



Učenke in učenci, živijo!

Za nami so štiri tedni akcije Triglaving, v kateri ste bili več kot uspešni. Ker se akcija končuje, smo vam učitelji športa pripravili nov izziv. Med vami bomo poiskali ŠPORTNE JUNAKE. Športni junaki boste vsak dan z redno vadbo nabirali točke. Vadba bo reznolika in pestra. Več o ŠPORTNEM JUNAKU zveste v kratkih navodilih:

<https://video.arnes.si/portal/asset.zul?id=sndqYfbnmEbSgeUesWzjA5b2>

Kakšni so vaši cilji, lahko vidite v tabeli - (klikni na sliko za presenečenje)

 Kojot Willie	0 - 50 TOČK
 Hrabri mišek	50 - 100 TOČK
 Atom ant - Mravljinček Atom	100 - 150 TOČK
 Banananjam	150 - 200 TOČK
 Popaj	NAD 200 TOČK

Pregled dejavnosti ŠPORTNI JUNAK. (Nekatere slike so tudi povezave)

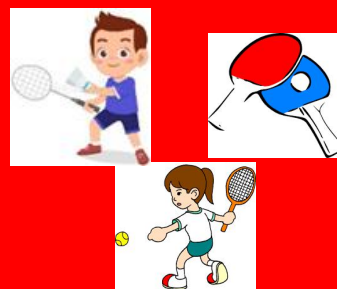
Pospravljanje sobe - 4
točke



Trening preko zooma, ki ga
vodi trener v športnem
klubu - 10 točk



Igre z loparjem - 8 točk



Pohod na hrib (višinska
razlika nad 150 m) - 12 točk



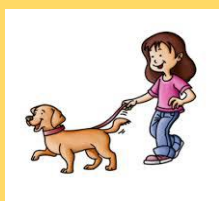
Igra Kocka - 7 točk



Atletska abeceda ali vadba
na koordinacijski lestvi - 10
točk



Sprehod 5 točk



Zimske radosti (snežak,
kepanje..) 30 minut 7 točk



Neprekinjen tek, daljši od
500 m 10 točk



Tabata 7 točk



Igra z žogo - 8 točk



Poskoki s kolebnico (5
minut) 5 točk



Namizne športne igre:
Športni krog, Vse za
piškot, Kače in lestve... 7
točk



Vadba na stopnicah (15
minut) 9 točk



RAZNO: ples preko
youtuba, gimnastika:
raztezanje, prevali,
stoje..., borilne igre,
plezanje, vožnja kolesa,
rolanje...(20 minut)
6 točk

Tisti, ki želite sodelovati v projektu ŠPORTNI JUNAK, se lahko prijavite na spodnji pozavi z veljavnim @gmail naslovom.

https://docs.google.com/forms/d/1WA2qgoMc10f6ptdwJYsd8p_jlw63uALame1Uo6HMkJE/edit

V tabeli ŠPORTNI JUNAK boste lahko beležili svoje dosežke. Če boste dnevno opravili več nalog, vpišete točke za vse opravljene naloge. Do tabele pridete na sledeči povezavi:

https://docs.google.com/spreadsheets/d/1oktdNeDQ2D_S_ucj8dhDywj1tazT3TcoE8EnPna8F8s/edit#gid=0

*Če si ne želite sodelovati v skupni razpredelnici, si lahko prerišete ali natisnete **svoji razpredelnico** in na tak način sodelujete v projektu.*

Razpredelnico vam bodo učitelji športa oziroma, razredničarke poslale v ločenem dokumentu.

Želimo vam, da se ob vadbi zabavate in zberete čim več točk!

Vaši učitelji športa.