

## Idrott och Hälsa för åk 1-6

V 34,35 Introduktion, gemensamma regler, lekar, samarbete, fair play

V 36,37 Friidrott

V 38,39 Orientering/friluftsliv

V 40 Bollspel, bollekar inne eller ute beroende på väder

V 41 Bollspel, lekar inomhus

V 42,43 redskap/gymnastik/motorikbanor

V 44 Lov

V 45 ,46 innebandy, kroppskontroll/ styrka

V 47,48 basket

V 49,50 Dans/musik/rörelse

V 51 Jullekar/stafetter

V 2 Bollspel/bollekar

V 3,4 Motorikbanor

V 5,6 Styrka/kondition/teori (kost, sömn mm)

V 7,9 Ergonomi, styrketräning

V 8 Sportlov

V 10,11 Racketspel

V 12,13 Bollspel, Volleyboll.

V 14,15 Gymnastik / Redskapsgymnastik / Höjdhopp

V 16 Påsklov

V 17,18 Rest utomhus

V 19,2 simning åk 4-6 ??

V 21-23 friidrott, racketspel utomhus , lekar.

Alexander Zinkevitch /Idrottslärare.

