

Vsebina ure: SKP
Metodična enota: Razvoj moči
Učna ura: 14

Navodila za delo: na spodnji povezavi imate malo drugačno vadbo. 8 vaj z brisačko, ki jih lahko opravite kar doma.

<https://www.facebook.com/fitlinestudio.si/videos/1419235098250021/?sfnsn=mo&d=n&vh=e>

Dodatna navodila: Učenci, ki se še niste odzvali in poslali zahtevanega gradiva, prosimo, da to storite v naslednjem tednu. Ostalim učencem ni več potrebno pošiljati nalog, lahko pa pošljete kakšen izziv.

Vsebina ure: TRIKOTNI PLES
Metodična enota: Razvoj moči
Učna ura: 15

Navodila za delo: na spodnji povezavi imate malo drugačno vadbo, to je trikotni ples. Na izziv povabi še starše, sestro ali brata.

<https://www.facebook.com/zdrava.prehrana.recepti/videos/324991448208610/?sfnsn=mo&d=n&vh=e>

Dodatna navodila: Učenci, ki se še niste odzvali in poslali zahtevanega gradiva, prosimo, da to storite v naslednjem tednu. Ostalim učencem ni več potrebno pošiljati nalog, lahko pa pošljete kakšen izziv.