**ŠPORT**

V času, ko ste doma, svetujemo, da poskrbite tudi za svojo telesno kondicijo. Priporočamo gibanje v domačem okolju in vsakodnevne sprehode v naravo. Pri tem velja seveda upoštevati vse varnostne ukrepe in napotke.



V tem času pa utrjujte in vadite tudi:

* vodenje žoge z eno roko,
* met žoge ob steno z razdalje najmanj dveh metrov in lovljenje (žoga lahko enkrat vmes pade na tla),
* preskakovanje kolebnice (lahko tudi vrvi),
* vaje za športno-vzgojni karton (tek, trebušnjaki, predklon, skok v daljino z mesta, poligon nazaj - po vseh štirih).

