

	<p><b>OSNOVNA ŠOLA VENCLJA PERKA</b>  Ljubljanska 58 a, 1230 Domžale  tel: 01/729-83-00  faks: 01/729-83-20  e-naslov:  os.vp-domzale@guest.arnes.si</p>		 <p>kulturna šola</p>
---	--	--	--

## Spoštovani starši in učenci!

**V sredo, 22. 5. 2013**, bomo za učence 6 razredov organizirali gorniški športni dan. Odpravili se bomo na ČEMŠENIŠKO PLANINO (1206 m). **Zbor učencev je ob 7. 50** pred šolo, povratek pa računamo okoli 12. 30 ure. Izostanke javite razredniku (sprejemamo samo zdravniška opravičila). Kosilo za abonente v šoli bo. Če otrok ne bo ustrezno opremljen, ga bomo prisiljeni zavriniti. V primeru slabega vremena bo pohod prestavljen na drugi termin, navodila pa ostanejo ista. Zato vas prosimo, da si vzamete čas in si preberete spodnje vrstice.

Kam smo namenjeni! Čemšeniška planina je druga najvišja vzpetina v Posavskem gorovju. Severna pobočja pokriva gozd, a na strmih južnih pobočjih so rastišča teloha, zvončnic in dišečega volčina. Zaradi širokega razgleda je priljubljena izletniška točka. Na vrhu je planinska koča, zato imajo otroci lahko s seboj nekaj denarja.

**PRIPOROČLJIVA OSEBNA OPREMA**, ki jo imejte na sebi: dolge hlače (trenirka), majica s kratkimi rokavi, srajca ali pulover, kapa, ki ščiti pred soncem, visoki čevlji z narebrenim podplatom, ki segajo čez gleženj in nahrbtnik (lahko tudi za šolo).

**Čevlji** so najpomembnejši del opreme vsakega gornika. Za varno in udobno hojo naj bodo dovolj veliki, visoki, ki naj segajo čez gleženj, podplati naj bodo iz narezane gume, da ne drsijo. Če vaš otrok takšne obutve nima, so izhod v sili močnejši zimski čevlji, bulerji, ki naj segajo čez gležnje in imajo narezan podplati (ne gladek), ki bo omogočal varno hojo. Nikakor pa naj se ne odpravi na izlet v čevljih, ki ga tiščijo, v ne uhojenih novih ali sposojenih čevljih ali čevljih, ki nimajo dobrega oprijema z nogo (škornji, modni čevlji z debelim podplatom, sandale in podobno). V gornjskih ali zimskih čevljih naj imajo otroci obute nogavice, ki so namenjene pohodništvu.

**V nahrbtnik obvezno sodijo:** rezervno perilo (majica s kratkimi rokavi, vetrovka, kapa in zložljivi dežnik). Vse stvari zložimo v polivinilasto vrečo. Nepogrešljivi so tudi papirnati robčki, vrečka za smeti, podloga za sedenje.

**Hrana** naj ne bo ne slana ali presladka. Pri sladkarijah se ustavite pri čokoladi, piškotih ali rozinah in suhem sadju. **Pijača** ne sme biti presladka in gazirana (mehurčki), saj mehurčki le napihnejo trebuh, žeje pa ne pogasijo. Priporočamo nesladkan čaj ali vitaminski napitek, ki ju shranimo v prozorni plastenki z navojem. Razni sokovi v tetrapakih ali pločevinkah niso priporočljivi, ker jih je treba sprazniti na enkrat.

### Na izletu so učenci dolžni:

1. Upoštevati in izpolnjevati navodila učiteljev spremljevalcev in ostalih oseb, ki pomagajo pri izvedbi gorniškega športnega dne.
2. Učenci z zdravstvenimi težavami (astma, alergije na pike žuželk itd) morajo imeti svoja zdravila s seboj ter jih morajo znati uporabiti.
3. Prepovedano je samovoljno zapuščanje skupine.

**Vodja športnega dne: Primož Parkelj**