

OKROŽNICA

1. ŠPORTNI DAN – 4. 9. 2023 4. LETNIKI

V **ponedeljek, 4. 9. 2023, bo 1. športni dan.** Ponujamo vam raznolik program aktivnosti v naravi, igriščih in dvorani, tako da si boste lahko izbrali dejavnost, ki vas veseli.

PROGRAM AKTIVNOSTI:

1. **AEROBIKA MIX:** Športna dvorana Poden
2. **ODBOJKA NA MIVKI- DIJAKINJE:** Igrišče ob športni dvorani Poden
3. **KOŠARKA – DIJAKI:** Igrišče OŠ Ivana Groharja
4. **POHOD:** Lubnik

PODROBNEJŠA NAVODILA:

1. AEROBIKA MIX: Dvorana za aerobiko ŠD Poden

Vadba bo potekala v dvorani za aerobiko na Podnu. V eni uri in pol vas bo inštruktorica aerobike popeljali skozi različne zvrsti aerobike: klasična, step, latino in pilates. Cena je cca. 2,5€ EUR odvisno od števila prijav. Strošek poravnate po položnici. S seboj prinesite brisače in pijačo, da boste že med vadbo nadoknadili izgubljeno tekočino. Razpored in začetek vadbe za posamezne skupine bo objavljen naknadno na oglasni deski v tretjem nadstropju in z obvestilom preko e-asistenta.

2. ODBOJKA NA MIVKI – DIJAKINJE

Organizirali bomo med razredni turnir v odbojki na mivki. Ekipo sestavljajo najmanj 4 in največ 5 tekmovalk. Vsak razred lahko sestavi 1 ekipo. Igra se na igriščih ob športni dvorani, kjer se zberete ob 9.00. Sistem tekmovanja bo določen pred začetkom tekmovanja.

3. KOŠARKA – DIJAKI: IGRIŠČE OŠ IVANA GROHARJA

Organizirali bomo med razredni turnir v košarki-igra trojk. Ekipo sestavljajo 3 igralci + 1 rezerva. Vsak razred lahko sestavi eno ekipo. Igra se na prostem, na igrišču ob dijaškem domu. Igra poteka na en koš in je omejena na kosmati čas 12 min. Po izteku časa se tekma registrira z doseženim rezultatom, oziroma zmaga ekipa, ki prva doseže 21 točk. Zbor za vse ekipe je ob 9.00 na igrišču OŠ Ivana Groharja.

4. POHOD – LUBNIK

Zbor vseh, ki se boste odločili za pohod, je ob 9.00 uri na parkirišču pred šolo. Za pohod se primerno obujte in oblecite, v pomoč pri hoji so vam lahko pohodne palice. Ne pozabite na rezervno majico. S seboj imejte hrano in pijačo, ker je koča ob ponedeljkih zaprta.

SPLOŠNA NAVODILA

Prijave oddajte v zbornico že danes do 10h!

MALICA: Tisti, ki malico želite v šoli, se vpišite na prijavni list in jo sami prevzamete med 8.00 in 9.00.

DANES si na oglasni deski pred zbornico, oglejte razpored skupin za aerobiko. Na aktivnost prihajajte točno, primerno obuti in oblečeni. Upoštevajte red in navodila na posameznih vadiščih. Poskrbite za svojo varnost in varnost drugih.!!!!

Želimo vam prijeten in športno aktiven dan!

Vse dodatne informacije dobite v kabinetu športne vzgoje.

Učitelji športne vzgoje

4.a..... 4.bc..... 4.č.....
4.e..... 4.š.....