

 

**V.14 Hälsotema Regnbågen**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Måndag** | **Tisdag** | **Onsdag** | **Torsdag** | **Fredag** |
|  |  |  |  |  |
| MellanmålCa 14.00 RegnbågenCa 14.30 Solen | MellanmålCa 14.00 RegnbågenCa 14.30 Solen | MellanmålCa 14.00 RegnbågenCa 14.30 Solen | MellanmålCa 14.00 RegnbågenCa 14.30 Solen | MellanmålCa 14.00 RegnbågenCa 14.30 Solen |
| **Fa + Fb****Fritidsgympa** | **Fritidsympa** **Årskurs 3,4 och 5** | **Fritidsgympa****Årskurs 1** | **Fritidsgympa Årskurs 2** |  |
|  | ***Bokslukarna för årskurs 2***  | ***Bokslukarna för årskurs 3-5 startar******Kl. 14.30-16******”Filmgrupp”*** | ***Bokslukarna för årskurs F-1 startar*** ***Kl. 14.30-15:30*** |  |
| **Fritidsråd** **Regnbågen: Mästarnas mästare ”Färgduellen”**Bildresultat för mästarnas mästare | **Fotbollsskola** **Start 14.30-15.30****Påsk skapande**  | **Fotbollsskola** **Start 14.30-15.30** | **Regnbågen: Bakning för bokslukarna.** |  |
| **H:\HOVSHAGASKOLAN\Aktivitetstips\Hälsotema\Hälsotema\PARAPL~2.JPGCentralt 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** |