**Domarringens skola**

**Planering Idrott och Hälsa Vt 2020 åk 4-5**

|  |  |
| --- | --- |
| **Vecka** | **Idrottsmoment** |
| 23 | Lekar/HÄJLekar/Nödsituationer på land, i och vid vatten (vinter) |
| 45-7 | Styrka och konditionSkridskor/Snölekar/Friluftsliv/Hälsa och livsstil |
| 8910111213141516171819-20212223 | SPORTLOVRedskapsgymnastikVolleybollövningar och spelNinja Warriors-bana/Dans och rörelse till musikSamarbetslekar/Dans och rörelse till musikLekar/BollekarStyrka och konditionPÅSKLOVTv och YouTubeGalgbacken Extreme/Löpning i RöboUtelekFriidrottUtelekFriluftsliv/UtelekUtelek |
| 24 | Klassens val |

**Gympa utan dusch = USCH!**

**Utomhusperiod v 5-7 och v 17-24
Inomhusperiod v 2-4 och v 9-16**

