



za

38. festival

Turizmu pomaga lastna glava

OKUSNI ZAKLADI:

Lokalni kulinarični spominki s trajnostnim pridihom

Mak za živahnejši korak



Učenci turističnega podmladka na OŠ Beltinci:

Leo Jurman,

Kristina Medved,

Sofija Žižek,

Ema Poredoš,

Kaja Erjavec,

Ema Glavač

Mentorici: Mateja Horvat Duh, prof. slovenščine

Jasmina Štaus Žižek, prof. slovenščine

Maša Mlinarič, mag. prof. pouč. lik. ped.

Beltinci, šolsko leto 2023/24

ZAHVALA

Člani turističnega podmladka Osnovne šole Beltinci bi se najprej zahvalili učiteljicama ge. Mateji Horvat Duh, ge. Maši Mlinarič in ge. Jasmini Štaus Žižek, ki so nas navdušile za delo na področju turizma v domačem kraju, sprejele naše ideje in nam omogočile sodelovanje na tekmovanju.

Za posredovanje informacij in pripravljenost na sodelovanje se zahvaljujemo še:

- ravnateljici Osnovne šole Beltinci, ge. Matejki Horvat,
- županu občine Beltinci, g. Marku Viragu,
- učiteljicama ge. Nives Horvat in ge. Mojci Dišič, ki sta vodji projekta *Šport in Špas* na naši šoli.

Zahvala gre tudi vsem drugim, ki so nas kakorkoli podprli pri izdelavi naloge in nam omogočili udeležbo na tekmovanju in festivalu *Turizmu pomaga lastna glava*.

KAZALO

| | |
|--|----|
| UVOD | 4 |
| ORGANIZACIJA IN VODENJE | 6 |
| 1. KRAJ IN ČAS IZVEDBE | 6 |
| 2. PRIJAVA | 7 |
| 3. PRIHOD IN PARKIRANJE | 7 |
| 4. SODELUJOČI PARTNERJI | 8 |
| Šport in Špas – druženje in gibanje vseh generacij | 8 |
| NAMEN PROJEKTA | 8 |
| 5. TURISTIČNI PRODUKT: MAKVITALNICA | 10 |
| 6. POTEK DOGODKA | 12 |
| TRŽENJE, PROMOVIRANJE IN OGLAŠEVANJE | 14 |
| FINANČNI NAČRT | 15 |
| POVZETEK | 16 |
| VIRI IN LITERATURA | 18 |

UVOD

Ko smo izvedeli za temo letošnjega festivala *Turizmu pomaga lastna glava*, smo se takoj spomnili na dišeče dobrote, ki prihajajo iz naših domačih kuhinj. Prekmurci smo namreč daleč naokrog znani po svoji kulinariki in gostoljubnosti. Večji del Prekmurja pokriva panonska nižina, ki nudi številne možnosti za kmetovanje. Zato je Prekmurje bogato posejano s številnimi njivami, na katerih se bohotijo žita in drugi poljski pridelki.

Prekmurje spada v kulinarčno bogatejši del Slovenije, tamkajšnje domače kuharske dobrote pa so povezane s številnimi šegami in navadami. Pestrost, kulturna raznolikost in večnarodnost za Prekmurce nikoli niso bile ovira, so del večstoletnega značaja regije in dediščina ljudi, ki so svoj obstoj utemeljili na skupnih vrednotah.

V prekmurski prehrani ima svoje posebno mesto tudi **vrtni mak (*Papaver somniferum L.*)**, ki je osrednji pojem naše letošnje kulinarčne ideje. Najbolj znane prekmurske jedi, v katerih je ena izmed glavnih sestavin mak: Prekmurska gibanica (*prekmurska gijbanca*), makova potica, zavitek iz vzhajanege testa (*kvašeni retuš*), makov zavitek (*makov genjeni retuš*), krompirjevi svaljki z makom (*majčiki (cujčki) z makom*), prekmurski mlinci (*gibice*), trganci z makom (*makovi külinji*), rezanci s skuto (*kisilakovi rejzanci*).

Tudi pri nas so mak v preteklosti gospodinje pogosto gojile na vrtovih za lastno uporabo v kulinariki. V zadnjem času pa se gojenje maka v Sloveniji uveljavlja tudi na večjih površinah. Zainteresirani pridelovalec za gojenje vrtnega maka mora najpozneje do 15. marca oziroma najpozneje do 31. avgusta za tekoče leto gojenja, odvisno od zvrsti vrtnega maka, vložiti vlogo na Ministrstvo za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano na predpisanem obrazcu.

- Setev maka opravimo v drugi polovici septembra, ali v začetku marca (nekoliko prej kot jara žita). Setev je potrebno najaviti na MKGP, enako kot pridelavo konoplje. Zaradi težav s pleveli v spomladanskem času in večjega pričakovanega pridelka, strokovnjaki priporočajo jesensko setev.

- Priprava zemljišča: potrebuje dobra tla – takšna, kjer dobro uspeva pšenica ali ječmen, torej lahka peščeno-ilovnata z nevtralno do bazično reakcijo. Potrebna je dobra priprava zemljišča s temeljitim, globokim oranjem, ravnanje s predsetvenikom, valjanje z gladkim valjem. Dobra struktura tal je potrebna zaradi drobnega semena. Zelo mokra in težka tla za setev maka niso primerna. Njiva ne sme biti zapleveljena.

- Količina semena: 2 do 4 kg/ha. Ciljna gostota je 40 do 50 rastlin/m² ; priporočen razmik med vrstami je 25 do 40 cm; globina setve 1 do 2 cm. Optimalna temperatura za kalitev je 7 do 10 °C. Največ vode potrebuje od vznika pa do začetka cvetenja.

- Gnojenje: potrebno je redno in obilno gnojenje. Založno gnojenje se opravi s 15 do 20 t hlevskega gnoja na hektar. V izogib pospešeni rasti plevelov in slabši učinkovitosti herbicidov pa strokovnjaki bolj priporočajo uporabo organskih gnojil v predhodnem posevku. V povprečju je za gnojenje potrebno 70 kg N, 80 kg P₂ O₅ in 100 kg K₂O. Običajno se za dognojevanje uporabi mineralna gnojila, na primer: NPK 7–20–30 v količini 300 do 400 kg/ha in 200 kg KAN-a. Največja potreba po dušiku je v času od faze rozete do cvetenja. Dodajanje fosforja in kalija med rastno dobo pozitivno vpliva na pridelek.

- Rastna doba spomladanske setve maka je 120 do 160 dni, jesenke pa cca 250 dni. Vetrovnih površin mak ne prenaša dobro (poleganje).

- Žetev: dozori sredi avgusta do sredi septembra. Spravilo se opravi z žitnim kombajnom.

- Pridelek: 700 do 1000 kg/ha.

- Uporaba v kulinariki: Čeprav makovo seme dobi okus šele, ko ga toplotno obdelamo, ga lahko dodajamo tudi k že pripravljenim jedem vseh vrst. Z njim lahko na primer izvrstno izboljšamo okus testenin in krompirja. Najpogosteje pa se mak uporablja za pripravo različnega peciva. V literaturi zasledimo, da ima tudi mak dolgo zgodovino, saj so ga poznali že v Egiptu, uporabljali so ga tudi stari Grki in kasneje Rimljani. Ima nekoliko sladkast okus in je vir cinka in joda. Vsebuje tudi vitamin E, ki je blagodejen za kožo in ima velik delež esencialnih nenasičenih maščobnih kislin. Upočasnjuje staranje in krepi imunski sistem. Vpliva tudi na presnovo, zato ga uporabljajo pri hujšanju. Znan pa je tudi med športniki, ki ga zmešanega z medom pijejo za zdravje in boljšo vzdržljivost. Ker dobro vlaži in greje kožo, ga pogosto zasledimo tudi v kozmetičnih izdelkih. Zaradi navedenih kvalitete maka trženje ne bi smelo predstavljati velike ovire, je pa v Sloveniji redka in manj znana poljščina.

V preteklosti je bil razširjen predvsem v višje ležečih krajih Pohorja in Koroške ter v Prekmurju. Po drugi svetovni vojni je bila pridelava maka pri nas skoraj povsem opuščena, v zadnjih letih pa se predvsem v Prekmurju v manjšem obsegu vrača na polja. Srečamo ga tudi na posameznih kmetijah drugod po Sloveniji. Glede na pridelke in obseg pridelave, ki ga dosegajo države v naši soseščini s podobnimi ravnimi razmerami, smo se odločili, da ga podrobneje raziščemo, vsekakor pa je prav tudi, da ga čimbolje promoviramo kakor produkt tudi naše pokrajine. Brez dvoma pa ima že pogled na cvetoče polje maka blagodejen vpliv na počutje ljudi, izjemno polepša pokrajino in privabi tudi popotnike in turiste.

Ker sta pomemben del slovenskega turizma poleg lokalne kulinarike tudi rekreacija in športni segment, smo dobili idejo, da oboje povežemo in razvijemo še naprej. **Kulinariko, ki je osrednja tema letošnjega festivala *Turizmu pomaga lastna glava*, smo povezali s pomembnim vidikom kakovostnega življenja – fit telesom in umom.** V nadaljevanju vam bomo predstavili, kako smo to storili.

Letos se bomo z našimokusnim zakladom prvič predstavili na šolski prireditvi, ki jo organiziramo v mesecu maju v sklopu projekta *Šport in Špas – druženje in gibanje vseh generacij*; prepričani pa smo, da bomo z zanimivim lokalnim produktom lahko segli še dlje.

ORGANIZACIJA IN VODENJE

Pri organizaciji javnega dogodka je potrebno upoštevati pomembne organizacijske naloge. Ideje, ki jih podmladkarji imamo, lahko uresničimo le tako, da se povezujemo z drugimi društvi v lokalni skupnosti ali izven.

Pri organizaciji turističnega dogodka smo izhajali iz naslednjih izhodišč:

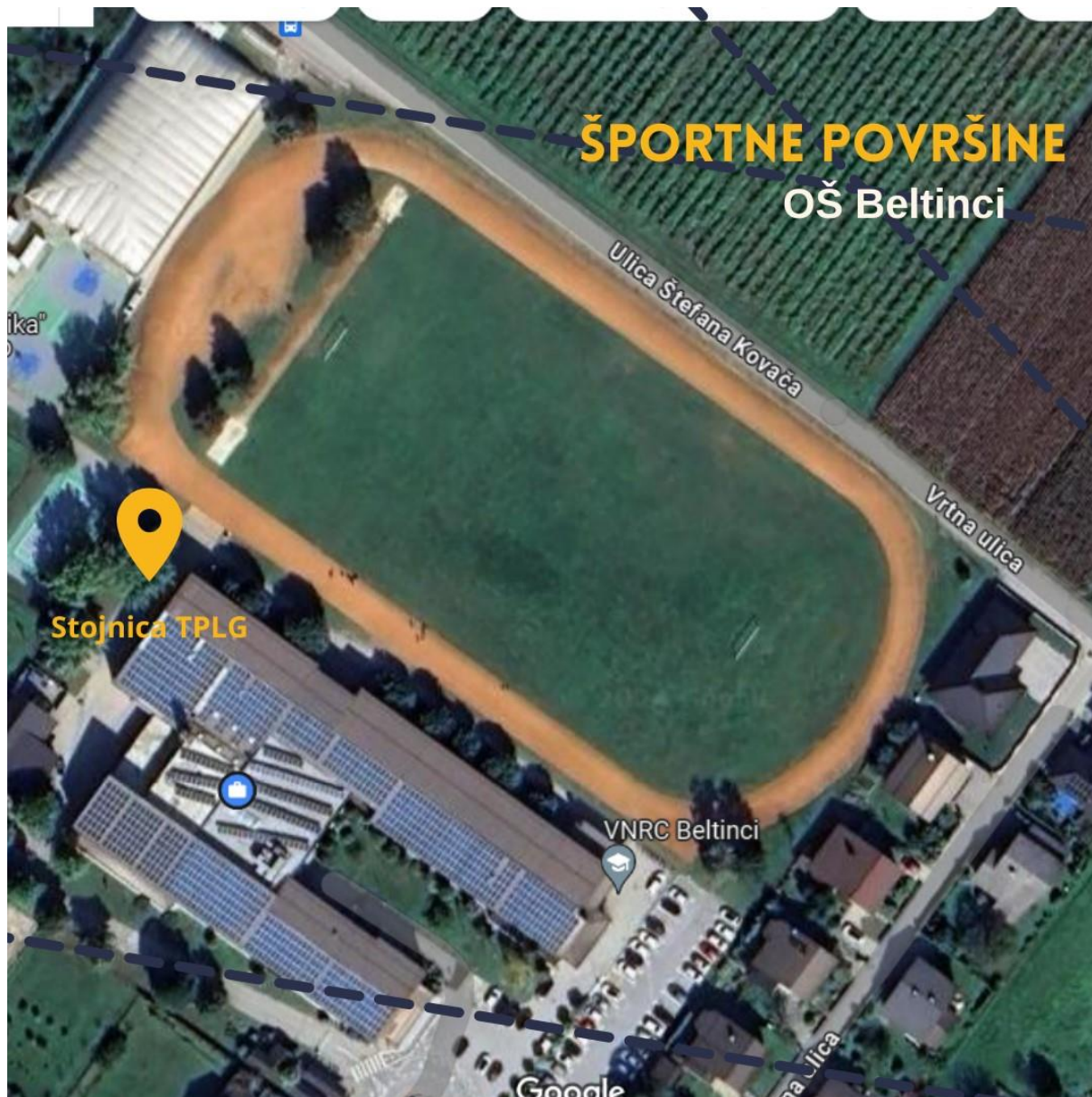
- določitev kraja, časa dogodka in ciljne skupine obiskovalcev,
- določitev vodje dogodka,
- vzpostavitev stika z lokalno skupnostjo, društvi in drugimi institucijami v kraju,
- dogovor o rabi prostora in morebitnem minimalnem poseganju v naravo,
- seznanitev udeležencev s potekom dogodka,
- seznam rekvizitov, ki jih bomo potrebovali.

1. KRAJ IN ČAS IZVEDBE

Člani turističnega podmladka smo opravili sestanek z ravnateljico naše šole in vodji projekta *Šport in Špas* na naši šoli. Predstavili smo jim obstoječo idejo in željo, da bi se jim pridružili in se predstavili na šolski prireditvi, ki je dobro obiskana. Po predstavitvi smo dobili vso potrebno podporo.

Nato smo se sestali še s predstavnico komisije za prireditve v občini Beltinci. Naša kulinarična ideja ji je bila zelo všeč, zato nam je s strani občine Beltinci obljubila vso razpoložljivo podporo.

Dogovorili smo se, da bomo dogodek izvedli v mesecu maju in v okviru dogajanja, ki je pripravljeno za izvedbo prireditve *Šport in Špas*. Kraj izvedbe je športna površina ob naši šoli; s stojnico bomo v samem središču dogajanja, na najbolj pretočni točki dogajanja.



2. PRIJAVA

Predhodna prijava ni potrebna. Udeleženci se bodo zbirali pri naši stojnici, kjer bodo dobili vse potrebne informacije. Vstopnine ne bo, bodo pa lahko obiskovalci po želji prispevali prostovoljni prispevek. Prostovoljni prispevek bo namenjen šolskemu skladu naše šole za pomoč učencem iz socialno ogroženih družin.

Starši, ki bodo na prireditvi prisotni, bodo sami poskrbeli za varstvo otrok. V primeru slabe vremenske napovedi bomo naš dogodek (po dogovoru s projektnim partnerjem) preložili na ustreznjši dan.

3. PRIHOD IN PARKIRANJE

Naši obiskovalci bodo lahko svoje avtomobile parkirali na vnaprej pripravljenih šolskih parkiriščih in v okolici šole.

4. SODELUJOČI PARTNERJI

Šport in Špas – druženje in gibanje vseh generacij



Rdečo nit vseh prireditev predstavljajo vrednote GIBANJA, MEDGENERACIJSKEGA SODELOVANJA in ZDRAVE PREHRANE.

NAMEN PROJEKTA

Skozi prijetno druženje in igro se promovira pomen zdravja v najširšem pomenu besede ter otroke, mlade in starejše spodbuja k aktivnemu preživljanju prostega časa. Vse dejavnosti se izvajajo na prostem – na šolskem dvorišču ali v njegovi neposredni okolici. Dogodki so organizirani v sodelovanju s šolami in vrtci po vsej Sloveniji, pri tem pa je posebna skrb namenjena vključenosti učencev tudi v sam proces organizacije in koordinacije prireditve. Ti se preizkušajo kot mladi novinarji, popisujejo udeležence prireditve in vodijo seznam najstarejšega in najmlajšega udeleženca, pripravljajo zabavni program, v sodelovanju z učiteljem vodijo jutranje razgibanje in še marsikaj.

Na dogodke so povabljeni tudi predstavniki lokalnih skupnosti – pridelovalci hrane, društva upokojencev, delavci v zdravstvenih domovih, gasilska društva, športna društva, aktivni kmečkih žena, obrtniki in drugi, ki v lokalnem okolju soustvarjajo življenje ter želijo predstaviti svoje storitve ali izdelke.

Gre za uspešno vzpostavljeno partnerstvo s projektom Zdrava šola (Zdravo mesto), Ministrstvo za izobraževanje, znanost in šport, Ministrstvo za zdravje ter Ministrstvo za javno upravo; v letošnjem letu tudi Zveza društev upokojencev Slovenije.



5. TURISTIČNI PRODUKT

Naš turistični produkt bo v skladu s temo letošnjega festivala, s kulinaricnimi zakladi Slovenije; učenci bodo izdelali energijske ploščice z makom. Med raziskovanjem in razmišljanjem kaj predstaviti letos in s čim izboljšati turistično in kulinarčno ponudbo v domačem kraju, smo prišli do energijskih ploščic, ki so v zadnjem času zelo priljubljene med športniki in ljubiteljskimi rekreativci. Vedeli smo, da želimo v recept vključiti še mak, ki je značilen za naše kraje in tako tradicionalno povezati z aktualnim. Letos torej pripravljamo energijske ploščice, ki smo jih imenovali makvitalnice; te ne bodo samo v pomoč pri regeneraciji telesa, ampak tudi pri regeneraciji uma. Vsaka makvitalnica bo namreč lično zavita v peki papir rjave barve. V zavitek bosta posebej dodana še 2 kosa peki papirja manjše dimenzije, na katerem bosta natisnjeni dve različni uganki, različna sudoka, različni križanki ... (ena težja in ena lažja različica); s tem bomo pri reševanju povezali starejšo in mlajšo generacijo.

V svetu športne prehrane so energijske ploščice postale nepogrešljiv spremljevalec tako rekreativnih športnikov kot vrhunskih atletov. Njihova kompaktna oblika, bogata hranilna sestava in enostavna prenosljivost jih postavljajo v središče prehranske strategije mnogih, ki stremijo k optimalni zmogljivosti in hitrejšemu okrevanju.

Energijske ploščice namreč predstavljajo koncentriran vir hranil, prilagojen športni aktivnosti, ki zahteva hitro dostopne in prebavljive snovi. Njihova učinkovitost izhaja iz ravnotežja sestavin, kot so ogljikovi hidrati, beljakovine, maščobe ter dodatki, kot so vitamini in minerali. Ogljikovi hidrati so ključni za takojšnjo oskrbo z energijo, medtem ko beljakovine pomagajo pri obnovi in regeneraciji mišic po naporu.

Sposobnost hitrega in enostavnega uživanja pomaga ohraniti stabilno raven energije med vadbo, kar se odraža v izboljšani vzdržljivosti in boljši učinkovitosti športnika. Skratka, energijske ploščice so namenjene zagotavljanju optimalne prehrane v ključnih trenutkih vadbe, kar pripomore k doseganju boljših športnih rezultatov.

Če je osrednji namen zagotoviti dodatno energijo pred vadbo, je priporočljivo ploščico zaužiti približno 30 minut do ene ure pred začetkom aktivnosti. To omogoča telesu, da absorbira in izkoristi hranilne snovi med ogrevanjem, kar pripomore k vzdržljivosti med vadbo.

Po vadbi pa je smiselno zaužiti energijsko ploščico kot del okrevanja. V tem primeru pripomore k obnovi izčrpanih zalog energije in hranil ter pospeši regeneracijo mišic. Če je cilj povečati maso mišic, lahko uživanje ploščice po vadbi pomaga zadovoljiti potrebe po beljakovinah in ogljikovih hidratih, ki so ključni za obnovo in rast mišičnega tkiva.

Energijske ploščice niso rezervirane zgolj za športnike, temveč so lahko koristen in okusen dodatek k vsakdanji prehrani. Primerne so za vsakodnevno uživanje, še posebej za tiste, ki živijo dinamično življenje in potrebujejo hitro dostopne vire energije. Med obdobji povečane aktivnosti ali hitrega tempa življenja energijske ploščice služijo kot priročna in hranljiva možnost za potešitev lakote ter ohranjanje energijske ravni.

Obiskovalci prireditve Šport in Špas na naši šoli si jih bodo lahko privoščili pred/med/po vadbi. Ploščice bodo na stojnici dostopne cel čas trajanja prireditve; obiskovalci pa si jih bodo lahko vzeli tudi domov.

***Posebej pa bomo pripravili še napis, ki bo obiskovalce opozoril, da mora pred zaužitvijo (v primeru prehranske intolerance) vsak obiskovalec zase preveriti sestavine in informacije o alergenih, da se prepriča, da ploščica ustreza njegovim prehranskim omejitvam.

MAKVITALNICE

120 g suhega sadja (rozine, marelice, brusnice, slive ipd.)

100 g ovsenih kosmičev

50 g riževih kosmičev

80 g kokosove moke

60 g mletega maka

50 g bučnih semen

125 ml tekočega medu

70 g sladkorja

70 g masla

POSTOPEK

PRIPRAVA: 45 min

PEKA: 10 min

SKUPAJ: 55 min

Suho sadje narežemo na majhne koščke. V skledi s kuhalnico ali veliko žlico zmešamo ovsene kosmiče, riževe kosmiče, koščke suhega sadja in kokosovo moko. Dodamo še bučna semena in lešnike, ki jih pred tem nasekljamo še bolj na drobno.

Na kuhalnik pristavimo kozico z medom, mletim makom sladkorjem in maslom. Med občasnim mešanjem segrevamo na srednji temperaturi. Ko zmes zavre, kuhamo še 2 minuti, da se zgosti.

Vročo zmes prelijemo preko sestavin v skledi in vse skupaj dobro premešamo, da se suhe sestavine navlažijo.

Zmes pretresemo v kvadraten pekač (s stranico 20 cm), ki smo ga obložili s papirjem za peko. Z vlažnimi rokami jo enakomerno razporedimo po pekaču. Pustimo, da se zmes v pekaču povsem ohladi in strdi (približno 2 uri). Zmes lahko oblikujemo tudi v kroglice. Kroglice posamično polagamo v pekač.

Kroglice ali zmes, ki jo razrežemo na poljubno velike kvadrate ali pravokotnike, do uporabe shranimo v tesno zaprti posodi na sobni temperaturi.

Hranilne in energijske vrednosti*

*Vrednosti so zgolj informativne narave. Lahko pa so vam v pomoč pri pripravi uravnoteženih obrokov, pri načrtovanju posebne diete ali hujšanja. Vrednosti so izračunane na 100 g jedi.

| | 100 g | % GDA* na 100 g |
|---|-------------|-----------------|
| Energijske vrednosti | 1880.5 KJ | 22.47 % |
| | 449.45 kcal | 22.47 % |
| Beljakovine | 7.69 g | 15.38 % |
| Ogljikovi hidrati | 50.61 g | 18.74 % |
| od teh sladkorji | 15.23 g | |
| Maščobe | 29.07 g | 41.53 % |
| od teh nasičene maščobne kisline | 14.15 g | 70.75 % |
| Vlaknine | 6.15 g | 24.6 % |
| Folna kislina | 0 g | |
| Železo | 3.54 mg | |
| Magnezij | 172.43 mg | |
| Kalij | 558.51 mg | |
| Kalcij | 52.76 mg | |
| Fosfor | 404.38 mg | |
| Cink | 1.69 mg | |
| Selen | 9.23 mg | |
| Vitamin A | 388.69 iu | |
| Vitamin B1 | 0.31 mg | |
| Vitamin C | 1.08 mg | |
| Vitamin D | 0.15 mg | |

6. POTEK DOGODKA

Potek našega dogodka bo vezan na potek prireditve *Šport in Špas* na naši šoli. Ga. Dišič in ga. Horvat sta nam posredovali delovni načrt prireditve, ki bo potekala v mesecu maju 2024*:

1. Zbor vseh udeležencev
2. Evidentiranje udeležencev
3. Pozdravni nagovor župana in ravnateljice
4. Vodeno razgibavanje in telovadba po modelu 365 dni TELOVADIMO VSI
5. Raziskovalno/orientacijski pohod po okolici, kolesarjenje in tek v prilagojenih težavnostnih stopnjah/zahtevnostih
6. **Dogajanje na osrednjem prizorišču:**
 - predstavitev *Zdrava šola*
 - stojnica *Turizmu pomaga lastna glava* (predstavitev, promocija, degustacija in razdeljevanje energijskih ploščic z makom – makvitalnic in miselnih ugank)

- stojnice za predstavitev aktivnosti lokalnih društev (zdravstveni dom, Rdeči križ Slovenije, Karitas, skavti, policisti, vojaki, razna društva in združenja, ustanove, domovi starejših občanov ...)

- meritve krvnega pritiska, srčnega utripa in sladkorja v krvi

7. Družabne igre
8. Podelitev priznanj in simboličnih nagrad najstarejšemu in najmlajšemu udeležencu ter najštevilčnejši družini dogodka
9. Zaključni govor
10. Druženje in zabava po končanem uradnem delu dogodka

*Ure dogajanja bodo določene naknadno, v skladu z željami organizatorja.

TRŽENJE, PROMOVIRANJE IN OGLAŠEVANJE

Zavedamo se, da je uspešno promoviranje turističnega produkta izrednega pomena za uspešnost turističnega dogodka. Pomembno se nam zdi, da so informacije dostopne vsem ciljnim skupinam obiskovalcev, zato smo se obrnili na številne medije, organizatorja in druge, da bi z njihovo pomočjo na naše turistično vodenje pritegnili čim večjo množico ljudi.

Promoviranje prireditve

- Našo prireditev bomo v veliki meri promovirali s pomočjo sodelujočega partnerja (Šport in Špas);
- Na internetni strani šole (objava turistične naloge); vsi učenci naše šole bodo domov odnesli vabilo še v pisni obliki;
- Na šolskem radiu – radijska ura in na šolskem blogu (kratko vabilo; v mesecu maju vnovično povabilo in objava v občinskem časopisu *Mali rijtar* (vabilo na prireditve));
- Vrtec Beltinci (naše vabilo bo na njihovi informacijski tabli ob vhodu in na spletni strani vrta);
- Na internem kanalu K3 (vabilo na prireditve);
- Plakate in vabila bodo učenke turističnega podmladka izobesile na krajevnih oglasnih deskah, v Zdravstvenem domu Beltinci, Domu Janka Škrabana Beltinci, v trgovinama Spar in Mercator Beltinci, v kavarni Metropol Beltinci in v gostišču Zvezda Beltinci (dogovor z lastniki);
- Spletna portala sobotainfo.com in Pomurec.com;
- Oblikovanje Facebook dogodka in posredovanje le-tega prijateljem, znancem (oblikovale ga bodo učenke turističnega podmladka), na šolski Twitter strani, ki jo ureja računalničarka šole;
- Velik del promoviranja bo prevzel organizator, ki bo v okviru dogodka Šport in Špas na svojih spletnih straneh in preko številnih radijskih medijev (Radio Maxi, Murski val - število objav: 200, dolžina 40 s, namen: predstavitev)
- Predstavitev naše ponudbe v Mercator centru, na tekmovanju *Turizmu pomaga lastna glava*.

FINANČNI NAČRT

Naš namen je, da obiskovalcem pripravimo kvalitetno druženje, kar pa je seveda povezano tudi s stroški. Stroške bosta v celoti pokrili naša osnovna šola in Občina Beltinci; g. župan kot častni pokrovitelj. Finančni vložek šole in občine bo zajemal celotno organizacijo našega turističnega udejstvovanja, predvsem nakup sestavin, kjer bomo sledili načelu lokalne politike. Ogromno materiala smo pridobili tudi tako, da smo reciklirali, predelali oz. ponovno uporabili material iz že izpeljanih dejavnosti. Nekaj pa so nam ga podarili ljudje iz bližnje in daljne okolice. Stroške smo zmanjšali tudi s tem, da smo našo stojnico prostorsko omejili in s tem postali dostopnejši širšemu krogu turistov, ki bi jim iz takšnih ali drugačnih razlogov udejstvovanje na širšem prostoru oteženo ...

- Šport in Špas in OŠ Beltinci – organizacija, sanitarna ureditev, ozvočenje, zakup avtorskih pravic, tiskanje vabil in prijavnic, promocija; papir (A4 format), kartoni (20 kom), črne in barvne kartuše za tiskalnik (2 + 2), pripomočki za izdelavo turistične stojnice in spominkov;
- Občina Beltinci – nakup potrebnih kuharskih sestavin in pripomočkov.

Naš končni turistični produkt bo v finančnem smislu prinesel pozitivno poslovanje. Skorajda brez stroškov bomo celoten znesek prostovoljnih prispevkov dali v šolski sklad naše šole.

POVZETEK

ŠOLA: Osnovna šola Beltinci, Panonska ulica 35b, 9231 Beltinci

tel: 02 541 31 00 fax: 02 541 31 12 e-mail: tajnistvo@osbeltinci.si

NASLOV RAZISKOVALNE NALOGE:

Učenci turističnega podmladka na OŠ Beltinci:

1. Leo Jurman, 8. b
2. Kristina Medved, 8. c
3. Sofija Žižek, 6. c
4. Ema Poredoš, 6. b
5. Kaja Erjavec, 6. b
6. Ema Glavač, 6. a

Mentorice: Mateja Horvat Duh, prof. slovenščine
Maša Mlinarič, mag. prof. pouč. lik. ped.
Jasmina Štaus Žižek, prof. slovenščine

Povzetek

V občini Beltinci dajemo velik poudarek turizmu; veliko turističnih idej iz preteklih turističnih nalog smo že uresničili, kar se je izkazalo za dobrodošlo popestritev mnogih prireditvev v občini. Cilj naše letošnje turistične naloge je, da čim bolj sledimo letošnji naslovni temi tekmovanja. Gibanje in rekreacija sta izrednega pomena za telesno in duševno zdravje, zato smo poudarili moč podpore iz lokalnega pridelka. V svetu športne prehrane so namreč energijske ploščice postale nepogrešljiv spremljevalec tako rekreativnih športnikov kot vrhunskih atletov. Njihova kompaktna oblika, bogata hranilna sestava in enostavna prenosljivost jih postavljajo v središče prehranske strategije mnogih, ki stremijo k optimalni zmogljivosti in hitrejšemu okrevanju.

Naš turistični produkt je naravnan inovativno in drugače. Zaobjeli smo vse ciljne skupine obiskovalcev in jim ponudili nekaj svežega in zanimivega; nekaj koristnega za telo in duha. Srečni smo, da so naše ideje in pričakovanja glede naloge v celoti izpolnjena. S pomočjo našega produkta bomo poskrbeli za zdrav prigrizek na prireditvi Šport in Špas in naš prispevek poskušali prenesti v prihodnja leta dogajanja. Našo ponudbo bomo razširili tudi na druge prireditve v občini Beltinci, ki so športnega značaja.

Ključne besede: Šport in Špas, energijska ploščica MAKVITALNICA, uganka

ZAKLJUČEK

Ob zaključevanju turistične naloge smo se učenci turističnega podmladka ozirali nazaj in ugotavljali, da je bil čas, ki smo ga porabili za izdelavo naše naloge, porabljen koristno in kvalitetno. Spoznali smo, da se s pravo podlago (turističnim produktom), malo domišljije in pomoči sodelujočih partnerjev, ljudi z vizijo, da doseči marsikaj. Tako je nastala dobra in predvsem izvedljiva ideja, s katero smo v precejšnji meri obogatili lokalno kulinarično in turistično ponudbo in popestrili dogajanje na prireditvi Šport in Špas. Naučili smo se, da se s pomočjo dobrega sodelovanja, predvsem pa jasno zastavljenih ciljev, da premikati meje na še boljše.

VIRI IN LITERATURA

Bedjanič, M., Činč Juhant, B., Denac D., 2002: *Narava Slovenije. Mura in Prekmurje*. Ljubljana: Prirodoslovni muzej.

Gnezda, Z., Pojbič, J., 2010: *Zakladnica beltinskega podeželja: turistični vodnik po občini Beltinci*. Beltinci: Zavod za turizem in kulturo.

Spector, T., 2023: *Resnica na pladnju: miti in laži o prehrani*. Ljubljana: Mladinska knjiga.

Šivic, F., 2023: *Kaj zdravimo z medom: 110 vprašanj in odgovorov*. Ljubljana: Ara

<https://lj.kgzs.si/Portals/1/A-Splet2020/TL055%20-%20Vrtni%20mak%20%28Papaver%20sominiferum%29%20-%202017.pdf> (pridobljeno 1. 2. 2024)

<https://www.cabidigitallibrary.org/doi/pdf/10.5555/20173297299> (pridobljeno dne 27. 1. 2024)

<https://www.sportspas.si/predstavitev/> (pridobljeno dne 3. 2. 2024)

<https://www.mediadesk.si/energijske-ploscice-5-pogostih-vprasanj> (pridobljeno dne 3. 2. 2024)

<https://okusno.je/recept/energijske-ploscice> (pridobljeno dne 7. 1. 2024)