

OBRAZEC - IZOBRAŽEVANJE NA DALJAVO

RAZRED: 4., 5.	ODDELEK: A,B	PREDMET:NŠP	DATUM: 8.4.2020
----------------	--------------	-------------	-----------------

Teoretične vsebine:

Učenci si na spodnji povezavi ogledajo praktični prikaz kako izgleda ravnotežnostna vadba (vadba propriocepcije). Ravnotežnostna vadba je dobra pri preprečevanju poškodb v športu, pri stabilizaciji sklepov mišic. Učenci naj s pomočjo vodiča izvedejo ravnotežnostne vaje in se preizkusijo v težavnosti izvedbe le-teh.

Povezava:

<https://youtu.be/giSIx3gQRQY>