








## V.13 Hälsotema

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
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	Mellanmål Ca 14.00 Regnbågen Ca 14.30 Solen	Mellanmål Ca 14.00 Regnbågen Ca 14.30 Solen
FA: Utelek	Fotbollsskola med Axel och Martin	Fotbollsskola med Axel och Martin	Fritidsgymna Årskurs 2	
	Bokslukarna för FB,1B och 2a + 2b. Kl. 13.30-14.30	Bokslukarna för årskurs 3-5 startar Kl. 14.30-16 "Filmgrupp"	Bokslukarna för årskurs F-1 startar Kl. 14.30-15:30	
<b>Fritidsråd</b> Regnbågen: Vem vill bli miljonär?  Solen: Prickrunda	Fotbollsskola Start 14.30-15.30  Solen: Plantering	Fotbollsskola Start 14.30-15.30  <b>Regnbågen: Hjulet kl. 14.30</b> 	Regnbågen: Måla känslor  Bokslukarna: Bakning.  Solen: Bingo	Regnbågen: fotbad och nagelmålning. 

### Centralt innehåll: Fritidshemmets centrala innehåll

#### Lekar, fysiska aktiviteter och utevistelse

- Initiera, organisera och delta i lekar av olika slag.
- Idrotter och andra fysiska aktiviteter inomhus och utomhus under olika årstider och i olika väder.
- Utevistelse under olika årstider, samt närmiljöns möjligheter till vistelse i naturen och på andra platser för fysisk aktivitet och naturupplevelser.
- Livsstilens betydelse för hälsan, till exempel hur kost, sömn och balansen mellan fysisk aktivitet och vila påverkar det psykiska och fysiska välbefinnandet.

(Skolverket, 2011:26,27).



### BOKSLUKARNA

#### Språk och kommunikation

- Samtala, lyssna, ställa frågor samt framföra egna tankar, åsikter och argument om olika områden.
- Samtala om olika typer av texter.

(Skolverket, 2016: 25).

**LÄXHJÄLP MÅNDAGAR**

