

## Årsplan – Allidrett for barn

|                                |
|--------------------------------|
| Idrettslag: Barneidrett        |
| Aldersgruppe: 5 År             |
| Antall barn: 20                |
| Tidspunkt: Torsdag 17.00-18.00 |
| Annet:                         |

| Uke   | Aktivitet                     | Utstyr   | Hvor                       | Instruktør    |
|-------|-------------------------------|--|----------------------------|---------------|
| 16-18 | Bli kjent/Trivselsaktiviteter | Stafettpinner, markeringskjegler, vester, rokeringer | Sentrom skole, stor gymsal | Ungdomsgruppa |
| 19-20 | Ballspill                     | Softballer, vester, kjegler, mål                     | Sentrum skole              | Ungdomsgruppa |
| 21-22 | Tur og orientering            | Poster, kart   | Horten skogen              | Ungdomsgruppa |
| 23-24 | Moro på plenen                | Vester, kjegler, baller, rokeringer                  | Ørnfeltet/Lystlunden       | Ungdomsgruppa |
| 25-32 | Skoleferie                    |  |                            |               |
| 33-37 | Fotball                       | Fotballer, bazooka mål, kjegler, vester /målebånd    | Ørnfeltet/Lystlunden       | Ungdomsgruppa |
| 38-40 | Friidrett                     | Stafettpinner/tennisballer/stoppeklokker             | Lystlunden/ Ørnfeltet      | Ungdomsgruppa |
| 41    | Høstferie                     |  |                            |               |
| 42-44 | I Lek og moro i salen         | Rokering, vest, baller                               | Gymsal                     | Ungdomsgruppa |
| 45-48 | Håndball                      | Håndballer, vester, kjegler, mål                     | Gymsal                     |               |

|              |                   |   |                            |  |
|--------------|-------------------|---|----------------------------|--|
| <b>49-50</b> | Skøyter           | Kjeglere, tau                           | Uteplass<br>(Borre vannet) |  |
| <b>51-1</b>  | Juleferie         |   |                            |  |
| <b>2-4</b>   | Ski               | Tau, kjeglere                           | Uteplass                   |  |
| <b>5-7</b>   | Turn              | Yogamatter, tau                         | Gymsal                     |  |
| <b>8</b>     | Vinterferie       |   |                            |  |
| <b>9-11</b>  | Dans og bevegelse | Høytaler, rokkeringer                   | Gymsal                     |  |
| <b>12-13</b> | Hinderløyper      | Rokkeringer, kjeglere, ribbevegg. Mater | Gymsal                     |  |
| <b>14</b>    | Påskeferie        |   |                            |  |