



TEKMUJEMO Z NAŠIMI ŠPORTNIKI

UČENKE, UČENCI IN STARŠI!

NI PREDAJE! Lahko bi jamrali, kako je grozno, ker moramo še vedno biti doma in ne moremo v šolo. Lahko bi obsedeli doma na kavču ali za računalnikom in se prepustili TV-serijami in igricam. Ampak Jakopičevci se ne damo!!! Tudi po novem letu bomo aktivni in učitelji športa vam bomo pri tem pomagali!

V decembru ste bili zares enkratni v projektu Športni junak, kjer ste dokazali, da ste lahko vsak dan aktivni. Zato smo vam učitelji športa pripravili nov izziv. Tokrat bomo tekmovali s slovenskimi športniki v zimskih športih. Več vam povemo v navodilih na spodnji povezavi:

[NAVODILA](#)

Kdor bi se želel na novo prijaviti ali morda dodati drug ali nov gmail.com e-naslov, naj to sporoči preko spodnjega prijavnega obrazca. Naj opozorimo, da je sodelovanje možno le z gmail.com e-poštnim naslovom.

[PRIJAVA](#)

Dostop do tabele Tekmujemo z našimi športniki:

[TABELA](#)

Aktivnosti, ki jih lahko opravljate vsak dan, že poznate, a vam jih vseeno še enkrat prilagamo, saj imamo tudi dve novi. Vsak teden vam bomo predstavili tudi novo vadbo, ki jo pripravljajo na Olimpijskem komiteju Slovenije skupaj z našimi vrhunskimi športniki.

TABELA ŠPORTNIH AKTIVNOSTI

<p>Pospravljanje sobe - 4 točke</p> 	<p>Trening preko zooma, ki ga vodi trener v športnem klubu - 10 točk</p> 	<p>Igre z loparjem - 8 točk</p> 
<p>Pohod na hrib (višinska razlika nad 150 m) - 12 točk</p> 	<p>Igra Kocka - 7 točk</p> 	<p>Atletska abeceda ali vadba na koordinacijski lestvi - 10 točk</p> 
<p>Sprehod 5 točk</p> 	<p>Zimske radosti (snežak, kepanje..) 30 minut 7 točk</p> 	<p>Neprekinjen tek, daljši od 500 m 10 točk</p> 
<p>Tabata 7 točk</p> 	<p>Igra z žogo - 8 točk</p> 	<p>Poskoki s kolebnico (5 minut) 5 točk</p> 
<p>Namizne športne igre: Športni krog, Vse za piškot, Kače in lestve... 7 točk</p> 	<p>Vadba na stopnicah (15 minut) 9 točk</p> 	<p>RAZNO: ples preko youtubea, gimnastika: raztezanje, prevali, stoje..., borilne igre, plezanje, vožnja kolesa, rolanje...(20 minut) 6 točk</p>

Domači biatlon - 7točk



Vadba z našimi vrhunskimi športniki - 11 točk



POMEMBNO!

Vsak dan bomo učitelji športa napisali in pokazali nekaj informacij o športu in športniku, proti kateremu smo tekmovali prejšnji dan. Do teh informacij boste lahko dostopali preko tabele in imena športnika v tabeli.

POSAMIČNA VADBA

Na vas, ki ne bi želeli sodelovati v skupni preglednici, tudi nismo pozabili. Kdor bo želel, bo lahko v spletnih učilnicah ali pa pri razredničarkah dobil preglednico, ki jo bo lahko uporabljal sam doma in se sam pomeril z našimi športniki. Rezultate boste nato pošiljali svojim učiteljem športa ob koncu vsakega tedna.

TEKUJMO Z NAŠIMI ŠPORTNIKI

Datum	6. 1.	7. 1.	8. 1.	9. 1.	10. 1.	11. 1.	12. 1.	13. 1.	14. 1.	15. 1.	16. 1.
TEKMUJMO Z NAŠIMI ŠPORTNIKI											
Naši športniki	EVA UREVC	ANA BUCIK	BOSTJAN KLINE	TINA ZAJC	KLEMEN BAUER	URŠA BOGATAJ	ŽIGA JEGLIČ	ŠTEFAN HADALIN	DOMEN PREVC	ROK MARGUČ	META HROVAT
Točke športnika	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
Tvoje točke											
	17. 1.	18. 1.	19. 1.	20. 1.	21. 1.	22. 1.	23. 1.	24. 1.	25. 1.	26. 1.	27. 1.
	MARTIN ČATER	NIKA KRIZNAR	FILIP FLISAR	PETER PREVC	ŽAN KOŠIR	ILKA ŠTUHEC	JAKOV FAK	ŽAN KRANJEC	ANŽE LANŠEK	ANŽE KOPITAR	ANAMARIJA LAMPIČ
	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28

V rumena polja vpisujete svoje dnevne dosežke in poizkušate premagati športnika. Dnevno lahko vpišete največ tri RAZLIČNE aktivnosti. Ob koncu tedna sliko tabele in svoje dosežke pošljete svojemu učitelju športa. In saj veste: FAIR-PLAY velja!

Tako. Ne bo nam lahko. Naši športniki so dobri in vsak dan bo težje. Ampak, če stopimo skupaj, če bomo dali vse od sebe, nam bo uspelo! 'MAMO TO!

Učitelji športa.