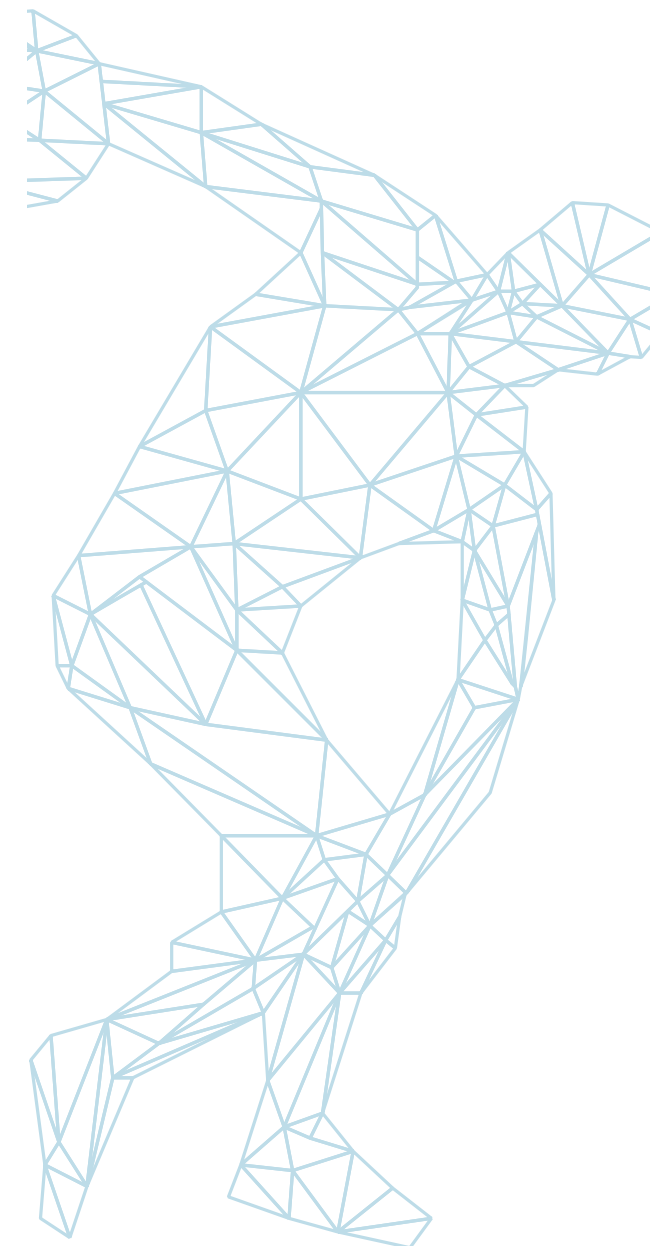




GIMNAZIJA  
ŠIŠKA

LOKACIJA GIMNAZIJE ŠIŠKA	4
PROGRAMI	5
<b>ŠPORTNI ODDELKI NA GIMNAZIJI ŠIŠKA</b>	<b>7</b>
<b>SPLOŠNI ODDELKI NA GIMNAZIJI ŠIŠKA</b>	<b>9</b>
ŠPORTNI ODDELKI – INDIVIDUALNI ŠPORTI	11
ŠPORTNI ODDELKI – EKIPNI ŠPORTI	13
PROJEKT ROKOMETNE ZVEZE	15
PROJEKT NOGOMETNE ZVEZE ZA FANTE	17
PROJEKT NOGOMETNE ZVEZE ZA DEKLETA	19
<b>VPIS</b>	<b>20</b>
DOLOČITEV STATUSOV ŠPORTNIKA	20
MERILA V PRIMERU OMEJITVE VPISA	21
ŠOLSKA ŠPORTNA TEKMOVANJA	23
ŠOLE V NARAVI	25
IZBIRNI PREDMETI, KROŽKI IN DEJAVNOSTI	26
OBVEZNE IZBIRNE VSEBINE	27
PREHRANA	28
DIJAŠKI DOM	29
GALERIJA SLAVNIH GIMNAZIJE ŠIŠKA	30
KONTAKTNI PODATKI	39

## Šola in šport z roko v roki



V obdobju osnovnošolskega izobraževanja se številne učenke in učenci začnejo ukvarjati s športom. Če jim je vadba všeč in so pri tem uspešni, se začnejo prebijati skozi selekcije. Na začetku športne poti k vadbi pristopijo enkrat ali dvakrat tedensko. Intenzivnost se počasi dviga in proti koncu osnovne šole so pri večini športov **vsakodnevni treningi**. Ti terjajo vedno več časa in **usklajevanje s šolskimi obveznostmi** postane zahtevno. S prehodom v srednjo šolo se zahtevnost dela še poveča, še posebej, če dijak izbere zahteven izobraževalni program, kot je npr. gimnazijski. Brez primerne okolje je šola in šport zelo težko usklajevati.

Na Gimnaziji Šiška že trideset let razvijamo **okolje, v katerem lahko mladi dijaki športniki uspešno zaključijo šolo, ne da bi se morali odpovedati športu**. Številne prilagoditve pri izvajanju pouka, pomoč športnih in pedagoških koordinatorjev, dodatne ure učne pomoči in predvsem veliko dobre volje pri usklajevanju med dijaki, starši, trenerji in učitelji, prinašajo izvrstne rezultate.

Po eni strani tako poskrbimo za dijake športnike, po drugi pa razvijamo **zdravo in pozitivno naravnano okolje**, v katerem se dobro počutijo tudi dijaki, ki športnih uspehov ne postavljajo na prvo mesto, si pa vseeno želijo prijetno okolje, v katerem lahko dosegajo zastavljene cilje.

Znak Gimnazije Šiška je Mironov metalec diska **Diskobolos**, prva kiparska upodobitev gibanja. Simbolno predstavlja sintezo gibanja in učenosti. Za cilj smo si postavili šolo, ki je jasna v svojih zahtevah, da bi se vsi udeleženci, tako dijaki kot tudi profesorji in starši, v njej dobro počutili.



## LOKACIJA GIMNAZIJE ŠIŠKA

Gimnazija Šiška se nahaja v mirnem okolju in v neposredni bližini športnih objektov, kot so Gimnastični center Gib, Športni park Ljubljana z atletskim stadionom in nogometnimi igrišči, blizu je tudi Hala Tivoli.



## PROGRAMI

Na Gimnaziji Šiška vsako leto razpisujemo štiri športne (gimnazija/š) in dva splošna oddelka (gimnazija). Na šoli imamo tako 24 oddelkov (16 športnih in 8 splošnih) s skupno približno 550 dijakinjami in dijaki iz trenutno 32 športov.

Poleg gimnazije v sklopu zavoda Gimnazija Šiška deluje tudi dijaški dom. V njem imamo na voljo 196 postelj v dvoposteljnih sobah.

Pouk je v dopoldanskem času. Urnik vseh oddelkov je dostopen na šolski spletni strani. Športna vzgoja poteka v različnih športnih objektih. Uporabljamo malo in veliko šolsko telovadnico, fitness, plezalnico, strelišče, dvorane športnega društva GIB na Drenikovi ulici, atletski stadion in nogometna igrišča v Športnem parku Ljubljana.

V okviru izbirnih vsebin organiziramo šole v naravi (vključeni športni treningi, teoretična predavanja o športu, plesne aktivnosti, zdravstvena vzgoja, prva pomoč), kulturne dneve, razvedrilni program in drugo.



**Predmetnik za program gimnazija – športni oddelki**

\* izvajamo v okviru obveznih izbirnih vsebin

predmeti	letnik				skupaj
	1.	2.	3.	4.	
Slovenščina	4	4	5	5	630
Matematika	4	5	4	5	630
Prvi tuj jezik	3	3	4	4	490
Drugi tuj jezik	3	3	3	3	420
Zgodovina	2	2	2	2	280
Športna vzgoja	6	6	6	4-6	770-840
Glasba		2			52 + 18*
Likovna umetnost			2		52 + 18*
Geografija	2	2	2		210
Biologija	2	2	2		210
Kemija	2	2	2		210
Fizika	2	2	2		210
Psihologija		2			70
Sociologija			2		70
Filozofija				2	70
Informatika	2				70
Aktivno državljanstvo			1		35
Ure za izbirne predmete				6-9	210-315
Obvezne izbirne vsebine (letno)	90	90	55	30	265

V programu gimnazije/š se dijaki šolajo v športnih oddelkih. Program je vsebinsko enak kot običajen gimnazijski program, le da sta predmeta glasba in likovna umetnost zaradi lažje izvedbe v programu v drugem in tretjem letniku, **povečan** pa je tudi **fond ur športne vzgoje**. Program športne vzgoje izvajamo v obliki treh treningov po 90 minut (približno 100 treningov letno).

Prvi dve leti je **program športne vzgoje usmerjen v pridobivanje široke gibalne izobrazbe in osnovne telesne priprave**. Poudarka sta na atletiki in gimnastiki, dijaki pa spoznavajo tudi različne športne igre.

Ure **atletike** izvajamo na bližnjem stadionu v Parku Ljubljana. Na atletskih treningih v prvem in drugem letniku je delo usmerjeno tako, da dijaki spoznajo vse atletske discipline. Pri teh urah razvijajo koordinacijo, širijo motorična znanja in splošno gibalno izobrazbo.

Ure **gimnastike** izvajamo v gimnastičnem centru v na Drenikovi ulici. Dijaki spoznavajo osnovne prvine na parterju, drogu, bradlji, preskoku ter skoke na mali in veliki prožni ponjavi.

Dijaki spoznavajo tudi športne igre. Za vse tri dele programa (atletika, gimnastika in športne igre) velja, da jih po oddelkih prilagajamo glede na šport, iz katerega dijaki prihajajo. Pri nogometu, rokometu in odbojki organiziramo tudi dodatne treninge ob sodelovanju trenerjev panožnih zvez in klubov.

Vse ure športne vzgoje se praviloma zvrstijo do 11. ure, tako da ne ovirajo popoldanskih treningov. V tretjem in četrtem letniku je jutranji trening individualen in specializiran. Športno vzgojo vodijo športni koordinatorji, profesorji športne vzgoje, ki so specializirani za delo s športniki, in

zunanji sodelavci, strokovnjaki za posamezna področja. Posebej obremenjeni dijaki športniki imajo možnost posebnega dogovora o prilagajanju šolskih obveznosti.

Za športne oddelke je značilno **manjše število dijakov v razredu** (normativ 22). **Ocenjevanje je napovedano** in v primeru večjih športnih obremenitev tudi posebej načrtovano. Učitelji poleg rednih ur izvajajo tudi ure individualnega dela, t. i. OUP oz. **organizirano učno pomoč**.

Ob razredniku za dijake v športnih oddelkih skrbita še **športni in pedagoški koordinator**. Športni koordinator je v stiku s trenerji in spremlja dijakove športne obremenitve, pedagoški koordinator pa sledi učnemu uspehu in skrbi za prilagajanje šolskih obveznosti potrebam trenažnega procesa. Dijaki, ki so zaradi treningov in tekmovanj več odsotni, se glede vseh obveznosti individualno dogovarjajo.

Koordinacija posameznega oddelka v sestavi razrednik, oba koordinatorja, po potrebi tudi trener, vzgojitelj ter ravnatelj se sestaja dva- do štirikrat mesečno. Na sestankih pregleda šolski uspeh posameznega dijaka, njegove športne obremenitve in pripravi načrt za nadaljnje delo.

Dijakom je v šoli na voljo **fizioterapija in ekipa športnih psihologov**. Stroške teh dveh storitev delno pokriva šola, delno pa dijaki oz. starši.

Športne oddelke sestavljamo glede na šport in potrebe posameznih športov. V določenih oddelkih vodimo projekte z nacionalnimi panožnimi zvezami in posameznimi klubi (Rokometno zvezo Slovenije, Nogometno zvezo Slovenije).



Sam niti enkrat ne pomislim, da sem se odločil napačno, saj mi je šola na vseh področjih dala toliko, da si ne bi nikoli premislil. Res bi Gimnazijo Šiška priporočil vsem. Verjamem, da jim ne bo žal.

**Jaka Bijol**  
nogometni reprezentant

To so bila zagotovo štiri najlepša leta moje mladosti in nikoli mi ni bilo žal, da sem izbrala Gimnazijo Šiška. Zame je bilo najpomembnejše, da sem lahko brezskrbno usklajevala šport in šolo, kar mi je s pomočjo koordinatorjev, učiteljev in trenerjev tudi uspelo. Za vedno jim bom hvaležna za vse, kar so mi dali tako s športne kot človeške plati.

**Ana Gros**  
kapetanka rokometne reprezentance

Dodatni treningi, ki so mi bili omogočeni v dopoldanskem času v okviru športne vzgoje, pravilna športna prehrana v šolski kuhinji, skupno načrtovanje preverjanj znanja in organizirana dodatna učna pomoč s strani profesorjev so dejavniki brez katerih mi ne bi uspelo uresničiti svojih sanj in tekmovati na Olimpijskih igrah v Londonu.

**Saša Golob**  
olimpijka v športni gimnastiki

Vsako leto na Gimnaziji Šiška vpišemo tudi dva formalno splošna oddelka. Formalna zato, ker je tudi v teh v zadnjih letih **večina vpisanih dijakov športnikov**. Skrbimo, da se v razredu dobro počutijo tudi dijaki, ki se s športom ne ukvarjajo aktivno.

**Dobro prakso, razvito v športnih oddelkih, prenašamo v splošne oddelke.** Tako sta tudi v splošnih oddelkih dijakom poleg razrednika v podporo športni in pedagoški koordinator. Tudi tu izvajamo redne sestanke koordinacije za usklajevanje šolskih in športnih obveznosti.

Tako v splošnem oddelku od leta 2014 izvajamo projekt **dekliškega nogometa** ob močni podpori Nogometne zveze Slovenije.

### Predmetnik za program gimnazija – splošni oddelki

\* izvajamo v okviru obveznih izbirnih vsebin

predmeti	letnik				skupaj
	1.	2.	3.	4.	
Slovenščina	4	4	5	5	630
Matematika	4	5	4	5	630
Prvi tuj jezik	3	3	4	4	490
Drugi tuj jezik	3	4	3	3	455
Zgodovina	2	2	2	2	280
Športna vzgoja	3	4	4	4	525
Glasba	2				52 + 18*
Likovna umetnost	2				52 + 18*
Geografija	2	2	2		210
Biologija	2	2	2		210
Kemija	2	2	2		210
Fizika	2	2	2		210
Psihologija		2			70
Sociologija			2		70
Filozofija				2	70
Informatika	2				70
Aktivno državljanstvo			1		35
Ure za izbirne predmete				4-8	140-280
Obvezne izbirne vsebine (letno)	90	90	55	30	265



V vse oddelke so razporejeni dijaki, ki se ukvarjajo z **individualnimi športi**: atletika, badminton, biatlon, golf, borilne veščine, kajak in kanu na divjih vodah, cestno in gorsko kolesarstvo, namizni tenis, tenis, plavanje, športna in ritmična gimnastika, smučarski skoki, alpsko smučanje, tek na smučeh, športni ples, cheer ples, športno plezanje, umetnostno drsanje, veslanje, moderni tekmovalni plesi.

Zaradi velike raznolikosti je tu praviloma potrebnega največ prilagajanja obveznosti. Zaradi posebnosti in zahtev posameznih športov, vsebinsko in časovno različnih programov treninga in športnega napredka, je pri dijakih individualnih športnih panog še **posebej pomembno natančno načrtovanje in usklajevanje športnih in šolskih obveznosti**. Tako posebno skrb namenjamo dobremu sodelovanju šole, dijakov, staršev in trenerja.

Primeri umestitve **športne vzgoje in ur organizirane učne pomoči** v urnike v oddelku  
 Pouk praviloma poteka med 8.00 in 14.35.

1. letnik	pon.	tor.	sre.	čet.	pet.
P 7:10 – 7:55	OUP	OUP	OUP	OUP	
1. 8:00 – 8:45		ŠVZ ATLETIKA	ŠVZ GIMNASTIKA	ŠVZ ŠPORTNE IGRE	
2. 8:50 – 9:35					
3. 9:40 – 10:25					
4. 10:30 – 11:15	malica				
5. 11:20 – 12:05					
6. 12:10 – 12:55					
7. 13:00 – 13:45					
8. 13:50 – 14:35					OUP
9. 14:40 – 15:25	OUP	OUP	OUP	OUP	

3. letnik	pon.	tor.	sre.	čet.	pet.
P 7:10 – 7:55	OUP	OUP	OUP	OUP	
1. 8:00 – 8:45					
2. 8:50 – 9:35					
3. 9:40 – 10:25					
4. 10:30 – 11:15	ŠVZ INDIVIDUALNI PRISTOP		ŠVZ INDIVIDUALNI PRISTOP	ŠVZ INDIVIDUALNI PRISTOP	
5. 11:20 – 12:05	malica				
6. 12:10 – 12:55					
7. 13:00 – 13:45					
8. 13:50 – 14:35					OUP
9. 14:40 – 15:25	OUP	OUP	OUP	OUP	





Dijaki, ki se ukvarjajo z **ekipnimi športi**, so na naši šoli razporejeni v treh oddelkih. Trenutno največji delež predstavljajo **odbojka, košarka, hokej, rokomet in nogomet**.

Program izvajanja športne vzgoje je prilagojen potrebam posameznih športov, iz katerih dijakinja in dijaki prihajajo. Pri rokometu in nogometu poskrbimo za dijake s posebnimi projekti, pri katerih sodelujemo z nacionalnimi panožnimi zvezami. Podrobnosti so opisane v nadaljevanju brošure.

Znotraj enega od oddelkov že od leta 1997 izvajamo tudi projekt **odbojcarskega programa**. Pri tem sodelujemo tako z Odbojcarsko zvezo Slovenije kot tudi s klubi. V prvem in drugem letniku izvajamo **dodaten odbojcarski trening**, ki ga vodijo priznani slovenski trenerji in trenerke. V višjih letnikih imajo odbojkarji in odbojkarice možnost specialnih treningov, ki jih vodijo klubski trenerji.

Pri ekipnih športih med drugim na različne načine sodelujemo tudi z okoliškimi nogometnimi, košarkarskimi in hokejskimi klubi.

Primer umestitve športne vzgoje in ur organizirane učne pomoči v urnik oddelka

	pon.	tor.	sre.	čet.	pet.
P 7:10 – 7:55	OUP	OUP	OUP	OUP	OUP
1. 8:00 – 8:45	ŠVZ		ŠVZ	ŠVZ	
2. 8:50 – 9:35					
3. 9:40 – 10:25					
4. 10:30 – 11:15	malica				
5. 11:20 – 12:05					
6. 12:10 – 12:55					
7. 13:00 – 13:45					
8. 13:50 – 14:35					
9. 14:40 – 15:25		OUP		OUP	





Že od šolskega leta 2003/04 izvajamo projekt rokometnih oddelkov. Kot partnerji v projektu sodelujejo **Rokometna zveza Slovenije**, Gimnazija Šiška, Ministrstvo za izobraževanje, znanost in šport, **klubi in njihovi trenerji**. Šola zagotavlja organizacijo pedagoškega procesa tako, da lahko dijaki športniki uspešno usklajujejo šolske in športne obveznosti. Rokometna zveza zagotavlja kvaliteten trening, enotno opremo in trenerje. Ministrstvo za izobraževanje, znanost in šport prek nacionalnih panožnih športnih šol sofinancira trenerja. Rokometni klubi usmerjajo svoje igralce in igralke v projekt, na svojih spletnih straneh objavljajo dogodke, vezane na projekt, klubski trenerji tudi sodelujejo na jutranjih treningih.

**Treningi** dijakov so razdeljeni na **dopoldanski in popoldanski del**. V dopoldanskem času, tj. v času rednega pouka, imajo štiri treninge: dva rokometna treninga, atletski trening in gimnastiko oz. športne igre v prvem in drugem letniku. V tretjem letniku imajo dijaki še vedno dva rokometna treninga; enkrat imajo trening moči na atletskem stadionu, enkrat pa imajo trening za razvoj koordinacije, ravnotežja in eksplozivne moči v telovadnici. Po potrebi oz. po dogovoru s klubskimi trenerji imajo dijaki možnost treninga v šolskem fitnessu.

Rokometni treningi so organizirani tako, da je največji **poudarek na individualni napadalni in obrambni tehniki in taktiki**, veliko število vaj pa se izvaja v dvojicah, trojicah. Za tak način treningov se odločamo predvsem zato, ker v klubih gojijo različne obrambne oziroma napadalne taktične variante, individualne elemente, vaje v dvojicah, trojicah pa lahko dijaki in dijakinje nemoteno uporabijo na treningih svojega kluba.

Zahtevnost vaj na treningih je prilagojena predhodnemu znanju rokometashev in rokometashec. Nekaj treningov je namenjenih tudi vratarjem in vrataricam. Rokometne treninge vodi trenerka RZS Sonja Čotar, dvakrat tedensko pa se v treninge vključuje še dodatna trenerka RZS Mateja Kavčič.

V popoldanskem času dijaki trenirajo v svojih klubih. Če bivajo v dijaškem domu, jim lahko organiziramo vadbo v njihovi starostni kategoriji v enem izmed ljubljanskih klubov.

Za treninge so zagotovljeni najboljši možni pogoji na **atletskem stadionu**, v specializirani **gimnastični dvorani** v centru Gib na Drenikovi, **šolski telovadnici**, dijaki imajo na voljo tudi **plezalnico in fitness**. Vsi treningi so lahko podprti z **nadstandardno opremo** (športna oprema, avdio-video oprema, merilniki srčnega utripa, tenziometrijska plošča, računalniška oprema in strokovna literatura).

Ob dobrem delu ne izostanejo niti športni uspehi. Obe šolski rokometni ekipi zelo uspešno tekmujeta na šolskih državnih prvenstvih in tudi na mednarodnih tekmovanjih. Največji uspeh so dosegla **dekleta na ISF svetovnem šolskem prvenstvu 2014 v Turčiji** z osvojitvijo **2. mesta**.





Projekt nogometnega programa za fante poteka v tesnem sodelovanju z **Nogometno zvezo Slovenije**. To so internatski oddelki, kar pomeni, da **dijaki** tega programa obvezno **bivajo v dijaškem domu**.

Tedensko v okviru projekta izvedemo **sedem treningov**, tako **nogometnih** kot tudi **podpornih** (regeneracija, treningi moči, hitrosti ipd.).

Poleg internatskega načina dela so posebnost nogometnega programa tudi **šole v naravi**, saj jih izvajamo drugače kot za ostale športne oddelke. Šole v naravi so namreč poleti skupaj s **pripravami reprezentance ustrezne starosti**. To je najboljši način, da se ob neposredni primerjavi vidi napredek igralcev.

Primer tedenskega rasporeda treningov

	pon.	tor.	sre.	čet.	pet.
6:30	zajtrk				
P 7:10 – 7:55	TRENING				GIMNASTIKA IN VADBA ZA POŠKODOVANE
1. 8:00 – 8:45				ATLETIKA	
2. 8:50 – 9:35		TRENING			
3. 9:40 – 10:25					
4. 10:30 – 11:15					
5. 11:20 – 12:05	malica				
6. 12:10 – 12:55					
7. 13:00 – 13:45					
8. 13:50 – 14:35					
9. 14:40 – 15:25	kosilo				
10. 15:30 – 16:15		TRENING	TRENING	TRENING	





BIJE ZA SLOVENIJI



S projektom dekliškega nogometa smo začeli v šolskem letu 2014/15. Zaradi lažjega prilagajanja ga izvajamo znotraj splošnega oddelka gimnazije. Treninge vodijo štiri **trenerke Nogometne zveze Slovenije**, med njima selektorici reprezentanc U17 in U19.

Dekletom v nogometnem programu zagotavljamo enako raven storitev kot v moškem nogometnem programu. Tudi tu sta v oddelku **športni in pedagoški koordinator**, na voljo pa so jim tudi storitve **fizioterapije in športni psiholog**. Ure športne vzgoje so prilagojene potrebam trenajnega procesa.

Če to želijo, je dekletom na voljo tudi bivanje v dijaškem domu. Vsa dekleta nogometnega programa so v dijaškem domu zbrana v eni vzgojni skupini, kar zagotavlja večjo preglednost pri usklajevanju športnega in šolskega dela.

Dijakinjam v oddelku zaradi uravnotežene dinamike pridružimo predvsem dijake iz individualnih športov, medtem ko so dijaki iz ekipnih športov praviloma razporejeni v drug splošni oddelek. Pri razporejanju poskušamo čim bolj združevati dijake iz istih športov oz. istih klubov, saj to dijakom in staršem pogosto olajša logistiko tako v primeru prevozov na treninge kot tudi podporo v primeru odsotnosti.

Primer umestitve **treningov** in **govornilnih ur za dijake** (dodatne učne pomoči) v urnik oddelka

	pon.	tor.	sre.	čet.	pet.
P 7:10 – 7:55	GUD	GUD			GUD
1. 8:00 – 8:45			TRENING 7:30-9:00	TRENING 7:30-9:00	
2. 8:50 – 9:35					
3. 9:40 – 10:25					
4. 10:30 – 11:15	malica				
5. 11:20 – 12:05					
6. 12:10 – 12:55					
7. 13:00 – 13:45					
8. 13:50 – 14:35					
9. 14:40 – 15:25	TRENING 14:30-16:00			GUD	GUD
		TRENING 15:00-16:30		TRENING moči 15:30-17:00	



## VPIS V PROGRAM GIMNAZIJA/Š

Devetošolci, ki so **registrirani športniki**, kar je razvidno iz uradne Evidence registriranih in kategoriziranih športnikov, morajo pred oddajo **prijave za vpis**, do roka, ki ga z rokovnikom za vsako šolsko leto posebej določi minister, pristojen za šolstvo, na naslov Gimnazije Šiška posredovati naslednja **dokazila** kot posebnem vpisnem pogoju za izobraževanje po programu Gimnazija – športni oddelek:

- **zdravniško potrdilo** osebnega zdravnika ali zdravnika specialista medicine dela in športa ali potrdilo o rednem preventivnem pregledu kandidata v zadnjem letu, iz katerega je razvidno splošno zdravstveno stanje kandidata;

- **potrdilo nacionalne panožne športne zveze za vpis v športni oddelek**, ki vsebuje podatke o doseženih športnih rezultatih kandidata v zadnjih dveh letih;

- **izjavo trenerja** o sodelovanju s športnim koordinatorjem,

**Več informacij** najdete na šolski spletni strani Gimnazije Šiška: <https://www.gimnazija-siska.si/vpis>

Vsa dokazila morajo kandidati dostaviti do datuma, ki je vsako leto posebej določen s strani pristojnega ministrstva, praviloma pa je to v drugi polovici februarja. Po tem, ko Gimnazija Šiška devetošolcu v skladu z rokovnikom posreduje potrdilo o izpolnjevanju posebnih pogojev za vpis v program Gimnazija – športni oddelek, devetošolec odda prijavo za vpis v začetni letnik programa Gimnazija – športni oddelek.

## TESTIRANJE ZA NOGOMETAŠE

Dodatno **za projekt Nogometne zveze**:

praviloma konec februarja ali v začetku marca Nogometna zveza Slovenije za vse kandidate, ki trenirajo nogomet, pripravi testiranje. **Testiranje** je obvezno za kandidate v projektu Nogometne zveze Slovenije. Točen termin bo objavljen na šolski spletni strani in na strani NZS.

vpis v program gimnazija/š	
<input checked="" type="checkbox"/>	zdravniško potrdilo
<input checked="" type="checkbox"/>	potrdilo panožne športne zveze (posebni obrazec)
<input checked="" type="checkbox"/>	izjava trenerja o sodelovanju s športnim koordinatorjem (posebni obrazec)
<input type="checkbox"/>	testiranje (nogomet)
<input checked="" type="checkbox"/>	prijava za vpis

## DOLOČITEV STATUSOV ŠPORTNIKA

Kandidate se na podlagi športne uspešnosti razvrsti v statuse A, B in C. Za določitev statusov so izdelana merila, po katerih nacionalne panožne športne zveze določijo status posameznemu kandidatu športniku.

### Status A

- **vsii kategorizirani športniki** v skladu z zakonom, ki ureja področje športa, oz. tisti, ki v času do izvedbe prvega kroga izbirnega postopka dosežejo rezultat, ki je pogoj za pridobitev naziva kategoriziranega športnika;

- **individualne športne panoge**: športniki, ki v olimpijskih športnih panogah na uradnih državnih prvenstvih dosegajo uvrstitve od 1. do 5. mesta v svoji disciplini in svoji starostni kategoriji, ali rekorderji ali športniki, ki dosegajo uvrstitve od 1. do 5. mesta na razvrstitveni lestvici nacionalne panožne športne zveze;

- **kolektivne športne panoge**: športniki, ki so člani državnih reprezentanc v olimpijskih športnih panogah oz. so člani uradnih državnih reprezentanc in jih nacionalna panožna športna zveza določi za zelo perspektivne (pri tem upošteva številčne kvote za športnike posamezne kolektivne športne panoge, ki so navedene v ‘Pogojih, pravilih in kriterijih za registriranje in kategoriziranje športnikov v Republiki Sloveniji’);

### Status B

**Individualne športne panoge**:

- športniki, ki v neolimpijskih športnih panogah na uradnih državnih prvenstvih dosegajo uvrstitve od 1. do 3. mesta v svoji disciplini in svoji starostni kategoriji, ali rekorderji ali športniki, ki dosegajo uvrstitve od 1. do 3. mesta na razvrstitveni lestvici nacionalne panožne športne zveze;

- športniki, ki v olimpijskih športnih panogah na uradnih državnih prvenstvih dosegajo uvrstitve od 6. do 10. mesta v svoji disciplini in svoji starostni kategoriji, ali športniki, ki dosegajo uvrstitve od 6. do 10. mesta na razvrstitveni lestvici nacionalne panožne športne zveze;

**kolektivne športne panoge**:

- športniki, člani ekipe, ki so v olimpijskih športnih panogah na uradnih državnih prvenstvih dosegli 1. do 5. mesto;

- športniki, ki so člani državnih reprezentanc v neolimpijskih športnih panogah oziroma so člani ekipe, ki je na uradnem državnem prvenstvu osvojila 1. do 5. mesto;

### Status C

- Vsi športniki, ki ne izpolnjujejo meril za status A ali B, pri čemer imajo prednost športniki v športnih panogah, ki so uvrščene v prve štiri razrede razvrstitve športnih panog v razrede, ministrstva, pristojnega za šport.

## VPIS V PROGRAM GIMNAZIJA

Dijaki morajo oddati **prijavo za vpis** do roka, ki ga za vsako leto posebej s koledarjem določi minister, pristojen za šolstvo.

**Nogometna zveza** Slovenije praviloma konec februarja ali v začetku marca za vse kandidatke v projektu Nogometne zveze pripravi **testiranje**. Točen termin bo objavljen na šolski spletni strani in na strani NZS.

## MERILA V PRIMERU OMEJITVE VPISA

Kandidati se izberejo za vpis v šolo na podlagi razvrstitve z uporabo točk, ki jih pridobijo z učnimi uspehi v 7., 8. in 9. razredu osnovne šole, tako da se uporabijo zaključne ocene obveznih predmetov iz 7., 8. in 9. razreda osnovne šole. Z ucnim uspehom kandidat lahko dobi največ 175 točk.

Kandidatu za vpis v program gimnazija/š se

- za pridobljeni status športnika A prišteje še 10 točk in
- za pridobljeni status športnika B prišteje še 5 točk.

*Merila v primeru omejitve vpisa, ko se na spodnji meji razvrsti več kandidatov z istim številom točk iz ocen vseh obveznih predmetov zadnje triade osnovne šole, so objavljena v Razpisu za vpis v srednje šole.*



## ŠOLSKA ŠPORTNA TEKMOVANJA

Dijakinje in dijaki Gimnazije Šiška tekmujejo na večini šolskih športnih tekmovanj v Sloveniji ter tudi na nekaterih mednarodnih. Praviloma so na teh tekmovanjih zelo uspešni. Na Gimnaziji Šiška vsako leto tudi organiziramo del šolskih športnih tekmovanj; običajno so to turnirji v zaključni fazi. Na teh tekmovanjih redno nastopa tudi šolska plesna skupina.

Na fotografijah najdete nekaj utrinkov s posameznih tekmovanj v preteklem šolskem letu. Na skupinski sliki je del dijakin in dijakov Gimnazije Šiška, ki so v preteklem šolskem letu osvojili eno izmed prvih treh mest na šolskih državnih prvenstvih.





## ŠOLE V NARAVI

Posebnost Gimnazije Šiška so tudi šole v naravi. Njihov namen je poleg medsebojnega povezovanja tudi seznanitev z novimi športnimi aktivnostmi. Dijaki športnih oddelkov opravijo v času šolanja tri šole v naravi, in sicer spoznavno (pohodi, kolesarjenje, športne igre) v začetku prvega letnika, zimsko šolo v naravi (nordijsko in alpsko smučanje, deskanje) v drugem letniku in poletno (potapljanje, jadrnanje) v tretjem letniku. V splošnih oddelkih se dijaki udeležijo spoznavne šole v naravi v začetku prvega letnika in zimske šole v naravi v 2. letniku, v 3. letniku pa se lahko udeležijo poletne šole v naravi.





## IZBIRNI PREDMETI

Tako v splošnih kot tudi športnih oddelkih se izobraževalni program zaključuje z **matur**o. Poleg obveznih predmetov dijaki na maturi opravljajo tudi izpite iz **dveh izbirnih predmetov**. Predmeta dijaki izberejo ob koncu tretjega letnika. Izbirajo lahko med **kemijo, fiziko, biologijo, informatiko, zgodovino, psihologijo, geografijo in sociologijo**.



## KROŽKI IN DEJAVNOSTI

Glede na interese dijakov vsako leto potekajo številni krožki in različne dejavnosti s področja kulture in umetnosti, raziskovanja, tekmovanja iz znanja, športa, fakultativnih predmetov. Dijaki vodijo program šolskega radia, sodelujejo v ŠILI, plesni skupini, merilnem centru, biološkem (ekovrt, skrb za žival), računalniškem in fotografskem krožku, pripravljajo spletne strani, kulturne večere, likovno ustvarjajo, delajo kot prostovoljci, potujejo po različnih deželah Evrope in domovini, obiskujejo gledališča, opero, filmske predstave ipd. Vsako šolsko leto organiziramo šolsko tekmovanje za naj razred, ki vključuje štiri področja: znanje, ustvarjalnost, aktivnost in šport.



## OBVEZNE IZBIRNE VSEBINE

Obvezne izbirne vsebine (OIV) so del gimnazijskega programa. Večinoma potekajo v zato predvidenih pouka prostih dneh, o katerih so dijaki pravočasno obveščeni. Nekatere vsebine izvedemo tudi ob pouku.

Obvezne izbirne vsebine se delijo na:

- vsebine, **obvezne za vse**: knjižnično-informacijska znanja, kulturno-umetniške vsebine, športni dnevi, zdravstvena vzgoja, vzgoja za družino, mir in nenasilje
- vsebine, **obvezne za tip gimnazije**: kulturno-umetniške vsebine z likovnega in glasbenega področja
- vsebine **po dijakovi prosti izbiri**: izbirni dnevi



Vsebine so smiselno razporejene prek štirih let šolanja na naši gimnaziji. Dijaki izbirajo med naslednjimi ponujenimi vsebinami:

Kino druženja in festivali	Bralno tekmovanje »Pffiffikus«	Tečaj tehnik sproščanja in osnove masaže	
Tečaj oblikovanja postave – fitnes vadba in osnove prehrane	Humanitarne akcije	Tabor: trening socialnih veščin	
Izberi sam – postani prostovoljec	Strelstvo	Vodenje računalniškega tečaja za upokoence	Programiranje
	Tečaj španščine		Tečaj arhitekturnega risanja
Športna masaža in kineziotaping	Center Sonček Šiška	Tečaj francoščine	
	Prezrta radovednost	Delo v vrtcu – spremljava dela vzgojiteljice	
Sodelovanje v kulturnih dejavnostih šole		Plavanje	ŠILA
Vivaristični krožek	Delo v domu starejših občanov	Bralna tekmovanja iz tujih jezikov	Delo v podaljšanem bivanju v osnovni šoli
Rokomet malo drugače	Spoznavanje poklicev v praksi	Kuhamo in pečemo z veseljem	Šolsko eko vrtnarjenje
		Plesna skupina	
Mednarodna izmenjava	Borza znanja – učna pomoč sošolcem in drugim dijakom Gimnazije Šiška		







Na Gimnaziji Šiška posebno **pozornost posvečamo prehrani dijakov športnikov**. Dnevno ekipa desetih zaposlenih pripravlja 10 različnih obrokov: zajtrk, dopoldansko suho malico, dopoldansko toplo malico, brezmesno toplo malico, kosilo, brezmesno kosilo, športno kosilo, športno kosilo XL, popoldansko malico in večerjo.

Prehrana je **prilagojena potrebam športnikov** z manj soli in maščob. Pri športnih kosilih prevladujejo testenine ter perutnina. Dijakom je pri kosilu na voljo solatni bar, ves čas pa so v jedilnici na voljo primerne pijače (voda z limono, čaj z medom).

Smernice prehrane določa komisija za šolsko prehrano, v kateri so vodja kuhinje, kuharica, športna koordinatorka, vodja dijaškega doma ter predstavniki dijakov. Jedilnike za tekoči teden objavljamo na naši Facebook strani.

#### primeri športnih kosil

korenčkova juha	gobova juha	bistra juha
zrezek v naravni omaki zelenjavni riž	popečen piščančji zrezek z ravioli	dušena govedina kruhov cmok
zelena solata radič z jajcem koruza	zelena solata rdeča pesa stročji fižol	zelena solata koruza krompirjeva solata
zavitek sadje	frutabela mandarina	mlečni desert
čaj z medom, voda z limono, sok nektar, kruh		



V dijaškem domu Gimnazije Šiška je na voljo 196 postelj v večinoma dvoposteljnih sobah. V dijaškem domu bivajo dekleta in fantje.

Dijakinje in dijaki so razporejeni v **sedem vzgojnih skupin**. Štiri vzgojne skupine so homogene in namenjene fantom iz nogometnega programa, dve vzgojni skupini sta delno homogeni. Prva je namenjena rokometašicam in rokometašem, v drugi pa so pretežno dekleta iz dekliškega nogometnega programa. Sedma skupina ni posebej opredeljena; v njej so dijaki različnih šol, nekateri športniki, drugi ne.

V dijaškem domu so **v prostem času**, ko dijaki nimajo učnih ur, različne **interesne dejavnosti**, ki jih organizirajo in vodijo domski vzgojitelji.

#### VPIS V DIJAŠKI DOM

V dijaški dom se lahko vpiše, kdor ima status dijaka ali vajenca oziroma študenta višje strokovne šole, ki ni zaposlen in je sprejet v dom v skladu z merili in s postopki, ki so določeni s Pravilnikom o bivanju v dijaških domovih. Prijavnico lahko dijak vloži le v en dijaški dom.





V času obstoja je **Gimnazijo Šiška obiskovalo veliko izjemnih športnikov**. Med njimi je 24 udeležencev olimpijskih iger. Še mnogo več je bilo udeležencev in osvajalcev medalj s svetovnih in z evropskih prvenstev ter mnogih drugih, ki so v slovenskem športu pustili globoko sled.

Najboljšim smo posvetili trajno **razstavo Galerija slavnih Gimnazije Šiška**. Fotografije z olimpijskih iger, svetovnih in evropskih prvenstev je prispeval priznan slovenski športni fotograf Aleš Fevžer.



Petra Majdič



Maja Matevžič



Andrej Jezeršek



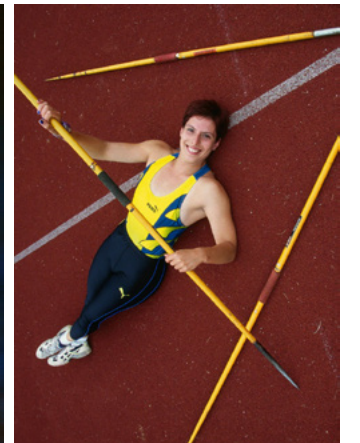
Deja Doler



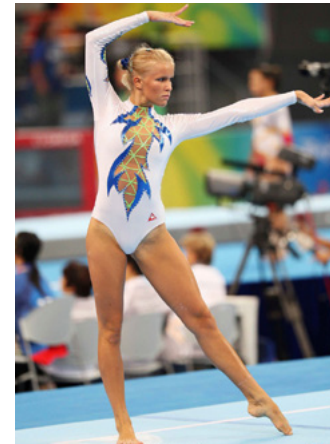
Boštjan Horvat



Meta Mačus



Eufemija Štorga



Adela Šajn



Aleš Mertelj

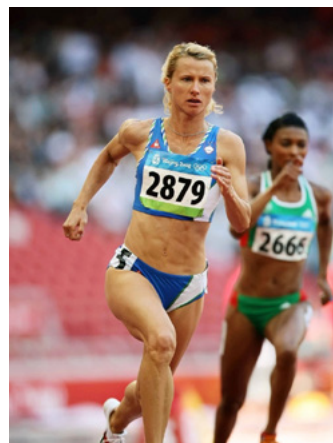


Ana Gros



Andraž Kirm





Brigita Langerholc



Damjan Zlatnar



David Špiler



Gašper Vidmar



Samir Handanovič



Saša Golob



Erika in Simona Fabjan



Jan Kralj



Jaka Lakovič



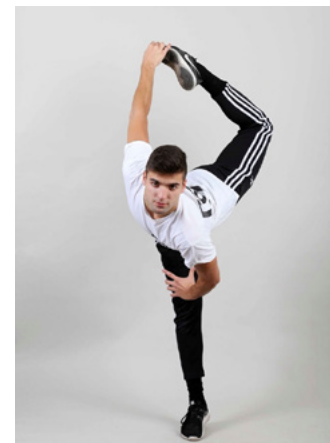
Mišo Brečko



Mojca Rode



Robert Berić



Jan Ravnik



Liza in Špela Urbančič




Marko Grilc



Andraž Jereb





Aleš Mušič 




Andrej Flažj



Bojan Jokić




Jernej Damjan 



Tamara Mavsar



Igor Medved 




Sašo Bertonec




Lina Krhlikar



Klemen Bauer 




Klemen Štrajhar 




Peter Dokl 




Rožle Prezelj 



Rok Benkovič 




Andreja Mali 




Nina Jerančič



Mojca Mavrič 

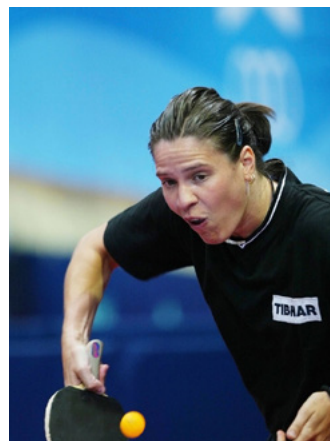




Blaž Vrhovnik 



Gregor Ropret



Biljana Todorović



Martina Safran




Amra Pandžić




Sandra Piršič



Urška Poje 



Tina Čarman 



Marko Maravič




Petra Dermastja



Uroš Bregar

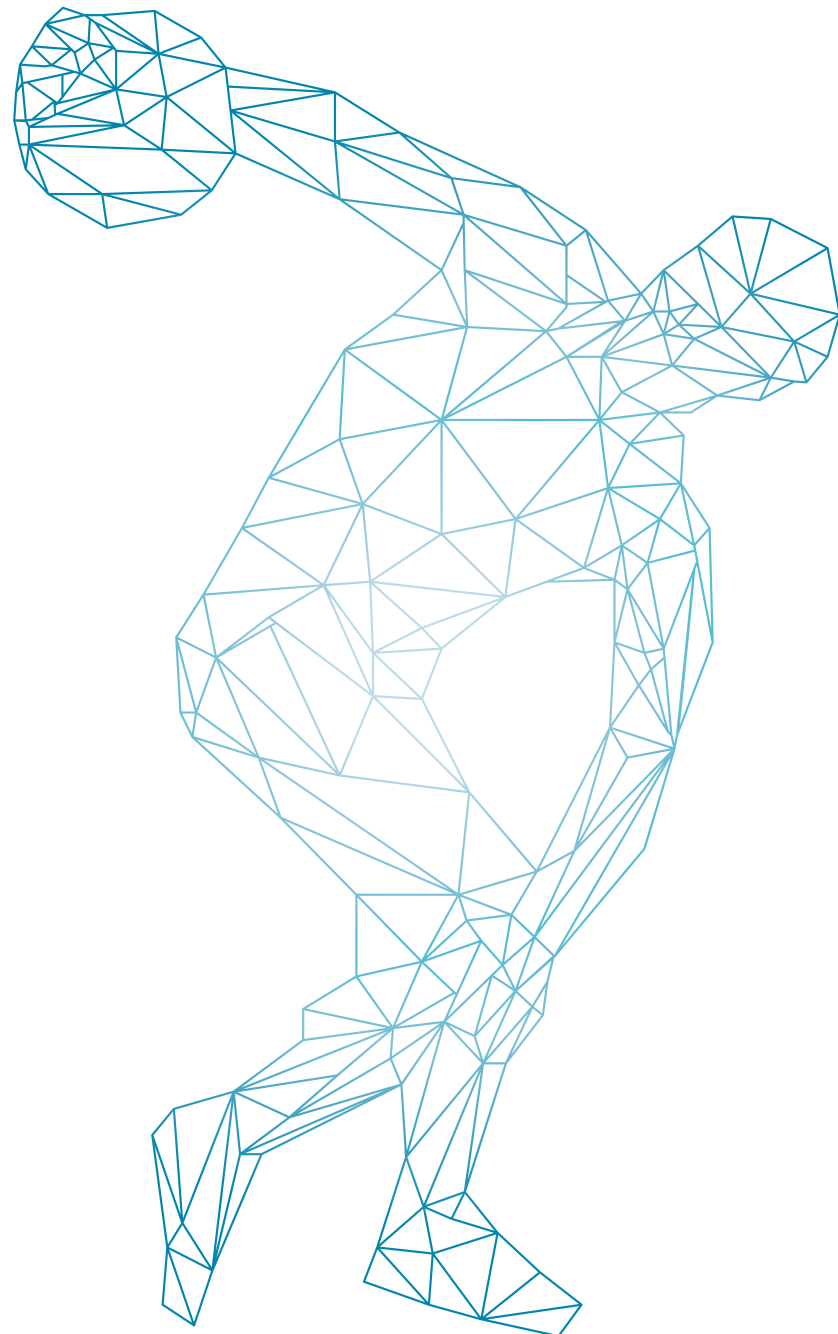


Miha Šimenc 



Nina Zulič





## KONTAKTNI PODATKI

### Gimnazija Šiška

Aljaževa ulica 32  
1000 Ljubljana

[www.gimnazija-siska.si/](http://www.gimnazija-siska.si/)

e-pošta: [gimnazija.siska@guest.arnes.si](mailto:gimnazija.siska@guest.arnes.si)

tel.: 01 500 78 00 (tajništvo)

ravnatelj: Dejan Rudolf

### Vsi kontakti Gimnazije Šiška

[www.gimnazija-siska.si/o-nas/kontakti/](http://www.gimnazija-siska.si/o-nas/kontakti/)







*Naj bo šola,  
naj bo Šiška,  
naj bo  
Gimnazija Šiška!*

