

Målområder 1: Natur, teknikk og miljø

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

| Aktiviteter | Mål og innhold | Målgruppe | Når | Ansvar |
|--|--|-------------------------------------|---|---|
| Turer i nærmiljøet. Bli kjent i bydel Østensjø | Gi elevene kjennskap til lokalmiljøet og mulighetene som ligger i området rundt skolen. Se hvor elevene bor. Lære trafikkregler. | 1.- 3. trinn | 1. 2. 3. | Sonja, Kristin Anneki |
| Aktivitetssshagen Såing og høsting Vær og temperaturmåling | Bli kjent med norsk klima og ha det gøy med utendørsaktiviteter. Beskrive kjennetegn ved de fire årstider. Observere hva som skjer med et tre over tid. Lære å ta vare på naturen. | 1.-4. trinn | April-november | Anneki, Sonja Anita, Espen Mathias |
| Tur til Østensjøvannet Tur til Nordre Skøyen Hovedgård | Observere og kjenne til de mest vanlige fugleartene. | 1.-4. trinn | 2 turer pr. år. 1 tur vår/ 1 tur høst. | Anita, Espen |
| Telling og måling Løse morsomme forsøk fra Forskepermen | Fremme innlæring av grunnbegreper gjennom daglig lek. | 1.-3.trinn 4. trinn | Ukentlig Ukentlig | Anneki, Sonja, Anita, Kristin Ellen |
| Tur til Rognerudskogen og Svardalsskogen. | Lære om floraen og faunaen, observere insekt. | 1.-2. trinn 3. trinn 4. trinn | Ferieukene | Sonja, Anneki Kristin Hein |
| Gjennomføre forsøk fra Forskerpermen. | Bli kjent med realfag. | 1.-4. trinn | Uke 40 | Espen, Anita |
| Tur til teknisk museum | Bli kjent med teknikk og fysikk. | 1.-2. trinn 3. trinn 4. trinn | Vår og høst Vår og høst Vår og høst | Anneki, Sonja Britt , Kristin Ellen |
| Turer til Universitetets museer på Tøyen. Botanisk hage. | Studere og tegne dyr. Tegneutstilling i AKS Lære om zoologi, geologi og botanikk | 1.-4. trinn | Uke 26, uke 33 | Ellen, Anneki, Sonja |

Målområde 2: Fysisk aktivitet og lek

Mål: Gjennom daglig fysisk aktivitet og lek skal elevene videreutvikle sine sosiale og grunnleggende ferdigheter, og gis mulighet for å etablere og utvikle vennskap. Det er her viktig at elevene opplever at det er en kombinasjon av frie og styrte aktiviteter ute og inne.

| Aktivitet | Mål og innhold | Målgruppe | Når | Ansvarlig |
|--|--|-------------|----------------------|--|
| All-idrett/ organisert ball-lek i Høyehallen og ute i skolegården. | Elevene lærer forskjellige fysiske aktiviteter med fokus på å ha det gøy ved å være i fysisk aktivitet. Elevene får også prøve forskjellige idretter, lære lagspill, mestring, kondisjon og koordinasjon | 1.-4. trinn | 1. 2. 3. 4. | Sonja, Anneki, Anita, Ellen |
| Stafetter | Vi ønsker at elevene skal samarbeide om og nå felles mål. Stafetter er motiverende og bidrar til høyere aktivitetsnivå. | 1.-4. trinn | I skolens ferier | Espen, Anita Bastian, Kristin |
| Rebusløp | Vi blander klassetrinnene og deler elevene i grupper. Ulike former for rebusløp gir oss muligheten til å flette inn lærings-støttende aktiviteter. De minste lærer av de store. | 1.-4. trinn | I skolens ferier | Anneki Sonja Espen |
| Hinderløype | Vi bruker gymsal og området rundt skolen til å lage hinderløyper med fysiske utfordringer. Her vil det også være matte og teknikkoppgaver. | 1.-4. trinn | I skolens ferier | Sonja, Anita Bastian Kristin |
| Lære sangleker og rollelek, hoppe tau, balansere, klatre, leke gjemsel. | Mestring og rytme. Samspill og vennskap, balanse og koordinasjon. | 1.-4. trinn | Utelek hver dag | Kristin, Bastian, Ellen, Anita, |
| Aking, bygging av snø-skulpturer, snølykter og snøhytter | Elevene opparbeider balanse og styrke. Elevene lærer å samarbeide | 1.-4. trinn | Vintermånedene | Kristin, Tine Amund, Ellen |
| Frilek i aldersblandede grupper, ute i skolegården og i skolens lokaler. | AKS legger til rette for frie aktiviteter hvor elevene velger selv hva de vil drive med. | 1.-4. trinn | Daglig | Sonja, Bastian, Britt, Ellen |
| Tilbud om svømmeopplæring | Organisert svømmeopplæring på Lambertseter bad med instruktører fra badet. | 3. trinn | Kurs høst/vår | Anneki Tine |
| Tilbud om opplæring i kortspill, brettspill, terningspill og sjakk. | Lære å følge regler. Samspill og sosial trening. Mestring, trening av matematiske ferdigheter; addisjon, subtraksjon | 1.-4. trinn | Daglig | Anita, Espen, Britt, Ellen, Tine Sonja |

Målområde 3: Kunst, kultur og kreativitet

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.

| Aktiviteter | Mål og innhold | Målgruppe | Når | Ansvar |
|--|---|----------------------------|--------------------------------|---|
| Tegning og maling. | Bli kjent med forskjellige teknikker og lære om farger og materialer. Lære å montere og å lage utstilling for medelever og foresatte | 1.-4. trinn | Ukentlig. | Anneki, Sonja, Mathias, Kristin |
| Tekstilforming. Strikking, veving, fingerhekling og brodering. | Bli kjent med gamle og nye teknikker. Styrke finmotorikken, oppleve mestring av ulike teknikker. Lære om form og farge, lære nye ord og begreper. 1.klasse syr enkle sting og fingerhekler. 2.klasse lærer å veve og strikke. 3.klasse strikker, broderer og hekler 4.klasse applikerer med stoff og tekstilmaling. | | Ukentlig. | Elsa Tine, Amund Sonja, Anita Anneki, Mathias Britt, Kristin, Ellen |
| Perling. | Oppøve kreativitet, trene finmotorikk og konsentrasjon. Arbeide etter mønster | 1.-2. trinn | Daglig. | Neelam, Elsa |
| Origami. Forming med papir | Elevene lærer ulike bretteteknikker med papir. Elevene lager julepynt av forskjellige papirtyper | 1.-4. trinn | Ukentlig. | Anita Ellen |
| Smykkeverksted. | Lære å bruke ulike materialer til smykker/ armbånd/ dekor på smykeskrin og miniatyrbilder. | 1.-4. trinn | Skolens ferier | Elsa, Neelam, Amund Anita, Tina, Ellen |
| Legobygging. | Lære konstruksjon, bygging og kreativitet. Lage konkurranser og utstillinger | 1.-4. trinn | Daglig | Bastian, Espen, Tove Tove, Mathias Hein |
| Utkledning, temaparty. | Elevene lærer å samhandle i festlig lag med god mat, dans og lek i aldersblandede grupper. | 1.-4. trinn | Februar, april, juni, oktober. | Espen, Anita, Elsa, Neelam, Amund |
| Jule- og påskeverksted. Bake julekaker og lage gaver | Lære om høytidene | 1.-2.trinn 3.- 4.trinn | Jul / Påske | Anneki, Mathias, Elsa Anita, Britt, Ellen, |
| Deltagelse ved arrangementer i bydelen vår | Elevene blir kjent med kulturen i bydel Østensjø, bydelsdagene. Nøkklevann- cup og nissetur til bydelens barnehager | 1.- 2. trinn 3.-4.trinn | mai /juni desember | Espen, Anita, Elsa Amund, Bastian, Britt |

Målområde 4: Mat og helse

Mål: Aktivitetsskolen skal legge til rette for at måltidet fungerer som en læringsarena for sosiale og språklige ferdigheter.

| Aktiviteter | Mål og innhold | Målgruppe | Når | Ansvar |
|---|---|----------------------------|--------------------|--|
| Alle får tilbud om mat etter skoletid | Elevene spiser sammen med klassekamerater og de lærer å vente på tur når voksne tilbereder og serverer. Måltidene skal være hyggelige med matro og det vil være fokus på sosiale og språklige aktiviteter rundt måltidene. Elevene får kunnskap om matvaner, kosthold og hygiene. | 1.-4. trinn | Daglig | Sonja, Anneki, Anita, Tine, Elsa Bastian, Mathias Britt, Kristin, Espen, Tove Ellen, Neelam, |
| Tilberedning og servering av mat. | Alle som vil får være med å tilberede frukt og grønnsaker og servere disse. | 1.-4. trinn | Daglig | Sonja, Tine Britt, Kristin Mathias, Neelam |
| Grilling og tilberedelse av mat på grill | Her får elevene enkel innføring i hvordan man tilbereder mat ute. | 1.-2. trinn 3.-4. trinn | Hele året | Sonja, Anneki Anita, Espen Ellen, Tove |
| Baking til jul. | Her lærer barna mål og vekt og enkle, tradisjonsrike julekaker. | 1.-2. trinn | Desember | Leila, Mathias Sonja, Kristin, |
| Litteratur om mat og helse. Lære å bruke matoppskrifter. | Lære sammenhengen mellom mat og helse. Lære om mål og vekt. | 1.-2. trinn | Matkurs | Amund, Bastian, Espen, Mathias |
| Kjøkkengruppe. AKS låner skolekjøkkenet og elevene får være med og tilberede mat. | Lære hygiene. Følge enkle oppskrifter. Bruke måleredskap og kunne måleenhetene, ml, dl, liter, gr. og kg. Lære å dekke bord og lære bordskikk. | 4. trinn | Kurs for påmeldte. | Ellen, Hein |

Målområde 5: Lekser og fordypning

Mål: Gjennom leksehjelpstilbudet skal elevene gis mulighet for faglig utvikling og progresjon

| Aktiviteter | Mål og innhold | Målgruppe | Når | Ansvar |
|--|---|-------------------------|---------------------------|--|
| Tilbud om lekselesing i samarbeid med skolen og elevenes hjem. | Faglig utvikling og progresjon. | 1.-4. trinn | Én gang pr. uke. | Skolen i samarbeid med AKS |
| Ord- og begrepstrening. | Elevene sporer bokstaver på ark, tegner og finner ting som begynner på ulike bokstaver. Ukens ord og bokstav på skolen videreføres. | 1. trinn | Ukentlig. | Amund, Tine, Bastian, Sonja, Anita, Neelam |
| Høytlesing for/og med elevene. | Elevene lærer å være lyttende og stimuleres til å fantasere. | 1.-2. trinn | Ukentlig. | Amund, Anita, Tove, Espen |
| Bruk av egen boksamling. | Tilbud om lesing og stimulering av leseleden. | 1.-4. trinn | Daglig. | Sonja, Anneki, Anita, Tine, Elsa Bastian, Mathias Britt, Kristin, Espen, Tove Ellen, Neelam, |
| Kryssord, bingo, yatzy, quiz, | Konsentrasjon, løse oppgaver i aldersblandede grupper. | 1.-4. trinn | Ukentlig. | Anneki, Britt, Ellen |
| Lese- og bibliotekgruppe. | Elevene skal få gode opplevelser med bøker på skolens bibliotek. Tur til Lambertseter bibliotek | 1.-4. trinn 4. trinn | Ukentlig To pr. halvår | Sonja, Amund Britt, Ellen, |
| Arbeid med avis. | Elevene er med på å lage avis med tekst og illustrasjon. | 1.-4. trinn | 2 ganger i året. | Espen, Mathias Bastian, Amund |