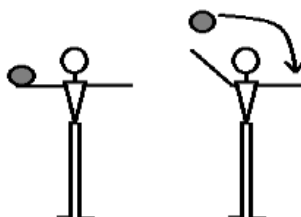
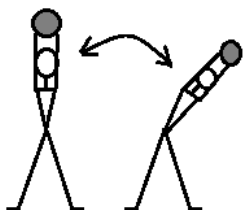


## ФИЗИЧКО И ЗДРАВСТВЕНО ВАСПИТАЊЕ У КУЋНИМ УСЛОВИМА ( ВЕЖБЕ ОБЛИКОВАЊА, КОШАРКА, ОДБОЈКА, ВИЈАЧА )

7. недеља – од 27. до 30. априла 2020. године

\* Вежбе обликовања са лоптом, <https://youtu.be/GAPU50b7mMU>



\* Кошарка у кућним условима ( вођење, додавање, двокорак, слободно бацање, шут, скокшут ). Импровизујте кош у соби или дворишту ( од жице, кутије, старог лонца.....).

<https://youtu.be/NVOLHUANj2c>,

<https://youtu.be/ftRgGArGgJ4>,

[https://youtu.be/Dy\\_Q1QmPyVs](https://youtu.be/Dy_Q1QmPyVs)



\* Одбојка у кућним условима ( одигравање прстима, чекићем, моторика у одбојци )

<https://youtu.be/5mNzVvJigmY> ,

<https://youtu.be/zM5ByZqC1GQ>,

<https://youtu.be/wCLM9ze49ac>



\* Вијача ( ритмичко-гимнастички реквизит ) - кардио тренинг и варијанте

<https://youtu.be/be5cRKtAO4w>

<https://youtu.be/4GSGeqNgnzc>

<https://youtu.be/8ypvzEpOkps>



Пратите и наставу на РТС-у. Спортски поздрав!!!