

ŠPORTNI DAN
TEKI IN ŠPORTNE DEJAVNOSTI
31. 5. 2021
6. in 7. razredi

Čas: **8.20 – 12.45**

Lokacija ŠD: **šolsko igrišče in mestni park Celje (območje parka ob drsališču)**

Zborna mesto:

- šolsko igrišče (6.a in 6.b razred)
- šolsko dvorišče (7.a, 7.b, 7.c razred)

Športni dan bo potekal po naslednjem razporedu:

ČASOVNICA						
RAZRED	SPREMLJEVALCA	TEK NA 600m (ŠOLSKO IGRIŠČE)	TEK NA 60m (MESTNI PARK)	»SLACKLINE« (MESTNI PARK)	FRIZBI (MESTNI PARK)	ŽOGARIJE (MESTNI PARK)
6.A	LEA PODPEČAN TOMO GOLOB	9.20-10.10	11.50-12.40	8.30-9.20	10.10-11.00	11.00-11.50
6.B	ŠPELA LIPUŠ METKA VAJDIČ	10.10-11.00	8.30-9.20	9.20-10.10	11.00-11.50	11.50-12.40
7.A	MELITA KOSABER ROMANA DAUGUL	11.00-11.50	9.20-10.10	10.10-11.00	11.50-12.40	8.30-9.20
7.B	SUZANA JAVŠNIK TOMAŽ MIRNIK	11.50-12.40	10.10-11.00	11.00-11.50	8.30-9.20	9.20-10.10
7.C	KATARINA KURNIK ŠPELA UDE	8.30-9.20	11.00-11.50	11.50-12.40	9.20-10.10	10.10-11.00
<p>* Malico prevzamejo ob 8.15 uri dežurni učenci v šolski kuhinji. * Kosilo po razporedu kosil pripravljen za ta dan. * Posamezni razred spremljata učitelj razrednik in spremljevalec. * Transfer na relaciji šola – park traja približno 10 minut v eno smer – upoštevajte pri pravočasnem odhodu, da se lahko držimo časovnice po razporedu. * Športni pedagogi poskrbimo za merjenje na postajah teka na 600 in 60 metrov. Učitelji, ki spremljajo posamezni razred pa skrbijo za delo na preostalih postajah in učence držijo v parku po postajah v »razrednih mehurčkih«.</p>						

POSTAJE:

1. TEK NA 600 METROV (ŠOLSKO IGRIŠČE)

Izvaja se na šolskem igrišču na označeni trasi.

Pripomočki: stožci in markerji, štoparica, kreda

Časomerilci: Natalija Anderluh, Lucija Vrhovšek Jančič

2. TEK NA 60 METROV (PARK)

Pripomočki: stožci in markerji, štoparica

Časomerilci: Tone Golnar

3. SLACKLINE (PARK)

Pripomočki: vrv za hojo (slackline)

Nadzorni učitelj: razrednik + spremljevalec

*Slackline ni le zabaven način preživljanja prostega časa, ampak je tudi aktivna telesna in mentalna vadba. Dokazano je, da hoja po gurti pospešuje nevrološke poti med levo in desno možgansko polovico in tako zmanjša reakcijski čas. Poleg tega je idealen način za trening ravnotežja in koordinacije, ki sta potrebna pri skoraj vseh športih. Za nekatere je slackline zgolj prijetna aktivnost za sončne nedelje, za druge pa hoja po gurti predstavlja celo način življenja, saj jim omogoča iskanje notranjega miru oziroma meditacijo v gibanju.



*V primeru neaktivnosti učencev na postaji lahko učitelj sam presodi o tem ali v tem času izbere nadomestno aktivnost – hojo po bližnjih površinah: Kapucinarske stopnice, Srčna pot, mestni park ob knjižnici, itd.). Pazite samo na pravočasen prihod na naslednjo postajo.

4. FRIZBI (PARK)

Pripomočki: šolski frizbiji

Nadzorni učitelj: razrednik + spremljevalec

*Možna izbira igre s frizbijem je ULTIMATE FRIZBI.

Ultimate frizbi je brezkontaktni ekipni [šport](#), ki se igra s pomočjo [frizbija](#) (diska). Igra se igra na mivki ali v dvorani s 5 ter na travi s 7 igralci v vsaki ekipi. Ekipe osvojijo točko, ko dosežejo zaključeno (ujeto) podajo v nasprotnikovi končni coni. Posebnost ultimatea je tudi to, da na tekmah ni sodnikov. Igralci torej sami rešujejo spore, za kar je zelo pomemben športni duh ("*Spirit of the Game*").

Osnovna pravila vključujejo: igro brez kontakta; igralec, ki poseduje disk se ne sme premikati; z nezaključeno, prestreženo podajo ali avtom pa se posest diska prenese k drugi ekipi.

*V primeru neaktivnosti učencev na postaji lahko učitelj sam presodi o tem ali v tem času izbere nadomestno aktivnost – hojo po bližnjih površinah: Kapucinarske stopnice, Srčna pot, mestni park ob knjižnici, itd.). Pazite samo na pravočasen prihod na naslednjo postajo.



5. ŽOGARIJE (PARK)

Pripomočki: nogometna in odbojkarska žoga

Nadzorni učitelj: razrednik + spremljevalec

Dejavnost: kakršnekoli igre z žogo



*V primeru neaktivnosti učencev na postaji lahko učitelj sam presodi o tem ali v tem času izbere nadomestno aktivnost – hojo po bližnjih površinah: Kapucinarske stopnice, Srčna pot, mestni park ob knjižnici, itd.). Pazite samo na pravočasen prihod na naslednjo postajo.

POMEMBNO!

Da lahko v čim večji meri vzdržujemo »mehurčke« se držimo časovnice na razporedu!

V časovnico postaj je že všteti čas za malico in čas za transfer na relaciji šola, tako, da se naj to upošteva pri pravočasnem odhodu iz parka oz. šole. Za transfer šola– mestni park se potrebuje cca. 10 minut v eno smer. Čas za malico določi razrednik znotraj omenjenih časovnih zmožnosti (predlagamo, da se malica v času, ko so učenci na eni izmed postaj v parku, ki ne vključuje teka).

Razredniki potrebujete pri sebi trdo podlogo (mapo) za pomoč pri vpisovanju rezultatov in pisalo. Seznam učencev za vpisovanje rezultatov bomo zagotovili športni pedagogi.

Za kakršnekoli dodatne informacije smo vam na voljo.

V primeru slabšega vremena lahko pride do fleksibilne spremembe vsebin športnega dneva (dogovor na licu mesta v ponedeljek).

V prilogi je še varnostni načrt za potrebe ŠD.

Natalija Anderluh
Lucija Vrhovšek Jančič
Tone Golnar

