

Dragi učenci!

Verjamem, da po 8. tednih šole na daljavo že pogrešate prijatelje... Kaj ko bi jih poklicali? Ste že vzeli v roke telefon? Neeee... Poklicali jih bomo drugače... Poglej videoposnetek:

<https://www.youtube.com/watch?v=LOspvPkPDz0&fbclid=IwAR0bPOspsnkkmQ0JtFtDMPyGwiDA-J1nehBAfESqQfkA8kvq4DTAcjjDeKI>

Zabavno, kajne? Z lepilnim trakom ali zunaj s kredo/kamnomo označi na tleh številčnico, kot je na videoposnetku. Izpišite si telefonske številke 10 prijateljev. Pokličite jih tako, da skačete po številčnici, kot so telefonske številke prijateljev.

Preden se lotite vadbe, se zelo dobro ogrejte in naredite gimnastične raztezne vaje za vse mišične skupine. Imejta udobna oblačila in poskrbite za varnost, odstranite vse nevarne predmete.

Skačite najprej sonožno, potem na eni in na drugi nogi, najprej so obrati dovoljeni, potem skači tudi ritensko brez obratov.

Na koncu pa le pokličite katerega od prijateljev in ga povprašajte, kako je...

Uživajte v vadbi!

Vaša učiteljica Maja