

ODDELEK PODALJŠANEGA BIVANJA 3+4

PETEK, 3. 4. 2020

Pozdravljen!/Pozdravljena!



Juhuuuuuu, petek je tu!!! 😊 Si že kaj utrujen/utrujena od vseh šolskih obveznosti? Uspeš slediti vsem aktivnostim, ki so predvidene za tekoči dan? Danes je petek, in ker je zadnji dan v tednu, se boš malo razbremenil/razbremenila in odpočil/odpočila. Ampak preden lahko začneš na polno uživati v vikendu, imam zate pripravljenih še nekaj malenkosti.

Si uspel/uspela dokončati vse, kar je bilo predvideno za danes? Če nisi, se hitro loti in opravi še to, da boš čimprej zaključil/zaključila.



Veš kaj, prepričana sem, da danes nisi kaj veliko telovadil/telovadila. Imam prav, kaj? 😊 Če ti odkrito povem, tudi meni še danes ni uspelo poskrbeti za gibanje. Našla sem zanimiv posnetek, s katerim se boš razgibal/razgibala in hkrati poskrbel/poskrbela tudi za svoje smejalne mišice. Poskusi, jaz bom tudi. Pa poskusi se čimbolj vživeti v glasbo.

<https://www.youtube.com/watch?v=FP0wgVhUC9w>

A ni dober? 😊 No, zdaj pa poišči še sam/sama kakšen posnetek na Youtubu in ga skušaj odplesati čimbolj doživeto.

Pa greva po vrsti ... Šolske obveznosti si odkljukal/odkljukala, gibanje tudi, čaka te samo še dnevna naloga.

Ker je danes PETEK, in si bil/bila ves teden zelo uspešen/uspešna pri delu, je danes popoldne **TVOJE**.

Kaj to pomeni?

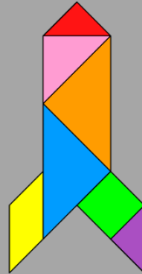
Popoldne si organiziraj po svoji želji ... Poišči svoje najljubšo igraro in se igray z njo, vzemi v roke kakšno dobro knjigo, vzemi žogo in pojdi metat ven na koš, loti se barvanja pobarvank – mandal, riši, ustvarjaj, ... **SKRATKA, POČNI KAR TI SRCE POŽELI.**



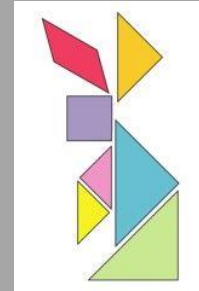
Da pa ne pozabim ... Spodaj imaš rešitve sestavljanek, ki sem ti jih ponudila včeraj. Kako ti je šlo? Si uspel/uspela sestaviti vse? Katera sestavljanika ti je predstavljala največji IZZIV?



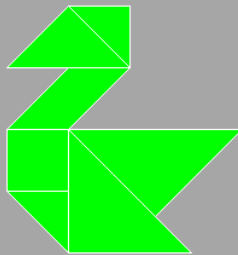
ŽELVA



RAKETA



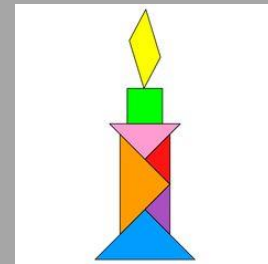
ZAJEC




GOS



RIBA



SVEČNIK

Pa še ideja.  Danes si lahko narediš za malico smoothie. Naredi ga sam/sama po svojem okusu. Če želiš, pa lahko uporabiš tudi spodnji recept.



PA DOBER TEK!

BABIČIN SMOOTHIE

Potrebuješ:

- jabolko
- manjšo banano ali polovico banane
- dve žlici navadnega jogurta
- ščepec cimeta

Jabolko olupiš, dodaš banano, jogurt in na koncu še ščepec cimeta. Če je okus prekisel, ga posladkaj s čajno žličko medu.



Želim ti lep, sproščen, nasmejan in zdrav vikend. Ostani zdrav/zdrava in nasmejan/nasmejana, ne pozabi na higieno rok in na skrb za svoje telo.

Do ponedeljka ...



