

OPB 3 4.r in 5. r., 10. 4. 2020

PREHRANA:

Uživajte dovolj tekočine in hrane bogate z vitamini, minerali in vlakninami (sadnje in zelenjav). Pred obrokom si umijte roke s toplo vodo in milom.

SAMOSTOJNO UČENJE:

Reševanje nalog, ki jih najdete v spletni učilnici oz. vam jih učitelj pošlje preko staršev.

SPROSTITVENA DEJAVNOST:

Za izvedbo gimnastičnih vaj potrebuješ **ruto**. Vsako vajo ponovi 8x.



Ruto primemo za vogal z eno roko, krožimo – naprej in nazaj. Menjamo roki.



Stojimo razkoračno, ruto držimo z obema rokama, naredimo predklon, nato zaklon.



Ruto prepognemo in položimo na glavo. Poskušamo sesti in vstati, ne da bi nam pri tem padla z glave.



Sedimo, ruto leži pred nami na tleh. Z nožnimi prsti dvignemo ruto visoko.



Sedimo, ruto zmečkamo in jo vržemo. Hitro vstanemo, poberemo ruto in sedemo. Kdo je najhitrejši?

USTVARJALNO PREŽIVLJANJE PROSTEGA ČASA:

Naredimo si zajčjo posodico za pisala ali pa jo uporabite kot držalo za pisanico.



1. korak

Na tulec toaletnega papirja naviješ volno. Da bo stabilnejša si pomagaj z lepilo.



2. korak:

Na kos papirja nariši ušesa in majhne kroge za zajčkov tačke. Ušesa in tačke izreži.



3. korak:

Na kose papirja obleči z volno. Pomaga si z lepilom.



4. korak:

Iz papirja zajčku izdelaj še oči, smrček in brčice. Skupaj z ušesi in tačka zalepi na tulec.

IN TUKAJ JE TVOJ ZAJČEK.

Bodite ustvarjali.

Učiteljici Nina in Teja bosta veseli vaših izdelkov. Poslikajte jih in pošljite po manilu.