Pozdravljeni šturski košarkarji in košarkarice!

Učitelj Luka in učitelj Gregor vaju najprej lepo pozdravljava.

Tudi ta teden nadaljujemo s prilagojeno vadbo košarke od doma.

Izvajanje vaj ni obvezno, ker pa nekateri med vami že zelo pogrešate košarko, vam bo lahko interesna dejavnost zelo popestrila čas, ki ga preživljamo doma.

**ZELO POMEMBNO je, da vse vaje izvajate sami oziroma s svojimi družinskimi člani. Ne smete uporabljati pravih košarkarskih igrišč. Vaje izvajajte pred hišo oziroma nekje na samem, kjer ne bo drugih ljudi.**

**UVODNI DEL:**

Ta teden bomo za ogrevanje vajo TELOVADNA ABECEDA.

S pomočjo telovadne abecede črkuj (za vsako črko naredi določene vaje):

-svoje ime

-svoj najljubši šport

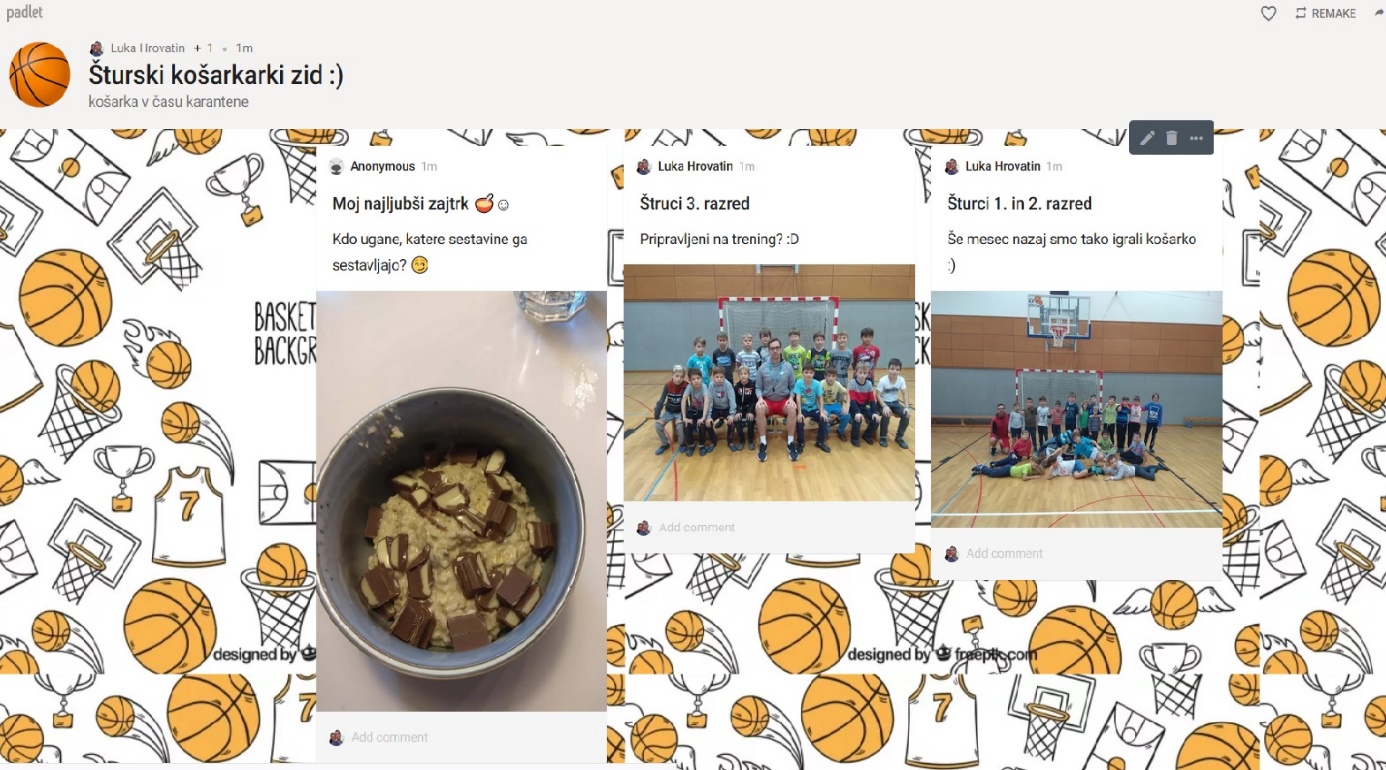


**GLAVNI DEL:**

Na youtube posnetku si poglej izvajanje vaj za obvladovanje žoge. Izberi 5 vaj, ki ti predstavljajo izziv, in jih poskušaj ponoviti in osvojiti.

<https://www.youtube.com/watch?v=Ef1N4vXMINQ>

**ZAKLJUČNI DEL:**  
Na spletu smo ustvarili Šturski košarkarski zid, na katerega bomo objavljali kako igramo košarko ko smo doma, lahko pa objavite tudi kaj drugega zanimivega ☺



<https://padlet.com/lukahrovatin/5o13150idsr3>

Po vsakem treningu prek telefona ali računalnika objavite fotografijo in napišite kaj ste počeli.

1. pod Title: napišete naslov fotografije.
2. v vrstico spodaj: napišite opis fotografije.
3. spodaj med možnostmi izberi Snap ali video: iz galerije lahko objavite vašo fotografijo ali kratek video.

Objave lahko tudi komentirate ☺

Luka Hrovatin in Gregor Zagorc