



Fysakplan

Uke: 49 & 50

Uke:		8a	8b	8c	9a	9b	9c	10a	10b	10c
Mandag	30/11		Tur øst	Tur nord	Fotball	Leker	Røde flaggan	Kanonball		
Tirsdag	1/12	Leker	Fotball	Stafetter	Tur nord	Tur øst	Tur sør	Røde flaggan	Kanonball	
Onsdag	2/12	Tur sør		Fotball	Leker		Stafetter	Terminprøve matematikk		
Torsdag	3/12	Fotball				Kanonball	Leker	Tur sør	Tur øst	Tur nord
Fredag	4/12		Leker		Røde flaggan	Fotball				Kanonball

Uke:		8a	8b	8c	9a	9b	9c	10a	10b	10c
Mandag	7/12		Tur nord	Leker	Stafetter	Røde flaggan	Kanonball	Fotball		
Tirsdag	8/12	Røde flaggan	Titten på hj...	Røde flaggan	Tur øst	Tur sør	Tur nord	Leker	Fotball	
Onsdag	9/12	Tur øst		Tur sør	Terminprøve matematikk				Leker	Fotball
Torsdag	10/12	Dansedag				Titten på hj...	Fotball	Tur nord	Matpakketur	Tur øst
Fredag	11/12		Røde flaggan		Titten på hj...	Stafetter				Leker

NB! Alt utstyr **MÅ vaskes / sprites **før og etter** aktivitet! Alle elever **MÅ** vaske / sprite hender **før og etter** aktivitet!**

Stafetter: Utenfor lærerinnang. Gjennomfør ulike typer stafetter (ertepose, ball, skiskytter osv.)

Leker: Finn egnet område. Gjennomfør et utvalg av leker (helst leker som innebærer lite fysisk kontakt).

Røde flaggan: Finn egnet område f.eks. Randslunden. Utstyr: røde flagg, kjegler og vester. <https://fysak.net/aktiviteter/rode-flaggan>

Kanonball: Bruk området utenfor kunst- og håndverk. <https://fysak.net/aktiviteter/kanonball>

Fotball: Kunstgressbanen. Del i to eller fire lag. Spill med store eller små mål. Utstyr: baller, vester.. Bruk en uvant ball, f.eks. en kin-ball, tennisball etc.

<https://fysak.net/aktiviteter/fotball>