

Månedens Temaområde fra Rammeplanen:
Mat og helse

MARS PÅ NORDPOLEN

Månedens fokusord:
Positiv selvhverdelse

Denne måneden har vi en del fokus på mat og måltidsgleder, og høytider sammen med familien.

Vi fortsetter med Ramadankalender som nedtelling til Eid (20.03) med daglig felles lek/aktivitet med barna. Vi snakker om hva slags mat man spiser når man har fastemåned/ramadan og hvordan matopplevelsen er når man kan samles hele familien rundt matbordet. Vi snakker om hvordan EID og Påsken feires hos de forskjellige som skal feire det.

Det blir både Eidverksted og Påskeverksted i Hobbyaktivitetene.

Barna skal få trene på å lage matretter og vi har fokus på gode matopplevelser og hvor viktig det vi spiser har for at kroppen vår skal fungere godt.

Vi øver på å hevde oss selv på en positiv måte uten å trekke ned andre.

Mars er vårmåneden så det ventes mye våt bakke, så pass på at barna har tørre varme ytterklær og skiftetøy.

Se over regntøy og støvler at det er tett og rent, og at størrelsen passer til barnet.

 **Husk: Barna må ha innesko, og klær i forhold til været, på skolen og AKS.**

 **Barna må fortsatt ha matpakke med hver fredag til alle måltider.**

Månedens bok:

1. Bukkene Bruse
2. Superpoteten

Uke	Mandag 14-16:30	Tirsdag 14-16:30	Onsdag 13::30/14-16:30	Torsdag 14-16:30	Fredag 14-16:30
Frokost: 7:30-8	Knekkebrødmåltid	Frokostblanding	Havregrøt	Havrepannekaker	Matpakke
Mat ca 14-14:30	Suppe	Havregrøt	Knekkebrødmåltid	Fiskeburger	matpakke
Ute 14:30-15:	Skolegården	Lille Kunstgress	100-meterskogen	Evt Lille Kunstgress	Skolegården
10 Ramadankalender hver dag Kvinnedagen 8.	2) <i>Barnemøte</i> Spillehallen/Puterom 2  Hobby: Eid/Påske verksted	3)  Bordaktivitet felles på Nordpolen 1  Ukulelekurs 1+2 14:45- 15:30	4) Spillehallen/Puterom 1  Gårdsbesøk 1 tr, gr.1  Stasjoner: Leselyst	5)  Gymsal 14:45-16 Husk gymsko og vannflaske	6) Vennekafè.  Rammelek: Restaurantgata vår
11 Ramadankalender hver dag	9) <i>Barnemøte</i> Spillehallen/Puterom 2  Lesestund på Biblioteket 2 trinn 14:30-15:30  Hobby: Eid/Påske verksted	10)  Bordaktivitet felles på Nordpolen 1  Ukulelekurs 1+2 14:45- 15:30 Siste	11) Spillehallen/Puterom 1  Gårdsbesøk 1 tr, gr.2  Stasjoner: Leselyst	12)  Gymsal 14:45-16 Husk gymsko og vannflaske	13) Vennekafè.  Rammelek: Restaurantgata vår  NP2 -Matlaging sammen med Ekvator
12 Ramadankalender frem til Eid 20. NawRoz 21. Vårjevdøgn 21.	16) <i>Barnemøte</i> Spillehallen/Puterom 2  Hobby: Eid/Påskeverksted	17)  Bordaktivitet felles på Nordpolen 2  NP1 -Matlaging	18) Spillehallen/Puterom 1  Gårdsbesøk 1 tr, gr.3  Stasjoner: Leselyst	19)  Gymsal 14:45-16 Husk gymsko og vannflaske	20) Eid  Ser NRK Super -blant annet om hvordan Eid feires  Bordaktiviteter
13 Palmesøndag 29. Den store vaffeldagen 25.	23) <i>Barnemøte</i> Spillehallen/Puterom 2  Lesestund på Biblioteket 1 trinn 14:30-15:30  Hobby: Påskeverksted	24)  Bordaktivitet felles på Nordpolen 2  NP1 -Matlaging	25) <i>Vaffeldagen</i>  Turdag til Press Play Tilbake på AKS ca kl 16	26)  Gymsal 14:45-16 Husk gymsko og vannflaske	27) Bursdagsfeiring av Mars -barna. Vi koser oss med film og is
14 Skjærtorsdag 2. Langfredag 3 Påskeaften 4.	30) Heldagsåpen Påskeferie	31) Heldagsåpen Påskeferie	Basetelefonene 1-trinn: 90284781 og 2-trinn: 94004658 . Endring av dagens hjemtid legges inn som Hentemelding i Vigilo før kl 13		