

SREDA, 18. 3.

## ŠPORT

### Navodilo za delo:

- Pojdi na svež zrak.
- Odpravi se v gozd, v naravo, lahko tudi na kakšen hribček, kjer ni veliko ljudi.
- Opazuj naravo.
- Namesto hoje, lahko tudi tečeš.
- Če imaš veliko energije, lahko potreniraš kolesnico ali odbojko. Predtem pa se moraš obvezno ogreti in narediti nekaj gimnastičnih vaj.
- Spodbudi k športnim aktivnostim tudi svoje starše, bratce in sestrice.

