



ŠOLA ZA STARŠE

V ŠOLSKEM LETU 2025/2026



15. OKTOBER 2025 - Sara Recek

Uravnoteženo prehranjevanje in izbirčni jedci

Izbirčnost pri otrocih je vse pogostejši izziv, s katerim se srečujejo številne družine. Na predavanju bomo spregovorili o vzrokih za izbirčnost, o tem, kako nanjo ustrezno reagirati, ter kako z razumevanjem in potrpežljivostjo graditi bolj ustrezne prehranske navade. Poleg vedenjskih vidikov bomo obravnavali tudi osnovna načela uravnoteženega prehranjevanja – kako sestaviti zdrav krožnik in vzpostaviti ritem prehranjevanja. Predavanje bo združilo strokovna spoznanja s praktičnimi napotki, ki bodo staršem v pomoč pri oblikovanju zdravih prehranskih navad celotne družine.

19. NOVEMBER 2025 – Darja Barborič Vesel

Razvijanje izvršilnih funkcij – pot k otrokovi samostojnosti

Zgodnje otroštvo je čas nenehnega intenzivnega razvoja mnogih veščin, ki jih človek potrebuje in uporablja preko celotnega življenja. Izvršilne funkcije človeku omogočajo usmerjati pozornost in nadzirati vedenje, da bi lahko naredili, opravili dejavnosti, ki so potrebne za doseg določenega cilja. To je lahko učenje vožnje z kolesom, pospravljanje igrač ali oblikovati odnose z prijatelji.

Starši lahko z pozornostjo na pravilen razvoj izvršilnih funkcij trajno vplivamo na otrokovo zmožnost funkcionalnega delovanja tako v otroštvu kot tudi v odraslem življenju.

20. JANUAR 2026 – Miha Ruparčič

Kako vzgajati v čustveno zahtevnih situacijah?

Aktivna delavnica za starše

Za starše predšolskih otrok so vedenjski odzivi otrok lahko velik izziv. Kako ravnati, ko je vse NE, ko otrok beži, meče premete, se vrže na tla in podobno. Sodobne raziskave otroškega vedenja nam lahko pomagajo nasloviti te za starše mnogokrat zelo izčrpajoče situacije.

Na delavnici se bomo lotili konkretnih primerov iz življenja s predšolskimi otroki.

Rdeča nit delavnice bo, kako dovolj dobro pomiriti sebe, da ostanemo povezani z otrokom tudi v zahtevnih situacijah in otroka pomirimo brez groženj in ustrahovanja. Spoznali bomo, kaj je tisto, kar nam staršem v odnosu z otrokom daje moč, da svojo starševsko avtoriteto uveljavimo na spoštljiv in hkrati učinkovit način.