**29.05. Svjetski dan sporta**

**Odvježbaj svoju abecedu!**

***KOJE JE TVOJE IME I PREZIME***

## A SKOKOVI U MJESTU 10X

## B OKRET OKO SVOJE OSI 2X

## C SKOKOVI NA JEDNOJ NOZI 5X

## Č BOČNO HODANJE 5 KORAKA D/L STRANA

## Ć HODANJE KAO MEDVJED 5 SEC

## D ČUČANJ 3X

## DŽ ČUČANJ SKOK 3X

## Đ HODATI UNATRAG 15 KORAKA I SPRINT DO POČETKA

## E JUMPING JACKS 10X

## F IZDRŽAJ NA LIJEVOJ NOZI 5 SEC

## G IZDRŽAJ NA DESNOJ NOZI 7 SEC

## H ŽABLJI SKOK 10X

## I VISOKI SKIP 15 SEC

## J UHVATITI LOPTU 4X

## K HODANJE KAO PATULJAK 10 SEC

## L PUZATI POTRBUŠKE 10 SEC

## LJ IZDRŽAJ NA DESNOJ NOZI 5 SEC

## M IMITACIJA VOŽNJE BICIKLA (UPOR LEŽEĆI) 15X

## N IMITACIJA „KRAUL“ 10X NAPRIJED/NATRAG

## NJ „PALAČINKA“ (POVALJKA) 2X D/L STRANA

## O TRK DO NAJBLIŽIH VRATA I NATRAG

## P DUBOKI PRETKLON U STOJEĆEM STAVU 10X

## R VISOKO PODIGNUTI NOGU I PLJESAK RUKAMA ISPOD NOGE 5X D/L NOGA

## S KRUŽENJE BOKOVIMA 5X D/L STRANA

## Š KRUŽENJE KOLJENIMA 5X D/L STRANA

## T SUNOŽNI SKOKOVI NAPRIJED/NATRAG 5X

## U „DIVOVSKI KORACI“ (ISKORACI) 10X

## V OTKLONI 5X D/L STRANA

## W IZDRŽAJ U DUBOKOM PRETKLONU 8 SEC

## X TRK DO RODITELJA I DATI MU PETICU

## Y „VRTULJAK“ (SIJED, OKRET OKO SVOJE OSI) 5X

## Z „KLACKALICA“ (PODIZANJE I SPUŠTANJE TRUPA – TRBUŠNJACI) 5X

## Ž IMITACIJA IZGLEDA „STOLA“ (PODIZANJE I SPUŠTANJE BOKOVA) 5X