

Program aktivnih športnih počitnic v naravi “PREMAKNI TELO, RAZŠIRI MIŠEL!”

Kraj aktivnosti: **Vrhpolje z okolico**
Termin: **26. junij do 29. junij 2019**
Koordinator programa: **Zdenko Benčič**



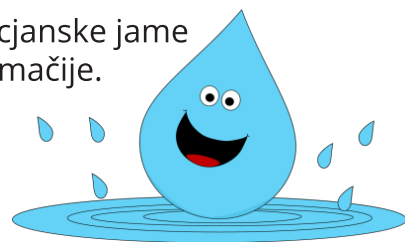
PROGRAM VKLJUČUJE:

- ☺ pestro športno, kulturno in družabno življenje otrok (kvalitetno preživljanje prostega časa skozi šport, ustvarjalni dnevi, živimo z naravo,...);
- ☺ izvajanje programov iz osnov nogometne, rokometne, odbojcarske in ostalih iger (košarka, tenis, pohodništvo, taborjenje, plavanje, pikado, rolanje, itd.);
- ☺ učenje telesnih in dihalnih vaj za psiho-fiziološko integracijo ter povečanje energije in vitalnosti;
- ☺ športna tekmovanja;
- ☺ sodelovanje med društvi (temelji na principih zabave, prijateljstva in spoznavanja vrednot skozi šport; fair play, ekipni duh, spoštovanje drugega in samega sebe...);
- ☺ predavanje na razne športne teme;
- ☺ zdrav način prehrane športnikov;
- ☺ predstavitev novih športov (nordijska hoja, parekure, kick boks, point ball,...) in
- ☺ zaključno prireditev revijalnega značaja.

Urnik aktivnih športnih počitnic v naravi

1. dan - VODNI DAN (Šreda, 26.6.2019)

- 08.00 do 08.15** - Spoznavanje pravil gibanja v naravnem parku Škocjanske jame
- 08.15 do 11.00** - Razne igre na prostem ob reki Reki do Dujčeve domačije.
- 11.00 do 12.30** - Vožnja s kajakom , iskanje skritega zaklada
- 12.30 do 13.00** - Kosilo
- 13.00 do 14.00** - Vodne štafetne igre, nogomet z vodnimi balončki
- 14.00 do 15.30** - Odbojka in badminton v naravi, igra kraja zemlje



2. dan - TABORNIŠKI DAN (Četrtek, 27.6.2019)

- 07.00 do 08.00** - Prosta igra
- 08.00 do 09.30** - Spoznavanje taborniških veščin - po poteh nekdanjih ledenic do Vroč
- 10.00 do 12.00** - Taborniške igre v naravi, med dvema ognjema v športnem parku
- 12.30 do 13.00** - Kosilo
- 13.00 do 14.00** - Sprostitutvene igre z balončki , ustvarjalne delavnice v naravi
- 14.00 do 15.00** - Rolanje, orijentacija, lov na ubežnika
- 15.00 do 16.30** - Predstavitve in prikaz stare pastirske igre na škrabe (bližanje, zbijanje)
- 17.00 do 18.00** - Svobodno skakanje, orientacijski tek, fotgolf
- 18.00 do 19.00** - Priprava terena za taborjenje
- 19.00 do 22.00** - Taborjenje



3. dan - INDIJANSKI DAN (Petek, 28.6.2019)

- 07.00 do 08.00** - Bujenje in osnove higiene
- 08.00 do 09.30** - Zabavne igre v naravi, pospravljanje tabora
- 09.30 do 11.00** - Ustvarjanje na saharskem pesku (Griči)
- 11.00 do 11.30** - Lov na lisico
- 11.30 do 12.30** - Kviz v naravi
- 12.30 do 13.00** - Kosilo
- 13.00 do 14.00** - Indijanska igra zbijanja kamnov, ki določa vodjo plemena
- 14.00 do 15.00** - Igre trinoga, žoga v vedro, krompirjeva bitka
- 15.00 do 16.00** - Igra kraja zemlje, namizni tetris



4. dan - VRHPOLJADA (Šobota, 29.6.2019)

- 18.00** - Animacije, kreativne delavnice
- 19.15** - Predstavitve Gimnastičnega društva Divača
- 20.00** - Nastop mažoret in plesnih skupin
- 20.45** - Zaključek AŠP (Podelitev priznanj)