ŠPORT – 6. c – dekleta teden od 4. - 8. 5. 2020

ATLETIKA: - vzdržljivostni tek 1, 5km v pogovornem tempu

SKP: - vaje za izboljšanje odrivnosti (poskoki iz počepa, poskoki po desni in levi nogi, poskoki čez oviro – na tla lahko postaviš palico ali dve v poljubni razdalji, ki jo povečas ali skrajšaš; lahko izbereš kamen ali več kamnov ali kakšen drugi predmet; poskoki iz nižjega na višje – na stopnico ali več stopnic, na klopco, poskoki v naravi po klančini navzgor)

NOGOMET: - žogo vodiš z desno nogo 10m in jo zaustaviš z levo nogo; naslednjih 10m vodiš žogo z levo nogo in jo zaustaviš z desno nogo; z vsako nogo narediš 10 ponovitev (uporabljaš lahko žogo, ki jo imaš doma)