



Osnovna šola ŠMIHEL
Šmihel 2
8000 NOVO MESTO

Tel: 07 39 35 100, Fax: 07 39 35 127 E-pošta: ossmihel.novom@guest.arnes.si Splet: www.os-smihel.si



Izobraževanje na daljavo

Oddelek: 8. a

Datum: 11. 5. 2020

Šolsko leto: 2019/2020

ŠPORT ZA ZDRAVJE

Preverjanje in ocenjevanje

Pozdravljeni !

Tokrat imate domačo nalogo, ki se že upošteva za oceno !

Primer krožnega treninga : 7 vaj (določi čas za vsako vajo – delo/počitek) npr.: 20" delo/10"pavza

Ali pa40/20 ali še kako drugače razporediti – delo/pavza

Narediš 2 – 3 kroge vadbe (1 krog = 7 vaj) **Določi pavzo med krogi !**

VAJE :

- 1) trebušne
- 2) jumping jack (poskoki)
- 3) step up (stopaš na stol – izmenično)
- 4) hrbtne m. (leže ali kleče na tleh)
- 5) vojaške sklece
- 6) nizka preža (bočni korak v levo, nato bočni v desno, ponavljaš)
- 7) v opori za sklece : dviguješ desno nogo nazaj 3x, nato levo 3x,...ponavljaš

Pred začetkom vadbe izmeri svoj srč.utrip, po končanem 1.krogu in po končani vadbi ! Zapiši si (meriš 15sek. In pomnožiš s 4 !)

Nalogo izvedeš, napišeš čas (delo/pavza) , pavza med krogi in 3x izmerjen srčni utrip !

Nalogo pošljite na moj mail najkasneje do 18.5.20 !

Lp. In tokrat resno opravite nalogo!

G.

LIKOVNA UMETNOST

Hvala vsem, ki odgovorno opravljate likovne naloge in pošiljate fotografije likovnih izdelkov. Le tako lahko spremljam vaš napredek in preverim vaše znanje. **V 2. ocenjevalnem obdobju imate vsi že oceno, razen posameznikov, s katerimi se bom dogovorila o ocenjevanju individualno. Za zaključeno oceno šteje delo celega šolskega leta, zato se trudite in ustvarjajte pridno še naprej.**

Likovna naloga: **GRAFIČNO OBLIKOVANJE - PLAKAT**

Dober dan, učenci!

GRAFIČNO OBLIKOVANJE – PLAKAT bo zdaj naše področje ustvarjanja.

Potrebščine: reklamni letaki, škarje, lepilo (lepilni trak), list A4 (lahko prosta izbira) ali telefon, računalnik, tablica.

1. **NAJPREJ na dodani povezavi PREBERI O GRAFIČNEM OBLIKOVANJU:**

<https://eucbeniki.sio.si/lum8/2487/index.html>

PLAKAT je tiskan medij, ki sporoča, obvešča, oglašuje, prepričuje...javnost.

DOBER PLAKAT JE JASEN, PREGLEDEN IN OPAZEN. To dosežemo s skrbno izbranim besedilom oz. sloganom, učinkovitimi barvnimi kombinacijami, slikovno podobo in premišljeno kompozicijo.

VRSTE PLAKATOV: filmski, športni, reklamni, kulturni, zdravstveni...).

2. Plakat lahko izdeláš v poljubni tehniki in velikosti. Lahko ga narišeš, lahko uporabiš telefon, tablico ali računalnik in narediš Power Point ali Word datoteko, lahko narediš kolaž ali fotografijo, ki vsebuje vse prvine dobrega plakata.
3. Pri oblikovanju plakata upoštevaj:
 - **velikost** (pomembnejša informacija večja in dobro vidna),
 - **kompozicijo** (dinamičen ali statičen plakat, odvisno od tvojega sporočila), - **premišljeno izbiro barv** (nasprotne, kontrastne barve ali skladne),
 - **izvirnost** (resen, smešen - uporabi domišljijo in si upaj ustvarjati drugače),
 - **sporočilo**, ki naj bo jasno.
4. Plakat lahko izdeluješ do vključno 25. maja.
5. Končane izdelke v obliki fotografij, Wordovih oz. Power Point datotek pošlji na naslov: anica.klobucar@os-smihel.si
6. **KRITERIJI ZA VREDNOTENJE PLAKATA: IZVIRNOST, KOMPOZICIJA, IZBIRA BARV, TEHNIČNA DOVRŠENOST in JASNOST SPOROČILA.**

Primeri:



Prijetno ustvarjanje ti želi učiteljica Anica.

ANGLEŠČINA

Hello, dear Students!

*Danes v vseh treh skupinah poteka ustno ocenjevanje po razporedu preko Zoom videokonference. Z učiteljico oz. učiteljem ste dogovorjeni za uro, **zato ne zamujajte in bodite pripravljeni.***

Učenci, ki danes ne boste ocenjeni, izkoristite čas za ponavljanje in utrjevanje snovi, saj boste tudi vi zelo kmalu na vrsti. Tako vi kot mi upamo, da se ne zgodi desni scenarij

->

See you!



MATEMATIKA

Pitagorov izrek – uporaba v vsakdanjem življenju

Ponovimo:

Znamo **izračunati dolžino ene stranice v pravokotnem trikotniku, če sta dani dolžini ostalih dveh.**

Pitagorov izrek uporabljamo za preverjanje, ali je trikotnik pravokoten (če poznamo tri njegove stranice).

Pitagorov izrek uporabljamo v vsakdanjem življenju.

Primer uporabe

Simon je postavil leseno gredo pravokotne oblike. Dolga je 140 cm in široka 100 cm. Preveriti mora, ali vse štiri stranice med seboj pravokotne. Geotrikotnika žal ni mogel uporabiti, ker bi bilo preverjanje na ta način nezanesljivo. Spomnil se je, da bo preveril obe diagonali, ki morata biti enaki.



Ti izračunaj diagonalo s pomočjo Pitagorovega izreka. Rezultat izrazi v metrih na dve decimalki natančno.

Vaje

Naloge najlažje izračunaš tako, da si pomagaš s sliko.

Učbenik str. 183/8., 9., 10., in 11.; * 12

Uspešno delo ti želim.

PS: Nekateri nalog ne vračate učecemu učitelju. Naloge so obvezne.

Rešitve prejšnje ure

- 4 a) $b = 15 \text{ cm}$ č) $k = 4,8 \text{ m}$ * d) $k = 3 \text{ cm}$ e) $l = \sqrt{2} \text{ m}$
 $o = 40 \text{ cm}$ $o = 17,6 \text{ m}$ $o = (5 + \sqrt{13}) \text{ cm}$ $o = (3\sqrt{2} + \sqrt{10}) \text{ m}$
 $p = 60 \text{ cm}^2$ $p = 13,2 \text{ m}^2$ $p = 3 \text{ cm}^2$ $p = 2 \text{ m}^2$

5

k_1	6	9	24,1	20	24	$\sqrt{4}$	$\sqrt{13}$
k_2	8	12	24	21	7	$\sqrt{5}$	2
h	10	15	34	29	25	2	3

- 6 Pravokotni so 1., 3., 5. in 6. trikotnik.

ŠPORT

DEČKI

Pozdravljeni !

Tokrat bomo ponovili atletske vsebine. Sledila bo ocena (zadnje dneve v maju, oz. prve v juniju),

Upošteval bom tudi vašo dosedanjo aktivnost, oziroma neaktivnost pri opravljanju nalog.

Danes : po prebrani »atletiki« naredite malo ogrevanja, atletsko abecedo , ponovite visoki in nizki start. Na koncu naj vsak ponovi še skok v višino – » škarjice« - s trokoračnim zaletom.

Če imate elastiko , jo postavite na višino 70 – 80 cm in opraviš 10 skokov. Gre samo za pravilen zalet in odriv.

Lp Gorazd

Priloga : [ATLETIKA](#)

DEKLICE

UTRJEVANJE ROKOMETA, raztezne in krepilne vaje

Danes ponovite vse rokometno teoretično in praktično znanje, ki ste ga dobili v prejšnjih urah. Veliko vas še ni poslalo skice rokometnega igrišča. To je naloga za preverjanje. Tudi rokometne vaje vadite. Sledilo bo ocenjevanje, zato preverite, koliko znate. Pošljite mi nedokončane izdelke (ŠVK rezultati, športni izziv, merjenje FSU – slikajte izdelke), da vam sporočim, ali vam gre dobro. Ponovite osnovne sodniške znake za odbojko in košarko. Vadite jih lahko na teh povezavah: [KOŠARKA](#), [ODBOJKA](#).

Na svežem zraku pa naredite spodnje vaje za zdravo telo. Vsako vajo izvajajte 30 sekund.

Ogrevanje



1 Korakanje na mestu (stegno do vodoravne linije).



2 Korakanje na mestu (vsakič se z rokami prime za koleno skrčene noge in vzpne na prste druge).



3 Izmenični dvigi skrčene noge zadaj iz stoje (vsakič se z roko prime za gleženj skrčene noge in vzpne na prste druge, nasprotno roko dvigne v vzročenje).



4 Tek na mestu.



5 Tek na mestu z dotikanjem pet in zadnjice.



6 Tek z dvigovanjem kolen (stegno do vodoravne linije).



7 Tek na mestu s soročnim kroženjem rok nazaj.



8 Kroženja v kolk med lahkotnim tekom.



9 Izmenični poskoki naprej in nazaj (s hkratnimi izmeničnimi zamahi rok naprej in nazaj).



10 Izmenični poskoki narazen in skupaj s ploskom z dlanmi nad glavo.



11 Polčepi z izmeničnimi dvigi skrčene noge spredaj.



12 Izmenični poskoki iz stoje v čep razkoračno (dlani postavimo na tla).



14 Sonožni poskoki levo in desno v opori ležno spredaj.



15 Dviganje nog v opori ležno zadaj (korakanje).



13 Posnemanje teka v opori ležno spredaj.



16 Izmenični poskoki v izpadni korak iz opore ležno spredaj na eni roki in odročenjem druge roke (nato menjava rok).

Glavni del vaj (vaje za moč)
 Glavni del je 8 vaj moči s svojo telesno maso, ki jih izvajamo v 10 do 15 ponovitvah v eni do treh nizih.



1 Globoki počepi z dvigom rok iz priloženja v vzročenje (dotik dlani nad glavo).



2 Hkratni primiki roke k nogi v opori bočno (nato menjava strani).



3 Sklece na eni nogi v opori ležno spredaj (z izmeničnimi dotiki kolena s komolcem).



4 Upogibi trupa z dotikom nasprotne roke in noge iz hrbtne leže skršno z eno nogo s hkratnim dvigom v oporo (nato menjava rok in nog).



5 Vojaška vaja (s sklecami in poskoki).



6 Dvigi bokov iz hrbtne leže skršno z eno nogo (druga noga dvignjena od tal, nato menjava nog).



7 Kotaljenje izmenično v eno in drugo stran s hkratnim dvigom trupa in nog (zapiranje knjige).



8 Sklece v opori stojno.



9 Izmenični zasuki trupa v opori ležno spredaj (stopala ves čas skupaj).



10 Hkratni dvigi nasprotne roke in noge v opori ležno spredaj (nato menjava roke in noge).

V Novem mestu, 10. 5. 2020

Zbral in uredil:

Jaka Darovec, razrednik 8. a