

PIKINE NOGAVIČKE

24. Pikin festival

Velenje

Torek, 24. september 2013

št. 3

Dan belih športov

Ker je letos vodilo Pikinega festivala »Zdrav duh v zdravem telesu – po Pikino!«, se je Pika Nogavička odločila, da bo poskrbela, da boste v tem tednu spoznali čim več različnih športnih panog. Vsak dan bodo predstavljeni različni športi, obiskali pa nas bodo tudi vrhunski športniki, ki tekmujejo v predstavljenih disciplinah. Z njimi lahko tudi poklepetate in jih vprašate vse, kar vas zanima v zvezi s športom, ki ga trenirajo.



Ker na otoku Tuka Taka, kjer Pika živi, nimajo snega, revica še nikoli v življenju ni smučala. Ravno zato se je odločila, da moramo najprej spoznati zimske športe in v goste povabila člane Smučarske zveze Slovenije. Ti so na otrocih opravljali meritve njihovih sposobnosti za smučarske skoke in nordijsko kombinacijo ter jih seznanili s športi, ki so povezani s snegom. Piko so tako navdušili, da bo ob prvem letošnjem snegu skočila z Velenjske skakalnice!

“Izvedela sem, da so Beli športi tisti, ki so bele barve. To pomeni, da jih izvajamo takrat, ko je zunaj sneg. Takrat se smuča, deska, drsa ... Jaz imam fuul rada bele športe, še posebej tek na smučeh, to pa zato, ker je letošnja častna pokroviteljica Pikinega festivala Petra Majdič, najboljša slovenska tekačica na smučeh!” Pika Nogavička

Kaj danes počnete tukaj?

Predstavljamo način meritev smučarjev skakalcev in nordijskih kombinatorcev, saj so v Velenju zelo dobri športniki v teh kategorijah, na primer Marjan Jelenko. Tudi zgodovina tega športa v Velenju je res bogata, zato smo se odločili, da tokrat pokažemo meritve športnikov, ki se sicer izvajajo na Fakulteti za šport in Smučarki zvezi Slovenije. Otroci danes tukaj delajo različne teste, ki kažejo, kakšne sposobnosti imajo za smučarske skoke ali nordijsko kombinacijo. Na osnovi tega potem trenerjem predlagamo, kakšne metode treniranja naj uporabljajo, da bi bila pot pri samem treningu uspešna.

Bojan Jošt, profesor za nordijsko smučanje in filozofijo športa na Fakulteti za šport

»Najprej sem treniral smučarske skoke, potem pa sem prestopil v kombinacijo, saj je v klub prišel trener Igor Jelen, ki je videl v meni nekaj potenciala. Jaz imam pri tem športu rad čisto vse. Otrokom predlagam, naj se odločijo za skoke, če imajo radi adrenalin in se ne bojijo višine.«



Gašper Berlot, član Slovenske reprezentance v nordijski kombinaciji



Mozaik doživetij vabi

Ali veš, kje v Savinjski dolini lahko vidimo ostanke pračloveka? Ali veš, kaj je filcanje? Ali veš, kje je dolina metuljev? Zagotovo ne poznaš odgovorov na vsa vprašanja, zato te Pika prijazno vabi na interaktivni poligon, imenovan Mozaik doživetij.

Predstavljamo vam deset občin iz Savinjske in Šaleške regije, ki se nahajajo ob reki Paki in ob reki Savinji. Ob vsaki občini, ki je označena s krajevno tablo, je narejena maketa, ki ta kraj najbolj zaznamuje in najbolje predstavi. V Velenju se predstavljajo Dom kulture, kulturni spomenik sodobnosti Otona Gasparija ter premog iz Premogovnika Velenje. Ob Šoštanju se nahaja ugasli vulkan Smrekovec. V Logarski dolini se nahajata Igla in Potočka Zijalka z ostanke pračloveka. Pridite na prijetno potovanje, kjer vas čaka veliko kulturnih, naravnih, zgodovinskih in adrenalinskih zanimivosti. Pri posameznih krajih vas čakajo tudi različne delavnice, vezane na kraj. V Velenju bomo risali rudniška kladivca in vozili premog. V Topolšici bomo čistili pljuča. V Šmartnem ob Paki bomo spoznavali zelišča. V Šoštanju bomo delali knjižne zaznamke iz usnja. V Nazarjah bomo spoznali zgodovino lesa in ugotavljali, koliko je staro drevo. V Lučah bomo roke namočili v milnico in filcali iz prave ovčje volne. Vmes pa se bomo ustavili še na Golteh, kjer bomo odsmučali med količki. Jooj, skoraj vse smo že izdali. Odgovore na vprašanja pa le pridite poiskati sami!



Obiskal nas je Matjaž Debelak



Včeraj smo pred stojnico Pikinih Čalapink ujeli znanega slovenskega smučarskega skakalca Matjaža Debelaka, ki se je Pikinega festivala udeležil s sinom. Medtem, ko sta si privoščila Pikino najljubšo jed, smo mu postavili nekaj vprašanj.

Skrbite za zdrav duh v zdravem telesu?

Mislim, da malo premalo. Vpeljujemo pa otroke v šport.

Kako bi naučili Piko smučarskih skokov?

Pike Nogavičke verjetno ne bi bilo težko naučiti smučarskih skokov, saj je vsestranska. Jo boste morali pripeljati in bomo poskusili!

Pika je polna dogodivščin. Ste tudi vi kdaj zakuhali kakšno?

Marsikdaj! Danes je tukaj en gospod, doktor iz Fakultete za šport. Ko sem bil jaz v reprezentanci, je bil on priden študent, ki je začel s testiranjem smučarskih skakalcev pri nas. Spomnim se, da je enkrat pripravil blazine, da bi mi nanje skakali. Jaz pa sem te blazine preskočil. Tega ne bo nikoli pozabil.

Vsi na športni poligon

Tri! Štiri! Zdaj! Najprej naredimo sonožni poskok. Hop! Nato v teku premagujemo ovire in se spretno izmikamo vrvicam. Leva, desna, leva, desna. Na vrsti so poskosi v vojaških krogcih. Preskočimo vrvico. Skok naprej. Še skok nazaj. Rumeno žogico vržemo v zaboj, pa še rdečo žagico in nato še modro. Šprint do zastavice in hura! Pomahamo z njo, saj smo uspešno opravili športni poligon in postali zmagovalci! Juhu!

Bi se tudi ti preizkusil v poligonu? Obišči nas na travniku za Pikino trgovino. Pridi tudi na dva druga poligona, ki jih je pripravil Atletski klub Velenje. Na enem lahko vadiš skok s palico, na drugem pa metanje vorteksa in frizbija. Katerega boš izbral-a?



Napad s paradižniki!

Frrrrrr ... Frrrrrr ... Sfrčkljana! Tako je namreč ime raztreseni profesorici, ki je včeraj popoldan osvojila srca malih Pikic in Pikotov pred Zelenim odrom. Malo nerodna, a nasmejana in nadvse zanimiva profesorica je v svoj program vključila tako otroke kot tudi njihove starše in poskrbela za veliko dozo smeha! Sploh v napadu s paradižniki.

Profesorica Sfrčklana, pozdravljeni v Velenju. Kako je bilo nastopiti na Pikinem festivalu?

Super! Tako lepo smo se vse zmenili, da se mi zdi, da bi še kar lahko nadaljevali.

Otroci so bili navdušeni. Vključili so se v predstavo ...

Ja, bila sem navdušena. Kot Profesorica Sfrčkljana, kot nekdo, ki se spozna na vzgojo, ki zna otroke postrojiti (kar smo videli v napadu s paradižniki), bi rekla, da so otroci v Velenju prijazni, vljudni, uvidevni, poskrbijo za mlajše od sebe ... Same lepe stvari, ki sem jih zelo vesela.



Torej v svoja dela namensko vnašate izbrano sporočilnost ...

Seveda, saj sem profesorica. S takšno izobrazbo pa je že prav, da izobrazim še druge. To je moje poslanstvo – predajati pomembne vrednote.

Omenili ste, da ste profesorica. Kako bi prepričali Piko, ki ne mara šole, naj se vključi vanjo?

Pika se je izobraževala v življenjski šoli. To je ravno tako zelo pomembna šola, ki je ne gre zanemariti. Mislim, da se je pri tem naučila biti prijazna do svojih prijateljev, boli jo krivičnost. Po mojem mnenju tudi zelo dobro računa in zna poskrbeti zase, zato je jaz ne bi silila v šolo. Če bi prišla k meni v šolo, bi ji dovolila, da sedi zunaj na veji in si žvižga. Mogoče bi ji čez okno vrgla malo slovenščine, ki ji ne gre najbolje.



Pikin recept

Cukini bučkini zavitki s tuno in feta sirom

Ste za kosilo, ki ga lahko pripravite hitro in enostavno? Danes **Pikin kuhar Danilo Ivanuša** predlaga Cukini bučkine zavitke s tuno in feta sirom. Mmmm ... Se vam cedijo sline? Prosite mamico in očka za malo pomoči ter veselo na delo.

Kaj potrebujemo za zavitke?

- 2 cukini bučki,
- 100 g tune,
- 200 g feta sira,
- bazilika,
- drobnjak,
- olivno olje,
- balzamični kis.

Kako naredimo zavitke?

Za nadev odcedimo tuno in jo umešamo s feta sirom, ki smo ji dodali nasekljani drobnjak. Nekaj celih vejic drobnjaka pustimo za konec. Bučke narežemo po dolgem, pri tem si lahko pomagamo z lupilcem za krompir. Nato bučke zavijemo v tulec in pustimo odprtino premera 2 cm, ki smo jo napolnili s pripravljenim nadevom. Dekoriramo z listom bazilike in vejicami drobnjaka. Pred serviranjem lahko po želji pokapljamo z olivnim oljem in balzamičnim kisom za boljši okus ter izgled.

Zavitke lahko serviramo kot samostojno jed ali kot dodatek solatam in hladnim predjedem.

Pa dober tek!



Umetniške četrti

Likovna četrt

Likovna četrt vas vabi h kreativnim doživetjem. Tu lahko spoznate in preizkusite najrazličnejše slikarske in kiparske tehnike, letošnja novost pa je tudi spoznavanje s fotografijo.

»Pri nas lahko otroci preizkusijo veliko različnih tehnik risanja, vse od oglja pa do akvarelov in akrilov. Pomagamo jim člani Društva šaleških likovnikov, ki jih usmerjamo pri risanju, motive pa si lahko izbirajo sami. Tukaj je tudi skupina keramičark iz našega društva, ki z otroci ustvarjajo izdelke iz gline. Vsi skupaj smo tu zato, da spodbujamo likovno umetnost pri otrocih. Tukaj imamo na ogled tudi svojo galerijo, kjer si malčki lahko ogledajo, kakšne slike nastanejo, ko že imaš izkušnje z risanjem in slikanjem ter atelje, kjer si lahko ogledajo stojalo za slikanje, različne čopiče in druge risalne pripomočke.«

Salih Bišič, predsednik Društva šaleških likovnikov



Pridite in poiščite umetnika v sebi. Saj veste, domišljija nima meja!

Pikin izdelek dneva:

ŠKRAT DOBRE VOLJE

Ste že videli kdaj Piko Nogavičko žalostno? Neee! Pa veste zakaj ni Pika nikoli žalostna? Ker ima vedno s seboj v desnem žepu svojih pikast hlač Škrata dobre volje. V času Pikinega festivala si ga lahko izdelate tudi ti. Obišči nas v Hiši ustvarjalnosti in igre.

Za izdelavo Škrata dobre volje potrebujemo:

- leseno podlago,
- barvni filc za kapico,
- dve učki migici,
- lepilo,
- škarje,
- pisan barvni papir za nos in usta.



Izdelava:

Na leseno podlago najprej z lepilom nalepimo učki migici. Nato iz filca izrežemo kapico. Iz barvnih listov izrežemo še nos in usta ter ju nalepimo na leseno podlago. Po želji okrasimo kapico. Naš Škrat dobre volje je narejen. Preprosto in hitro.

Kaj ti pomeni rek »zdrav duh v zdravem telesu«?

»Mislim, da je duh v telesu!«

Izak, 7 let



»Da se moramo gibati, da bomo zdravi.«

Rebeka, 10 let



»To pomeni, da si zdrav.«

Nina, 10 let



»Da telovadiš, delaš prevale ...«

Taja, 8 let

Teksti:

Pina Špegel

Nastja S. Naveršnik

Oblikovanje:

Pina Špegel

Fotografije:

Nastja S. Naveršnik

Ksenija Mikor

Pina Špegel