

ŠPORTNI DAN – ORIENTACIJA – sobota 29. 9. 2012

Urnik:

8.20	Zbor v telovadnici
8.25	Orientacija v naravi – kratko predavanje (mag. Bernarda Roudi)
8.50	Opis proge (Igor Prša)
9.00	Malica
9.15	Začetek orientacijskega tekmovanja
12.00	Zaključek orientacijskega tekmovanja, kosilo
12.30	Razglasitev rezultatov, odhod domov



Varnost:

- Kontrolne točke so na mestih, ki vodijo progo po terenu, kjer ni glavnih cest. Predvidena trasa orientacijskega teka ne prečka nobene glavne ceste.
- Učenci tekmujejo v skupinah in si medsebojno pomagajo.
- Na nekaterih kontrolnih točkah so učitelji.
- Učenci imajo za lažjo orientacijo karto.
- Proga je dobro vidna.
- Proga je speljana v okolici šole.
- Obvezna uporaba **dolгих hlač** (trenirk).
- Učenci 6. razreda opravijo pohod v spremstvu učitelja.



Spremnje dejavnosti:

- Igra nogometa
- Igra košarke ali odbojke
- Peka kostanjev (prosim, če kostanje prinesete zraven)

Dodatne dejavnosti učenci pripravijo sami ob pomoči učiteljev.

Propozicije:

Ekipo sestavlja **4 - 8 tekmovalcev**. Ekipe si učenci sestavijo sami in so lahko glede na spol in razred mešane. Tekmuje se v dveh kategorijah. Eno je tekmovalna, kjer je nekoliko daljša proga, drugo pa je rekreativna, z nekoliko lažjo progo. Vsak posameznik si izbere sebi primerno, obe progi pa sta med 5 in 10 km. **K tekmovanju ste vabljeni tudi starši, dedki, babice, prijatelji, znanci, nekdanji učenci ...** Ekipo lahko sestavite samostojno ali se pridružite učencem.

Tekmovalci morajo biti primerno oblečeni (dolge hlače) in obuti (športni, trekning, planinski ali pohodni čevlji po možnosti nepremočljivi). Ekipe štartajo na 5 minut. Učenci, ki so opravičeni od športne vzgoje, prav tako pridejo v šolo in pomagajo pri izvedbi tekmovanja in spremljanih dejavnosti. Naloge na dveh kontrolnih točkah, na katerih bodo prisotni učitelji, pripravijo učitelji po parih (dva učitelja pripravita eno nalogo). Naloge bodo kratke, tako da jih učenci lahko rešijo v 2 - 3 minutah (štart na 5 min).

Točkovanje:

Naloge na vsaki kontrolni točki se točkujejo s točkami, od 1 do 10 točk. Čas se od rezultata odšteva, tako da vsaka minuta odvzame eno točko. Vsaka najdena in pravilno označena kontrolna točka prinaša 10 točk, vsaka izpuščena ali narobe zabeležena pa -25 točk.

Formula za izračun točk: $250 + \text{točke} - \text{čas (min)}$.

● ● ●
V primeru dežja športni dan odpade in se izvaja pouk po ponedeljkovem urniku.
● ● ●