

# ŠPORT

## \* TELOVADBA Z IGRAČKO



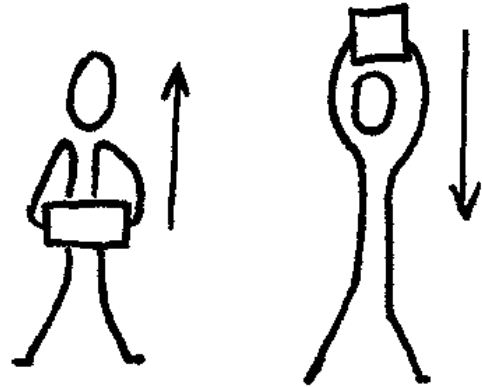
OŠ Šmarje pri Kopru  
2. razred





**TEK NA MESTU**





10X

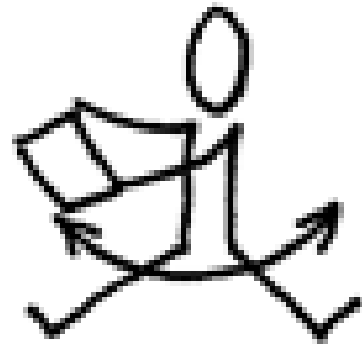
- ✓ **STOJ RAZKORAČNO**
- ✓ **IGRAČO DRŽI Z OBEMA ROKAMA  
PRED SABO**
- ✓ **VZPNI SE NA PRSTE IN ROKI VZROČI**





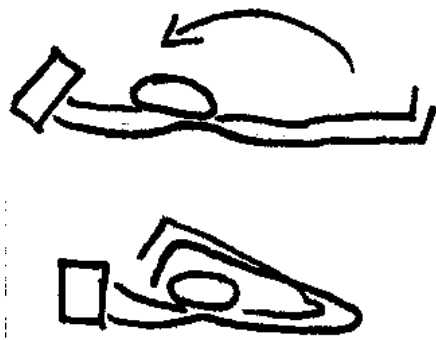
10X

- ✓ **SEDIŠ S STEGNJENIMA NOGAMA**
- ✓ **GLOBOK PREDKLON**
- ✓ **Z IGRAČO POSKUSI POTRKATI PRED STOPALI**



10X

- **SEDIŠ RAZNOŽNO**
- **IGRAČO DRŽIŠ Z OBEMA ROKAMA**
- **TRUP OBRAČAŠ V DESNO IN LEVO**



5X

- ✓ **LEŽIŠ NA HRBTU**
- ✓ **IGRAČO DRŽI NAD GLAVO**
- ✓ **S PRSTI NA NOGAH SE DOTAKNI  
IGRAČE**





10X

- ✓ **LEŽIŠ NA TREBUHU**
- ✓ **IGRAČO DRŽI PRED SEBOJ**
- ✓ **DVIGUJ IZMENIČNO LEVO IN DESNO NOGO**



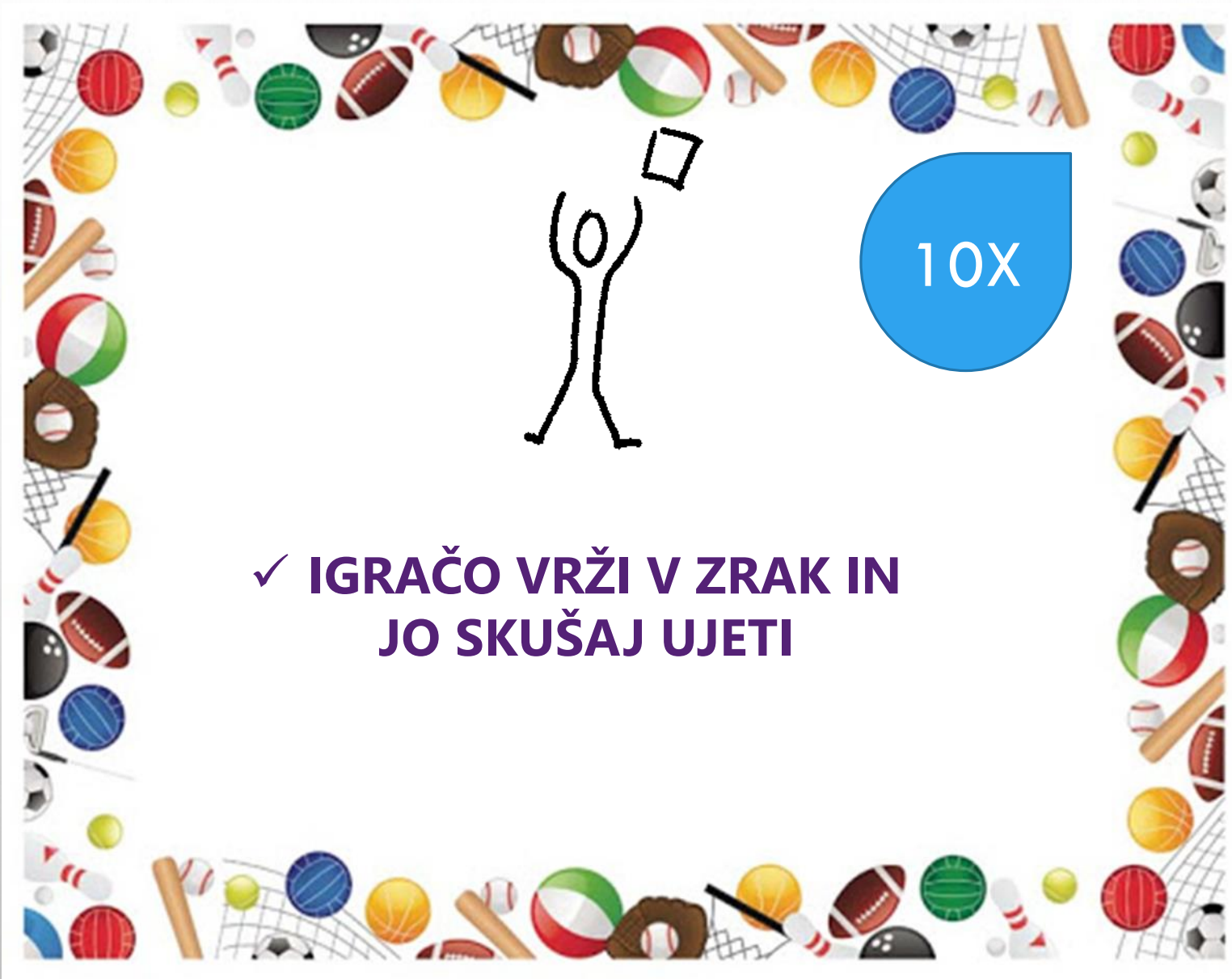


10X

✓ **IGRAČO POLOŽI NA TLA IN  
JO SONOŽNO PRESKAKUJ**







10X

✓ **IGRAČO VRŽI V ZRAK IN  
JO SKUŠAJ UJETI**



**KONEC ŠPORTNE URE**

**BRAVO**

