



E: info@gibalnicahophop.si; www.gibalnicahophop.si
031/221-413 (Rok), 041/875-642 (Blaž)

Program Otroške gibalnice HopHop v ustanovi Center za sluh in govor Maribor

Zahvaljujemo se vam za vpis vašega otroka v Otroško gibalnico HopHop. Maksimalno se bomo trudili, da bomo vašim otrokom ponudili kvalitetno, zdravo, strokovno in odgovorno vodenje preživljanja prostega časa in jim zadovoljili potrebo po gibanju.

Vadba v vašem vrtcu poteka od 22.11.2012 do vključno 30.5.2013 enkrat na teden v telovadnici vrtca in sicer vsak četrtek od 15.30 do 16.15. Program vodijo učitelji, ki so strokovno usposobljeni, odgovorno in varno skrbijo za čim boljši napredek in motivacijo vaših otrok. Otroci bodo v ne tekmovalnem, igrivem vzdušju pridobili ogromno znanja in gibalnih izkušenj. Naučili se bodo premagovati izzive, strahove in se izražati bolj samozavestno. Otroke bomo spodbujali k humanim medsebojnim odnosom in k športnemu obnašanju (fair playu). Načrtno bomo spremljali dosežke in se individualno posvetili posamezniku, da bo uspešen in motiviran.

Pogoji poslovanja:

Cena programa je 15€ na mesec. Obroki se plačujejo za dva meseca. Obroki se plačajo na vadbi ali preko računa na naslov:

Rok Stegne s.p.,
Cesta XIV. divizije 2,
2310 Slov. Bistrica,
TRR: IBAN SI56 0441 5011 3511 413
Referenca: SI99

Namen: Ime in priimek otroka in za katera dva meseca plačate.

* Otroci, ki obiskujejo vadbo Otroške gibalnice HopHop na Vrbanški (2 x na teden) imajo vadbo v vrtcu brezplačno.

Dodatni programi so programi smučanja, plavanja, rolanja in po potrebi še drugi. Za ostale tečaje se bomo dogovarjali sproti. Pri vseh dodatnih dejavnostih Otroške gibalnice HopHop bodo otroci razvrščeni glede na predznanje in starost v skupine (Pri smučanju in plavanju 3 oziroma največ 5 otrok na učitelj. Pri plavanju je poleg učitelja še koordinator ob bazenu, ki skrbi, da vse poteka še bolj varno). Na tak način bomo zagotovili kvalitetno in varno učenje vaših in naših otrok.

Že dve leti zapored smo uspešno izpeljali **družinsko smučanje na Cerknem**. Starši lahko otroke vpišete v smučarski tečaj, sami pa se brezbrizno predajate smučarskim užitek, če z vašim smučarskim znanjem niste zadovoljni lahko tudi vam pomagamo do boljšega znanja v smislu individualnih ur in ob zadostnem številu prijavljenih tudi učenje v skupini. Zakaj Cerkno: Smučarski center Cerkno je najsodobnejše družinsko smučišče v državi, saj ima edini v Sloveniji dve preklapljivi 6-sedežnici, dve 4-sedežnici, dve 2-sedežnici, dve vlečnici ter pomične trakove v sklopu smučarske šole in vrtca. Od 6.3. ali od 7.3. do 10.3.2013.

Termini dodatnih programov 2012/2013:

Plavanje z Otroško gibalnico HopHop:

Kje: Kopališče Pristan Maribor.

Program: Tečaj traja 6 dni, na dan 90 min.

Kdaj: Termini plavanja bodo v mesecu marcu in konec meseca maja oziroma začetek meseca junija. Obstaja možnost individualnega učenja.

Smučanje z Otroško gibalnico HopHop:

Kje: Mariborsko Pohorje (ob pomanjkanju snega Areh).

Program: Tečaj traja 9 dni. Začetniki (skupine otrok, ki so prvič na smučeh) po dve polni uri na dan. Otroci, ki že znajo smučati po tri polne ure na dan (po potrebi kratka pavza za čaj in čokoladico).

Kdaj: Zadnji teden v decembru in dva vikenda v januarju. Drugi tečaj bo predvidoma med šolskimi počitnicami v februarju. Obstaja možnost individualnega učenja.

Rolanje z Otroško gibalnico HopHop:

Kje: Asfaltirano igrišče OŠ. Bratov Polančičev Maribor.

Program: Rolanje traja 4 dni. Program traja dve šolski uri na dan (90min).

Kdaj: V mesecu maju ali juniju 2013.

Vse ponudbe in prijavnice za dodatne programe dobite na vadbi.

Terminski plan za šolsko leto 2012/13:

Vadba ne poteka takrat, ko je vrtec zaprt (ob praznikih) in 27.12.2012 (zaradi počitnic).

Vsebine po mesecih:

november

Vsebine:	Cilji:
Naravne oblike gibanja <ul style="list-style-type: none">• Hoja, korakanje, tekanje, tekalne igre• Plazenje, lazenje• Plezanje• Skoki, poskoki• Dvigovanje, nošenje,• Valjanje• Potiskanje, vlečenje	Razvijanje koordinacije celega telesa in koordinacije nog in rok, zavedanje prostora (kje se telo giblje) in načina (kako se telo giblje), razvijanje ravnotežja. Razvijanje vzdržljivosti, moči, pridobivanje občutka za višino in strmino.
Gimnastične vaje	Spoznavanje in izvajanje različnih kompleksov gimnastičnih vaj, razvijanje koordinacije gibanja celega telesa, razvijanje ravnotežja, moči, gibljivosti, razvijanje osnovnih gibalnih konceptov.
Elementarne igre	Spoznavanje vsebin in pravil elementarnih iger, razvijanje občutka za sodelovanje v skupini in pridobivanje občutka za medsebojno pomoč, spoznavanje pomena upoštevanja pravil za nemoten in prijeten potek igre, sprejemanje zmage in poraza kot sestavnega dela igre, razvijanje vztrajnosti, odločnosti, borbenosti.
Osnovni elementi gimnastike "Sveča", lastovka, preval	Razvijanje gibalnih sposobnosti: koordinacije gibanja, moči, gibljivosti in ravnotežja, izpopolnjevanje osnovnih elementov gimnastike, pridobivanje občutka samozavesti, vztrajnosti, borbenosti, poguma, razvijanje smisla za medsebojno pomoč, sodelovanje in odgovornost, razvijanje ustvarjalnosti, oblikovanje pravilne telesne drže.
Sprostitutvene dejavnosti	Navajanje otrok na sproščanje in spoznavanje različnih načinov sproščanja.

december

Vsebine:	Cilji:
Naravne oblike gibanja <ul style="list-style-type: none">• Hoja, korakanje, tekanje, tekalne igre• Plazenje, lazenje• Plezanje• Skoki, poskoki• Dvigovanje, nošenje,• Valjanje• Potiskanje, vlečenje	Razvijanje koordinacije celega telesa in koordinacije nog in rok, zavedanje prostora (kje se telo giblje) in načina (kako se telo giblje), razvijanje ravnotežja. Razvijanje vzdržljivosti, moči, pridobivanje občutka za višino in strmino.
Gimnastične vaje	Spoznavanje in izvajanje različnih kompleksov gimnastičnih vaj, razvijanje koordinacije gibanja celega telesa, razvijanje ravnotežja, moči, gibljivosti, razvijanje osnovnih gibalnih konceptov.
Elementarne igre	Spoznavanje vsebin in pravil elementarnih iger, razvijanje občutka za sodelovanje v skupini in pridobivanje občutka za medsebojno pomoč, spoznavanje pomena upoštevanja pravil za nemoten in prijeten potek igre, sprejemanje zmage in poraza kot sestavnega dela igre, razvijanje vztrajnosti, odločnosti, borbenosti.
Osnovne dejavnosti z žogo Kotaljenja, vodenja, podajanja, lovljenja...	Spoznavanje žoga različnih velikosti, oprijemov in moči odboja žoge, usvajanje osnovnih gibanj z žogo, natančnosti, spodbujanje otrokove ustvarjalnosti, razvijanje občutka za sodelovanje v skupini.
Sprostitutvene dejavnosti	Navajanje otrok na sproščanje in spoznavanje različnih načinov sproščanja.

januar

Vsebine:	Cilji:
Naravne oblike gibanja <ul style="list-style-type: none">• Hoja, korakanje, tekanje, tekalne igre• Plazenje, lazenje• Plezanje• Skoki, poskoki• Dvigovanje, nošenje,• Valjanje• Potiskanje, vlečenje	Razvijanje koordinacije celega telesa in koordinacije nog in rok, zavedanje prostora (kje se telo giblje) in načina (kako se telo giblje), razvijanje ravnotežja. Razvijanje vzdržljivosti, moči, pridobivanje občutka za višino in strmino.
Gimnastične vaje	Spoznavanje in izvajanje različnih kompleksov gimnastičnih vaj, razvijanje koordinacije gibanja celega telesa, razvijanje ravnotežja, moči, gibljivosti, razvijanje osnovnih gibalnih konceptov.
Elementarne igre	Spoznavanje vsebin in pravil elementarnih iger, razvijanje občutka za sodelovanje v skupini in pridobivanje občutka za medsebojno pomoč, spoznavanje pomena upoštevanja pravil za nemoten in prijeten potek igre, sprejemanje zmage in poraza kot sestavnega dela igre, razvijanje vztrajnosti, odločnosti, borbenosti.
Osnovni elementi atletike Visok, nizek start. Skok v daljino z mesta sonožno, z eno nogo, skok v višino...	Razvijanje osnovnih gibalnih sposobnosti: moči, hitrosti, koordinacije, gibljivosti, natančnosti, razvijanje funkcionalnih sposobnosti, usvajanje sproščenega in koordiniranega teka, razvijanje samozavesti, odločnosti in vztrajnosti.
Sprostitutvene dejavnosti	Navajanje otrok na sproščanje in spoznavanje različnih načinov sproščanja.

februar

Vsebine:	Cilji:
Naravne oblike gibanja <ul style="list-style-type: none">• Hoja, korakanje, tekanje, tekalne igre• Plazenje, lazenje• Plezanje• Skoki, poskoki• Dvigovanje, nošenje,• Valjanje• Potiskanje, vlečenje	Razvijanje koordinacije celega telesa in koordinacije nog in rok, zavedanje prostora (kje se telo giblje) in načina (kako se telo giblje), razvijanje ravnotežja. Razvijanje vzdržljivosti, moči, pridobivanje občutka za višino in strmino.
Gimnastične vaje	Spoznavanje in izvajanje različnih kompleksov gimnastičnih vaj, razvijanje koordinacije gibanja celega telesa, razvijanje ravnotežja, moči, gibljivosti, razvijanje osnovnih gibalnih konceptov.
Elementarne igre	Spoznavanje vsebin in pravil elementarnih iger, razvijanje občutka za sodelovanje v skupini in pridobivanje občutka za medsebojno pomoč, spoznavanje pomena upoštevanja pravil za nemoten in prijeten potek igre, sprejemanje zmage in poraza kot sestavnega dela igre, razvijanje vztrajnosti, odločnosti, borbenosti.
Osnovne dejavnosti z žogo Kotaljenja, vodenja, podajanja, lovljenja... + Osnovne igre z žogo	Razvijanje koordinacije gibanja rok, nog, pridobivanje občutka za timing, natančnost zadevanja, sposobnost podajanja in sprejemanja žoge, orientacije v prostoru. Sposobnost odzivanja na vidni signal. Sposobnost natančnega lovljenja in podajanja žog, zadevanje koša. Sposobnost vodenja žoge do postavljenega cilja.
Sprostitutvene dejavnosti	Navajanje otrok na sproščanje in spoznavanje različnih načinov sproščanja.

marec

Vsebine:	Cilji:
Naravne oblike gibanja <ul style="list-style-type: none">• Hoja, korakanje, tekanje, tekalne igre• Plazenje, lazenje• Plezanje• Skoki, poskoki• Dvigovanje, nošenje,• Valjanje• Potiskanje, vlečenje	Razvijanje koordinacije celega telesa in koordinacije nog in rok, zavedanje prostora (kje se telo giblje) in načina (kako se telo giblje), razvijanje ravnotežja. Razvijanje vzdržljivosti, moči, pridobivanje občutka za višino in strmino.
Gimnastične vaje	Spoznavanje in izvajanje različnih kompleksov gimnastičnih vaj, razvijanje koordinacije gibanja celega telesa, razvijanje ravnotežja, moči, gibljivosti, razvijanje osnovnih gibalnih konceptov.
Elementarne igre	Spoznavanje vsebin in pravil elementarnih iger, razvijanje občutka za sodelovanje v skupini in pridobivanje občutka za medsebojno pomoč, spoznavanje pomena upoštevanja pravil za nemoten in prijeten potek igre, sprejemanje zmage in poraza kot sestavnega dela igre, razvijanje vztrajnosti, odločnosti, borbenosti.
Osnovne dejavnosti z žogo Kotaljenja, vodenja, podajanja, lovljenja... + Osnovne igre z žogo	Razvijanje koordinacije gibanja rok, nog, pridobivanje občutka za timing, natančnost zadevanja, sposobnost podajanja in sprejemanja žoge, orientacije v prostoru. Sposobnost odzivanja na vidni signal. Sposobnost natančnega lovljenja in podajanja žog, zadevanje koša. Sposobnost vodenja žoge do postavljenega cilja.
Sprostitutvene dejavnosti	

april

Vsebine:	Cilji:
Naravne oblike gibanja <ul style="list-style-type: none">• Hoja, korakanje, tekanje, tekalne igre• Plazenje, lazenje• Plezanje• Skoki, poskoki• Dvigovanje, nošenje,• Valjanje• Potiskanje, vlečenje	Razvijanje koordinacije celega telesa in koordinacije nog in rok, zavedanje prostora (kje se telo giblje) in načina (kako se telo giblje), razvijanje ravnotežja. Razvijanje vzdržljivosti, moči, pridobivanje občutka za višino in strmino.
Gimnastične vaje	Spoznavanje in izvajanje različnih kompleksov gimnastičnih vaj, razvijanje koordinacije gibanja celega telesa, razvijanje ravnotežja, moči, gibljivosti, razvijanje osnovnih gibalnih konceptov.
Elementarne igre	Spoznavanje vsebin in pravil elementarnih iger, razvijanje občutka za sodelovanje v skupini in pridobivanje občutka za medsebojno pomoč, spoznavanje pomena upoštevanja pravil za nemoten in prijeten potek igre, sprejemanje zmage in poraza kot sestavnega dela igre, razvijanje vztrajnosti, odločnosti, borbenosti.
Osnovni elementi gimnastike, atletike	
Sprostitutvene dejavnosti	Navajanje otrok na sproščanje in spoznavanje različnih načinov sproščanja.

maj

Vsebine:	Cilji:
Naravne oblike gibanja <ul style="list-style-type: none">• Hoja, korakanje, tekanje, tekalne igre• Plazenje, lazenje• Plezanje• Skoki, poskoki• Dvigovanje, nošenje,• Valjanje• Potiskanje, vlečenje• vesa	Razvijanje koordinacije celega telesa in koordinacije nog in rok, zavedanje prostora (kje se telo giblje) in načina (kako se telo giblje), razvijanje ravnotežja. Razvijanje vzdržljivosti, moči, pridobivanje občutka za višino in strmino.
Gimnastične vaje	Spoznavanje in izvajanje različnih kompleksov gimnastičnih vaj, razvijanje koordinacije gibanja celega telesa, razvijanje ravnotežja, moči, gibljivosti, razvijanje osnovnih gibalnih konceptov.
Elementarne igre	Spoznavanje vsebin in pravil elementarnih iger, razvijanje občutka za sodelovanje v skupini in pridobivanje občutka za medsebojno pomoč, spoznavanje pomena upoštevanja pravil za nemoten in prijeten potek igre, sprejemanje zmage in poraza kot sestavnega dela igre, razvijanje vztrajnosti, odločnosti, borbenosti.
Osnovni elementi gimnastike, atletike	
Sprostitutvene dejavnosti	Navajanje otrok na sproščanje in spoznavanje različnih načinov sproščanja.

Vse vaše ideje, kritike, pripombe, pohvale, itd. so dobrodošle, saj se lahko le na tak način izboljšujemo in delamo še boljše za korist vaših in naših otrok.

