

Base 3 & 4 Kurskatalog

høst 2019

Velkommen til første kursperiode! I dette kursheftet tilbyr vi kurs der eksterne kursholdere kommer til skolen og leder barnegruppa i ulike aktiviteter – alle sammen med tilknytning til bydelen. I tillegg tilbyr vi varierte og morsomme kurs ledet av våre egne assistenter her på AKS. 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 7. Oktober og avsluttes torsdag 7. November.

Påmelding skjer elektronisk fra eposten/ skolemeldingen du åpnet dette vedlegget fra. [Frist for påmelding er onsdag 25. september](#)

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.
-

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



Tegning

Mandager 14:30-15:30

med Marlene i 3B



Liker du å male, tegne, klippe, lime, modellere og utrykke deg gjennom form og farge? Da er dette kurset for deg! Vi øver på finmotorikken, lager spennende mønstre og lar oss inspirere av miljøet rundt oss. Det vi lager på dette kurset får vi selvsagt med oss hjem. Kurset holdes på basen i 3. etg. i klasserommet til 3B.

Bingo / Alias

Tirsdager 14:30-15:30 med Siw i 3A



Alias er et spill som går ut på å forklare ord til medspilleren på samme lag uten å bruke selve ordet og Bingo er et av de spillene som bidrar til læring av barn på den mest underholdende måten. Det gjør gjenkjennelse ting for barn enkelt og hyggelig. Det viser seg å være nyttig i mental helse og næring av barn.

Dans

Med pedagoger fra Kulturskolen

Tirsdager 15:00-16:00 i danserommet

Dansekurset gir deg en smakebit på jazz, hiphop og andre dansestiler. Gjennom trinn og øvelser styrker vi kreativitet, musikalitet og kropps-bevissthet. Dette er det perfekte kurset for deg som liker å danse.



Flettedilla

Tirsdager 14:30-15:30 med Fartun i
3C



Vil du lære å flette ditt eget armbånd? Eller kanskje du er opptatt av mønstre og farger? Da bør du være med og flette! Vi lager flotte smykker og øver på ulike mønstre med garn og andre materialer i forskjellige farger.

Masterchefene

Onsdager 13:15- 14:15 med Grace / Merete



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!

Gym

Onsdager 14:30-15:30 med Andres i
gymsalen



Nå skal vi prøve oss på ulike typer ballsport! Vi spiller fotball, innebandy, basketball og håndball, og lærer basis ballferdigheter og regler innenfor hver sport.? Vår egen Mo, som selv har stor interesse for ballsport, lærer deg spilleforståelse, disiplin og samarbeid. Vi skal øve, spille, trikse og lytte.

Teaterlek

Med pedagoger fra Kulturskolen
Torsdager 15:00-16:00 i danserommet

I dette kurset får barna en innføring i teater og bevegelse. Gjennom lek, øvelser og improvisasjon jobber vi med å utvikle fellesskap og trygghet i gruppa. Her har vi det gøy sammen i møte med teaterfaget.



Foto: Thomas Kvitvik

HILSEN
ANDRÉS, GRACE, SIW,
FARTUN, CATO,
MARLENE OG KIM.

ALLIDRETT

Bryting

**Mandager fra 14:30-16:30 med Sagene IF på
Voldsløkka**
07.10.2019 – 11.11.2019



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

LYTTEVENN

Onsdager kl 13:30 – 14:30 Base 3
16.10.2019 - 05.12.2019



Eldrerådet i Bydel Sagene er initiativtager til Lyttevenn- prosjektet i bydelen. Lyttevenn driftes gjennom Sagene eldreråd og Sagene Frivilligsentral i nært samarbeid med den enkelte skolen.

Ikke alle barn har lett tilgang til besteforeldre. Omgang mellom eldre og yngre er positivt for begge generasjoner. Aktiviteten LYTTEVENN gir verdier til barnets streben etter å beherske lese- og skrivekunsten. For den eldre er omgang med barna et friskt innslag i hverdagen.