**INTERESNA DEJAVNOST - ŠPORT**

**NAVODILA ZA DELO DOMA**

**6. 4. – 9. 4. 2021**

V času, ko ste doma, lahko opravite dejavnosti, ki jih še imamo v programu do konca šolskega leta:

MET V CILJ

VAJE ZA PRECIZNOST

Tudi to učno uro izvajate doma, v svoji sobi, na hodniku,...

Uvodni del:



Glavni del:

Označi cilj na tleh (lahko je prazen koš za smeti, vedro, večja kartonasta ali plastična škatla) in 5korakov stran označi mesto s črto (uporabi domišljijo). Poišči 10 mehkih predmetov (žogice, plišaste igrače, nogavice,...), ki jih boste metali v cilj.

Vržeš 10 predmetov in štej kolikokrat si zadel. Razdalje je 3 korake od cilja.

Vajo ponovi 5 x in poskušaj izboljšati rezultat.

Ponovi vajo 5 x z boljšo in 5 x slabšo roko

* miže
* obrnjen s hrbtom proti cilju in meči čez glavo nazaj.

Zaključni del: pospravi VSE za sabo in se umirjaj.

**L**ep dan vam želi vaša učiteljica športa.

**Antonija Zakšek, prof.**

**OSTANITE ZDRAVI IN V GIBANJU!**

