Navodila za delo na daljavo

»Zdrav duh v zdravem telesu.«

Vzdržujte telesno kondicijo, bodite veliko sami ali v spremstvu staršev na svežem zraku, izvajajte tek ali hojo v naravi in pa vaje za moč.

Vaje za moč:

Najprej si izberi primeren prostor, odmakni stvari, ki bi te lahko ovirale pri delu. Vaje naredi vsaj 1x na dan.

[Šport za zdrave šolarje]

ŠPORTNA IGRA
Potrebuješ kocko in dobro voljo.
Vrži kocko in naredi nalogo. Naloga je končana z desetim metom.
Igro se lahko igraš večkrat na dan.