PREDMET: ŠPORT ZA ZDRAVJE

RAZRED: 7. razred

TEDEN: 1. 6. do 5. 6. 2020

TEMA: Nogomet

Drage učenke, učenci!

In smo prispeli do zadnjih Navodil za delo in učenjem na daljavo. Ja kar enajst tednov smo vam podajali navodila in nasvete za delo. Upam, da se bomo od sedaj naprej, zopet skupaj učili in vadili.

Ta navodila so namenjena le še skupini, ki ima po urniku predmet v ponedeljek, pred uro. To pomeni učenkam in učencem 7. B in 7. D razreda. Z vsemi ostalimi pa se bomo že videli “v živo” pri pouku.

Kljub vsemu pa ne pozabi na vsakodnevno gibanje in na zdrav življenski slog.

Če bi želel še karkoli vprašati, to lahko storiš na spodnji mail naslov ali se oglasi v kabinetu športnih pedagogov.

bostjan.posedi@gmail.com

NAVODILA ZA DELO

V tem tednu bomo nadaljevali z vsebinami nogometa.

Predlagam, da si še vedno pregledaš učbenik v katerem najdeš veliko pravil, zanimivosti in pravilnih izvedb posameznih elementov.

<https://eucbeniki.sio.si/sport/index.html#page59675.html>

Poleg teoretičnih vsebin, se poizkusi še praktično z elementi nogometa.

Seveda vadbo prilagodi svojemu znanju, možnostim in prostoru☺

NAREDI VSAJ NEKAJ IZZIVOV Z ŽOGO.

Ne pozabi, da je žongliranje z žogo zelo pomemben elemet pri obvladovanju žoge in pri igri nogometa.

<https://www.24ur-nogomet.com/vsebina/9505/NOGOMETNI-IZZIV-50-vaj-ki-jih-lahko-naredite-doma?fbclid=IwAR0XYp_n_ScbmskTxzmpXx0ron5UEx8rxI4kWVEd_UZtJqOjtNanNW8nOLU>

ali pa tako

<https://www.youtube.com/watch?v=nlC3aery9O4>

Prosi brata, sestro, starša, če bi s tabo odigral eno nogometno tekmo. Poglej si spodnji posnetek in zmagaj☺.

<https://www.facebook.com/ossmarje/videos/701855483958443/UzpfSTEwMDAwMDIyMzQ1MTI1MDpWSzoyMzUzOTY1NTEyNDkxOTc/?multi_permalinks=238751610913691&notif_id=1589732512966390&notif_t=group_highlights>

Pripravil: Boštjan Posedi

 Samo za interno uporabo.