**ŠPORTNI LOV NA ZAKLAD PO STANOVANJU**

Dragi otroci in starši!

Počitnic je konec in zopet se bomo skupaj ukvarjali s športom na daljavo. Za začetek tedna sem vam pripravila zanimiv **športni lov po stanovanju**. V vsakem prostoru boste opravljali različne vaje in za nagrado si boste prislužili počitek in pa kozarec svežega soka ali vode.

Otrok naj se po vsaki vaji vrne nazaj v isti prostor, kjer ga čakajo navodila za naslednjo vajo. Pa začnimo.

 

* **SPALNICA:** 10 počepov

 

* **DNEVNA SOBA:** 10x raztegni levo roko in 10x raztegni desno roko



* **KUHINJA:** 8 žabjih poskokov

 

* **KOPALNICA:** 3 sklece



* **HODNIK:** 10x pregib v boku v levo stran in 10x pregib v boku v desno stran



* **VHODNA VRATA:** 5x raztezanje naprej z levo nogo in 5x raztezanje naprej z desno nogo

 

* **STOPNIŠČE:** 5x dol in gor po stopnicah



* **STARŠI:** skupaj naredite 5 poskokov

 

* **TVOJA SOBA:** uleži se na posteljo, zapri oči in uživaj



**KONČNA NAGRADA:**

****