**ŠPORT 4. razred**

Pozdravljeni!

Na daljavo se družimo peti teden. Odpravite se v naravo kolesarit, tekat, sprehajat,…!

Vreme je primerno za aktivnosti zunaj!

**Vendar morate nujno upoštevati vsa priporočila in varnostne ukrepe**!!!

**12. URA**

ŠPORTNI IZZIV 2

Upam, da vam je bil prejšnji izziv všeč in ste bili uspešni! Nov teden – nov izziv!

Potrebovali boste plastenko (o,5l). Približno 1/3 plastenke napolnite z vodo. Uležite se na tla, plastenko si postavite na čelo. Iz tega položaja poskušate vstati brez, da vam plastenka pade na tla ☺☺☺. Plastenke ne smete držati z rokami….ne smete si je niti prilepiti na čelo ☺!!!

K izzivu povabite tudi svoje starše, brate, sestre!

Pomagate si lahko z video posnetkom na spodnji povezavi!

<https://video.arnes.si/portal/asset.zul?id=I1XEVPhPIt9TaqY4ZOBWfw3Q&fbclid=IwAR2GbIsi8bnQ2EhShya23jHCmaBxlnGXI2gzlbgDtZdpf7Jn2OZ4u2QXTTQ>

Svoj izziv lahko posnamete in pošljete na moj mail.

**Pa srečno ☺!!!**



**13. URA - TANČULA**

Potrebujemo dve narisani mreži (s kredo, lahko tudi iz vrvic, z lepilnim trakom) in dva igralca. Igralca se postavita v drugi kvadratek prve vrste, obrnjena sta eden proti drugemu.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | ☺ |  |
|  |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
|  | ☺ |  |

Eden od igralca pokaže gib z nogo, drugi ga zrcalno ponovi. Gibe izvaja v kvadratkih svoje mreže. Ko pride do napake, vloge zamenjata. Poskusi tudi s poskoki. Spodaj prilagam video.

<https://video.arnes.si/portal/asset.zul?id=B1bbDVHbMe9TSHq3Jjz6ZOWB&jwsource=cl&fbclid=IwAR3yPSTCacYWCkWez__gsoEN53UqZ4uGNvVUp65JpMbA0zuRIKa-F4umy1M>

**14. URA**

**Športna aktivnost po vaši izbiri!**



Še vedno lahko vpisujte vse svoje aktivnosti v tabelo.

Vaše uspešne podvige lahko pošljite na moj e-naslov. Vesela bom vsakega odziva!

fajmut.natasa@os-mezica.si

Lep teden vam želim,

učiteljica Nataša