

**Š@SG**

Šolski center Slovenj Gradec

.....  
Srednja šola Slovenj Gradec in Muta

*2022/2023*

***KATALOG INTERESNIH  
DEJAVNOSTI –  
prosta izbira dijaka***



***Koordinatorica PIV:***

**Veronika SUŠNIK, univ. dipl. inž.**

## DRAGE DIJAKINJE IN DRAGI DIJAKI!

Tudi letos vam bodo v okviru prostih izbirnih vsebin na voljo različne dejavnosti, za katere se boste odločili sami. Izbirne vsebine se delijo na obvezni (OIV) in prosti del (PIV), ki ga organizira Veronika Sušnik. Izraz "prosti del" naj vas ne zavede, saj je tudi ta del izbirnih vsebin obvezen, prosto izbirate le vsebine dejavnosti, ki jih želite v okviru določenih ur opraviti.

Proste izbirne vsebine so torej del učne obveznosti in so poleg pozitivnih ocen **pogoj za napredovanje v višji letnik**.

### Postopek izvajanja prostega dela izbirnih vsebin

- ✓ V katalogu **izberete dejavnost**, ki vas najbolj zanima, in v seznam vpišete le šifre teh dejavnosti. **Na prvo mesto vpišete šifro dejavnosti, ki bi jo najraje opravljali, na drugo pa rezervno dejavnost (če bo prva že zasedena)**. Seznami, na katere boste vpisovali šifre, so priloženi katalogu.
- ✓ Zaradi razmer in mehurčkov, v katerih morate dijaki preživljati šolski čas, se mora **razred v celoti** odločiti za dejavnost, ki jo bo opravil. Izjeme ste dijaki, ki se boste udeležili tekmovanj ali podobnih individualnih aktivnosti (npr. bralna značka).
- ✓ Število ur, ki jih morate opraviti, je odvisno od vrste programa in letnika:
  - SSI-programi: 1. letnik: 18 ur, 2. letnik: 19 ur in 4. letnik: 6 ur,
  - PTI-programi: 1. letnik: 16 ur, 2. letnik: 8 ur.
- ✓ Pri nekaterih dejavnostih je treba **pokriti tudi del stroškov**. Zavedajte se tega že sedaj, ko boste izbirali med dejavnostmi, in ne pozabite na to takrat, ko bo čas za plačilo.
- ✓ **Na oglasni deski spremljajte obvestila**, kdaj se bo kakšna dejavnost pričela. Praviloma je najprej uvodni sestanek dijakov in mentorja, kjer se boste dogovorili, kako bodo potekala vaša srečanja.
- ✓ Tisti, ki boste opravili svoje obveznosti med letom, boste konec šolskega leta prosti šolskih obveznosti že teden dni pred počitnicami.
- ✓ Mentor vodi seznam prisotnosti in na koncu odda poročilo, kdo je opravil proste izbirne vsebine in kdo jih ni.
- ✓ Če dijak ne opravi prostih izbirnih vsebin do konca šolskega leta, ima popravni izpit. To je dodatno organizirana dejavnost (ne več po želji dijakov) v času popravnih izpitov. Kdor svoje obveznosti ne opravi, ne more nadaljevati šolanja v naslednjem letniku.
- ✓ Dijaki, ki imate status vrhunškega špornika, glasbenika ali kulturnika ali če ste v skupini za reševanje, morate prinesiti dokazilo in ste opravičeni opravljanja PIV.

Za vse informacije vam je na voljo Veronika Sušnik.

# *IZKORISTITE DAN*

## **SEZNAM DEJAVNOSTI**

### **I KULTURA**

- K 1: FILMSKI ABONMA**
- K 2: TUJEJEZIČNA BRALNA ZNAČKA (angleška, nemška in italijanska)**
- K 3: ŠTUDIJSKO RISANJE**
- K 4: PEVSKI ZBOR – MISMOMI**
- K 5: SODELUJEM, NASTOPAM IN PROMOVIRAM TER SODELUJEM NA POGOSTITVAH**
- K 6: EKOBRANJE ZA EKOŽIVLJENJE (EKOBRALNA ZNAČKA)**
- K 7: TEKMOVANJE IZ ZNANJA SLOVENŠČINE ZA CANKARJEVO PRIZNANJE**
- K 8: BRALNA ZNAČKA**
- K 9: TEKMOVANJE V ZNANJU ANGLEŠČINE IN NEMŠČINE**
- K 10: MODROSTI VZHODA**
- K 11: GLEDALIŠKI ABONMA**
- K 12: TEKMOVANJE VEČ ZNANJA ZA VEČ TURIZMA**
- K 13: PEDAGOŠKA AKCIJA ZVEZE DELOVNIH INVALIDOV SLOVENIJE**
- K 14: IRSKA**

### **II NARAVA, GIBANJE, ŠPORT**

- NGŠ 1: ŠPORTNA TEKMOVANJA**
- NGŠ 2: AROMATERAPIJA ZA VSAK DAN**
- NGŠ 3: IZDELAVA NARAVNIH KOZMETIČNIH PRIPRAVKOV**
- NGŠ 4: NAUČIMO SE POTOVATI PO SVETU**

### **III DRUGO**

- D 1: SPOMLADANSKI/JESENSKI PRIGRIZKI IN KOKTAJLI**
- D 2: UČENJE UČENJA**

## *IZKORISTITE DAN*

**D 3: MLADINSKA RAZISKOVALNA DEJAVNOST**

**D 4: SVETOVNA KULINARIKA**

**D 5: TEKMOVANJE DIJAKOV V ZNANJU MATEMATIKE**

**D 6: TEKMOVANJE IZ EKONOMIJE**

**D 7: TEKMOVANJE V ZNANJU O SLADKORNI BOLEZNI**

**D 8: SODELOVANJE V PROJEKTIH ERASMUS+**

# IZKORISTITE DAN

## OPIS DEJAVNOSTI

### I KULTURA

#### **K 1: FILMSKI ABONMA**

Dijaki si boste ogledali osem filmskih predstav, praviloma eno na mesec, od oktobra do maja. S to dejavnostjo so seveda povezani stroški nakupa abonmajske karte (25 €).

Ugodnosti:

- zagotovljen sedež,
- nižja cena vstopnic,
- ogled enega filma po lastnem izboru iz rednega programa.

Čas izvedbe: po programu, ki ga boste dijaki dobili domov.

Kraj izvedbe: Kulturni dom Slovenj Gradec

Stroški: 25 €

Mentorica: Nataša Osojnik

#### **K 2: TUJEJEZIČNA BRALNA ZNAČKA (angleška, nemška in italijanska)**

##### **TUJEJEZIČNA BRALNA ZNAČKA (angleška, nemška in italijanska)**

V tem šolskem letu boste lahko sodelovali pri osvajanju angleške bralne značke – BOOKWORM, nemške bralne značke – PFIFFIKUS in italijanske bralne značke – TOPO DI BIBLIOTECA.

Mentorji: Nataša Uranc, Janja Žigart, Janko Uršnik, Tomana Es Podpečan, Tomaž Šoster, Jelka Samec Sekereš in Nataša Špegelj.



# IZKORISTITE DAN

## K 3: ŠTUDIJSKO RISANJE

Dijake, ki jih zanima likovna umetnost in bi se radi podrobno seznanili ter preizkusili v posameznih tehnikah umetniškega ustvarjanja, vabim v likovno delavnico, kjer boste spoznali:

### 1. RISANJE TIHOŽITJA

#### A – ATELJEJSKO RISANJE:

- spoznavanje risarskih tehnik
- prostoročno risanje
- tehnika viziranja
- postavitev predmetov

#### B – RISANJE V NARAVI:

- spoznavanje zakonitosti perspektive



### 2. RISANJE PO ŽIVEM MODELU

Čas izvedbe: med šolskim letom

Mentor: Peter Hergold

## K 4: PEVSKI ZBOR – MISMOMI

VABIMO TE, DA SE NAM PRIDRUŽIŠ, ČE ZNAŠ ZAPETI IN SI LJUBITELJ USTVARJANJA NA GLASBENEM PODROČJU!

Program dela zbora je zelo privlačen, s poudarkom na kakovostni, sodobni zborovski



# IZKORISTITE DAN

literaturi. V svojem kratkem času delovanja je zbor že dokazal, da ni kar tako.

KJE? V amfiteatru gimnazije.

KAKO? Ustvarjalno, z glasom in instrumenti, poustvarjalno, z zanosom, veseljem, z jasno začrtanimi potmi ...

KDAJ? Vsako sredo od 13.40 do 14.25 v amfiteatru Gimnazije Slovenj Gradec.

(Za druge termine vaj boš izvedel ob prijavi.)

Priznано število ur: 30

Mentorica: Almira Rogina (tel. 041 627 028)

## **K 5: SODELUJEM, NASTOPAM, PROMOVIRAM IN SODELUJEM NA POGOSTITVAH**

Dejavnost je namenjena dijakom, ki z veseljem sodelujejo pri promociji šole s pevsкими, plesnimi in instrumentalnimi nastopi ter s povezovanjem prireditev. Del promocije vseh programov naše šole pomeni tudi snemanje oddaj o dogajanju, zanimivostih in uspehih na šoli. Takšnega izziva si seveda moramo želeти, se preizkusiti in nabrati izkušnje tudi na tem področju, saj vemo, da še tako odlična ideja brez ustrezne promocije ni učinkovita. Vabimo vas k sodelovanju, četudi si boste izbrali še kakšno drugo dejavnost iz bogate ponudbe kataloga PIV.

**Dejavnost je namenjena dijakom na obeh lokacijah.**

**Število** udeležencev ni omejeno.

**Priznано število ur: 30**



Mentorji: Berta Komprej, Petra Straunik, dr. Jana Sterže, Andreja Brezник, Katja Tomažič, Dragomira Šavc, Roman Založnik, Suzana Planšak, Alenka Recko, Milan Strmčnik, Andrej Otto, Boris Pajer, Štefan Pimat, Irenja Bevcl, Alenka Rapuc, Darja Sovinc.

# IZKORISTITE DAN

## K 6: EKOBARANJE ZA EKOŽIVLJENJE (EKOBRALNA ZNAČKA)

Projekt preko branja in ustvarjalnega mišljenja v dialogu z velikimi misleci in literati krepi ekološko zavest.

Dijaki bodo prebrali knjige z ekološko vsebino in obravnavali članke iz raznih revij in časopisov.

Na priporočenem seznamu so navedene knjige, ki so posebej ekološko naravnane. V njih je ekologija razumljena široko – kot odnos do vsega okrog nas. Torej ne zajema le odnosa do narave, temveč tudi do živali, soljudi, do samega sebe ... Gre za posebno držo človeka do vsega, kar ga obdaja.

Uspešen zaključek projekta pomeni prikaz usvojenega znanje skozi pogovor, zapis kratkih zgodb oz. obnov in ustvarjalni izdelek (risba, sporočilni plakat, zgodba, obnova, pesem, dramski nastop, razstava člankov iz časopisov in revij na razpisano tematiko okoljske problematike, zbiranje medijskih prispevkov in dokumentarnih filmov ter predstavitev sošolcem ...).

Trajanje projekta: 30 ur

Mentorici: Andreja Breznik, Katja Tomažič

## K 7: TEKMOVANJE IZ ZNANJA SLOVENŠČINE ZA CANKARJEVO PRIZNANJE

Naj vas knjiga zasvoji!

Dijaki, naj vas izbor leposlovja za Cankarjevo priznanje v šolskem letu 2022/23 popelje od branja knjige k branju samega sebe in življenja nasploh.

Državna komisija za tekmovanje v znanju slovenščine za Cankarjevo priznanje je oblikovala naslov tekmovanja **RIME SRCA, RITMI SVETA** in izbrala besedila za šolsko leto 2022/2023, ki bodo podlaga za preverjanje bralne zmožnosti ter zmožnosti pisanja besedil, povezanih z izbranimi književnimi teksti ter priporočeno dodatno literaturo.

Tekmovanje temelji na naslednjih književnih besedilih:

- **1. in 2. letnik (strokovno izobraževanje):** Veronika Dintinjana: V suhem doku. Mentorica: Verica Jaušovec.
- **3. in 4. letnik (strokovno izobraževanje):** Janez Menart: Srednjeveške pridige in balade (šolsko, državno). Umberto Eco: Ime rože (regijsko, državno). Mentorica: Katja Tomažič.



## IZKORISTITE DAN

- **1., 2. in 3. letnik (srednji poklicni programi):** Miroslav Košuta: Božaj veter (šolsko, regijsko, državno). Dragica Haramija (urednica) (2006, 2007): Geniji 1, 2: Antologija sodobne mladinske kratke proze (samo besedilo Lenart Zajc: Nevihta (*državno*) ali (2010): Geniji z nasmehom: Izbor besedil za Cankarjevo priznanje za šolsko leto 2010–2011 (samo besedilo Lenart Zajc: Nevihta (*državno*). Mentorica: Nataša Osojnik.

Tekmovanja bodo izvedena:

- šolska raven tekmovanja: **torek, 29. 11. 2022**
- območna raven tekmovanja: **torek, 17. 1. 2023**
- državna raven tekmovanja: **sobota, 11. 3. 2023**

Število priznanih ur: 30 ur (za vsako raven tekmovanja)

Mentorica: Katja Tomažič, Verica Jaušovec, Nataša Osojnik

### K 8: BRALNA ZNAČKA

Tudi letos boste lahko sodelovali pri osvajanju slovenske bralne značke. Prebrali boste pet knjig s priloženega seznama in to sporočili profesorici slovenščine, ki vas uči. Njej boste predstavili vsebino knjige in se o tem pogovorili.

Rok: najpozneje do 1. maja

Število ur: 12

Mentorice: Nataša Osojnik in Verica Jaušovec (Slovenj Gradec), Katja Tomažič in Andreja Breznik (Muta)

### K 9: TEKMOVANJE V ZNANJU ANGLEŠČINE IN NEMŠČINE

- Državno tekmovanje iz angleščine in nemščine vseh turističnih šol Slovenije – za 3. letnike programa GTT.

Mentorici: Nataša Uranc in Janja Žigart

- Tekmovanje iz nemščine za srednje strokovne šole in gimnazije – DMFA – za 3. in 4. letnike – vsi programi.

Mentorica: Janja Žigart

# IZKORISTITE DAN

## K 10: MODROSTI VZHODA



**MODROSTI VZHODA** so predavanja o brezčasnem vedskem znanju, ki obravnava človeški obstoj celostno in pomaga posamezniku pri njegovem osebnostnem in poklicnem razvoju. Usmerja ga k zdravemu, uravnoveženemu življenjskemu slogu z vidika skrbi za telesno, intelektualno in duhovno dobrobit človeka.

### MODROSTI VZHODA

#### 1. SPOZNAJMO SEBE IN SVOJO NARAVO

Ali sem le skupek kemikalij? Ali obstaja duša?

#### 2. KARMA IN REINKARNACIJA

Kaj me čaka v prihodnosti? Ali se s smrtjo vse konča?

#### 3. ZAVEST IN ČAS

Kakšna je stopnja moje zavesti? Ali lahko presežem vpliv časa?

#### 4. KAJ JE JOGA

Kako skozi jogijsko povezavo z nadjazom do duhovnega razvoja?

#### 5. IZVOR ŽIVLJENJA

Od kod ideja o bogu in kakšno povezavo ima to z mano?

**Izvajalka petih predavanj** je Karmen, izvedenka bhakti yoge.

**Čas izvajanja:** šol. leto 2022/2023 po dogovoru z dijaki

**Predviden čas trajanja:** vsakemu poglavju bomo namenili dve šolski uri, predavanja pa se bodo izvajala tedensko

**Kraj izvajanja:** Srednja šola Slovenj Gradec in Muta

**Priznana št. ur:** 10

**Cena:** 5 €

**Mentorica:** Alenka Rapuc, univ. dipl. psih.

# IZKORISTITE DAN

## K 11: GLEDALIŠKI ABONMA

Dijaki si boste ogledali pet gledaliških predstav petih poklicnih gledališč v Slovenj Gradcu. Predstavljen bo žanrsko raznolik program, ki na kakovosten in angažiran način nastavlja ogledalo družbi.

**Čas izvedbe:** ob petkih od oktobra do marca.

21. 10. 2022: Olje črne kumine (Mestno gledališče ljubljansko)

18. 11. 2022: Emigranta (Slovensko narodno gledališče Drama)

6. 1. 2023: 5fantkov.si (Slovensko mladinsko gledališče)

24. 2. 2023: Laž (Slovensko ljudsko gledališče Celje)

24. 3. 2023: Sedem sekund večnosti (Mini teater, Judovski kulturni center Ljubljana)

O vsaki predstavi boste sproti obveščeni.

**Kraj izvedbe:** Kulturni dom Slovenj Gradec.

**Stroški:** 35 €

**Ugodnosti:** Vsi imetniki gledališkega abonmaja si lahko ogledajo projekcije programa ART KINO TOREK v času od 1. 10. 2022 do 31. 5. 2023 po znižani ceni (4 €).

**Mentorica:** Verica Jaušovec

## K12: TEKMOVANJE VEČ ZNANJA ZA VEČ TURIZMA

Sodelovanje na 20. mednarodnem tekmovanju Več znanja za več turizma, ki ga organizira Turistična zveza Slovenije in je namenjeno srednješolcem in študentom. Dijaki izdelajo nalogo na izbrano temo, posnamejo video spot in izdelan produkt tržijo na stojnici v okviru sejma Alpe-Adria.

Rok: oddaja naloge in video spota – 15. 1. 2023, trženje na stojnici – februar 2023.

Priznana število ur: 25.

**Mentorja:** Mateja Gorišek in Roman Založnik

# IZKORISTITE DAN

## K 13: PEDAGOŠKA AKCIJA ZVEZE DELOVNIH INVALIDOV SLOVENIJE

Akcija želi dijake spodbuditi k razmišljanju o položaju invalidov v družbi. Naši dijaki že nekaj let uspešno sodelujejo v tej akciji – njihovi spisi in pesmi so vsako leto nagrajeni in objavljeni v zborniku Zveze delovnih invalidov Slovenije.

Predlagane teme so:

- Potovanje mladega invalida
- Invalid v mladinskem parlamentu
- Vključevanje invalida pri hišnih opravilih

Dijaki lahko na te teme ustvarite **pesmi, sestavke in likovne izdelke (do 7. 10. 2022)**. Najboljši in objavljeni izdelki so tudi nagrajeni s knjižno nagrado. Na pripravah boste prejeli gradivo, ob katerem se bomo pogovarjali o invalidnosti – kdo je invalid, odnosi do invalidnosti nekoč in danes, naš odnos do invalidnosti, delež tujega in domačega slovstva o tej problematiki.

**Število ur: 15**

**Mentorice:** Profesorice slovenščine, ki učijo dijake

## K14: IRSKA



**Okvirni program:**

**1. DAN:** Zgodnji transfer izpred šole na letališče Dunaj in ob 9. uri polet v Dublin. Po pristanku avtobusni ogled **Dublina** (park Phoenix–St. Patrick's Cathedral–pivovarna Guinness–O'Connell Street–Dublin Castle–Famine



## IZKORISTITE DAN

Memorial–Docklands). Popoldan sledi raziskovanje Dublina (peš). Sprehodili se bomo po Ha'penny Bridge in predelu Temple Bar do spomenika Molly Malone. Obiskali bomo Trinity College (doplačilo po želji), kjer hranijo Book of Kells, rokopis iz 9. stoletja neprecenljive vrednosti in nato z ogledi zaključili na največji nakupovalni ulici smaragdne otoka – Grafton Street. Po želji in če bodo »škratki dovolili«, še ogled zbirke **keltskega zlata** v National Museum. Vožnja v hotel in nočitev.

**2. DAN:** Po zajtrku se odpeljemo na podeželje, kjer bomo spoznali »sestavine«, ki naredijo »tipičnega« Irca. Naslov projektne dela (ja, tudi sami boste sodelovali) je »**How to be Irish for a day**«. Med drugim boste fantje dekletom pomagali pri peki »soda bread«, nato bodo dekleta opazovala, kako fantje spoznavajo irski nacionalni šport »hurling«, odpeljali se bomo na polje, kjer bomo spoznali pomen šote, se naučili kakšno irsko pesem, tudi nekaj korakov irskega plesa bo zraven in morda še kakšno presenečenje. Dan se bo zaključil z **večerjo in takti žive irske glasbe**. Vožnja proti pokrajini Co. Mayo na zahodu. Nočitev.

**3. DAN:** Po zajtrku sprehod po **Galwayu**. Tu bomo spoznali izvor besede »linč« in »bojkot«, nato pa boste imeli nekaj prostega časa za nakupe v barvitih trgovincah. Vožnja po kraški pokrajini Burren do mogočnih **Cliffs of Moher**, več kot 200 metrov strmo v morje padajočih klifov. Ti predstavljajo enega najbolj impresivnih pokrajinskih prizorov, ki jih ponuja Britansko otočje. Popoldan obiščemo še **Bunratty Castle**, nekoč normansko utrdbo iz leta 1250, danes pa najbolje obnovljen grad na Irskem. V sklopu gradu je tudi Bunratty Folk Park, muzej na odprtem, ki prikazuje življenje na Irskem v 19. stoletju. Nočitev.

**4. DAN:** Po zajtrku vožnja v Dublin, kjer po želji obiščemo muzej pivovarne **Guinness** ali prosto za nakupovanje. Prevoz na letališče v Dublinu, od koder bo polet na letališče Dunaj ob predvidoma 16. uri. Po pristanku še avtobusni prevoz v Slovenj Gradec.

**Datum odhoda: katerikoli dan od 25. 4. do vključno 29. 4. 2023 (letalo – 4 dni)**

**Stroški: 687 € + stroški rezervacije 23 €**

**Število dijakov: 25**

**Cena vključuje (cena je dokončna ne glede na število prijav in morebitne spremembe cen letalskih prevozov):**

- letalski prevoz Dunaj–Dublin–Dunaj samo z ročno prtljago (v merah 40 x 25 x 20 cm)
- vsi avtobusni prevozi in transferji po programu s pripadajočimi stroški
- **3 nočitve z zajtrkom** (1 kontinentalni in 2 irska zajtrka) v hotelu 3\* (**sobe za 2, 3 ali 4 osebe**)
- **delavnico "How to be Irish"**
- Cliffs of Moher

# IZKORISTITE DAN

- eno kosilo in eno večerjo, mini irski večer
- odlično vodstvo
- osnovno nezgodno zavarovanje
- organizacijo in izvedbo potovanja.

## Doplačila:

**a) obvezno: stroški rezervacije 23 €**

**b) po želji:** Trinity College 14 €, muzej Guinness 20 €, večja ročna prtljaga v merah 55 x 40 x 20 cm od 39 € oz. en večji kos oddane prtljage do 20 kg od 56 € (cena velja za oba poleta in le za odločitev ob prijavi), priporočamo odstopnino od 39,16 €, ki jo poravnate ob prijavi, če se zanjo odločite.

**Plačilni pogoji:** akontacijo v višini 103 € + stroške rezervacije in morebitno odstopnino poravnate ob prijavi, 103 € 15. 2., ostalo mesečno po obrokih, ki jih sami določite oz. preostalo do 21 dni pred odhodom (za dokončno plačilo vam bomo poslali e-račun).

**Mentorja:** Anita Voler in Roman Založnik

## II NARAVA, GIBANJE, ŠPORT

### NGŠ1: ŠPORTNA TEKMOVANJA

Tekmovanja v različnih športih, na različnih ravneh:

**Šolska tekmovanja – 6 ur** (namenjena so vsem dijakom športnikom SŠSGM)

**Področna tekmovanja – dodatnih 6 ur** (namenjena so vsem dijakom športnikom SŠSGM, ki so na šolskem tekmovanju zmagali)

**Državna tekmovanja – 12 ur** (pri nekaterih športih se dijaki športniki direktno uvrstijo v finale državnega tekmovanja)

V šolsko ekipo **športni pedagogi povabimo** tiste dijake, ki pokažejo zanimanje in znanje za določen šport.

**Termin:** šolsko leto 2022/2023

# IZKORISTITE DAN

Mentorji: Alenka Recko, Boštjan Repas, Marinka Dretnik

## NGŠ 2: AROMATERAPIJA ZA VSAK DAN

**Trajanje 24 ur:** 6 srečanj po 4 ure

**Cena:** 15 €/osebo

Delavnica je namenjena vsem dijakom, lahko se izvaja na obeh lokacijah šole.

**Čas izvedbe:** od meseca marca do sredine maja

**Izvajalka:** mag. Damijana Meža

Delavnice so sestavljene iz 6 modulov:

### 1. Modul: Spoznajmo aromatična zelišča in eterična olja

- a) Spoznavali bomo zdravilna zelišča in v čem se razlikujejo od ostalih rastlin.
- b) Učili se bomo, kako, kdaj in kje nabiramo zdravilna zelišča.
- c) Spoznali bomo načine sušenja in shranjevanja zelišč.
- d) Ugotavljali bomo razliko med zelišči in njihovimi eteričnimi olji.
- e) Poskusili bomo prepoznati različna eterična olja, jih opisali in ugotavljali njihov vpliv na naše počutje.

### 2. Modul: Varna uporaba eteričnih olj in hidrolatov

- a) Eterična olja so močni koncentradi in kot takšni spadajo med nevarne snovi. Spoznali bomo, na kaj moramo biti pozorni pri uporabi eteričnih olj, kako lahko varno uporabljamo eterična olja in kako jih shranjujemo.
- b) Ugotavljali bomo, kako prepoznati prava eterična olja.
- c) Spoznali bomo vonje in lastnosti 10 najpogosteje uporabljenih eteričnih olj in hidrolatov.

### 3. Modul: Spoznavanje in izdelava rastlinskih izvlečkov

- a) Spoznavali bomo različna topila za izdelavo rastlinskih izvlečkov.
- b) Spoznali in učili se bomo postopkov izdelave različnih rastlinskih izvlečkov (macerat, tinktura, vodni izvlečki, glicerit ...)
- c) Izdelali bomo macerat, tinkturo in glicerit, ki jih bomo uporabili pri nadaljnjih modulih.
- d) Za domov bomo izdelali ognjičevo mazilo.

### 4. Modul: Od zelišča do eteričnega olja

- a) Spoznali bomo postopek parne in vodne destilacije.
- b) Izvedli bomo postopek destilacije izbranega zelišča od priprave zelišča, priprave destilatorja do končnega izdelka, kjer bomo ločili eterično olje od hidrolata.

### 5. Modul: Aromaterapija – uporaba eteričnih olj in hidrolatov

- a) Izvedeli bomo, kaj je aromaterapija in kako deluje.
- b) Spoznali bomo različne postopke, kako si lahko pri manjših tegobah pomagamo z eteričnimi olji in hidrolati.
- c) Spoznali bomo postopke izdelave masažnega olja, pršila za telo, kako izdelati oblogo ali obkladek ...).
- d) Za domov bomo izdelali protiprehladni roll-on in pršilo za prostor.

# IZKORISTITE DAN

## 6. Modul: Izdelaj svojo naravno kozmetiko

- Prepoznavali bomo različne tipe kože.
- Preučevali bomo različne naravne sestavine za nego kože.
- Spoznavali bomo postopek formulacije emulzij (krem, losjonov).
- Spoznali bomo pripomočke za izdelavo emulzij.
- Izvedli bomo postopek izdelave emulzije (krema za obraz ali roke).
- Za domov bomo izdelali balzam za ustnice in kremo za roke ali obraz.

Izvajalka: mag. Damijana Meža

## NGŠ 3: IZDELAVA NARAVNIH KOZMETIČNIH PRIPRAVKOV

Lokacija: Slovenj Gradec



Iz naravnih zelišč bomo izdelovali naslednja **kozmetična sredstva**:



- dišečo sol za kopanje,
- ustno vodico,
- mleko za telo,
- masažno olje za celulit ...

Vse izdelke bomo ustrezno opremili in jih boste lahko odnesli domov.

**Čas izvedbe:** med šolskim letom

**Predvideni stroški:** 4 €

**Število udeležencev:** 10

**Trajanje:** 8 ur

**Mentorici:** Simona Hudrap in Vanja Banfro (Slovenj Gradec)



# IZKORISTITE DAN

## **NGŠ 4: NAUČIMO SE POTOVATI PO SVETU**

Delavnica je namenjena dijakom, ki jih zanimajo tujina in potovanja. Na delavnici bodo skozi potopis pridobili informacije o pripravah in izvedbi potovanja v lastni režiji – od ideje do zaključka potovanja. Izvedeli bodo, s katerimi težavami se lahko srečamo na poti in kako se temu izogniti.

Čas izvedbe: pomlad 2023

Lokacija: šola Muta

Število ur: 8

Mentorica: Jana Sterže

## **III DRUGO**

### **D 1: SPOMLADANSKI/JESENSKI PRIGRIZKI IN KOKTAJLI**

Dijaki se bodo seznanili z različnimi hitrimi prigrizki, pripravljenimi ustrezno letnemu času (povezava z naravo). Tudi za koktajle bo potekala krajša praktična vaja – s pomočjo sodobne tehnologije dijaki izbirajo ustrezne recepte za koktajle. Smisel delavnice je ustvarjanje in druženje.

Izvajalki: Dragomira Šavc in Suzana Planšak

Trajanje: 2 x 4 ure

Prispevek: 5 €

### **D 2: KAKO NAJ SE UČIM**

Snovi v šoli je ogromno. Poskušate se naučiti, vendar znanje nikakor noče v vašo glavo. V tej delavnici boste spoznali, kaj storiti, da bo znanje šlo v vašo glavo in bo tam tudi ostalo. Naučili se boste, kako se učiti in kako se tudi naučiti.

Pogovarjali se bomo o:

- motivaciji za učenje,
- delovnih navadah,
- metodah učenja,
- učnih korakov,
- uporabi miselnih vzorcev,

## IZKORISTITE DAN

□ vaših načinov učenja.

Naredite nekaj zase in za svoj uspeh v šoli. Pridružite se nam.

Čas izvedbe: med šolskim letom

Trajanje: 24 ur

Število udeležencev: ni omejeno

Mentorica: Anita Voler, svetovalna delavka

### **D 3: MLADINSKA RAZISKOVALNA DEJAVNOST**

Če ste radovedni, polni energije in ste se odločili, da boste raziskali določeno področje, ki vas zanima, izdelajte raziskovalno nalogo. Nikar si ne mislite, da tega ne zmorete. Treba je le zavihati rokave in pod vodstvom izbranega učitelja – mentorja opraviti delo. Najprej se lahko prijavite na regijsko gibanje Mladi raziskovalci Koroške. Od tam pa se lahko uvrstite na državno tekmovanje, ki poteka vsako leto v Murski Soboti. Dijaki naše šole so v preteklosti že dokazali, da lahko na področju raziskovalne dejavnosti uspešno konkurirajo tudi gimnazijcem, osvojili pa so že veliko zlatih in srebrnih priznanj. Vsi udeleženci MRK-a za nagrado prejmejo knjižne ali praktične nagrade ter udeležbo na nagradni ekskurziji v neznano.

Koordinatorica: Lidija Ajtnik

### **D 4: SVETOVNA KULINARIKA**



Dijaki se bodo seznanili s svetovno kulinariko (predavanje in krajša praktična vaja). Smisel delavnice je ustvarjanje in druženje.

Trajanje: 8 ur

# IZKORISTITE DAN

Izvajalka: Suzana Planšak

## D 5: TEKMOVANJE DIJAKOV V ZNANJU MATEMATIKE

Uspešnost na tekmovanju v znanju matematike od dijakov zahteva veliko priprav, kar jim prinese določeno število ur:

- ✚ **Šolsko tekmovanje – 8 ur** (če dosežejo najmanj polovico točk)
- ✚ **Državno tekmovanje – dodatnih 16 ur** (za dijake, ki so se uvrstili na državno tekmovanje)

Roki tekmovanj: 16. 3. 2023 – šolsko tekmovanje

22. 4. 2023 – državno tekmovanje

**Mentorji: Renata Gradišnik, Andreja Preglav Verdinek, Sonja Ferk, Kristina Vošner in Aleksander Camlek**

## D 6: TEKMOVANJE DIJAKOV V ZNANJU EKONOMIJE

Vsako leto se dijaki preizkusijo v znanju ekonomije. Na šoli se izvede šolsko tekmovanje, in sicer konec meseca januarja oz. v začetku meseca februarja. V mesecu marcu pa se prvi trije dijaki z najvišjim številom točk na šolskem tekmovanju udeležijo državnega tekmovanja. Zelo pomembno pri tem je, da dijaki, ki osvojijo na državnem tekmovanju zlata priznanja, ta priznanja štejejo za pridobitev Zoisove štipendije. Tekmovanje je v pisni obliki in se organizira v sodelovanju z Zvezo ekonomistov Slovenije.

Stroške državnega in šolskega tekmovanja pokrije šola.

Udeleženci tekmovanja: dijaki četrtil (SSI) oz. drugih (PTI) letnikov.

Tekmovanje zahteva priprave, zato lahko dijaki, ki aktivno sodelujejo na pripravah in tekmovanju, svoje sodelovanje uveljavljajo kot opravljanje ure PIV, in sicer:

- priprave in udeležba na šolskem tekmovanju: 12 ur,
- priprave in udeležba na državnem tekmovanju pa dajejo dijakom možnost pridobiti še dodatnih 18 ur.

Mentorica: Karmen Grudnik

# IZKORISTITE DAN

## D 7: TEKMOVANJE V ZNANJU O SLADKORNI BOLEZNI

Tekmovanje poteka vsako leto pod okriljem Zveze društev diabetikov Slovenije in je tekmovanje, kjer nihče ne izgubi, ampak lahko samo pridobi. To je znanje, ki nam koristi za življenje v prihodnje, tudi za prihodnje rodove, saj nas obogati in oboroži z vedenjem, ki lahko korenito spremeni naš življenjski slog in s tem prepreči nastanek sodobnih bolezni. Zato smo se odločili, da tekmovanje šteje tudi za opravljen del prostih izbirnih vsebin. Zagotovo pa vas bodo nagradili še pri naravoslovnih predmetih v razredu.

Prijavite se svojim razrednikom ali pa po elektronski pošti na e-naslov mentoric: [barbara.gaspersicvodopija@sc-sg.si](mailto:barbara.gaspersicvodopija@sc-sg.si) (za gostinske, turistične in lesarske programe) in [simona.hudrap@sc-sg.si](mailto:simona.hudrap@sc-sg.si) (za ekonomske in trgovske programe). Dijaki na lokaciji Muta se prijavite pri svojih razrednikih. Pri prijavi po elektronski pošti navedite ime in priimek ter razred.

- ✚ Šolsko tekmovanje – 8 ur priznanih za doseženih najmanj 15 točk od 40 možnih – namenjeno je vsem dijakom SŠSGM.
- ✚ Državno tekmovanje – dodatnih 12 ur (za dijake, ki so na šolskem tekmovanju dosegli najmanj 34 točk in so se uvrstili na prva 3 mesta v vsaki tekmovalni skupini (1. skupina: Gastronomsko turistični in lesarski programi in 2. skupina: Ekonomski programi. Dijaki PV in OT se priključijo obema skupinama in na podlagi tega nadaljujejo tekmovanje na državnem tekmovanju).

Mentorici: Barbara Gašperšič Vodopija za gastronomsko turistične in lesarske programe ter Simona Hudrap za ekonomske programe

## D 8: SODELOVANJE V PROJEKTIH ERASMUS+

Dijaki se bodo v okviru mednarodnih projektov seznanjali s temami projektov, se aktivno vključevali v dejavnosti projektov, sodelovali z dijaki tujih držav, se z njimi srečevali v Sloveniji in v sodelujočih državah.

**Pogoj za sodelovanje** je, da ste pripravljeni sprejeti na dom enega dijaka v času srečanja v Sloveniji.

**Število priznanih ur: do 30**

**Čas trajanja: šolsko leto 2022/23**

# *IZKORISTITE DAN*

Mentorja: Tomaž Šoster in Veronika Sušnik