

DOMAČI POLIGON

BODI USTVARJALEN IN SI NAREDI ČISTO SVCOJ POLIGON! :)



1.) KAJ POTREBUJEŠ?

Voljo za gibanje! Sedaj že dobro veš, da se po fizični aktivnosti dobro počutiš in imaš več energije za delo za šolo, pomoč pri gospodinjskih opravilih .. In si zaradi tega boljše volje, pa še čas hitreje mine ;)

2.) KJE LAHKO USTVARIŠ POLIGON?

Hmm .. Mogoče v dnevni sobi? V svoji sobi? Mogoče čez celo stanovanje? :) Oz. v primeru lepega vremena kar zunaj pred hišo :)



3.) PRIPOMOČKI!



Ozri se po svojem stanovanju .. Imaš kakšne stvari, predmete, katere lahko preplezaš, preskočiš, se plaziš spodaj .. Miza, stol, blazina, metla, koš za perilo, odeja, postelja, žoga, lopar .. Razmisli, kaj vse lahko uporabiš

4.) NA KAKŠEN NAČIN BOŠ PREMAGOVAL POLIGON?

Imamo različne oblike gibanja .. od hoje, teka, plazenja, lazenja, skokov (v daljino, višino, globino), padcev ..



5.) TI JE USPELO?



Če še vedno nimaš idej kako bi naj to izgledalo, so ti spodnje povezave lahko v pomoč:

- <https://www.youtube.com/watch?v=gp4QN2IEpH4&fbclid=IwAR3OAhikZCsob8M7F8CQ-i-GGyGFV9BTJVFTQIblyQM-uhO98L62kpIn8Uc>

- <https://www.youtube.com/watch?v=rgzdj5XHqhw>

..

SEDAJ, KO JE POLIGON NAREJEN, SE PA ZAČNE ZABAVA :) KOLIKOKRAT LAHKO GREŠ ČEZ NJEGA??

Zelo, zelo veseli bomo kakšne slike oz. posnetka tvojega poligona .. Pošlji ga svojemu učitelju: spela.poznic@oskrsko.si, peter.toporisic@oskrsko.si, zvonimir.lorenci@oskrsko.si, anton.zaksek@gmail.com, nina.trantura@oskrsko.si

Ostanite zdravi!
Vaši športni pedagogi