

SMERNICE ZA DELO UČENCEV OD DOMA PRI PREDMETU ŠPORT IN PODOBNIH ŠPORTNIH PREDMETIH

(3 TEDEN) Smernice veljajo od 30. 3. do 3. 4. 2020.

(IP: ŠPORT ZA ZDRAVJE, ŠPORT ZA SPROSTITEV, NOGOMET, ODBOJKA), (NIP: Š1, Š2, Š3, Š4, Š5, Š6)

Aktiv športa učencem priporoča ogled filmčkov:

- Izziv
 - 3 sklop vaj VADIMODOMA
 - Odbojka
 - Vaje po črti
 - Domače stopnice
 - Domači oviratlon
 - igra Monopoly
-
- 1. – 9. raz.: joga
 - 8. – 9. razred, tema: ples CHA – CHA s priloženo e-stranjo:
https://www.youtube.com/watch?v=5yK_tYnSCB0&feature
 - 1. – 9. raz.: ŠVK (športno-vzgojni karton), učenci preberete besedilo o nalogah in testih, najdete na: <https://www.slofit.org/solar/merske-naloge>
 - 1. – 9. raz.: vaje za ravnotežje in preciznost; kratki videi,- obdrži ravnotežje, met na košek, namizni nogomet, igra s kovančki
 - 6. – 9. raz.: merjenje srčnega utripa
 - 9. raz.: rešujemo teste za NPZ, na voljo so trije testi iz l. 2009, 2013, 2017, najdete na <https://www.ric.si>

Za aktiv športa

Spoštovani učenci, starši

Če rabite pomoč ali imate kakšno vprašanje, se lahko obrnete na aktiv športa.

Dosegljivi smo na elektronskem naslovu:

sport.os-rihardajakopica@guest.arnes.si

Aktiv športa, 26. 3. 2020.