

3. a, četrtek, 14. 5. 2020

1. ura: ŠPORT

Pred teboj so različne naloge za razvijanje vzdržljivosti, moči, ravnotežja in raztezanja. Izberi 5 vaj (lahko pa tudi vse) iz posamezne skupine (vzdržljivost, moč, prosti čas, ravnotežje, raztezanje) in **UŽIVAJ**.

<p>VZDRŽLJIVOST Izberi: TEK-HOJA-KOLO; lahko tudi na mestu. 30 minut</p> 	<p>RAVNOTEŽJE POLOŽAJ DESKE – IZMENIČNI DVIG ROK IN NOG (leva noga-desna roka; desna noga-leva roka) 8 ponovitev vsaka stran</p> 	<p>VZDRŽLJIVOST PRESKAKOVANJE KOLEBNICE 30 sekund</p> 	<p>PROSTI ČAS UMIJ SI ROKE! PIJ VODO!</p> 	<p>MOČ IZPADNI KORAK 10 x naprej (leva, desna) 10 x nazaj (leva, desna) 10 x vstran (leva, desna)</p> 
<p>PROSTI ČAS UMIJ SI ROKE! PIJ VODO!</p> 	<p>RAZTEZANJE KROŽENJE Z BOKI V vsako smer naredi 8 krogov.</p> 	<p>PROSTI ČAS UMIJ SI ROKE! PIJ VODO!</p> 	<p>RAVNOTEŽJE STOJA NA ENI NOGI (težje bo, če poskušaš na postelji) 45 sekund</p>	<p>PROSTI ČAS UMIJ SI ROKE! PIJ VODO!</p> 
<p>MOČ Povabi družinskega člana, naj dela sklece s teboj. Lahko tekmujeta, kdo jih naredi več.</p> 	<p>MOČ 20 POČEPOV</p> 	<p>MOČ SMUK PREŽA 1 minuta</p> 	<p>MOČ HOJA PO VSEH ŠTIRIH 3 minute</p>	<p>RAVNOTEŽJE STOJA NA PRSTIH ENE NOGE</p> 
<p>RAVNOTEŽJE LASTOVKA-STOJA NA ENI NOGI 30 sekund</p> 	<p>VZDRŽLJIVOST Recitiraj abecedo naprej in nazaj med hopsanjem</p> 	<p>RAZTEZANJE KROŽENJE Z ROKAMI Naprej, nazaj</p> 	<p>RAZTEZANJE POSLUŠAJ SVOJO NAJLJUBŠO PESEM IN »PLEŠI KOT NOR/-A) Sprosti se.</p>	<p>VZDRŽLJIVOST »JUMPING JACKS« ali JOGGING POSKOKI 1 minuto</p> 
<p>RAZTEZANJE ZAMAHI Z NOGO Vsaka noga 30 ponovitev</p> 	<p>PROSTI ČAS UMIJ SI ROKE! PIJ VODO!</p> 	<p>RAVNOTEŽJE STOJA NA ENI NOGI Z ZAPRTIMI OČIMI Vsaka noga 45 sekund</p>	<p>VZDRŽLJIVOST SKIPING NA MESTU ALI PO SOBI 3 x 1 minuta</p>	<p>RAZTEZANJE DRŽA V PREDKLONU 5 krat po 10 sekund</p> 

2. ura: SLOVENSKI JEZIK

V preteklosti smo se že pogovarjali o tem, katere vrste povedi poznamo. Se še spomniš?

Poglej predstavitev **VRSTE POVEDI** – sledi navodilom in rešuj naloge. Te naloge rešuješ tudi jutri. Razporedi si delo tako, da nekaj narediš **danes**, ostalo pa **jutri**. Vse zapisuješ v zvezek **za SLJ**. Tvoje delo bom pregledala v ponedeljek, ko se vidimo v šoli.

3. ura: MATEMATIKA

Še utrjujemo števila in številске predstave do 1000.

1. Do ponedeljka moraš imeti rešene naloge v **Računanje je igra strani 46, 47 in 48**. Nekaj rešuj **danes**, nekaj **jutri**.
2. Na spletni strani na spodnji povezavi pa je tudi veliko vaj za utrjevanje številskih predstav. Izbira je tvoja.

https://interaktivne-vaje.si/matematika/mat_1000/racunam_do_1000.html

4. ura: ANGLEŠČINA – kaj pravi učiteljica Maja