

NAVODILA ZA DELO DOMA

PREDMET ŠPORT, UČENCI in učenke 5.c in 5.b

PETEK, 20.3.2020

Pozdravljeni otroci in starši!

Pošiljamo vam program za petek in soboto in nedeljo, saj gibanja ni nikoli preveč!

Ker je napovedano slabo vreme, najprej napotki za delo v zaprtih prostorih:

1. Poišči primerno glasbo in v krogu družine zaplešite angleški valček in polko. Če si pozabil/a korake, si pomagaj s povezavo: <https://www.youtube.com/watch?v=sVnfVUWiBTU>
2. V paru s starši ali z brati in sestrami naredi raztezne in krepilne vaje za celo telo! Ker znaš, ti kažeš vaje, ostali ponavljajo za teboj. Vsako vajo narediš vsaj 10 krat.
3. Pojdi ven na sprehod, tudi če dežuje ali pada sneg! Upoštevaj navodilo, da se ne družiš z drugimi ljudmi!

Za konec pa še kviz znanja o olimpijskih igrah! Preizkusi se v znanju v krogu družine!

Povezava: https://interaktivne-vaje.si/sport/sport_gradiva/olimpijske_igre/olimpijske_igre_1.htm

Ostanite zdravi in razigrani, se beremo naslednji teden!