|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Rezultat iskanja slik za šport | **RAZGIBAJ SE,**  **DA OSTANEŠ ZDRAV**  Ponedeljek, 18. 5. 2020 | C:\Users\franj\AppData\Local\Microsoft\Windows\INetCache\Content.MSO\5DD460C7.tmp |

|  |  |
| --- | --- |
| Aktivnost 1: | - Tek v naravi: 10 minut, 2 km. - Hitra hoja (po gozdu, v naravi...): 30 minut, 3 km. - Poskoki s kolebnico: na mestu - 2 minuti, 200 poskokov; v teku - 5 minut 300 poskokov. |
| Aktivnost 2: | **IDEJA ZA POPESTRITEV POHODA V NARAVI:** - Iskanje zaklada v naravi (zanimiva drevesa, grče, dupline, živali..., na cilju lahko tudi družinski član skrije sporočilo, sadež, pisanko...), - prisluhnimo naravi (koliko različnih zvokov slišimo), - gibalno oponašanje živali, - igra Vidim kar ti ne vidiš in to je... npr. rumeno - sodelujoči ugibajo, kaj oseba vidi (trobentico, regrat...). Tisti, ki ugane postavi naslednje vprašanje, - zadevanje cilja (debla, markacije, veje...) s storžem, - premagovanje ovir (preskakovanje potoka, vej na tleh), - nabiranje plodov v naravi (na cilju ali doma naredite izdelek ali sporočilo), - objemite drevo (sami ali vsi skupaj - umiritev), |
| Aktivnost 3: | **OTROŠKI ZMEŠANČEK**  <https://www.youtube.com/watch?v=P9jS1bqBUVs&feature=emb_title> |

**»Ključ do uspeha je osredotočenost na stvari, ki si jih želimo.«**

**Sonja Čeh**