

23. 11.2021

ŠPO

OGREVANJE

Za ogrevanje naredi vaje, ki so na posnetku.

<https://www.youtube.com/watch?v=2M-xZaXQkxQ>

Danes se bomo učili metati žogico.

Kako se pravilno meče žogo, si oglej na spodnjem posnetku.

Vaja dela mojstra, zato poskusi večkrat.

https://www.youtube.com/watch?v=p_gSs6mXrnl

Sedaj pa te čakata dve vaji:

- Za prvo vajo rabiš žogico in platenko. Platenko si postavi tako, da boš od nje oddaljen-a 3 m. Z žogico poskušaj zadeti stožec, če ga zadeneš, postavi platenko še en korak stran od sebe in poskušaj ponovno.
- S starši se dogovori, v katero steno lahko mečeš žogo. Žogo vrzi v steno in jo poskušaj ujeti.