

ŠPORTNI DAN

Dragi učenci in učenke!

Upamo, da v teh lepih pomladanskih dneh uspete čim več časa preživeti v naravi in občudovati vse lepo, kar nam ponuja.

Po Letnem delovnem načrtu smo v petek, 8. 5. 2020, planirali tradicionalni športni dan Pohod ob žici. Zaradi vseh omejitev v času pandemije je prireditev odpovedana, mi pa bi izvedli športni dan na drugačen način.

Športni dan boste učenci od prvega do devetega razreda izpeljali skupaj z vašimi starši, bratom in/ali sestro ali drugimi sorodniki. Dan izvedbe boste načrtovali sami skupaj z vašo družino oz. sorodniki. Prosimo le, da ga izvedete v tednu od 8. 5. do 15. 5. 2020.

Športni dan sodi v obvezni program šolskega predmetnika. Prav zato vam bomo za prihodnji teden zmanjšali količino pripravljenih obveznosti za pouk.

Na končni točki vašega pohoda naredite fotografijo ali sliko s telefonom. To nato pošljite svojemu učitelju/svoji učiteljici športa, ki bo vašega sporočila zelo vesel/-a.

SPLOŠNA NAVODILA ZA ŠPORTNI DAN

Prosimo vas, da se držite splošnih navodil v času pandemije:

- Izogibajte se stikom z vsemi, ki niso člani vaše družine.
- Upoštevajte varnostno razdaljo.
- Upoštevate vsa priporočila s strani vlade in NIJZ, ki so povezana z boleznijo covid-19.

Na športni dan pojdite samo, če ste zdravi in brez poškodb. Primerno se obujte in oblecite. Med pohodom pijte tekočino, poslušate svoje telo in ne pretiravate z obremenitvami. Planirajte tudi odmor za malico ali počitek. Obvezno s seboj vzemite nahrbtnik, v katerega boste dali pijačo, malico, rezervna oblačila, vrečko za smeti, pokrivalo (v primeru močnega sonca) ali anorak (v primeru dežja). Če niste alergični, vsekakor pred pohodom uporabite sredstvo proti klopm.

Opomba:

Če se ne želite fotografirati in poslati slike športnim pedagogom, potem vas lepo prosimo, da na nek drug način poročate učitelju o opravljenem športnem dnevu.

NAVODILA ZA II. TRILETJE (4.–6. razred)

Datum izvedbe: poljuben, a najkasneje do petka, 15. 5. 2020.

Izbirate lahko med tremi možnostmi.

- 1. Najlažja smer pohoda: skupaj s starši** se odpravite po Poti spominov in tovarštva ali Poti ob žici. Od doma se peš napotite v smeri proti Koseškemu bajerju. Nadaljujete pot v smeri po PST-ju. Končna točka je na Grbi. Fotografijo, prosimo, pošljite vašemu učitelju/vaši učiteljici za šport najkasneje do 15. 5. 2020.
Letos je bil pohod, najbolj množična slovenska prireditev, zaradi pandemije odpovedan.
- 2. Srednje težka smer pohoda: skupaj s starši** se odpravite na srednje težak pohod. Izbirate lahko smeri, kot so na primer: Rašica, Toško čelo, Šmarna gora, Grmada, Šilentabor, Kokoš in podobne smeri.
Na končni točki, to je na vrhu, pridobite žig in naredite fotografijo. Oboje, prosimo, pošljite učitelju/učiteljici za šport najkasneje do 15. 5. 2020.
- 3. Najtežja smer pohoda: skupaj s starši** se odpravite na pohod. Odločite se za eno izmed možnosti, ki jih ponuja Jakopičev planinec. Navodila in opise različnih smeri najdete na šolski spletni strani – ikona šport, tam kliknete in se vam odpre Jakopičev planinec. Našli boste številne opise poti. Skupaj s starši izberite vsem vam primerno smer pohoda. Na končni točki, to je na vrhu, pridobite žig in naredite fotografijo. Oboje, prosimo, pošljite učitelju/učiteljici za šport najkasneje do 15. 5. 2020.

Vsi učitelji, ki smo vam pripravili športni dan vam vsem skupaj želimo veliko dobro volje, uspešen in lahek pohodniški korak ter prijetno druženje z vašimi najbližjimi.

Naši kontakti za šport so:

andrejsosic@yahoo.com

mjuvan@yahoo.com

alenka.zupancic2@quest.arnes.si

Učitelji športa.

Ljubljana, 7. 5. 2020