**PONEDELJEK, 16. 3. 2020**

**SLOVENŠČINA** – PRIPRAVA GOVORNEGA NASTOPA

V KOLIKOR IMATE MOŽNOST, NATISNITE MISELNI VZOREC (PRILOGA *SLJ\_GOVORNA\_VAJA\_MISELNI\_VZOREC*). UČENEC GA PRILEPI V ZVEZEK SONČEK (BREZČRTNI ZVEZEK) IN POD VSAK PRAVOKOTNIK NARIŠE PIKTOGRAM/SLIČICO, KI MU BO V POMOČ PRI PRIPRAVI NA GOVORNI NASTOP IN PRI SAMEM GOVORNEM NASTOPU.

V KOLIKOR NIMATE MOŽNOSTI TISKANJA, NAJ UČENEC OB VAŠI POMOČI PRESLIKA MISELNI VZOREC V ZVEZEK IN GA IZPOLNI.

Učenec nariše člane svoje družine. V kolikor zna in zmore, lahko zapiše tudi njihova imena.



Nariše hišo/blok/dvojčka … v katerem živi.

Nariše eno družinsko dogodivščino.

Nariše sebe, ko pomaga pri domačih opravilih.

Nariše svojo sobo oziroma svoj kotiček.

**MATEMATIKA** - ŠTEVILA DO 10

1. NALOGA: POKUKAJ V OMARE, PREDALE V KUHINJI… IN PREŠTEJ, KOLIKO KROŽNIKOV JE V OMARI, KOLIKO ŽLIC JE V PREDALU, KOLIKO BARVIC IMAŠ V PUŠČICI, KOLIKO ZVEZKOV IMAŠ V TORBI …?

ČESA JE VEČ - KROŽNIKOV ALI ŽLIC? ČESA JE MANJ? ČESA JE NAJVEČ?

1. NALOGA: VEČKRAT GLASNO ŠTEJ OD 0 DO 10 IN OD 10 DO 0.
2. NALOGA: ŠTEJ DO 10. PRI ŠTETJU ŠTEVILO 3 ZAMENJAJ Z BESEDO BUM. V NADALJEVANJU ZAMENJAJ Z BESEDO BUM ŠE OSTALA ŠTEVILA ( NA PRIMER 5, 7, 8…).
3. NALOGA: ODIGRAJ POLJUBNO DRUŽABNO IGRO, PRI KATERI MEČEŠ IGRALNO KOCKO IN ŠTEJEŠ.

**SPOZNAVANJE OKOLJA** – PONOVIMO, DA ZNANJE UTRDIMO

* OB DRUŽINSKEM DREVESU (ZVEZEK SONČEK) PONOVI, KDO SO ČLANI TVOJE DRUŽINE IN KOLIKO ČLANOV IMA TVOJA DRUŽINA.
* NAŠTEJ DNEVE V TEDNU.
* POVEJ, KATERI DAN JE DANES. KATERI DAN JE BIL VČERAJ? KATERI DAN BO JUTRI?

**ŠPORT** – NARAVNE OBLIKE GIBANJA

ČE IMAŠ MOŽNOST, SE GIBAJ NA SVEŽEM ZRAKU.

NAJPREJ SE OGREJ. ČE IMAŠ MOŽNOST, TECI 5 KROGOV OKROG HIŠE ALI BLOKA OZIROMA, KJER IMAŠ PROSTOR. NATO NAREDI GIMNASTIČNE VAJE. V POMOČ TI JE LAHKO TABELA SPODAJ. KO SE BOŠ OGREL/A, NAREDI NASLEDNJE VAJE:

* 10 ŽABJIH POSKOKOV
* 10 SKOKOV PO LEVI NOGI IN NATO 10 SKOKOV PO DESNI NOGI
* 10 DOOOOLGIH KORAKOV
* PO VSEH ŠTIRIH HODI NAPREJ IN NATO PO VSEH ŠTIRIH HODI NAZAJ
* Z DESNO ROKO SE PRIMI ZA LEVO KOLENO IN TECI 5 KROGOV ☺ PAZI, DA NE PADEŠ!

|  |  |
| --- | --- |
| **SPECIALNO OGREVANJE: Sklop gimnastičnih vaj**  | **ČAS:**  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ZAČETNI POLOŽAJ | OPIS VAJE | ŠT. PONOVITEV | SKICA | NAMEN |
| **KROŽENJE Z GLAVO**Stoja razkoračno, roke postavimo v boke.  | Z glavo krožimo najprej v levo, nato v desno smer. | 8 x 2 |  | Raztezna vaja za vratne mišice.  |
| **KROŽENJE Z ROKAMI**Stoja razkoračno, roke so v predročenju.  | V razkoraku krožimo z obema  rokama naprej in nato nazaj.  | 8 x 2 |  | Raztezna vaja za mišice rok in ramenskega obroča. |
| **KROŽENJE Z BOKI**Stoja razkoračno, roke postavimo v bok.  | Telo krožimo najprej v levo in nato desno. | 8 x L, 8 x D |  | Raztezna vaja za stranske trebušne mišice. |
| **PREDKLONI**Stoja razkoračno, roke so v zaročenju.  | Naredimo predklon, tako da se čim bolj približamo tlom, roke in noge so iztegnjene. | 8 x |  | Raztezna vaja za zadnje stegenske mišice. |
| **IZPADNI KORAK NAPREJ**Izpadni korak naprej. Roke so v boku. | Učenci potiskajo boke navzdol v izpadu, najprej naredijo izpadni korak z desno nogo, nato še z levo nogo.  | 8 x 2 |  | Raztezna vaja za zadnje stegenske mišice. |
| **ČEPI**Stoja razkoračno, roke so v predročenju. | Delamo čepe, pazimo, da ne gredo kolena čez nožne prste.  | 8 x |  | Krepilna vaja za mišice nog. |
| **ŽABJI POSKOKI**Opora čepno spredaj, se odrinemo, sonožno skočimo . | Skačemo po prostoru. | 8 x |  | Krepilna vaja za mišice nog.  |
| **STRESANJE**Stoja razkoračno, roke ob telesu.  | Stresemo celo telo od glave do pete. | 1 x |  | Sprostiti celo telo. |