

KURSOVERSIKT 1.TRINN

KJELSÅS AKTIVITETSSKOLE
2021/2022



BARNA
BESTEMMER

UKEPLAN

Mandag:	Spising med frukt	13:30-14:00
	Læringsstøttende aktivitet	14:15-15:15
	Kor (arrangeres ikke av AKS)	15:15-15:45
	Leksestund	15:15-16:00
	Utetid	15:30-16:30

Tirsdag:	Spising med frukt	13:30-14:00
	Tegning / kunst	14:15-15:30
	Ballspill og fysisk aktivitet	
	Mat og helse	
	Utegruppe	
	Utetid	15:30-16:30

Onsdag:	Spising med frukt	13:30-14:00
	Læringsstøttende aktivitet	14:15-15:15
	Utetid	15:30-16:30

Torsdag:	Turdag (oddetallsuker)	12:30-16:30
	Ute-AKS (partallsuker)	

Fredag:	Spising	13:30-14:00
	Ballett	14:15-15:00
	Tegning / kunst	14:15-15:30
	Ballspill og fysisk aktivitet	
	Utegruppe	
	AKS Pluss	
	Utetid	15:30-16:30

Informasjon:

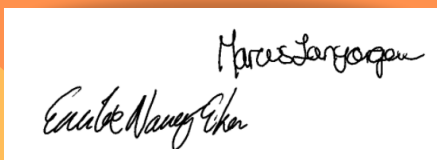
Fokuset på første trinn er elevmedvirkning. Elevene får velge selv hva de ønsker å delta på. Her er det barna som bestemmer. Det vil ikke være påmelding på kursene, med noen unntak.

Baseleder står ansvarlig for kursene.

Henriette Randsborg
Rektor



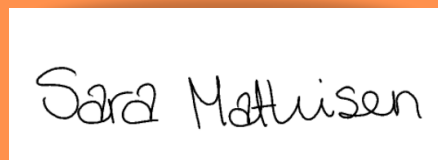
Læringsteamet



André Almstrøm
AKS-leder



Sara Mathisen
Baseleder



MAT OG HELSE

TIRSDAG

Er du nysgjerrig på hva du egentlig putter i munnen når du spiser? På mat og helse skal vi sammen utforske matens store verden og lære at det å stå på kjøkkenet kan være ganske morsomt og spennende. Vi vil ha fokus på sunn og fargerik mat.

Tid: 14:15-15:30



BALLSPILL OG FYSISK AKTIVITET

TIRSDAG OG FREDAG

Om du liker å være aktiv er dette en super mulighet til å få gjøre det sammen med de andre elevene på trinnet ditt. Ballspill og fysisk aktivitet fokuserer på samarbeid, vennskap og moro. Her er det plass til alle, uansett forutsetninger eller erfaring med å spille ballspill. Vi øver på teknikk, regler og god lagånd

Tid: 14:15-15:30



TEGNING / KUNST

TIRSDAG OG FREDAG

På tegning og kunst kan barna få utfolde seg kreativt gjennom mange ulike aktiviteter. Vi lager armbånd, tegner, maler og mye mer. Barna får komme med innspill på hva de selv har lyst til å gjøre og lære seg.

Tid: 14:15-15:30



UTEGRUPPE

TIRSDAG OG FREDAG

Utegruppe er perfekt for de som elsker å være ute! Her blir det morsomme aktiviteter, gjennom frilek og det naturen har å by på.

Tid: 14:15-15:30



BALLETT

FREDAG

På dette kurset får elevene utvikle sin koordinasjon, styrke, spent, smidighet, balanse, konsentrasjon, fokus og selvtillit.

Elevene som melder seg på kurset får også mulighet til å være med på danseforestilling, i regi av Den Norske Ballettskole & Akademi, mot slutten av høstsesongen.

Sara Shepherd har utdanning som musikaldanser fra Bårdar Akademiet og har studert ved Musikkteaterhøyskolen. Shepherd har en bred dansefaglig bakgrunn og lang undervisningserfaring.

Kursholder:
Sara Shepherd
Tid: 14:15-15:00



DNBS&A
Den Norske Ballettskole & Akademi

AKS PLUSS

FREDAG

AKS Pluss vil være et tilbud for de elevene som ikke ønsker å være med på de andre kursene. På AKS Pluss vil vi legge til rette for kreative aktiviteter som perling, tegning, hekling, bygg og lek.

Tid: 14:15-15:30



LEKSESTUND

MANDAG

AKS legger til rette for at elevene kan gjøre lekser, hvor de får veiledning av lektor- og lærerstudenter. Dette er et tilbud som ikke krever påmelding.

Tid: 15:15-16:00

