

Vsebina ure: SPLOŠNA KONDICIJSKA PRIPRAVA

Metodična enota: kolesarjenje, rolanje

Učna ura: št. 6

Navodila za delo:

- Učenec kolesari 30 minut
- Učenec si izbere rolanje 15 minut v bližnji okolici svojega bivališča.
- V primeru, da nima kolesa ali rolarje, lahko teče, skejta ali uporabi drug rekvizit.

Dodatna navodila: na spodnji povezavi si oglejte film osnove rolanja

https://aktivni.metropolitan.si/media/upload/Video/2008/07/17/men_se_rola2_fflv.mp4



V
A
R
N
O
S
T