

ŠPORT 9. razred ŠZZ IZBIRNI

Naloga	Način dela	Oddaja/preverjanje	Pomoč učencem
Atletika – atletska abeceda	<p>Ogrevanje: Poglej vaje na povezavi in jih ponovi. https://www.youtube.com/watch?v=TPkUCjrbLY0&feature=youtu.be</p> <p>Sledi vadba atletske abecede: https://www.youtube.com/watch?v=HvH5WZk0f90 Vsako vajo ponovi dvakrat.</p>		<p>Za dodatna pojasnila na voljo od ponedeljka do petka med 10:00-12:00 in 14:00-16:00</p> <p>boris.pusnik1@guest.arnes.si tomaz.smonkar1@guest.arnes.si</p>
Tek čez ovire	<p>Ta teden ponovite vaje za tek čez ovire iz prejšnjega tedna.</p> <p>Poglejte animacijo teka čez ovire: http://www.sportunterricht.de/animation/anspohue.html Koliko korakov naredi tekač med ovirami? Opišite prehod ovire zamašne in odrivne noge.</p>	Zapiši v dnevnik gibalne aktivnosti.	https://eucbeniki.sio.si/sport/index.html

Pozdravljeni, pošiljam vam program dela za naslednji teden. Zelo je pomembno, da smo vsak dan gibalno aktivni. Kot kaže bomo še nekaj časa v karanteni zaradi izrednih razmer. Cilj našega predmeta je, da smo veliko na zraku gibalno aktivni v primeru slabega vremena pa tudi doma. Ker bomo morali naš predmet tudi oceniti sem se odločil, da boste dnevno pisali dnevnik v en zvezek in sicer, kaj ste za tisti dan opravili za svojo gibalno aktivnost. Ta dnevnik bo tudi vodilo pri zaključevanju ocen pri predmetu ŠPORT ZA ZDRAVJE. Potrudi se in redno zapisuj po dnevih kaj si opravil in koliko časa. Verjamem, da boš to zmogel!