



## Projekt Erasmus+ »National Games and Sports Bring Us Together«

8. do 12. oktober 2018

kratkotrajna izmenjava skupine dijakov /učencev

na šoli

### Colegiul Național »Emil Rakovița«, Bukarešta, Romunija

Prva izmenjava za dijake naše šole v okviru projekta. Udeležili so se ga štirje dijaki četrtega letnika: **Maks Štern, David Kopar, Tinkara Perne in Jedrt Mikelj** ter profesorja – spremljevalca **Janez Mali**, profesor športne vzgoje, ter koordinatorica projekta **Bernarda Kovač**.

Pred potovanjem v Bukarešto so dijaki prispevali članke za nastajajočo knjigo, ki bo eden izmed končnih izdelkov projekta, o popularnih športih v Sloveniji (košarka, alpsko smučanje) ter o popularnem športu iz preteklosti, ki ga v Sloveniji negujemo in ohranjamo kot del kulturne dediščine, smučanje po starem. Poleg tekstnih prispevkov za knjigo v angleščini smo že v pomladnih mesecih z dijaki drugih letnikov odigrali igre, ki gredo v pozabo, ter posneli fotografije. Le-te so bile osnova za video izdelek, ki ponazarja te igre, ustvaril ga je Maks Štern, udeleženec izmenjave v Bukarešti.

Potovali smo v nedeljo, 7. oktobra in se vračali v soboto, 13. oktobra 2018.

Na letališču v Bukarešti so nas v zgodnjih jutranjih urah ponedeljka, 8. oktobra 2018, pričakali romunski starši in učenci, ki so naše dijake sprejeli in nastanili v svoje domove.

#### Ponedeljek, 8. oktober 2018:

Dopoldanski program je obsegal tradicionalni gostoljubni sprejem s kruhom in soljo, nagovorom ravnatelja šole in koordinatorico projekta na romunski šoli. Pripravili so krajši kulturni program, peljali so nas po šoli, kjer so različni oddelki vsaki partnerski šoli predvajali državno himno in udeležencem izročili manjša darilca, ki so jih izdelali sami.

Predvajali so pripravljene video in slikovno gradivo o življenju na šoli, ki je zelo športno obarvano, nam predstavili Bukarešto v sliki in del zgodovine države Romunije.

Predstavnica Bolgarije je predstavila analizo ankete »Healthy Lifestyle«, ki je bila izvedena na vseh šestih šolah, kjer se izvaja projekt. Analizo je pripravila Galina Netova, koordinatorica bolgarske šole.

V popoldanskih urah so učenci in dijaki vsake šole v živo predstavili eno izmed otroških iger, ki so jih predhodno opisali v tekstih za nastajajočo knjigo. Dijaki naše šole so predstavili igro »Zemljo krast«.

#### Torek, 9. oktober 2018:

Dejavnosti tega dne so bile namenjene ozaveščanju o zdravem prehranjevanju. Udeležencem je temo prehranjevanja in pomembnosti sestavin pri pripravi obrokov (beljakovine, vitamini, ogljikovi hidrati) predstavil povabljeni nutricionist, ki je poudaril, da je sestava obrokov odvisna glede na telesno aktivnost in starost posameznika. Učenci in dijaki so teorijo pretvorili v prakso na delavnici »Velika prehranska piramida in šport« z izdelavo prehranske piramide. Vsaka država udeleženka je s pomočjo slikovnega materiala ustvarila svojo.

Poznopoldanski čas je bil namenjen športnemu udejstvovanju: ekipe so se med sabo pomešale in igrale bovlino, biljard ali pikado.



### Sreda, 10. oktober 2018:

Udeleženci izmenjave smo imeli priložnost prisluhniti športni psihologinji, ki je poudarila kako pomembna je pozitivna naravnost v športu, a tudi iskanje pomoči, ko /če posameznik ugotovi, da s svojimi športnimi rezultati ne dosega zadanih ciljev. Pomembno je, da je športnik motiviran, osredotočen, mentalno pripravljen na tekmovanje. Udeleženci smo izvedli tudi vajo vizualizacije, nadzorovanja misli.

Za vse je bilo zelo zanimivo srečanje z bivšo uspešno športnico, metalko diska, Nicoletto Grasu, ki je Romunijo šestkrat uspešno zastopala na Olimpijskih igrah. Pripovedovala je o svojih izkušnjah glede tekmovanj in treningov, usklajevanju osebne življenja s športnimi zahtevami trenerjev.

Pred odhodom iz šole so bili udeležencem izmenjave, učencem in učiteljem predstavljeni dvominutni filmi vsake šole, na katerih so bili prikazane igre otroških igrišč, ki jih dandanes mlajše generacije ne poznajo več.

Popoldanski del je bil športno obarvan: v bližini šole se nahaja odprt bazen, kjer učenci plavalci šole »Emil Rakoviča« vsakodnevno dvakrat dnevno opravljajo treninge. Dva naša dijaka sta se udeležila plavanja. Vsak dijak, ki je plaval, je tudi prejel medaljo za sodelovanje.

### Četrtek, 11. oktober 2018:

Kulturno obarvan dan z obiskom dveh gradov severno od Bukarešte: Peleş in Bran, drugi znan kot Drakulov grad.

### Petek, 12. oktober 2018:

Dopoldanski del je potekal v šoli. Imeli smo uradno podelitev priznanj vsem udeležencem, nato smo si ogledali Parlament, mestni etnološki muzej in se sprehodili po središču Bukarešte v spremstvu in ob razlagi vodiča.

Na enem izmed sestankov učiteljev smo dobili nadaljnja navodila za delo do prihodnjega srečanja, ki bo v Istanbulu (10. – 14. marca 2019, 2 dneva potovanje, 3 delovni dnevi).

Razdelili smo si delo: pisanje povzetkov (Slovenija – povzetek prvega poglavja knjige – o izginjajočih igrah). Do konca leta 2018 bomo imeli eno video konferenco udeležencev projekta. Do marca izdelamo prevod knjige v uradne jezike držav. Dopolniti ali izboljšati je potrebno dvominutne filme. Dopolni se analiza ankete o zdravem načinu življenja (del, ki se nanaša na učitelje). Izdelan je kolaž prvega leta delovanja projekta (Turkinja Selma Timurlenk), drugi del bo izdelal Portugalec Fernando Moreira. Izdela se koledar s slikovnim gradivom prvega leta.

Naslednja izmenjava z dijaki bo ob enem zadnje projektno srečanje. Izpeljala ga bo ekipa Portugalske v mesecu maju (27. do 31. maj 2019). Dogovor je, da naša šola lahko pošlje do 5 udeležencev.

Bernarda Kovač  
Gimnazija Kranj

Kranj, 30. oktober 2018

## VTISI DIJAKOV

Na začetku šolskega leta smo se štirje dijaki Gimnazije Kranj v okviru projektov Erasmus+ odpravili v prestolnico Romunije, kjer smo preživeli teden dni. Čeprav smo bili slovenski predstavniki mnogo starejši od predstavnikov drugih petih držav, smo neizmerno uživali. Spoznali smo romunsko kulturo, si ogledali kar dva romunska gradova, parlament, center Bukarešte ... bili pa smo tudi aktivni na delavnicah povezanih s športom in prehrano. Naši gostitelji in njihovi starši so nam posvetili ogromno časa in energije ter poskrbeli za veliko druženja med raziskovanjem nove dežele.

**David Kopar, 4.Č**



Najprej sem bila glede odhoda v Romunijo skeptična. Imela sem goro dela iz katerega se nisem videla in če bi bilo možno, bi se od potovanja odjavila. Na srečo to ni bilo mogoče. Šla sem v Bukarešto in ni mi žal niti enega trenutka.

Moji gostiteljici, Iris in njena mama Magda, sta

bili izredno gostoljubni! Še nikjer se nisem počutila tako dobro.

Poskušala sem njihovo tradicionalno hrano, hodila na treninge plavanja, za rojstni dan Jedrt sem jedla čudovit steak v centru Bukarešte in moram reči, da mi je bilo čudovito!

**Tinkara Perne, 4.f**



Izmenjava v Romunijo predstavlja edinstveno in nepozabno izkušnjo, ki mi je razširila obzorja, izmenjava Erasmus pa je nekaj, kar bi po mojem mnenju moral izkusiti vsak dijak. V enem tednu sem doživel veliko nepozabnih trenutkov, navezal veliko novih prijateljskih stikov, poskusil raznovrstno lokalno kulinariko in popolnoma izkusil utrip življenja v Romuniji. Naj omenim številne športne delavnice, ki jih je pripravila šola gostiteljica v Bukarešti, raziskovanje gradu grofa Drakule in obisk gradu Peleş, ki je služil kot poletna rezidenca romunskega kralja, tekmovanje v plavanju, kulturni obisk prestolnice, ki zagotovo predstavljajo »highlightse« oktobrske izmenjave. Gostiteljska družina pa me je sprejela z odprtimi rokami in me seznanila s toplino romunskega prebivalstva. Romunija je na meni pustila velik vtis in lahko rečem, da bom z veseljem še kdaj sodeloval pri kakšni Erasmus izmenjavi.

**Maks Štern, 4.e**

