

OBISK ŠPORTNEGA CENTRA KONEX

Dne 20. 11. smo se učenci 2. polovice 8. razredov, C- in D-razred odpravili v predmestje Ljubljane, v športni center Konex.

Ko smo prispeli, smo telefone odložili v škatle in se preoblekli. Postavili smo se v dve vrsti, v prvi smo bili fantje, v drugi dekleta. Razdelili so nas v tri skupine. Prva je šla na boks, druga na badminton, tretja pa na squash in fitness. Vsaka dejavnost je trajala eno uro, squash in fitness pa vsaka po pol ure.

V športnem centru je velika dvorana za badminton, z okoli 12 igrišči. Tam so tudi tri igrišča za squash, fitness in manjša dvorana za boks. Vsem ja bil najbolj čuden oz. neznan šport squash, a vaditelj je vsem pokazal, kako se ga igra. Imeli smo dve možnosti: lahko smo igrali en proti drugemu ali pa smo morali žogico čimvečkrat odbiti. Za obe možnosti je potreben lopar in žogica. Igra se ga na igrišču, kjer je narisanih nekaj črt, ki pa so potrebne le pri servisu. Pri boksu nas je vaditelj, ki je bil boksarski trener, naučil osnovnih gibov in udarcev. Gibali smo se sicer samo naprej in nazaj, čeprav obstajajo tudi drugi gibi. Nato smo vadili v parih. V fitnessu smo lahko uporabljali le naprave, kot so kolesa. Najbolj smo se zabavali na badmintonu, kjer smo lahko igrali badminton in se zabavali celo uro.

Obisk je bil zelo zanimiv, pa tudi naporen.

Julijan Lah, 8.d, izbirni predmet šolsko novinarstvo

5. 11. 2018 smo se učenci 8. A in 8. B-razreda odpravili v športni center Konex. Ob 8.20 smo se z zasebnim avtobusom odpeljali proti Konexu.

Tam smo se preoblekli in razdelili v 4 skupine. Skupine so se izmenjavale v različnih dejavnostih (badminton, squash, boks, fitness). Vse dejavnosti so trajale po eno uro. Mentorji so nam predstavili športe in povedali pravila. Najbolj neznana igra nam je bila squash. Pri tej igri dva igralca poskušata odbiti žogico od stene tako, da je nasprotnik ne bo mogel odbiti. Squash se igra v dvorani, na za ta šport predvidenem igrišču. Igralca uporabljata poseben lopar in posebno žogico. Pri badmintonu smo se razdelili v pare in igrali med seboj. V fitnessu so nam najprej razložili, na katere naprave smemo in na katere ne, nato pa smo lahko počeli, kar smo želeli. Pri boksu nam je gospod predstavil osnovne udarce in pravila boksa. Naučili smo se osnovno postavitev pri boksu in dva udarca.

Ko smo končali z dejavnostmi, smo se preoblekli in preobuli ter se z avtobusom odpeljali proti šoli. S tem se je nas športni dan zaključil. Bilo je zabavno in naučili smo se veliko novega.

Tristan Lenič, 8. a, izbirni predmet šolsko novinarstvo