

# Gibanje za nasmeh s Tadejo Brankovič od 1. – 5. razreda

**KJE :** zunaj, v okolici šole / izjemoma v teloavdnici

**ZA KOGA:** za vse šolarje, (1. – 5.r) ki si želijo gibati na svežem zraku in preko najrazličnejših oblik gibanja in spoznavanja športa spoznavati tudi sebe. Dobrodošli vsi tisti, ki ne trenirajo določenega športa oz jim je preveč, da bi 3-4x tedensko hodili na treninge, zavedajo pa se, da je vadba vsaj 1x tedensko nujna. Za vse, ki se ne želijo specializirati v en šport, ampak nadaljevati splošen športen razvoj. Tukaj ni pomemben rezultat, tukaj je pomembno, da se naučimo in zavemo, da najrazličnejše gibanje na naše telo dobro vpliva.

Tukaj ne bo pomemben samo šport: ampak tudi druženje, pogovori, spoznavanje, ....

Za vse, ki ne marajo ekipnih športov, pa bi vseeno nekaj radi delali...

Tukaj je pomembno gibanje, vsak dela po svojih zmožnostih in za vsak napredek je pohvaljen.

KDAJ: TOREK OD 14.30 DO 15.15 oz po dogovoru, da lahko vsi vozači ujamejo avtobus

Vadba v času OPB-ja.

## **NAMEN PROGRAMA:**

- večino aktivnosti izvajati v naravi, na svežem zraku
- vsaka vadba bo drugačna - temljila bo na širokem spektru gibanja in spoznavanju le tega
- vsak je pomemben in vsak je za vsak napredek pohvaljen
  - ni tekmovalnega značaja
  - zbistriti možgane in sprostiti duha,
  - splesti nova prijateljstva,
  - skozi gibanje graditi svoj jaz in spoznavati sebe,
  - biti pomemben člen skupine,
  - gibati se za dobro počutje,
- ni pomemben rezultat, pomemben je občutek, da sem nekaj naredil zase.
- naučiti se poslušati svoje telo in ga čutiti.

**VPIS: do 30.9. 2021**

**Začnemo 1.teden v oktobru**

**INFORMACIJE in VPIS :** 041 767 219 ali [brankovic.tadeja@gmail.com](mailto:brankovic.tadeja@gmail.com)