

ŠPORT 3. razred 18. 1. - 22. 1. 2021

Pozdravljeni učenci in učenke!

Lep vikend je bil kot zanalašč za uživanje na svežem zraku. Upam, da ste se odpravili na daljši pohod ali uživali v igrah na snegu.

Vremenska napoved kaže, da se bo sneg zagotovo obdržal do srede. Tako, da ga izkoristite, ker potem za nekaj časa ne kaže na snežne padavine. **Vzemite sani, bob ali smuči in se spustite po bližnjih dolinah.**

V tem tednu nadaljujemo z vajami z žogo.

Za ogrevanje opravite gimnastične vaje z žogo. Kliknite na [POVEZAVO](#).

Na spodnji povezavi si pogledjte **met žoge v cilj in podajanje žoge**

- Met izpred prsi,
- met izza glave,
- z boljšo roko,
- s slabšo roko

Če imate možnost prosite starše ali sorojence pri podajanju žoge. Enako kot pri prejšnji vaji (podaja izpred prsi, izza glave, podaja z boljšo in slabšo roko.)

Poizkusite se tudi v **kotaljenju žoge v cilj** z roko in z nogo.

Na posnetku so tudi različna vodenja žoge. Ponovite vodenje žoge z roko in nogo.

POVEZAVA

Na spodnji povezavi imate še primer vadbe metov različnih predmetov v cilj, lahko se preizkusite z ostalimi družinskimi člani.

POVEZAVA

Ta teden (četrtek ali petek) se bomo dobili na zoom-u, kjer se bomo pogovorili o dosedanjem opravljenem delu ter ciljih za v prihodnje. Pri sebi imejte kolenico in žogo. Povezavo in termin boste dobili naknadno, vsaj dan prej.

Lep pozdrav

Valentina