

# Ukerytme for 1.trinn

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
13:55 start SFO	12:40 start SFO	12:40 start SFO	13:55 start SFO	12:40 start SFO
14:00-14:30 måltid (smøremåltid)	13:15-13:45 måltid (andre retter)	13:30-14:00 måltid (andre retter)	14:00-14:30 måltid (andre retter)	13:15-13:45 måltid (andre retter)
14:30-15:30 Aktiviteter i gymsal 1C	14:00-15:00 Spillgruppe 14:30-15:30 Aktiviteter i gymsal 1A/1B	14:00-15:00 Kunst og håndverk -deltakelse ruller blant barna	14:30-15:30 Aktiviteter i gymsal 1D	13:45-15:30 Lek og valgfrie aktiviteter "på tvers" på basen eller ute
14:30-15:30 Lek og valgfrie aktiviteter "på tvers" på basen eller ute	14:00-15:30 Lek og valgfrie aktiviteter "på tvers" på basen eller ute	13:45 -15:30 Lek og valgfrie aktiviteter "på tvers" på basen eller ute	14:30-15:30 Lek og valgfrie aktiviteter "på tvers" på basen eller ute	
15:30/ 16:00 SFO samles i SFO basen eller ute	15:30/ 16:00 SFO samles i SFO basen eller ute	15:30/ 16:00 SFO samles i SFO basen eller ute	15:30/ 16:00 SFO samles i SFO basen eller ute	15:30/ 16:00 SFO samles i SFO basen eller ute

## Lek og valgfrie aktiviteter “på tvers”:

SFO er et fritidstilbud som skal ivareta barnas behov for valgfrihet, vennskap, lek og fysisk aktivitet. Når barna på 1.trinn får leke “på tvers”, innebærer dette at vi legger til rette for fri-lek, rollelek, tegning, perling, konstruksjonslek osv. i de ulike klasserommene. Barna kan bevege seg mellom disse.

## Gymsalen:

I gymsalen er det rom for fysisk utfoldelse. Tilbudet vil variere mellom fri lek, der barna kan bruke utstyret på en friere måte enn i gymtimen (eks. bygge hus av mattene) og regelleker (fotball, basket, haien kommer, hauk og due o.l.).

## Spill:

Vi har de klassiske spillene til elevene, brettspill, spørrespill, pedagogiske spill, kortspill og mye mer. Spill bidrar til barnets utvikling i form av logisk tenkning, kritisk tenkning, staving og språkutvikling, motorikk, og med dette med å vente på tur. Fordelene med til elever er uendelige, og i tillegg er det kjempe morsomt.

## Kunst og håndverk (fritt valg):

Dette er en planlagt formings-aktivitet der barna “melder seg på” gang for gang. Barna blir presentert for ulike materialer og skaper ofte med inspirasjon fra en “mal”.

## Måltid:

SFO skal i henhold til Rammeplan for SFO, servere et enkelt og sunt smøremåltid hver dag. Barna på Paradis får smøremåltid bestående av brød, knekkebrød, pålegg, grønnsaker og melk 3 dager i uken. Vi har valgt å servere varme retter, salater eller gryn med yoghurt to dager i uken; tirsdag og torsdag. Dette bidrar til at barna opplever et variert kosthold og blir presentert for ulike smaksopplevelser i løpet av uken.

Vi sender ukens meny til dere i Vigilo.

Dersom dere ser av menyen at rettene tirsdag og torsdag kan bli utfordrende for barnet, oppfordrer vi til å sende med en ekstra skive i matboksen. Vi serverer frukt ved siden av måltidet, men lager ikke alternativ mat til barn som ikke liker maten. For å fremme matglede og nysgjerrighet ønsker vi at barna skal smake på det vi serverer, men vil ikke tvinge noen til å spise opp.