

mag. Katja Medija in Sonja Jančar Žvanut

Od izziva do navade: ko gibanje postane življenjski slog



TRAJNOSTNA MOBILNOST
v vzgoji in izobraževanju

OŠ JURIJA VEGE SODELUJE V
**EVROPSKEM TEDNU
 MOBILNOSTI**

16.-22. 9. 2025

TOREK, 16. 9.

- MEDGENERACIJSKO KOLESARJENJE
- ZELENI KORAKI
- IZDELAJ TRAJNOSTNO PREVOZNO SREDSTVO (RRA LUR), 3. R.
- PREDSTAVA "POTUJOČI CIRKUS NERODNE AVGUŠTINE", 1. IN 2. R.
- AKTIVNO V SLUŽBO

SREDA, 17. 9.

- ZELENI KORAKI
- MLADI POLICISTI, 1. R.
- AKTIVNO V SLUŽBO
- KOLOGIB, 4. R

ČETRTEK, 18. 9.

- ZELENI KORAKI
- HOP NA KOLO IN SKIRO, POŠ
- JESENSKI POHOD, 3. R.
- AKTIVNO V SLUŽBO
- KOLOGIB, 4. R.
- GREMO V GOZD, POŠ
- GREMO DO JEZERA, 5. R.

PETEK, 19. 9.

- ZELENI KORAKI
- S KOLESOM NA MORJE
- JESENSKI POHOD, 1. R.
- Z BABICO IN DEDKOM NA IZLET, 2. R.

PONEDELJEK, 22. 9.

- ZELENI KORAKI
- HOP NA KOLO IN SKIRO, POŠ
- POHOD DO MLINČKA PRIJATELJŠTVA, RAP
- POT OB RAČI, 4. R.
- POHOD, 1. R.





ALI BOŠ TI POSTAL/-A KOLEŠAR/-KA SOLE?



**ZBIRAJ KOLESARSKE KILOMETRE!
ZA VSAKIH 10 KM PREJMEŠ NALEPKO.**

KDAJ? OD 20. 10. DO 9. 11. 2025



IME:

KOLEŠAR ŠOLE



IJZ III

Kolesar šole

Kilometri za našo zmago

IJZ III

“Kilometri za našo zmago”

Kateri oddelek bo zmagovalec šole?

Kdo bo najbolj vztrajni kolesar?



Od 14. 3. 2026 do 29. 3. 2026 bo potekalo šolsko oddelčno kolesarsko tekmovanje “Kilometri za našo zmago”. Cilj je, da vsak oddelek skupaj zbere čim več kolesarskih kilometrov. Kilometre zbirajo učenci in učitelji.

Kako sodeluješ?

1. Vozi kolo v prostem času, na poti v/iz šole (do šole, na trening, na izletu ...).

2. Po vsaki vožnji zapiši:
o datum,
o število opravljenih kilometrov.

3. Kilometre lahko meriš z:
o aplikacijo na telefonu,
o kolesarskim števcem,
o ali oceno razdalje (npr. pot do šole).

4. Vsak teden ali sproti oddaš razredniku opravljene kilometre.

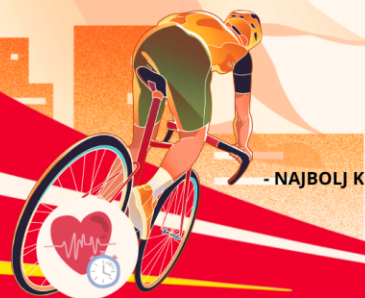
Pomembna pravila:
šteje samo vožnja s kolesom,
vozi varno in po pravilih,
čelada je obvezna,
kilometri morajo biti pošteno zapisani.

Po končani akciji bomo zbrali:

- **NAJBOLJ KOLESARSKI ODDELEK** (vsi opravljeni kilometri v oddelku se bodo delili s številom učencev v oddelku)

- **NAJBOLJ VZTRAJNEGA KOLESARJA IN KOLESARKO ŠOLE**


- **NAJBOLJ KOLESARSKO ZAGRIZENEGA UČITELJA**



DRUŽINSKO-ŠOLSKI KOLESARSKI MARATON MEDEX

Si za malo gibanja, zabave in druženja na svežem zraku?

Pridruži se nam na kolesarskem maratonu, kjer bomo skupaj prekolesarili 25 km dolgo pot!

 **Kdaj?** V soboto, 13. junija 2026 ob 16.00

 **Kje?** BTC CITY, LJUBLJANA

S kom? S svojo družino – obvezno spremstvo odrasle osebe!

 **Prijavi se do petka, 24. 4. 2026 preko spletne prijave.**



Promocija zdravja na delovnem mestu

IJZ III

SKUPINA ZA PROMOCIJO ZDRAVJA VABI NA DEJAVNOSTI:

PRIPRAVE NA AFRODTIN TEK

TOREK, 21. 4. 2026 ob 13.45



VAJE ZA MOČ, STABILIZACIJO

SREDA, 22. 4. 2026 OB 6.30

KAJ POTREBUJEM? ŠPORTNO OBLEKO, UTEŽI, ELASTIKO



ZAČNI Z NAMI



Prijave na: katja.medija@osmoravce.si

AFRODTIN TEK 2026 – GREŠ Z NAMI? 🌿

V soboto, 6. junija 2026, se odpravljamo na Afroditin tek v Rogaško Slatino – dan za gibanje, smeh, dobro družbo in malo športnega izziva!

Ni treba biti profesionalni tekač – dovolj je dobra volja. 😊
Lahko tečeš hitro, počasi ali pa greš samo na sproščen pohod.

Izbereš lahko:

- 1 km (za ogrevanje ali pogumne začetnike)
- 3 km (ravno prav)
- 5 km (klasična izbira)
- 10 km (za resne tekače)
- 21 km (za legende 🏆)
- pohod (brez štoparice 😊)

📅 Startnino krije šola – ja, res! V primeru neresnosti vrneš denar 🙄

🚗 Prevoz je v lastni režiji.

Zberi pogum, izberi razdaljo in se prijavi!

📄 Prijave zbiramo preko ankete do 8. 3. 2026.

Ne razmišljaj predolgo.



