

# Lokal plan for Aktivitetsskolen på Berg skole 2022-23

Med utgangspunkt i Rammeplanen for Aktivitetsskolen i Oslo Kommune

Vi skal lære  
**enda** mer!

# Innhold

<b>1. Innledning</b> .....	<b>3</b>
<b>2. Rammer og forutsetninger</b> .....	<b>4</b>
2.1. Roller og ansvar.....	4
2.2. Et trygt og godt skolemiljø.....	4
2.3. Barns medvirkning.....	5
2.4. Samarbeid og sammenheng.....	5
2.5. Matsservering.....	5
<b>3. Pedagogiske prinsipper og grunnleggende ferdigheter</b> .....	<b>6</b>
3.1. Lek og sosial kompetanse.....	6
3.2. Praktisk og variert hverdag.....	7
3.3. Motivasjon og mestring i læringsstøttende aktiviteter.....	7
3.4. Språk – lesing, skriving og muntlige ferdigheter.....	7
3.5. Regning og matematikk.....	7
3.6. Digitale ferdigheter.....	8
<b>4. Temaområder</b> .....	<b>8</b>
4.1. Natur, miljø og bærekraftig utvikling.....	8
4.2. Kunst, kultur og kreativitet.....	10
4.3. Fysisk aktivitet.....	13
4.4. Mat og helse.....	16

# 1. Innledning

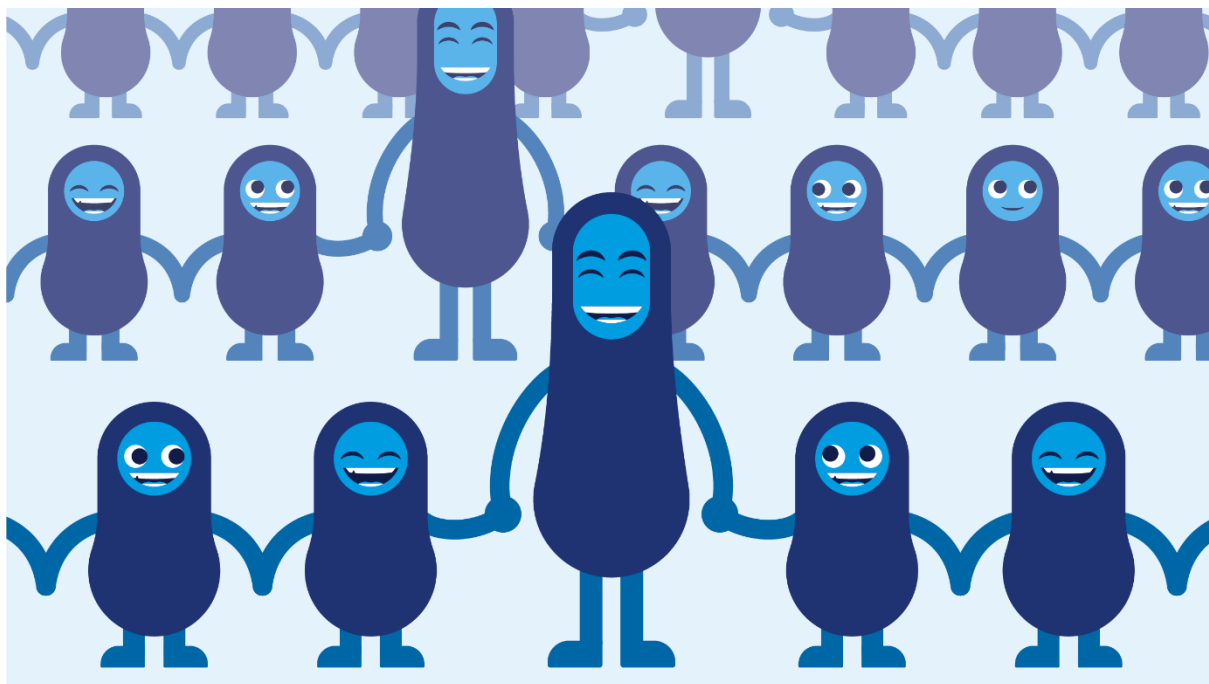
Berg Aktivitetsskole skal bidra til å styrke barnas motivasjon, mestringfølelse og læring.

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.



## 2. Rammer og forutsetninger



### 2.1. Roller og ansvar

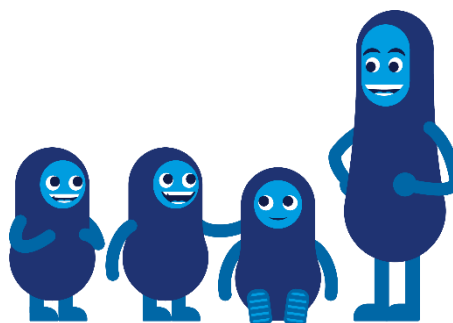
Rektor, Yngvil Hestenes, er overordnet administrativ og faglig leder av AKS. Aks-leder, Guro Sætereie, er en del av skolens ledelse og har høyere pedagogisk utdanning. Baselederne er ansvarlig for daglig oppfølging på sin base. Marius Hytten er baseleder for Lysegrønn base (1. trinn), Maya Johansen for Mørkegrønn base (2. trinn) og Eirin Stav Nordstrand for Blå base og Klubben (4. trinn).

### 2.2. Et trygt og godt skolemiljø

Alle elever skal ha det trygt og godt på Berg Skole og Aktivitetsskole. AKS-medarbeidere har et viktig ansvar i dette arbeidet og følger skolens handlingsplan for et trygt og godt skolemiljø.

Aktivitetsplikten omhandler medarbeidernes plikt til å:

1. Følge med
2. Gripe inn
3. Varsle
4. Undersøke
5. Sette inn egnede tiltak



### **2.3. Barns medvirkning**

Elevene skal inspireres til å medvirke i utformingen av tilbud som gis på AKS. På Berg Aktivitetsskole gjøres dette systematisk ved å etterspørre barnas ønsker før nye perioder. Disse ønskene tas i betraktning når kurs- og aktivitetstilbud settes opp. Elevene får også medbestemmelse under aktivitetene på hvordan aktivitetene legges opp. Barna får opplevelse av daglig medbestemmelse ved å kunne velge fritt mellom aktivitetstilbudene.

### **2.4. Samarbeid og sammenheng**

#### *På skolen*

Samarbeid mellom medarbeidere i skolen og AKS er avgjørende for å sikre helhet og sammenheng i elevenes hverdag i skole og AKS. På Berg Skole settes det av faste tider for samarbeidsmøte mellom skole og AKS, hvor lærerne fra de ulike trinnene møter baseledere og AKS-leder. Skolen og AKS har også felles planleggingsdager i løpet av et skoleår.

#### *Med hjemmene*

Foresatte er en svært viktig ressurs inn i AKS sitt arbeid. Berg Aktivitetsskole når ut til foresatte gjennom en rekke plattformer som e-post, basetelefon, foreldremøter, hjemmeside og Facebook.

### **2.5. Matsservering**

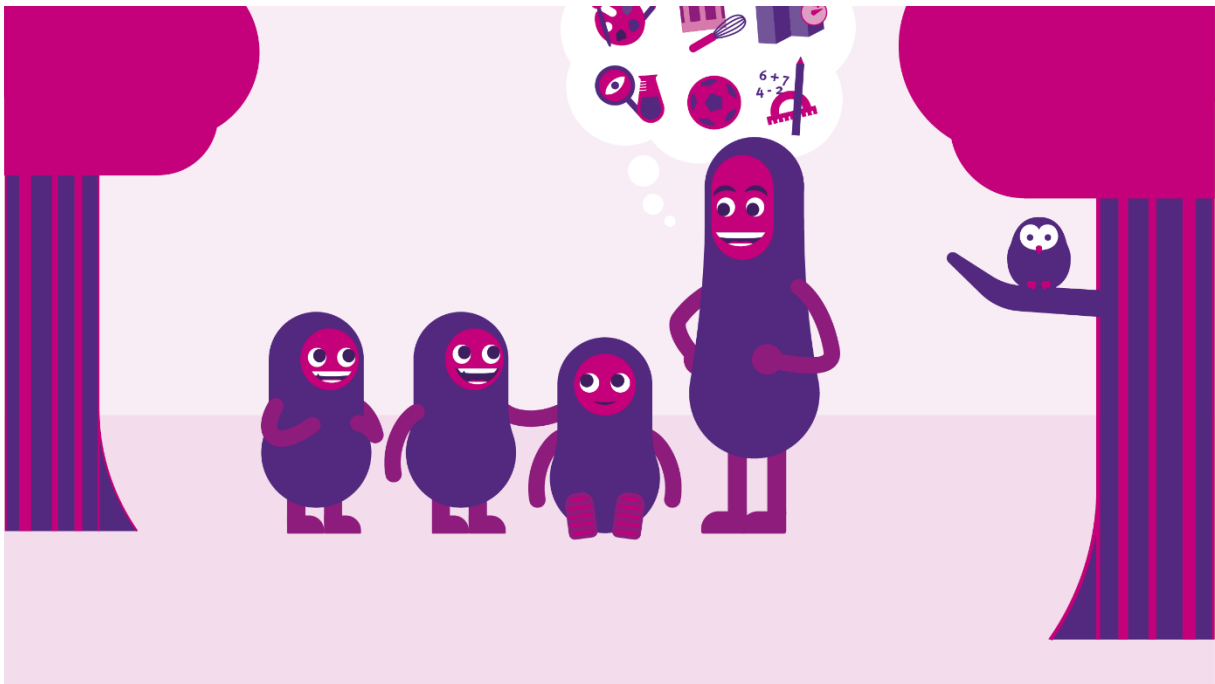
Måltidet er en viktig arena som i tillegg til å gi nødvendig energi, basert på sunne og gode matvaner, også er en sosial arena som skal brukes til samtale og språkstimulering.

På Berg Aktivitetsskole spiser barna medbrakt matpakke hver dag. Under spisetiden får de tilbud om frukt/grønt. Enkelte dager og i feriene har vi matlaging, baking og felles måltider.



Vi har juniorkokkekurs i kursperiodene og læringstøttende aktiviteter som smakeklubben, matklubben, matpakkeklubben og vi lager kafé og mat på bål/bålpanne ute

### 3. Pedagogiske prinsipper og grunnleggende ferdigheter



#### 3.1. Lek og sosial kompetanse

I AKS vil elevene gjennom daglig lek og aktiviteter sammen med andre, utvikle sosiale ferdigheter. Berg Skole har en egen sosial lærerplan som vi følger tett opp på Aktivitetsskolen. Denne planen har utgangspunkt i fem dimensjoner for sosial kompetanse. Sammen utgjør de en spiral der læring og utvikling hos den enkelte elev, skjer i kontekst med omgivelsene. Disse er områder som kan beskrives slik:

**Empati** er å kunne sette seg inn i- og vise respekt for- andres følelser og meninger. Dette er betydningsfull kompetanse for å kunne etablere vennskap og relasjoner med andre.

**Samarbeid** handler om å dele med- og hjelpe andre og å være gjensidig avhengig av hverandre. Således er også denne dimensjonen knyttet til å følge regler og beskjeder.

**Selvhevdelse** er knyttet til å be om hjelp, stå for noe og reagere på andres handlinger. Dette er betydningsfullt for å være en deltaker i sosiale fellesskap.

**Selvkontroll** handler om å tilpasse seg dette sosiale fellesskapet og i dette ta hensyn til andre. Gjennom selvkontroll regulerer man forholdet mellom følelser og atferd og i lys av dette blir også impulser kontrollert. Bevissthet om egne følelser og det å forstå seg selv og egne reaksjoner vil være viktige elementer i denne dimensjonen, slik at man kan vente på tur og for eksempel reagere på kommentarer fra andre uten å ta igjen eller bli sint.

**Ansvarlighet** er knyttet til å vise respekt for andres meninger og handlinger, men også å utføre gitte oppgaver. Samt å kunne kommunisere med voksne. I lys av dette er det vesentlig å jobbe med medbestemmelse og å kunne ta konsekvensene av ansvaret man får gjennom dette.

### **3.2. Praktisk og variert hverdag**

AKS skal bidra til at elevene får brukt sine kreative evner i praktiske og varierte aktiviteter. På Berg AKS gjør vi dette med å tilby et bredt spekter av aktiviteter og kurs innenfor de ulike temaområdene fra Rammeplanen. Elevene skal også få kjennskap til og erfaring med ulike yrker. På Berg AKS gjøres dette i ulike aktivitetstilbud, som for eksempel «Frisør» eller «Entreprenørskap», men også i samtaler med barna.

### **3.3. Motivasjon og mestring i læringsstøttende aktiviteter**

AKS er en læringsarena som støtter skolens arbeid med opplæring i fag, grunnleggende ferdigheter og elevenes sosiale utvikling. De læringsstøttende aktivitetene på Berg AKS skal styrke de grunnleggende ferdighetene: lese, skrive, regne, muntlige- og digitale ferdigheter. Dette planlegges i samarbeid med skolens lærere. En læringsstøttende aktivitet kjennetegnes ved å støtte opp under skolens læringsarbeid. Aktiviteten er godt planlagt, har tydelige målsetninger og skal bidra til elevenes motivasjon og mestring.

### **3.4. Språk – lesing, skriving og muntlige ferdigheter**

Gode norskspråklige ferdigheter er en forutsetning for aktiv deltakelse i hverdagen på skolen og AKS, og en forutsetning for progresjon i læring av fag og ferdighet. På Berg AKS får elevene lese selv og blir ukentlig lest for, både på biblioteket og i spisetiden. Elevene får delta ukentlig i regellek og rammelek som sikrer et språklig fellesskap i frilekstiden og i voksenstyrte aktivitets- og kurstilbud. Her får elevene også veiledning som stimulerer til språkutvikling i lekesituasjoner.

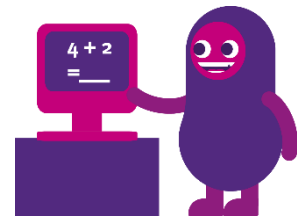


### **3.5. Regning og matematikk**

På Berg AKS får elevene utforske, løse problemer og bruke regning i ulike aktiviteter og kurs. Dette bidrar til å øke elevenes tallforståelse og ferdigheter innen matematikk. I de ulike aktivitetstilbudene på Berg AKS, som for eksempel innenfor temaområdene «Mat og Helse» og «Kunst, kultur og kreativitet», får elevene leke og eksperimentere med tall, mengde, form og størrelse.

### 3.6. Digitale ferdigheter

Berg AKS bruker læringsteknologi i lek og læring for å utvikle elevenes kreativitet og digitale ferdigheter. Elevene får utforske og eksperimentere med læringsteknologi, som blant annet koding, animasjon, elevavisen vår, Bergposten, og ulike spill på læringsstøttende plattformer.



## 4. Temaområder



### 4.1. Natur, miljø og bærekraftig utvikling

Elevene skal gis varierte muligheter for å bli glade i naturen og nærmiljøet. De skal lære å ta vare på naturen og bidra til bevisste handlinger for et bedre miljø. Elevene bruker ukentlig nærmiljø og naturen som arena for læring. Aktiviteter i naturen knyttes til skolens arbeid i blant annet naturfag, praktiske og estetiske fag og grunnleggende ferdigheter.

Elevene skal lære å ta klimabevisste valg både i nåtid og for fremtid.



Mål for elevene:

- Utforsker og får kjennskap til nærmiljøet
- Lærer å orientere seg og å bevege seg trygt
- Opplever, beskriver og har samtaler om naturen gjennom alle årstider
- Gis mulighet for undring, refleksjon og utforskning av ulike fenomener innen natur og miljø og lærer å ta klimabevisste valg



Aktivitet	Innhold og læringsmål	Varighet
Friluftsliv	Elevene får tilrettelagte aktiviteter som fremmer undring, refleksjon og utforskning av ulike fenomener innen natur og teknikk, samt oppøve en økt miljøbevissthet.	Perioder
Forskning	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	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.	Ukentlig
Orientering	Elevene får kjennskap til utformingen og bruken av kart og kompass.	Perioder
Speiderspirer	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	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

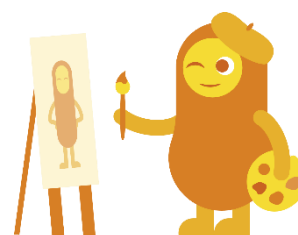
Miljøetterforskerne	I denne aktivitetene får elevene oppleve mulighet for undring, refleksjon, og utforskning av ulike fenomener innen natur og teknikk, samt oppøve en økt miljøbevissthet.	Kursperiode
Survival i Bergskogen	Elevene får gjennom tilrettelagte aktiviteter muligheten til å bli bedre kjent 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

#### 4.2. Kunst, kultur og kreativitet

Aktiviteter og arbeid med kunst- og kultur i AKS inspirerer elevene til å bruke fantasien og bidrar til nysgjerrighet og skaperglede. Kunstneriske uttrykk som musikk, dans, drama, visuell kunst, film og litteratur er viktige for alle mennesker. Elevene får en bredere forståelse for både omverdenen og seg selv i møte med kunst og kultur. Elevene utvikler evne til nysgjerrighet og evner til samarbeid i skapende prosesser.

Mål for elevene:

- Får ukentlig erfaring med ulike kunst- og kulturuttrykk
- Skaper kunst- og kulturuttrykk på egenhånd, i samarbeid med andre elever og med medarbeiderne
- Får ta med selvlagede produkter hjem
- Får oppleve ulike kunst- og kulturtilbud, og gis mulighet til å snakke om og reflektere over opplevelsene



Aktivitet	Innhold og læringsmål	Varighet
Kunst og håndverk	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	Elevene skal oppleve glede og mestring i samspill og samarbeid med andre.	I perioder
Musikk	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	Elevene skal få utfolde seg kreativt, oppleve skaperglede og erfare bruksområder av ulike materialer.	Ukentlig
Perling	Elevene skal få utfolde seg kreativt og oppleve skaperglede. Perling fremmer konsentrasjonsevne og finmotorisk utvikling.	Ukentlig
Historier og tegning	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	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	Lounge skaper en god atmosfære, hvor elevene får mulighet til å fremme sosiale ferdigheter og utvikle vennskap gjennom ulike inne-aktiviteter.	Ukentlig
Knute på tråden	Gjennom å bruke garn og tråd lærer elevene ulike former for fingerhekling, fletting og knyting av skolisser for å styrke finmotoriske ferdigheter og vi hjelper hverandre.	I perioder
Kiosk	Elevene «leier/kjøper» leker, frukt osv. Elevene går inn i rolle som selger og kjøper og aktiviteten styrker tallforståelse, og sosiale ferdigheter gjennom samarbeid.	Ukentlig

Byggeleker og sandkasselek	I konstruksjonslek lærer elevene å konstruere ulike arkitektoniske bygg enten fra fantasien eller fra ferdige skisser. Dette styrker de finmotoriske ferdighetene og sosial kompetanse gjennom samarbeid.	Ukentlig
Postkontor	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	Elevene får mulighet til å utvikle skrivekunnskaper gjennom kreativitet og glede ved selv å skape sine egne historier og fortellinger.	
Språkmoro	Språkmoro øker elevenes sosiale –og språkferdigheter gjennom aktiviteter og leker som fremmer motivasjon, mestring og samarbeid.	
Jorda rundt	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

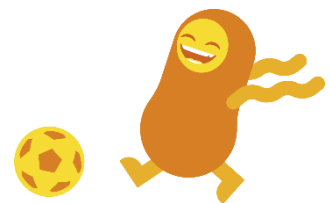
Bibliotek	Elevene skal utvikle de grunnleggende ferdigheter med fokus på lesing og skriving, oppleve leseglede og få kjennskap til regler og normer inne på biblioteket.	Ukentlig
-----------	--	----------

### 4.3. Fysisk aktivitet

Elevene får delta i ulike former for fysisk aktivitet for å oppnå mestring, positive fellesopplevelser og kroppsbeherskelse. Fysisk aktivitet fremmer elevenes motoriske kompetanse, konsentrasjonsevne, mestringsfølelse, selvtillit og psykiske helse. Elevene må daglig ha fysisk aktivitet, ute og inne. Nærmiljø og nærområder benyttes til fysisk aktivitet, og AKS samarbeider med lokale aktører der det er hensiktsmessig, og ikke medfører ekstrakostnad for de foresatte.

Mål for elevene:

- Møter flere ulike former for fysiske aktiviteter gjennom uka
- Får daglig tilbud om fysiske utfordringer tilpasset sitt nivå
- Trener sosial kompetanse gjennom fellesaktiviteter og lagspill



Aktivitet	Innhold og læringsmål	Varighet
Teaterlek	Elevene utforsker ulike bevegelser og blir trygge på seg selv og andre.	Kursperiode
Fotball	Elevene tilegner seg grunnleggende fotballteknikk og fair play.	Ukentlig
Ballspill	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	Elevene får muligheten til å utvikle sosialt samspill med både voksne og barn. Tålmodighet, vennlig konkurranse, lese- og språklige ferdigheter er fokuselementer i aktiviteten.	Ukentlig

Frisbee	Fremmer elevenes sosiale og grunnleggende ferdigheter. Motoriske ferdigheter og mestring.	Perioder
Slakkline	Fremmer elevenes sosiale og grunnleggende ferdigheter. Motoriske ferdigheter og mestring.	Perioder
Sykling/ sparkesykler	Fremmer elevenes sosiale og grunnleggende ferdigheter. I tillegg legges det vekt på økt trafikkforståelse og trygg ferdsel.	Perioder
Longboard	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	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	Fremmer elevenes sosiale og grunnleggende ferdigheter. Enkle regler og retningslinjer øker bevisstheten rundt lagånd, fair play og vennlig konkurranse.	Perioder
Stylter	Fremmer elevenes sosiale og grunnleggende ferdigheter. Motoriske ferdigheter og mestring.	Perioder

Akrobatikk	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	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	Fremmer elevenes sosiale og grunnleggende ferdigheter under fysisk aktivitet og lek.	Ukentlig
Dans	Gjennom dansen skal elevene oppleve glede, mestring, motivasjon og få muligheten til å utvikle vennskap.	Ukentlig
Yoga	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	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	Elevene får utfolde seg kreativt gjennom fri dans og lek. Aktiviteten fremmer elevenes kroppsbeherskelse, samt motoriske og sosiale ferdigheter. Det jobbes med å bygge vennskap gjennom glede i aktiviteten.	Perioder

Bingo	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	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	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
Slå på ring	Felles bevegelses- og sangleker som 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.	Perioder

#### 4.4. Mat og helse

AKS legger til rette for at elevene får erfaring med å tilberede måltider, får kunnskap om ernæring og sørger for gode fellesopplevelser gjennom måltidene. I arbeidet med mat og helse skal det også vektlegges praktisk arbeid, grunnleggende ferdigheter og elevenes norskspråklige kompetanse

Mål for elevene:

- Får trening i å regne, lese og skrive gjennom aktiviteter med å planlegge, tilrettelegge og gjennomføre måltider.
- Lærer å ta gode val innen miljø og bærekraftig utvikling
- Lærer om ulike typer mat, for eksempel ut fra religion eller kultur





- Opplever hyggelige måltider, der det å sitte i ro, dele mat og ta hensyn til andre ved bordet, bidrar til at alle har det bra når man spiser sammen.

Aktivitet	Innhold og læringsmål	Varighet
Juniorkokkene	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	Elevene skal få kunnskaper om måltidsvaner og hygiene, samt utvikle de sosiale og språklige ferdighetene.	Perioder
Mat og helse	Elevene skal få kunnskaper om måltidsvaner og hygiene, samt utvikle de sosiale og språklige ferdighetene.	Ukentlig
Matklubben	Vi lærer å lage mat og om mat og smaker. Vi lærer også hvorfor det er viktig med god håndhygiene. Vi bruker f.eks. klipp fra «Barnas kjøkken», for å bli inspirert til matglede, lærer fakta og viktigheten av samarbeid. Vi lærer om de ulike matgruppene, og deler våre favorittretter med andre. Dette styrker de språklige og sosiale ferdighetene.	Ukentlig

