

Aktiv učiteljev športne vzgoje
SŠ Josipa Jurčiča Iv. Gorica
Cesta občine Hirschaid 3
1295 Ivančna Gorica

Zadeva:

PROGRAM KOLESARSKEGA IZLETA ,

ki bo v soboto, 27. 9. 2014 za dijake Srednje šole Josipa Jurčiča Ivančna Gorica ter učence OŠ Stična Ivančna Gorica in učence OŠ Ferda Vesela Šentvid pri Stični

Potek proge in druge informacije:

- Zbor dijakov in učencev je ob 8.30 uri pred glavnim vhodom v Srednjo šolo Josipa Jurčiča.
- Pot vodi izpred šole po t.i. vzhodni »ivanški« obvoznici proti Artiži vasi. Nato bomo kolesarili skozi vasi-Glogovica (tu se nam pridružijo učenci OŠ Ferda Vesela Šentvid pri Stični)- Velike Pece- Male Pece- Rdeči Kal- Dob pri Šentvidu- Boga vas- Pristavica- Zagorica- Sela Šumberk- Hrastov Dol. V Hrastovem Dolu bodo učenci OŠ Šentvid pri Stični odšli proti vasema Male in Velike Pece ter nazaj proti Šentvidu, ostali pa proti Lučarjevemu Kalu, Kopoljam, Gorenji vasi in nato proti Ivančni Gorici oz. Višnji Gori.
- Med potjo so predvideni postanki, v primeru velikih razlik pri otrokih glede kolesarske kondicije pa predvidevamo tudi, da bi med potjo oblikovali t.i. počasnejšo in hitrejšo skupino.
- Vsaka šola naj glede na število kolesarjev iz svoje šole zagotovi zadostno število spremljevalcev. Normativ za oblikovanje kolesarskih skupin v srednjih in osnovnih šolah je 10 dijakov oz. učencev na spremljevalca.
- Priporočljiva kolesa: gorska ali trekning, medtem, ko cestna kolesa z zelo ozkim in gladkim profilom niso priporočljiva. Kolesa naj bodo pred izletom doma pregledana in naj bodo v tehničnem smislu brezhibna. Učitelji na o tem obvestijo svoje učence.
- Učenci in dijaki naj se glede na vrsto telesne aktivnosti primerno oblečejo in obujejo, **kolesarska čelada** pa je za vse udeležence obvezna.

Učno-vzgojni smotri in cilji :

- spoznavanje okoliških krajev in njihovih značilnosti ter znamenitosti,
- krepitev različnih telesnih sposobnosti,
- prikaz možnosti koristne izrabe prostega časa,

- spoznavanje povezanosti ekologije in športa (dijaki in učenci naj spoznajo pomen varovanja okolja).
- Krepite sodelovanje in prijateljske vezi med dijaki in učenci ter šolami
- Dijakom in učencem priljubiti t.i. aerobne gibalne dejavnosti, katerih glavni namen je krepiti zdravje in vplivati na dobro počutje.
- Učencem in dijakom privzgojiti način zaščite in varovanja pri gibanju tako, da bo gibanje kar najbolj varno, prijetno in sproščujoče.

Vodja kolesarskega izleta:
Simon Bregar, prof. šp. vzgoje

Ivančna Gorica, 18. 9. 2014