

Datum: 21. 5. 2020	Teden/zap. št. ure: 9/14
Dan, predmet, razred: četrtek, ŠPO, 9.a	Učitelj: darja.ambrozic@guest.arnes.si uros.pogacnik@guest.arnes.si

Pozdravljeni,

Nekaj novih idej za izvedbo športa doma ali pa izvedete prejšnjo učno uro za krepitev mišic.

Seveda je še vedno priporočljivo, da greste čim več ven na »jago«.

1. Primer kako se lahko razgibate, krepite svoje telo, se povezujete z ostalimi družinskimi člani in zraven zabavate:

https://www.youtube.com/watch?v=oMzFU7cQl0M&fbclid=IwAR3O8qP3tYZgnVgCn_szKu2LVppGsIg8-V3EFE001HGснаC5GgsYS0tugek

2. In še nekaj za zdravje vaše hrbtenice:

<https://www.youtube.com/watch?v=hJndUKMp3A8>

Lepo bodite,

Darja Ambrožič

Uroš Pogačnik