

ŠPORT

Pred vadbo se ne pozabi ogreti, da ne bo poškodb. Pazi na varnost.



Atletika: met žogice (teniške), skok v daljino z mesta, tek na daljše ali krajše proge.

*(Tek nadomestimo s sprehodom v slabšem vremenu.)

Sklop gimnastičnih vaj za vsak dan, tudi če zagode slabo vreme (gradivo na mail).

Dodatne vsebine po učnem načrtu: badminton, rolanje, kolesarjenje (odvisno od vremena, izberi aktivnost, za katero imaš pogoje).