

## ŠPORT 5. razred IZBIRNI

naslov naloga	način dela	oddaja/preverjanje	pomoč učencem
KOLESARJENJE, ROLANJE	S pomočjo kolesarjenja ali rolanja razvijamo vzdržljivost in ravnotežje. Poskrbi za ustrezno opremo (čelada, ščitniki za rolanje) in se odpravi na kolesarsko stezo. Kolesari oz. rolaj 30 – 45min. Po aktivnosti raztegni mišice nog, trupa in rok. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=9KankbMhajE">https://www.youtube.com/watch?v=9KankbMhajE</a>	Zapiši v dnevnik gibalne aktivnosti koliko časa si kolesaril oz. koliko km si prevozil. Uredi si dnevnik, napravi fotografijo in mi pošlji na e-mail.	<a href="mailto:boris.pusnik1@guest.arnes.si">boris.pusnik1@guest.arnes.si</a> <a href="mailto:tomaz.smonkar1@guest.arnes.si">tomaz.smonkar1@guest.arnes.si</a>
			Za dodatna pojasnila na voljo od ponedeljka do petka med 10:00-12:00 in 14:00-16:00

Poglej povezavo o šoli rolanja!

<https://www.youtube.com/watch?v=iwB5DT3jeUU>

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