

# Aktivitetsplan Haugenstua AKS

## UKEPLAN 3.og 4. TRINN VÅREN 2019

Fra og med uke 4 til og med uke 20

| Mandag 13:15-17:00                      | Tirsdag 13:15-17:00                    | Onsdag 13:15-17:00               | Torsdag 13:45/14:15-17:00              | fredag: 13:15-17:00               |
|-----------------------------------------|----------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------------|-----------------------------------|
| 13:15: Frilek / Hjørnefotball-turnering | 13:15: Lekende læring                  | 13:15: Lekende Læring            | 13:15: Lekende læring                  | 13:15: Frilek                     |
| 14:40: Spising                          | 14:00-16:00 Taekwondo spiser og trener | 14:30: Spising                   | 14:15-16:00 Taekwondo spiser og trener | 14:00-15:00: "Glee-Club"          |
| 15:00: Kodekurs                         | 14:00: Leksehjelp                      | 15:00: Organisert lek i gymsalen | 14:30: Spising                         | 14:30-15:00: Sportslek i gymsalen |
| 15:00: Utelek                           | 14:30: Spising                         | 15:00-16:30: AKS Junior          | 15:00: Frilek/Sportslek i Gymsalen     | 15:00: Fredagsdisco / Matpakke    |
| 15:00: Guttas Fotballakademi            | 15:00: Utelek                          | 15:30-16:30: Gitarkurs           | 15:00: Utelek                          | 15:30: Stasjonsleker              |
| 16:00-16:45: HipHop med Giliana         | 15:00 – 16:30: Victors sjakk-klubb     |                                  | 16:00-17:00: Jentens Fotballskole      | 15:30 – 16:30 Gitarkurs           |

Her kommer aktivitetsplanen for 2. trinn våren 2019.

Hjørnefotballturneringen kjører vi rett etter skolen, så her kan elever med gratis kjernetid få være med! Resten av aktivitetene er innhold for elever med heldagsplass. Disse kommer i tillegg til de faste aktivitetene vi har med lekende læring før spising.

De fleste aktivitetene har bindende påmelding. Dette er grunnet bemanning og innkjøp av nødvendig utstyr, andre aktiviteter kan barna melde seg på den aktuelle dagen. Vi gleder oss til våren med vårmarked og nytt show for foreldre og søsken!

Les mer om hver enkelt aktivitet i dette heftet og kontakt meg på telefon (98 54 58 63, fra 10:00-12:30) eller e-post (birgit.nedreberg@ude.oslo.kommune.no) dersom det er noe dere lurer på.

**Påmeldingsfrist er torsdag 17. januar.**

Med ønske om en hyggelig vår!  
Hilsen

Birgit Nedreberg  
AKS-leder

og

Anine Halvorsen  
Baseleder 3. og 4. trinn

**Beskjeder om henting og hjemssending/fravær må AKS ha skriftlig på telefon 90 54 58 63 innen kl. 13.00 samme dag (mangtors) og innen kl. 11:30 fredager.**

**Vi tar ikke telefonen i AKS sin åpningstid, da er det barna som er i fokus.**

**Gratis kjernetid-elever** kan bli på AKS inntil kl. 15:15 hver dag. Ønsker dere å oppgradere til heldagsplass? Det koster inntil 972,- i mnd. Da kan man være med på alle aktiviteter, alle dager i ferier og nytte seg av morgenåpning fra 07.30-08.15.

## Hjørnefotballturnering – for hele AKS!

Nytt år, ny turnering! Vi fortsetter suksessen med turnering på tvers av trinnene, og dette semesteret blir det hjørnefotball elevene skal konkurrere i. Turneringen vil foregå hver mandag rett etter skolen. Alle elever som deltar må ha gymsko.

**Når:** Mandager kl. 13:50-14:40

Fra og med uke 4

**Påmelding:** **Bindende.** Vi deler opp i lag og spiller etter turneringsoppsett.

**Hvem kan delta?** Alle, 1.-4. trinn

**Hvor:** Gymsal

## HIPHOP med Giliana!

Rist løs og vis frem det du kan! Giliana er AKS sin egen danseløve og holder fem-ukeskurs for elevene. Hvert kurs lærer vi en ny dans. Vi øver sammen mot en danseforestilling til sommeren. Her blir det danse- og musikkglede som gjelder, sammen lager vi Haugenstua AKS sitt eget danse-crew!

**Når:** Mandager kl. 16:00-16:45

Fra og med uke 4 til og med uke 20

**Påmelding:** **Bindende påmelding**

**Hvem kan delta?** 3. og 4. trinn

**Hvor:** Danserommet ved Allrommet

## Guttas fotballakademi

Med guttas fotballakademi skal Michael trene fotballinteresserte gutter på 3.

og 4. trinn. Hovedmålet er å oppnå ballspill med mindre klynger og mer ballspill! Vi bruker tiden på øvelser og spill, og har fokus på fair play! Klarer vi å bli like gode som Naima med 0 gule og 0 røde kort, og likevel score mål?

**Når:** Mandager kl. 15:00-16:00

Fra og med uke 4 til og med uke 20

**Påmelding:** **Bindende påmelding**

**Hvem kan delta?** Guttene på 3. og 4. trinn

**Hvor:** Ballbingen / Gymsalen

## Gitarkurs

Har du lyst til å bli en råtass på gitar? To dager i uka frem til juleferien har Stian og Christian – husets egne musikkprodusenter – gitarkurs for elever på 3. og 4. trinn! Vi øver frem mot forestilling, og målet er å kunne lære seg én sang frem til jul, før vi fortsetter over nyåret. Det blir undervist i to grupper på fem, så dette kurset har totalt ti plasser.

**Når:** Onsdager og fredager kl. 15:30-16:30

Fra og med uke 4 til og med uke 20

**Påmelding:** **Bindende påmelding**

**Hvem kan delta?** 3. og 4. trinn

**Hvor:** Musikkrommet

## Victors sjakk-klubb

Velkommen til Verdens største sjakk-klubb med Victor! Bli bedre enn Magnus Carlsen, vann store turneringer! Vi setter oss hårete mål, men først og fremst skal vi ha det gøy! Sjakk-klubben er et tilbud for elever på 2.-4.trinn som ønsker å bruke hjernen på en annen måte. Man trenger ikke noen kunnskap fra før for å delta.

**Når:** Tirsdager kl. 15:00-16:30

Fra og med uke 2 til og med uke 25

**Påmelding:** Valgfri deltakelse hver uke

**Hvem kan delta?** 3. og 4. trinn

**Hvor:** Fellesrommet ved 2. trinn

## Jentenes egen fotballskole!

La oss starte med å introdusere Naima – en enormt dyktig fotballspiller på Høybråten! 0 gule og 0 røde kort så langt i karrieren. Hun scorer i gjennomsnittet over 1 mål per kamp, og har så langt i sesongen scoret 11 mål på ti kamper. Vi er så heldige å ha Naima som brenner for å løfte jentefotballen her på Haugenstua AKS. Med seg har Naima en nykommer på AKS, Anna Drabløs. Hun har spilt fotball og vært trener for et jentelag i Ålesund. Dette er fotballforbilder vi ønsker å dele med barna!

Dette er kurset som skal løfte frem jentene, gjøre de trygge på en idrett som ofte blir sett på som en "gutteidrett".

**Når:** Onsdager kl. 16:00-17:00

**Påmelding:** Bindende påmelding

**Hvem kan delta?** 3. og 4. trinn

**Hvor:** Ballbingen, Stovnerbanen, Snegleparken – vi flytter på oss!

## TAEKWONDO

Taekwondo er en spennende og allsidig treningsform som passer for alle, uansett alder eller forkunnskaper!

### Smile, Svette og Lære

Ved trening av taekwondo lærer barna å ta ansvar for egne handlinger og tørre å ta egne valg. Dette er noen av mange ferdigheter barna vil lære hos oss:

- Økt konsentrasjon
- Selvtillit
- Kontroll over egen aggresjon
- Bedre motorikk

Til gradering som vil skje før sommeren og før jul kommer en høyt gradert Master for å godkjenne nivået barna er trent opp til. Da blir foreldre og søsken invitert til en høytidelig seremoni for å se barna ta sin neste beltegrad og «skinne» litt ekstra.

**Når:** Mandag til torsdag kl. 14:00-16:00

Fra og med uke 3 til og med uke 20

**Påmelding:** Bindende påmelding

**Hvem kan delta?** 3. og 4. trinn

**Hvor:** Gymsalen og Allrommet

## AKS-Junior-redaksjon!

Har du en journalist i magen? Vi fortsetter suksessen fra i fjor og lager ny avis! Vi gleder oss til å skrive nyheter, lage reportasjer, anmelde filmer og andre gøyale ting. Er du en nysgjerrig spire? Har du et ønske om å dele? Velkommen til junior-redaksjonen!

Når: Onsdager: 15:00-16:30

Fra og med uke 4 til og med uke 20

Påmelding: **Bindende påmelding**

Hvem kan delta? 3. og 4. trinn

Hvor: AKS-Junior-rommet i 2. etg.

## "GLEE-CLUB"

AKS starter opp med kor igjen! Dette tilbudet er for elever på 3. og 4. trinn. Vi øver til forestillinger og skal lære oss bredt repertoar. Det vil bli noen utflukter i regi av Glee-club, deltakerne får nærmere beskjed om dette.

Sangteknikk, sangleker og hvordan lære å huske tekster vil være tema hos oss. Man trenger ikke kunne synge for å være med, så lenge man er glad i å bruke den stemmen man har.

Når: Fredager 14:00-15:00

Fra og med uke 4 til og med uke 20

Påmelding: **Bindende påmelding**

Hvem kan delta? 3. og 4. trinn

Hvor: Musikkrommet

## KODEKURS

Kodekurset arrangeres i samarbeid med UDE men alle fjerdeklassinger kan gå på kurset, enten eleven går på AKS eller ikke.

Det finnes mange grunner til å lære seg å programmere. Først og fremst er det veldig morsomt. Som programmerer kan man bygge noe helt eget, et program eller et spill som kan være både nyttig, lærerikt og underholdende.

På kodekurset vil elevene bli kjent med blokkbasert programmering. Elevene programmerer ved å dra og sette sammen klosser, litt som å bygge med LEGO. Blokkbasert programmering gir et godt grunnlag for å lære seg andre programmeringsspråk senere.

Når: Mandager kl. 15:00-16:30

Fra og med uke 3 til og med uke 6

Påmelding: **Bindende påmelding**

Hvem kan delta? 4. trinn

Hvor: Klasserommene til 4. trinn