



AKTIVITETSSKOLEN MORTENSRUD UKEPLAN UKE 39 - 3. TRINN 2026

Tema: **Fysisk aktivitet og bevegelsesglede** Sosialt mål: **Alle skal føle at de har utarbeidet noe i felles.**

Læringsmål: **Fremme barnas bevegelsesglede og motorisk utvikling.**

OBS! Telefon: 95818854 **TELEFON** 07.30-12.00.

MANDAG 21.09	TIRSDAG 22.09	ONSDAG 23.09	TORSDAG 24.09	FREDAG 25.09
Oppstart 13:30	Oppstart 13:45	Oppstart 13:45	Oppstart 13:30	Oppstart 13:30
MAT: Knekkebrød med pålegg. Høytlesning under måltid 	MAT: Lapskaus med pølser. Høytlesning under måltid 	MAT: MATPAKKE / FRUKT 	MAT: Tomatsuppe med makaroni. 	MAT: Pølser Høytlesning under måltid 
UTETID	UTETID	UTETID	UTETID	UTETID
LEKSEHJELP 13.30-14.30  14.30-16.00 Vi har forskjellige aktiviteter inne og ute i skolens område sammen med 4. Trinn. 	14.30-15.00 UTETID Vi er ute i skolegården og har forskjellige ute aktiviteter før vi drar til gymsalen. 15.00-16.00 GYMSAL Elevene skal til gymsalen der vi skal ha forskjellige fysisk aktiviteter. 	14.15-16.00 TURDAG Vi drar til kunstgressbanen ved «Senter Syd» sammen med 4. trinn der vi skal ha forskjellige fysisk aktiviteter.  Husk ekstra matpakke.	 14.15-14.45 KOR 15.00-16.00 INNE/UTE LEK Vi har frilek inne på AKS huset og ute i skolegården. 	14.30-16.00 Vi avslutter tema « Fysisk aktivitet og bevegelsesglede » med felles rebus i skolegården og grilling av pølser i skilpaddeparken. De som ønsker andre type pølser enn det som serveres på AKS må ta med dette selv  GOD HELG!!
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
17.00: AKS stenger	17.00: AKS stenger	17.00: AKS stenger	17.00: AKS stenger	17.00: AKS stenger