

Hej alla där hemma!

Här kommer årets informationsbrev från idrotten med information om vad ni kan förvänta er av mig i ämnet idrott och hälsa och vad jag förväntar mig av er. För att vi i skolan ska kunna uppnå målen behöver vi lite hjälp från Er hemifrån.

Idrott och hälsa i skolan:

- kunskap om sin hälsa, sina kroppar och användandet av kroppen i olika rörelseaktiviteter.
- möjlighet att prova på så många olika typer av aktiviteter som möjlig, både olika lekar och sporter.
- möjlighet att finna rörelseglädje i olika aktiviteter, i olika väderförhållanden och olika miljöer.

För att vi i skolan ska kunna uppnå målen behöver vi lite hjälp från Er hemifrån.

Tänk på:

- **Kläder efter väder** - Vi är ute stora delar av året i de flesta väder.
- Det kan vara klokt med ett **långärmat och "långbent" alternativ** att ta på om det blir kallt.
- När vi är inomhus är det **frivilligt** om eleverna använder skor eller inte.
- **Handduk ska alltid vara med** - Som en del i arbetet med god hälsa kommer eleverna att duscha efter alla lektioner. **Om ditt/ert barn har träning eller liknande direkt efter skolan och ni anser att hen därför inte bör duscha (eftersom hen ändå ska göra det efter träningen) så vill jag att ni meddelar mig det antingen via mail eller skicka en lapp.**
- Låt gärna barnen packa gympaväska/gympapåsen själv. Men tänk på att det ibland kan behövas lite hjälp för att veta vad som ska vara med.

Viktigt: Skulle det vara så att ditt/ert barn inte kan vara med på lektionen p.g.a. sjukdom eller annat så vill jag att ni mailar mig /skickar en lapp med ert barn om detta.

Jag ser fram emot ett toppenår tillsammans med dessa härliga 5:or! Har ni några frågor eller funderingar är ni välkommen att höra av er!

Med vänlig hälsning

Therese

Therese.jensen@umea.se

