

PREDMET ŠPORT 20.4. - 24.4.2020

8. RAZRED

Dragi učenci!

Zakorakali smo v 6. teden pouka na daljavo. Kot sami ugotavljate, smo že vsi skupaj, vi in mi učitelji, v tem času veliko postorili. Ker vemo, da vam je nekaterim že težko, da se vsak dan najde kakšna težava, ki jo morate premagati, vama z učiteljem želiva, da vam uspe izpolniti oz. izvesti vse zahtevane naloge. Ker ste do sedaj tudi pri predmetu Šport imeli kar nekaj zadolžitev in ste jih večinoma zelo dobro opravili, vama ta teden ne bova dajala posebnih nalog. Hvala vsem tistim učencem, ki redno in sproti pošiljate dokaze o opravljenih zahtevanih nalogah, ostali se pa še malo potrudite. Zmorete in zmogli boste. Tudi če naloge naredite z rahlo zamudo, je v tem času pomembno, da pokažete interes in da imamo učitelji z vami stik. Zato ta teden izkoristite ure športa zase in za svoje počutje. Sprostite se in opravite dejavnost, ki vas umiri, sprosti, veseli, nasmeji... Po svoji izbiri poiščite na spletnih straneh posnetke za sprostitev, umiritev ali pa pojdite večkrat na kratek sprehod.

Tukaj imate nekaj idej:

<https://www.youtube.com/watch?v=mvHgOZltn7w>

<https://www.youtube.com/watch?v=zPBLMKkFOLM>

https://www.youtube.com/watch?v=EKvQqb2C_JM

Če imate vi ali kdo v družini facebook profil, vaju vabiva, da se nam pridružite v skupino »Roševci športamo tudi v času karantene!«, kjer se dnevno objavljajo različne vaje, primerne situaciji.

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

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