

IZBIRNI PREDMET ŠPORT

9. RAZRED

Teoretični del: V vsakem od naslednjih stavkov se skriva šport ali športna aktivnost. Poiščite jih.

Primer: Sodnik opozori, če moteni so igralci.

Rešitev: tenis - Sodnik opozori, če moteni so igralci.

1. Jaša hišo podira.
2. Te kača preganja, si hiter kot ris.
3. Aneju dom pomeni boj.
4. Ali z roko bor, balon bo počil?

Rešitve pošljite na spletno pošto učiteljice/učitelja, ki vas uči.

desanka.calasan@guest.arnes.si ali vojnin.mlinarevic@guest.arnes.si

Vsak dan doma naredite vaje za moč, ki jih opravljamo pri urah (skleci, vaje za trebušne mišice, vaje za hrbtne mišice). Če vam je prelahko, lahko povečate število ponovitev.

Kljub karanteni je še zmeraj priporočeno gibanje v naravi zaradi krepitev imunskega sistema.

Beležite si opravljene dejavnosti, ki jih boste ob prihodu v šolo pokazali učiteljema.

Za tiste, ki si želite gibati še več, pa si pogledjte naslednji prispevek na youtube:

<https://www.youtube.com/watch?v=y7xEtrJ3jbs&t=38s>

Vadite individualno, lahko v prisotnosti ožjih članov družine, nikakor se ne družite oziroma ne imejte skupinskih vadb.

Ostanite zdravi!

Desa Čalasan Grajžl in Vojin Mlinarević, športna pedagoga