

Naloga za 1. 4.

Spoštovani učenci 8., in 9. razreda

Nalogo reši v wordu

Izpiši odgovor za črko

Reši kviz

1. Kaj pomeni, če sta roki v vzročenju?

- A. ? Ena roka je stegnena nad glavo, druga pa stegnena ob telesu.
- B. ? Obe roki sta stegnjeni nad glavo.
- C. ? Roki sta pokrčeni nad glavo.

2. Katera je naša najboljša smučarka?

- A. ? Ilka Štuhec
- B. ? Tina Maze
- C. ? Ana Kobal

3. Katero napako naredi košarkar, če po vodenju in sonožnem zaustavljanju, naredi tri korake?

- A. ? Korake.
- B. ? Dvojno vodenje.
- C. ? Nepravilno pivotiranje.

4. Koliko igralcev je lahko na igrišču pri eni košarkarski ekipi?

- A. ? 5
- B. ? 10

C. ? 6

5. Maraton je ena izmed disciplin pri atletiki. Kaj počnejo maratonci?

- A. ? Tečejo na 42,195 km.
- B. ? Tečejo na 10 km in mečejo disk.
- C. ? Tečejo na 100 m, skačejo v daljino in v višino.

6. Pri katerih dveh športih uporabljamo mrežo?

- A. ? Pri squashu in badmintonu.
- B. ? Pri tenisu in rokometu.
- C. ? Pri odbojki in namiznem tenisu.

7. Pri katerem športu ne potrebujemo čelade?

- A. ? Pri smučanju.
- B. ? Pri kolesarjenju.
- C. ? Pri golfu.

8. Na fotografiji so plavalni pripomočki, ki se imenujejo _____.



9. Kateri rekviziti spadajo k ritmični gimnastiki?

- A. ? Obroč, palice, trak.
- B. ? Kolebnica, žoga, kiji.
- C. ? Kolebnica, obroč, vrv.

10. Kateri športi spadajo med borilne veščine?

- A. ? Karate in judo.
- B. ? Judo in polaganje rok.
- C. ? Bikoborba in karate.

11. Med atletske discipline spadajo:

- A. ? skok v višino, met diska, tek na 200 m
- B. ? met kladiva, rolanje, tek na 400 m
- C. ? skok v daljino, tek na 100 m, met krožnika

12. Odbojkarska tekma je razdeljena na nize. Pri kateri točki se niz konča?

- A. ? Pri 20.
- B. ? Pri 21.

C. ? Pri 25 ali več.

13. Na fotografiji je plavalni pripomoček, ki ga imenujemo _____.



14. Fotografija prikazuje šport, ki ga imenujemo _____.



15. Olimpijski ogenj je _____.

- A. ? maskota olimpijskih iger
- B. ? simbol olimpijskih iger
- C. ? ko zagori gora Olimp v Grčiji

Krepilne vaje za telo

Poskusi tudi ti.

Preden poskusiš naredi nekaj razteznih vaj, saj jih poznaš, veliko smo jih izvajali pri pouku.

<https://www.youtube.com/watch?v=qH7Ds4sSCJE> 7 min za celo telo

