|  |
| --- |
| **ZDAJ PA MIGAT! DANES TE ČAKA POLIGON.**  **Malo boš moral biti iznajdljiv s postavitvijo in izbiro rekvizitov 😉**  Vaje naredi zunaj ali notri – odloči se sam. |
| NAJPREJ SI BOŠ SAM SESTAVIL ČISTO SVOJ POLIGON.     * Naredil si boš 5 različnih postaj, kjer boš delal vaje.   Infantil III trabalha psicomotricidade fina e ampla com bolas e lençol - YouTube  TUKAJ JE PRIMER (ti lahko narediš po svoje):   1. **Plazenje** pod ovirami (za oviro lahko vzameš stol, klop, napelješ lahko vrv,…). 2. **Hoja** po kolebnici (vzameš lahko kakršnokoli vrv, volno, elastiko,…). 3. **Sonožno preskakovanje** kolebnice. 4. **Skoki** iz kroga v krog (če delaš vaje zunaj, si na tla nariši več krogov, notri lahko kroge narediš iz volne). 5. **Lazenje po vseh štirih** med ovirami (lahko si nastaviš stole, škatle, plišaste igrače,…). |
| Najprej se ogrej in naredi nekaj gimnastičnih vaj, saj že veš! Nato pojdi od postaje do postaje. Pozoren bodi, kaj moraš delati pri posamezni postaji (plazenje, hoja, sonožno preskakovanje, skoki in lazenje po vseh štirih).  Namig: Lahko narediš poligon za vso družino. Zabavno bo! :)  Nekaj idej za zunaj in notri dobiš na spodnjih slikah.  110  Kids Playground Inspirations for Your Dream House13 Genius Tricks of How to Upgrade Backyard Obstacle Course Ideas #Indoorandoutdoor ZUNAJ  ZUNAJ  Create an indoor obstacle course - Ways to Make the Most of Rainy Days with Your Kids - Photos #ecourses  NOTRI |