**DOBER DAN **

V HLADNIH DNEH LAHKO ZA ŠPORTNO AKTIVNOST POSKRBIMO TUDI V HIŠI. POŠILJAM VAM POVEZAVO ([HTTPS://WWW.YOUTUBE.COM/WATCH?V=OOG005\_YVQG](https://www.youtube.com/watch?v=OoG005_yvQg)) DO POSNETKA, NA KATEREM TELOVADITA DEKLICA IN FANTEK. VAŠA NALOGA JE, DA PONAVLJATE GIBE ZA NJIMA. OB GLEDANJU IN POSLUŠANJU POSNETKA LAHKO PONOVITE PO ANGLEŠKO ŠTETJE DO 20 (30) IN DELE TELESA.

V NADALJEVANJU JE OPISANA ŠE RITMIČNA IGRA **»ENA, DVA, TRI, ŠTIRI«**. IGRALCI STOJIJO V KROGU, V RITMU IZVAJAJO SLEDEČE GIBE IN PONAVLJAJO: »ENA«, ROKI STA NA GLAVI; »DVA«, ROKI STA NA RAMENIH; »TRI«, ROKI STA NA BOKIH IN »ŠTIRI«, PRI ČEMER STA ROKI NA KOLENIH. PRVIČ IZVEDEJO GIBE IN ŠTETJA OD ENA-DVA-TRI-ŠTIRI, DRUGIČ LE DVA-TRI-ŠTIRI (NA ENA NAREDIJO LE GIB), TRETJIČ LE TRI-ŠTIRI (NA ENA IN DVA NAREDIJO LE GIB), ČETRTIČ LE ŠTIRI (NA ENA, DVA IN TRI NAREDIJO LE GIB), PETIČ PA NIČ (DELAJO LE GIBE) IN NAZAJ V OBRATNEM VRSTNEM REDU. ZAČNETE V POČASNEM RITMU, V NADALJEVANJU IGRE PA VSE HITREJE.

V PRILOGI VAM POŠILJAM ŠE ZGODBO O HUDOBNEM ZMAJU KORONARJU IN O TEM, KAKO SO GA LJUDJE S SKUPNIMI MOČMI PREMAGALI. NA KONCU PRAVLJICE BOSTE IZVEDELI, KAKO SE LAHKO TUDI SAMI PRIDRUŽITE BOJU PROTI ZMAJU.

LEPO PREŽIVITE VIKEND

**ADIJO** 