

## INTERESNE DEJAVNOSTI ZA DRUGOŠOLCE šolsko leto 2022/2023

Pripravili smo seznam interesnih dejavnosti, ki jih bo vaš otrok v letošnjem šolskem letu lahko obiskoval pred ali 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.

V zadnjem tednu septembra bo mentor interesne dejavnosti, ki bo potekala na šoli, vašega otroka prišel iskat v oddelek podaljšanega bivanja in ga po končani uri pospremil v učilnico. Za tiste dejavnosti, ki se odvijajo izven naše šole (Partizan, telovadnica IC), bo potreben poseben dogovor (npr.: mentor jih odpelje v Partizan, vi prevzimate otroka v Partizanu po končani vadbi). Kasneje bodo učenci že dovolj samostojni, da bodo k dejavnosti prihajali sami.

Dejavnosti, ki jih boste izbrali, vpišite v razpredelnico na priloženem listu. List oddajte razredničarki **najkasneje v petek, 9. 9. 2022.**

### **1. TENIS - Teniška šola (2. do 3. razred)**

Mentor: **Peter Tomc**

Program je nadstandardna interesna dejavnost. Vanj se vključijo učenci, ki so lani obiskovali teniško šolo v 1. razredu, in tisti učenci 2. in 3. r., ki si to želijo letos. Ker je več skupin in programov (osnovni in napredni ...), se boste s trenerjem dokončno dogovorili o točnem terminu. Vadnina za osnovni program je 60 €/mesec. Več informacij na: [peter.tomc@gmail.com](mailto:peter.tomc@gmail.com). Po treh letih vadbe se bo potrebno odločiti, ali bo otrok nadaljeval z načrtnim tekmovalnim procesom ali pa z rekreativno vadbo.

Pričetek in termini vadbe po dogovoru s trenerjem.

### **2. HIP HOP IN POP PROGRAM (2. 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.

### **3. HIP HOP IN STREET tekmovalna skupina (2.-5. razred)**

Mentorica: **Darja Kersnič**, Plesno mesto, trenerka nekdanjih hip hop/disco evropskih prvakov z Vrhniko

Plesne vaje bodo potekale dvakrat tedensko po eno uro (60 min), plesalci bodo lahko tekmovali na nivoju Plesne Zveze Slovenije, nastopili pa bodo tudi na dveh velikih prireditvah in nekaj manjših nastopih.

Cena za 8 vaj (+ 1 mesec) bo med 50 in 55 €. Zneske boste poravnali preko e-predračuna za vsak semester posebej.

Termin: torek, 16.00 –17.00, in petek, 15.30–16.30, v mali telovadnici OŠ Ivana Cankarja, Lošca 1.

Prvo srečanje: torek, 27. 9. 2022.

#### **4. 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](http://www.Plesna-sola-Petka.si). Gsm: 051 384 663 Email: [plesna.sola.petka@gmail.com](mailto:plesna.sola.petka@gmail.com)

Obiščite nas tudi na : pspetka : Plesna šola PETKA : [plesna.sola.5ka](http://plesna.sola.5ka)

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

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

#### **5. TAEKWONDO (WTF) (2. in 3. razred) za dečke in deklice**

Mentor: **Jure Pantar**

TAEKWONDO-WTF je Južno Korejska borilna veščina, pri kateri prevladujejo nožne tehnike udarcev. Z vadbo bodo otroci skozi zabaven in zanimiv način pridobili večjo gibljivost, koordinacijo, moč in predvsem disciplino. Naučili se bodo tudi udarcev z nogami in rokami, veliko časa bomo posvetili samoobrambi. Za to bo poskrbel Jure Pantar (Taekwondo klub PANTAR Vrhnika), ki se s taekwondo-jem ukvarja že 20 let, je član slovenske članske taekwondo reprezentance, osvojil je 2. mesto na evropskem članskem prvenstvu, 3. mesto na vojaškem svetovnem prvenstvu, 9. mesto na svetovnem članskem prvenstvu, 3. mesto na evropskem prvenstvu do 21 let, je tudi dobitnik več odličij na mednarodnih tekmovanjih ter 15-kratni državni prvak. Pri vodenju treningov mu bo pomagal strokovno usposobljen kader - vsi je član slovenske članske taekwondo reprezentance. so nosilci črnih pasov in večkratni državni prvaki. Gre poudariti tudi to, da je taekwondo WTF verzije olimpijska disciplina! Vadnina za najmanj 26 tednov (2 treninga po 60 minut) je 198 €, plačate lahko v treh obrokih (oktober, januar, marec) po položnicah, ki jih boste prejeli s strani kluba.

Vadba bo v telovadnici na Tržaški 2 ob torkih in četrtkih, od 15.30 do 16.30.

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

#### **6. OTROŠKI PEVSKI ZBOR KUŠTRAVCI (2. razred)**

Mentorica: **Ljubica Jelovšek**

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

Vaje bodo potekale vsak četrtek, od 13.15 do 14.00, v učilnici na Tržaški 2.

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

## **7. OBLIKOVANJE GLINE (2. razred)**

Mentorica: **Joži Jerele**

Glina je material, ki nosi v sebi neskončne možnosti ustvarjanja. Lahko jo gnetemo, valjamo, naredimo kačice, vanjo odtisnemo dlan, jo večkrat pregnetemo in vedno znova uporabimo.

Tudi letos bo organiziran krožek OBLIKOVANJE GLINE. Dejavnost se bo izvajala v učilnici likovne vzgoje v kleti na Tržaški 2. Naših srečanj bo glede na število prijavljenih od 6 do 8.

Za peko gline, barve, glazuro in ostali material bo potrebno prispevati 9,00 €. Izdelke bodo učenci odnesli domov.

Dobivali se bomo ob petkih, od 7.00 do 7.40, pred tajništvom na Tržaški 2.

Pričetek v petek, 30. 9. 2022.

## **8. NOGOMET (2. razred)**

Mentor: Trener NK Vrhnika

Naj vaš otrok začne dan z nogometom!

V preduri bomo igrali nogomet, se naučili kakšen nov nogometni trik in se predvsem zabavali z najpomembnejšo postransko stvarjo na svetu. Otroke bomo navajali na delo v skupini in tovariško pomoč. Vadbo bodo vodili trenerji nogometa. Otroci potrebujejo copate, kratke hlače in kratko majico. Dejavnost je brezplačna.

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

Pričetek v četrtek, 29. 9. 2022, ob 7.00 uri v telovadnici na Tržaški 2.

## **9. ROKOMET, MINI ROKOMET (2. do 5. razred)**

Mentorica in trenerka: **Sendy Jonović**

Ker je šport najbolj koristen način preživljanja prostega časa in ker se v športu naučimo vrednot in ustvarimo prijateljstva, ki nas spremljajo celo življenje, vabimo na interesno dejavnost rokomet. Rokomet je hitra moštvena igra, kjer skušata dve nasprotni ekipi žogo zabiti v gol. Gibanje je zelo dinamično, saj je prisotno veliko teka, skokov, metov, podajanja, preigravanj, sprememb smeri in drugih naravnih oblik gibanja. Rokomet je zelo zanimiv šport, katerega popularnost ob uspehih naših rokometashev raste. Mini rokomet je prilagojena igra rokometu, ki je namenjena najmlajšim ali začetnikom. Igra se na manjšem igrišču, z manjšimi goli, z manjšo žogo, z manjšo ekipo in z lažjimi pravili. Igra se ga lahko v vsaki šolski telovadnici, predznanje pa ni pomembno. Vadba se odvija na Vaši osnovni šoli po pouku dvakrat na teden. Dejavnost je brezplačna. Vadba bo potekala celo šolsko leto za učenke in učence od drugega do petega razreda. Zainteresirana dekleta (4. in 5. razred) lahko sodelujejo v selekcijah Rokometnega kluba ŠDRŠ Vrhnika ([www.rk-vrhnika.si](http://www.rk-vrhnika.si)).

Termin: torek od 15.00 do 16.00 v telovadnici Partizan in petek od 14.00 do 15.30 v telovadnici Ivana Cankarja. Inf.: 051 796 999; [sendy.jonovic@gmail.com](mailto:sendy.jonovic@gmail.com),

Pričetek v torek, 27. 9. 2022, ob 15. uri v telovadnici Partizan.

## **10. ROČNE SPRETNOSTI (2. razred)**

Mentorica: **Alenka Smrtnik**

Iz papirja, steklenic, večjih in manjših škatlic ter drugih materialov lahko naredimo čudovite reči. H krožku vabimo vse, ki radi režete, barvate, lepите in oblikujete. Dejavnost je brezplačna.

Srečevali se bomo ob torkih, od 7.00 do 7.40, v likovni učilnici na Tržaški 2.

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

## **11. ŠIVILJSKI KROŽEK (2. razred)**

Mentorica: **Sabina Burger**

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 ponedeljek, od 7.00 do 7.40, v učilnici 104, na Tržaški 2.

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

## **12. KOŠARKA DEČKI in DEKLICE (2. in 3. razred)**

Mentor: **trener KK Vrhnika**

Interesna dejavnost košarka se bo izvajala za učence/ke drugega in tretjega razreda. Gre za šolo košarke, kjer se bodo učenci in učenke spoznali z osnovami košarke, spoznali veliko iger z žogo (elementarne in štafetne igre) ter razvijali splošno motorično znanje. Znanje košarke bomo osvajali preko igre, saj je le tako vadba bolj zanimiva in bolj dinamična. Nameravamo organizirati tudi kakšen turnir z okoliškimi šolami. Dejavnost je brezplačna.

Termin: petek, od 15.30 do 16.30 v telovadnici Ivana Cankarja na Lošci 1.

Pričetek v petek, 30. 9. 2022.

## **13. JUDO**

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 14.30 – 15.15, v telovadnici šole na Tržaški 2.

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

## **14. TABORNIKI (2. razred)**

Mentor: **Kontaktna oseba Mark Dolenšek: 070 - 707 - 307**

Te mikajo dogodivščine v naravi, bi rad spremenil svet na bolje? Potem je čas, da se pridružiš Rodu Enajsta šola in postaneš del družine tabornikov s celega sveta. Na tedenskih sestankih se boš v vodu s svojimi sovrstniki spoznaval z osnovami taborništva, odkrival svoje skrite sposobnosti, na koncu meseca pa sledijo izleti in tekmovanja. Vrhunec leta je taborjenje, kjer boš lahko preizkusil vse spretnosti preživetja v naravi ter druge veščine, ki si jih pridobil med letom. Na začetku leta je treba plačati članarino, med letom pa manjše prispevke za izlete, taborne in tekmovanja. Taborništvo je namenjeno vsem starostnim skupinam.

Več o nas pa lahko najdete na [res.taborniki.si](http://res.taborniki.si)

Na uvodnih srečanjih se boste dogovorili za termine srečevanj.

Termin uvodnega srečanja: ponedeljek, 26. 9. 2022 ob 17:00 pred Osnovno šolo Ivana Cankarja na Lošci 1.

### **15. MAŽORETNI PLES (1.- 2. razred)**

Mentorica: **Anita Omerzu Tome**

Na vajah bomo spoznavali prvine mažoretnega 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.

### **16. VRTNARSKI KROŽEK (2. razred)**

Mentorici: **Urša Ocepek in Adrijana Pivk**

Pri krožku se bomo naučili, kako na naravi prijazen način pridelati zelenjavo, sadje in zelišča. Iz naših pridelkov pa bomo tudi kaj zanimivega pripravili.

Vrtnarili bomo ob četrkih, od 13.20 do 14.05 ali – glede na letni čas - od 7.00 do 7.45.

Naše prvo srečanje bo v četrtek, 29. 9. 2022, ob 13.20, pred pisarno v šoli na Tržaški 2.

### **17. 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).

Treningi bodo predvidoma potekali 2x tedensko. Cena programa je 40 €/mesec.

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

Pričetek v torek, 27. 9. 2022.