

ŠPORT

Dragi učenci in učenke, pred nami je nov teden učenja na daljavo. Verjamem, da vse zmorete in da je na nekakšen način tudi to zanimivo. Ker nam vse tako dobro uspeva, bi lahko rekli, da smo vsi skupaj SUPERHEROJI. Zato naj bo šport v tem tednu nekoliko drugačen, velja?

Vremenska napoved za prihajajoči teden ni ravno vzpodbudna, pa vseeno ne pozabite na sprehode in gibanje v naravi.

VADBA DOMA

Vse kar potrebuješ je ena igralna kocka in veliko dobre volje.

Predlogi (sliki) si lahko natisneš ali pa gledaš preko ekrana in samo mečeš kocko.

Ker se je dobro pred vsako aktivnostjo dobro ogreti, ti prilagamo posnetek, da bo ogrevanje lažje in vodeno. Ne pozabi vključiti tudi svojo priljubljeno glasbo.

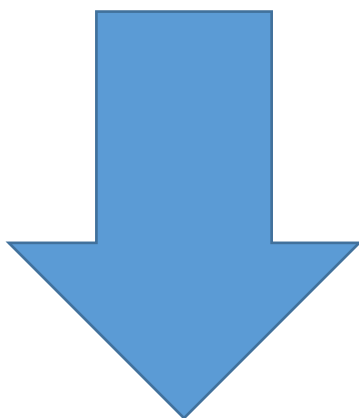
<https://www.youtube.com/watch?v=CGioDVduOQw>

Navodila:

Za prvo vajo mečeš kocko 2 krat. Prvi in drugi met ti določita SUPERHEROJSKO vajo, ki jo moraš opraviti.

Za drugo nalogo pa kocko meče eden od staršev (*če ti dovolijo, lahko tudi ti ☺*). Število pik na kocki ti pove katero SUPERHEROJSKO opravilo narediš tisti dan doma.

Obe nalogi izvajaj vsak dan, v kolikor to ni mogoče pa 3 dni v tednu.





SUPERHEROJSKE NALOGE S KOCKO



VRZI KOCKO IN IZPOLNI DOLOČENO NALOGO. VSAKIČ LAHKO
NAREDIŠ VEČ PONOVIŠTEV. KOLIKO JIH USPEŠ NAJVEČ?



TREBUŠNJAKI



SKLECE



POČEPI



POSKOKI na
"ZVEZDO"



RAKOVA HOJA

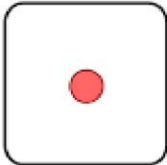


POSKOKI s KOLEBNICO

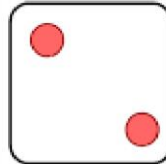


SUPERHEROJSKA OPRAVILA

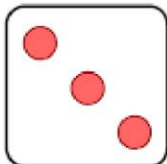
VRZI KOCKO IN TEMELJITO OPRAVI OPRAVILO



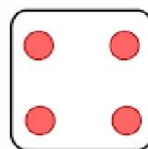
SESANJE



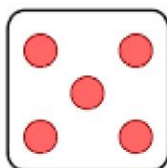
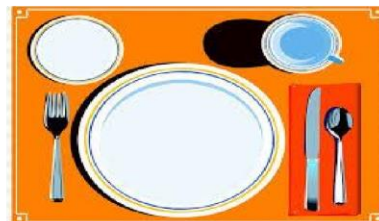
POMIVANJE POSODE



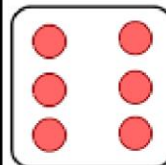
SKRB ZA POSPRAVLJENE PROSTORE



PRIPRAVA IN POSPRAVLJANJE MIZE PRI VSEH OBROKIH



BRISANJE PRAHU



OPRAVILO PO IZBIRI STARŠEV

