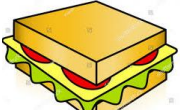
















AKTIVITETSSKOLEN MORTENSRUD UKEPLAN UKE 13- 4. TRINN 2025

Tema: Fysisk aktivitet og helse. Sosialt mål: Alle skal vente på tur, og bidra i gøyale fellesaktiviteter og lagspill. Læringsmål: Elevene skal forstå sammenhengen mellom fysisk aktivitet og helse. Telefon: 95026317 TELEFONTID MELLOM 07.30-13.00.

MANDAG 24.03	TIRSDAG 25.03	ONSDAG 26.03	TORSDAG 27.03	FREDAG 28.03
Oppstart 14.30	Oppstart 14:00	Oppstart 13:30	Oppstart 13:30	Oppstart 13.30
MAT: Ostesmørbrød/frukt. 	MAT: Havregryn med syltetøy/rosiner. 	MATPAKKE/FRUKT: 	MAT: Tomatsuppe med makaroni. 	MAT: Ris med kylling og grønnsaker. 
UTETID	UTETID	UTETID	UTETID	UTETID
HØYTLESNING UNDER BESPISNING.  15.00-16.00 GYMSALEN Vi starter med enkle oppvarmingsøvelser, deretter deler vi gymsalen i to og har hjørnefotball på den ene siden og stickball på den andre siden. 	HØYTLESNING UNDER BESPISNING.  15.00-16.00 SKATTEJAKT Elevene skal løse små oppgaver for å finne ledertråder som fører til neste mål. Oppgaven er «fysiske» for eksempel hopp 10 ganger, løp til neste trete og hjernetrim for eksempel finn et objekt i nærheten med en bestemt bokstav. 	VI ØVER TIL SOMMERAVSLUTNING.  15.00-16.00 TURDAG Vi går på tur til kunstgressbanen. Vi har ulike aktiviteter som fotball, lek i skogen og stikkball. UT PÅ TUR ALDRI SUR!! 	KOR FOR PÅMELDTE ELEVER.  15.00-16.00 ØVING TIL SOMMERAVSLUTNING. 	VI ØVER TIL SOMMERAVSLUTNING.  14.30-16.00 AVSLUTNING AV TEMA. Felles aktiviteter ute med orientering, stafett, potetløp, og diverse andre aktiviteter. Vi avslutter dagen med vafler ute i skolegården. 
16.00:Kjernetidelever slutter	16.00:Kjernetidelever slutter	16.00:Kjernetidelever slutter	16.00: Kjernetidelever slutter	16.00: Kjernetidelever slutter
Frilek	Frilek	Frilek	LEKSEHJELP.	Frilek
17.00: AKS stenger	17.00: AKS stenger	17.00: AKS stenger	17.00: AKS stenger	17.00: AKS stenger