

SREDA, 25. 3. 2020

A se še spomniš, kateri praznik je danes? Ja, res je, danes praznujejo vse naše mamice, zato hitro pojdi k njej, jo objemi in ji povej, kako rad jo imaš. Zdaj je čas, da ji daš tudi voščilnico, ki si jo izdelal sam.

Spomnim pa naj te še na cilje, ki si si jih zapisal v ponedeljek na list. Potrudi se, da boš do nedelje vse naloge uspešno opravil.

DRU: Preberi učbenik na strani 63, 64 in 65. V zvezek napiši naslov Naravne sestavine pokrajine in prepisi povzetek v rjavem okvirčku na strani 65. V revijah, časopisih ali na spletu poišči kakšno fotografijo ali sliko, na kateri opaziš kakšno naravno sestavino pokrajine in jo prilepi v zvezek.



Primer fotografije

Na fotografiji vidimo gore (relief), gozdove (rastlinstvo), jezero (vode). Na nebu vidimo oblake (podnebje).

SLJ: Reši naloge v delovnem zvezku 2. del na strani 49 in 50.

MAT: Reši naloge v delovnem zvezku 2. del na strani 76. Rezultate nalog preveri z rešitvami.

NIT: Preberi učbenik na strani 61, 62 in 63. Ponovi, kako potuje hrana v našem telesu. Poglej v vaš hladilnik, shrambo ... Poišči tri živila, ki so rastlinskega izvora in tri, ki so živalskega. Zapiši jih v zvezek.

Hrana pri nas doma

**rastlinskega izvora:
živalskega izvora:**



ŠPORT

Ker se je vreme ohladilo, bodo danes vaje potekale notri. Pri vadbi boš potreboval dostop do interneta (na računalniku, tablici ali mobitelu), saj vadba poteka na spletni strani youtube. Poišči si primeren prostor za vadbo in pripravi plastenko vode. K vadbi lahko povabiš tudi starše, brate ali sestre. Vadba poteka v angleščini, vendar menim, da ti to ne bo povzročalo težav. Vaje boš izvajal približno 17 minut. Vmes boš imel tudi čas za počitek. Takrat si le privošči kakšen požirek vode. Ko boš pripravljen, pritisni le še na povezavo in začni: <https://www.youtube.com/watch?v=fgxR1PiEiDk>.

NIŠP

- Tek na mestu. Tek na mestu z gibanjem okoli svoje osi (1 krog v desno, ponovno tek na mestu in en krog v levo.) po 5 x v vsako smer
 - Izmenično dviganje kolen in plosk pod dvignjeno nogo
 - " jumping jacks" - poskoki na mestu - začne se iz stoje mirno : skočiš raznožno in hkrati plosk nad glavo, skočiš "mirno" - roke so ob telesu, noge skupaj in ponoviš vsaj 15 x
 - stojiš razkoračno - izdih in z rokami v predklon, nato dvig, vdih in z rokami nad glavo, ponovno stojiš pokonci - vajo izvajati počasi !
 - zmahi, nihanja z nogami : naprej ena noga, druga ohranja ravnotežje, potem druga
 - 15 x z vsako. .
- Vaje na tleh: po možnosti na kakšni tenki blazini ali veliki brisači
- sede z oporo na komolcih : z nogami rišeš kroge v eno smer, nato v drugo in ponoviš (vsaj 10)
 - leže na hrbtu narediš polovični most (ramena in glava na tleh, boki dvignjeni, stojiš čvrsto na stopalih - 3 x ponoviš in vstrajaš v mostu 10 sekund
 - kleče na kolenih in na dlaneh : hkrati dvigneš desno roko in levo nogo, vztrajaš nekaj sekund, narediš 10 ponovitev, nato dvigneš levo roko in desno nogo in vajo ponoviš
 - leže na hrbtu : dvig v svečo, poizkusi jo zadržati vsaj 5 sekund. 3 x ponovi
 - leže na hrbtu potegneš kolena na prsa, objameš z rokami in miruješ, počasi se umiriš in vstaneš

PODALJŠANO BIVANJE

KAJ NAJ POČNEM? Tukaj je nekaj predlogov.

1. DEJAVNOST

Vošči mami za materinski dan.

2. DEJAVNOST

BERI, BERI

Preberi kakšno knjigo, ki jo imate doma. Vzemi jo, prelistaj in ilustriraj po svoji želji. Naj tvoja risba pripoveduje zgodbo. Ker so knjižnice zaprte, lahko do knjig dostopaš preko naslednjih povezav:

Wikiviru: https://sl.m.wikisource.org/wiki/Glavna_stran

- aplikacija Audiobook v teh dneh ponuja brezplačen prenos t. i. zvočnih knjig. To so knjige, ki jih lahko poslušáš. Naj ti starši pomagajo in te povežejo na:

<https://www.audiobook.si/>

- zanimivo branje je tudi tukaj <https://otroski.rtvsl.si/bansi/berem>

3. DEJAVNOST

Ob 18h se zberite na vašem »odru« (v dnevni sobi, na dvorišču, na balkonu) in od srca skupaj zapojte.

ALI SI VEDEL-a?

S skupinskim petjem se v tem času karantene Italijani bodrijo tako, da se vsak večer ob 18. uri zberejo na balkonih in prepevajo.

PRIJETEN



DAN