



Skoči z nami

Šolska tekmovanja
za učence od 1. do 4. razreda osnovne šole

»NAJRAJE SKAČEM V PLANICI, KJER SE DA
SKOČITI ZELOOOO DALEČ.«



ROBI JE NAJBOLJŠI SLOVENSKI SMUČARSKI LETALEC IN NAM JE POVEDAL:

“SKAKATI SEM ZAČEL PRI OSMIH LETIH. ZA SKOKE SEM SE NAVDUŠIL KAR SAM. MOJ PRIJATELJ BINE NORČIČ, KI JE DANES TRENER ZA SMUČARSKÉ SKOKE, MI JE TAKRAT REKEL NAJ POIZKUSIM. MOJA VZORNIKA STA BILA NA ZAČETKU TONI NIEMINEN IN JENS WEISFLOG.”

Kaj potrebujem?

VEMO, DA SE NIČESAR NE BOJIŠ IN DA SI UPAŠ VELIKO. ZATO TE VABIMO, DA PRIDEŠ NA TEKMOVANJE V SMUČARSKIH SKOKIH NA SMUČEH, S KATERIMI PONAVALDI SMUČAŠ.

PRIDI, BOŠ VIDEL-A, KAKO BO ZANIMIVO. PO TEKMOVANJU TE ČAKA TUDI SUPER MALICA IN NAGRADE.

POTREBUJEŠ:

- SMUČI ZA ALPSKO SMUČANJE
- BUNDO IN SMUČARSKÉ HLAČE
- ČELADO
- ROKAVICE



Ponosni na dekleta in fante



Moji prvi uspehi

Moj prvi skok je meril

metrov.

MOJI OSEBNI REKORDI

Datum	Kraj	Dolžina skoka

Nagradna igra

SODELUJ V NAGRADNI IGRI! IZŽREBALI BOMO 4 SREČNEŽE, KI BODO PREJELI VSTOPNICE ZA FINALE SVETOVNEGA POKALA V SMUČARSKIH SKOKIH 23. 3. 2014 V PLANICI.

VSTOPNICE BOSTA PREJELA OČKA IN MAMICA IN POLEG TEBE VSI TVOJI BRATCI IN SESTRICE!

KATERO MESTO JE OSVOJIL PETER PREVC NA SVETOVNEM PRVENSTVU V PREDAZZU (VAL DI FEMME) LETA 2013?



- A. PRVO MESTO
- B. DRUGO MESTO
- C. ČETRTO MESTO

IME IN PRIIMEK: _____

NASLOV: _____

POŠTA: _____

PODPIS STARŠEV: _____

ODGOVORE POŠLJI NA NASLOV:

SZS, SKOČI Z NAMI, PODUTIŠKA 146, 1000 LJUBLJANA, DO 1.3.2014.



Za starše

Šolska tekmovanja
za učence od 1. do 4. razreda osnovne šole



ŽIVIM ZA SKOKE IN S SKOKI ŽIVIM. ŽE OD MALIH NOG SEM SE NAVDUŠEVAL NAD TO PREČUDOVITO ŠPORTNO DISCIPLINO. ŽE KOT OSNOVNOŠOLCA ME JE PREVZELA PLANICA, KJER SEM SI VEDNO Z NAVDUŠENJEM OGLEDOVAL MOJE ŠPORTNE JUNAKE. Z VELIKO ŽELJO IN S TRDIM DELOM, SO SE TUDI MENI URESNIČILE SANJE IN SMUČARSKI SKOKI SO POSTALI MOJE ŽIVLJENJE.

V TEH ČASIH, KO SO PROSTOČASNE AKTIVNOSTI ZA NAŠE OTROKE TAKO RAZNOLIKE, JE PRAV DA JIM PONUDIMO MOŽNOSTI TUDI V SMUČARSKIH SKOKIH. TA ŽLAHTNA ŠPORTNA DISCIPLINA IMA V SLOVENIJI DOLGO TRADICIJO. IMAMO NEŠTETO ŠAMPIONOV, KI SO JIH GENERACIJE VZELE ZA SVOJE ŠPORTNE IDOLE. O TISTIH, KI TO ŠE BODO, PA LAHKO ODLOČATE TUDI VI.

NA NASLEDNIJH STRANEH LAHKO PREBERETE KAKŠEN SISTEM TEKMOVANJ SMO PRIPRAVILI ZA NAŠE NAJMLAJŠE. VSAK IZMED VAŠIH OTROK, KI OBLADA OSNOVE SMUČANJA LAHKO POSTANE SKAKALEC. ŽELIMO PRERASTI TABUJE O SMUČARSKIH SKOKIH KOT NEVARNEM ŠPORTU, SAJ JE V RESNICI EDEN NAJVARNEJŠIH. PONUJA PA VEČ, KOT OD NJEGA NA PRVI POGLED PRIČAKUJEMO.

Z NAVDUŠENJEM BOMO SPREJELI VSAKEGA MLADEGA NADEBUDNEŽA, KI BO SVOJO ŠPORTNO POT PREIZKUSIL TUDI V SMUČARSKIH SKOKIH.

LETOS ŽE TRETJIČ ZAPORED PRIPRAVLJAMO ŠOLSKA TEKMOVANJA Z ALPSKIMI SMUČMI IN ŽELIMO SI, DA BODO POSTALI STALNICA MED ŠOLSKIMI TEKMOVANJI. Poudaril bi, da pri vsem skupaj ne gre za vrhunski šport, temveč za možnost rekreacije in zabave za otroke. Za tiste, ki jih bo skok čez nekaj let odnesel tudi med največja imena skakalnega športa, pa bo to praviljičen začetek kariere. Skočite z nami in vašim otrokom ponudite možnost spoznavanja smučarskih skokov.

DR. FRANCI PETEK, SVETOVNI PRVAK



SMUČARSKI SKOKI SO ZELO LEPA, ATRAKTIVNA, PREDVSEM PA VARNA ŠPORTNA PANOGA. STATISTIKE MEDNARODNE SMUČARSKÉ ZVEZE (FIS) KAŽEJO, DA JE ŠTEVILO POŠKODB V SMUČARSKIH SKOKIH ZANEMARLJIVO MAJHNO, POŠKODBE, KI SE ZGODIJO, PA NISO HUDE. TEMU BOTRUJEJO VISOKA USPOSOBLJENOST STROKOVNIH DELAVCEV, KI SO VKLJUČENI V SMUČARSKÉ SKOKE, RAZVOJ OPREME IN DOBRA ORGANIZIRANOST TEKMOVANJ IN TRENINGOV.

HKRATI SO SMUČARSKI SKOKI ZA ZAČETNIKE ZELO ENOSTAVEN ŠPORT, KI GA OBLADA VSAK OTROK, KI JE ŽE KDAJ SMUČAL. OTROK V SVOJI RADOVEDNOSTI TUDI NA SMUČIŠČU IŠČE NARAVNE SKAKALNICE (GRBINE), PREKO KATERIH POSKUŠA SKAKATI MED SMUČANJEM. OTROK, KI ZNA SMUČATI, TUDI OBLADA DRSENJE NA SMUČEH (IN SMUK NARAVNOST), KI JE PRAV TAKO ELEMENT SMUČARSKEGA SKOKA. ZATO JE VSAK STRAH PRED ZAHTEVNOSTJO SMUČARSKIH SKOKOV ZA OTROKE ODVEČ.

OTROCI, KI SE UKVARJAJO S SMUČARSKIMI SKOKI, SO ZARADI TRENINGOV, KI POTEKAJO V NARAVNEM OKOLJU TUDI BOLJ ZDRAVI OD VRSTNIKOV IN RAZVIJEJO BOLJŠO ODPORNOST. SKOZI PROCES VADBE PA SE ENAKOMERNO RAZVIJAJO VSE MOTORIČNE SPOSOBNOSTI OTROK, SAJ JE VADBA ZELO RAZNOLIKA.

ZARADI NAVEDENEGA ŽELIMO SMUČARSKÉ SKOKE PŘIBLIŽATI ČIM ŠIRŠEMU KROGU OTROK IN STARŠEV. ZATO TUDI V LETOŠNJI SEZONI NADALJUJEMO Z IZVEDBO ŠOLSKE INTERESNE DEJAVNOSTI (NA ŠOLAH, KJER SO SE ZA TO ODLOČILI) TER PONOVO ORGANIZACIJO ŠOLSKEGA TEKMOVANJA V SMUČARSKIH SKOKIH NA ALPSKIH SMUČEH. TEKMOVANJE VAM ŽELIMO PREDSTAVITI TUDI V ZGIBANKI. TEKMOVANJE OMOGOČA MOŽNOST PREIZKUSA V SMUČARSKIH SKOKIH PREDVSEM UČENCEM, KI NISO VKLJUČENI V PROCES TRENINGA LE TEH. NAMENJENO JE UČENCEM IN UČENKAM OD 1. DO 4. RAZREDA OSNOVNE ŠOLE. UČENCI BODO TEKMOVALI PO KATEGORIJAH OSNOVNOŠOLSKIH RAZREDOV (LOČENO PO POSAMEZNIH RAZREDIH, SKUPAJ PO SPOLU).

Šolska tekmovanja



ŠOLSKA TEKMOVANJA V SMUČARSKIH SKOKIH BODO POTEKALA V ORGANIZACIJI ZAVODA ZA ŠPORT RS PLANICA IN SMUČARSKÉ ZVEZE SLOVENIJE.

TEKMOVANJA BODO POTEKALA NA DVEH RAVNEH: REGIJSKI IN DRŽAVNI.

SLOVENIJA JE RAZDELJENA NA TRI SKAKALNE REGIJE (GORENJSKO, LJUBLJANSKO TER ŠTAJERSKO - KOROŠKO), V OKVIRU KATERIH BODO TUDI POTEKALA REGIJSKA TEKMOVANJA.

NAJPREJ BODO V FEBRUARJU 2014 IZVEDENA REGIJSKA TEKMOVANJA (SEBENJE, ZAGORJE, MIRNA) NA SKAKALNICAH PRILAGOJENIH OTROKOM ZAČETNIKOM, OTROKOM, KI SE PRVIČ SREČUJEJO S SMUČARSKIMI SKOKI.

DEKLICE BODO TEKMOVALE V SVOJIH KATEGORIJAH.

NA DRŽAVNO PRVENSTVO, KI BO IZVEDENO 13. 03. 2014 V VIZORAH, SE UVRSTI NAJBOLJŠIH 15 UČENCEV IZ VSAKE REGIJE IN NAJBOLJŠIH 5 UČENK.

POGOJ ZA PRIJAVO OTROKA NA TEKMOVANJE JE OSNOVNO ZNANJE SMUČANJA (KAR POTRDIJO STARŠI S PODPISOM NA PRIJAVNICI), Z RAZPISOM PREDPISANA SMUČARSKA OPREMA TER DOKAZILO O TEM, DA UČENEC ŠE NI NASTOPILO NA URADNIH TEKMOVANJH ZA REGIJSKI ALI DRŽAVNI POKAL COCKTA, ČETUDI JE V SEZONI 2013/14 MORDA ŽE ČLAN SKAKALNEGA KLUBA (ZA SLEDNJE POSKRBI ORGANIZATOR REGIJSKEGA TEKMOVANJA, KI IMA VPOGLED V RAZVID AKTIVNIH TEKMOVALCEV).

ŠOLE SO RAZPIS ZA TEKMOVANJA ŽE DOBILE. ČE VAŠ OTROK VABI NA TEKMOVANJE V ŠOLI NI PREJEL, LAHKO OTROKA NA TEKMOVANJE PRIJAVITE SAMI. VSE POTREBNE INFORMACIJE ZA PRIJAVO NAJDETE V ZGIBANKI.

VLJUDNO VAS VABIMO, DA PRIDETE IN NAVIJATE ZA SVOJEGA NADEBUDNEŽA IN OSTALE OTROKE, KI BODO SPOZNAVALI LEPOTE TEGA ŠPORTA.

Datumi in programi tekmovanj



04. 03. 2014 **GORENJSKA REGIJA** **SEBENJE**

PRIJAVE DO 28. 02. 2014 NA E-MAIL: SPORTNA.ZVEZA.TRZIC@T-2.NET, INFORMACIJE
BISERKA DRINOVEC, TEL. 051 354 064

PROGRAM:

Od 10.00 - 12.00

PROSTI TRENING

Ob 12.00

SESTANEK VODIJ EKIP

Ob 12.30

PRIČETEK TEKMOVANJA

05. 03. 2014 **ŠTAJERSKO - KOROŠKA REGIJA** **ZAGORJE - KISOVEC**

PRIJAVE DO 28. 02. 2014 NA E-MAIL: ZVONE.POGRAJJC@SIOL.NET, INFORMACIJE
ZVONE POGRAJJC, TEL. 041 796 180

PROGRAM:

Od 10.00 - 12.00

PROSTI TRENING

Ob 12.00

SESTANEK VODIJ EKIP

Ob 12.30

PRIČETEK TEKMOVANJA

Datumi in programi tekmovanj

06. 03. 2014 LJUBLJANSKA REGIJA MIRNA

PRIJAVE DO 28. 02. 2014 NA E-MAIL: BLAZ.DIM@GMAIL.COM, INFORMACIJE BLAŽ DIM
TEL. 031 285 477

PROGRAM:

Od 10.00 - 12.00	PROSTI TRENING
Ob 12.00	SESTANEK VODIJ EKIP
Ob 12.30	PRIČETEK TEKMOVANJA

13. 03. 2014 DRŽAVNO PRVENSTVO VIZORE

PRIJAVE NISO POTREBNE. AVTOMATIČNO SO PRIJAVLJENI VSI, KI SO SE UVRSTILI OD 1. DO
15. MESTA NA REGIJSKIH TEKMOVANJIH PRI DEČKIH IN OD 1. DO 5. MESTA PRI DEKLICAH.

INFORMACIJE: STANISLAV GRM, TEL. 040 646 006, E-MAIL: GRM.STANISLAV@GMAIL.
COM IN BOGDAN ROBNIK, TEL. 041 470 850, E-MAIL: BOGDAN.SPARTATHLON@GMAIL.
COM

PROGRAM:

Od 10.00 - 12.00	PROSTI TRENING
Ob 12.00	SESTANEK VODIJ EKIP
Ob 12.30	PRIČETEK TEKMOVANJA

ZA PODROBNEJŠE INFORMACIJE SE LAHKO ŠOLE OZIROMA POSAMEZNIKI OBRNEJO NA
ORGANIZATORJE IZ SVOJE REGIJE ALI KOORDINATORJA ŠOLSkih TEKMOVANJ V SMUČARSKIH
SKOKIH BISERKO DRINOVEC, NA ELEKTRONSKI NASLOV: SPORTNA.ZVEZA.TRZIC@T-2.
NET ALI PO TELEFONU 051 354 064.

Kategorije, oprema, pravila, nagrade

KATEGORIJE

LETNIK 2007 ALI IZJEMOMA MLAJŠI, ČE UČENEC ALI UČENKA ŽE OBISKUJE OSNOVNO ŠOLO, LETNIK 2006, LETNIK 2005, LETNIK 2004 ALI IZJEMOMA LETO STAREJŠI, ČE UČENEC OBISKUJE 4. RAZRED OSNOVNE ŠOLE. PRAVICO DO NASTOPA IMAJO UČENCI IN UČENKE, KI DO TEH TEKMOVANJ ŠE NISO NASTOPI LI NA URADNIH TEKMOVANJ IJ H ZA REGIJSKI ALI DRŽAVNI POKAL. ČE JE UČENEC/UČENKA VKLJUČEN/A V SISTEM TRENINGOV V POSAMEZNEM KLUBU NE SME NASTOPITI NA ŠOLSKEM TEKMOVANJU.

PREDPISANA OPREMA

1. SMUČI ZA ALPSKO SMUČANJE Z VARNIM OKOVJEM,
2. ČEVLJI ZA ALPSKO SMUČANJE,
3. OGREVALNI SMUČARSKI KOMPLET (SKAKALNI ALI TEKMOVALNI DRESI ZA ALPSKO SMUČANJE NISO DOVOLJENI),
4. ČELADA,
5. ROKAVICE.

PRAVILA TEKMOVANJA

1. VSAK TEKMOVALEC BO IMEL MOŽNOST OPRAVITI TRI SKOKE, OD KATERIH ŠTEJETA TOČKOVNO NAJBOLJŠA DVA.
2. DOLŽINE SKOKOV SE MERIJO NA 0,25 METRA NATANČNO.
3. V PRIMERU, DA TEKMOVALEC PRI DOSKOKU PODRSA, SE MU OD DOLŽINE ODŠTEJE 0,25 METRA, V PRIMERU PADCA PA 0,5 METRA. SLOG SKOKA SE NE OCENJUJE.
4. TOČKOVANJE: 1 METER JE 6 TOČK.
5. NA DRŽAVNO PRVENSTVO SE UVRSTI NAJBOLJŠIH PETNAJST UČENCEV IN NAJBOLJŠIH PET UČENK IZ VSAKE KATEGORIJE.

NAGRADE

1. VSI TEKMOVALCI PREJMEJO DIPLOMO IN DARILO (REGIJSKO IN DRŽAVNO PRVENSTVO).
2. VSI TEKMOVALCI PREJMEJO VABILO NA SVETOVNI POKAL V PLANICI (REGIJSKO PRVENSTVO).
3. PRVI TRIJE V VSAKI KATEGORIJI PREJMEJO MEDALJO IN POKAL (TUDI V PRIMERU DELJENJA MEST), REGIJSKO PRVENSTVO SAMO MEDALJO. NA DRŽAVNEM PRVENSTVU PRVI TRIJE UVRŠČENI PREJMEJO TUDI PRAKTIČNE NAGRADE. SKAKALNE SMUČI PREJME PRVO UVRŠČENI/A V VSAKI KATEGORIJI, VENDAR SO SMUČI LAST KLUBA, KI JE PRIPELJAL OTROKA NA TEKMOVANJE.
4. ZMAGOVALCI VSEH KATEGORIJ ZAGOTOVIJO SVOJI ŠOLI EN AVTOBUS ZA OGLED SVETOVNEGA POKALA V PLANICI (DRŽAVNO PRVENSTVO).

MED 20. IN 23. MARCEM SE VIDIMO V PLANICI



GRADIMO PRIHODNOST ZA NAŠE OTROKE





Skoči z nami

Smučarska zveza Slovenije
Podutiška 146
1000 Ljubljana
Slovenija

Tel: +386 1 513 68 06

Fax: +386 1 513 68 10

e-pošta: nordic@sloski.si

www.sloski.si



Smučarska Zveza Slovenije
Sl. Association of Skiers

Oblikovanje in postavitvev: Artika | Tisk: Tiskarna Gorenje, Velenje

