

# Kurskatalog høsten 2018

## - base 3 & 4

Velkommen til nytt skoleår og ny kursperiode! I dette kursheftet tilbyr vi kurs der eksterne og interne kursholdere leder barnegruppa i ulike aktiviteter – alle sammen med tilknytning til bydelen. Finner du et kurs du liker – meld deg på! Vi kan ikke garantere plass for alle, men i løpet av skoleåret vil du få plass på en eller flere av aktivitetene du ønsker. For å øke sjansen for å komme med på minst ett kurs er det lurt å melde seg på flere kurs. Denne kursperioden har oppstart mandag 3. september og avsluttes torsdag 25. oktober.

Svarslippen leveres til baseleder eller assistent på din base, eller i resepsjonen. Frist for påmelding er torsdag 30. august.

Lurer du på hvilket kurs barnet ditt har kommet med på? På infotavlen på basen finner du liste over hvilke barn som går på hvilke kurs fra dag til dag samt andre valgfrie aktiviteter som tilbys denne dagen.

Vi har laget noen kursregler for deg som melder deg på kurs:

1. Du må ha et ønske om å være med på alle kursene du velger å melde deg på.
2. Påmelding på kurs er bindende.
3. Barnet kan ikke hentes før kurset er ferdig.



# Masterchefene

Torsdager 14:30-16:00  
med Kim  
på mat- og helserommet



Vi lager lettvinnt mat sammen! Vi øver på å måle riktig mengde, følge enkle oppskrifter med ulike tall og måleenheter samt vaske og rydde etter oss. Også koser vi oss selvsagt og smaker på maten vi har laget sammen. Det er gøy å kokkelere!

# Kunst

Mandager 15:00-16:00  
med Pia  
på kunst- og håndverksrommet



Liker du å male, tegne, klippe, lime, modellere og utrykke deg gjennom form og farge? Da er dette kurset for deg! Utdannet og utøvende kunstner Pia Hveem Fladseth inspirerer og leder deg gjennom ulike kunstneriske idéer. Vi henter inspirasjon fra årstidene i nærområdet og lager kunst. Vi får med oss den fineste kunsten hjem.

# Allidrett

Mandager 14:30-16:30  
med Sagene IF  
på Voldsløkka



Vi skal i denne første perioden introduseres til rugby sammen med to trenere fra Sagene IF. Barna trenger treningstøy -og sko samt vannflaske. De følges av en trener fra Sagene IF og en assistent fra AKS til kurset, og følges tilbake av samme assistenten ved kursets slutt. Kursdeltakerne kan enten hentes på Voldsløkka ved kursets slutt klokken 16:00 (møt presis – vi venter ikke på foresatte!) eller på skolen klokken 16:30. Det blir lekbetont aktivitet, kamper med «touch» og samtaler rundt regler for å skape trygge rammer. Og så blir det kjempegøy! Vi gleder oss – gjør du?

# Håndball

Onsdager 15:00-16:00  
med AKS-leder Merete  
i gymsalen



Lær å spille håndball med vår egen sjef Merete! Hun har spilt håndball siden hun var 10 år, og spiller fortsatt. Vi skal leke med ball, lære oss håndballregler, ha det gøy på lag og score haugevis med mål! Du må ha med deg gymsko og gå med klær til å bevege deg i denne dagen, for vi skifter ikke i garderoben. Bli med da vel!

# Artistene

Tirsdager 15:00-16:00  
med Ole  
på musikkrommet



Bli med og lage fet musikk, fengende melodier og bli kjent med ulike instrumenter! Vår eminente musiker Ole lærer deg enkle grep, og gir et innblikk i musikkens verden. Vi skal spille, lytte, øve og produsere. Øvelse gjør mester!

# Svarslipp

Navn: \_\_\_\_\_ Klasse: \_\_\_\_\_

Sett kryss i boksen foran de kursene du har lyst til å være med på:

- Masterchefene
- Kunst
- Allidrett
- Håndball
- Artistene

Leveres til baseleder eller assistent på base 3/4, eller i resepsjonen **senest torsdag 30. august!**



**Nordpolen**  
skole