

Migaj z Račko: po stopnicah

V enajsti vadbi smo na najrazličnejše načine skakljali po stopnicah.

Si uspel/a najti primerne stopnice? Obkroži.

DA / NE

Zapiši katero stopnišče si izbral/a.

Koliko stopnic je imelo? Zapiši število.

Ti je uspel končni izziv - smučarski skok? Obkroži.

DA / NE

Koliko stopnic si uspel/a preskočiti? Zapiši število.

Kakšno oceno si dobil/a za doskok v telemarku? Zapiši število od 1 do 5. _____

Naštej 8 stopnišč (daljših, ali pa tudi krajših), ki si jih že prehodil/a (npr. stopnice na vrh ljubljanskega Nebotičnika, stopnice na vrh piramide v Egiptu, stopnice do telovadnice SD Novinar).

Ta konec tedna v Planici na naši Velikanki poteka Svetovno prvenstvo v smučarskih poletih. Stopnice vodijo tudi na vrh Planiške letalnice, ki je ena največjih smučarskih skakalnic na svetu. Koliko stopnic misliš, da vodi na vrh skakalnice? Poskusi uganiti in zapiši ocenjeno število. Pravo število najdeš, če iz navodil za vadbo prepíšeš in skupaj zapišeš zaporedna števila naslednjih vaj:

hitra hoja > hoja po vseh štirih bočno, vodi levi bok > debeluhi - hoja le po petah

— — — —