**Učenje na daljavo pri predmetu šport za učenke 6. razreda**

**od 30. 3. – 3. 4. 2020**

Navodila za aktivnosti:

* vaje izvajajte, če ste zdrave
* pred vadbo se vedno ogrejte
* priporočamo 60 minut aktivnosti na dan
* po vadbi naredite vaje za raztezanje
* zdravo se prehranjuje in pijte veliko vode, nesladkanega čaja….
* gibanje na prostem naj bo individualno ali v krogu družine ter v skladu s priporočili NIJZ
* zavedajte se, da je zdravje na prvem mestu

Ta teden je namenjen plesu. Ena izmed nalog za zlato Krpanovo značko je tudi ples- poskočna polka, vendar bomo v tem tednu plesali malo drugače. Lahko pa poiščete osnovne korake na spletu in zaplešete.

**Pa začnimo:** klikni 2x in uživaj! ☺☺☺



Danes sem za vas izbrala ples, najdete ga na tej povezavi:

<https://www.youtube.com/watch?v=TgcwKrf8wHM>

Navodila:

* najprej poglejte video posnetek
* postopoma, po korakih začnite z učenjem koreografije
* ko dobro osvojite del koreografije, nadaljujte....do zaključka
* ko se vrnemo v šolo, bomo skupaj zaplesali (jaz se že učim ☺)
* za vse, ki rade plešete, predlagam, da se naučite še kakšno koreografijo po lastnem izboru
* predvsem pa pri vadbi uživajte in se sprostite
* čas za učenje koreografije je do **petka**, ko pričakujem vaše slike ali video posnetke, komentarje, vtise… na mojo elektronsko pošto- **milicazupancic.sport@gmail.com**
* ne pozabite na vsakodnevno izvajanje » Tibetančkov za otroke«, če še niste začele, je skrajni čas (spremljajte in beležite število ponovitev, v sredini aprila bom preverila vaš napredek) !
* z veseljem bomo objavili vaše fotografije in video posnetke, zato jih pošljite še učitelju A. Prapertniku.

VADBA VAM NAJ NE BO V BREME, SPROSTITE SE IN UŽIVAJTE.

Milica Zupančič, učiteljica ŠPO