














# AKTIVITETSSKOLEN MORTENSRUD UKEPLAN UKE 19 - 2. TRINN 2026

**Tema:** Fysisk aktivitet og bevegelsesglede. **Sosialt mål:** Barna skal styrke sosiale ferdigheter gjennom samarbeid, respekt og fellesskap i fysisk aktivitet.

**Læringsmål:** Barna skal kunne delta i planlegging og gjennomføring av enkle fysiske aktiviteter, der de samarbeider og tar hensyn til hverandre og gjør valg i fellesskap..

**OBS!** Telefon: 95043676 **TELEFON Tid 07.30-13.00.**

MANDAG 04.05	TIRSDAG 05.05	ONSDAG 06.05	TORSDAG 07.05	FREDAG 08.05
<b>Oppstart 13:30</b>	<b>Oppstart 13:30</b>	<b>Oppstart 13:30</b>	<b>Oppstart 13:30</b>	<b>Oppstart 13:15</b>
<b>MAT:</b> Yoghurt og eple. 	<b>MAT:</b> Havregryn med tilbehør. 	<b>MAT:</b> <b>MATPAKKE / FRUKT</b> 	<b>MAT:</b> Tomatsuppe med makaroni 	<b>MAT:</b> Kylling & ris. 
UTETID	UTETID	UTETID	UTETID	UTETID
<b>Leksehjelp før AKS.</b>  <b>15.00-16.00</b> Elevene får velge mellom ulike aktiviteter ute. 	<b>15.00-16.00</b> <b>SKOLENS BIBLOTEK</b> En gruppe får gå til biblioteket for høytlesning.  <b>15.00-16.00</b> Vi har frilek inne og ute i skolegården. 	<b>UTEDAG.</b>  <b>14.15-16.00</b> <b>UTEDAG</b> Vi har forskjellige stasjoner med fokus på bevegelse og fysisk aktivitet ute i skolegården. <b>Husk matpakke.</b>	<b>Lydbok under måltid.</b> <b>Kor 14.15-14.35</b>  <b>15.00-16.00</b> Vi har frilek inne og de som vil kan leke ute i skolegården.	<b>14.00-15.00</b> Under maten øver vi på sanger til sommeravslutningen  <b>15.00-16.00</b> Vi tar en tur til gymsalen for diverse aktiviteter.  <b>GOD HELG !!</b>
16.00: Kjernetidelever slutter	16.00: Kjernetidelever slutter	16.00: Kjernetidelever slutter	16.00: Kjernetidelever slutter	16.00: Kjernetidelever slutter
Frilek inne/ute	Frilek inne/ute	Frilek inne/ute	Frilek inne/ute	Frilek inne/ute
<b>17.00: AKS stenger</b>	<b>17.00: AKS stenger</b>	<b>17.00: AKS stenger</b>	<b>17.00: AKS stenger</b>	<b>17.00: AKS stenger</b>