

# Idrætsfritidsordningen(IFO) Randers

FÆLLESSKAB - TRAFIKSIKKERHED – SUND KOST – BEVÆGELSESGLÆDE – VANDTILVÆNING



## Månedspan januar 2019

| Dato            | Aktivitet   | Bemærkninger           |
|-----------------|---|------------------------|
| <b>Uge 1</b>    | <b>Gymnastiktema</b>  | <b>Se bemærkning 1</b> |
| Mandag d. 31.12 | Nytårsaftensdag. IFO LUKKET   |                        |
| Tirsdag d. 1.1  | 1. nytårsdag. IFO LUKKET  |                        |
| Onsdag d. 2.1   | Juleferie/skolefridag. IFO åbent kl. 6.45-16.30 eller efter behov.                              |                        |
| Torsdag d. 3.1  | Opstart af Gymnastik tema   | <b>Se bemærkning 1</b> |
| Fredag d. 4.1   | Fredagshygge med fri leg  | <b>Se bemærkning 6</b> |
| <b>Uge 2</b>    |   |                        |
| Mandag d. 7.1   | 3. kl. klub med tur til skøjtebanen + klubaften / gymnastik forløb                              | <b>Se bemærkning 2</b> |
| Tirsdag d. 8.1  | RgF Hal med gymnastik forløb  |                        |
| Onsdag d. 9.1   | Svømning for 1.-2. kl. piger / fri leg for resten   | <b>Se bemærkning 3</b> |
| Torsdag d. 10.1 | Gymnastik forløb  |                        |
| Fredag d. 11.1  | Fredagshygge med bål  | <b>Se bemærkning 6</b> |
| <b>Uge 3</b>    |   |                        |
| Mandag d. 14.1  | 3. kl. klubeftermiddag med springsal / Udeaktiviteter for 0.-2. kl.                             |                        |
| Tirsdag d. 15.1 | RgF Hal med gymnastik forløb  |                        |
| Onsdag d. 16.1  | Svømning for 0.-2. kl. drenge / fri leg for resten  | <b>Se bemærkning 3</b> |
| Torsdag d. 17.1 | Gymnastik forløb / Opstart af fælles serie  |                        |
| Fredag d. 18.1  | Fredagshygge med springsal  | <b>Se bemærkning 6</b> |
| <b>Uge 4</b>    |   |                        |
| Mandag d. 21.1  | Skøjtebanetur for hold 1 / fri leg for resten   | <b>Se bemærkning 4</b> |
| Tirsdag d. 22.1 | RgF Hal med gymnastik forløb  |                        |
| Onsdag d. 23.1  | Svømning for 3. kl. på Nørrevang / fri leg for resten   | <b>Se bemærkning 3</b> |
| Torsdag d. 24.1 | Gymnastik med opstartsserie + fødselsdagshygge  | <b>Se bemærkning 5</b> |
| Fredag d. 25.1  | Fredagshygge med film i springsal   | <b>Se bemærkning 6</b> |
| <b>Uge 5</b>    |   |                        |
| Mandag d. 28.1  | 3. kl. klubeftermiddag med blindsmagning og madkonkurrence / Resten øve fællesserie i gymnastik |                        |
| Tirsdag d. 29.1 | RgF Hal med gymnastik forløb  |                        |
| Onsdag d. 30.1  | Svømning for 0.-1. kl. piger / fri leg for resten   | <b>Se bemærkning 3</b> |
| Torsdag d. 31.1 | Gymnastik med opstartsserie + spring  |                        |
| Fredag d. 1.2   | Fredagshygge med fri leg  | <b>Se bemærkning 6</b> |

**Vi vil rigtig gerne at alle børn kommer hver dag, eller som minimum kommer mandag, tirsdag og torsdag, minimum til kl. 16.00, både af hensyn til afvikling af aktivitet, men ligeledes i styrkelsen af fællesskabet.**

Følg "iforanders" på instagram, "Idrætsfritidsordningen IFO Randers" på Facebook eller følg med på [www.ifo-randers.dk/nyheder](http://www.ifo-randers.dk/nyheder).

IDRÆTSFRITIDSORDNINGEN RANDERS ☺ Udbyhøjvej 191 ☺ 8930 Randers NØ  
Mobil 40 51 29 16 ☺ [www.ifo-randers.dk](http://www.ifo-randers.dk) ☺ mail: [ifo@ifo-randers.dk](mailto:ifo@ifo-randers.dk)

# Idrætsfritidsordningen(IFO) Randers

FÆLLESSKAB - TRAFIKSIKKERHED – SUND KOST – BEVÆGELSESGLÆDE – VANDTILVÆNING



## Månedspan januar 2019

### Bemærkning 1 - Gymnastiktema i januar – og start februar.

Tidligere har der hvert år været afviklet et forløb med gymnastikken som fokus. Det har vi valgt at tage op igen, da vi vurderer at gymnastikkens basiskompetencer og fællesskabet omkring dette, indeholder store værdier som styrkelse af motorikken, fællesskab, samhørighed, flow og udvikling.

Vi øver forskellige indslag de fleste mandage, tirsdage og torsdage i uge 1-6 og håber meget at i bakker op om gymnastiktemaet. Det styrker både individuelt og fællesskabet. Alle er med hver gang, med mindre en gruppe børn skal noget andet den pågældende dag.

**Der er fælles opvisning torsdag 7. februar ca. kl. 15.30-16.00. Alle IFO børn kan være med og I er alle inviteret til denne festdag 🎉**

### Bemærkning 2 – 3. kl. klub.

3. kl. har næsten hver uge en klubeftermiddag, men mandag d. 5. januar tager alle 3. kl. på skøjtebanen lige efter skole og er først tilbage til IFO ca. kl. 16.45, hvorefter den står på klubaften i IFO frem til kl. 19.30.

### Bemærkning 3 - Svømning på Rismølleskolen og Nørrevangskolen:

Vi svømmer hver onsdag, hvor vi arbejder med bevægelsesglæde i vand.

Når vi svømmer på Rismølleskolen, hjælper vi Østervang af bussen og sørger for frugt mv. Børnene skal have svømmetøj og håndklæde med samt evt. dykkerbriller.

Vi går fra Rismølleskolen senest kl. 16.00 og går ud i IFO, hvis vejret tillader det ellers tager vi bussen.

Onsdag d. 23. januar svømmer 3. kl. på Nørrevangskolen. Info vedr. transport mv. sendes ud på mail i ugen op til. Vi går op ad vandet ca. kl. 15.45 og kører retur til IFO kl. 16.15. Vi er tilbage i IFO ca. kl. 16.30.

### Bemærkning 4 – Skøjtebaneture i januar og februar.

I januar afvikler vi en skøjtebanetur for 3. kl. (d. 5. januar) og den første af 5 skøjtebaneture, hvor årgangene er blandet. Den 1. tur med ca. 12-15 børn er mandag d. 21. januar, hvor børnene hentes direkte efter skole og tager direkte på skøjtebanen. Vi tager tilbage så vi er tilbage i IFO senest kl. 16.45. Tur 2-5 afvikles alle i uge 8 og 9. Oversigt over hvem der skal afsted de enkelte gange sendes ud på mail i uge 2.

### Bemærkning 5 - Fødselsdagshygge for januar fødselslærer torsdag d. 24. januar.

Vi fejrer følgende IFO-børn med fødselsdag i januar 2019: Silke P. Nielsen, der fylder 10 år d. 13.1, Frida S. Jørgensen, der fylder 10 år d. 15.1, Silke A. B. Christensen, der fylder 7 år ligeledes d. 15.1, Johannes G. Laursen, der fylder 8 år d. 18.1, Oline B. Elkjær, der fylder 8 år d. 20.1, Sofia G. Vinther, der fylder 9 år d. 28.1, Isabella M. Sørensen, der fylder 10 år d. 29.1 og Oskar J. Laursen, der fylder 10 år d. 31.1. Stort tillykke til Jer alle! ☺ Vi starter med lidt gymnastikserie inden mad og hygge.

Børnene må efter aftale med IFO-personalet gerne medbringe noget sundt til fødselsdagsbordet. Vi vil gerne, at vi har maden/frugten inden børnene har fri fra skole, så vi har tid til at klargøre det.

### Bemærkning 6 – Bage 20-25 fredagsboller til fryser eller til en bestemt fredag?

Vi har tidligere haft tradition for at man skiftes til at medbringe ca. 20-25 boller til hygge før eller efter aktivitet om fredagen. Det prøver vi at sætte i gang igen og vil spørge jer, om en vil bage til fryser eller til følgende fredage; d. 4.1, 11.1, 18.1, 25.1 eller 1.2?

IFO 2019 nytårshilsen fra Marc, Matt, Malene, Line & Carlo

---

Følg "iforanders" på instagram, "Idrætsfritidsordningen IFO Randers" på Facebook eller følg med på [www.ifo-randers.dk/nyheder](http://www.ifo-randers.dk/nyheder).

IDRÆTSFRITIDSORDNINGEN RANDERS ☺ Udbyhøjvej 191 ☺ 8930 Randers NØ  
Mobil 40 51 29 16 ☺ [www.ifo-randers.dk](http://www.ifo-randers.dk) ☺ mail: [ifo@ifo-randers.dk](mailto:ifo@ifo-randers.dk)