

ODDELEK PODALJŠANEGA BIVANJA 3+4

ČETRTEK, 16. 4. 2020

Pozdravljen!/Pozdravljena!



Kako si kaj danes? Upam, da si zdrav/zdrava in v pričakovanju jutrišnjega športnega dne. Učiteljica Metka je na spletni strani objavila navodila za izvedbo športnega dne. Ne pozabi jih poiskati in prebrati, da boš vede/vedela, kako bodo jutri potekale tvoje aktivnosti.

Pa se pojdi za začetek malo ogret. Oglej si prvi posnetek in skušaj čim natančneje ponoviti vaje, ki jih vidiš. Na drugem posnetku imaš nekaj odličnih razteznih vaj, ki jih lahko uporabiš, da tvoje mišice ne bodo zaspale. 😊 Poskusi opraviti tudi te.

Posnetek 1: <https://www.youtube.com/watch?v=RM4b-w66wpk>

Posnetek 2: <https://www.youtube.com/watch?v=wK99III1oFM>

Kaj pa tvoje šolske obveznosti? Si opravil/opravila že vse? Če ti je še kaj ostalo, se jih hitro loti, da se boš lahko čimprej lotil/lotila dnevne naloge.

Za današnjo popoldansko malico si lahko pripraviš odličen smoothie, za katerega verjamem, da ga boš »zmazal/zmazala« v trenutku. Ne verjameš? Kar poglej spodnji recept.

Potrebuješ:

- 1 banano,
- 1 jabolko,
- pest rozin,
- cimet,
- mleko (toplo ali hladno).

Vse skupaj ima še še boljši okus, če ga pripraviš s toplim mlekom. 😊

Dober tek!

»ŠTRUDL« SMOOTHIE



Pa sva že pri današnji nalogi.

Izdelal/izdelala boš **ŽIVALICO Z OPRAVILI**.

Verjamem, da znate iz papirja vsi izdelati takšno zgibanko. Nato vzemi kolaž oz. barvni papir in posamezno ploskev oblikuj tako, da dobiš svojo najljubšo žival.

Če tega ne znaš, si izdelavo zgibanke poglej na tej povezavi:

<https://www.youtube.com/watch?v=TZauQZzXXc4>



Na notranjo stran zapiši različna domača opravila (npr. pomivanje posode, sesanje, pomoč pri pripravi kosila, pospravljanje sob, ...)

Povabi k igri vse družinske člane. S pomočjo živalce, ki si jo sam/sama izdelal/izdelala, v družini določite naloge posameznika. Vendar ne pozabi, vsak opravi svojo nalogo konkretno in odgovorno.



Uspešno igranje ti želim! 😊

Preživi lepo popoldne, jutri pa ti želim čim več uspehov pri premagovanju lanskoletnih rezultatov iz testiranja za ŠVK.

ZMOREŠ!

