovni šoli Sava Kladnika Sevnica**

V četrtek, 11.4.2013, smo imeli vsi 5. razredi naravoslovni dan. Tema dneva je bila ZDRAVJE JE MOJA VREDNOTA.

Prvo šolsko uro smo bili v razredu in preizkušali živila, ki vsebujejo škrob. Na določena živila smo kapnili dve kapljici jodove raztopine. Če se je živilo obarvalo črno, je to vsebovalo škrob. Vsi smo bili navdušeni nad makaronom, ki se je obarval čisto črno.

Drugo šolsko uro smo odšli v gospodinjsko učilnico. Tam nas je pričakala ga. učiteljica Kristina Prijatelj. Najprej smo se naučili, kako pripraviti pogrinjek. Nato smo dobili vsak svoj trši prtiček in navodila za izdelavo raznih oblik. Uživali smo.

Iz zdravstvenega doma je prišla ga. medicinska sestra Valentina Janežič. Predavala nam je o drogah, alkoholu in kajenju. Povedala nam je, kaj vse je v cigareti. Tako se mi je »zagnusilo«. Sigurno ne bom kadila. To uro si bom sigurno zapomnila, kajti poučila sem se o alkoholu, drogah in nikotinu, ki uničujejo človekovo zdravje.

V celem dnevu sem se najbolj veselila ure, kjer smo imeli jogo. Delavnico je vodila ga. Mojca Pinterič Krajnc. Spoznali smo položaje živali. Najbolj so mi bile všeč vaje, pri katerih si stal na eni nogi. Naučili smo se tudi kako se sprostiti, če si živčen. Škoda je bilo, da je bilo tako hitro konec ure. Sošolec je gospe Mojci Pinterič Krajnc dal rožico in se ji zahvalil. Odšli smo v razred.

Imeli smo analizo dneva. Vsak je ocenil dan od 1 do 5. Meni je bil dan všeč, kar za petico. Učiteljica je vprašala, kaj nam je bilo najbolj všeč, ura v razredu, pogrinjki, predavanje o drogah, joga. Seveda sem glasovala za jogo, kot večina mojih sošolcev. Dan mi je bil nadvse zanimiv.

Neža Ajda Gabrič, 5.a, OŠ Sava Kladnika Sevnica

(mentorica: Petra Jesih)

**Naravoslovni dan – Zdravje je moja vrednota**

V četrtek, 11. 4. 2013, smo imeli petošolci naravoslovni dan z naslovom Zdravje je moja vrednota. Kako je pomembno zdravje, najbolj občutimo, ko zbolimo. Tudi sama sem že večkrat zbolela in mi je bilo grozno ležati v postelji.

Že sam naslov naravoslovnega dne mi je veliko obetal in vedela sem, da bo dan zanimiv ter bogat z nasveti za zdravo življenje.

Najprej nas je razredničarka seznanila s potekom in cilji naravoslovnega dne.

Dan je potekal v okviru štirih delavnic: Veščina izbiranja bolj zdravih živil, Stališča do alkohola, nikotina in drugih drog, Izraba prostega časa ter Priprava pogrinjka.

Naša prva delavnica je bila v gospodinjski učilnici, kjer nas je že čakala gospa učiteljica, ki poučuje gospodinjstvo. Pogovarjali smo se, kako pripravimo mizo za različne priložnosti. Ponovili smo tudi bonton obnašanja za mizo. Nato pa smo zgibali prtičke v obliki pahljače in drugih zanimiv oblik. Zgibanje mi je šlo odlično od rok.

Naslednja delavnica je bila predstavitev različnih odvisnosti od drog. Ga. Valentina Janežič nam je predstavila, kakšne so posledice pretiranega uživanja alkohola, kajenja in drugih drug. Kar groza me je spreletela, ko smo si pogledali slike o posledicah kajenja in alkohola na naše telo. Izvedela sem tudi, koliko različnih strupenih snovi se nahaja v eni cigareti.

Po malici smo odšli v telovadnico. Ne boste verjeli, imeli smo jogo. Ga. Mojca Krajnc nam demonstrirala različne telesne položaje ter pravilno dihanje pri izvajanju vaj. Oponašali smo različne živali. Pri tem smo se zelo zabavali. Na koncu pa smo si dali duška, saj smo čisto po levje rjoveli.

Čisto na koncu smo sestavili prehrambeno piramido in se pogovorili o pomenu zdrave prehrane za naš razvoj. Izvedli smo tudi poizkus, s katerim smo dokazovali prisotnost škroba v živilih.

Naravoslovni dan mi je bil zelo všeč in sem se veliko novega naučila.

Alja Možina, 5. b, Osnovna šola Sava Kladnika Sevnica

(Mentorica: Darinka Jeraj)

ZDRAVJE JE “COOL”

Na naravoslovnem dnevu naučil sem se:

alkohol, nikotin, sta drogi dve

in nista za naše zdravje!

Droge so slabe, a joga je super.

Prehrambena veriga ti pove,

kaj zdravo je.

S prtičkov naredimo super okraske

za lepše pogrinjke za naše goste.

Takih dni si še želim, ko se veliko naučim.

Žan Seničar, 5. c, Osnovna šola Sava Kladnika Sevnica

(mentorica: Jožica Mlakar)