

Periodeplan for Minibasen Høst 2026

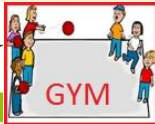
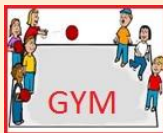
Fokusområde: Fysisk aktivitet

Tema:
Det er mitt
valg (34-39)



Det serveres varmtmat på AKS
hver dag. Menyen ligger på
hjemmesiden vår.



Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Dagens aktiviteter	Dagens aktiviteter	Dagens aktiviteter	Dagens aktiviteter	Dagens aktiviteter
- Spisetid 1330-1400 - Utetid 1400-1500 - Forming 1400-1500 - Velgetid 1500-1600 - Lego/sjakk 1500-1600 - Tegning 1500-1600	- Spisetid 1330-1400 - Utetid 1400-1500 - Høytlesing 1400-1500 - Perle 1500-1600 - Velgetid 1500-1600 - Lego/sjakk 1500-1600 - Dans 1500-1600	- Spisetid 1330-1400 - Gressbane 1400-1500 - Gym 1400-1500 - Velgetid 1500-1600 - Lego/sjakk 1500-1600 - Diverse innelek 15-1600	- Spisetid 1330-1400 - Utetid 1400-1500 - GYM 1400-1500 - Velgetid 1500-1600 - Lego/sjakk 1500-1600 - Dans 1500-1545	- Spisetid 1330-1400 - Gressbane 1400-1500 - Forming 1400-1500 - Velgetid 1500-1600 - Lego 1500-1600 - Lesekrok 1500-1545
  	   	   	   	    

(I velgetiden kan barna velge å være inne eller ute 1500-1600)



Aktiviteter og Mål

Fokusområdet for fysisk aktivitet

Elevene får delta i ulike former for fysisk aktivitet for å oppnå mestring, positive fellesopplevelser og kroppsbeherskelse.

Fysisk aktivitet fremmer elevenes motoriske kompetanse, konsentrasjonsevne, mestringsfølelse, selvtillit og psykiske helse. Elevene må daglig ha fysisk aktivitet, ute og inne.

Mål med aktivitetene er at elevene:

- **Møter flere ulike former for fysiske aktiviteter gjennom uken.**
- **Får daglig tilbud om fysisk utfordringer tilpasset sitt nivå.**
- **Trene sosial kompetanse gjennom felles aktiviteter og lagspill.**
- **Barna utvikler positive relasjoner gjennom vennskap og fellesskap.**

(I velgetiden kan barna velge å være inne eller ute 1500-1600)