

Datum: 5. 5. 2020	Teden/zap. št. ure: 7/10
Dan, predmet, razred: torek, ŠPO, 7.c	Učitelj: darja.ambrozic@guest.arnes.si josko.subotic@guest.arnes.si

Pozdravljeni,

kako hitro tečejo dnevi. Prvomajske počitnice so za nami. Upam, da ste napolnili svoje »baterije« za slaba dva meseca pouka v tem šolskem letu. Kot vse kaže, bomo tudi v maju delali na daljavo.

Danes bomo nekaj več časa namenili jogi. Gre za zanimivo zadevo, za sproščanje telesa in duha. Poleg tega pa skrbi, tudi za razvijanje gibljivosti.

1. Najprej se ogrejte in naredite gimnastično - raztezne vaje kot jih naredimo v šoli.

2. Sledite povezavam spodaj. Začnite s prvo, saj je le ta namenjena začetkom.

[JOGA 1](#)

[JOGA 2](#)

Lep pozdrav,

Darja Ambrožič

Joško Subotić