


Lokal plan for Aktivitetsskolen på Berg skole 2016/2017

Med utgangspunkt i Rammeplanen for Aktivitetsskolen i Oslo Kommune



Vi skal lære
enda mer!

Målområde 1: Natur, teknikk og miljø

Rammeplanen: Lek og aktiviteter i naturen skal gi elevene mulighet til å reflektere, bruke sansene, gjenkjenne og beskrive naturen og noen av dens kjennetegn. Med utgangspunkt i skolens årsplaner kan temaer fra realfagene videreføres i Aktivitetsskolen, og kunnskap om matematikk, kjemi/fysikk kan øves opp ved lek. Matematiske og tekniske ferdigheter trenes gjennom konstruksjonslek, matlaging og lek ute og inne. Elevene skal få være nysgjerrige og undrende i aktivitetene og oppleve læringen som morsom. En huskeregel for å inkludere og fokusere på de grunnleggende ferdighetene i de daglige aktivitetene er: ”gjør det - les det - skriv det - si det og reflekter”. Elevene må daglig utfordres til å bruke og videreutvikle en spesifikk og presis terminologi. Dersom skolen er miljøsertifisert, er det naturlig at Aktivitetsskolen deltar i skolens miljøarbeid. Det er viktig å bevisstgjøre elevene på miljøvennlige valg og holdninger.

Mål: Gjennom tilrettelagte aktiviteter og lek skal elevene gis mulighet for undring, refleksjon og utforskning av ulike fenomener innen natur og teknikk samt oppøve en økt miljøbevissthet.

Retningsgivende føringer for utforming av innhold:

- Aktivitetsskolen har tilbud om varierte læringsaktiviteter i naturen
- Aktivitetsskolen tilrettelegger for aktiviteter som fremmer matematiske og naturfaglige ferdigheter
- Aktivitetsskolen følger opp kriteriene for skolens miljøsertifisering

| Aktivitet | Base | Innhold og læringsmål | Varighet |
|-------------|-------------------|--|--------------|
| Friluftsliv | Grønn, Blå og Rød | Elevene får tilrettelagte aktiviteter som fremmer undring, refleksjon og utforskning av ulike fenomener innen natur og teknikk, samt oppøve en økt miljøbevissthet. | Perioder |
| Forskning | Blå og Rød | Elevene opplever å stille spørsmål, samtale filosofere rundt naturfenomener og menneskeskapte fenomener. De skal bruke alle sanser til å oppleve, eksperimentere, utforske og leke med verden. | Kursperioder |
| Bergskogen | Grønn, Blå og Rød | Gjennom tilrettelagte aktiviteter og lek skal elevene gis mulighet for undring, refleksjon og utforskning av ulike fenomener innen | Ukentlig |

| | | | |
|-----------------------|-------------------|---|-------------|
| | | natur og teknikk samt oppøve en økt miljøbevissthet. | |
| Orientering | Blå og Rød | Elevene får kjennskap til utformingen og bruken av kart og kompass. | Perioder |
| Speiderspirer | Rød | Elevene får muligheten til å lære mer om friluftsliv. Ulike temaer vi fokuserer på er trygg og sikker båltenning og matlaging på bål. Sammen utforsker vi også de ulike delene av økosystemet rundt skolen vår. | Kursperiode |
| Turer og ekskursjoner | Grønn, Blå og Rød | Elevene får kjennskap til hvordan man skal ferdes trygt i trafikken. Vi gjennomgår trafikkregler, kart og fremmer miljøbevissthet. Ved utflukter i nærområdet skal elevene få økt motivasjon og glede av å gå på tur sammen. Aktivitetene er tilpasset de forskjellige alderstrinnene. | Perioder |
| Miljøetterforskne | Blå | I denne aktivitetene får elevene oppleve mulighet for undring, refleksjon, og utforskning av ulike fenomener innen natur og teknikk, samt oppøve en økt miljøbevissthet. | Kursperiode |
| Survival i Bergskogen | Rød | Elevene får gjennom tilrettelagte aktiviteter muligheten til å bli bedre kjent med naturen og hva den har å by på. Vi fokuserer på samarbeid og løsningsorienterte oppgaver. Elevene lærer at det er flere måter å løse en oppgave på. Elevene får også kjennskap til ulike former for førstehjelp. | Ukentlig |

Målområde 2: Fysisk aktivitet og lek

Rammeplanen: Aktivitetsskolen skal være en arena hvor man tilrettelegger for daglig fysisk aktivitet og lek. Fysisk aktivitet er et vidt begrep og rommer lek, friluftsliv, trim, trening, mosjon og kroppsøving. Fysisk aktivitet fremmer elevenes konsentrasjonsevne, motoriske kompetanse, mestringsfølelse, selvtillit og psykiske helse. Aktivitetsskolen skal benytte nærmiljø og nærområder, og utvikle samarbeid med lokale idrettslag for å fremme fysisk aktivitet. Lek representerer en helt sentral side ved elevenes sosiale utvikling samtidig som den har en egenverdi. Leken gir kroppsbeherskelse og utvikling av motoriske ferdigheter. Gjennom lek kan elevene tilegne seg kunnskap, verdier og holdninger. Det er viktig at elevene opplever en kombinasjon av frie og styrte aktiviteter både inne og ute. De styrte aktivitetene er en forutsetning for å gi den frie leken gode vilkår.

Mål: Gjennom daglig fysisk aktivitet og lek skal eleven videreutvikle sine sosiale og grunnleggende ferdigheter, og gis mulighet til å etablere og utvikle vennskap

Retningsgivende føringer for utforming av innhold:

- Aktivitetsskolen gir daglig tilbud om frie og styrte aktiviteter ute og inne
- Aktivitetsskolen gir elevene mulighet for valg av aktiviteter på ulike læringsarenaer
- Det søkes samarbeid med lokale aktører og frivillige organisasjoner

| Aktivitet | Base | Innhold og læringsmål | Varighet |
|------------|-------------------|---|-------------|
| Teaterlek | Blå og Rød | Elevene utforsker ulike bevegelser og blir trygge på seg selv og andre. | Kursperiode |
| Fotball | Grønn, Blå og Rød | Elevene tilegner seg grunnleggende fotballteknikk og fair play. | Ukentlig |
| Ballspill | Grønn, Blå og Rød | Gjennom lek og moro får elevene utprøve forskjellige typer ballspill som gir muligheten for videreutvikling av de sosiale og grunnleggende ferdighetene. Enkle regler og retningslinjer øker bevisstheten rundt lagånd, fair play og vennlig konkurranse. | Ukentlig |
| Brettspill | Grønn, Blå og Rød | Elevene får muligheten til å utvikle sosialt samspill med både voksne og barn. Tålmodighet, vennlig konkurranse, lese- og | Ukentlig |

| | | | |
|--------------------------|-------------------|--|----------|
| | | språklige ferdigheter er fokuselementer i aktiviteten. | |
| Frisbee | Grønn, Blå og Rød | Fremmer elevenes sosiale og grunnleggende ferdigheter. Motoriske ferdigheter og mestring. | Perioder |
| Slakkline | Grønn, Blå og Rød | Fremmer elevenes sosiale og grunnleggende ferdigheter. Motoriske ferdigheter og mestring. | Perioder |
| Sykling/ sparkesykler | Grønn, Blå og Rød | Fremmer elevenes sosiale og grunnleggende ferdigheter. I tillegg legges det vekt på økt trafikkforståelse og trygg ferdsel. | Perioder |
| Longboard | Grønn, Blå og Rød | Longboard vil utfordre elevenes kroppsligbeherskelse uansett hvilket nivå de befinner seg på. Dette er en fin arena for å utvikle motoriske ferdigheter som balanse, konsentrasjonsevne, kroppskontroll og oppleve utvikling og mestringsfølelse gjennom en leken aktivitet. Gjennom samarbeid skal barna dele erfaringer, opplevelser og hjelpe hverandre til å utvikle hverandre for muligheten til å skape nye bånd til vennskap. | Perioder |
| Parkour | Grønn, Blå og Rød | Gjennom parkour vil elevene tilegne seg grunnleggende ferdigheter for fysisk aktivitet og lek. Elevene vil møte en annen arena hvor utforskning, kreativitet og lek er fokus. Fysisk aktivitet fremmer elevenes konsentrasjonsevne, motoriske kompetanse, mestringsfølelse, selvtillit og psykiske helse. | Perioder |
| Hagespill | Grønn, Blå og Rød | Fremmer elevenes sosiale og grunnleggende ferdigheter. Enkle regler og retningslinjer øker bevisstheten rundt lagånd, fair play og vennlig konkurranse. | Perioder |

| | | | |
|---------------------|-------------------|---|-------------|
| Stylter | Grønn, Blå og Rød | Fremmer elevenes sosiale og grunnleggende ferdigheter. Motoriske ferdigheter og mestring. | Perioder |
| Akrobatikk | Grønn, Blå og Rød | Gjennom akrobatikk vil elevene tilegne seg grunnleggende ferdigheter for fysisk aktivitet og lek. Fysisk aktivitet fremmer elevenes konsentrasjonsevne, motoriske kompetanse, mestringsfølelse, selvtillit og psykiske helse. | Perioder |
| Ring- og regelleker | Grønn, Blå og Rød | Fremmer elevenes sosiale, språklige, emosjonelle, kognitive, motoriske og moralske utvikling. I samspill med andre voksne og barn får elevene utvikle kreativitet, samt utforske gleden av å være i aktivitet. | Ukentlig |
| Hoppe tau og strikk | Grønn, Blå og Rød | Fremmer elevenes sosiale og grunnleggende ferdigheter under fysisk aktivitet og lek. | Ukentlig |
| Dans | Grønn, Blå og Rød | Gjennom dansen skal elevene oppleve glede, mestring, motivasjon og få muligheten til å utvikle vennskap. | Ukentlig |
| Yoga | Grønn, Blå og Rød | Gjennom aktiviteten utvikler elevene økt kroppsbeherskelse, grov- og finmotorikk, rytme og motorisk følsomhet. Det ellers så travle hverdagslivet blir satt på pause og elevene får muligheten til å koble ut med øvelser som bygger opp selvtillit og vennskap. | Perioder |
| Mindfulness | Blå | Elevene får økt bevissthet rundt egne tanker og følelser. Fokuselementer er rettet mot det å uttrykke seg, bevege seg, avspenne, puste og lytte. Elevene får mulighet til å koble ut med øvelser som fremmer elevenes kognitive, emosjonelle og moralske utvikling. Mindfulness kan også bygge opp selvfølelse, tålmodighet, selvtillit og samhold. | Kursperiode |
| Disko | Blå | Elevene får utfolde seg kreativt gjennom fri dans og lek. Aktiviteten fremmer elevenes kroppsbeherskelse, samt motoriske og sosiale | Perioder |

| | | | |
|------------|-------------------|--|----------|
| | | ferdigheter. Det jobbes med å bygge vennskap gjennom glede i aktiviteten. | |
| Bingo | Blå | Elevene får muligheten til å utvikle sosialt samspill med både voksne og barn. Tålmodighet, vennlig konkurranse, lese-, matematiske- og språklige ferdigheter er fokuselementer i aktiviteten. | Perioder |
| Sjakk | Blå | Elevene får muligheten til å utvikle sosialt samspill med både voksne og barn. Sjakk fremmer kognitiv utvikling, samt konsentrasjonsevne. Tålmodighet og vennlig konkurranse er fokuselementer i aktiviteten. | Perioder |
| Bordtennis | Grønn, Blå og Rød | Fremmer elevenes sosiale og grunnleggende ferdigheter. Enkle regler og retningslinjer øker bevisstheten rundt lagånd, tålmodighet, fair play og vennlig konkurranse. Aktiviteten fremmer også motoriske ferdigheter og mestring. | Perioder |

Målområde 3: Kunst, kultur og kreativitet

Rammeplanen: Elevene skal få oppleve kunst og kultur samt utvikle sine kreative og estetiske evner. Aktivitetsskolen skal legge til rette for eksperimentering med ulike teknikker og materialer. Elevene skal få benytte forskjellige verktøy for å skape og oppleve kunst- og kultur. Dette kan komme til uttrykk gjennom billedkunst, kunsthåndverk, musikk, dans, drama, språk, litteratur, film, foto, arkitektur og design. Det skal legges til rette for formidling av elevenes kulturuttrykk, gjerne i fellesskap med skolen. Det skal legges til rette for kreative aktiviteter i forbindelse med kulturelle begivenheter som høytider og merkedager.

Mål: Elevene 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.

Retningsgivende føringer for utforming av innhold:

- Aktivitetsskolen tilrettelegger for ukentlig kunst- og kulturaktiviteter
- Aktivitetsskolen presenterer ulike kunst- kulturuttrykk gjennom skoleåret for medelever og foresatte

| Aktivitet | Base | Innhold og læringsmål | Varighet |
|-------------------------------------|-------------------|--|-------------|
| Miljøetterforskne og Speiderspirene | Blå og Rød | Elevene skal få kunnskap om ulike prosesser i naturen, og oppleve inspirasjon og glede ved å lage ulike produkter av elementer man finner i naturen. | Kursperiode |
| Det kreative hjørnet | Blå | Elevene skal få utfolde seg kreativt, oppleve skaperglede og erfare bruksområder av ulike materialer. Det kreative hjørnet fremmer finmotoriske evner, samt utvikling av sosiale ferdigheter i samhandling med andre barn og voksne. | Ukentlig |
| Sang | Grønn, Blå og Rød | Elevene skal oppleve glede og mestring i samspill og samarbeid med andre. | I perioder |
| Musikk | Grønn, Blå og Rød | Elevene skal få kunnskap om ulike sjangre innen musikken, lære å høre forskjell på ulike stemninger i musikken, og oppleve glede med musikk. | I perioder |

| | | | |
|---------------------------|-------------------|---|------------|
| Forming | Grønn, Blå og Rød | Elevene skal få utfolde seg kreativt, oppleve skaperglede og erfare bruksområder av ulike materialer. | Ukentlig |
| Perling | Grønn, Blå og Rød | Elevene skal få utfolde seg kreativt og oppleve skaperglede. Perling fremmer konsentrasjonsevne og finmotorisk utvikling. | Ukentlig |
| Historier og tegning | Grønn, Blå og Rød | Elevene skal oppleve gode litteraturopplevelser, delta i samtaler om inntrykk fra boken, øve på å lytte og følge en historiefortelling, samt å utvikle språklige ferdigheter. | I perioder |
| Teater | Grønn, Blå og Rød | Elevene skal oppleve gleden med å delta i rollespill, få økt selvtillit og bli trygg på seg selv og andre. | I perioder |
| Lounge/ Fredags-lounge | Blå og Rød | Lounge skaper en god atmosfære, hvor elevene får mulighet til å fremme sosiale ferdigheter og utvikle vennskap gjennom ulike inne-aktiviteter. | Ukentlig |

Målområde 4: Mat og helse

Rammeplanen: Måltidet i seg selv handler om mer enn å bli mett. Måltidet er viktig for elevenes fysiske og sosiale velvære, og det skal bidra til at elevene får energi til å holde aktivitetsnivået ut dagen. Måltidet er en viktig arena for læring av sosiale ferdigheter, slik som gode måltidsvaner og skikker. Matlaging som aktivitet kan være en arena for utvikling av de grunnleggende ferdighetene og språklig kompetanse.

Mål: Aktivitetsskolen skal legge til rette for at måltidet fungerer som en læringsarena for sosiale og språklige ferdigheter. **Retningsgivende føringer for utforming av innhold:**

- Aktivitetsskolen gir elevene kunnskap om måltidsvaner og skikker
- Måltider fører til at elevene får fornyet energinivået slik at de blir i stand til aktiv deltakelse i samspill og aktiviteter
- Aktivitetsskolen legger til rette for at elevene får erfaring med å tilberede måltider

| Aktivitet | Base | Innhold og læringsmål | Varighet |
|---------------------|-------------------|---|----------|
| Fellesmat | Alle | Elevene skal i samspill med voksne få muligheten til å tilberede mat og måltider for barn og unge i tråd med gjeldende regelverk og retningslinjer. Aktiviteten skal bidra til å øke de sosiale og språklige ferdighetene, samt gjøre eleven kjent med bruk av kjøkkenet og retningslinjer rundt hygiene. | Ukentlig |
| Matlaging og baking | Grønn, Blå og Rød | Elevene skal få kunnskaper om måltidsvaner og hygiene, samt utvikle de sosiale og språklige ferdighetene. | Perioder |
| Mat og helse | Rød | Elevene skal få kunnskaper om måltidsvaner og hygiene, samt utvikle de sosiale og språklige ferdighetene. | Ukentlig |

Målområde 5: Lekser og fordypning

Rammeplanen: Som det fremgår av forskriftene, skal Aktivitetsskolen ha tilbud om lekselesing og leksehjelp. Aktivitetsskolen må lage rutiner som sikrer at leksehjelpstilbudet er samordnet og koordinert med skolen.

Leksehjelpen må gis i egnede lokaler og med kvalifisert personale. Skolen og Aktivitetsskolen bør oppmuntre elevene til å delta på leksetilbudet. Gjennom tilbudet kan elevene få hjelp og veiledning med leksene i alle skolefag. Det er viktig at elevene opplever at de får den hjelpen de trenger. Foresatte må få god informasjon om leksehjelpstilbudet og bli involvert i elevenes arbeid med lekser. Arbeid med lekser og skolefag gir elevene mulighet til fordypning i ulike temaer og fagområder og videreutvikling av grunnleggende ferdigheter. Aktivitetsskolen bør tilrettelegge for aktiviteter hvor elevenes naturlige nysgjerrighet og vitebegjær blir ivaretatt. Aktivitetsskolen oppfordres til samarbeid med frivillige organisasjoner i forbindelse med organiseringen av leksehjelpstilbudet.

Mål: Gjennom leksehjelpstilbudet skal elevene gis mulighet for faglig utvikling og progresjon. Retningsgivende føringer for utforming av innhold:

- Skolen og Aktivitetsskolen samarbeider om organiseringen av leksehjelpstilbudet
- Aktivitetsskolen har rutiner som sikrer at leksehjelpstilbudet når alle elevene og gis til de som ønsker det
- Leksehjelpstilbudet har egnede lokaler og kvalifisert personale
- Aktivitetsskolen tilrettelegger for at elevene kan fordype seg i ulike temaer og fagområder.

| Aktivitet | Base | Innhold og læringsmål | Varighet |
|------------|-------------------|--|----------|
| Leksehjelp | Rød | Elevene skal oppleve faglig utvikling og progresjon, samt få hjelp til å senere kunne utføre leksene selvstendig. | Ukentlig |
| Bibliotek | Grønn, Blå og Rød | Elevene skal utvikle de grunnleggende ferdigheter med fokus på lesing og skriving, oppleve leseglede og få kjennskap til regler og normer inne på biblioteket. | Ukentlig |

| | | | |
|--------------------------------|-----|--|--------------|
| Tallklubben | Rød | Elevene får innsikt i matematikkens verden. Matte er mer enn bare tall og regnestykker på ark. Aktiviteten tar utgangspunkt i elevenes ferdigheter og skolens kompetansemål, men utføres på nye og spennende måter. Elevene skal i denne aktiviteten oppleve mestring og inspirasjon. Oppgavene er ofte samarbeidsorienterte og har flere måter å løses på. | Ukentlig |
| Verden rundt | Rød | Elevene skal finne informasjon i tekster og ved bruk av digitale verktøy. Her fokuseres det også på nettvett. De får innsikt i å forstå og bruke ord og uttrykk knyttet til matematikk i praktiske sammenhenger. Elevene skal på egenhånd eller i samarbeid med medelever kunne samtale om steder, folk og språk, samt planlegge og representere en reise. Elevene skal få kunnskaper om geografiske forhold og kartbruk. | Kursperioder |
| Bokstavjegerne | Rød | Elevene vil i denne aktiviteten få innsikt i ordklasser og deres funksjon. Elevene skal alene eller i grupper skrive enkle fortellende og beskrivende tekster for hånd og ved bruk av tastatur. Elevene får mulighet til å utvikle sine digitale ferdigheter ved å søke etter informasjon på nett, skape, lagre og finne igjen tekster. Elevene får innsikt i flere og varierte aktiviteter som bygger på norskfagets kompetansemål. | Perioder |
| ABC123 – så lett som bare det! | Blå | Elevene vil i denne aktiviteten utfordre sine norsk og matematiske ferdigheter gjennom lekpregede aktiviteter. Målet er å fremme læring gjennom fysisk aktivitet og moro. Elevene vil øke bokstav- og tallforståelse, | Kursperiode |

| | | | |
|---------------|-----|--|----------|
| | | samt jobbe med sosiale og motoriske ferdigheter. | |
| Postkontor | Blå | Elevene vil i denne aktiviteten utvikle og utfordre sine skriveferdigheter gjennom fantasi og kreativitet. Elevene lager og skriver brev til ulike personer, som blir bestemt fra gang til gang. Dette igangsettes med en samtale styrt av aktivitetslederen ved å stille spørsmål som: " Hvis du skulle skrive et brev til Norges statsminister, hva ville du skrevet? Har du et forslag på noe du ville endret hvis du fikk bestemme i landet?". | Perioder |
| Skriveklubben | Blå | Elevene får mulighet til å utvikle skrivekunnskaper gjennom kreativitet og glede ved selv å skape sine egne historier og fortellinger. | |
| Språkmoro | Blå | Språkmoro øker elevenes sosiale –og språkferdigheter gjennom aktiviteter og leker som fremmer motivasjon, mestring og samarbeid. | |