

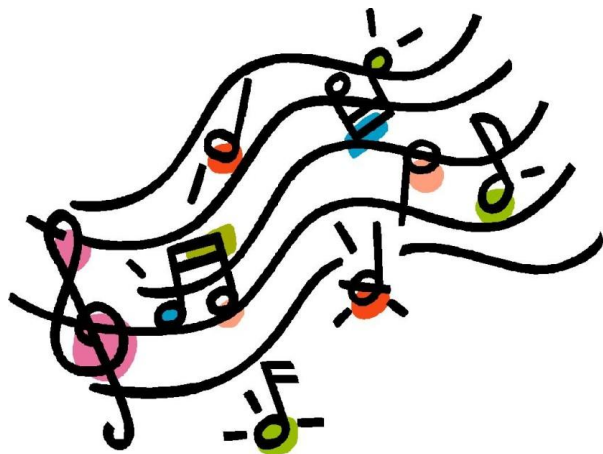
DOBER DAN☺ PA JE TUKAJ SPET PONEDELJEK. KAKO STE? SE KAJ VESELITE PRIHODNJEGA PONEDELJKA, KO SE SPET VIDIMO?



SPROSTITVENA DEJAVNOST



POSPRAVLJANJE IN GOSPODINJSKA OPRAVILA SO LAHKO ZELO SPROŠČUJOČA ZADEVA. ZATO BOŠ TUDI DANES POMAGAL/A DOMAČIM PRI HIŠNIH OPRAVILIH, SEVEDA TAKŠNIH, KI SI JIM LAHKO KOS (ODNESEŠ SMETI, POSPRAVIŠ SVOJO SOBO, POBRIŠEŠ



PRAH, POSPRAVIŠ POSODO IZ POMIVALNEGA STROJA, ZLOŽIŠ NOGAVICE PO PARIH, ZALIJEŠ ROŽE...ČE TI ZMANJKA IDEJ, IMA MAMI ZAGOTOVO ŠE KAKŠNO V ROKAVU☺).

V RITMU GLASBE BO VSE SKUPAJ ŠE BOLJ VESELO IN ZABAVNO☺

USMERJEN PROSTI ČAS

TA TEDEN BOMO NEKAJ ČASA NAMENILI SKRBI ZA NAŠE ZDRAVJE. V SPLETNO UČILNICO PRILAGAM DOKUMENT S PREDSTAVITVIJO DANAŠNJE TEME. KLIKNI. NAPREJ SE POMIKAŠ S PUŠČICO NA TIPKOVNICI



ALI S TIPKO ENTER
ALI S PRESLEDKOM (NAJDALJŠA TIPKA).





SKRB ZA NAŠE ZDRAVJE

Klavdija Štrancar, april 2020

POMEMBNO JE:

- HRANA
- PIJAČA
- SPROSTITEV
- DOVOLJ SPANJA
- GIBANJE

- OSEBNA HIGIENA
- OBISK ZDRAVNIKA

V PREDTAVITVI LAHKO KLIKNEŠ TUDI DO FILMČKA, KJER HRUŠKA PREDSTAVI »PREHRANSKI KROŽNIK«.

https://uciteljska.net/ucit_search.php?mode=search

V ZVEZEK PODALJŠANEGA BIVANJA LAHKO NAPIŠEŠ, NARIŠEŠ ALI PRILEPIŠ SLIČICE KAKO SAM/A SKRBIŠ ZA SVOJE ZDRAVJE. NASLOV NAJ BO NAPISAN Z RDEČO BARVO NA SREDINI LISTA (LAHKO V 1. VRSTICI ALI NA SREDINI IN POTEH OBLIKUJEŠ MISELNI VZOREC).

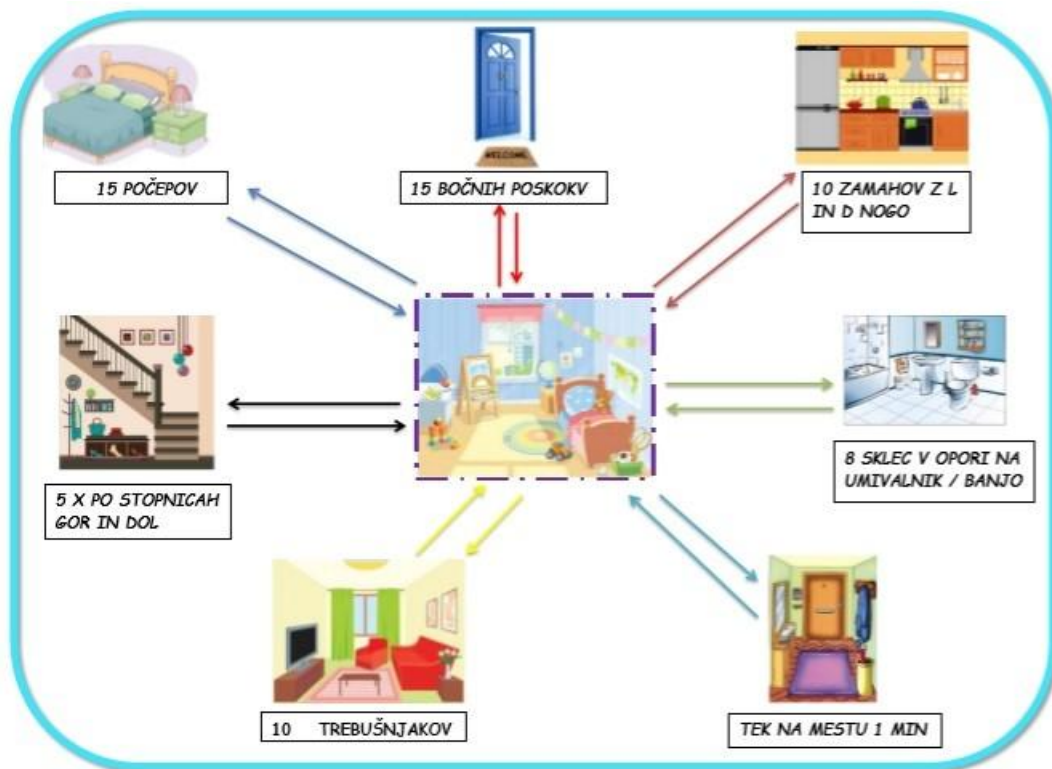
SAMOSTOJNO UČENJE

ČE TI JE OSTALO ŠE KAJ ZA DOKONČAT OD DOPOLDANSKEGA PROGRAMA Z UČITELJICO DOMINIKO ali Slavi, JE SEDAJ PRAVI ČAS ZA TO.

SPROSTITVENA DEJAVNOST

IGRO ZAČNEŠ IN KONČAŠ V SVOJI SOBI. IZPOLNITI JE POTREBNO VSE GIBALNE NALOGE V VSEH PROSTORIH STANOVANJA/HIŠE. ČE JE NALOG PREMALO, SI IZMISLI ŠE SVOJE. **PO VSAKI OPRAVLJENI NALOGI SE VRNEŠ V SVOJO SOBO. NALOGE OPRAVI ČIM HITREJE IN PRAVILNO** 😊

- V KOPALNICI SE OPRI RAJE NA KAD ALI DRŽI DESKO DO 20
 - TEK NA MESTU 1 MINUTO POMENI, DA 3 KRAT POČASI PREŠTEJEŠ DO 20
- 3 – 4 – ZDAJ!



ODŽEJAJ SE, OBUJ ŠKORNJE IN NA SPREHOD.

IMEJ LEP DAN©
 UČITELJICA JERICA