

AKTIVITETSSKOLEN SETERBRÅTEN UKEPLAN 4 TRINN UKE 05

Mandag 26.01	Tirsdag 27.01	Onsdag 28.01	Torsdag 29.01	Fredag 30.01
AKS-start 1400	AKS-start 1330	AKS-start 1330	AKS-start 1400	AKS-start 1315
VARMMAT 1400 PASTA BOLOGNESE	Matpakke 1400	SMØREMAT 1400 Brød/knekkebrød med pålegg GRØNT OG FRUKT	Matpakke 1400	SMØREMAT 1400 Brød/knekkebrød med pålegg GRØNT OG FRUKT
1430 Aktivitet: LEVEL UP – «Hold ut litt til» Aktiviteter i grupper med små, tydelige utfordringer: – oppgaver som krever tålmodighet – samarbeid over tid – korte pauser med refleksjon Fokus: utholdenhet og samarbeid	1430 Aktivitet: TURDAGEN- LEVEL UP ute – bevegelse og mestring Tur i nærområdet med oppdrag underveis: – gå litt lengre – løse oppgaver i lag – ta ansvar for gruppen Fokus: fysisk utholdenhet og fellesskap (Måltid rett etter skoleovergang)	1430 Aktivitet: GYMSAL-LEVEL UP – utfordre kroppen Stasjoner med økende vanskelighetsgrad: – balanse – styrke – lagoppgaver Fokus: mestring og respekt for egne og andres grenser	1430 . Aktivitet: LEVEL UP – ansvar og valg Barna får ansvar for egne valg innen aktivitetene: – aktiv lek ute – inneaktivitet – roligere alternativ Fokus: ansvar og selvregulering	1430 Aktivitet: LEVEL UP – refleksjon og fellesskap – felles aktivitet – samtale i gruppe: Hva var utfordrende denne uken? Hva fikk jeg til selv? Hva klarte vi sammen? Fokus: refleksjon og trygg avslutning på uken
PÅMINNELSE Gi beskjed om endringer i henting innen kl. 12 samme dag. Husk klær etter vær. Tirsdag og torsdag må barna ha med dobbel matpakke. Takk for godt samarbeid!		HER FINNER DU ALL PRAKTISK INFORMASJON OM AKS https://seterbraten.osloskolen.no/		
AKS leder Kristoffer Momrak Mob: 904 06 932 e-post: kristoffer.momrak@osloskolen.no		Baseleder Valeria Ferrando Mob: 4 trinn 904 01 395 epost: valeria.garcia@osloskolen.no		

