



# KURSKATALOG

Høst 2021



**ULLEVÅL AKTIVITETSSKOLE**

# Kurskatalog høsten 2021

Aktivitetsskolen er et betalingstilbud til elever på 1.-4.trinn. Aktivitetsskolen skal bidra til å styrke barnas motivasjon, mestringfølelse og læring. Inspirerende og lekbaserte aktiviteter i et inkluderende fellesskap skal være bærebjelken i AKS. Aktivitetene og det pedagogiske opplegget skal bidra til å skape god sammenheng og helhet i barnas skoledag. AKS skal være en læringsstøttende arena og bidra til å styrke barnas faglige og sosiale utvikling. AKS skal omfatte både ute- og inneaktiviteter og skal ha tid til både frilek og organiserte aktiviteter. Rammeplanen beskriver hvordan tilbudet skal organiseres. AKS følger skolens tverrfaglige temaperioder og vi har også aktiviteter innenfor disse.

Alle barn skal ha det trygt og godt på skolen og i AKS. Trivsel og tilhørighet er svært viktig for det enkelte barns livsmestring. AKS-medarbeidere har et viktig ansvar i dette arbeidet og følger skolens handlingsplan for et trygt og godt skolemiljø. Barna skal inspireres til å medvirke i utformingen av tilbudet som gis på AKS. Barna har rett til å si sin mening og bli hørt i alt som handler om dem.

I denne katalogen finner du organiserte aktiviteter og kurs innenfor fagområdene natur, miljø og bærekraftig utvikling, mat og helse, fysisk aktivitet og kunst, kultur og kreativitet. Vi på AKS er stolte av tilbudet, og at vi har god kompetanse i personalgruppen. Hvilke voksne som drifter de ulike kursene blir gjengitt under presentasjon av kurstilbudet. Vi håper barna benytter seg av kursrekkene, og at de vil få noen lærerike og morsomme dager på AKS!

Med vennlig hilsen

Aktivitetsskolen  
Ullevål skole



# INNHOOLD

1. trinn.....	s. 4-10
2. trinn.....	s. 11-19
3. trinn.....	s. 20-27
4. trinn.....	s. 28-37
Praktisk info, påmelding og kontaktinfo.....	s. 38-39



**1.**  
**TRINN**

---



**GRØNN BASE**

# BALLSPILL

## **MÅL:**

Barna skal lære samarbeid og inkludering, samt grunnleggende ferdigheter i forskjellige ballspill.

## **INNHOOLD:**

Barna får i løpet av høstsemesteret prøve ulike ballspill. Vi trener koordinasjon, bevegelighet og konsentrasjon. Kurset vil videre gi barna en innføring i reglene for ulike ballspill. Hovedfokuset er som alltid at barna skal ha det gøy!

## **KURSHOLDERE:**

Sherry og Theodor

## **TEMAOMRÅDE:**

Fysisk aktivitet

## **KURSPERIODE:**

Mandager i uke 38, 39, 41 og 42  
Kl. 14.30-15.30

**ANTALL Plasser:** Ubegrenset



# FORSKERFABRIKKEN

## **MÅL:**

På dette kurset skal barna få mulighet til undring, refleksjon og utforsking av ulike fenomener innen natur og miljø, samt snakke og lære om klimabevisste valg.

## **INNHold:**

På kurset Forskerfabrikken skal vi gjennomføre enkle eksperimenter. Vi bruker nærmiljøet til noen av eksperimentene våre. Vi skal blant annet forske på hvordan lekekrokodillen vokser i vann og ser hvordan vi lager flytende tegninger, slim og snø. Vi skal lage kunst i melk, og selvlysende armbånd. Vi plukker søppel i nærmiljøet, og samler samtidig inn planter, insekter og blomster, som vi ser nærmere på.

## **KURSHOLDERE:**

Simen og Sherry

## **TEMAOMRÅDE:**

Natur, miljø og bærekraftig utvikling

## **UKER:**

Fredager i uke 38, 39, 41 og 42  
Kl. 12:00-13:30

**ANTALL Plasser:** 20. Ved stor interesse setter vi en gruppe til eller gjentar kurset



# TURN

**MÅL:**

Trene på bedre koordinasjon, balanse og vekke interesse for sporten.

**INNHold:**

På dette kurset skal vi bruke apparatene (ringer, svingstang, bom og frittstående springbrett) hvor vi øker vanskelighetsgraden på de ulike øvelsene når barna mestrer øvelsene. Det blir lagt stor vekt på balanse, koordinasjon og styrke i forhold til kroppsvekt og motorikk.

**KURSHOLDER:**

Simen

**TEMAOMRÅDE:**

Fysisk aktivitet

**KURSPERIODE:**

Onsdager i uke 38, 39, 41 og 42  
Kl. 15.00-16.00

**ANTALL Plasser:** 20, ved stor interesse setter vi en gruppe til eller gjentar kurset.



# ULLEVÅL STJERNEKOR

## **MÅL:**

Barna skal lære å synge i kor, og oppleve glede gjennom musikk. Barna skal lære prosessene i et prosjekt som avsluttes med konsert foran publikum.

## **INNHold:**

Ullevål Stjernekor er et AKS-kor som har vært på Ullevål AKS i flere år. Hvert semester avsluttes med konsert i gymsalen for foresatte og familie.

Barna lærer grunnleggende teknikker i sang, og hvordan man synger sammen med andre. Barna er deltakende i valg av sanger vi synger. Dette semesteret blir det julekonsert i gymsalen i desember!

## **KURSHOLDERE:**

Astrid og Thea

## **TEMAOMRÅDE**

Kunst, kultur og kreativitet

## **KURSPERIODE:**

Hele semesteret, oppstart uke 38  
Onsdager kl. 14.00-15.00

**ANTALL PlassER:** Ubegrenset



Koret har ingen begrensning på antall påmeldte, og man kan velge koret i tillegg til de 3 andre valgene man har. Alle får plass her.

Vi håper så mange som mulig vil være med i Ullevål Stjernekor!



# GØY MED GARN

---

## **MÅL:**

Kurset skal bidra til kreativitet og koordinasjon. Vi trener på finmotorikken. Det skal fremme skaperglede og mestring.

## **INNHold:**

På dette kurset skal barna finne frem glede i å arbeide med garn. Vi skal lage armbånd, lære å flette garn og ikke minst fingerhekle. Vi lager små ting og vi har det gøy med garn!

**KURSHOLDER:** Åshild

**TEMAOMRÅDE:** Kunst, kultur og kreativitet

### **KURSPERIODE:**

Torsdager i uke 43, 44, 45 og 46  
Kl. 14:30-15:45

**ANTALL Plasser:** 20. Ved stor interesse setter vi en gruppe til eller gjentar kurset.



# TILBUD UTEN PÅMELDING

- Gymsal
- Maleverksted
- Kreative verksted
- Bibliotek
- Just Dance
- Film
- Konstruksjonsverksted
- Organisert frilek ute
- Gøy med leire
- Ballspill ute





**2.**  
TRINN

**GRØNN BASE**

# Fotballkurs

## **MÅL:**

Barna skal tilegne seg grunnleggende fotballferdigheter og forståelse for enkle regler. De skal oppleve mestringsfølelse og tilhørighet gjennom å være en del av et lag.

## **INNHold:**

Vi skal lære grunnleggende ferdigheter i ballkontroll, pasningsteknikker og skyteteknikk, samt ha forskjellige treningsleker før kurset avsluttes med fotballkamper.



## **KURSHOLDERE:**

Theodor og Sherry

## **TEMAOMRÅDE:**

Fysisk aktivitet

## **KURSPERIODE:**

Tirsdager i uke 38, 39, 41 og 42

**Kl. 14:30-15:45**

## **ANTALL PLASSER:**

Ubegrenset

# GØY MED GARN

---

## MÅL:

Kurset skal bidra til kreativitet og koordinasjon. Vi trener på finmotorikken. Det skal fremme skaperglede, mestring og strikkelyst.

## INNHOOLD:

På dette kurset skal barna lære å strikke. Vi skal strikke pannebånd, og her vil barna lære å legge opp maskene selv, strikke rett og vrangt, samt felle av masker.

**KURSHOLDER:** Åshild

**TEMAOMRÅDE:**  
Kunst, kultur og kreativitet

**KURSPERIODE:**  
Torsdager i uke 38-44 (6 uker).  
Kl. 14.30-15.30

**ANTALL PASSER:** 20. Ved stor interesse setter vi en gruppe til eller gjentar kurset.



# FORSKERFABRIKKEN

## **MÅL:**

På dette kurset skal barna få mulighet til undring, refleksjon og utforsking av ulike fenomener innen natur og miljø, samt snakke og lære om klimabevisste valg.

## **INNHold:**

På kurset Forskerfabrikken skal vi gjennomføre enkle eksperimenter. Vi bruker nærmiljøet til noen av eksperimentene våre. Vi skal blant annet forske på hvordan lekekrokodillen vokser i vann og vi ser hvordan vi lager flytende tegninger, slim og snø. Vi skal lage kunst i melk, og selvlysende armbånd. Vi plukker søppel i nærmiljøet, og samler samtidig inn planter, insekter blomster som vi ser nærmere på.

## **KURSHOLDER:**

Sherry og Simen

## **TEMAOMRÅDE:**

Natur, miljø og bærekraftig utvikling

## **KURSPERIODE:**

Fredager i uke 43, 44, 45, 46  
Kl. 12:00-13:30

**ANTALL Plasser:** 20. Ved stor interesse setter vi en gruppe til eller gjentar kurset.



# ULLEVÅL STJERNEKOR

## **MÅL:**

Barna skal lære å synge i kor, og oppleve glede gjennom musikk. Barna skal lære prosessene i et prosjekt som avsluttes med konsert foran publikum.

## **INNHold:**

Ullevål Stjernekor er et AKS-kor som har vært på Ullevål AKS i flere år. Hvert semester avsluttes med konsert i gymsalen for foresatte og familie.

Barna lærer grunnleggende teknikker i sang, og hvordan man synger sammen med andre. Barna er deltakende i valg av sanger vi synger. Dette semesteret blir det julekonsert i gymsalen i desember!

## **KURSHOLDERE:**

Astrid og Thea

## **TEMAOMRÅDE**

Kunst, kultur og kreativitet

## **KURSPERIODE:**

Hele semesteret, oppstart uke 38  
Onsdager kl. 14.00-15.00

**ANTALL Plasser:** Ubegrenset



Koret har ingen begrensning på antall påmeldte, og man kan velge koret i tillegg til de 3 andre valgene man har. Alle får plass her.

Vi håper så mange som mulig vil være med i Ullevål Stjernekor!

# SJAKK-KLUBBEN

## **MÅL:**

Barna skal lære grunnleggende sjakk, og samarbeid med andre.

## **INNHold:**

På sjakkurset skal barna lære seg å spille sjakk. Vi har en egen sjakkinstruktør som først vi vise litt teori før alle får prøve seg mot en annen. Barna skal få leke seg med å utforske, resonnere, argumentere og søke løsninger. Dette blir et skikkelig kult kurs for alle som liker sjakk!

## **KURSHOLDER:**

Ekstern kursinstruktør; Geir Nesheim

**TEMAOMRÅDE:** Natur, miljø og bærekraftig utvikling

## **KURSPERIODE:**

Hele semesteret, oppstart uke 38.  
Mandager kl. 15.15-16.00

**ANTALL PLASSER:** 20





# TURN

**MÅL:**

Trene på bedre koordinasjon, balanse og vekke interesse for sporten.

**INNHold:**

På dette kurset skal vi bruke apparatene (ringer, svingstang, bom og frittstående springbrett) hvor vi øker vanskelighetsgraden på de ulike øvelsene når barna mestrer øvelsene. Det blir lagt stor vekt på balanse, koordinasjon og styrke i forhold til kroppsvekt og motorikk.

**KURSHOLDER:**

Simen

**TEMAOMRÅDE:**

Fysisk aktivitet

**KURSPERIODE:**

Onsdager i uke 43, 44, 45 og 46.

Kl. 15.00-16.00

**ANTALL Plasser:** 20. Ved stor interesse setter vi en gruppe til eller gjentar kurset.



# KNIPSEKLUBBEN

## **MÅL:**

Barna skal gis erfaring med varierte former for kunst og kultur og få mulighet til å utvikle sine kreative og estetiske evner gjennom arbeid med ulike uttrykk.

## **INNHold:**

Barna vil i løpet av kursperioden få mulighet til å lære å ta bilder i forskjellige settinger. Vi vil utfordre barnas måte å se ting rundt seg på, og tenke før man trykker. AKS har egne kompaktkameraer som barna får bruke.



**KURSHOLDER:** Sigrid

**TEMAOMRÅDE:** Kunst, kultur og kreativitet

**KURSPERIODE:**

Tirsdager i uke 43-48 (6 uker)  
Kl. 14.30-15.30

**ANTALL PASSER:** 14. Ved stor interesse setter vi en gruppe til eller gjentar kurset

# TILBUD UTEN PÅMELDING

- Gymsal
- Maleverksted
- Kreative verksted
- Bibliotek
- Just Dance
- Film
- Konstruksjonsverksted
- Organisert frilek ute
- Gøy med leire
- Ballspill ute





3.  
TRINN

---



GUL BASE

# SMÅKOKKENE

**MÅL:**

Barna skal oppleve glede og få mestringsfølelse av å være på kjøkkenet. De skal lære om mat, matkultur og samarbeid.

**INNHold:**

På dette kurset lærer barna hvordan man lager enkle, smakfulle og sunne retter. Vi skal lage fire ulike matretter, og vi bruker skolekjøkkenet. Barna skal lære å bruke ulike redskaper på kjøkkenet, lese oppskrifter og sammen følge ulike instruksjoner. De skal utføre praktiske oppgaver som måling, kutting og steking, samt mestre andre oppgaver på kjøkkenet som deking av bord og oppvask.

**KURSHOLDER:** Andrea

**TEMAOMRÅDE:** Mat og helse

**KURSPERIODE:**

Torsdager i uke 38, 39, 41 og 42  
Kl. 14.30-16.00

**ANTALL Plasser:**

20. Ved stor interesse setter vi en gruppe til eller gjentar kurset.



# ULLEVÅL STJERNEKOR

## **MÅL:**

Barna skal lære å synge i kor, og oppleve glede gjennom musikk. Barna skal lære prosessene i et prosjekt som avsluttes med konsert foran publikum.

## **INNHold:**

Ullevål Stjernekor er et AKS-chor som har vært på Ullevål AKS i flere år. Hvert semester avsluttes med konsert i gymsalen for foresatte og familie.

Barna lærer grunnleggende teknikker i sang, og hvordan man synger sammen med andre. Barna er deltakende i valg av sanger vi synger. Dette semesteret blir det julekonsert i gymsalen i desember!

## **KURSHOLDERE:**

Astrid og Thea

## **TEMAOMRÅDE**

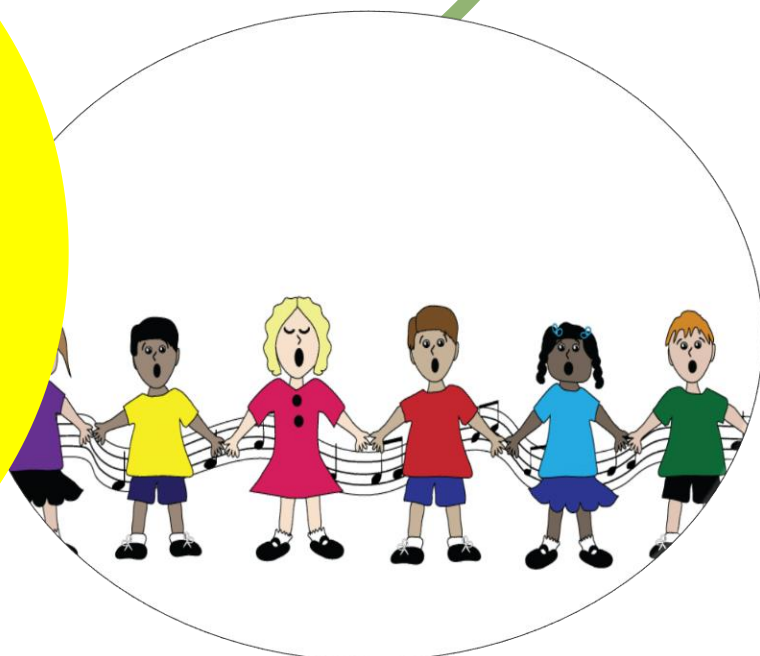
Kunst, kultur og kreativitet

## **KURSPERIODE:**

Hele semesteret, oppstart uke 38

Onsdager kl. 14.00-15.00

**ANTALL PlassER:** Ubegrenset



Koret har ingen begrensning på antall påmeldte, og man kan velge koret i tillegg til de 3 andre valgene man har. Alle får plass her.

Vi håper så mange som mulig vil være med i Ullevål Stjernekor!

# MUSIKKPRODUSENTENE

## **MÅL:**

Her skal barnas skattekasse aktiveres! De skal lære om alle leddene i en musikkproduksjon, og tilegne seg kunnskaper og ferdigheter innenfor dette. Barna skal oppleve glede gjennom egenprodusert musikk.

## **INNHold:**

På dette kurset skal barna skrive sin egen sang, og produsere låten som en fullverdig låt man kan høre på radio. Barna kan velge mellom fire stilarter; Hip Hop, Latinpop, Pop og Rock. De deles i mindre grupper, og det blir fokus på samarbeid og kreativitet. Barna skal oppleve mestring og musikkglede, og vi skal ha det gøy! Kurset varer i 8 uker, og ved kursets ende har gruppene produsert sin egen låt.

**KURSHOLDER:** Marcus

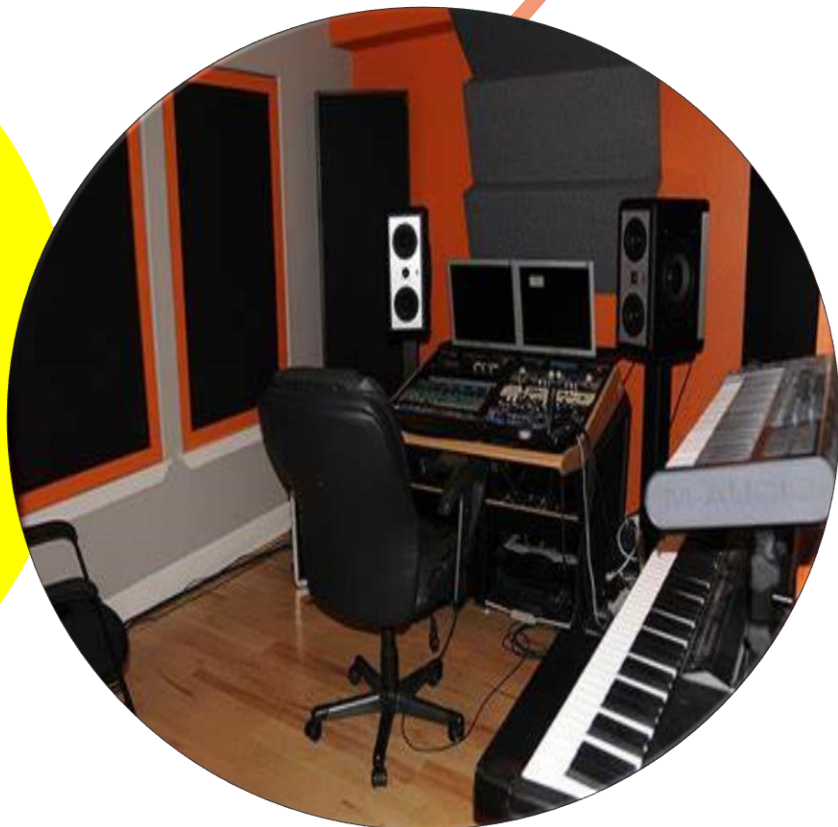
**TEMAOMRÅDE:** Kunst, kultur og kreativitet

## **KURSPERIODE:**

Tirsdager i uke 38-46 (8 uker)  
Kl. 14.30-16.00

## **ANTALL PLASSER:**

14



# SJAKK-KLUBBEN

## **MÅL:**

Barna skal lære grunnleggende sjakk, og samarbeid med andre.

## **INNHold:**

På sjakkurset skal barna lære seg å spille sjakk. Vi har en egen sjakkinstruktør som først vi vise litt teori før alle får prøve seg mot en annen. Barna skal få leke seg med å utforske, resonnere, argumentere og søke løsninger. Dette blir et skikkelig kult kurs for alle som liker sjakk!

## **KURSHOLDER:**

Ekstern kursinstruktør; Geir Nesheim

**TEMAOMRÅDE:** Natur, miljø og bærekraftig utvikling

## **KURSPERIODE:**

Hele semesteret, oppstart uke 38  
Mandager kl. 14.15-15.00

## **ANTALL Plasser:**

20





# INNEBANDY

**MÅL:**

Barna skal oppleve glede og mestring gjennom sporten, samt lære grunnleggende regler i innebandy.

**INNHold:**

På dette kurset skal barna lære seg å spille innebandy. Vi skal gå gjennom regler, forskjellige typer skudd og grunnleggende ferdigheter. Disse skal utvikles gjennom enkle hinderløyper, og til slutt gjennom spill.

**KURSHOLDER:**

Didrik

**TEMAOMRÅDE:**

Fysisk aktivitet

**KURSPERIODE**

Mandager i uke 41, 42, 43 og 44.

Kl. 14.30-15.30.

**ANTALL Plasser:**

20. Ved stor interesse setter vi opp en gruppe til eller gjentar kurset.

# MALEKURS

**Mål:**

Barna skal få utfolde sin kreativitet gjennom motiver og farger, og oppleve glede gjennom kunstnerisk aktivitet.

**INNHold:**

På dette malekurset skal barna utfolde seg kreativt gjennom maling. Her vil de få muligheten til å utvikle sine kreative ferdigheter, samt trene opp finmotorikken. Vi skal både male ut fra fantasien, og ut fra inspirasjon fra det vi ser rundt oss i nærmiljøet.

**KURSHOLDER:**

Sahra

**TEMAOMRÅDE:**

Kunst, kultur og kreativitet

**KURSPERIODE:**

Mandager i uke 41, 42, 43 og 44.  
Kl. 14.30-16.00

**ANTALL PLASSER:** 20. Ved stor interesse setter vi opp en gruppe til eller gjentar kurset



# TILBUD UTEN PÅMELDING

- Vennskapsarmbånd
- Organisert stikkball
- Just Dance
- Dødball
- Fotball
- Ukens kunstverksted
- Byggemoro
- Kahootquiz
- Film
- Gymsal
- Varierte verksteder
- Bibliotek





4.  
TRINN

---

**GUL BASE**

# SMÅKOKKENE

**MÅL:**

Barna skal oppleve glede og få mestringsfølelse av å være på kjøkkenet. De skal lære om mat, matkultur og samarbeid.

**INNHold:**

På dette kurset lærer barna hvordan man lager enkle, smakfulle og sunne retter. Vi skal lage fire ulike matretter, og vi bruker skolekjøkkenet. Barna skal lære å bruke ulike redskaper på kjøkkenet, lese oppskrifter og sammen følge ulike instruksjoner. De skal utføre praktiske oppgaver som måling, kutting og steking, samt mestre andre oppgaver på kjøkkenet som deking av bord og oppvask.

**KURSHOLDER:** Andrea

**TEMAOMRÅDE:** Mat og helse

**KURSPERIODE:**

Torsdager i uke 38, 39, 41 og 42  
Kl. 14.30-16.00

**ANTALL PLASSER:**

20. Ved stor interesse setter vi en gruppe til eller gjentar kurset.



# ULLEVÅL STJERNEKOR

## **MÅL:**

Barna skal lære å synge i kor, og oppleve glede gjennom musikk. Barna skal lære prosessene i et prosjekt som avsluttes med konsert foran publikum.

## **INNHold:**

Ullevål Stjernekor er et AKS-kor som har vært på Ullevål AKS i flere år. Hvert semester avsluttes med konsert i gymsalen for foresatte og familie.

Barna lærer grunnleggende teknikker i sang, og hvordan man synger sammen med andre. Barna er deltakende i valg av sanger vi synger. Dette semesteret blir det julekonsert i gymsalen i desember!

## **KURSHOLDERE:**

Astrid og Thea

## **TEMAOMRÅDE**

Kunst, kultur og kreativitet

## **KURSPERIODE:**

Hele semesteret, oppstart  
uke 38

Onsdager kl. 14.00-15.00

**ANTALL PLASSER:** Ubegrenset



Koret har ingen begrensning på antall påmeldte, og man kan velge koret i tillegg til de 3 andre valgene man har. Alle får plass her.

Vi håper så mange som mulig vil være med i Ullevål Stjernekor!

# SJAKK-KLUBBEN

## **MÅL:**

Barna skal lære grunnleggende sjakk, og samarbeid med andre.

## **INNHold:**

På sjakkurset skal barna lære seg å spille sjakk. Vi har en egen sjakkinstruktør som først vi vise litt teori før alle får prøve seg mot en annen. Barna skal få leke seg med å utforske, resonnere, argumentere og søke løsninger. Dette blir et skikkelig kult kurs for alle som liker sjakk!

## **KURSHOLDER:**

Ekstern kursinstruktør; Geir Nesheim

**TEMAOMRÅDE:** Natur, miljø og bærekraftig utvikling

## **KURSPERIODE:**

Hele semesteret, oppstart uke 38  
Mandager kl. 14.15-15.00

**ANTALL PLASSER:** 20



# MUSIKKPRODUSENTENE

## **MÅL:**

Her skal barnas skattekasse aktiveres! De skal lære om alle leddene i en musikkproduksjon, og tilegne seg kunnskaper og ferdigheter innenfor dette. Barna skal oppleve glede gjennom egenprodusert musikk.

## **INNHold:**

På dette kurset skal barna skrive sin egen sang, og produsere låten som en fullverdig låt man kan høre på radio. Barna kan velge mellom fire stilarter; Hip Hop, Latinpop, Pop og Rock. De deles i mindre grupper, og det blir fokus på samarbeid og kreativitet. Barna skal oppleve mestring og musikkglede, og vi skal ha det gøy! Kurset varer i 8 uker, og ved kursets ende har gruppene produsert sin egen låt.

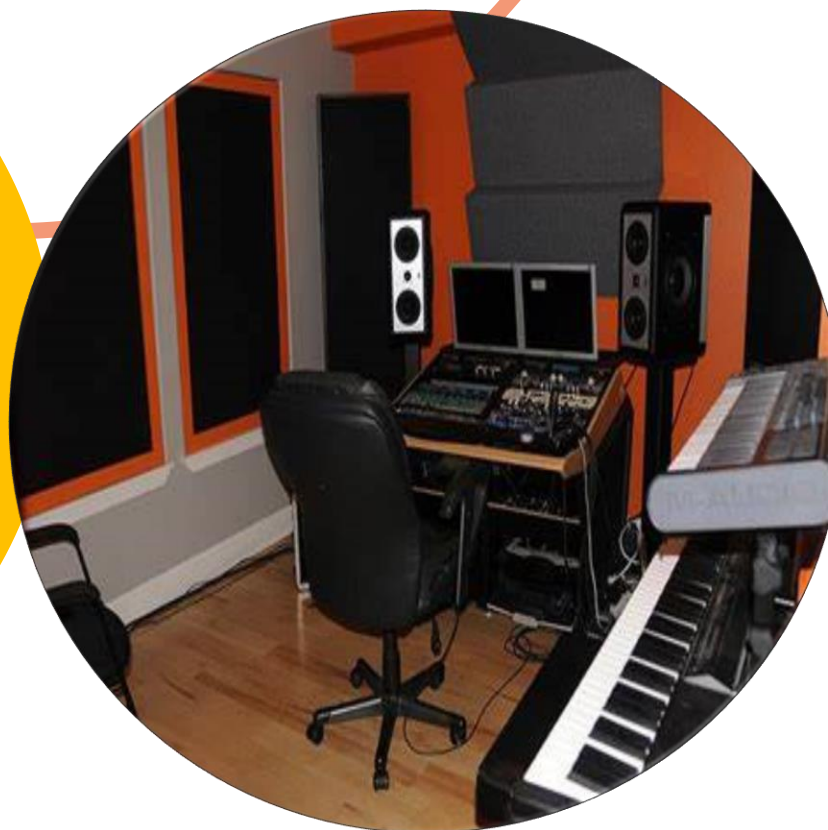
**KURSHOLDER:** Marcus

**TEMAOMRÅDE:** Kunst, kultur og kreativitet

## **KURSPERIODE:**

Tirsdager i uke 38-46 (8 uker)  
Kl. 14.30-16.00

**ANTALL Plasser:** 14





# INNEBANDY

## **MÅL:**

Barna skal oppleve glede og mestring gjennom sporten, samt lære grunnleggende regler i innebandy.

## **INNHold:**

På dette kurset skal barna lære seg å spille innebandy. Vi skal gå gjennom regler, forskjellige typer skudd og grunnleggende ferdigheter. Disse skal utvikles gjennom enkle hinderløyper, og til slutt gjennom spill.



## **KURSHOLDER:**

Didrik

## **TEMAOMRÅDE:**

Fysisk aktivitet

## **KURSPERIODE**

Mandager i uke 41, 42, 43 og 44  
Kl. 14.30-15.30

## **ANTALL PLASSER:**

20. Ved stor interesse setter vi opp en gruppe til eller gjentar kurset.

# MALEKURS

**Mål:**

Barna skal få utfolde sin kreativitet gjennom motiver og farger, og oppleve glede gjennom kunstnerisk aktivitet.

**INNHold:**

På dette malekurset skal barna utfolde seg kreativt gjennom maling. Her vil de få muligheten til å utvikle sine kreative ferdigheter, samt trene opp finmotorikken. Vi skal både male ut fra fantasien, og ut fra inspirasjon fra det vi ser rundt oss i nærmiljøet.

**KURSHOLDER:**

Sahra

**TEMAOMRÅDE:**

Kunst, kultur og kreativitet

**KURSPERIODE:**

Mandager i uke 41, 42, 43 og 44.  
Kl. 14.30-16.00.

**ANTALL PLASSER:** 20. Ved stor interesse setter vi opp en gruppe til eller gjentar kurset



# ULLEVÅL BALLKLUBB

## **MÅL:**

Barna skal lære grunnleggende ferdigheter i fotball, og lære å gjøre hverandre gode gjennom lagspill.

## **INNHold:**

Hver mandag drar 4. trinn til Voldsløkka og spiller fotball sammen. Når det blir kaldere ute, drar vi til Nydalen hvor vi spiller Cageball (fotball inne). Dette er en åpen organisert aktivitet, som ikke krever påmelding.

Barna lærer seg grunnleggende fotballferdigheter, og vi skal øve på pasninger, skudd og godt lagspill. Fokuset er på hvordan vi kan gjøre hverandre best mulige, og at vi har det gøy sammen når vi spiller.

## **ORGANISERT AKTIVITET**

**ANSVARLIG VOKSEN:** Daniel

**TEMAOMRÅDE:** Fysisk aktivitet

**UKER:** Hele semesteret



# ATLASKLUBBEN

## **MÅL:**

Barna skal oppleve mestring og tilegne seg nye ferdigheter gjennom ulike idrettsøvelser.

## **INNHold:**

Atlasklubben er et organisert idrettstilbud for 4. trinn i gymsalen. Gjennom varierte øvelser vil barna få mulighet til å lære nye ferdigheter, og utvikle seg innen disse. Det er fokus på å støtte hverandre og på å heie på hverandre. Atlasklubben fungerer som en turnering, og man tar med seg poeng fra uke til uke. Ettersom øvelsene er svært varierte, opplever vi at alle som er med på Atlasklubben individuelt erfarer at noen øvelser er enklere, mens andre mer utfordrende, og at dette varierer fra person til person. På Atlasklubben skal barna ha det gøy, oppleve mestring, lære å tro på seg selv og lære å støtte hverandre.

## **ORGANISERT AKTIVITET**

**ANSVARLIG VOKSEN:** Daniel

**TEMAOMRÅDE:** Fysisk aktivitet

**UKER:** Hele semesteret



# TILBUD UTEN PÅMELDING

- Vennskapsarmbånd
- Organisert stikkball
- Just Dance
- Dødball
- Ullevål ballklubb – fotball
- Atlasklubben
- Ukens kunstverksted
- Byggemoro
- Kahootquiz
- Film
- Gymsal
- Varierte verksteder
- Bibliotek



# PRAKTISK INFO OG PÅMELDING

Vi anbefaler at foresatte sammen med barna leser i katalogen og velger kurs, slik at barna selv får velge hvilke kurs de ønsker å delta på.

Alle kan ønske seg 3 kurs (1., 2. og 3.valg). Vi prøver å tilrettelegge slik at alle får ønskene sine innfridd. Alle får plass på ett kurs, og hvis vi ser det blir mulig ut fra antall påmeldinger vil vi kunne gi både to og tre kurs til hvert barn.

**Påmelding til kurs for 1. og 2. trinn gjøres via Google Forms, sendt ut i egen mail. Påmeldingsfrist søndag 12/9.**

*Gå inn på linken, fyll ut skjemaet og trykk på «send» / «submit» nederst på siden når all etterspurt informasjon er ferdig utfylt. Skjemaet vil da leveres direkte til oss slik at vi kan sette opp lister over deltakere til alle kursene.*

**Påmelding til kurs for 3. og 4. trinn gjøres på barnemøte torsdag 9/9 av barna selv. Barna får kursene presentert tirsdag 7/9.**

# KONTAKTINFO

BASELEDER 1. OG 2. TRINN

Simona Plataga

[Simona.plataga@osloskolen.no](mailto:Simona.plataga@osloskolen.no)

BASELEDER 3. OG 4. TRINN

Astrid Rodvelt Anvik

[astrid.anvik@osloskolen.no](mailto:astrid.anvik@osloskolen.no)

AKS-Leder – Rachid Elazzouzi

[rachid.elazzouzi@osloskolen.no](mailto:rachid.elazzouzi@osloskolen.no)

Ta gjerne kontakt med oss ved spørsmål rundt kurs eller påmelding!

For å se hvilke voksne som jobber på AKS, gå inn på skolens hjemmeside:

[www.ullevål.osloskolen.no](http://www.ullevål.osloskolen.no)



**Aktivitetsskolen**