

GORNIŠKI ŠPORTNI DAN ZA 6. RAZREDE

Izhodišče: Moravče (379 m)
Cilj: Limbarska gora (773 m)
Sestop: Vače (379 m)
Višinska razlika: 394 m
Čas hoje: 1 h 35 min (gor) + 1 h 35 min (dol)
Kdaj: četrtek, 7. 9. 2023
Zbor: ob 8 ⁰⁵ <u>pred glavnim vhodom v šolo</u>
Odhod: ob 8 ¹⁵
Povratek: predvidoma do 14 ⁰⁰
Cena: prevoz po položnici
Zahtevnost: lahka označena pot
Oprema: Športna obutev je obvezna, obutev z gladkim podplatom ni primerna (PRIPOROČLJIVI so planinski čevlji »gojzarji« ali visoki čevlji, ki segajo čez gleženj in imajo narezano gumo) zgornji del z dolgimi rokavi, vetrovka, rezervna oblačila, manjši nahrbtnik in malica (z dovolj pijače).
POZOR!!! Preverite obutev, ker se dogaja, da učenci prihajajo na športni dan s čevlji, ki niso uhojeni ali so celo premajhni.
NE POZABITE!! V hribih je lahko temperatura precej nižja kot v dolini. Imejte topla oblačila s seboj. Bodite pozorni na vremensko napoved.
Na pohodu se pogovarjajte, opazujte naravo in okolico, brez vpitja, prerivanja ipd. Varujte naravo: ne plašite živali, ne uničujte rastlin, ne mečite smeti!

Učenci dobijo šolsko malico v šoli, kosilo bo odjavljeno!

V primeru slabega vremena bo športni dan v četrtek 14. 9. 2023.

Vodja športnega dne:
Žiga Lah

Ravnateljica:
Jasna Korbar

GORNIŠKI ŠPORTNI DAN ZA 7. RAZREDE

Izhodišče: Vače (550 m)
Cilj: Planinski dom na Zasavski Sv. gori (849 m)
Sestop: Vače (550 m)
Višinska razlika: 299 m
Čas hoje: 1 h 30 min (gor) + 1 h 30 min (dol)
Kdaj: četrtek, 7. 9. 2023
Zbor: ob 8 ²⁰ <u>pred glavnim vhodom v šolo</u>
Odhod: ob 8 ³⁰
Povratek: predvidoma do 14 ⁰⁰
Cena: prevoz po položnici
Zahtevnost: lahka označena pot
Oprema: Športna obutev je obvezna, obutev z gladkim podplatom ni primerna (<u>PRI-POROČLJIVI</u> so planinski čevlji »gojzarji« ali visoki čevlji, ki segajo čez gleženj in imajo narezano gumo) zgornji del z dolgimi rokavi, vetrovka, rezervna oblačila, manjši nahrbtnik in malica (z dovolj pijače).
POZOR!!! Preverite obutev, ker se dogaja, da učenci prihajajo na športni dan s čevlji, ki niso uhojeni ali so celo premajhni.
NE POZABITE!! V hribih je lahko temperatura precej nižja kot v dolini. Imejte topla oblačila s seboj. Bodite pozorni na vremensko napoved.
Na pohodu se pogovarjajte, opazujte naravo in okolico, brez vpitja, prerivanja ipd. Varnost je prednost: ne plašite živali, ne uničujte rastlin, ne mečite smeti!

Učenci dobijo šolsko malico v šoli, kosilo bo odjavljeno!

V primeru slabega vremena bo športni dan v četrtek 14. 9. 2023.

Vodja športnega dne:
Žiga Lah

Ravnateljica:
Jasna Korbar

GORNIŠKI ŠPORTNI DAN ZA 8. RAZREDE

Izhodišče: Selo pri Vodicach (335 m)
Cilj: Rašica (641 m)
Sestop: Selo pri Vodicach (335 m)
Višinska razlika: 306 m
Čas hoje: 1 h 30 min (gor) + 1 h 30 min (dol)
Kdaj: četrtek, 7. 9. 2023
Zbor: ob 8 ³⁵ pred glavnim vhodom v šolo
Odhod: ob 8 ⁴⁵
Povratek: predvidoma do 14 ⁰⁰
Cena: prevoz po položnici
Zahtevnost: lahka označena pot
Oprema: Športna obutev je obvezna, obutev z gladkim podplatom ni primerna (PRI-POROČLJIVI so planinski čevlji »gojzarji« ali visoki čevlji, ki segajo čez gleženj in imajo narezano gumo) zgornji del z dolgimi rokavi, vetrovka, rezervna oblačila, manjši nahrbtnik in malica (z dovolj pijače).
POZOR!!! Preverite obutev, ker se dogaja, da učenci prihajajo na športni dan s čevlji, ki niso uhojeni ali so celo premajhni.
NE POZABITE!! V hribih je lahko temperatura precej nižja kot v dolini. Imejte topla oblačila s seboj. Bodite pozorni na vremensko napoved.
Na pohodu se pogovarjajte, opazujte naravo in okolico, brez vpitja, prerivanja ipd. Varujte naravo: ne plašite živali, ne uničujte rastlin, ne mečite smeti!

Učenci dobijo šolsko malico v šoli, kosilo bo objavljeno!

V primeru slabega vremena bo športni dan v četrtek 14. 9. 2023.

Vodja športnega dne:
Žiga Lah

Ravnateljica:
Jasna Korbar

GORNIŠKI ŠPORTNI DAN ZA 9. RAZREDE

Izhodišče: Moravče (379 m)
Cilj: Sveti Miklavž (741 m)
Sestop: Moravče (379 m)
Višinska razlika: 362 m
Čas hoje: 1 h 25 min (gor) + 1 h 25 min (dol)
Kdaj: četrtek, 7. 9. 2023
Zbor: ob 8 ⁰⁵ <u>pred glavnim vhodom v šolo</u>
Odhod: ob 8 ¹⁵
Povratek: predvidoma do 14 ⁰
Cena: prevoz po položnici
Zahtevnost: lahka označena pot
Oprema: Športna obutev je obvezna, obutev z gladkim podplatom ni primerna (PRI-POROČLJIVI so planinski čevlji »gojzarji« ali visoki čevlji, ki segajo čez gleženj in imajo narezano gumo) zgornji del z dolgimi rokavi, vetrovka, rezervna oblačila, manjši nahrbtnik in malica (z dovolj pijače).
POZOR!!! Preverite obutev, ker se dogaja, da učenci prihajajo na športni dan s čevlji, ki niso uhojeni ali so celo premajhni.
NE POZABITE!! V hribih je lahko temperatura precej nižja kot v dolini. Imejte topla oblačila s seboj. Bodite pozorni na vremensko napoved.
Na pohodu se pogovarjajte, opazujte naravo in okolico, brez vpitja, prerivanja ipd. Varujte naravo: ne plašite živali, ne uničujte rastlin, ne mečite smeti!

Učenci dobijo šolsko malico v šoli, kosilo bo odjavljeno!

V primeru slabega vremena bo športni dan v četrtek 14. 9. 2023.

Vodja športnega dne:
Žiga Lah

Ravnateljica:
Jasna Korbar

GIBANJE V SKUPINI

- Upoštevamo navodila vodje izleta in spremljevalcev, (pomembno za našo varnost in prijetno počutje)
- vodja smeri je prvi, vmes so spremljevalci,
- tempo se prilagaja učencem, ki hodijo počasi,
- krajši počitki za pitje so na eno uro, ki jih določi vodja,
- po 15 min hoje se (ko določi vodja) slečemo in med izletom ustrezno skrbimo za termoregulacijo,
- pazimo na varnostno razdaljo,
- ko se oddaljimo od skupine, to sporočimo svojemu spremljevalcu,
- težave (žulje) ali skrbi zaupamo spremljevalnemu učitelju,
- prijeten izlet si omogočimo sami.

OPREMA

Oblečeni bodite v dolge hlače (trenirka, pajkice, ne kavbojk), majica s kratkimi rokavi, dolga majica ali pullover, planinski čevlji ali čevlji, ki segajo čez gleženj in imajo narzano gumo, nahrbtnik **nahrbtnik** (dovolj velik, da gredo vanj tudi zgornja oblačila, ko nam je ob hoji vroče, večja šolska torba s podloženimi naramnicami in hrbtiščem je dovolj dober nahrbtnik), **vetrovka**, **topel pullover** (ker je v hribih lahko veliko nižja temperatura in veter), **rezervna majica** (da se preoblečemo, ko se spotimo, tako nas ne zebe, ker nimamo mokrih oblačil na sebi), **malica** in **1,5 l negazirane pijače** v plastenki + 0,5 l vode, priporočen je kos izolacijske podloge za sedenje na tleh (armafleks), vrečka za smeti, prva pomoč (obliži, robčki), denar (za čaj ali priboljšek v koči).