

OKROŽNICA

JESENSKI ŠPORTNI DAN ZA 4. LETNIKI

Torek, 21. 9. 2021

V torek, 21. 9. 2021 bo športni dan. Ponujamo vam zelo raznolik program aktivnosti v naravi in dvorani, tako da si boste lahko izbrali dejavnost, ki vas veseli.

PROGRAM AKTIVNOSTI:

1. **SQUASH** : Mini hotel, v Vincarjah
2. **SKUPINSKA VADBA**: Šp. Dvorana Poden
3. **ODBOJKA NA MIVKI - DIJAKINJE**: igrišče ob športni dvorani
4. **MALI NOGOMET**- OŠ Ivana Groharja
5. **KOŠARKA** – igrišče OŠ Ivana Groharja
6. **TENIS**- Vincarje
7. **POHOD**: Lubnik

PODROBNEJŠA NAVODILA:

1. SQUASH: MINI HOTEL, V VINCARJIH

Vadba bo potekala v dveh dvoranah za squash v Mini hotelu Vincarje. Posamezna igra poteka 1 uro. Loparje si bo možno izposoditi. **Prijavijo se lahko 4 dijaki iz posameznega razreda, cena na dijaka pa pride 2 EUR. Znesek boste poravnali kasneje po položnici.** Dijaki naj pridejo vsaj 15. min. pred pričetkom vadbe. Razpored in začetek vadbe za posamezne skupine bo objavljen naknadno na oglasni deski v tretjem nadstropju.

2. AEROBIKA MIX: ŠPORTNA DVORANA PODEN

Vadba bo potekala v dvorani za aerobiko na Podnu. V eni uri in pol vas bodo inštruktorji 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.

3. ODBOJKA NA MIVKI – DIJAKINJE

Organizirali bomo med razredni turnir v odbojki. 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 8.45 Sistem tekmovanja bo določen pred začetkom tekmovanja.

4. MALI NOGOMET: OŠ IVANA GROHARJA

Organizirali bomo tudi med razredni turnir v malem nogometu. Vsak razred ima lahko **prijavljenih največ 6 dijakov**.

Sistem in pravila tekmovanja, bo objavljen naknadno. Dijaki se zberete ob 9.00 na nogometnem igrišču pred OŠ Ivana Groharja .

5. KOŠARKA – DIJAKI: IGRISČE 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. 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.

6. TENIS: VINCARJE

Tenis se bo igral na igrišču v Vincarjah pri Mini hotelu Zorka in sicer 1.30 ure. Prijavita se lahko **po 2 dijaka iz vsakega razreda, ki že znata igrati tenis, cena na dijaka pride 2 EUR.** Razpored in začetek vadbe za posamezen razred, bo objavljen naknadno na oglasni deski v 3.nadstropju. **Obvezna je športna oprema, predvsem športni copati za tenis, ki nimajo grobega podplata.** Loparje si lahko izposodite v šoli.

Na dejavnost pridite 15 min. prej in se javite profesorju.

SPLOŠNA NAVODILA

Prijave oddajte v kabinetu športne vzgoje že danes ali pa najkasneje do četrta, 16. 9. 2020 do 12.30. ure.

MALICA: Malico si organizirajte sami. (sami se odjavite, če ne greste, v nasprotnem primeru greste na malico takrat, ko lahko).

V ponedeljek, 20.9. 2021 si na oglasni deski pred zbornico, oglejte razpored skupin za aerobiko, tenis in squash. 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.Š..... 4.bc..... 4.d.....
4.e..... 4.a.....