

Jesenski športni dan, 28. 9. 2022

V sredo, 28. 9. 2022, bomo v okviru obveznih izbirnih vsebin opravili pet pohodov na različnih lokacijah v gozdovih zelenega pasu, ki obdaja Ljubljano.

- Vsi **prvi letniki in vsi razredi NPI** imajo zborna mesta **pred šolo na lžanski cesti 10**.

Dijaki, ki so naročeni na šolsko malico, jo prevzamejo v šolski kuhinji pol ure pred odhodom.

- **Ostali letniki** (drugi, tretji in četrti) imajo zborna mesta na drugih lokacijah, za ta dan je malica odpovedana.

Pomembno

Pozorni bodite na varnost v prometu. Največkrat se pojavi problem pri prečkanju ceste, ko se prižge rdeča luč, dijaki pa vseeno prečkajo cesto, da ne bi zaostali za skupino.

Izvajanje organiziranega pohodništva kot ene izmed vsebin IND je pouk izven sedeža šole, zato ste dolžni upoštevati navodila spremljevalcev, upoštevati Šolska pravila, prometna pravila in vsa pravila obnašanja v naravi.

Športni dan je obvezen za vse dijake.

Dejavnost za dijake oproščene od ŠVZ

Dijaki, ki so iz zdravstvenih razlogov opravičeni izvajanja gibalnih dejavnosti pri predmetu ŠVZ, bodo opravljali prilagojeno aktivnost v šoli oz. v okolici šole.

Zborna mesta za dijake je v avli pred zbornico ob 9. uri.

Pohod: Šola – Rožnik

Zbornno mesto: **SREDA, 28. 9. 2022, pred vhodom šole** (Ižanska cesta 10).

Razredi: **ob 8.00: 1PA, 1PB,**

ob 8.30: 1PC, 1PD,

ob 9:00: 2PA, 2PB, 2PC.

Višina izhodišča: (394 m).

Cilj: Rožnik (Cankarjev vrh - 394 m).

Višinska razlika: okoli 100 m.

Mesto zaključka: Ploščad pred Moderno galerijo.

Oprema: Pohodniški čevlji ali športni copati, obleka (primerna vremenu), po potrebi dežnik.

Šolsko malico prevzamete v jedilnici pol ure pred odhodom. S seboj ne pozabite vzeti vode ali čaja.

Potek pohoda: Ižanska cesta 10 – Grudnovo nabrežje – naprej ob L ali D bregu Ljubljance – Tromostovje – Čopova ulica – Cankarjeva cesta – podhod pri Moderni galeriji – mimo Ribnika - sprehajalna pot ob Večni poti – Gostišče Čad – Rožnik (Cankarjev vrh) – Drenikov vrh – Dvorec Tivoli - po Jakopičevem sprehajališču – podhod pri Moderni galeriji.

Pohod: Šola - Golovec – šola

Zbornno mesto: **SREDA, 28. 9. 2022, pred vhodom šole (Ižanska cesta 10).**

Razredi: **ob 8:30: 1S, 1SA,**

ob 9:00: 1SM, 1P.

Višina izhodišča: 290 m.

Cilj: Golovec, Črni hrib (440 m).

Višinska razlika: 150 m.

Mesto zaključka: pred vhodom v šolo, Ižanska cesta 10.

Oprema: Pohodniški čevlji ali športni copati, obleka (primerna vremenu), po potrebi dežnik.

Šolsko malico prevzamete v jedilnici pol ure pred odhodom. S seboj ne pozabite vzeti vode ali čaja.

Potek pohoda: Od šole nadaljujemo s hojo po rahlo vzpenjajoči cesti oz. pločniku, ki nas skozi podvoz pod železnico pripelje do križišča Ižanske ceste in Hrdeckega ceste. Tu prečkamo cesto in pot nadaljujemo po pločniku levo po Hrdeckega cesti približno 100 m, nato pa zavijemo desno po strmi tlakovani cesti. Višje cesta postane makadamska in se nekoliko položi. Cesti sledimo do observatorija na Golovcu, oz. ostrega levega ovinka. Tu opazimo informativno tablo za gozdno učno pot Golovec, ki nas usmeri na širok in sprva zložen kolovoz. Po nekaj minutah hoje se kolovoz za kratek čas zmerno vzpne, nato pa se začne postopoma spuščati. Po nekaj minutah spusta pridemo do gozdne ceste, ki jo le prečimo, nato pa se priključimo Poti spominov in tovarštva. Tej poti sledimo v levo, po nekaj krajših vzponih nas pripelje na Črni hrib (najvišja točka oziroma cilj pohoda). S Črnega hriba se vrnemo nazaj po isti poti (okoli 1500 m) do odcepa poti, po kateri se spustimo do Dolenjske ceste. Nadaljujemo 50 m v smeri proti mestu, nato prečkamo Dolenjsko cesto in po Peruzzijevi cesti preko železniške proge nadaljujemo do križišča z Jurčkovo cesto. Nadaljujemo po Poti spomina, prečimo Ižansko cesto in ob desnem bregu Ljubljanice pridemo do gostilne Livada, zavijemo desno po Hladnikovi cesti in nato po Ižanski cesti nazaj do izhodišča pri šoli na Ižanski cesti 10.

Pohod: Črnuče – Rašica – Črnuče

- Zbornno mesto: **SREDA, 28. 9. 2022, v Črnučah (300m) - na predzadnji postaji mestnega avtobusa številka 6 (Rogovilc) oz. parkirišče pred gostiščem.**
- Razredi: **ob 8:30: 2S, 2SM,**
ob 9.00: 2SP, 2NT.
- Vstopna postaja avtobusa št. 6 je npr.: pri Pošti nasproti Name ali na Bavarskem dvoru, smer Črnuče.
- Cilj: Rašica – Vrh Staneta Kosca (641 m).
- Višinska razlika: 341 m.
- Mesto zaključka: pohod se zaključi na avtobusni postaji avtobusa LPP številka 6 (zbirno mesto gostišče Rogovilc).
- Oprema: Pohodniški čevlji ali športni copati, liter vode, sendvič, obleka (primerna vremenu), po potrebi dežnik. **Potrebujete kartico Urbana (šolsko mesečno vozovnico ali najmanj 2,6 evrov dobroimetja).**
- Potek pohoda: S predzadnje postaje mestnega avtobusa številka 6 prečkate Dunajsko cesto in nadaljujete skozi naselje Črnuče do gozda. Greste naprej po poti, ki se priključi gozdni cesti. Nadaljujete po njej do vasi Rašica. Sredi vasi se odcepi ožja cesta (markirana pohodniška pot), ki se po nekaj ovinkih konča in preide v kolovoz. Višje dosežete križišče večih poti, smerokaz in markacije vas usmerijo proti vrhu Rašice. Po počitku boste po isti poti sestopili do vasi Rašica. Od tam se boste vrnili v Črnuče. Pohod se zaključi na isti avtobusni postaji avtobusa LPP številka 6, kjer je bilo zbirno mesto.

Pohod: Vižmarje - Toško čelo – Podutik

- Zbornno mesto: **SREDA, 28. 9. 2022, v Vižmarjih (314 m) na KONČNI POSTAJI mestnega avtobusa številka 1.**
- Vstopna postaja avtobusa št. 1 je npr.: pri Pošti nasproti Name ali pri hotelu Lev, smer končne postaje Vižmarje.
- Razredi: **9.00: 1TA, 3NT.**
- Cilj: Toško čelo (590 m).
- Višinska razlika: 276 m.
- Mesto zaključka: končna postaja avtobusa LPP številka 5 v Podutiku.
- Oprema: Pohodniški čevlji ali športni copati, liter vode, sendvič, obleka (primerna vremenu), po potrebi dežnik. **Potrebujete kartico Urbana (šolsko mesečno vozovnico ali najmanj 2,6 evrov dobroimetja).**
- Potek pohoda: Pohod se začne na gozdni poti pred OMW-jevo črpalko. Po sprva široki gozdni poti se priključimo na ožjo stezo, ki preči pobočje nad šentviškim predorom. Dosežemo strmo vzpenjajočo cesto. Sledi 200 m hoje po tej cesti, nato pa nas na mestu, kjer cesta zavije desno, markacije usmerijo naravnost na markiran kolovoz, oz. pešpot, ki se vzpenja vzporedno s kolovozom. Po krajšem vzponu se pot položi in nas pripelje do znamenja in klopi. Nadaljujemo po kolovozu in na razpotjih pazljivo sledimo markacijam, da ne zaidemo s prave poti. Nekoliko višje po levi strani obidemo vrh Velika Trata, pot pa nas le malo naprej pripelje na manjši preval med že omenjenim vrhom in Črnim vrhom. Na prevalu kolovoz zavije nekoliko v desno, nato pa nas markacije usmerijo levo na strmo stezico. Steza se višje vrne na kolovoz, le ta pa se razcepi na dva dela. Nadaljujemo po levem v smeri Toškega čela, nas pa pot naprej vodi deloma po kolovozu, deloma pa po pešpoti. Višje se pot za nekaj časa strmeje vzpne, nato pa izravna. Smerokaz nas usmeri levo, premagamo krajšo strmino in pri osamljeni hiši stopimo iz gozda na asfaltirano dovozno pot. Po njej do križišča in levo navzdol do Lovskega doma na Toškem čelu. Po počitku se po markirani godni stezi levo od ceste spustimo na Preval. Od tam pa se spustimo po gozdni stezi do končne postaje avtobusa LPP št. 5.

Pohod: **Brod - Šmarna gora – Brod**

- Zbornno mesto: **SREDA, 28. 9. 2022, na postaji »Tacenski most« mestnega avtobusa številka 8 (300 m).**
- Vstopna postaja avtobusa št. 8 je npr.: na Bavarskem dvoru ali pri hotelu Lev, smer za končno postajo Gameljne.
- Razredi: **ob 9.00: 2TA, 4Ž.**
- Cilj: Šmarna gora (669 m).
- Višinska razlika: 369 m.
- Mesto zaključka: postaja mestnega avtobusa številka 8 (za smer Brnčičeva) v Tacnu.
- Oprema: Pohodniški čevlji ali športni copati, liter vode, sendvič, obleka (primerna vremenu), po potrebi dežnik. **Potrebujete kartico Urbana (šolsko mesečno vozovnico ali najmanj 2,6 evrov dobroimetja).**
- Potek pohoda: Pohod boste začeli s parkirišča med Rocensko ulico, Kajakaško in Tacensko cesto. Hodili boste po stezi v smeri proti severu, po sto višinskih metrih boste zavili desno in nato nadaljujete po stezi, ki se spiralasto vzpne preko vzhodnega in severnega pobočja do zaselka Na Sedlu. Od tam je do vrha še slabih 70 metrov. Po počitku sledi sestop po najkrajši južni poti nazaj na izhodišče pri avtobusni postaji avtobusa št. 8 (za smer Brnčičeva).