



OŠ BREZOVICA PRI LJUBLJANI
Šolska ul. 15, 1351 Brezovica, tel.: 01 29 27 200; 29 27 201, faks: 01 365 55 39,
e-pošta: info@os-brezovica.si

Podružnična osnovna šola Notranje Gorice
Podpeška c. 390, 1357 Notranje Gorice, tel.: 01 23 55 370,
e-pošta: info@pos-notranjegorice.si

2. ŠPORTNI dan - zimski DRSANJE

naravoslovni/tehniški/kulturni/športni

vsebina

Vodja:

GABRIJELA MARINKO – Urša Krvina

Razred:	8.r	Datum izvedbe:	22.2.2023 VEČNAMENSKA ŠPORTNA DVORANA BLED
---------	------------	----------------	---

Izbirni predmeti **ODPADEJO/SE IZVAJAJO** (za 7., 8. in 9. r)

ODPADEJO

Kratek opis in navodila:

Športni dan – drsanje

UČENCI NAJ IMAJO S SEBOJ 4€ ZA IZPOSOJO DRŠALK.

- zbor v šoli ob 8.00
- 8.10 ODHOD AVTOBUSA PROTI BLEDU
- 9.30 – 11.30 DRSANJE IN MALICA
- 12.15 ODHOD AVTOBUSA NA BREZOVICO

1. avtobus

Zbor: 8.00

Odhod: 8.10

Prihod: 13.05

1. AVTOBUS

1. AVTOBUS		Spremljevalci
drsalci	8.a (23), 8.b (8), 8.c (7), 8.e (6)	Urša Krvina, Mateja Juranovič, Mateja Šebenik, Sanja Blagojevič
1., 2., 3. skupina	44	

oddelek

št. učencev

predlog spremljevalcev glede na normative



OŠ BREZOVICA PRI LJUBLJANI
Šolska ul. 15, 1351 Brezovica, tel.: 01 29 27 200; 29 27 201, faks: 01 365 55 39,
e-pošta: info@os-brezovica.si

Podružnična osnovna šola Notranje Gorice
Podpeška c. 390, 1357 Notranje Gorice, tel.: 01 23 55 370,
e-pošta: info@pos-notranjegorice.si

2. avtobus

Zbor: 8.00

Odhod: 8.10

Prihod: 13.05

2. AVTOBUS		Spremljevalci
Drzalci 8.d+ pohodniki	8.d (19) 8.b (4), 8.c (10), 8.e (5)	Špela Čekada Zorn, Alenka Kos, Sara Radanovič, Marija Bregar
Drsanje 4., in pohodniki	38	
oddelek	št. učencev	predlog spremljevalcev glede na normative

Kako se pripravimo za drsanje?

Obleka, čelada in ščitniki

- primerna zimska vrhnja oblačila (bunda, hlače), ki so topla in vodoodporna, pod njimi pa naj bo več slojev obleke, npr. smučarsko perilo, puli ipd., ki jih lahko slečemo, če postane prevroče. Na rokah rokavice, ki ščitijo prste pred mrazom in poškodbami.
- Uporabljajmo **čelado** za zimske športe ter **ščitnike** za zapestja, komolce in kolena, saj so pri drsanju pogoste ravno poškodbe glave in rok.

Drسالke

- Drسالke naj bodo prave velikosti in se dobro prilegajo gležnjem. Če so prevelike, otrok na ledu težje lovi ravnotežje, poveča pa se tudi tveganje za poškodbe. Če so drسالke premajhne, pa lahko pride do ozeblin zaradi slabšega pretoka krvi v stopalih.
- Pred drsanjem je treba preveriti, ali so rezila drسالk dobro nabrušena, ker so topa in/ali zarjavela rezila pogosto vzrok za padce.

Pravila varnega drsanja

- Upoštevamo pravila drsališča in drsamo v isti smeri kot ostali drsalci.
- Drsaš na varni razdalji od ostalih drsalcev in se izogibaš gneči.
- Preden greš na led, se nauči, kako se **pravilno pade in se pobere**, ker je tako tveganje za poškodbe manjše. Vadiš, da bo ob izgubi ravnotežja počepneš (zmanjšaš višino padca) in se zakotališ na tla, namesto da bi se skušal ujeti na roke. Potem moraš čim prej vstati, da se ostali drsalci ne zaletijo vate. Najlažje je, da se postaviš na roke in kolena, potem pa previdno dvigne na noge.
- Če postaneš utrujen, si vzami počitek, ker so zaradi utrujenosti poškodbe pogostejše.

VODJA:

Gabrijela Marinko



OŠ BREZOVICA PRI LJUBLJANI
Šolska ul. 15, 1351 Brezovica, tel.: 01 29 27 200; 29 27 201, faks: 01 365 55 39,
e-pošta: info@os-brezovica.si

Podružnična osnovna šola Notranje Gorice
Podpeška c. 390, 1357 Notranje Gorice, tel.: 01 23 55 370,
e-pošta: info@pos-notranjegorice.si

D1

Belavič	Anadea
Belič	Emma
Gubina	Vitan
Hercog Lendero	Aria
Kocbek	Laura
Konte	Klara
Kos	Karolina
Kurbatskaia	Lada
Lušina	Alex
Malovrh	Lovro
Mikuž	Špela
Plahuta Krapež	Kjara
Rahmanović	Nay
Ščurk	Ajša
Tisaj	Lara

15 8.a

Urša Krvina

D3

Grmič	Vita Brina
Kastelic	Neža
Marinko	Zoja
Obretan	Zala
Pehlič	Ajda
Švarc Šmon	Vita
Hrobat	Zarja
Lamovšek	Maja
Hajraj	Diana
Hruševar	Ela
Kmetič	Špela
Krušec	Laura
Marinko	Tea
Pečkaj	Neja
Trošt	Eva Živa

15 (8 - 8.b + 7 - 8.c)

Mateja Šebenik

D2

Trček	Mia
Urbanija	Julija
Vidovič Novak	Lana
Vodnik	Vita
Zidarič	Tali
Zupančič	Valentin
Sinanbegović	Džemal
Vodnik	Val
Delić	Živa
Gale Smrtnik	Karmen
Jerebič	Maša
Nartnik Meglič	Laura Ana
Novak Jovanovič	Pia
Butina	Brina

14 (8 - 8.a + 6 - 8.e)

Mateja Juranovič

D4

Duratović	Menal
Bagislar	Ayše
Batagelj	Laura
Dovžak Likar	Vita
Jularić - Jovič	Hana
Marinko	Lara
Marinko	Pija
Peršič	Vita
Pleško	Maja
Rangus Šuljić	Štefan
Severkar Hribar	Sara
Vrečar	Maša

13 (1 - 8.b + 1 - 8.c + 12 - 8.d)

Sanja Blagojevič