

# SKAČEM, TEČEM

V PRETEKLIH TEDNIH SMO ŽE GOVORILI O GIBANJU, KI JE ZELO POMEMBNO ZA OHRANJANJE ZDRAVJE.

Z DANAŠNJO URO PA BOMO ZAČELI RAZISKOVATI, KAKŠNE VRSTE GIBANJA POZNAMO IN KAJ VSE SE GIBLJE.

LJUDJE SE GIBLJEMO NA RAZLIČNE NAČINE: **HODIMO, TEČEMO, SKAČEMO, PLEZAMO, SE PLAZIMO, POSKAKUJEMO, PRESKAKUJEMO, HODIMO PO ŠTIRIH, SE VRTIMO, SE VALJAMO, HOPSAMO, ...**

## ➤ NALOGA:

IZVAJAJ ZGORAJ NAVEDENA GIBANJA, PRI TEM SI IZBERI PRIMEREN PROSTOR, DA NE POŠKODUJEŠ SEBE ALI STVARI OKOLI SEBE!

OB GIBANJU BODI POZORNA KATERI DELI TELESA SE GIBAJO IN NA KAKŠEN NAČIN!

## PRIMER:



KAJ LAHKO POVEMO O GIBANJU TE DEKLICE?

- DEKLICA TEČE.
- DEKLIČINO GIBANJE IMENUJEMO TEK.
- KATERE DELE TELESA PRI TEM UPORABLJA?  
NOGE, STOPALA, ROKE
- TEČE TAKO, DA SE S STOPALI ODRIVA OD TAL, NOGE DVIKUJE, JIH UPOGIBA V KOLENU. ROKE PREMICA NAPREJ IN NAZAJ, GIBA JIH V RAMENU IN UPOGIBA V KOMOLCIH.

➤ NALOGA:

OPAŽUJ SPODNJO SLIKO. KAJ DELAJO OTROCI NA IGRIŠČU?

IZBERI SI TRI OTROKE NA SLIKI IN POVEJ, KAKO SE GIBLJEJO. KAKO SE IMENUJE NJIHOVO GIBANJE? KATERE DELE TELESA MORAJO PREMIKATI IN NA KAKŠEN NAČIN?

O TEM PRIPOVEDUJ STARŠEM. ENAKO BOŠ OPISOVALA GIBANJE V ŠOLI - KMALU SE VIDIMO!

SKAČEM, TEČEM ...

OGLEJ SI SLIKO. POVEJ, KAJ DELAJO OTROCI NA IGRIŠČU.

LJUDJE IN ŽIVALI SE GIBAJMO PODOBNO. LAHKO HODIMO, SKAČEMO, TEČEMO, SE PLAZIMO. IGRAČE SE NE PREMIKAJO SAME. NEKATERE PREMIKAMO Z VLEČENJEM, NOŠENJEM, POTISKANJEM. LAHKO JIH TUDI USTAVIMO. NEKATERE IGRAČE SO IZ ENEGA DELA, DRUGE PA SO NAREJENE IZ VEČ SESTAVNIH DELOV.

KAKO JE NA IGRIŠČU ŽIVAHNO! VSE SE GIBLJE!

JAZ LETIM.

34

35