



# Helmakssommerprogram

2018

Denne sommeren skal vi fordype oss i flere av målområdene i rammeplanen til Aktivitetsskolen

- Natur, teknikk og miljø
- Fysisk aktivitet og lek
- Kunst, kultur og kreativitet
- Mat og helse






## Beskjeder:

- Kjernetiden er 09.30 – 15.00 hver dag. Det vil si at vi som regel er på tur i dette tidsrommet og at barna må være på skolen til 09.30. Kommer barnet senere enn dette, kan dere levere barnet der vi er på tur – men da ønsker vi beskjed om dette på forhånd.
- Husk **en matpakke i sekken hver dag + drikkeflaske**
- Selv om vi flere dager drar til steder hvor det er vann, både ved fjorden og i skogen, tillater vi ikke bading. Så dere trenger ikke sende med badetøy. Regelverket i kommunen tillater ikke det.




# "Natur, teknikk og miljø"

## Uke 26

-Barna får utdelt kamera, utstilling av bilder på fredag.









	<b>Mandag 25.juni</b>	<b>Tirsdag 26.juni</b>	<b>Onsdag 27.juni</b>	<b>Torsdag 28.juni</b>	<b>Fredag 29.juni</b>
1.trinn	<b>Elvelangs Hovinbekken</b> Vi tar t-bane nr 5 til Hasle og går langs elven før vi ender opp på Ensjø.	<b>Elvelangs Frognerelva</b> Vi ser på det fantastiske plantelivet som lever langs denne elven. Vi tar t-bane 1 mot Frognerseteren og går mot Frognerparken. Hvordan ønsker elevene at fremtiden skal se ut?	<b>Elvelangs Alnaelva</b> Vi tar t-banen til Brynseng og følger elven helt ned til Klosterenga.  Ta bilder og dokumentere hvordan det ser ut i dag.	<b>Elvelangs Akerselva</b> Vi følger elven og snakker om hva vi ser, og i tillegg blir vi fortalt hva de gamle bygningene langs elven har huset tidligere, og hva folkene som bodde der gjorde.	<b>Båttur til Hovedøya</b>  Vi tar båten over fjorden for å se hvor alle elvene i Oslo renner ut.
2.trinn	<b>Klima- og regnskogskonferanse: Oslo Tropical Forest Forum</b> Vi deltar på Rådhuset i anledning avdukingen av frosken Norvegicorum				Vi tar og med oss hansker og poser for å rydde stranden for søppel
3.trinn	<b>Elvelangs Alnaelva</b> Vi tar t-banen til Brynseng og følger elven helt ned til Klosterenga.				<b>Elvelangs Hovinbekken</b> Vi tar t-bane nr 5 til Hasle og går langs elven før vi ender opp på Ensjø.
4.trinn					
Mat	Pastasalat	Piknik langs elvebredden	Piknik langs elvebredden	Piknik langs elvebredden	Grille fiskeburger

## "Mat og helse" Uke 31

	Mandag	Tirsdag	Onsdag 1.august	Torsdag 2.august	Fredag 3.august
2-3-4-5. trinn	<b>Sommerstengt i hele juli</b>		<p><b>Undervisning i mat og helse fra bydelsfysioterapeutene</b></p> <p>Vi snakker om nøkkelhullsprodukter, rangerer drikkevarer, blindtester mat på smak og lukt.</p> 	<p><b>Fysioterapeutene fra bydelen holder praktisk matlaging sammen med elevene</b></p> <p>Elevene øver på å lage mat, noen komme til å lage minstronesuppe, noen lager rundstykker og noen lager frukt salat.</p> 	<p><b>Norsk Folkemuseum</b></p> <p>Vi drar til Bygdøy for å lære mer om hvordan folkehelsen har utviklet seg. Vi får høre om boligforhold, levekår, kjønnsroller, sykdommer og hygiene.</p> 
Mat			Fiskepinner med potetmos	Minstronesuppe og fruktsalat	Piknik på folkemuseet








## "Kunst, kultur og kreativitet"

### Uke 32

	<b>Mandag 6.august</b>	<b>Tirsdag 7.august</b>	<b>Onsdag 8.august</b>	<b>Torsdag 9.august</b>	<b>Fredag 10.august</b>
2.- 3.trinn	<p><b>Arkitektonisk vandring ved operaen</b></p> <p>Vi ser nærmere på husene som bygges langs sjøen og snakker om hvordan de ser ut.</p> <p>Vi tar bilder under turen og prøver og rekonstruere byggene i kapla når vi kommer tilbake på skolen.</p>	<p><b>Turbingo</b></p> <p>Vi går fra Jernbanetorget til Slottet og løser bildebingo der vi skal finne steder og gjenstander som er på bildebrettet.</p> 	<p><b>Ekeberg parken</b></p> <p>Vi har bildebingo med kunstinntallasjoner fra parken. Når vi finner det vi leter etter, snakker vi om former og materialbruk.</p> 	<p><b>Tur til Linderudkollen</b></p> <p>Vi tar turen til Linderudkollen på leting etter sopp og bær. Vi plukker også blomster som vi kan binde blomsterkranser av. Det ligger også en hoppbakke der det går an å løpe opp og ned.</p> 	<p><b>Ibsen-museet</b></p> <p>Vi besøker Henrik Ibsens hjem og lærer om den internasjonalt kjente dramatikerens liv og diktning.</p> 
4.- 5.trinn	<p><b>Ibsen-museet</b></p> <p>Vi besøker Henrik Ibsens hjem og lærer om den internasjonalt kjente dramatikerens liv og diktning.</p> 	<p><b>Arkitektonisk vandring i Bjørvika og Sørenga</b></p> <p>Vi ser nærmere på husene som bygges langs sjøen og snakker om hvordan de ser ut og hvordan nærmiljøet er utformet.</p> <p>Vi tar bilder under turen og prøver og rekonstruere byggene i kapla når vi kommer tilbake på skolen.</p>	<p><b>Munchmuseet</b></p> <p>Vi besøker museet som huset mange av Munchs verker</p> 	<p><b>Turbingo</b></p> <p>Vi går fra Jernbanetorget til Slottet og løser bildebingo der vi skal finne steder og gjenstander som er på bildebrettet.</p> 	<p><b>Grottevandring til Sognsvann</b></p> <p>Vi ser på hvordan livet under bakken ser ut. Husk <b>lommelykt</b> (gjerne til å ha på hode) og <b>støvler</b> (vi må gå i vann og gjørme).</p> 
Mat	Indiskgryte	Pasta salat	Grønnsakssuppe	Indisk Briani plau	Spagetti med pastaus

# "Fysisk aktivitet og lek"

## Uke 33

	<b>Mandag 13.august</b>	<b>Tirsdag 14.august</b>	<b>Onsdag 15.august</b>	<b>Torsdag 16.august</b>	<b>Fredag 17.august</b>
2.-3. trinn	<p><b>Aktivitetsdag i Frognerparken</b></p> <p>Vi tar med leker fra skolen, kubb, frisbee, fotball, hoppetau mm. Og setter i gang stasjoner med forskjellige aktiviteter.</p> 	<p><b>Tur til Solemskogen</b> Vi går innover skogen for å plukke bær</p> <p><b>TURBINGO</b></p>  <p>ufetid.net</p>	<p><b>Tur til Huk/Bygdøy</b> Vi koser oss med sandvolleyball og andre artige ute aktiviteter.</p> 	<p><b>Maks feirer bursdag</b> 😊</p> <p>Siste heldagsåpent i sommerferien avslutter vi med en fødselsdagsfeiring for Maks. Vi pynter til fest og disko. Vi kommer til å ha partyleker og gjøre masse morsomt.</p> 	<p><b>Maks holder stengt grunnet plandag med lærerne</b></p>
4.- 5.trinn		<p><b>Tur til Huk/Bygdøy</b> Vi koser oss med sandvolleyball og andre artige ute aktiviteter.</p> 	<p><b>Tur til Solemskogen</b> Vi går innover skogen for å plukke bær</p> <p><b>TURBINGO</b></p>  <p>ufetid.net</p>		
Mat	Vi griller hamburgere	Vi griller pølser	Vi griller fiskeburgere	Mat: Det blir boller, saft og kake	
				NB: Ta med <u>2 matpakker</u> denne dagen	