




## V. 12 HÄLSOTEMA VECKA 12-14

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Skolan slutar och eleverna prickas av på fritids	Skolan slutar och eleverna prickas av på fritids	<b>Studiedag stängt</b>	Skolan slutar och eleverna prickas av på fritids	Skolan slutar och eleverna prickas av på fritids
<b>Hälsomellanmål</b> Ca 14.00 Regnbågen Ca 14.30 Solen	Mellanmål Ca 14.00 Regnbågen Ca 14.30 Solen		Mellanmål Ca 14.00 Regnbågen Ca 14.30 Solen	Mellanmål Ca 14.00 Regnbågen Ca 14.30 Solen
Ca 14.30-15.30 Fritidsgympa <b>Regnbågen</b> Årskurs 1 & 2	<b>RÖRIS KL. 14.45</b>		Ca 14.30-15.30 Fritidsgympa Årskurs 3,4	
Hälsotemat börjar  <b>LÄXHJÄLP</b> <b>KL. 14.00-15.30</b>	<b>Röris</b>  <b>ROCKA</b>  <b>SOCKOR</b>	<b>STÄNGT</b>	<b>Plantering</b>  <b>STYRD LEK</b> <b>UTE</b> Regnbågen & Solen 13.30-14 samling vid lilla röda.	<b>Fri lek</b>

### Centralt innehåll: Fritidshemmet

#### Lekar, fysiska aktiviteter och utevistelse

- Livsstilens betydelse för hälsan, till exempel hur kost, sömn och balans mellan fysiska aktiviteter och vila påverka den psykiska och fysiska välbefinnandet (Skolverket, 2011:27).

#### Regnbågen/Solens mål 2017:

Eleverna kommer att få lära sig att ta **ansvar** för sina arbetsmiljö och lära sig konservens till orsak och verkan. Uppföljning sker kontinuerligt under löpande fritidsråd (**Elevinflytande**). Målsättningen är att eleverna ska bli rädda om både material och sin arbetsmiljö.



**OBS! Läxhjälp erbjuds för samtliga elever måndagar mellan kl. 14- 15.30**

**Kl. 16.00 städsamling/avprickning på båda avdelningarna**

**Kl. 16.30 Solen eleverna kommer över till Regnbågen.**

**KL 18.00 STÄNGNING SKER PÅ REGNBÅGENS FRITIDS!**