



Aktivitetsprogram: BASE 3-4



Velkommen til aktivitetsprogrammet for Svendstuen AKS!

Aktivitetsskolen strukturerer sitt aktivitetstilbud rundt fire målområder:

- Natur, miljø og bærekraftig utvikling
- Kunst, kultur og kreativitet
- Fysisk aktivitet
- Mat og helse

Vi ønsker å synliggjøre våre fire målområder gjennom våre aktiviteter på Svendstuen. Derfor er AKS i jevnlig møter med skolen, samt inne i klasserommet for å kunne samarbeide og bruke skolens årsplaner når aktivitetskalenderen blir planlagt. Vi ønsker at våre aktiviteter skal øke barnas faglige og sosiale utvikling, samtidig som det er gøy. Det er to perioder i skoleåret. En i høstsemesteret og en i vårsemesteret. Når du nå melder på ditt barn, melder du på han/henne ut høstsemesteret. Det blir nye aktiviteter og nye påmeldinger fra nyttår. Noen krever påmelding, dette er fordi aktiviteten har et mål og et forløp som går over flere uker. For å få gjennomført aktiviteten trenger vi at barna møter kontinuerlig. Andre aktivitetene er åpne, det vil si at vi tar påmelding under spising samme dag.



Enkelte aktiviteter har begrenset antall plasser, her benytter vi loddtrekking hvis det er for mange påmeldte.

De som ikke leverer påmeldingen innen fristen, er ikke med i loddtrekkingen.

NB! Vi ønsker å gi elevene et bredt tilbud, og noen av aktivitetene går derfor på samme dag og tidspunkt.





Sy og broderingskurs

KUNST, KULTUR & KREATIVITET

Kurs for den som vil lære seg å sy. Her får man mulighet til å designe noe eget, brodere og sy litt på symaskin. Kurset er gratis og passer for både gutter og jenter.

Kurset krever påmelding.

Ansvar: Eini

Hvor/når: Trivselsrommet. Torsdager: 14.30-16.00

Påmelding: <https://forms.gle/SPD5Nkn2TC2uDpNXA>

Basketkurs

FYSISK AKTIVITET & LEK

Her vil barna lære basisteknikk innen basket og utvikle seg som basketballer. Alle som vil kan være med. Etter planen legges det opp til en kamp mot basketgruppa i 2. klasse nærmere jul.

Kurset krever påmelding.

Ansvar: Patrick

Hvor/når: Gymsalen, mandager: 14.30-16:00

Påmelding: <https://forms.gle/Pjfr3PNsd2KBvSC1A>

Kokkekurs

Mat og helse

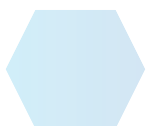
Her skal barna lære å lage alt fra typiske middager til bakevarer. Målet med kurset er at barna skal gjøre det aller meste selv og få læring i å følge en oppskrift. Hver gruppe består av 6 stykker og alle får fire kursdager. Altså fire tirsdager. På den fjerde og siste kursdagen vil foreldre inviteres til kaffe og barnas hjemmelagde kake.

Kurset krever påmelding.

Ansvar: Eini og Emilie

Hvor/når: Mat & Helse huset, tirsdager: 14.30-16:00

Påmelding: <https://forms.gle/4a8zdwseYWy3zBDa8>





Trampolinehallen

FYSISK AKTIVITET & LEK

Etter høstferien setter vi i gang med lek og basistrening i trampolinehallen til Heming. Kurset vil gå over 5 tirsdager og vare fra 14-15. Det vil altså si at vi må gå nesten rett etter skolen og at de som skal på leksehjelp dessverre ikke kan være med. Kurset har en kapasitet på 15 stk og hvis det er flere enn det som melder seg på så blir det trekning om hvem som får plass.

Kurset krever påmelding.

Ansvar: Lars
Hvor/når: Trampolinehallen Heming, tirsdager: 13.45-15:15
Påmelding: Kommer etter jul

Dans

FYSISK AKTIVITET & LEK

Victoria som jobber på 2. trinn har sagt seg villig til å ha dans også med oss og det er vi veldig glade for. Victoria har lenge drevet aktivt med dans og vil lære barna en enkel koreografi som etter hvert skal vises til barn og foresatte.

Kurset krever påmelding.

Ansvar: Victoria
Hvor/når: Musikkrommet, onsdager: 13.45-15:00
Påmelding: <https://forms.gle/YHWGJa4KF3G9djsC8>

Musikk-lab

Kunst, kultur og kreativitet.

Som mange sikkert vet, har vi vårt eget musikkstudio på AKS. Der kan barna spille inn og lage egne sanger sammen med Emilie. Målet er at barna både skal skrive egne tekster og spille inn i låten. Resultatet blir forhåpentligvis slagere som vil spilles på repeat i heimen.

Kurset krever påmelding.

Ansvar: Emilie
Hvor/når: Musikkstudio, tirsdager: 13.45-15:30
Påmelding: Kommer etter jul.





Langrenn

Fysisk aktivitet og Lek

Skitur/skileik for 2-4.klasse. Dette er ett kurs for viderekommende. Vi tar buss til Frognersestereen, går skitur til Tryvannsstua, Marimyr med retur ned Skådalsløypa. Kurset vil være på 6 torsdager 09.01.20-13.02.19.

PS! Kurset koster 300,- per pers.

Kurset krever påmelding.

Ansvar: Randi og Lars
Hvor/når: Skogen, torsdager: 14.30-16:30
Påmelding: <https://forms.gle/zqRwDPKJ6cLjfCyLA>

Alpiné og Snowboard

Fysisk aktivitet og Lek

Kurset holdes i Tryvann og av Oslo skiskole. Det vil både være kurs for de som er ferske på ski/brett og de som er mer viderekomne. Dette er et kurs vi har hatt i mange år og som alltid er populært. Det kommer buss til skolen som henter og leverer barna igjen. PS! Påmelding skjer via Oslo skiskole

Kurset krever påmelding.

Ansvar: Randi
Hvor/når: Tryvann, onsdager 13.30-16:30
Påmelding: <https://oslo.skischoolshop.com/no/aksskoler/#from=2019-11-22&to=2020-11-22&coupon=false&category=217>

Capoeira

Fysisk aktivitet og Lek

En fantastisk sport som gir glade og motiverte barn. Liker du akrobatikk? Eller skulle du ønske at du kunne lære litt kampsport? Synes du det er spennende å lære et annet språk? Eller kanskje du bare har lyst til å lære noe HELT nytt? **Da er dette noe for deg.**

Kurset krever påmelding.

Ansvar: Kristin (lærer på skolen)
Hvor/når: Gymsalen, torsdager: 15.00-15:45
Påmelding: <https://forms.gle/vfyF5dWehPzKcQT56>



Kor

Kunst, kultur og kreativitet

AKS-koret gjør sitt comeback når Ole og HC drar i gang med kramgode låter sammen med barna. Blandingen av nye og gamle slagere skal læres og etter hvert fremvises som en konsert.

Kurset krever påmelding.

Ansvar: Ole og HC

Hvor/når: Musikkrommet, fredager. 14:30-15:00

Påmelding: <https://forms.gle/xiu69A6uD4GmvV1bA>

Fotball med Artur

FYSISK AKTIVITET & LEK

Artur har skapt et fotballmiljø nede på fotballbanen der barn fra alle trinn møtes til fotball hver dag etter spising. Når været ikke tillater det, flytter de inn og spiller futsal i gymsalen isteden.

Ingen påmelding

Ansvar: Artur

Hvor/når: Fotballbanen, Hver dag.

Sjakkurs

FYSISK AKTIVITET & LEK

Mahmut skal holde sjakkurs for de eldste barna. Der blir det muligheter for å videreutvikle ferdighetene sine i sjakk, samt lære nye triks for å bli en god sjakkspiller.

Krever påmelding

Ansvar: Mahmut

Hvor/når: AKS. Onsdager. Oppstart etter jul

Påmelding: <https://forms.gle/oemxdH4QpvUwXvbq9>





Håndball

FYSISK AKTIVITET & LEK

Med hjelp fra instruktører fra Njård håndball skal vi for første gang teste ut håndball på Svendstuen AKS. Kurset holdes i gymsalen og Njård kommer med alt av utstyr. Hvem vet, kanskje er neste Nora Mørk eller Sander Sagosen elev hos oss i dag?

Kurset krever påmelding.

Ansvar: Njård
Hvor/når: Gymsalen, mandager: 13.45-15:15
Påmelding: <https://forms.gle/w1fpdQYFqVCxDT4h7>

Klimauke

FYSISK AKTIVITET & LEK

Dette er et helt nytt prosjekt som vi skal kjøre på tvers av alle trinn. Her skal vi lære om bærekraftig utvikling, endringer i klimaet og mye mer. Kurset er gratis og vil gå fra mandag 10. februar til fredag 14. februar.

Ingen påmelding

Ansvar: Alle
Hvor/når: AKS. 10-14. februar

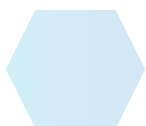
Gymsal

FYSISK AKTIVITET & LEK

Vi har tilgang til gymsalen hver dag. En dag går til Capoeira og en dag går til basket, men resterende dager er den åpen for alle. Vi deler som regel inn gymsalen i to sånn at vi kan ha to forskjellige aktiviteter samtidig. F.eks en side med ballspill og en med frilek.

Ingen påmelding

Ansvar: Alle
Hvor/når: Gymsalen





Internasjonal matuke

Mat og helse

Dette har blitt en tradisjon på Svendstuen AKS. Fem forskjellige ansatte lager en ny rett hver dag fra et nytt land. Det landet som blir valgt ut blir temaet for dagen og barna vil lære om dette landet i tillegg til å få smake retter de mest sannsynlig ikke har smakt før.

Ingen påmelding.

Ansvar: Alle
Hvor/når: AKS. 9-13. mars 2020.

