

INTERESNE DEJAVNOSTI ZA PRVOŠOLCE Šolsko leto 2022/23

Pripravili smo seznam interesnih dejavnosti, ki jih bo vaš otrok v letošnjem šolskem letu lahko obiskoval po pouku. Vemo, da šolsko delo vzame veliko časa in moči, zato vam predlagamo, da z otrokom izberete tako dejavnost, kjer se bo sprostil in počel tisto, kar ga res veseli.

Mentor interesne dejavnosti, ki bo potekala na šoli, bo vašega otroka "vzel" iz oddelka podaljšanega bivanja in ga po končani uri pripeljal nazaj v učilnico.

Zaradi števila prijavljenih lahko v prihodnjih dneh še usklajujemo posamezne termine. V takih primerih vas prosimo za razumevanje in kooperativno sodelovanje.

Dejavnosti, ki jih boste izbrali, vpišite na prijavnico in jo oddajte razredničarki **najkasneje do petka, 9. 9. 2022.**

1. GIBALNE URICE (1.razred)

Mentorica: **Ingrid Sever**

Na gibalnih uricah bodo učenci preko igre razvijali gibalne sposobnosti. Izvajali bomo različne elementarne igre, igre lovljenja, igre z žogo, preko poligonov in štafetnih iger pa bodo učenci urili naravne oblike gibanja (tek, hoja, plazenje, plezanje, lazenje, skoki, kotaljenje, valjenje). Uporabljali bomo različne pripomočke (kolebnice, žogice, obroči, vrvi), da bo gibanje še zanimivejše. Vabljeni!

Srečevali se bomo ob ponedeljkih, od 7.00 – 7.45, v telovadnici šole na Tržaški 2.

Prvo srečanje bo v ponedeljek, 26. 9. 2022.

2. JUDO (1.razred)

Mentor: **Miha Košak**

Judo je moderna japonska borilna veščina, ki vključuje borbo stoje in na tleh, mete, padce, vzvode. Tako je na prvi pogled zelo podoben rokoborbi in je v osnovi ena izmed najbolj razširjenih oblik le-te. Namen juda je tudi v razvoju celega človeka skozi dolgotrajno vadbo, tako v pomenu fizičnega razvoja (zdravje, borba in samoobramba, šport) kakor razvoja razuma, osebnosti in doseganja notranjega miru.

Cena vadbe je 25 eur/mesec.

Vadba bo mogoča ob ponedeljkih, od 15.30 – 16.15, v telovadnici šole na Tržaški 2.

Prvo srečanje bo v ponedeljek, 27. 9. 2022.

3. MAŽORETNI PLES (1.do 2. razred)

Mentorica: **Anita Omerzu Tome**

Na vajah bomo spoznavali prvine mažoretne plesa ter se naučili osnovnih vrtenj s palico. Sestavljali bomo koreografije in sodelovali na šolskih ali drugih prireditvah v kraju.

Palice bodo dekleta dobila na treningih. Ni jih potrebno kupiti.

Cena: 15 € na mesec.

Srečevali se bomo ob petkih, od 15.00 – 15.45, v telovadnici na Tržaški 2.

Prvo srečanje bo v petek, 30. 9. 2022.

4. NOGOMET (1. razred)

Mentor: **Trener NK Vrhnika**

Pri urah nogometa se bomo naučili kakšen nov nogometni trik in se predvsem zabavali s najpomembnejšo postransko stvarjo na svetu. Otroke bomo navajali na delo v skupini in tovariško pomoč. Otroci potrebujejo copate, kratke hlače in kratko majico. Dejavnost je brezplačna.

Izvajali jo bomo v telovadnici na Tržaški 2, vsak torek, od 7.00 do 7.45.

Pričetek v torek, 27. 9. 2022.

5. OTROŠKI PEVSKI ZBOR MIŠKOLINI (1. razred)

Mentorica: **Metka Kržič**

Učenci boste peli, igrali na male inštrumente in pripravili najmanj tri nastope za starše in sošolce. Dejavnost je brezplačna.

Vaje bodo potekale vsako sredo, od 13.20 do 14.05, v učilnici na Tržaški 2.

Prvo srečanje bo v sredo, 28. 9. 2022.

6. PLESNI PROGRAM PETKA PLEŠE (1. do 3. razred)

Mentorji: **Plesna šola Petka**

Na zabaven način, skozi igro, bomo na različno glasbo, od lirične do popularne, spoznavali plesne korake in gibe različnih plesnih zvrsti ter jih povezovali v zanimive koreografije.

Plesali bomo solo, v parih in se učili prvih plesnih menjav. Najbolj od vsega pa se bomo zabavali in veliki nastopali - kolikor se bo dalo! Maja in Mateja že komaj čakata!

Otroci bodo osvojili odlično plesno predznanje: pridobili bodo na koordinaciji, gibčnosti, orientaciji, motoriki, ritmičnem posluhu, lepi drži, sproščenosti in osvojili odlično plesno predznanje za nadaljevanje svoje plesne poti v posamezni zvrsti plesa.

Treningi so motivacijsko in ne tekmovalno naravnani. Se vidimo!

Cena: 48 €/2 meseca oz. 8 vaj (4 obroki) ali 182.40 €/32 vaj za celo šolsko leto + 20% popust za 2. otroka ali na 2. program. Nastop za starše: vsaj 2x letno (ni vstopnine).

Podrobnejši opis programa na www.Plesna-sola-Petka.si. Gsm: 051 384 663 Email: plesna.sola.petka@gmail.com

Obiščite nas tudi na: : pspetka : Plesna šola PETKA : plesna.sola.5ka

Termin: četrtek, 15.00–16.00, v mali telovadnici Ivana Cankarja.

Prvo srečanje bo v četrtek, 29. 9. 2022.

7. POP in HIP HOP PLESNI PROGRAM (1. razred)

Mentor: **Plesno mesto**

Plesne vaje bodo potekale enkrat tedensko 45 minut v času podaljšanega bivanja. Učenci bodo spoznali različne plesne zvrsti na moderne slovenske in tuje glasbene hite. Dodatno bodo nastopili tudi na dveh velikih prireditvah in nekaj manjših nastopih.

Cena za 8 vaj (+2 meseca) je 52 € (v Ljubljani je cena za enak program 72 €). Zneske boste poravnali preko e-predračuna za vsak semester posebej. Letno opravimo 4 semestre po 8 vaj in dodatno izvedemo dve plesni produkciji (december in junij).

Termin: torek od 14:45 do 15:30, v šolski telovadnici na Tržaški 2.

Prva vaja bo v torek, 27. 9. 2022.

8. ŠIVILJSKI KROŽEK (1. razred)

Mentorica: **Urša Ocepek**

Vse, ki bi se radi urili v šivanju, natančnosti in vztrajnosti, vabim na šiviljski krožek. Šivali bomo na različne materiale (papir, karton, filc, blago ...) in šivanje kombinirali tudi z nekaterimi likovnimi področji in tehnikami.

Srečevali se bomo ob petkih, od 7.00 do 7.40, knjižnici na Tržaški 2.

Prvo srečanje bo v petek, 30. 9. 2022.

9. TENIS - Teniška šola (1. razred)

Mentor: **Peter Tomc**

Program je namenjen razvoju otrokovih motoričnih sposobnosti, vzgoji, druženju s sovrstniki in spoznavanje teniške igre in vrste različnih športov (tenis = zabava). Pri vadbi uporabljamo teniške žogice s prilagojenim odbojem, nižje mreže, teniški loparji so manjši in prilagojeni starosti otroka. Otroci potrebujejo primerna oblačila (trenirko) ostalo opremo zagotovimo mi. Program obsega 35 vadbениh enot (45 min).

Med prazniki in počitnicami vadba odpade. Po treh letih vadbe se bo potrebno odločiti, ali bo otrok nadaljeval z načrtnim tekmovalnim procesom ali pa z rekreativno vadbo.

Cena je 25 €/mesec in je fiksna, kar pomeni, da se v primeru odsotnosti učenca, počitnic ali praznikov ne zmanjša. Cena se ustrezno zmanjša samo v primeru daljše odsotnosti zaradi bolezni (več kot 14 dni). Vodja Šole mini tenisa je g. Peter Tomc, trener tenisa.

Informacije po telefonu 041 782 399 ali po e-pošti peter.tomc@gmail.com

Vadba bo 1 x tedensko ob petkih, od 13.10 do 14.10, v telovadnici šole na Tržaški 2.

Pričetek v petek, 30. 9. 2022.

10. KOLESARSKI KROŽEK (1.-9. razred)

Mentor: **KK Jan Sport**

Cilj programa je otroke naučiti osnovnih kolesarskih veščin. Vse kolesarske discipline zahtevajo dobro fizično pripravljenost in spretnost pri vožnji. Program je razdeljen v dva sklopa:

-Učenje kolesarskih veščin (BMX, MTB in cestno)

-Splošna fizična pripravljenost.

Učenje kolesarskih veščin bo potekalo zunaj, na zavarovanih cestnih površinah in poligonih. Tu bodo otroci skozi igro pridobivali osnovna gibalne in funkcionalne sposobnosti, potrebne za varno kolesarjenje. Seznanili se bodo z delovanjem in osnovnim servisiranjem kolesa. Trenerji bodo otrokom predstavili različne kolesarske discipline (BMX, MTB, cestno kolesarstvo,...) ter predstavili osnovni bonton obnašanja na površinah za rekreacijo (ceste, gozd, pumptrack, bikepark,...).

Sklop splošne fizične pripravljenosti bo obsegal aktivnosti v naravi in v dvorani, s ciljem povečanja osnovne motorične sposobnosti in splošne telesne pripravljenosti otrok. Poudarek bo na koordinaciji, ravnotežju, hitrosti, moči in splošni vzdržljivosti (igre z žogo, gimnastika, plezanje, poligoni, delo po postajah, štafetne igre, ...). Zunanje aktivnosti bodo vključevale skupinske izlete v naravo tako peš kot s kolesi.

Pogoji:

Otrok se mora že samostojno voziti s kolesom in imeti svoje tehnično brezhibno kolo ter čelado.

Za trening splošne fizične pripravljenosti zadostuje osnovna športna oprema za dvorano in pohodništvo.

Primerno za otroke od 1. do 9. razreda. Glede na število, starost in predznanje bodo razdeljeni v skupine.

Glede na zanimanje, bomo, predvidoma spomladi, začeli tudi z usmerjenimi oz. »tekmovalnimi« skupinami, kjer bodo treningi bolj specifični in usmerjeni v posamezne discipline (BMX – pumptrack, MTB, cestno).

Ti treningi bodo predvidoma potekali 2x tedensko.

Dejavnost je plačljiva, in sicer 40 € na mesec (2 x tedensko).

Termin: torek, od 16.00 (lokacijo bomo sporočili naknadno)

Pričetek v torek, 27. 9. 2022.