**ŠPORT ZA SPROSTITEV**

Uro lahko hitro končate, saj morate opraviti le dva kratka izziva. Opisana, natančneje, posneta sta na povezavah:

1. <https://youtu.be/M7Z8lsoW3JM>, izziv si opravil, ko ti uspe zadržati čevelj na levi in na desni nogi.
2. <https://youtu.be/rcOlk8smtF8>, izziv si opravil, ko uspeš spraviti majico preko glave in na obe roki; ali krajše, ko si oblečeš majico.

Najprej se dobro ogrej, predvsem mišice rok. Še posebej za drugi izziv. Poskrbi za varnost.

Posnemi kratek video obeh izzivov in posnetke hrani – to bo od sedaj naprej tvoj dnevnik, dejansko video dnevnik. Vaše video posnetke bom pregledal, ko se vrnemo v šolo.

Učitelj Aleš

