

Periodeplan Minibasen vinter 2025-26



Fokusområde: Fysisk aktivitet, Mat & Helse



Det serveres varmmat 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 - GYM 1400-1500 - Lego/sjakk 1500-1600 - Velgetid 1500-1600 - Tegning 1500-1600    	- Spisetid 1330-1400 - Utetid 1400-1500 - Høytlesing 1400-1430 - GYM 1500-1600 - Velgetid 1500-1600 - Lego 1500-1600    	- Spisetid 1330-1400 - Kahoot 1400-1500 - Forming 1400-1500 - Dans 1500-1545 - Velgetid 1500-1600 - Lego/sjakk 1500-1600 - Papirfly 1500-1600    	- Spisetid 1330-1400 - Utetid 1400-1500 - GYM 1400-1500 - Velgetid 1500-1600 - Lego/sjakk 1500-1600 - Tegning 1500-1545    	- Spisetid 1330-1400 - Kahoot 1400-1500 - Forming 1400-1500 - Dans 1500-1545 - Velgetid 1500-1600 - Lego/sjakk 1500-1600     



Alle aktiviteter på aktivitetsskolen er læringsstøttene aktiviteter. En læringsstøttende aktivitet kjennetegnes ved å støtte opp under skolens læringsarbeid. Aktiviteten er godt planlagt og har tydelige målsetninger og skal bidra til elevens motivasjon og mestring.

Aktiviteter og Mål

Fokusområdet for fysisk aktivitet

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.**

Fysisk aktivitet fremmer elevenes motoriske kompetanse, konsentrasjonsevne, mestringsfølelse, selvtillit og psykiske helse. Elevene må daglig ha fysisk aktivitet, ut og inne. Nærmiljøet og nærområder benyttes til fysisk aktivitet, og AKS samarbeider med lokale aktører der det er hensiktsmessig, og ikke medfører ekstra kostnader for de foresatte.