

AKTIVNO IN USTVARJALNO V 5. TEDEN!

Pozdravljeni učenci! Zdaj pa res počasi že odštevamo dneve, ko se zopet podružimo v OPB-ju. Učiteljice vas res že pogrešamo. Upamo, da tudi vi nas. Še vedno nam lahko svoje izdelke pošljete po mailu in nam sporočite kako ste. Zelo vesele bomo vaših sporočil!

simona.stariha@os-loka-crnatelj.si, darja.matkovic@os-loka-crnatelj.si,
radha.bacurina@os-loka-crnatelj.si, veronika.vrbanac@os-loka-crnatelj.si,
katja.peganc@os-loka-crnatelj.si, ana.kump@os-loka-crnatelj.si

Tokrat smo za vas pripravile nekaj zanimivih dejavnosti:

PREPROSTA VETERNICA (vir navodila in slik: Lidl)

Potrebuješ:

- barvni kolaž papir
- ovojni papir
- barvno lepenko (majhen košček)
- palice (uporabite lahko tudi paličice za ražnjiče) ali slamice ali barvice ali kuhalnico
- žbljičke ali bucike
- lepilo (za papir)
- škarje
- ravnilo
- svinčnik

Na barvni kolaž papir (ali potiskan ovojni papir) nariši kvadrat in ga izreži – za vetrnico srednje velikosti bodo povsem ustrezne mere 14 x 14 centimetrov.



Na kvadrat s pomočjo ravnila nariši diagonali. Če ne želiš, da bi se na papirju poznale sledi svinčnika, se temu izogneš tako, da papir preprosto prepogneš, da oblikuješ trikotnik in rob učvrstiš. Kvadrat nato razpreš, prepogneš v drugo smer in ponovno poudariš rob (pomagaš si lahko tudi z ravnilom). Na kvadrat nariši diagonali. Sedaj od sredine kvadrata odmeri na vseh štirih premicah 1,5 centimetra. To je točka, do katere zarežeš s škarjami.



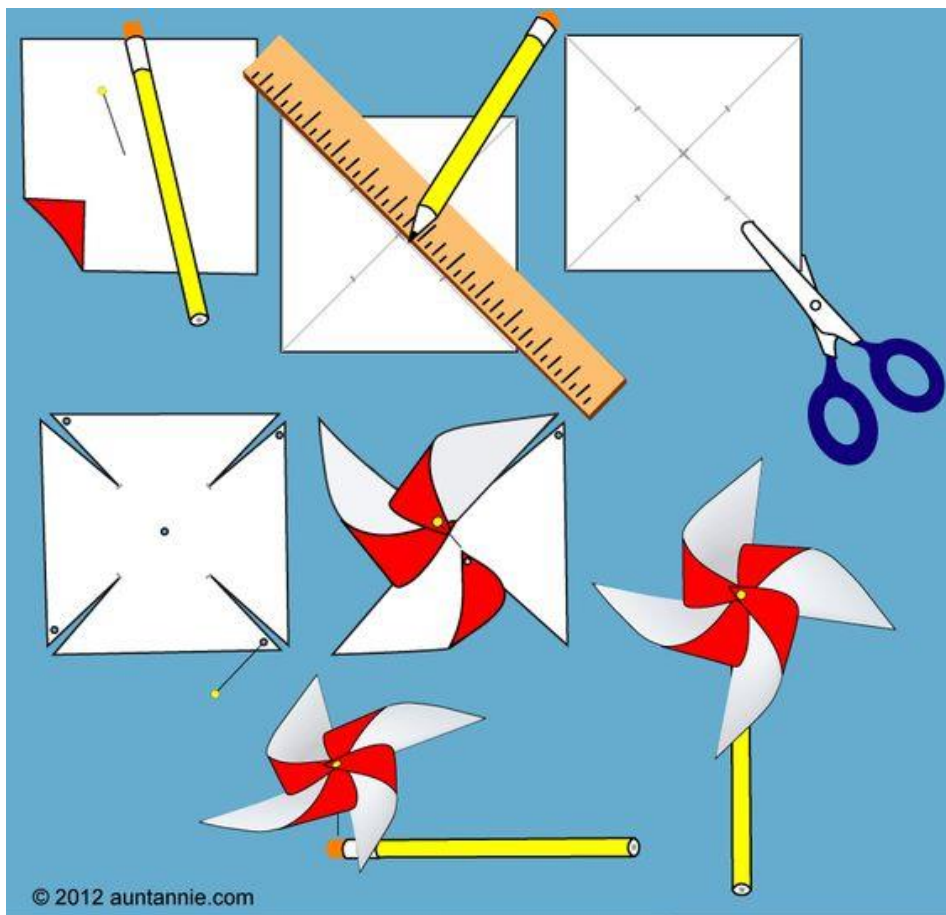
Pripravi si majhen košček plutovine (zamašek) ali gume. Iz barvne lepenke izreži majhen krogec (uporabiš lahko škarje z valovitim rezom) in ga na sredini preluknjaj.

Sedaj zavijaj krajevce kvadrata proti sredini, nanjo položi krogec iz lepenke in vse skupaj prebodi z žebličkom.



Na zadnji strani vetrnice na žebliček natakni košček plute ali gume, nato pa pritrdi vetrnico na palico.

<https://www.youtube.com/watch?v=4ufBW5Cfpgw>



ENOSTAVNE NAPRSTNE LUTKE

Potrebuješ: A4 list, škarje, barvni papir ali barvice

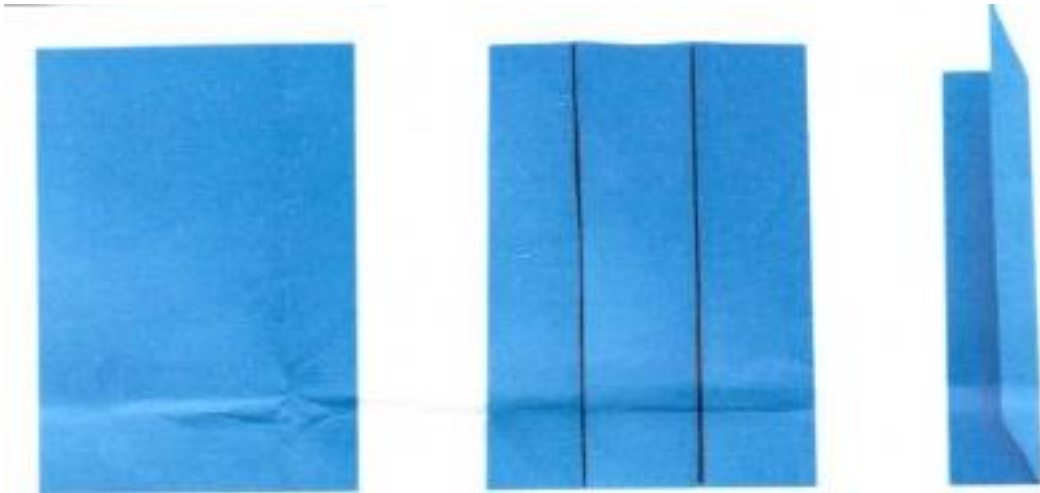


Outros modelos



Navodilo:

A4 papir po dolžini prepogneš na 3 enake dele kot kaže slika.



Nato prepognjeni papir prepogneš na polovico. Vsako polovico nato spogibaš še na polovico. Tako dobiš zavihke v katere lahko vstaviš prste, osrednji del med prsti pa bo predstavljal usta naše lutke.



Vse kar moraš sedaj storiti je še, da po želji izrežeš oči ter jih prilepiš na lutko, pobarvaš usta ter po želji pobarvaš celotno lutko. Lahko ji seveda dodaš tudi noge.

Oblikuješ lahko več lutk.

Sedaj pa zapiši še domišljjsko zgodbo ter lutke vključi v igro ter jo predstavi svojim staršem.



OZNAČEVALCI GREDIC

Potrebuješ: okrogle kamne (imeti morajo veliko površine), akrilne barve ali tempera barve (če imaš tempera barve potrebuješ lakirni sloj – Mod podge premaz poskrbi da se barva ne spere na dežju).

Najprej se pogovori z mamico katero zelenjavo bo posejala/posadila na vrt. Ko imaš seznam oblikovan se loti slikanja na kamne.

Na kamne naslikaj zelenjavo, ki jo je ali bo posadila tvoja mami, zraven zapiši še imena. Tako bo vaš vrt dobil čisto novo in prav posebno podobo. Pošljite slike vaših vrtov.

Seveda moraš mamici pomagati tudi pri opraviu sajenja, pri tem se poslikajte in pošljite slike učiteljicam, če je to le možno.



SLADKI KROŽNIK

Čas je za posebno sadno malico! Izberi sadje in oblikuj sadno umetnijo. Svojo umetnijo slikaj in jo pošlji učiteljici OPB-ja.

Tukaj imaš nekaj idej, seveda pa bomo vesele, če boš naredil umetnijo čisto po svoji zamisli!



GIBALNE IGRICE NA PROSTEM ali V STANOVANJU

Ker je zunaj zelo lepo vreme, lahko topel pomladanski dan izkoristimo za vadbo na prostem. Tokrat se bomo posvetili vajam za moč. Po kulturnem dnevu je čas, da okrepimo naše mišice. K vadbi se lahko priključijo tudi starš/a.











FIT GORIČKO #13: <https://www.youtube.com/watch?v=e8UMH68xVrw>

Če je kakšna vaja pretežka za učence, naj naredijo manj ponovitev.






ŠPORTNA ABECEDA

Pred vami je prav posebna vadba. Naredi vaje po črkah svojega imena. Vsi, ki imate krajša imena (4 črke ali manj) naredite vaje tudi po črkah svojega priimka.

Če bo tudi to premalo, lahko naredite vadbo po črkah mamice ali atija.

A 	B 	C 	Č 	D 
TEK: 1 MINUTA	MEDVEDJA HOJA 10 METROV	STRIŽENJE Z NOGAMI 15 X	DVIG, SPUST RAMEN 10 X	KORAKAJ KOT VOJAK 10 METROV
E 	F 	G 	H 	I 
DVIG TRUPA 10 X	DVIG NOGE IZMENIČNO 10 X	KROŽENJE Z BOKI OBE SMERI 10 X	SKOKI, KOT S KOLEBNICO 10 X	KOLENO VISOKO GOR IZMENIČNO 10X

<p style="text-align: center;">J</p> 	<p style="text-align: center;">K</p> 	<p style="text-align: center;">L</p> 	<p style="text-align: center;">M</p> 	<p style="text-align: center;">N</p> 
<p style="text-align: center;">PREDKLON, RAVEN HRBET 10X</p>	<p style="text-align: center;">SKOK Z MESTA ČIMVIŠE 10X</p>	<p style="text-align: center;">SKLECE VSAJ 5X</p>	<p style="text-align: center;">KRIŽNI KORAK 10 METROV</p>	<p style="text-align: center;">POČEPI 10X</p>
<p style="text-align: center;">O</p> 	<p style="text-align: center;">P</p> 	<p style="text-align: center;">R</p> 	<p style="text-align: center;">S</p> 	<p style="text-align: center;">Š</p> 
<p style="text-align: center;">ŽABJI POSKOKI 10 X</p>	<p style="text-align: center;">ZAJČJI POSKOKI 10 X</p>	<p style="text-align: center;">POLOŽAJ KOBRE 30 SEKUND</p>	<p style="text-align: center;">STOJA NA LOPATICAH</p>	<p style="text-align: center;">DVIGOVANJE NOG 10 X</p>

<p style="text-align: center;">T</p> 	<p style="text-align: center;">U</p> 	<p style="text-align: center;">V</p> 	<p style="text-align: center;">Z</p> 	<p style="text-align: center;">Ž</p> 
<p style="text-align: center;">PAČENJE VAJA ZA USTA</p>	<p style="text-align: center;">ŠPRINT 50 METROV</p>	<p style="text-align: center;">BRCA NAZAJ IZMENIČNO 10X</p>	<p style="text-align: center;">SEDE, DOTIKANJE STOPAL 10X</p>	<p style="text-align: center;">ZAVRTI SE Z NEKOM 10x</p>

IGRA Z BALONOM

Tokrat se bomo igrali z baloni. Potrebuješ samo 1 balon poljubne velikost. Lahko vzameš tudi kakšno mehkejšo žogo. Če ene vaje ne uspeš izvesti 30-krat, začni znova. Pazi, da balon ne počí!



Učiteljice se nadvse veselimo vaših fotografij. Pošljete lahko tudi izdelke iz prejšnjih dni/tednov, ki ste jih ustvarili.

Ostanite zdravi!

Učiteljice: Radha, Ana K., Ana B., Katja, Darja, Veronika, Simona