



Moj pogled na e-šport

Biti e-športnik je vse prej kot enostavno. Uspešni e-športniki morajo imeti zelo dobro postavljene cilje, veliko discipline in tudi nekatere osebne lastnosti.

Odgovori na naslednja vprašanja, da raziščeš, kakšen je tvoj pogled na e-šport.

- Kaj si želiš doseči kot tekmovalni igralec/ka videoiger?

- Katere so najpomembnejše lastnosti, ki naredijo dobrega igralca?

- Za katere od teh misliš, da imaš dobro razvite in katere bi rad izboljšal/a?

- Kaj bi ti sam/a počel/a, da bi se izboljševal/a? Kako bi se pripravljaj/a na tekmovanja?

- Kaj počneš poleg igranja videoiger? Kakšni so tvoji hobiji?

- Kako skrbiš za prehrano, gibanje in dovolj spanca?



Jaz na spletu

Delovni list Moj pogled na e-šport

#to
sem
jaz

- Imaš kakšne vzornike v e-športu? Katere? Kaj ceniš pri njih?

Če res želiš tekmovati v videoigrah, moraš poskrbeti za dober urnik. Tako boš lahko svoje treninge igranja usklajeval/a z drugimi obveznostmi, kot so šola, treningi in drugi hobiji. Zelo pomembno je, da ne pozabiš na gibanje, offline prosti čas, dovolj spanca in skrb zase, drugače se ti lahko zgodi, da pregoriš. Kadar imaš ta urnik uravnotežen, boš tudi v igri boljši.

Izdelaj si urnik tako, da vanj vneseš čas za naslednje aktivnosti: šola, spanje, prosti čas (offline), e-šport, turnirji, delo za šolo, gibanje, čas z družino in prijatelji, gospodinjska opravila. Pri tem ti lahko pomagajo starši.

Primer urnika, kjer lahko razvijanju svojih igralskih sposobnosti nameniš npr. 12 ur tedensko najdeš spodaj.



Jaz na spletu

Delovni list Moj pogled na e-šport

#to
sem
jaz

Ura	Pon	Tor	Sre	Čet	Pet	Sob	Ned
7.00 - 13.00	ŠOLA	ŠOLA	ŠOLA	ŠOLA	ŠOLA	Delo za šolo, gospodinjska opravila	Pozno spanje, zajtrk z družino
13.00 - 17.00	DN, kosilo, gospodinjska opravila	DN, kosilo, gospodinjska opravila	DN, kosilo, gospodinjska opravila	DN, kosilo, gospodinjska opravila	DN, kosilo, gospodinjska opravila	Kosilo, čas za druženje s prijatelji in družino	Kosilo, čas za druženje s prijatelji in družino
17.00 - 19.00	Čas za hobije (trening, glasbena šola,...)	Čas za hobije (trening, glasbena šola,...)	Čas za hobije (trening, glasbena šola,...)	Čas za hobije (trening, glasbena šola,...)	Čas za hobije (trening, glasbena šola,...)	Analiziram igre preteklega tedna	Igranje in trening
19.00 - 20.30	Igranje in trening	Igranje in trening	Igranje in trening	Igranje in trening	Igranje in trening	Igranje in trening	Skupni ogled filma z družino
20.30 - 22.00	Priprava na spanje in naslednji dan (higiena, priprava torbe,...)	Priprava na spanje in naslednji dan (higiena, priprava torbe,...)	Priprava na spanje in naslednji dan (higiena, priprava torbe,...)	Priprava na spanje in naslednji dan (higiena, priprava torbe,...)	Priprava na spanje in naslednji dan (higiena, priprava torbe,...)	Družabni večer z družino ali prijatelji (namizne igre, ogled filma, skupno kuhanje večerje...)	Priprava na spanje in naslednji dan (higiena, priprava torbe,...)
22.00 - 7.00	SPANJE	SPANJE	SPANJE	SPANJE	SPANJE	SPANJE	SPANJE