|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| KOLEBNICA - vadba za celotno telo | Pripomočki za športno vzgojo ... | **RAZGIBAJ SE,**  **DA OSTANEŠ ZDRAV**  NEDELJA, 24. 5. 2020 | KOLEBNICA - vadba za celotno telo | Pripomočki za športno vzgojo ... |

|  |  |
| --- | --- |
| Aktivnost 1: | **GIBANJE V NARAVI (po izbiri)**  - 30 minut hoje  - 20 minut lahkotnega teka  - 30 minut kolesarjenja |
| Aktivnost 2: | **SPRETNOSTI Z ŽOGO (kakršnokoli, ki jo imaš):**  - žogo odbijaj ob tla z levo roko,  - žogo odbijaj ob tla z desno roko,  - žogo odbijaj ob tla z obema rokama,  - žogo odbijaj ob tla med ovirami (igrače, kamni, palice, drevesa)  - žogo meči v cilj, ki si ga določiš sam (v zid, steber, steno …) |
| Aktivnost 3: | **ZANIMIVA DRUĆINSKA VADBA**  <https://www.youtube.com/watch?v=L_A_HjHZxfI> |

**»Ves čas me je strah neuspeha, vendar očitno ne toliko, da bi prenehala.« Ronda Rousey**