

# Veckans rastaktiviteter

Veckans rastaktiviteter - Rastverksamhet, Årskurs 4-6

Del av 1 i Veckans rastaktiviteter

## Syfte – Varför?

Synliggöra veckans aktiviteter så att eleverna vet vad som händer. Förhoppningsvis skapas ett intresse och en nyfikenhet kring aktiviteter redan före.

## LGR 11 – Vad?

Skolan ska sträva efter att erbjuda alla elever daglig fysisk aktivitet inom ramen för hela skoldagen, visa respekt för den enskilda individen och i det vardagliga arbetet utgå från ett demokratiskt arbetssätt, samt medverka till att utveckla eleverna känsla för samhörighet, solidaritet och ansvar för människor också utanför den närmaste gruppen.

## Metod – Hur?

På väl synliga ställen anslås veckans aktiviteter. Lärare får också information och kan berätta om dem i klasserna (innan rast).

# Rastaktiviteter

## lunchrasterna v.20

Dag	Aktivitet	Plats
<b>måndag</b>	<b>Shuffleboard</b> (Vem kan få sin ärtpåse närmast kanten?)	Pingisbordet
<b>tisdag</b>	<b>Frisbeegolf</b> (hur många kast behöver du för att pricka målet?)	Start vid gamla boden
<b>onsdag</b>	<b>Färgkombinationen:</b> (Få ärtpåsar till rätt plats utan att lyfta på dem.)	Pingisbordet
<b>torsdag</b>	<b>Dragkamp</b>	Sandlådan vid gungbrädan
<b>fredag</b>	<b>Hela havet stormar</b>	Vid gula målet