***ŠPORTNI DAN***

***POHODNIŠTVO***

***sreda, 15. 4. 2020***

**Ker zaradi izrednih razmer ne moremo izpeljati načrtovanega športnega dne – vodnih aktivnosti, bomo namesto tega v prilagojeni obliki izpeljali športni dan – pohod v vašem domačem okolju. Namenjen je učencem 6.–9. razreda.**

**Navodila:**

Na pohod se je potrebno ustrezno pripraviti. Oprema za izlet je planinska. Priporočljivi so močnejši čevlji, nahrbtnik, planinske palice, kapa, vetrovka oz. anorak, malica.

V trenutni situaciji moramo iz najslabšega izvleči najboljše; glede na to, da bomo starši in otroci zdaj skupaj preživeli več časa, pa je to priložnost, da spremenimo stare vedenjske vzorce. Starši lahko skupaj z otroki izvajamo športno vadbo, pri dejavnostih v naravi pa lahko skupaj raziskujemo bližnjo naravno okolico doma. Izberite si primerno pohodniško točko oziroma cilj pohoda v domačem okolju in veselo pot pod noge. Intenzivnost pohoda prilagodite svojim hodilnim sposobnostim.

**Cilji:**

Učenci: \* spoznajo svojo hodilno sposobnost,

\* oblikujejo kulturen in spoštljiv odnos do narave,

\* nujno upoštevajo navodila spremljevalcev.

\* paziti je treba na varnost pri hoji.

**Gremo v naravo, a bodimo kar se da na varni razdalji. Hodimo premišljeno v okviru sprejetih ukrepov in pod določenimi pogoji. Ven gremo izključno s člani gospodinjstva, v katerem živimo. Ne ustavljamo se pri prijateljih, sorodnikih, sosedih, skratka pri nikomer, s katerim ni stik nujen. Izogibamo se obljudenih, ozkih poti ter kakršnih koli igrišč in iger z žogo.**

Na e-naslov robert.bregar@osferdavesela.si

lahko pošljete fotografije vašega izleta, pohoda.

**ŽELIMO VAM LEP, VAREN ŠPORTNI DAN!**

Športni pedagog:

Robert Bregar