

Aktivitetsplan i kroppsøving for 9.kl våren 2016

Veke nr.	Symjing	Kroppsøving	Merknad
2	1	Volleyball	
2	-	Volleyball	Fredag 2
3	2	Volleyball	
4	3	Grunntrening	
5	1	Volleyball	
5	-	Volleyballturnering	Fredag 5
6	2	Grunntrening	
7	-	VINTERFERIE	
8	3	Dans	
9	1	Dans	
10	-	HOSPITERING	
10	-	HOSPITERING	Fredag 2
11	2	ENTREPRENØRSKAP/praksiselevar	
12	-	PÅSKEFERIE	
13	3	Leik/tur i snøen!?	
13	-	Utetrening	Fredag 5
14	1	Orientering	
15	2	Orientering	
16	3	Ballspel	
17	-	Deejo	
17	-	Mat og helse-dag	Fredag 2
18	-	KRISTI HIMMELFART	
19	1	Friidrett	
20	2	Friidrett	
21	3	Friidrett	
21	-	HLR + lage opplegg til eigentrening	Fredag 5
22	1	Eigentrening	
23	2	Eigentrening	
23	-	Eigentrening	Fredag 2
24	3	Leik	



Me vert inne i kroppsøvingstimane fram til påskeferien.

Har du **gyldig** grunn til å ikkje delta i timen, lyt du ta med melding heimefrå.

Symjinga tel $\frac{1}{4}$ av kr.øvingskarakteren. No i vår vil me fortsatt ha fokus på dei tre svømmeartane bryst, crawl og rygg. I tillegg vil me jobbe med livredning og stup. Stian overtek symjinga i vår.

Me vurderar etter innsats, haldning og ferdigheit.

Edmund, Stian og Caroline

-faglærarar-

Luster ungdomsskule 15.01.16