



AKTIVITETSSKOLEN MORTENSRUD UKEPLAN UKE 11 1.TRINN 2026

Tema: Kultur, mat og måltids glede. **Sosialt mål:** Empati: alle skal respektere andres kultur og verdier. **Læringsmål:** Barna skal få instinkt i påsketradisjoner og matkultur, utforske forskjeller i kosthold og lære om hygiene og sunn mat i et kulturell perspektiv. Telefon **95026317 (7.30-13.00)**

Mandag 09.03	Tirsdag 10. 03	Onsdag 11.03	Torsdag 12.03	Fredag 13.03
	Oppstart: 13:30	Oppstart: 13:30	Oppstart: 13:3	Oppstart: 13:15
MAT Yoghurt og frukt. 	MAT Havregryn med syltetøy/rosiner. 	MAT MATPAKKE AKS serverer frukt. 	MAT Tomatsuppe med makaroni. 	MAT. Ris med kylling og grønnsaker. 
Lesing under bespisning. UTETID. 14.00-14.30 Vi har lesegruppe med Eivind på biblioteket. 	Lesing under bespisning. UTETID. 14.15-15.00 Vi har forskjellige aktiviteter ute i skolegården. 	TURDAG Lesing under bespisning. 14.30-15.45 Vi beveger oss til kunstgressbanen ved sentret etter maten sammen med 2.trinn. Elevene kan velge mellom fotball, hoppetau eller tur i skogen. 	Lesing under bespisning. UTETID. 14.00-15.00 Vi har varierte aktiviteter ute i skolegården. 	Vi har lesegrupper for 1A og 1B med Eivind på biblioteket. 
15.00-15.45 Vi utfører forskjellige fysiske bevegelser til musikk under «kongen befaler» og «Just Dans». 	15.15-15.45 Vi jobber med ukas bokstav. Vi har kimslek i klassen, deretter ser vi på lesekorpsset, samt smaker på bokstaven K. 	 Vi er tilbake 15.45	15.00-15.45 Vi varmer opp ved å sortere matsymboler på riktig plakatt med sunn/ mindre sunn mat.  Deretter avslutter vi dagen med frilek. 	UTETID 14.30-15.15 Vi utfører forskjellige aktiviteter ute i skolegården som stikkball, hoppetau, lek i sandkassen, lekeapparater og fotball. 
16.00 Kjernetidelever slutter	16.00 Kjernetidelever slutter	16.00 Kjernetidelever slutter	16.00 Kjernetidelever slutter	16.00 Kjernetidelever slutter
Frilek inn/ute	Frilek inn/ute	Frilek inn/ute	Frilek inn/ute	Frilek inn/ute
17.00. AKS stenger	17.00. AKS stenger	17.00 AKS stenger	17.00 AKS stenger	17.00 AKS stenger

GOD HELG.