



NAVODILA ZA IZVEDBO »TEKA PODNEBNE SOLIDARNOSTI« V OŠ in SŠ



I. Predhodne priprave na »Tek podnebne solidarnosti«

NOVOST (NEOBVEZNA, KDOR ŽELI): Tek podnebne solidarnosti lahko nadgradite s konkretnim dejanjem, z zbiranjem prostovoljnih sredstev za nakup sadik dreves v Afriki (1 km = 1 eur = 1 sadika). S tem boste skupaj z vsemi sodelujočimi pripomogli k blaženju posledic podnebnih sprememb v Afriki. Seveda pa **lahko nadaljujete z izvedbo Teka podnebne solidarnosti tako kot ste ga izvajali do sedaj** (samo izvedba delavnic in tek – ozaveščanje).

KAKO POSADITI DREVO V AFRIKI? Mlade tekače spodbudite, da si pred izvedbo Tek-a **poiščejo sponzorje tek-a (starše, stare starše in druge sorodnike...)**, ki jim bodo za vsak pretečeni km podarili 1 EUR, kolikor stane sadika drevesa v Afriki. Slovenska karitas bo zbrana sredstva posredovala Karitas v Keniji in Malaviju, kjer že danes občutijo hude posledice podnebnih sprememb, predvsem s povečanjem sušnih obdobij. Sodelavci lokalnih Karitas v Afriki bodo s pomočjo darovanih sredstev kupili sadike dreves in jih skupaj z mladimi posadili. S tem se bo v teh krajih trajno blažil vpliv posledic podnebnih sprememb.

Vas kot mentorje prosimo, da nato prostovoljna zbrana sredstva mladih tekačev Tek-a podnebne solidarnosti nakažete na Slovenska karitas, Kristanova ulica 1, 1000 Ljubljana, TRR: SI56 0214 0001 5556 761, Sklic: SI 00 214, Namen: **Posadimo drevo v Afriki**, Koda namena: CHAR, BIC banke: LJBSI2X.

1. Predlagamo, da tek poteka **v okviru športne vzgoje** (jesenski, spomladanski kros, Cooperjevi teki itd.) ali v okviru **športnega dne**, lahko tudi v okviru **podaljšanega bivanja (OŠ)**, dnevih dejavnosti, obveznih **izbirnih vsebin, interesnih dejavnosti** ali **razrednih ur**. Lahko pa je tek tudi večji dogodek v okviru EKO/tehničnega dneva, delovne sobote ali pa kot **zaključek leta**.
2. Tek podnebne solidarnosti na vaši šoli lahko poteka večkrat **skozi celo leto oz. v časovnem obdobju**, ki vam najbolj ustreza. Teke lahko navežete na posamezne mednarodne dneve, npr. 22. april (Svetovni dan Zemlje), 15. maj (Svetovni dan podnebnih sprememb), 25. maj (Dan Afrike), 5. junij (Svetovni dan okolja), 17. oktober (Svetovni dan boja proti revščini) ...
3. **»Tek podnebne solidarnosti«** in delavnico **lahko z medpredmetnim sodelovanjem** izvaja več učiteljev (npr.: učitelj družboslovja v sodelovanju z učiteljem športne vzgoje ali pri razredni uri izvedete pogovorno delavnico, pri športni vzgoji učenci/dijaki tečejo).
4. Prosimo vas, da pred tekom (lahko v sodelovanju z ostalimi učitelji) izvedete **pogovorno delavnico o problematiki podnebnih sprememb v povezavi z revščino v Afriki** in učencem/dijakom **razložite tudi namen teka**.
5. Za uvod učencem/dijakom razložite glavni namen teka:
V **»Teku podnebne solidarnosti«**, bodo učenci tekli v solidarnosti do ljudi v revnejših državah, predvsem v Afriki, ki jih posledice podnebnih sprememb najbolj prizadenejo.
S pretečenimi kilometri učencev, dijakov, študentov in splošne javnosti, od šolskega leta 2011/2012 gradimo kroge solidarnosti okoli planeta Zemlje (40.075 km je obseg ekvatorja). Do sedaj nam je uspelo preteči že preko 11 krogov okoli ekvatorja (441.582 km). Upamo, da nam letos uspe zgraditi še dodaten 12. solidarnostni krog (skupno 480.900 km).
6. Nato uporabite gradiva, ki smo vam jih poslali. Na spletni strani si **oglejte film** ali **PowerPoint predstavitev** ali **preberite Zgodbo o dečku Nangiru** (slikovna predstavitev zgodbe 2. stran Powerpointa) ali uporabite **foto-govorico** ali **dramsko zgodbo Popotovanje štrka Simona** ter se na kratko pogovorite o problematiki podnebnih sprememb v povezavi z revščino v Afriki in življenjem njihovih sovrstnikov.



7. Vsak učenec/dijak naj **izbere specifičen (osebni) namen** za kaj bo tekel, lahko pa **cela šola/razred** teče za isti specifični namen.
Na primer: Učenci/dijaki **tečejo v znamenje solidarnosti**:
- do tistih, ki zaradi posledic podnebnih sprememb nimajo dovolj pitne vode ali hrane;
 - do tistih, ki prehodijo kilometre daleč, da oskrbijo z vodo svoje družine;
 - do vseh, ki so jih prizadele podnebne spremembe;
 - do tisti, ki so jih prizadele naravne katastrofe;
 - do tistih, ki zaradi posledic podnebnih sprememb na morejo hoditi v šolo;
 - do dečka Nangira, da bi lahko preživel svoje koze ...
- Učenci/dijaki lahko tečejo z namenom, da bi politiki namenili več sredstev za reševanje te problematike v Afriki itd.
Učenci/dijaki specifičen namen teka **napišejo na listek ali plakat** oziroma **na majico**, ki jo bodo nosili, ko bodo tekli.
8. Učenci/dijaki oz. udeleženci teka bodo naredili že veliko, če se bodo začeli **spraševati, razmišljati** o ljudeh v revnih državah, ki jih posledice podnebnih sprememb najbolj prizadenejo. Veliko se lahko že spremeni, če to **ozavestimo**, se tega **zavedamo** in o tem **razmišljamo**. Tečejo lahko v solidarnosti do teh ljudi, med tekom mislijo nanje, na koncu jim posvetijo svoje kilometre.
9. Učenci/dijaki oz. udeleženci teka svojo solidarnost do ljudi v revnih državah, ki jih posledice podnebnih sprememb najbolj prizadenejo lahko nadgradijo z neko **odločitvijo, dejanji** v vsakdanjem življenju, ki bodo konkretno vplivala na ljudi, katerim so tek namenili.
Npr. če bo učenec/dijak tekel v solidarnosti do otrok, ki trpijo zaradi podnebnih sprememb še večje pomanjkanje vode, lahko svoj tek nadgradi z odločitvijo, da bo poskušal v 1 letu zmanjšati svoj negativni vpliv na podnebne spremembe s tem, da bo pazil koliko vode bo porabil pri tuširanju ali pazil, da bo ugašal vse elektronske naprave (jih ne bo puščal v stanju pripravljenosti) ali poskusil čim bolj uporabljati javni prevoz, kolo ali pa hoditi peš, s preudarnim nakupovanjem poskusil proizvesti čim manj odpadkov ...
Torej predlagamo, da se učenci v okviru »Teke podnebne solidarnosti« odločijo **v solidarnosti do koga bodo tekli** (do tistih ljudi v Afriki, ki čutijo pomanjkanje pitne vode, hrane, ki so jih prizadele bolezni ... zaradi posledic podnebnih sprememb) in **kaj konkretnega bodo v svojem življenju spremenili** za reševanje te problematike.
10. Predlagamo, da ima vsak učenec/dijak, ki bo sodeloval pri teku, tudi **svojo štartno številko**, tako bo tek podoben pravemu »maratonu« in ga bo lažje spremljati.
Učenci/dijaki lahko od doma prinesejo **stare majice**. S flomastri ali drugimi barvami na majice napišejo **štartne številke in naslov teka** »Tek podnebne solidarnosti«, če želijo pa tudi zapišejo svoj namen teka (»Tečem v znamenje solidarnosti do ...«) ter svoje dejanje, po končanem teku pa še število pretečenih km. Lahko pa tudi učenci/dijaki svoje **štartne številke enostavno napišejo na liste** in jih s šivalnimi sponkami pričvrstijo na majice.
11. Če je možno, bi bile dobrodošle tudi **kondicijske priprave** na tek (pri predhodnih urah športne vzgoje).
12. Predhodno lahko pripravite z učenci/dijaki tudi **posebne plakate s katerimi lahko na tek na vaši šoli povabite tudi starše, stare starše ... širšo javnost in medije**. Plakate lahko nalepite tudi po vašem kraju in okolici, lahko tudi promovirate tek po radijskih postajah, lokalnih časopisih ...
- II. Izvedba teka podnebne solidarnosti:**
1. Pripravite seznam tekačev.
 2. Označite pot oz. krog teka (npr. v dolžini 600 m, lahko več, lahko manj glede na zmogljivosti vaših učencev/dijakov).
 3. Nato lahko na startu oz. cilju učitelj oz. učenci, ki ne morejo teči, posameznim učencem na kartonček ali na roko za vsak pretečen krog odtisnejo žig. Naj vas ne moti gneča, ki bi lahko nastala ob čakanju na žige, ob čakanju si učenci/dijaki lahko odpočijejo.
 4. S tekom **učenci/dijaki zbirajo/beležijo pretečene kilometre**. Vsaka šola lahko po svoje šteje km.



5. Po končanem teku učenci/dijaki, izročijo kartončke z žigi oz. s številom pretečenih km učitelju oz. učitelj prešteje število žigov, ki jih je prejel posamezen učenec/dijak in jih zapiše v skupno razpredelnico, ki vam jo prilagamo na strani 4 (prosimo vas, da jo glede na potrebe sami razmnožite).
- Tako bo zapisan rezultat vsakega učenca/dijaka posebej, ob koncu teka pa vas prosimo, da seštejete vse pretečene km in **nam sporočite rezultat celotne šole**.
- Dodatni predlogi:** Na samem teku lahko v skladu z navodili NIJZ za preprečevanje širitve koronavirusa poskrbite tudi za **sok** (okrepčilo tekačem ☺, **ozvočenje** (za sprotno poročanje o pretečenih km po zvočniku ...), **povabite tudi druge učitelje, starše, stare starše, vse, ki bi si želeli pridružiti ter lokalne medije** (radio, časopise, TV), lahko sodelujete s celotno ali z delom lokalne skupnosti – na primer z gasilci. Še posebno dobrodošle so vse vaše nove ideje ... Dogodek lahko tudi fotografirate, posnamete.
6. Na koncu teka naj vsak učenec/dijak tudi na **listek**, kamor je zapisal svoj namen teka, **napiše koliko kilometrov/krogov je pretekel in za kakšen specifičen namen je tekel**, v solidarnosti do koga je pretekel svoje km oz. komu je namenil svoje km, oziroma kakšna je bila njegova motivacija za tek (npr. za otroke v Afriki, ki vsak dan hodijo po več ur peš po vodo ali pa v šolo ...) ter kaj bo v 1 letu poskušal **spremeniti v svojem življenju** za reševanje problematike podnebnih sprememb. Te listke lahko nato prilepite na **oglasno desko na šoli** ali naredite plakat in ga obesite na vidno mesto, da ga bodo videli tudi drugi.
7. Število kilometrov, namen teka ter odpoved v svojem življenju, lahko zapišejo tudi na **štartne majice**, ki so jih predhodno izdelali (korak 10). Iz majic lahko v šolski avli ali po šolskih hodnikih priredite **Razstavo »TeKa podnebne solidarnosti«**. Prosimo vas, da nam pošljete tudi kakšno fotografijo iz razstave.
8. Na koncu vas prosimo, da nam **sporočite pretečene kilometre**, št. tekačev in namene teka na povratnem obrazcu na priloženem dopisu ter nam največ **10 fotografij (ali videoposnetek)**, ki bodo nastale ob teku, pošljete **po e-pošti** ali zapečete na CD in nam vse skupaj **do 30. junija 2022** (lahko pa kadarkoli med letom, ko izvedete tek) pošljete na Slovensko Karitas, Kristanova 1, 1000 Ljubljana.
9. Zelo veseli bomo tudi **zapisov namenov teka** in **zapisa odločitev učencev/dijakov**, kaj bodo v svojih življenjih poskušali spremeniti in s tem pripomogli k reševanju problematike podnebnih sprememb.
10. Veseli bomo tudi vaših objav o »Tekih podnebne solidarnosti« na spletnih straneh, vaših člankov in prispevkov v lokalnih medijih ...
11. **Navodila za urejanje in zapis fotografij in videoposnetkov učencev, ki nam jih boste poslali zapisane na CD-jih:**
Prosimo vas, da **zapišete imena** pod posamezno fotografijo in datoteko ali mapo **brez pik ter šumnikov in sičnikov**, končnico fotografije pa spremenite v **jpg**, ker nam boste s tem zelo olajšali delo (Primer: **ALES_3A.jpg**). Prosimo vas tudi, da **shranite vse fotografije iz posamezne šole samo v eno mapo** (tudi če sodelujejo različni razredi), ki naj bo naslovljena z nazivom OŠ (Primer: **OS_KRANJ**). Če boste mogoče **posneli tudi kakšen kratek film** vas prosimo, če je le mogoče, da ga **sami daste** na primer **na Youtube** in nam pošljete **samo spletno povezavo**, lahko pa ga tudi zapišete na CD in nam ga pošljete.
12. Fotografije in videoposnetke nastale ob teku ter podatke o pretečenih kilometrih, število pretečenih km/št. vseh učencev šole, ki nam jih boste poslali bomo **objavljali na naši spletni strani** www.karitas.si.
13. Ko bomo prejeli rezultate iz vseh šol, bomo preko poletja prešteli vse sodelujoče udeležence in pretečene kilometre in vas obvestili o številu pretečenih dolžin ekvatorja. Mentorji bodo prejeli potrdila o izvedbi.



POSADITE RASTLINO

Za nadgradnjo teka lahko za lepši in bolj zdrav planet v okolici vaše šole ali v učilnici (npr. v lonec) posadite kakšno rastlino in opazujte, kako raste, skrbite zanjo ...

Za vse dodatne informacije pišite na jana.flajs@karitas.si ali pokličite na tel: 01 300 59 60.

Razpredelnica, ki naj vam bo v pomoč pri štetju kilometrov.

Zaporedna št. tekmovalca	Ime in priimek učenca/dijaka	Št. pretečenih kilometrov posameznega učenca/dijaka
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		
16		
17		
18		
19		
20		
21		
22		
Skupno število vseh pretečenih km na vaši šoli:		

