

Učitelj: Sašo Fijavž

Pozdravljeni. V okviru neobveznega izbirnega športa imate za nalogo opraviti katerokoli igro z loparji. Lahko se igrate s starši, bratom, sestro. Ne se povezovat s sošolci, saj smo ravno zato doma, da ne širimo virusa.

Izbirate lahko med namiznim tenisom, badmintonom, speedmintonom, skvošom,.. v kolikor nimate te možnosti. Da bi to odigrali, pa vsaj poiščite na internetu, da boste vedeli kako se katera od teh iger tudi igra (velja za tiste igre, ki še ne poznate pravil igre).

V kolikor imate voljo in čas lahko opravite tudi to vadbo:

[https://www.youtube.com/watch?v=Dwt7bd\\_KyTQ](https://www.youtube.com/watch?v=Dwt7bd_KyTQ)

Ostanite zdravi, pojdite kdaj na kakšen sprehod, naredite kakšno vajo za moč (vse to izven tega kar imate v okviru športa – naredite to za sebe). Ne pozabite, če je možnost, se razgibajte na svežem zraku in ne družite se po skupinah. Vaje izvajajte posamično