

ОШ „Старина Новак“ Београд

## ФИЗИЧКО И ЗДРАВСТВЕНО ВАСПИТАЊЕ

### \* АТЛЕТИКА-методика трчања\*

#### \* Хигијена на првом месту

<https://www.youtube.com/watch?v=1HicjXjzz5U>

Драга децо и родитељи.

Водите рачуна о личној хигијени ради себе и свих око вас!

#### \* Загревање, вежбе обликовања

<https://www.youtube.com/watch?v=PHiXo7JNLr8&feature=youtu.be>

### АТЛЕТИКА

#### Методика трчања



<http://run.hr/vjezbe-tehnike-trcanja/>

[https://www.youtube.com/watch?v=c-91\\_hNxwPs](https://www.youtube.com/watch?v=c-91_hNxwPs)

#### Основне атлетске вежбе

<https://www.youtube.com/watch?v=HvH5WZk0f90&feature=youtu.be>

**Пратите активности за физичко и здравствено васпитање и преко ТВ-а!**

Срђан Живковић, наст. физ. и здрав. вас.