

## Priporočila staršem in učencem PPVI za dejavnosti

V tednu od 4.5.2020 do 8.5.2020

*Spoštovani starši, dragi učenci!*

*Upamo, da se k šolskemu delu vračate spočiti in polni ustvarjalnega zagona. Za popestritev tedna smo vam učiteljice OPB pripravile nekaj novih idej. Uživajte!*

### 1) PICA POLŽKI

**Za 20 »Pica polžkov« potrebujemo:** 1 zavitek listnatega testa, 150 g šunke, 150 g sira, kečap, začimbe za pico.

**Postopek izdelave:** Po listnatem testu razmažemo kečap ter nanj položimo šunko in sir. Listnato testo zavijemo v rulado in nato narežemo na približno 1,5 cm široke končke. Posujemo jih z začimbami za pico ter zložimo na peki papir ter pečemo približno 25-30 min na 180°C. Najboljši so, ko so še topli. Dober tek!



### 2) OTROŠKE PESMI

Na spodnji povezavi najdete otroške pesmi. Prisluhnite jim!

<https://www.youtube.com/watch?v=11F7VaViEaU>

### 3) SPROŠČANJE

#### **Kako se sproščati?**

- oblecite udobna oblačila
- rahlo zatemnite prostor
- po želji vklopite mirno glasbo
- lahko prižgete dišečo svečko ali eterično olje za še prijetnejše vzdušje (ob prisotnosti staršev)

Vaje lahko dela otrok sam ali skupaj s starši.

#### **PRETEGOVANJE:**

Predstavljamo si, da smo mački, ki so se pravkar prebudili. Poskušamo čimbolj oponašati prebujajočega se mačka... Najprej povlečemo eno tačico in jo dobro iztegnemo, nato še drugo. Tako raztegnemo vse štiri tačice.

Nato počasi pretegnemo vse telo. Grbimo se in se uleknemo, z užitkom se pretegujemo in razpiramo tudi krepeljce.

#### **OTRESANJE MRAVELJ:**

Predstavljamo si, da po nas leze množica drobnih, nadležnih mravljič. Znebimo se jih lahko le s temeljitim otresanjem.

Otresamo jih z rok, nog z vsega telesa, z obraza, iz hrbta.

Vendar se ob tem opravilu ne smemo dotikati z rokami, le stresemo se lahko. Ko imamo občutek, da smo se otresli vseh mravljič, vajo končamo.

#### **SPROSTITVENO DIHANJE Z ODDAJANJEM GLASOV:**

Vajo lahko delamo stoje ali leže.

Vdihnemo skozi nos in počasi izdihnemo skozi usta. Pri tem mehko izgovarjamo »šššššššššššššššš«, saj to podaljša izdih in sprošča. Da nam bo šlo bolje, si lahko predstavljamo balonček, iz katerega počasi uhaja zrak.

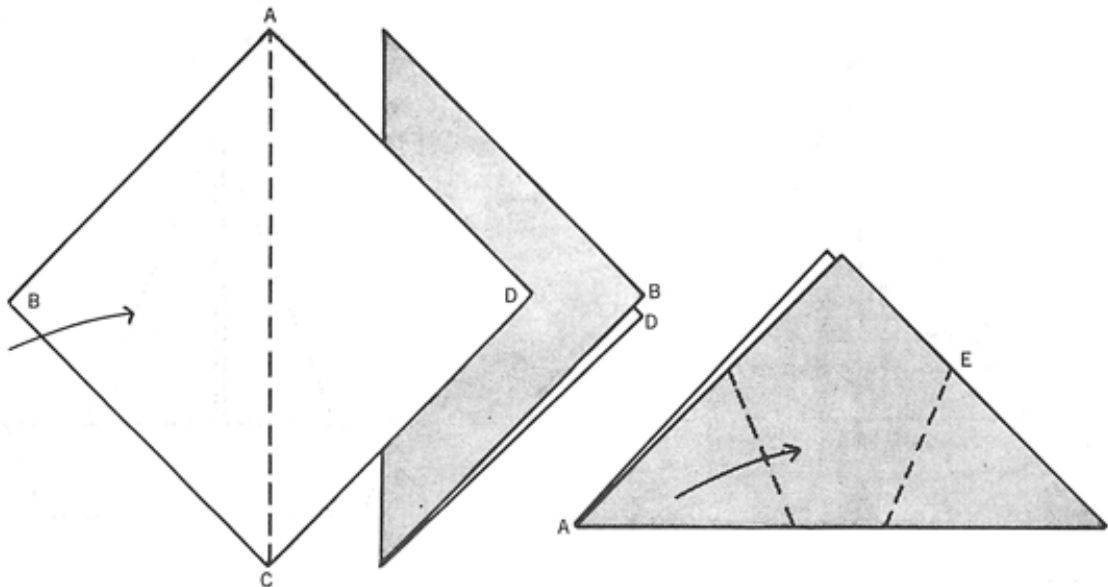
Vaja je še posebej primerna za napete in preobremenjene otroke. Sprostitveno delovanje lahko še povečamo, če si predstavljamo, da nas pri izdihu zapušča vsa napetost, jeza, strah in podobno.

Ponovimo 5 do 10 krat.



#### 4) ORIGAMI KOZAREC

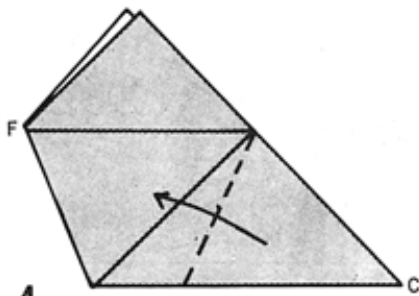
Izdelaj origami kozarec, ki v svoji notranjosti lahko drži vodo. Spodaj so navodila, kako narediti kozarec.



**1.**  
Fold your paper in half. Crease along line A—C.

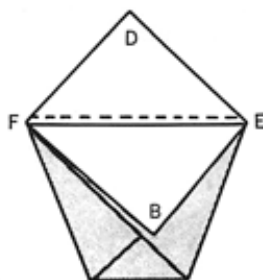
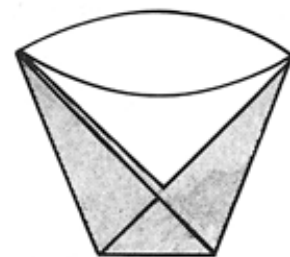
**2.**  
B should now rest on D.

**3.**  
Place so folded side is nearest you. Bring point A over to E. (see figure 4).



**4.**  
This is how your shape should look. Now fold point C over to F.

## Cup



**5.**  
Fold flap B down. Crease along line F—E. Now turn your shape over and fold down D. Crease along line F—E. Open your cup by pressing in sides F and E.

**HOW TO MAKE A CUP FROM PAPER AT SCHOOL**

<https://www.artistshelpingchildren.org/origamicups-howtomakeorigamicupsinstructions.html>

## 5) HIŠICA IZ KART

Si že kdaj gradil hišo iz kart? To je izziv za potrpežljive otroke in mirne roke 😊.

Potrebuješ nekaj kart in sestavljanje se lahko začne. Najbrž bo potrebnih več poskusov, preden ti bo uspelo. Ne obupaj! Saj veš, vaja dela mojstra ...



## 6) IZDELAJ ROPOTULJO

**POTREBUJEŠ:**

rogovilo, vrvico ali žico in nekaj, kar bo ropotalo (gumbe, lupine, koščke lesa ...)

Pomembno je, da se ropotajoči kosi lahko gibljejo po vrvici (žici).



Kaj še čakaš? Veselo na delo, da bo doma bobnelo!

## 7) POIŠČI BESEDE

Besede so razporejene vodoravno ali navpično, navzgor ali navzdol.

### POMLAD

E F Y S P R E H O D S P  
S R N A P R I L T Z P S  
R E G R A T I X U M I V  
T D R E V O S C L J Z R  
L T R O B E N T I C A T  
V E S E L J E G P O J C  
T U V G E M R H A J E V  
B Z K N M A S Z N R C E  
M A R E C J S O N C E T  
O D T Z E L E N A P Y S  
Y W Z D Y T L P T I C E  
K L E O G U P O M L A D

---

POMLAD

CVET

SONCE

DREVO

REGRAT

PTICE

ZELENA

TROBENTICA

GNEZDO

VESELJE

SPREHOD

TULIPAN

MAREC

APRIL

MAJ

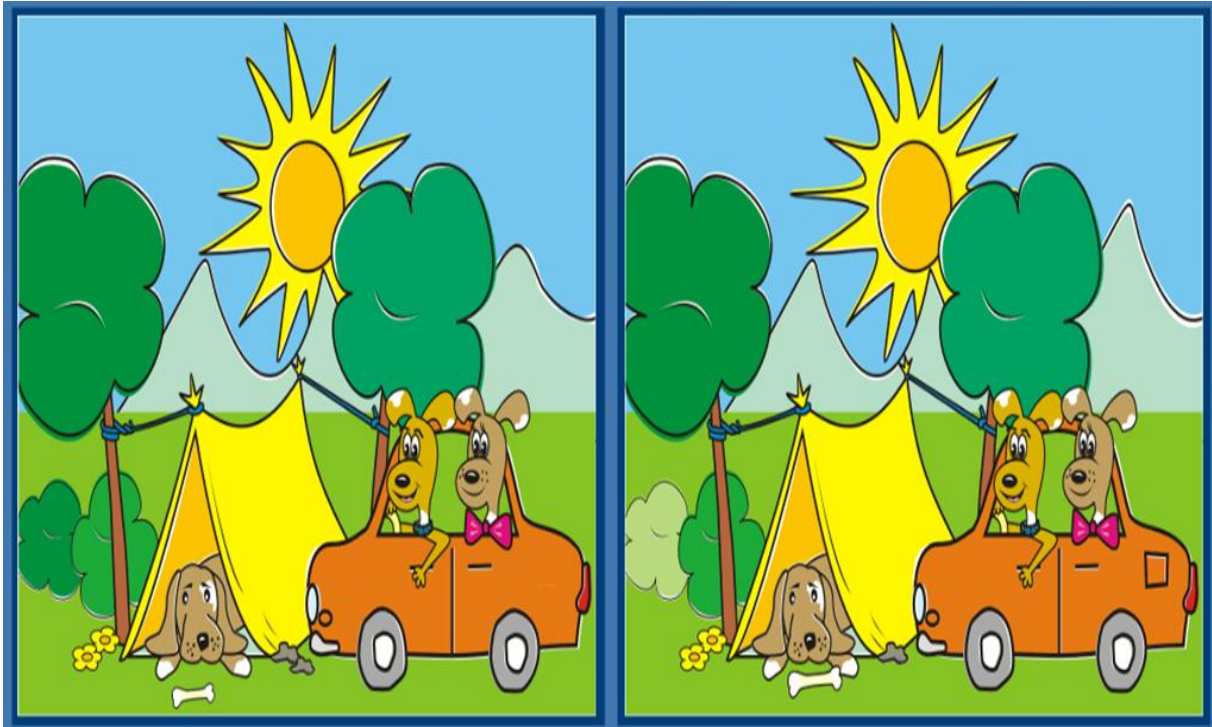
VRT

ZAJEC

SRNA

## 8) NAJDI RAZLIKE

Med slikama najdi šest razlik.





## 9) ŠPORTNI IZZIV

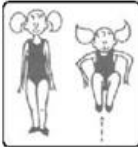
# V ŠPORTNI IZZIV

KOLIKO PONOVI TEV LAHKO  
NAREDIŠ V 60 SEKUNDAH?



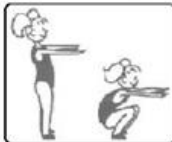
KROŽENJE  
Z ROKAMI  
NAPREJ

ŠT. PONOVI TEV: .....



SONOŽNI  
POSKOKI  
NA MESTU

ŠT. PONOVI TEV: .....



POČEPI

ŠT. PONOVI TEV: .....



TREBUŠNJAKI

ŠT. PONOVI TEV: .....



SKLECI

ŠT. PONOVI TEV: .....



BOČNI  
POSKOKI

ŠT. PONOVI TEV: .....

*Lepo vas pozdravljamo učiteljice OPB: Simona, Polona, Biljana in Katja*

Viri slik in gradiv:

- <https://leaneen.com/2019/01/09/pica-polzki/>
- <https://papundits.wordpress.com/2010/05/30/obamas-house-of-cards/>
- <https://www.pinterest.com/pin/712131759798083346/>
- <https://funwithkids.com/15-awesome-activities-in-the-woods/>
- [https://interaktivne-vaje.si/didacticne\\_igre/didacticne\\_igre\\_razlike.html](https://interaktivne-vaje.si/didacticne_igre/didacticne_igre_razlike.html)