**Tjelesna i zdravstvena kultura 13.11.2020.**

Najprije ćemo se zagrijati:

<https://www.youtube.com/watch?v=Fa2INMewuX8>

Zatim ponavljamo teme:

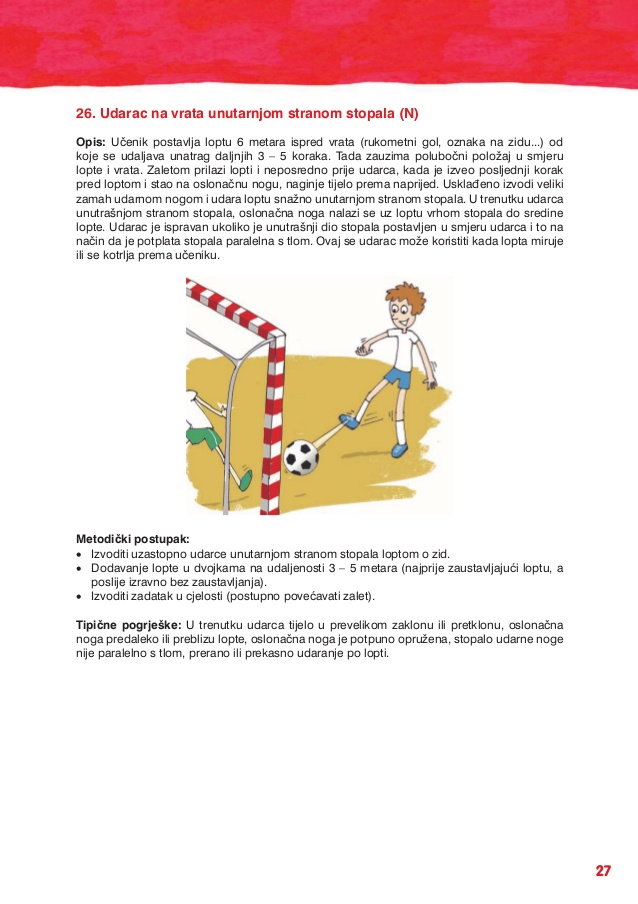
Preskakivanje kratke vijače

<https://www.youtube.com/watch?v=ATyD9O5qmEk>

Ako imaš kod kuće vijaču, isprobaj, ako ne, onda opet vježbamo s nevidljivom vijačom.

☺

Udarac na vrata unutarnjom stranom stopala (N)



Stani ispred nekog praznog zida u stanu i pokušaj udarati loptu / krpenu loptu od više pari čarapa unutarnjom stranom stopala.