ŠPORT, 11. 5.

Za današnji dan so predvidene dejavnosti z žogo, nekakšna mešanica odbojke, košarke in nogometa. Vaje so prikazane na spodnji povezavi, a preden se jih lotiš, pozor:

- Vaje izvajaj le, če jih lahko izvajaš v varnem okolju.
- Na posnetku so le demonstracije vaj. Vaje ponovi večkrat oz. jih prilagajaj svojim sposobnostim.
- Vaje lahko zamenjaš tudi z dejavnostmi prejšjih ur (sprehod, gozdna gimnastika, joga, aerobne vaje…)

https://www.youtube.com/watch?v=swaZ_acQu60