



## IZVEDBENI NAČRT

**Dejavnost:** Športni dan

**Datum izvedbe:** 3. 12. 2025

**Kraj izvedbe:** Squashland Ljubljana

**Vodja dejavnosti:** Ana Kladnik Leban

**Udeleženci (razred in število učencev):**

| RAZRED | ŠTEVILO UČENCEV |
|--------|-----------------|
| 9. a   | 25              |
| 9. b   | 25              |
| 9. c   | 26              |

**Predvideno skupno število učencev (brez spremljevalcev):** 76

**Predvideni stroški na otroka:** 19,00 € (vstopnina + vodenje + avtobusni prevoz)

**Spremljevalci:**

- Blaž Bergant (vodja)
- Janez Godec
- Janja Čolić
- Damjan Kunstelj
- Rok Mahne
- Borut Horvat

**Vsebina:**

- Squash, wallyball, just dance, fitnes

**Vzgojno-izobraževalni cilji:**

Učenci:

- poimenujejo športna orodja in pripomočke ter poznajo njihovo varno uporabo,
- razumejo vpliv redne športne vadbe in primerne prehrane na zdravje in dobro počutje,
- znajo glede na svoje telesne značilnosti in telesno kondicijo izbrati sebi primerno športno dejavnost,
- spoznajo tudi druge oblike športne vadbe, ki jih v »domači« športni dvorani ne morejo.

**Predviden potek dneva:**

- Glej obvestilo.

**Pripomočki, oprema, malica ...:**

- Glej obvestilo.

**ODHOD:** 8.20 izpred šole na Brdu (zbor pred šolo ob 8.10)

**POVRATEK:** 12.50 pred šolo na Brdu (do odhoda prvih šolskih avtobusov)

**MALICA** bo šolska, učenci jo boste odšli iskat v kuhinjo pod vodstvom učiteljev. Imate lahko še svojo dodatno malico, primerno športni dejavnosti (čips, bonboni, gazirane pijače in podobne stvari **NE spadajo** k športni prehrani).

**OPREMA** mora biti taka kot pri športni vzgoji (pajkice, kratke hlače brez dodatkov, trenirka, majica s kratkimi rokavi, zgornji del trenirke), s seboj pa imejte poleg športnih copatov (obvezno morajo biti čisti) tudi šolske copate. V primeru neustrezne opreme ali obutve se dejavnosti v fitnessu žal ne boste mogli udeležiti.

Priporočamo še, da si vzamete kapo, saj boste lahko po aktivnostih v fitnessu premočeni.

**Vsi, ki ste alergiki, astmatiki in potrebujete pripomočke ob poslabšanju, morate le-te imeti s seboj. Če imate kakršne koli druge zdravstvene težave, morate ob prihodu v telovadnico o tem seznanimi učitelja, ki bo vodil posamezno dejavnost.**

**Spoštujte navodila** vaših vodij in učiteljev animatorjev in se ravajte v skladu z njimi. Brez dogovora se ne oddaljujte od skupine. V primeru neprimernega vedenja boste z dejavnostmi v fitnessu prenehali in počakali do odhoda pri učitelju spremljevalcu, sledil bo ukrep, določen po vzgojnem načrtu.

Mobiteli ali kakršnekoli druge avdio naprave so prepovedane in ostanejo v šoli v omaricah. V primeru, da vas učitelj vidi pri uporabi le-teh, vam bo napravo odvzel, sledil bo ukrep, določen po vzgojnem načrtu. Prevzamejo jo lahko starši ali skrbniki v tajništvu.

**Od vseh udeležencev pričakujemo športno vedenje.**

Ana Kladnik Leban