**Tekster til ukeplan**

**Generelt om *Kast ballen***

I uke 37, 38 og 39 skal klassen delta i *Kast ballen*. Målet er å skape god aktivitet, og tilrettelegge for mestring gjennom lek med ball, både i gymtimen og i friminuttet.

*Kast ballen* bidrar til lek og fine øvelser med ball i gymtimen og i skolegården i uke 37-39.

*Kast ballen* bidrar til å introdusere flere barn til lek med ball. Målet er at elevene skal leke med ball både i gymtimen og i friminuttet i uke 37-39.

Hovedfokuset i *Kast ballen* er morsomme aktiviteter der ballbehandling, kast og mottak og lekpregede småspillvarianter står i fokus. Aktivitetene er tilpasset 1.-3. klasse.

*Kast ballen* går inn i siste uke og alle håndballene er i flittig bruk.

***Kast ballen*-utfordringen**

*Kast ballen*-utfordringen vises ved videoklipp hver morgen i klasserommet. Dette er øvelser som skal engasjere og motivere elevene til aktivitet med ball i friminuttet.

Ved bruk av det de har lært i kroppsøvingstimen, samt Dagens *Kast ballen*-utfordring, oppfordres elevene til å være i aktivitet i friminuttene.

***Kast ballen*-dagen**

Alle 3. klassinger som deltar i *Kast ballen* får mulighet til å være med på *Kast ballen*-dagen: En aktiv håndball-dag i trygge rammer med morsomme øvelser.

***Kast ballen*-konkurransen**

I uke 39 skal 3. trinn delta i en konkurranse på tvers av alle skolene som er med i *Kast ballen* i hele Norge. Elevene konkurrerer om å være i mest aktivitet med ball, og registrere det på et skjema når de kommer inn fra friminuttene.