**Vprašanja - ŠPORT –** 6.razred

**Navodila:**

* odgovori morajo biti popolni, natančni
* odgovarjaj tako, da bo razvidno, h kateri temi sodi odgovor
* piši čitljivo in pazi na pravopis
* izdelek označi z imenom, priimkom, razredom, datumom...
* poišči literaturo v knjižnici ali na spletu:  [ŠPORT](https://eucbeniki.sio.si/sport/index.html" \l "page59751.html)
* list z odgovori pošlji na moj e-naslov: metka.grebenc@guest.arnes.si
* datum oddaje: do 8. 6. 2020 (oddaš lahko tudi prej)

**OSNOVNA MOTORIKA**

1. Naštej 6 osnovnih gibalnih sposobnosti?

2. S katerimi testi v šoli preverjamo osnovne gibalne sposobnosti?

3. Katere so naravne oblike gibanja?

4. Naštej osnovne položaje telesa!

5. Naštej 5 osnovnih izrazov za gibanje rok?

6. Kako je sestavljena vadbena enota, ura športne vzgoje? Naštej 3 dele!

7. Kako vadba vpliva na telo? Naštej 7 koristi!

**GIMNASTIKA**

1. Kdo je legenda slovenske gimnastike?

2. Katera gimnastična orodja poznamo?

3. Katere rekvizite se uporablja pri ritmični gimnastiki?

4. Naštej vsaj 4 akrobatske prvine.

5. Kako še drugače imenujemo prvino premet v stran?

6. Naštej nekaj elementov, ki jih lahko izvedeš na gredi.

7. Naštej discipline v ženski gimnastiki.

8. Katere so najpogostejše napake pri izvedbi prevala?

9. Kako “po domače” rečemo stoji na lopaticah?

**ATLETIKA**

1. Naštej 5 atletskih disciplin, v katerih tekmujejo na Olimpijskih igrah.
2. Koliko meri krog na olimpijskem atletskem stadionu?
3. Katere štarte poznamo pri tekih?
4. Naštej 3 vrste skokov, katere izvajajo na Olimpijskih igrah.
5. Naštej 5 elementov atletske abecede oz. tekaških vaj.
6. Opiši fartlek.
7. Katero gibalno sposobnost razvijamo z dolgotrajnim tekom?
8. Katera gibalna sposobnost je pomembna za dober skok v daljino z mesta?

**Točkovnik:**

24 - 22 5(odl)

21,5 - 18 4(pd)

17,5 - 15 3(db)

14,5 - 11 2(zd)

10,5 1(nzd)

Želim ti uspešno opravljeno delo.