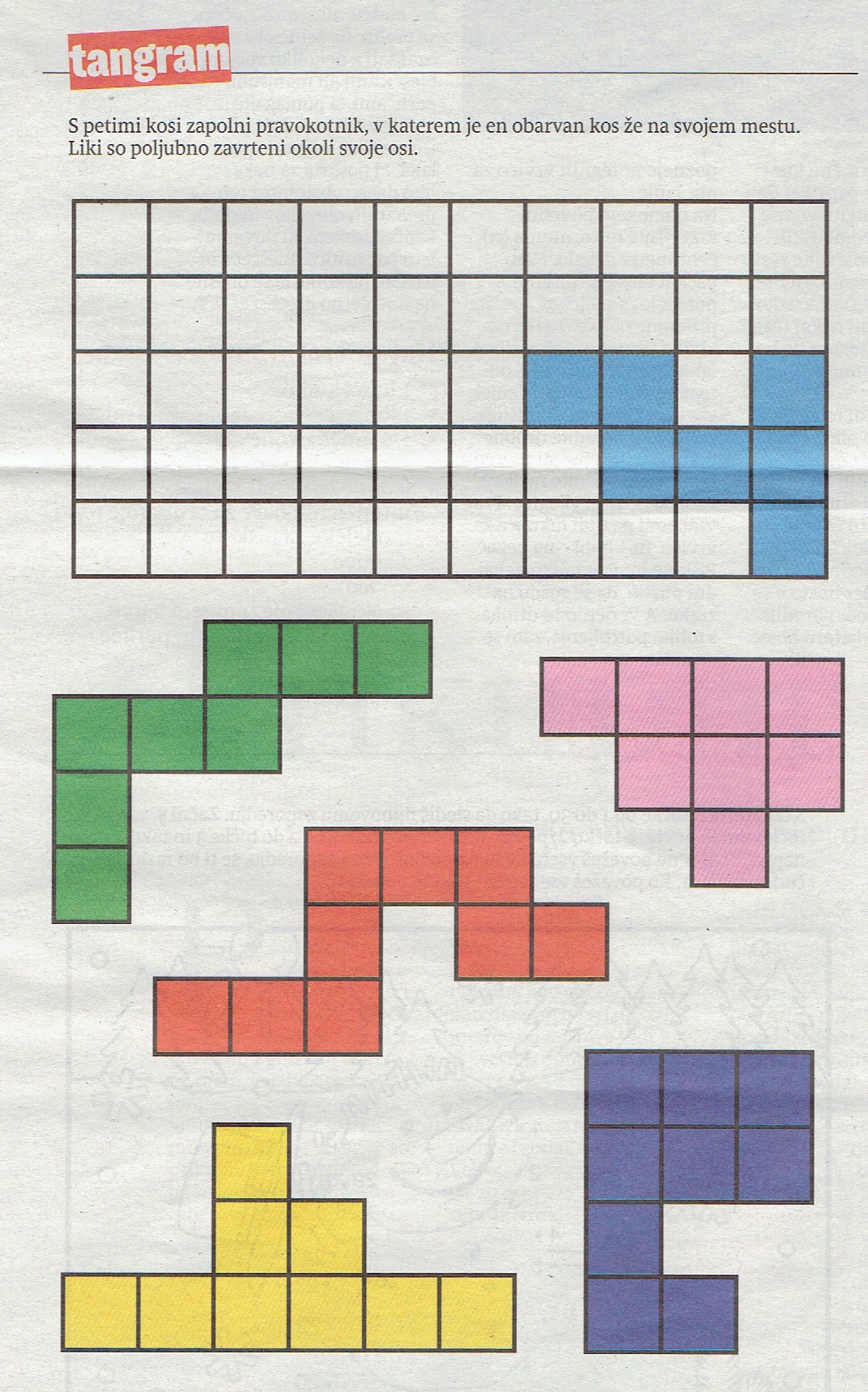
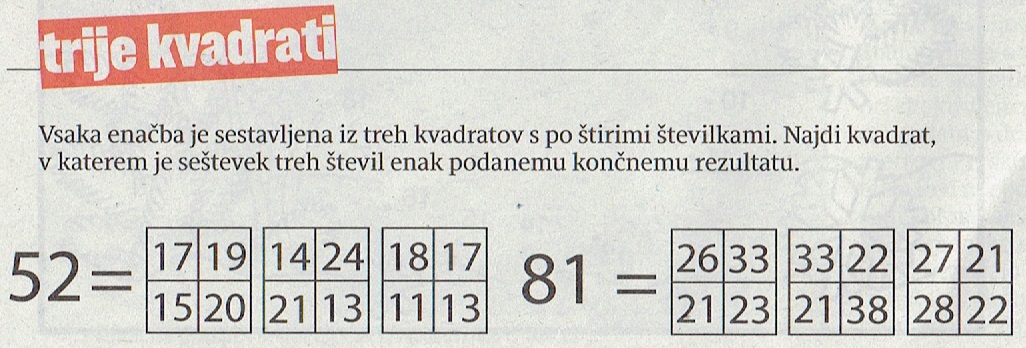
Naj bo leto 2021 mirno, polno radosti, drobnih skrivnosti in modrosti.

**MATEMATIKA**

**Za lažji prehod na »normalno« učno (miselno) delo reši spodnje naloge.**





**SLOVENŠČINA**

Novoletni prazniki so bili priložnost, da marsikomu izrečeš voščilo. Predvidevam, da si koga tudi poklical preko stacionarnega ali mobilnega telefona.

Zato ti ne bo težko rešiti naloge v samostojnem delovnem zvezku na straneh 83 in 84.

**ŠPORT**

**Ker so naloge v formatu za ležeči položaj lista, so na koncu navodil.**

**DRUŽBA**

ZAKAJ MOJE PRAVICE?

* Ker so ti dane ob rojstvu,
* ker jih ima čisto vsak med nami,
* ker ti jih ne more nihče odvzeti,
* ker vsaka pravica prinaša tudi dolžnost - spoštovati enako pravico drugih,
* ker poznavanje in spoštovanje otrokovih pravic in dolžnosti vodi do spoštovanja sebe in sočloveka.

PRAVICE OTROK

Pravice otrok so opredeljene v Deklaraciji o otrokovih pravicah. Deklaracijo je soglasno sprejela in razglasila Generalna skupščina Združenih narodov 20. novembra 1959. Pravice morajo uživati vsi otroci brez izjeme in brez vsakršnega razločevanja glede na raso, barvo kože, spol, jezik, vero,politično ali drugačno prepričanje, premoženje, rojstvo ali kakršnokoli drugo okoliščino, bodisi otroka samega ali njegove družine.

**NIT**

**Ponovi s pomočjo spodnjih vprašanj:**

Kaj je elektrika?

Naštej vrste elektrarn.

Kaj sestavlja električni krog?

Kaj vse je lahko vir električne energije?

Kaj vse je lahko napeljava?

Kakšna je vloga stikala?

Nariši sklenjen električni krog s simboli.

Kakšen je sistem centralne napeljave?

Kaj je lahko na koncu vodovodnega sistema?

**NAVODILA ZA DELO DOMA – 4. 1. - 8. 11. 2021**

**Takole pa smo zakorakali v leto 2021...**

Upam, da ste imeli lep praznike v krogu družine in da niste pozabili na gibanje. Pošiljam vam nalogo:

**VSAKODNEVNI IZZIV: Hoja bodisi po asfaltu, bodisi v naravi (gozd, makadam) najmanj 30 min dnevno, srednje hiter tempo, da se prepotite. Bodite zunaj na svežem zraku, kljub turobnemu vremenu.**

1. Spomni se, da se mora vadba začeti z ogrevanjem in razteznimi vajami, sledi glavni del vadbe in nato zaključni.

- Za **ogrevanje** lahko uporabiš vaje, ki jih izvajamo tudi v šoli.

- V **glavnem delu** vadbe si preberi spodaj

**ŠPORTNIH 5x5**

Pred teboj so različne naloge za razvijanje vzdržljivosti, moči, ravnotežja in raztezanja. Vsak dan si izberi 5 vaj iz posamezne skupine (vzdržljivost, moč, prosti čas, ravnotežje, raztezanje). Ko vaje enega dneva opraviš, kvadratke pobarvaj z enako barvo. Ko opraviš vse naloge, mi fotografijo tabele ali posnetek kakšne vaje pošlješ na: moj e-naslov: [antonija.zaksek@guest.arnes.si](mailto:antonija.zaksek@guest.arnes.si)

**VELIKO ZABAVE!!!**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **VZDRŽLJIVOST**  Rezultat iskanja slik za tekačIzberi: TEK-HOJA-KOLO; lahko tudi na mestu.  30 minut | **RAVNOTEŽJE**  Rezultat iskanja slik za plankPOLOŽAJ DESKE – IZMENIČNI DVIG ROK IN NOG (leva noga-desna roka; desna noga-leva roka)  8 ponovitev vsaka stran | **VZDRŽLJIVOST**  Rezultat iskanja slik za preskakovanje kolebnicePRESKAKOVANJE KOLEBNICE  30 sekund | **PROSTI ČAS**  UMIJ SI ROKE!  Rezultat iskanja slik za vodaPIJ VODO! | **MOČ**  IZPADNI KORAK  10 x naprej (leva, desna)  10 x nazaj (leva, desna)  10 x vstran (leva, desna) |
| Rezultat iskanja slik za umivanje rok**PROSTI ČAS**  UMIJ SI ROKE!  PIJ VODO! | C:\Users\2017Telekom02\Desktop\prenos.jpg**RAZTEZANJE**  KROŽENJE Z BOKI  V vsako smer naredi 8 krogov. | **PROSTI ČAS**  UMIJ SI ROKE!  Rezultat iskanja slik za umivanje rokPIJ VODO! | **RAVNOTEŽJE**  STOJA NA ENI NOGI  (težje bo, če poskusiš na postelji)  45 sekund | Rezultat iskanja slik za voda**PROSTI ČAS**  UMIJ SI ROKE!  PIJ VODO! |
| **MOČ**  Rezultat iskanja slik za sklecePovabi družinskega člana, naj dela sklece s teboj. Lahko tekmujeta, kdo jih naredi več. | Rezultat iskanja slik za razovka **MOČ**  20 POČEPOV | Rezultat iskanja slik za downhill pose**MOČ**  SMUK PREŽA  1 minuta | **MOČ**  HOJA PO VSEH ŠTIRIH  3 minute | Rezultat iskanja slik za dvig na prste ene noge**RAVNOTEŽJE**  STOJA NA PRSTIH ENE  NOGE |
| **RAVNOTEŽJE**  C:\Users\2017Telekom02\Desktop\prenos.pngLASTOVKA-STOJA NA ENI NOGI  30 sekund | **VZDRŽLJIVOST**  Rezultat iskanja slik za abecedaRecitiraj abecedo naprej in nazaj med hopsanjem | **RAZTEZANJE**  C:\Users\2017Telekom02\Desktop\prenos (1).jpgKROŽENJE Z ROKAMI  Naprej, nazaj | **RAZTEZANJE**  POSLUŠAJ SVOJO NAJLJUBŠO PESEM IN »PLEŠI KOT NOR/-A)  Sprosti se. | **Rezultat iskanja slik za jumping jacksVZDRŽLJIVOST**  »JUMPING JACKS«  ali  JOGGING POSKOKI  Rezultat iskanja slik za ppredklon1 minuto |
| Rezultat iskanja slik za zamahi z nogo**RAZTEZANJE**  ZAMAHI Z NOGO  Vsaka noga 30 ponovitev | Rezultat iskanja slik za voda**PROSTI ČAS**  UMIJ SI ROKE!  PIJ VODO! | **RAVNOTEŽJE**  STOJA NA ENI NOGI Z ZAPRTIMI OČIMI  Vsaka noga 45 sekund | **VZDRŽLJIVOST**  SKIPING NA MESTU ALI PO SOBI  3 x 1 minuta | **RAZTEZANJE**  DRŽA V PREDKLONU  5 krat po 10 sekund |

* **Sprostitev**: Med domačimi si poišči par in sedite eden za drugega. Tisti, ki sedi zadaj, s kazalcem piše po hrbtu sprednjega velike tiskane črke, drugi pa mora črke uganiti. Nato zamenjata vlogi.



**POZDRAV VSEM!!!!** Učiteljica športa