

Pedagogisk planering för fritidshemmet i fysisk aktivitet och hälsa

Målet med undervisningen utifrån LGR11 är att:

”Det är viktigt att erbjuda rikliga tillfällen till regelbundna fysiska aktiviteter i fritidshemmets vardag där kreativitet, lust och lek fokuseras så att alla barn vill delta.” (Skolverket – Allmänna och kommentarer, kvalitet i fritidshem, s. 27)

”Skolan ska sträva efter att erbjuda alla elever daglig fysisk aktivitet inom ramen för hela skoldagen.” (Lgr11 s. 9).

I undervisningen erbjuder vi:

- daglig utevistelse med olika lekmaterial såsom sparkcykel, stylvor, gungor, hopprep etc.
- aktiviteter i gymnastiksalen varje vecka såsom kull, bollekar, hoppa, klättra, åla, krypa, hänga etc.
- spontana och reflekterande samtal enskilt och i grupp kring fysisk aktivitet och hälsa.
- möjligheten att ta tillvara på vad varje årstid har att ge. Till exempel vattenlekar, snölekar,
- Skratta och ha roligt

Hur går vi tillväga:

- Gemensamma och individuella genomgångar på lek, spel eller idrotter
- Eleverna får leka, spela och utöva idrotter under pedagogernas stöd och tillsyn