

KRIŽCI IN KROŽCI MALO DRUGAČE

NA VRTU, BALKONU ALI V GOZDU, ODMAKNJEN OD DRUGIH, SE LAHKO IGRAŠ KRIŽCE IN KROŽCE. NA PEŠČENO POT S PALICO NARIŠEŠ MREŽO, POIŠČEŠ NEKAJ STORŽEV, KAMENČKOV, PRAZNIH POLŽJIH HIŠIC ALI VEJIC IN IGRA SE LAHKO ZAČNE. MREŽO LAHKO SESTAVIŠ TUDI IZ VEJ.

KDO BO PRVI POSTAVIL STORŽE IN POLŽKE V VRSTO? :)



VAJE Z ŽOGO

ZA VADBO POTREBUJEŠ ŽOGO, ČE IMAŠ ŠE SOIGRALCA, TOLIKO BOLJE. 😊



ŽOGO DRŽI Z OBEMA ROKAMA, JO VRZI V ZRAK IN JO UJEMI. PONOVI 10-KRAT.

IZZIV: POSKUSI Z ZAPRTIMI OČMI.



ŽOGO PRIMI Z OBEMA ROKAMA IN JO VRZI V ZRAK, PLOSKNI IN JO UJEMI.

PONOVI 10-KRAT.

IZZIV: PLOSKNI DVAKRAT.



STOJ NA ENI NOGI, ROKE IMEJ ODROČENE, KOT DEČEK, ŽOGO DAJ V DESNO ROKO IN JO PRENESI V LEVO IN OBRATNO. ZAMENJAJ NOGI.

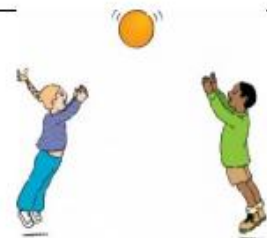
IZZIV: POSKUSI Z ZAPRTIMI OČMI.

ČE IMAŠ SOIGRALCA, OPRAVI ŠE PODAJANJA ŽOGE V PARU. →



V PARU SI ŽOGO PODAJAJ SOROČNO-IZPRED PRSI, Z LEVO/DESNO ROKO. POVEČUJ RAZDALJO.

IZZIV: SI LAHKO PODATA 20-KRAT, BREZ DA ŽOGA PADE NA TLA?



VRZI ŽOGO IN SKOČI.

IZZIV: POSKUSI ŽOGO V SKOKU TUDI UJETI.

ROČNI NOGOMET

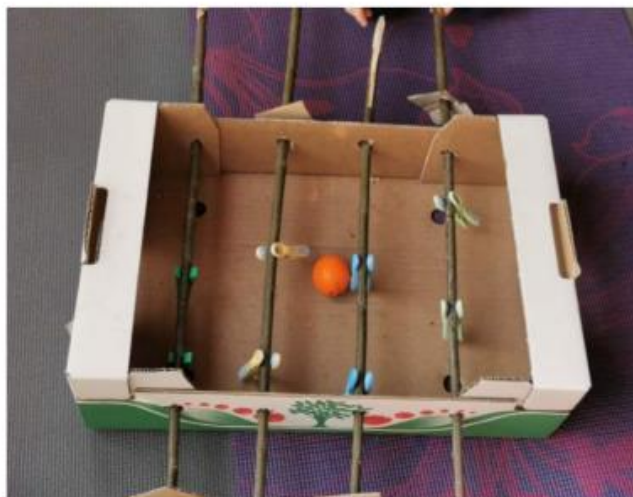
SI ZA IGRO ROČNEGA NOGOMETA, PA DOMA NIMAŠ IGRALNE MIZE?

NI PROBLEMA, IGRO SI LAHKO, S POMOČJO STARŠEV, IZDELAŠ SAM. VSE PRIPOMOČKE NAJDEŠ DOMA ALI V NARAVI.

POTREBOVAL BOŠ:


- ŠKATLO (OD SADJA, ČEVLJEV ...),
- PALICE,
- ŠČIPALKE,
- FLUMASTER,
- ŽOGICO.

NA VSAKO STRAN ŠKATLE NAREDIŠ 4 LUKNJE, SKOZNJE VSTAVIŠ PALICE. NA PALICE PRITRDIŠ ŠČIPALKE, S FLUMASTROM NA VSAKO STRAN NARIŠEŠ GOL, POIŠČEŠ MANJŠO ŽOGICO IN IGRA SE LAHKO ZAČNE!



VRZI KOCKO

POIŠČI IGRALNO KOCKO IN PRIPRAVLJEN SI NA VADBO.
VRZI KOCKO IN NAREDI VAJO. KOCKO MEČI TOLIKO ČASA, DA
PRIDEJO NA VRSTO VSE ŠTEVILKE. SEVEDA LAHKO VAJE
NAREDIŠ VEČKRAT.

| | | |
|---|---|---|
|  | NAREDI 10 POSKOKOV. |  |
|  | TECI NA MESTU TOLIKO ČASA, DOKLER POČASI NE PREŠTEJEŠ DO 30. |  |
|  | 1 MINUTO PLEŠI. |  |
|  | BOKSAJ V PRAZNO (ŠTEJ DO 20). |  |
|  | NA TLA POSTAVI MANJŠO IGRAČO IN JO 5-KRAT PRESKOČI. |  |
|  | NAREDI 10 TREBUŠNJAKOV. |  |

DOBRO POGLEJ IN POIŠČI ...

| | | |
|--------------------------|------------------------------|--|
| NAJDEŠ ČEBELICO? | KOLIKO JE VSEH JABOLK? | KOLIKO BELIH ROŽ NAJDEŠ NA SLIKI? |
| KOLIKO METULJČKOV VIDIŠ? | KOLIKO JE CVETLIČNIH LONCEV? | KOLIKO ŽIVALI, STOJI, SEDI ALI LEŽI NA TRAVNIKU? |



Vir: cankarzna.splet.arnes.si

Pripravila: učiteljica Pavla Grabner