

ŠPORT 4. razred 14. 12. - 18. 12. 2020

Pozdravljeni učenci!

Vidim, da ste nekateri pretekli teden kar uživali v plesu. Tudi ta teden bo **plesno obarvan**. Kljub temu, da je letos december malo drugačen, kot smo jih vajeni, verjamem, da ste si ga okrasili in ga skušate preživljati kar se da praznično.

Za začetek prilagam "**plesno božično ogrevanje**", ki ga najdete tukaj: [POVEZAVA](#).

Ne se ustrašit gibov, namen tega plesa je ogrevanje in ne natančno poznavanje vseh gibov, zato se ne obremenjujte, če boste določen gib naredili po svoje, verjamem, da boste po 15 minutah dobro ogreti in pripravljeni na nove podvige!

Ko boste ogreti, vam prilagam dve plesni koreografiji, ena je lažja, druga pa malo bolj zahtevna. Poglejte, plešite in se jih skušajte naučiti. Če boste znali vsaj eno od teh koreografij, boste ta mesec ob vsaki plesni priložnosti blesteli ☺. Tudi tokrat bom zelo vesela kakšnega video posnetka vašega plesa.

Srečno!

1. Lažja koreografija pesmi Jingle Bell Rock: [POVEZAVA](#)

2. Malenkost težji ples na pesem Jingle Bells: [POVEZAVA](#)

Sicer pa kaže takole. Po kar dveh tednih slabega vremena se nam tokrat obeta vremensko prijazen teden. Kdor ima možnost, naj ga izkoristi in skuša čim več prostega časa preživeti **z gibanjem v naravi**. Ne pozabi mi oddati **dnevnika vadbe** do konca tedna, žal brez tega ne gre :(

Valentina Rebec

DNEVNIK VADBE ŠPORTA

PLES

14. 12. – 18. 12.

Datum vadbe	Skupno minut vadbe	Tip vadbe: ples/ drugo

Ta teden sem se povzpel na hrib: DA NE

Kateri hrib je to bil in koliko časa sem hodil? _____

Kateri ples sem se uspel naučiti? _____

Kako težek se ti je zdel ples? (1=zelo lahko, 5=zelo težko): _____

Kako dobro se ti zdi, da ga obvladaš? (5=odlično, 1=nič ne znam): _____

Ime in priimek:

Razred:

Podpis: