

# ČETRTEK, 14. 5. 2020

## ŠPORT

### PODAJANJE IN LOVLJENJE ŽOGE

Današnjo nalogo lahko delaš s starši, bratom ali sestro, lahko pa jo enako dobro opraviš tudi sam.

Poišči zid, v katerega boš lahko metal žogo in se preizkusi v spretnosti metanja in lovljenja.

#### Žogo meči:

- z eno roko,
- z obema rokama nad glavo,
- z obema rokama med nogami,
- tako da si s hrbtom obrnjen proti steni,
- lahko pa si izmisliš še kakšen poseben met.

Žogo začni metati en korak od stene, potem pa se počasi oddaljuj.

Pomembno je, da žogo tudi ujameš.

Označi si, od kod najdlje lahko vržeš in ujameš žogo.

#### Dodaj še malo spretnostnih nalog, preden žogo uloviš:

- ploskni z rokama enkrat,
- ploskni z rokama dvakrat,
- počepni in vstani,
- se zavrti,
- izmisli si še sam-a kakšno zanimivo nalogo.

