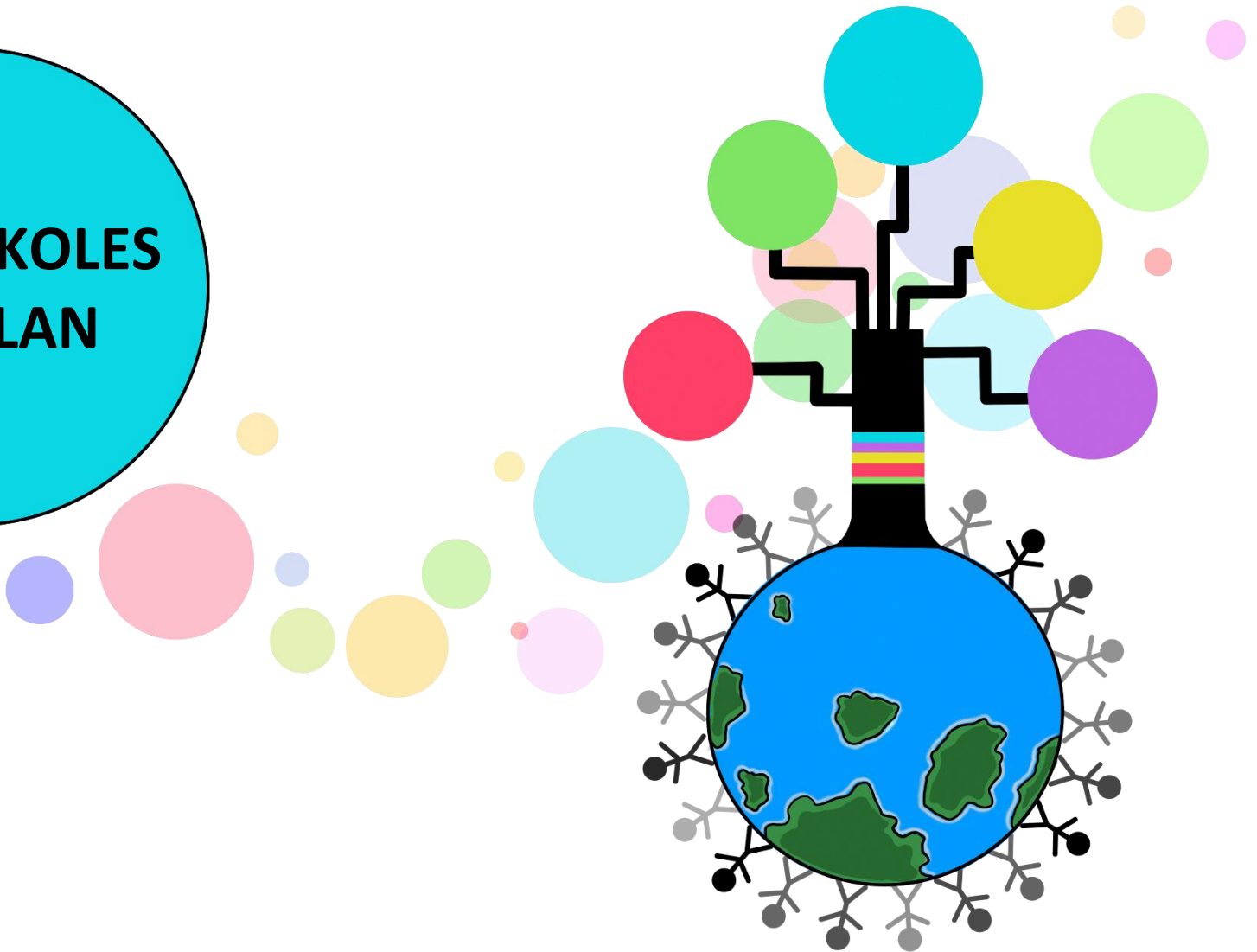


# RASTA SKOLES SFO-PLAN



Lørenskog  
kommune

# Skolefritidsordningens verdigrunnlag

(Kap.2 i nasjonal Rammeplan for SFO)

## 2.1. Overordnet om verdigrunnlaget til SFO

SFO skal bygge sin praksis på grunnleggende verdier som er felles i formålsparagrafene til barnehagen og opplæringen.

Verdigrunnlaget skal formidles og praktiseres i alle deler av arbeidet i SFO og prege innholdet og arbeidsmåtene.

## 2.2. Barndommens egenverdi

Barndommen har sin egenverdi, og SFO skal, i samarbeid og forståelse med hjemmet, ivareta barnas behov for omsorg og tilsyn, samtidig som det gis rik mulighet for meningsfull fritid og lek. SFO skal bidra til trivsel og glede i selvvalgt lek og tilrettelagte aktiviteter, og gi rom for rekreasjon og hvile. Barnets beste skal alltid være et grunnleggende hensyn. Barn har rett til å uttale seg om forhold som berører dem, og barnets synspunkter skal vektlegges i samsvar med alder og modenhet. SFO skal bidra til barnas mestring og opplevelse av egenverd.

## 2.3. Trygghet, omsorg og trivsel

SFO skal ivareta og møte barnas behov for omsorg, trygghet, trivsel, tilhørighet og anerkjennelse. Omsorg er en forutsetning for barns trygghet og trivsel og for utvikling av empati. I SFO skal det enkelte barn bli sett og få støtte til å utvikle empati og vise omsorg for andre. Barn skal både få omsorg og gis muligheter for å gi omsorg.

SFO skal fremme barnas fysiske og psykiske helse og bidra til at de opplever glede og mestring. SFO skal støtte utviklingen av trygge og gode relasjoner barna imellom, mellom barna og personalet og mellom personalet og barnas foreldre. SFO skal fremme inkludering og bidra til at alle barna har mulighet til å utvikle vennskap. Barna skal få støtte til å mestre motgang, håndtere utfordringer og bli kjent med egne og andres følelser. Barna skal ha mulighet til både aktivitet og hvile i løpet av tiden de tilbringer i SFO.

## 2.4. Mangfold og inkludering

Respekt for ulikhet og anerkjennelse av mangfold skal legges til grunn for arbeidet i SFO. Gjennom å anerkjenne barnas ulike forutsetninger, perspektiver og erfaringer kan SFO bidra til at barna får utvikle et positivt forhold til seg selv og til egen og andres kultur og erfaringsbakgrunn. SFO skal legge til rette for at samiske barn kan bevare og utvikle sitt språk og sin kultur.

SFO skal innrettes slik at alle barn får gode utviklingsvilkår, uavhengig av barnas forutsetninger og behov for tilrettelegging, og bidra til at alle barn er en del av et inkluderende fellesskap.

### **2.5. Skaperglede, engasjement og utforskertrang**

Ved å ta utgangspunkt i barnas skaperglede, engasjement og utforskertrang skal SFO gi en god ramme for helhetlig utvikling og læring. Læring i SFO foregår først og fremst gjennom lek, selvvalgte aktiviteter og samhandling med andre barn og med SFOs personale. SFO skal anerkjenne at å leke er en typisk væremåte blant barn, og at leken har en egenverdi. SFO skal prioritere tid og rom for lek.

SFO skal støtte barnas naturlige nysgjerrighet og lyst til å skape og være kreative, engasjerte og utforskende. Innholdet, arbeidsformene og det fysiske miljøet i SFO skal støtte opp under barnas lyst til å leke, skape, utforske og mestre.

### **2.6. Demokrati og fellesskap**

SFO skal fremme demokrati, motarbeide alle former for diskriminering og bygge sin virksomhet på prinsippet om likestilling og likeverd. SFO skal bidra til at barn møter og ser verdien av et likestilt samfunn der alle har mulighet til å bli sett og hørt.

Barna skal oppmuntres til deltakelse i fellesskapet. Barna skal få støtte til å inkludere andres perspektiv, håndtere meningsbrytninger og respektere uenighet og finne felles løsninger. Gjennom å delta i fellesskap får barna øve på å tilpasse seg andre, men også sette egne grenser og uttrykke egne behov.

Barn har rett til medvirkning tilpasset deres alder og forutsetninger, inkludert i arbeidet for et trygt og godt fysisk og psykososialt miljø.

### **2.7. Bærekraftig utvikling**

Bærekraftig utvikling omfatter sammenhengen mellom sosiale, økonomiske og miljømessige forhold. SFO skal støtte opp under verdier, holdninger og handlinger som fremmer en bærekraftig utvikling. SFO skal støtte barna i å utvikle naturglede og i å ta vare på seg selv, hverandre og naturen.

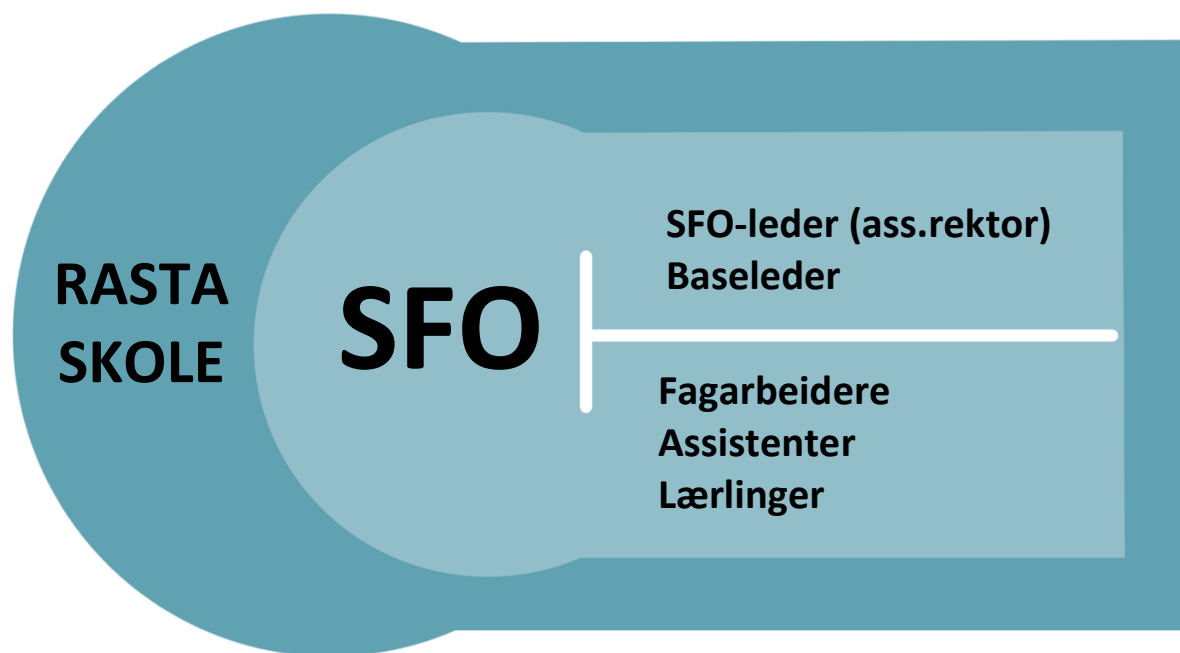
SFO skal oppmuntre barn til å reflektere og handle etisk og miljøbevisst, vise solidaritet og ta veloverveide valg.

## Organisering av Rasta Skoles SFO

Rektor er leder av SFO i Lørenskog, og har det overordnede administrative og faglige ansvaret. Skolens SU er øverste lokale rådsorgan for SFO. I den daglige driften er SFO-leder ansvarlig. SFO-leder er del av skolens ledergruppe. Baseledere får delegert oppgaver av SFO-leder og følger opp den daglige driften av avdelingene.

SFO - leder skal ha pedagogisk utdanning og være en del av skolens ledelse. Rektor definerer antall baseledere ved den enkelte skole, vurdert ut fra lokale forhold.

Bemanningen skal være tilpasset lokale forhold, og ha variert, relevant yrkesbakgrunn og erfaring med barn. Det er et mål å sikre at 2/3 av personalet i SFO har fagbrev i barne- og ungdomsarbeiderfaget.



# Målområde 1: Sosial- og kulturell kompetanse (demokrati og medborgerskap)

I lek og samspill med andre lærer barn sosiale og demokratiske regler. De utvikler sin egen identitet og selvilde, og lærer seg å mestre ulike sosiale miljøer. I SFO- hverdagen forventes det at barna er inkluderende, viser hverandre respekt, og at de opplever å bli hørt.

For å klare dette trenger barna hjelp og støtte fra de voksne på SFO. De voksne er aktivt med i aktivitetene, opptrer lyttende, og de har oversikt over miljøet i gruppen.

## Mål:

- I SFO opplever barna at de blir lyttet til og har reel innflytelse i egen SFO-hverdag.
- SFO bidrar til å skape respekt for at mennesker er forskjellige og at alle har like rettigheter
- SFO bidrar til at barna uttrykker stolthet over egen identitet og kultur, og at de har toleranse for ulikhetene
- SFO bidrar til at barna blir kjent med sitt nærmiljø og bygger identitet til sitt lokalsamfunn

## Strategier:

- SFO gjennomfører gruppemøter der barna kan påvirke innholdet i SFO-aktivitetene
- Det gjennomføres årlig barnesamtaler individuelt
- De ansatte gir gode beskjeder og bruker positiv kommunikasjon med barna
- De ansatte følger prinsippene i «trygghetssirkelen» og skaper gode/trygge relasjoner til barna
- De ansatte fører aktivt tilsyn med barna, er deltagende i lek og aktiviteter, og trener barna i positivt samspill
- Det legges opp til jevnlig turer i gangavstand i nærmiljøet hvor mangfoldet av opplevelser og aktiviteter benyttes
- Mangfoldet i gruppen skal gjenspeiles i aktiviteter som sang, dans og matlaging, kulturelle særpreg og høytidsmarkeringer
- SFO- lekene arrangeres årlig samlet for alle skolene
- Norske kulturtradisjoner gjenspeiles i de daglige aktivitetene

## SFO: 1.trinn

Aktivitet	Beskrivelse av aktivitet	Mål/Begrunnelse for valg av aktivitet	Når
<b>Bli kjent-leker</b>	Enkle leker, aktiviteter og samlingsstunder der alle har forutsetninger for å delta.	Skape trygghet, bygge relasjoner og videreutvikle sosiale ferdigheter.	August-september
<b>Samlingsstund</b>	Fortelle, lytte, gjenfortelle, ta imot og gi beskjeder. Vi snakker om påkledning, regler, hva som rører seg i gruppa og det barna ønsker å ta opp. Tema: vennskap	Barna øver på å vente på tur, lytte til det andre forteller samt trene på å fortelle andre om egne opplevelser og erfaringer.	Hele året
<b>Høytider og markeringer</b>	Samenes nasjonaldag, Rockesokk, Pride, morsfarsdag, Valentine, 17. mai,	Skape åpenhet og forståelse for viktigheten av mangfold, likeverd, respekt og toleranse.	Hele året
<b>Juleverksted</b>	Vi baker pepperkaker, klipper, limer, perler, maler og lager ulike gjenstander og pynt som barna tar med seg hjem til jul	Lære om de forskjellige tradisjonene rundt en høytid, og erfare at selvlagde gaver kan være like fine og betydningsfulle som kjøpte.	Desember
<b>Nissefest</b>	Vi synger julesanger, kler oss ut som smånisser og har det moro med musikk, dans og lek.	En hyggelig tradisjon som skaper engasjement og glede rundt en høytid.	Desember
<b>Foreldregløgg</b>	Vi inviterer foresatte til en hyggelig ettermiddag med gløgg og pepperkaker.	Vi samles til en hyggelig avslutning på året som også legger til rette for relasjonsbygging på tvers av klassene, og med foresatte.	Desember
<b>Barnesamtaler</b>	Baseleder har individuelle samtaler med barna for å kartlegge trivsel, lekekamerater og interesser.	Barnas medvirkning i SFO er viktig. I SFO opplever barna at de blir lyttet til og har reel innflytelse i egen SFO-hverdag.	Vinter
<b>Internasjonal musikk</b>	Bli kjent med ulike typer sang, dans, rytmer og musikk fra ulike verdensdeler	Skape åpenhet og interesse for ulike kulturer og mangfold.	Jan-feb
<b>Bokuke</b>	Læringsstøttende aktiviteter med eventyr som tema. Vi leker Troll og stein, Stiv heks og Lilly Willy i gymsalen. Vi forteller eventyr rundt bålet. Barna lager egne eventyr ved hjelp av bildekort og terninger, og former figurer fra eventyrene vi har blitt kjent med.	I samarbeid med skolen planlegges aktiviteter og leker der barna får repetere og ta i bruk kunnskapen de har lært i klasserommet på en kreativ og allsidig måte.	Uke 11-12
<b>Påskeverksted</b>	Vi klipper, limer, maler og lager ulike gjenstander og pynt som barna tar med seg hjem til påske	Lære om de forskjellige tradisjonene rundt en høytid, og erfare at egenlaget pynt kan ha like stor verdi og gi mer glede enn kjøpt pynt.	Mars-april

## SFO: 2.trinn

Aktivitet	Beskrivelse av aktivitet	Mål/Begrunnelse for valg av aktivitet	Når
<b>Samlingsstund</b>	Fortelle, lytte, vente på tur, «hva er en god venn», hvordan hva som rører seg i gruppa og det barna ønsker å ta opp.  Vi snakker om hva det vil si å være en god venn, løser konflikter og øver på å inkludere alle i leken.	Barna øver på å vente på tur, lytte til det andre forteller samt trene på å fortelle andre om egne opplevelser og erfaringer.  Vi øver på å møte hverandre med respekt og forståelse.	Hele året
<b>Høytider og markeringer</b>	Samenes nasjonaldag, Rockesokk, Pride, morsfarsdag, Valentine, 17. mai,	Skape åpenhet og forståelse for viktigheten av mangfold, likeverd, respekt og toleranse.	Hele året
<b>Juleverksted</b>	Vi baker lussekatter, klipper, limer, perler, maler og lager ulike gjenstander og pynt som barna tar med seg hjem til jul	Lære om de forskjellige tradisjonene rundt en høytid, og erfare at selvlagde gaver kan være like fine som kjøpte	Desember
<b>Nissefest</b>	Vi kler oss ut som nisser og har det moro med julemusikk og selskapsleker.	En hyggelig tradisjon som skaper engasjement og glede rundt en høytid.	Desember
<b>Foreldregløgg</b>	Vi inviterer foresatte til en hyggelig ettermiddag med gløgg og pepperkaker.	Vi samles til en hyggelig avslutning på året og viser barna at man kan skape en sosial ramme rundt høytiden.	Desember
<b>Barnesamtaler</b>	Baseleder har individuelle samtaler med barna for å kartlegge trivsel, lekekamerater og interesser.	Barnas medvirkning i SFO er viktig. I SFO opplever barna at de blir lyttet til og har reel innflytelse i egen SFO-hverdag	Vinter
<b>Internasjonale flagg</b>	Bli kjent med de ulike flaggene som representerer nasjonalitetene i gruppa	Bli kjent med mangfoldet i barnegruppa vår som igjen fremmer forståelse og respekt	Jan-feb
<b>Bokuke</b>	Læringsstøttende aktiviteter med Thorbjørn Egner som tema. Vi baker pepperkaker, lager papegøye fra Afrika og spiller Kahoot.	I samarbeid med skolen planlegges aktiviteter og leker der barna får repetere og ta i bruk kunnskapen de har lært i klasserommet på en kreativ og allsidig måte.	Uke 11-12
<b>Påskeverksted</b>	Vi klipper, limer, maler og lager ulike gjenstander og pynt som barna tar med seg hjem til påske	Lære om de forskjellige tradisjonene rundt en høytid, og erfare at egenlaget pynt kan ha like stor verdi og gi mer glede enn kjøpt pynt.	Mars-april

## SFO: 3.trinn

Aktivitet	Beskrivelse av aktivitet	Mål/Begrunnelse for valg av aktivitet	Når
<b>Samlingsstund</b>	Vi snakker om hva som rører seg i gruppa og det barna ønsker å ta opp.	Vi øver oss på hvordan vi håndterer uenigheter og utfordringer som oppstår. Vi øver på å gi hverandre tilbakemeldinger og møte hverandre med respekt og toleranse for ulikhetene i gruppa.	Hele året
<b>Høytider og markeringer</b>	Samenes nasjonaldag, Rockesokk, Pride, morsfarsdag, Valentine, 17. mai,	Skape åpenhet og forståelse for viktigheten av mangfold, likeverd, respekt og toleranse.	Hele året
<b>Barnesamtaler</b>	Baseleder har individuelle samtaler med barna for å kartlegge trivsel, vennskap og interesser, samt ønsker om leker, aktiviteter og mat.	Barnas medvirkning i SFO er viktig. I SFO opplever barna at de blir lyttet til og har reel innflytelse i egen SFO-hverdag.	Vinter
<b>Internasjonal mat</b>	Vi blir kjent med mat fra ulike land og kulturer	Skape åpenhet og interesse for ulike kulturer og mangfold.	Jan-feb
<b>Bokuke</b>	Læringsstøttende aktiviteter med Astrid Lindgren som tema. Vi lager en enkel film med iMovie eller Puppet pals som vi viser hverandre i slutten av bokuka.	I samarbeid med skolen planlegges aktiviteter der barna får repetere og ta i bruk kunnskapen de har lært i klasserommet på en kreativ og allsidig måte, samtidig som de får videreutviklet sine digitale ferdigheter.	Uke 11-12
<b>Juleverksted</b>	Vi baker julekaker, klipper, limer, syr, perler, maler og lager ulike gjenstander og pynt som barna tar med seg hjem til jul	Lære om de forskjellige tradisjonene rundt en høytid, og erfare at selvlagde gaver kan være like fine som kjøpte.	Desember
<b>Grøtfest</b>	Vi tar på nisselue, spiser grøt og leter etter rosinen i grøten. Vinneren får en premie. Etterpå koser vi oss med disko og selskapsleker.	Skape samhold og glede rundt en høytid.	Desember
<b>Foreldregløgg</b>	Vi inviterer foresatte til en hyggelig ettermiddag med gløgg og pepperkaker.	Vi samles til en hyggelig avslutning på året og viser barna at man kan skape en sosial ramme rundt høytiden.	Desember
<b>Påskeverksted</b>	Vi klipper limer og syr, blåser egg, sår karse og lager ulike gjenstander og pynt som barna tar med seg hjem til påske	Lære om de forskjellige tradisjonene rundt en høytid, og erfare at egenlaget pynt kan ha like stor verdi og gi mer glede enn kjøpt pynt.	Mars-april
<b>SFO-lekene</b>	Felles arrangement der alle SFOene samles og har ulike aktiviteter og leker sammen.	Sosiale og demokratiske regler oppøves i samspill med andre, og de lærer seg å mestre ulike sosiale miljøer.	Juni/august



## SFO: 4.trinn

Aktivitet	Beskrivelse av aktivitet	Mål/Begrunnelse for valg av aktivitet	Når
<b>Samlingsstund</b>	Vi snakker om hva som rører seg i gruppa og det barna ønsker å ta opp. En gang i måneden setter barna opp ønskeliste for kommende aktiviteter.	Vi øver oss på hvordan vi håndterer uenigheter og utfordringer som oppstår. Vi øver på å gi hverandre tilbakemeldinger og møte hverandre med respekt og toleranse for ulikhetene i gruppa. Barna påvirker SFO-tilbudet gjennom egne ønsker om aktiviteter.	Hele året
<b>Høytider og markeringer</b>	Samenes nasjonaldag, Rockesokk, Pride, morsfarsdag, Valentine, 17. mai,	Skape åpenhet og forståelse for viktigheten av mangfold, likeverd, respekt og toleranse.	Hele året
<b>Juleverksted</b>	Vi baker julekaker, former med treverk, klipper, limer, perler, maler, syr og lager ulike gjenstander og pynt som barna tar med seg hjem til jul	Lære om de forskjellige tradisjonene rundt en høytid, og erfare at selvlagde gaver kan være like fine som kjøpte.	Desember
<b>Julebord</b>	Vi pynter oss, spiser et hyggelig måltid sammen og ser en julefilm.	En koselig tradisjon med de største barna. Skape samhold og glede rundt en høytid.	Desember
<b>Foreldregløgg</b>	Vi inviterer foresatte til en hyggelig ettermiddag med gløgg og pepperkaker.	Vi samles til en hyggelig avslutning på året og viser barna at man kan skape en sosial ramme rundt høytiden.	Desember
<b>Barnesamtaler</b>	Baseleder har individuelle samtaler med barna for å kartlegge trivsel, vennskap og interesser, samt ønsker om leker, aktiviteter og mat.	Barnas medvirkning i SFO er viktig. I SFO opplever barna at de blir lyttet til og har reel innflytelse i egen SFO-hverdag.	Vinter
<b>Internasjonal mat</b>	Vi lager og blir kjent med mat fra ulike land og kulturer.	Skape åpenhet og interesse for ulike kulturer og mangfold.	Jan-feb
<b>Bokuke</b>	Læringsstøttende aktiviteter med Roal Dahl som tema. Vi lager en enkel film med iMovie eller Puppets pals som vi viser hverandre i slutten av bokuka.	I samarbeid med skolen planlegges aktiviteter der barna får repetere og ta i bruk kunnskapen de har lært i klasserommet på en kreativ og allsidig måte, samtidig som de får videreutviklet sine digitale ferdigheter..	Uke 11-12
<b>Påskeverksted</b>	Vi former med treverk, syr, blåser egg, sår karse og lager ulike gjenstander og pynt som barna tar med seg hjem til påske	Lære om de forskjellige tradisjonene rundt en høytid, og erfare at egenlaget pynt kan ha like stor verdi og gi mer glede enn kjøpt pynt.	Mars-april
<b>SFO-lekene</b>	Felles arrangement der alle SFOene samles og har ulike aktiviteter og leker sammen.	Sosiale og demokratiske regler oppøves i samspill med andre, og de lærer seg å mestre ulike sosiale miljøer.	Juni/august

## Målområde 2: Bærekraftig utvikling

Bærekraftig utvikling handler om å verne om livet på jorda og å ta vare på behovene til mennesker som lever i dag, uten å ødelegge fremtidige generasjoners muligheter til å dekke sine behov.

Gjennom sitt arbeid bidrar SFO til at barna utvikler kompetanse som på sikt gjør dem i stand til å ta ansvarlige valg og handle etisk og miljøbevisst. Ved å la ulike stemmer slippe til og diskutere et fenomen får barna mulighet for å utvikle en kritisk handlingskompetanse.

Mennesket er en del av naturen og har ansvar for å forvalte den på en forsvarlig måte. Barn som har erfart at de er med på å påvirke, blir mer handlingskraftige voksne.

### Mål:

- SFO har fokus på sunn og variert mat. jf. Kostholdsplanen for BHG – SFO – Skole i Lørenskog kommune
- SFO bidrar til at barna opplever naturglede og utvikler nysgjerrighet for naturens mangfold. Gjennom aktive og praktiske aktiviteter bidrar SFO til at barna utvikler respekt for naturen samt klima- og miljøbevissthet

### Strategier:

- SFO legger til rette for sunne måltider, og gjennom måltidene ivaretas ulike skikker, tradisjoner og kulturer
- SFO tilbyr servering av mat, frukt og drikke
- Barna deltar i planlegging og tilberedning av måltider
- Barna tilegner seg sunne matvaner og gode vaner for hygiene
- SFO legger til rette for aktiviteter der natur og nærmiljø brukes som arena for lek og utforskning i alle årstider
- SFO-ansatte er nysgjerrige sammen med barna og stiller spørsmål for å skape undring og refleksjon rundt natur og miljø
- SFO bidrar til at barna utvikler evne til å tenke kritisk, handle etisk og vise solidaritet. Barna får erfaringer med å gi omsorg og ta vare på omgivelsene og naturen
- Gjennom Grønt Flagg-programmet bidrar SFO til å skape gode vaner. Det gjelder blant annet kildesortering, kompostering, sporfri ferdsel i naturen, matlaging i naturen og dyrking av vekster
- SFO benytter seg av tilbud om skolehager
- SFO legger til rette for aktiviteter der gjenbruk, redesign og bruk av materiell fra naturen inngår
- Ansatte i SFO viser miljøbevissthet og opptre som gode rollemodeller for barna

## SFO: 1.trinn

Aktivitet	Beskrivelse av aktivitet	Mål/Begrunnelse for valg av aktivitet	Når
<p><b>SFO tilbyr et enkelt mellommåltid fire dager i uken.</b></p> <p><b>Barna har med seg matpakke de dagene det er tur</b></p>	<p>Hva serverer vi?</p> <p><b>Brødmat og knekkebrød:</b> Grove produkter som er nøkkelhullsmerket</p> <p><b>Pålegg varierer mellom:</b> Makrell i tomat, kokt skinke, salami, kalkun/kylling-pålegg, leverpostei, egg, ost, halal-salami, halal-pastrami, planteGo med avokado, planteGo med grillet paprika, mager tubeost, kaviar, grønnsaker, fiske-kake/pudding/pinner.</p> <p><b>Korn/Frokostblanding:</b> Nøkkelhullsmerket frokostblanding, musli, granola og korn, ekstra lett melk beriket med vitamin D, og frukt/rosiner som tilbehør.</p> <p><b>Yoghurt, melk og biola:</b> serveres en-to ganger i uka, gjerne til korn eller knekkebrød</p> <p><b>Grøt:</b> Havregrynsgrøt (risgrøt til jul). og frukt/rosiner som tilbehør.</p> <p><b>Suppe:</b> Grønnsaksuppe, tomatsuppe, blomkålsuppe, suppelapskaus, gulrotsuppe, fiskesuppe.</p> <p><b>Varm mat:</b> Magre kjøttprodukter f.eks. kylling, kalkun, fisk, og karbonadedeig. Fullkorns ris og pasta. Grønnsaker til de fleste varme måltider.</p>	<p>Felles måltid er en viktig læringsarena for sosiale ferdigheter og språklig aktivitet.</p> <p>Barna får økt forståelse for hvorfor sunn og variert mat er viktig for å holde kroppen i form, samtidig som det gir overskudd til å delta i lek og aktiviteter gjennom hele dagen.</p> <p>Barna lærer å praktisere regler for hygiene samt hvordan de kan bidra til trivsel og matro under måltidet. Fokus på kildesortering når avfall kastes etter måltidet.</p> <p><i>Meny for SFO sendes ut hver måned.</i></p>	Hele året
<p><b>Frukt og grønnsaker</b></p>	<p>SFO serverer variert frukt og/eller grønnsaker minimum to ganger i uka. Frukten serveres hovedsakelig de dagene vi har frokostblanding, grøt og knekkebrød.</p> <p>Frukt og grønnsaker brukes også som tilbehør/pålegg de dagene det er brødmat.</p>	<p>Frukt og grønnsaker bidrar til å holde energinivået oppe og blodsukkeret stabilt. Barna får overskudd til å delta i lek og aktiviteter utover ettermiddagen.</p>	Hele året

<b>Temabingo</b>	Bingo med ulike tema som skilt, dyr, insekter, årstider, planter og trær.	Vi skaper interesse og undring over naturen og dens vesen.	Hele året
<b>Høsttegn og høstkunst</b>	Gjennom turer, formingsaktiviteter og lek observerer endringene som skjer i naturen i skifte mellom sommer og høst.  Vi lager kunst som viser kjennetegn for årstiden ved hjelp av blader, konger og kvister.	Observasjon og undring: Hva skjer med bladene på trærne om høsten? Barna øver på å beskrive noen viktige kjennetegn ved de fire årstidene ved å observere naturen.  Vi legger til rette for aktiviteter som skaper undring og refleksjon rundt natur og miljø.	Høst
<b>Gjenbruk og redesign</b>	Vi former med stein, kongler, kvister og blader. Vi lager gjenbruks-landsby av kartong og pappemballasje.	SFO legger til rette for aktiviteter der gjenbruk, redesign og bruk av materiell fra naturen inngår. Gjenbruk sikrer at eksisterende ting får et nytt liv, til fordel for miljøet.	Hele året
<b>Spikkekurs</b>	Barna øver spikking i mindre grupper, med veiledning av voksne. Vi lærer hvordan kniven skal holdes og brukes på en trygg måte.	Bevisstgjøring av hvor farlig en kniv kan være, samtidig få forståelse for at den er et nyttig verktøy hvis den brukes på riktig måte.	Høst/vinter
<b>Turer i nærmiljøet</b>	Gi barna kjennskap til lokalmiljøet og mulighetene som ligger i områdene rundt skolen. De ansatte legger til rette for variert lek og aktiviteter i naturen, som skaper undring og nysgjerrighet. Vi går til steder som Rolvsrudbanen, Rastaskogen, Blåbærskogen og Eventyrskogen.	Gjennom allsidige utendørsaktiviteter skal barna oppleve glede og mestringsfølelse i samspill med andre barn og voksne. Barna bruker sansene til å utforske naturen og de får positive erfaringer med friluftsliv.  De ansatte har fokus på å skape turglede samt viser nysgjerrighet og interesse for naturens liv og vekster. Vi plukker opp avfall og søppel etter oss.	September-juni
<b>Bål</b>	Vi tar med vedkubber og tenner opp bål. Vi griller pølser, pinnebrød eller annen bålmat som barna har med seg.	Vi øver på sikker atferd rundt bålet og holder god avstand under matlaging på bål. Før vi går hjem sikrer vi at bålet er slukket ordentlig.	Oktober-april
<b>Kokkeklubb/ Bakegruppe</b>	I skolefrie uker (høstferie, vinterferie og sommerferie) får barna tilbud om matlaging eller baking. Vi deler opp, kutter, smaker, og blander ingredienser, samt måler, veier og tilbereder.	Å delta i matlagingen bidrar til nysgjerrighet på ny mat og stimulerer til barns smaksutvikling. De ansatte er gode rollemodeller og hjelper barna til å teste nye smaker på en innbydende måte. Delmål: HMS på kjøkkenet.	Skolefrie uker
<b>Rusken</b>	Barna går i grupper og plukker søppel, etterpå sorterer de etter ulike kategorier. Plast, papp, mat, metall, glass osv	Barna lærer seg å sortere søppel og vise omsorg for naturen. Gjennom Grønt Flagg programmet bidrar SFO til å skape gode vaner.	mai

SFO: 2.trinn

Aktivitet	Beskrivelse av aktivitet	Mål/Begrunnelse for valg av aktivitet	Når
<p><b>SFO tilbyr et enkelt mellommåltid fire dager i uken.</b></p> <p><b>Barna har med seg matpakke de dagene det er tur</b></p>	<p>Hva serverer vi?  <b>Brødmat og knekkebrød:</b> Grove produkter som er nøkkelhullsmerket</p> <p><b>Pålegg varierer mellom:</b> Makrell i tomat, kokt skinke, salami, kalkun/kylling-pålegg, leverpostei, egg, ost, halal-salami, halal-pastrami, planteGo med avokado, planteGo med grillet paprika, mager tubeost, kaviar, grønnsaker, fiske-kake/pudding/pinner.</p> <p><b>Korn/Frokostblanding:</b> Nøkkelhullsmerket frokostblanding, musli, granola og korn, ekstra lett melk beriket med vitamin D, og frukt/rosiner som tilbehør.</p> <p><b>Yoghurt, melk og biola:</b> serveres en-to ganger i uka, gjerne til korn eller knekkebrød</p> <p><b>Grøt:</b> Havregrynsgrøt (risgrøt til jul). og frukt/rosiner som tilbehør.</p> <p><b>Suppe:</b> Grønnsaksuppe, tomatsuppe, blomkålsuppe, suppelapskaus, gulrotsuppe, fiskesuppe.</p> <p><b>Varm mat:</b> Magre kjøttprodukter f.eks. kylling, kalkun, fisk, og karbonadedeig. Fullkorns ris og pasta. Grønnsaker til de fleste varme måltider.</p>	<p>Felles måltid er en viktig læringsarena for sosiale ferdigheter og språklig aktivitet. Barna får økt forståelse for hvorfor sunn og variert mat er viktig for å holde kroppen i form, samtidig som det gir overskudd til å delta i lek og aktiviteter gjennom hele dagen.</p> <p>Barna lærer å praktisere regler for hygiene samt hvordan de kan bidra til trivsel og matro under måltidet. Fokus på kildesortering når avfall kastes etter måltidet.</p> <p><i>Meny for SFO sendes ut hver måned.</i></p>	<p>Hele året</p>
<p><b>Frukt og grønnsaker</b></p>	<p>SFO serverer variert frukt og/eller grønnsaker minimum to ganger i uka. Frukten serveres hovedsakelig de dagene vi har frokostblanding, grøt og knekkebrød.</p> <p>Frukt og grønnsaker brukes også som tilbehør/pålegg de dagene det er brødmat.</p>	<p>Frukt og grønnsaker bidrar til å holde energinivået oppe og blodsukkeret stabilt. Barna får overskudd til å delta i lek og aktiviteter utover ettermiddagen.</p> <p>Barna hjelper til med å dele ut frukt og grønnsaker.</p>	<p>Hele året</p>

<b>Temabingo</b>	Bingo med ulike tema som skilt, dyr, insekter, årstider, planter og trær.	Vi skaper interesse og undring over naturen og dens vesen.	Hele året
<b>Årstidene</b>	Gjennom turer, formingsaktiviteter og lek observerer endringene som skjer i naturen i skifte mellom de fire sesongene.	Observasjon og undring: Hvilke endringer skjer rundt oss gjennom årstidene? Barna øver på å beskrive noen viktige kjennetegn ved de fire årstidene gjennom observasjon av naturen og nærmiljøet.	Hele året
<b>Gjenbruk og redesign</b>	Vi bruker melkekartonger og annen emballasje/kartong på nytt og lar fantasien bestemme hva vi skal lage.	SFO legger til rette for aktiviteter der gjenbruk, redesign og bruk av materiell fra naturen inngår. Gjenbruk sikrer at eksisterende ting får et nytt liv, til fordel for miljøet.	Høst-vår
<b>Turer i nærmiljøet</b>	Gi barna kjennskap til lokalmiljøet og mulighetene som ligger i områdene rundt skolen. De ansatte legger til rette for variert lek og aktiviteter i naturen, som skaper undring og nysgjerrighet. Vi går til steder som Rolvsrudbanen, Rastaskogen, Blåbærskogen og Eventyrskogen.	Gjennom allsidige utendørsaktiviteter skal barna oppleve glede og mestingsfølelse i samspill med andre barn og voksne. Barna bruker sansene til å utforske naturen og de får positive erfaringer med friluftsliv.  De ansatte viser nysgjerrighet og interesse for naturens liv og vekster, samtidig er de gode rollemodeller og viser barna viktigheten av sporfri ferdsel med respekt for naturen.	Oktober-juni
<b>Bål</b>	Vi tar med vedkubber og tenner opp bål. Vi griller pølser, pinnebrød eller annen bålmat som barna har med seg.	Barna øver sikker atferd rundt bålet og under matlaging på bål. Vi blir kjent med når og hvor det er lov å tenne opp bål i naturen, og hvilke forhold som gjør det trygt med opptenning av ild.	Oktober-april
<b>Kokkeklubb/ Bakegruppe</b>	I skolefrie uker (høstferie, vinterferie og sommerferie) får barna tilbud om matlaging eller baking. Vi deler opp, kutter, smaker, og blander ingredienser, samt måler, veier og tilbereder.	Å delta i matlagingen bidrar til nysgjerrighet på ny mat og stimulerer til barns smaksutvikling. De ansatte er gode rollemodeller og hjelper barna til å teste nye smaker på en innbydende måte. Delmål: HMS på kjøkkenet.	Skolefrie uker
<b>Rusken</b>	Barna går i grupper og plukker søppel, etterpå sorterer de etter ulike kategorier. Plast, papp, mat, metall, glass osv.	Barna lærer seg å sortere søppel og vise omsorg for naturen. Gjennom Grønt Flagg programmet bidrar SFO til å skape gode vaner.	mai

SFO: 3.trinn

Aktivitet	Beskrivelse av aktivitet	Mål/Begrunnelse for valg av aktivitet	Når
<p><b>SFO tilbyr et enkelt mellommåltid fire dager i uken.</b></p> <p><b>Barna har med seg matpakke de dagene det er tur</b></p>	<p>Hva serverer vi?  <b>Brødmat og knekkebrød:</b> Grove produkter som er nøkkelhullsmerket</p> <p><b>Pålegg varierer mellom:</b> Makrell i tomat, kokt skinke, salami, kalkun/kylling-pålegg, leverpostei, egg, ost, halal-salami, halal-pastrami, planteGo med avokado, planteGo med grillet paprika, mager tubeost, kaviar, grønnsaker, fiske-kake/pudding/pinner.</p> <p><b>Korn/Frokostblanding:</b> Nøkkelhullsmerket frokostblanding, musli, granola og korn, ekstra lett melk beriket med vitamin D, og frukt/rosiner som tilbehør.</p> <p><b>Yoghurt, melk og biola:</b> serveres en-to ganger i uka, gjerne til korn eller knekkebrød</p> <p><b>Grøt:</b> Havregrynsgrøt (risgrøt til jul). og frukt/rosiner som tilbehør.</p> <p><b>Suppe:</b> Grønnsaksuppe, tomatsuppe, blomkålsuppe, suppelapskaus, gulrotsuppe, fiskesuppe.</p> <p><b>Varm mat:</b> Magre kjøttprodukter f.eks. kylling, kalkun, fisk, og karbonadedeig. Fullkorns ris og pasta. Grønnsaker til de fleste varme måltider.</p>	<p>Felles måltid er en viktig læringsarena for sosiale ferdigheter og språklig aktivitet. Barna får økt forståelse for hvorfor sunn og variert mat er viktig for å holde kroppen i form, samtidig som det gir overskudd til å delta i lek og aktiviteter gjennom hele dagen.</p> <p>Barna lærer å praktisere regler for hygiene samt hvordan de kan bidra til trivsel og matro under måltidet. Fokus på kildesortering når avfall kastes etter måltidet.</p> <p><i>Meny for SFO sendes ut hver måned.</i></p>	<p>Hele året</p>
<p><b>Frukt og grønnsaker</b></p>	<p>SFO serverer variert frukt og/eller grønnsaker minimum to ganger i uka. Frukten serveres hovedsakelig de dagene vi har frokostblanding, grøt og knekkebrød.</p> <p>Frukt og grønnsaker brukes også som tilbehør/pålegg de dagene det er brødmat.</p>	<p>Frukt og grønnsaker bidrar til å holde energinivået oppe og blodsukkeret stabilt. Barna får overskudd til å delta i lek og aktiviteter utover ettermiddagen.</p> <p>Barna får hjelpe til å dele opp og servere frukt og grønnsaker til de andre på basen.</p>	<p>Hele året</p>

<b>Temabingo</b>	Bingo med ulike tema som skilt, dyr, insekter, årstider, planter og trær.	Vi skaper interesse og undring over naturen og dens vesen.	Hele året
<b>Kokkeklubb/ Bakegruppe</b>	Barna får tilbud om matlaging eller baking. Vi søker frem oppskrifter, deler opp, kutter, smaker, og blander ingredienser, samt måler, veier og tilbereder.	Å delta i matlagingen bidrar til nysgjerrighet på ny mat og stimulerer til barns smaksutvikling. De ansatte er gode rollemønstre og hjelper barna til å teste nye smaker på en innbydende måte. Delmål: HMS på kjøkkenet.	Hver måned
<b>Søppelåker</b>	Vi graver ned 3-4 ulike gjenstander i jorda på høsten, vi drøfter og undrer oss over hvilke gjenstander som kan brytes ned i løpet av vinteren. På våren graver vi opp åkeren og ser hva som har skjedd.	Vi får kjennskap til hva naturen klarer å bryte ned og blir bevisste på hva man bør unngå å kaste fra seg i naturen.	Høst og vår
<b>Skolehagen</b>	3. og 4. trinn benytter seg av skolehagen på Skårer gård, samt følger opp vår egen skolehage på Rasta. Vi dyrker frem grønnsaker som høstes inn i 4. klasse.	Barna skal lære hvordan mat blir produsert og utvikler forståelse for økologiske kretsløp og bærekraft. Gjennom aktivitet, sanseopplevelser, sunt kosthold og samhandling får barna bedre helse.	Høst og vår
<b>Turer i nærmiljøet</b>	Gi barna kjennskap til lokalmiljøet og mulighetene som ligger i områdene rundt skolen. De ansatte legger til rette for variert lek og aktiviteter i naturen, som skaper undring og nysgjerrighet. Vi går til steder som Rolvsrudbanen, Rastaskogen, Blåbærskogen, Eventyrskogen, Vallerud aktivitetspark, Rådhusparken, Skolehagen og Bingen.	Gjennom allsidige utendørsaktiviteter skal barna oppleve glede og mestringfølelse i samspill med andre barn og voksne.  De ansatte legger til rette for allsidig bruk av natur og nærmiljø og skaper dermed nye arenaer for sosialt samspill og mestringfølelse.	Oktober-juni
<b>Bål</b>	Barna hjelper til med å stable vedkubber og tenne opp bålet sammen med de ansatte. Vi lager mat og koser oss rundt bålet sammen.	Barna øver sikker atferd rundt bålet og under matlaging på bål. Barna får prøve seg på sikker opptenning og slukking av bålet. Vi praktiserer reglene for bålrensing og vet hvilke forhold som gjør det trygt med opptenning av ild i utmark.	Oktober-april
<b>Gjenbruk og redesign</b>	Barna tar med seg et gammelt klesplagg og vi lager noe nytt og fint ut av det. Gamle syltetøyglass blir fin pynt på juleverkstedet.	SFO legger til rette for aktiviteter der gjenbruk, redesign og bruk av materiell fra naturen inngår. Gjenbruk sikrer at eksisterende ting får et nytt liv, til fordel for miljøet.	Vinter og vår
<b>Rusken</b>	Barna går i grupper og plukker søppel, etterpå sorterer de etter ulike kategorier. Plast, papp, mat, metall, glass osv.	Barna lærer seg å sortere søppel og vise omsorg for naturen. Gjennom Grønt Flagg programmet bidrar SFO til å skape gode vaner.	mai



## SFO: 4.trinn

Aktivitet	Beskrivelse av aktivitet	Mål/Begrunnelse for valg av aktivitet	Når
<p><b>SFO tilbyr et enkelt mellommåltid fire dager i uken.</b></p> <p><b>Barna har med seg matpakke de dagene det er tur</b></p>	<p>Hva serverer vi?</p> <p><b>Brødmat og knekkebrød:</b> Grove produkter som er nøkkelhullsmerket</p> <p><b>Pålegg varierer mellom:</b> Makrell i tomat, kokt skinke, salami, kalkun/kylling-pålegg, leverpostei, egg, ost, halal-salami, halal-pastrami, planteGo med avokado, planteGo med grillet paprika, mager tubeost, kaviar, grønnsaker, fiske-kake/pudding/pinner.</p> <p><b>Korn/Frokostblanding:</b> Nøkkelhullsmerket frokostblanding, musli, granola og korn, ekstra lett melk beriket med vitamin D, og frukt/rosiner som tilbehør.</p> <p><b>Yoghurt, melk og biola:</b> serveres en-to ganger i uka, gjerne til korn eller knekkebrød</p> <p><b>Grøt:</b> Havregrynsgrøt (risgrøt til jul). og frukt/rosiner som tilbehør.</p> <p><b>Suppe:</b> Grønnsaksuppe, tomatsuppe, blomkålsuppe, suppelapskaus, gulrotsuppe, fiskesuppe.</p> <p><b>Varm mat:</b> Magre kjøttprodukter f.eks. kylling, kalkun, fisk, og karbonadedeig. Fullkorns ris og pasta. Grønnsaker til de fleste varme måltider.</p>	<p>Felles måltid er en viktig læringsarena for sosiale ferdigheter og språklig aktivitet.</p> <p>Barna får økt forståelse for hvorfor sunn og variert mat er viktig for å holde kroppen i form, samtidig som det gir overskudd til å delta i lek og aktiviteter gjennom hele dagen.</p> <p>Barna lærer å praktisere regler for hygiene samt hvordan de kan bidra til trivsel og matro under måltidet. Fokus på kildesortering når avfall kastes etter måltidet.</p> <p><i>Meny for SFO sendes ut hver måned.</i></p>	Hele året
<p><b>Frukt og grønnsaker</b></p>	<p>SFO serverer variert frukt og/eller grønnsaker minimum to ganger i uka. Frukten serveres hovedsakelig de dagene vi har frokostblanding, grøt og knekkebrød.</p> <p>Frukt og grønnsaker brukes også som tilbehør/pålegg de dagene det er brødmat.</p>	<p>Frukt og grønnsaker bidrar til å holde energinivået oppe og blodsukkeret stabilt. Barna får overskudd til å delta i lek og aktiviteter utover ettermiddagen.</p> <p>Barna får hjelpe til å dele opp og servere frukt og grønnsaker til de andre på basen.</p>	Hele året

<b>Temabingo</b>	Bingo med ulike tema som skilt, dyr, insekter, årstider, planter og trær.	Vi skaper interesse og undring over naturen og dens vesen.	Hele året
<b>Kokkeklubb/ Bakegruppe</b>	Barna får tilbud om matlaging eller baking. Vi søker frem oppskrifter, deler opp, kutter, smaker, og blander ingredienser, samt måler, veier og tilbereder.	Å delta i matlagingen bidrar til nysgjerrighet på ny mat og stimulerer til barns smaksutvikling. De ansatte er gode rollemønstre og hjelper barna til å teste nye smaker på en innbydende måte. Delmål: HMS på kjøkkenet.	Hver måned
<b>Skolehagen</b>	3. og 4. trinn benytter seg av skolehagen på Skårer gård, samt følger opp vår egen skolehage på Rasta. Vi dyrker frem grønnsaker som høstes inn i 4. klasse.	Barna skal lære hvordan mat blir produsert og utvikler forståelse for økologiske kretsløp og bærekraft. Gjennom aktivitet, sanseopplevelser, sunt kosthold og samhandling får barna bedre helse.	Høst og vår
<b>Turer i nærmiljøet</b>	Gi barna kjennskap til lokalmiljøet og mulighetene som ligger i områdene rundt skolen. De ansatte legger til rette for variert lek og aktiviteter i naturen, som skaper undring og nysgjerrighet. Vi går til steder som Rolvsrudbanen, Rastaskogen, Blåbærskogen, Eventyrskogen, Vallerud aktivitetspark, Rådhusparken, Skolehagen og Bingen.	Gjennom allsidige utendørsaktiviteter skal barna oppleve glede og mestringfølelse i samspill med andre barn og voksne.  De ansatte legger til rette for allsidig bruk av natur og nærmiljø og skaper dermed nye arenaer for sosialt samspill og mestringfølelse.	Oktober-juni
<b>Bål / Bålmat</b>	Vi tar med vedkubber og tenner opp bål. Barna øver på sikker opptenning og slukking av bålet og får prøve seg som kokker ved bruk av åpen ild i naturen.	Barna øver sikker atferd rundt bålet og under matlaging på bål. Vi praktiserer reglene for bålbrenning og vet hvilke forhold som gjør det trygt med opptenning av ild i utmark.	Oktober-april
<b>Gjenbruk og redesign.</b>	Vi lager vever av kvister vi finner i naturen og bruker gamle klesplagg til å veve med. Vi lager matstasjon til fuglene av gamle melkekartonger og dyrker frø i yoghurtbeger.	SFO legger til rette for aktiviteter der gjenbruk, redesign og bruk av materiell fra naturen inngår. Gjenbruk sikrer at eksisterende ting får et nytt liv, til fordel for miljøet.	Vinter og vår
<b>Rusken</b>	Barna går i grupper og plukker søppel, etterpå sorterer de etter ulike kategorier. Plast, papp, mat, metall, glass osv.	Barna lærer seg å sortere søppel og vise omsorg for naturen. Gjennom Grønt Flagg programmet bidrar SFO til å skape gode vaner.	mai

## Målområde 3: Kreativitet og utforskertrang

Kunst og kultur stimulerer til bruk av fantasi, kreativitet og skaper rom for fellesskap og estetiske opplevelser.

Det skal gi «Det skapende barnet» mulighet til å reflektere, bruke sansene, undre seg, skape nysgjerrighet og mestringsfølelse.

Kreative og skapende evner bidrar til å berike samfunnet og barn som lærer gjennom skapende virksomhet utvikler evnen til å uttrykke seg på ulike måter, til å løse problemer og stille nye spørsmål.

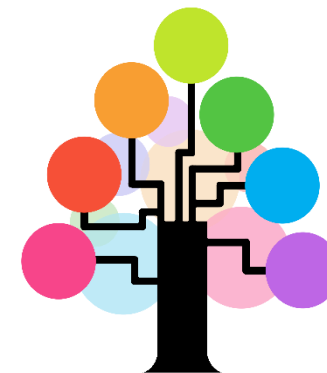
Det er viktig å ta vare på den kreative delen av samfunnet utenfor den digitale verden.

### Mål:

- SFO lar barna utfolde skaperglede, engasjement og utforskertrang.
- SFO gir barna erfaring med å se muligheter og omsette ideer til handling.
- SFO gir barna rom og tid til egenstyrte aktiviteter, medbestemmelse og medvirkning.
- SFO gir barna mestringsfølelse ved å få tilgang til kreative og skapende aktiviteter.

### Strategier:

- De ansatte legger til rette for deltagelse i varierte kunst- og kulturaktiviteter i samarbeide med barna.
- Barna har tilgang til og får ta i bruk variert materiell og utstyr.
- De ansatte legger til rette for at barna får en arena hvor de synliggjør sin kreativitet.
- Barna blir kjent med forskjellige sider ved barnekultur som sangleker, rim, regler, eventyr og tradisjonsleker.
- SFO utnytter den kunst- og kulturfaglige kompetansen som finnes i personalet.



### SFO: 1.trinn

Aktivitet	Beskrivelse av aktivitet	Mål/Begrunnelse for valg av aktivitet	Når
<b>Formingsaktiviteter</b>	Ukentlige, varierte formingsaktiviteter tilpasset til de ulike årstidene og barnas egne ønsker. Papir, tekstil, garn, perler, maling, kartong, lim, materiale fra naturen, etc.	Finmotorisk og kreativ utvikling. Barna får bearbeidet opplevelser og inntrykk gjennom formingslek. De ansatte legger til rette for deltagelse i varierte kunst- og kulturaktiviteter i samarbeide med barna. Barna har tilgang til og får ta i bruk variert materiell og utstyr.	Hele året
<b>Tradisjonelle barneleker</b>	Sanglek, gruppelek og samarbeidsleker som for eksempel Har'n, Rødt-grønt lys, Boksen går, Gjemsel, Stiv heks etc.	Gjennom barneleker deles glade øyeblikk der barna kan føle mestring. Det skapes et solid grunnlag for et positivt samspill og gode relasjoner, samt inkludering og samhold.	Hele året

<b>Konstruksjonslek</b>	Lego, Duplo, Plus-Plus, Kapla og andre konstruksjonsleker vil være tilgjengelig på basen hver dag.	Barna trener grunnleggende bevegelser og oppøver ferdigheter i lek med ulike konstruksjonsformer. Øye-håndkoordinasjon, kreativitet og finmotorikk videreutvikles.	Hele året
<b>Disko og dans</b>	Vi skrur opp volumet og rister løs til musikken, både ute og inne.	Gjennom dans øver barna opp ferdigheter som koordinasjon, fleksibilitet, styrke og balanse. Vi legger vekt på danseglede, kreativitet og fantasi. Danselek gir godt grunnlag for videre fysisk aktivitet, og passer for alle aldre og ferdighetsnivåer.	Hele året
<b>Eksperimenter</b>	Enkle eksperimenter der vi undrer oss sammen, drøfter ulike teorier og tester de i praksis.	Gjennom eksperimenter og enkle forsøk stimulerer vi den medfødte nysgjerrigheten, samtidig får barna erfaringer med nye ord og sammenhenger.	Skolefrie uker
<b>Kreativt kaos</b>	Vi samler sammen diverse materiale og gjenstander for å skape noe nytt og unikt. De ansatte finner frem det tilgjengelige utstyret og barna lager det de selv ønsker. I slutten av uka har vi utstilling for alle avdelingene på SFO.	Vi inspirerer til kreativ tenkning. Barna øver seg på å se muligheter og omsette ideer til handling og får en arena hvor de kan vise frem sin kreativitet.	3-4 ganger per år
<b>Trolldig og plastelina</b>	Barnas hender jobber i takt med fantasien når de triller og lager figurer og former.	Kreativ utvikling skjer når barna får jobbe med materialer som ikke har en fasit, noe de kan forme slik de selv ønsker.	Høst-vår
<b>Utkledning og ansiktsmaling</b>	Ved ulike anledninger gjennom året vil vi kle oss ut og få ansiktsmaling som legger til rette for variert og kreativ rollelek.	Stimulerer til bruk av fantasi, kreativitet og skaper rom for fellesskap og glede.	Høst-vår
<b>Snølek</b>	Aking, bygging og annen fysisk aktivitet og kreativ lek i snøen.	Variert fysisk aktivitet og lek tilpasset årstiden som utfordrer hele sanseapparatet og styrker barnas utvikling på alle områder.	Vinter

## SFO: 2.trinn

Aktivitet	Beskrivelse av aktivitet	Mål/Begrunnelse for valg av aktivitet	Når
<b>Formingsaktiviteter</b>	Ukentlige, varierte formingsaktiviteter tilpasset til de ulike årstidene og barnas egne ønsker. Papir, tekstil, garn, perler, maling, kartong, lim, materiale fra naturen, etc.	Finmotorisk og kreativ utvikling. Barna får bearbeidet opplevelser og inntrykk gjennom formingslek. De ansatte legger til rette for deltagelse i varierte kunst- og kulturaktiviteter i samarbeide med barna. Barna har tilgang til og får ta i bruk variert materiell og utstyr.	Hele året
<b>Konstruksjonslek</b>	Lego, Duplo, Plus-Plus, Kapla og andre konstruksjonsleker vil være tilgjengelig på basen hver dag.	Barna trener grunnleggende bevegelser og oppøver ferdigheter i lek med ulike konstruksjonsformer. Øye-håndkoordinasjon, kreativitet og finmotorikk videreutvikles.	Hele året
<b>Disko og dans</b>	Vi skrur opp volumet og rister løs til musikken og øver dansetrinn til Let's Dance.	Gjennom dans øver barna opp ferdigheter som koordinasjon, fleksibilitet, styrke og balanse. Vi legger vekt på danseglede, kreativitet og fantasi. Danselek gir godt grunnlag for videre fysisk aktivitet, og passer for alle aldre og ferdighetsnivåer.	Hele året
<b>Tradisjonelle barneleker</b>	Sanglek, gruppelek og samarbeidsleker som for eksempel Har'n, Rødt-grønt lys, Boksen går, Gjemsel, Stiv heks etc.	Gjennom barneleker deles glade øyeblikk der barna kan føle mestring. Det skapes et solid grunnlag for et positivt samspill og gode relasjoner, samt inkludering og samhold.	Hele året
<b>Trolldeig og plastelina</b>	Barnas hender jobber i takt med fantasien når de triller og lager figurer og former.	Kreativ utvikling skjer når barna får jobbe med materialer som ikke har en fasit, noe de kan forme slik de selv ønsker.	Høst-vår
<b>Utkledning og ansiktsmaling</b>	Ved ulike anledninger gjennom året vil vi kle oss ut og få ansiktsmaling som legger til rette for variert og kreativ rollelek.	Stimulerer til bruk av fantasi, kreativitet og skaper rom for fellesskap og glede.	Høst-vinter
<b>Eksperimenter</b>	Enkle eksperimenter der vi undrer oss sammen, drøfter ulike teorier og tester de i praksis.	Gjennom eksperimenter og enkle forsøk stimulerer vi den medfødte nysgjerrigheten, samtidig får barna erfaringer med nye ord og sammenhenger.	Skolefrie uker
<b>Kreativt kaos</b>	Vi samler sammen diverse materiale og gjenstander for å skape noe nytt og unikt. De ansatte finner frem det tilgjengelige utstyret og barna lager det de selv ønsker. I slutten av uka har vi utstilling for alle avdelingene på SFO.	Vi inspirerer til kreativ tenkning. Barna øver seg på å se muligheter og omsette ideer til handling og får en arena hvor de kan vise frem sin kreativitet.	3-4 ganger per år
<b>Snølek</b>	Aking, bygging og annen fysisk aktivitet og kreativ lek i snøen.	Variert fysisk aktivitet og lek tilpasset årstiden som utfordrer hele sanseapparatet og styrker barnas utvikling på alle områder.	Vinter

## SFO: 3.trinn

Aktivitet	Beskrivelse av aktivitet	Mål/Begrunnelse for valg av aktivitet	Når
<b>Formingsaktiviteter</b>	Ukentlige, varierte formingsaktiviteter tilpasset til de ulike årstidene og barnas egne ønsker. Papir, tekstil, garn, perler, maling, kartong, lim, materiale fra naturen, etc.	Finmotorisk og kreativ utvikling. Barna får bearbeidet opplevelser og inntrykk gjennom formingslek. De ansatte legger til rette for deltagelse i varierte kunst- og kulturaktiviteter i samarbeide med barna. Barna har tilgang til og får ta i bruk variert materiell og utstyr.	Hele året
<b>Konstruksjonslek</b>	Lego, Duplo, Plus-Plus, Kapla og andre konstruksjonsleker vil være tilgjengelig på basen hver dag.	Barna trener grunnleggende bevegelser og oppøver ferdigheter i lek med ulike konstruksjonsformer. Øye-håndkoordinasjon, kreativitet og finmotorikk videreutvikles.	Hele året
<b>Disko og dans</b>	Vi skrur opp volumet og rister løs til musikken og ser nærmere på dans fra ulike kulturer.	Gjennom dans øver barna opp ferdigheter som koordinasjon, fleksibilitet, styrke og balanse. Vi legger vekt på dansegledede, kreativitet og fantasi. Danselek gir godt grunnlag for videre fysisk aktivitet, og passer for alle aldre og ferdighetsnivåer.	Hele året
<b>Tradisjonelle barneleker</b>	Sanglek, gruppelek og samarbeidsleker som for eksempel Høl i hatten, Kubbe, Boksen går, 7ern, Titten på hjørnet etc.	Gjennom barneleker deles glade øyeblikk der barna kan føle mestring. Det skapes et solid grunnlag for et positivt samspill og gode relasjoner, samt inkludering og samhold.	Hele året
<b>Kreativt kaos</b>	Vi samler sammen diverse materiale og gjenstander for å skape noe nytt og unikt. De ansatte finner frem det tilgjengelige utstyret og barna lager det de selv ønsker. I slutten av uka har vi utstilling for alle avdelingene på SFO.	Vi inspirerer til kreativ tenkning. Barna øver seg på å se muligheter og omsette ideer til handling og får en arena hvor de kan vise frem sin kreativitet.	3-4 ganger per år
<b>Modelleire og gips</b>	Barnas hender jobber i takt med fantasien når de skaper og lager figurer og former.	Kreativ utvikling skjer når barna får jobbe med materialer som ikke har en fasit, noe de kan forme slik de selv ønsker.	Høst-vinter
<b>Utkledning og ansiktsmaling</b>	Ved ulike anledninger gjennom året vil vi kle oss ut og få ansiktsmaling som legger til rette for variert og kreativ rollelek.	Stimulerer til bruk av fantasi, kreativitet og skaper rom for fellesskap og glede.	Høst-vinter
<b>Eksperimenter</b>	Enkle eksperimenter der vi undrer oss sammen, drøfter ulike teorier og tester de i praksis.	Gjennom eksperimenter og enkle forsøk stimulerer vi den medfødte nysgjerrigheten, samtidig får barna erfaringer med nye ord og sammenhenger.	Skolefrie uker
<b>Snølek</b>	Aking, bygging og annen fysisk aktivitet og kreativ lek i snøen. Snølykter, flaskebane, skihoppere og bobbane.	Variert fysisk aktivitet og lek tilpasset årstiden som utfordrer hele sanseapparatet og styrker barnas utvikling på alle områder.	Vinter

## SFO: 4.trinn

Aktivitet	Beskrivelse av aktivitet	Mål/Begrunnelse for valg av aktivitet	Når
<b>Formings-aktiviteter</b>	Ukentlige, varierte formingsaktiviteter tilpasset til de ulike årstidene og barnas egne ønsker. Papir, tekstil, garn, perler, maling, kartong, lim, materiale fra naturen, etc.	Finmotorisk og kreativ utvikling. Barna får bearbeidet opplevelser og inntrykk gjennom formingslek. De ansatte legger til rette for deltagelse i varierte kunst- og kulturaktiviteter i samarbeide med barna. Barna har tilgang til og får ta i bruk variert materiell og utstyr.	Hele året
<b>Disko og dans</b>	Vi skrur opp volumet og rister løs til musikken og ser nærmere på dans fra ulike kulturer.	Gjennom dans øver barna opp ferdigheter som koordinasjon, fleksibilitet, styrke og balanse. Vi legger vekt på danseglede, kreativitet og fantasi. Danselek gir godt grunnlag for videre fysisk aktivitet, og passer for alle aldre og ferdighetsnivåer.	Hele året
<b>Tradisjonelle barneleker</b>	Sanglek, gruppelek og samarbeidsleker som for eksempel Høl i hatten, Kubb, Boksen går, 7ern, Titten på hjørnet etc	Gjennom barneleker deles glade øyeblikk der barna kan føle mestring. Det skapes et solid grunnlag for et positivt samspill og gode relasjoner, samt inkludering og samhold.	Hele året
<b>SFO-galleri</b>	4. trinn bruker iPad til å ta bilder og dokumentere det som skapes på SFO. Bildene skrives ut og henges opp til utstilling for barn og foresatte.	Synliggjøring av kreativiteten til barna. Det legges til rette for bruk av teknologi og kreativ utfoldelse, samtidig som vi øver nettvett og personvern.	Hele året
<b>Eksperimenter</b>	Enkle eksperimenter der vi undrer oss sammen, drøfter ulike teorier og tester de i praksis.	Gjennom eksperimenter og enkle forsøk stimulerer vi den medfødte nysgjerrigheten, samtidig får barna erfaringer med nye ord og sammenhenger.	Skolefrie uker
<b>Kreativt kaos</b>	Vi samler sammen diverse materiale og gjenstander for å skape noe nytt og unikt. De ansatte finner frem det tilgjengelige utstyret og barna lager det de selv ønsker. I slutten av uka har vi utstilling for alle avdelingene på SFO.	Vi inspirerer til kreativ tenkning. Barna øver seg på å se muligheter og omsette ideer til handling og får en arena hvor de kan vise frem sin kreativitet.	3-4 ganger per år
<b>Modelleire og gips</b>	Barnas hender jobber i takt med fantasien når de skaper og lager figurer og former.	Kreativ utvikling skjer når barna får jobbe med materialer som ikke har en fasit, noe de kan forme slik de selv ønsker.	Høst-vinter
<b>Utkledning og ansiktsmaling</b>	Ved ulike anledninger gjennom året vil vi kle oss ut og få ansiktsmaling som legger til rette for variert og kreativ rollelek.	Stimulerer til bruk av fantasi, kreativitet og skaper rom for fellesskap og glede.	Høst-vår
<b>Snølek</b>	Aking, bygging og annen fysisk aktivitet og kreativ lek i snøen. Isskulpturer, flaskebane, skihoppere og bob-bane.	Variert fysisk aktivitet og lek tilpasset årstiden som utfordrer hele sanseapparatet og styrker barnas utvikling på alle områder.	Vinter

## Målområde 4: Lek og fysisk aktivitet

For barna i SFO er lek nødvendig for trivsel og utvikling, og gir mulighet for kreativ og meningsfull læring. Kreative og skapende evner bidrar til å berike samfunnet.

SFO er en arena der barn leker under tilsyn av, men uten unødig innblanding fra voksne. SFO er også en læringsarena for trening av grunnleggende ferdigheter på lekens premisser.

Lek og fysisk aktivitet utvikler barnas psykiske og fysiske helse. Barna opplever et allsidig spekter av aktiviteter innenfor lek, idrett og friluftsliv. Det er balanse mellom frilek, organiserte aktiviteter og å kunne ta det med ro i en hektisk hverdag.

### Mål:

- Barna opplever en positiv fritid og følelse av mestring gjennom lek
- Barna opplever å ha kontroll og tar initiativ i lek som ikke er styrt av de voksne
- Barn opplever lek som stimulerer alle sider ved barns utvikling, motorisk, språklig og sosialt
- SFO understøtter skolens arbeid med ferdigheter og fag
- Barna opplever mestringsglede og inkludering som gir grunnlag for god helse og varig interesse for fysisk aktivitet

### Strategier:

- Det tilrettelegges for både fri og organisert lek. De voksne på SFO støtter opp under barns interesser og foreslå og vise muligheter
- De voksne på SFO legger til rette for at barna leker, utforsker og utfolder seg på en naturlig og trygg måte
- Ansatte på SFO har gode kunnskaper om lek, og bruker lek som metode for å inkludere alle barn i lek og aktiviteter
- Skolens planer er tilgjengelig for SFO
- Det er tilgjengelig et godt utvalg med pedagogisk materiell
- Det øves på grunnleggende ferdigheter innenfor rammen av de daglige gjøremålene på SFO
- SFO har kompetanse for å tilpasse fysiske aktiviteter til ulike aldersgrupper og funksjonsnivå



## SFO: 1.trinn

Aktivitet	Beskrivelse av aktivitet	Mål/Begrunnelse for valg av aktivitet	Når
<b>Bli kjent-leker og Rasta-heftet</b>	Enkle leker, aktiviteter og samlingsstunder der alle har forutsetninger for å delta. Lekene fra Rasta-heftet kjenner barna igjen fra leken i barnehagen.	Skape trygghet, bygge relasjoner, inkludere alle og videreutvikle sosiale ferdigheter.	August-september
<b>Frilek</b>	Frilek hvor barna selv bruker skolens ute- og innearealer på sin kreative måte. Voksne vil alltid være tilgjengelig i området for å bistå og veilede, dersom det oppstår konflikter som ikke kan løses av barna selv.	Barna trener sine sosiale ferdigheter i samspill med andre barn og voksne. Frilek stimulerer til motorisk, sosial, intellektuell og emosjonell utvikling. Barna øver konflikthåndtering, blir mer selvstendige og etter hvert klarer de å løse utfordringer på egenhånd.	Hele året
<b>Fysisk aktivitet</b>	Daglig fysisk aktivitet og lek i skolens uteområde: klatre, huske, hoppetau, paradiset, lek i sandkasse, bandy, fotball, hoppstokker, skli, ake m.m.	Fysiske aktiviteter og leker som utfordrer hele sanseapparatet. Grunnleggende bevegelser brukes og styrkes i variert miljø og ulike aktiviteter.	Hele året
<b>Gymsal</b>	Varierte voksenstyrte og frie aktiviteter i skolens Gymsal: Stafetter, turn, lek med ball, lagidrett, sirkeltrening m.m.	Fysisk aktivitet styrker barnas utvikling både grovmotorisk, psykisk og sosialt. Barna skal være aktive og ha det gøy mens de trener sosiale ferdigheter, teknikk, taktikk og regler i allsidige leker og idretter.	Ukentlig
<b>Sangleker</b>	I samlingsstunder, aktiviteter og lek lærer vi sangleker, rim og regler som barna viderefører i frileken sin.	Læringsstøttende aktivitet der barna øver på enkle ord, tall, rim og regler på norsk og engelsk.	Hele året
<b>Brettspill og kortspill</b>	Lesebrettet, Ludo, Villkatten, Shut the Box, Memory, Krig, Vri åtter, Tre på rad Stige Spill etc.	Barna oppøver tallforståelse, taktikk, begreper, hurtighet og hukommelse. Vi øver «tap og vinn med samme sinn».	Hele året
<b>Skilek</b>	Barna tar med langrennsski eller miniski og går løyper i skolens uteområde.	Barna oppøver sine ferdigheter og opplever sosialt fellesskap og glede rundt en tradisjonsrik vinteraktivitet. Grovmotorikk, balanse og koordinasjonen videreutvikles.	Vinter

## SFO: 2.trinn

Aktivitet	Beskrivelse av aktivitet	Mål/Begrunnelse for valg av aktivitet	Når
<b>Frilek</b>	Frilek hvor barna selv bruker skolens ute- og innearealer på sin kreative måte. Voksne vil alltid være tilgjengelig i området for å bistå og veilede, dersom det oppstår konflikter som ikke kan løses av barna selv.	Barna trener sine sosiale ferdigheter i samspill med andre barn og voksne. Frilek stimulerer til motorisk, sosial, intellektuell og emosjonell utvikling. Barna øver konflikthåndtering, blir mer selvstendige og etter hvert klarer de å løse utfordringer på egenhånd.	Hele året
<b>Sangleker</b>	I samlingsstunder, aktiviteter og lek lærer vi sangleker, rim og regler som barna viderefører i frileken sin.	Læringsstøttende aktivitet der barna øver på enkle ord, tall, rim og regler på norsk og engelsk.	Hele året
<b>Fysisk aktivitet</b>	Daglig fysisk aktivitet og lek i skolens uteområde: klatre, huske, hoppetau, paradiset, lek i sandkasse, bandy, fotball, styller, hoppestokker, skli, ake m.m.	Fysiske aktiviteter og leker som utfordrer hele sanseapparatet. Grunnleggende bevegelser brukes og styrkes i variert miljø og ulike aktiviteter.	Hele året
<b>Gymsal</b>	Varierte voksenstyrte og frie aktiviteter i skolens Gymsal der vi har et nytt fokusområde hver måned. Stafetter, turn, lek med ball, lagidrett, sirkeltrening m.m.	Fysisk aktivitet styrker barnas utvikling både grovmotorisk, psykisk og sosialt. Barna skal være aktive og ha det gøy mens de trener sosiale ferdigheter, teknikk, taktikk og regler i allsidige leker og idretter.	Ukentlig
<b>Brettspill og kortspill</b>	Lesebrettet, Fantorangen, Villkatten, Shut the Box, Sjakk, Memory, Yatzy, Krig, Vri åtter, Tre på rad etc.	Barna oppøver tallforståelse, taktikk, begreper, hurtighet og hukommelse. Vi øver «tap og vinn med samme sinn».	Hele året
<b>Kahoot</b>	Spørrekonkurransen der barna kan konkurrere mot seg selv eller medelever i temaer de har lært på skole og SFO.	SFO understøtter skolens arbeid med ferdigheter og fag	Hele året
<b>Bingo</b>	Barna har egne brett og må gjenkjenne og krysse av tallene som blir trukket.	Bingo er en læringsstøttende aktivitet gjennomført i fellesskap. Den gir rom for språklig utvikling og oppøving av tallforståelsen.	Hele året
<b>Skilek</b>	Barna tar med langrennsski eller miniski og går løyper i skolens uteområde.	Barna oppøver sine ferdigheter og opplever sosialt fellesskap og glede rundt en tradisjonsrik vinteraktivitet. Grovmotorikk, balanse og koordinasjonen videreutvikles.	Vinter

## SFO: 3.trinn

Aktivitet	Beskrivelse av aktivitet	Mål/Begrunnelse for valg av aktivitet	Når
<b>Frilek</b>	Frilek hvor barna selv bruker skolens ute- og innearealer på sin kreative måte. Voksne vil alltid være tilgjengelig i området for å bistå og veilede, dersom det oppstår konflikter som ikke kan løses av barna selv.	Barna trener sine sosiale ferdigheter i samspill med andre barn og voksne. Frilek stimulerer til motorisk, sosial, intellektuell og emosjonell utvikling. Barna øver konflikthåndtering, blir mer selvstendige og etter hvert klarer de å løse utfordringer på egenhånd.	Hele året
<b>Fysisk aktivitet</b>	Daglig fysisk aktivitet og lek i skolens uteområde: huske, hoppetau, kubb, stikkball, slåball, basket, kanonball, bandy, fotball, stylter, hoppestokker, skli, ake, lek i fjellet, lek i myra, m.m.	Fysiske aktiviteter og leker som utfordrer hele sansesystemet. Grunnleggende bevegelser brukes og styrkes i variert miljø og ulike aktiviteter.	Hele året
<b>Gymsal</b>	Varierte voksenstyrte og frie aktiviteter i skolens Gymsal der vi har et nytt fokusområde hver måned. Stafetter, turn, lek med ball, lagidrett, sirkeltrening m.m.	Fysisk aktivitet styrker barnas utvikling både grovmotorisk, psykisk og sosialt. Barna skal være aktive og ha det gøy mens de trener sosiale ferdigheter, teknikk, taktikk og regler i allsidige leker og idretter.	Ukentlig
<b>Brettspill og kortspill</b>	Villkatten, Sjakk, Fantasi, Scrabble, Yatzy, Kortspill Tre på rad, Mix Max, etc.	Barna oppøver tallforståelse, taktikk, begreper, hurtighet og hukommelse. Vi øver «tap og vinn med samme sinn».	Hele året
<b>Bingo</b>	Barna har egne brett og må gjenkjenne og krysse av tallene som blir trukket.	Bingo er en læringsstøttende aktivitet gjennomført i fellesskap. Den gir rom for språklig utvikling og oppøving av tallforståelsen.	Hele året
<b>Kahoot</b>	Spørrekonkurranse der barna kan konkurrere mot seg selv eller medelever i temaer de har lært på skole og SFO.	SFO understøtter skolens arbeid med ferdigheter og fag	Hele året
<b>Skilek og skøyter</b>	Barna tar med langrennsski eller miniski og går løyper i skolens uteområde.  Vi går på skøyter ved Vallerud aktivitetspark eller ved Røykås Velhus.	Barna oppøver sine ferdigheter og opplever sosialt fellesskap og glede rundt en tradisjonsrik vinteraktivitet. Grovmotorikk, balanse og koordinasjonen videreutvikles.	Vinter

## SFO: 4.trinn

Aktivitet	Beskrivelse av aktivitet	Mål/Begrunnelse for valg av aktivitet	Når
<b>Frilek</b>	Frilek hvor barna selv bruker skolens ute- og innearealer på sin kreative måte. Voksne vil alltid være tilgjengelig i området for å bistå og veilede, dersom det oppstår konflikter som ikke kan løses av barna selv.	Barna trener sine sosiale ferdigheter i samspill med andre barn og voksne. Frilek stimulerer til motorisk, sosial, intellektuell og emosjonell utvikling. Barna øver konflikthåndtering, blir mer selvstendige og etter hvert klarer de å løse utfordringer på egenhånd.	Hele året
<b>Fysisk aktivitet</b>	Daglig fysisk aktivitet og lek i skolens uteområde: huske, hoppetau, kubb, stikkball, slåball, basket, kanonball, bandy, fotball, stylter, hoppestokker, skli, ake, lek i fjellet, lek i myra, m.m.	Fysiske aktiviteter og leker som utfordrer hele sansesystemet. Grunnleggende bevegelser brukes og styrkes i variert miljø og ulike aktiviteter.	Hele året
<b>Gymsal</b>	Varierte voksenstyrte og frie aktiviteter i skolens Gymsal der vi har et nytt fokusområde hver måned. Stafetter, turn, lek med ball, lagidrett, sirkeltrening m.m.	Fysisk aktivitet styrker barnas utvikling både grovmotorisk, psykisk og sosialt. Barna skal være aktive og ha det gøy mens de trener sosiale ferdigheter, teknikk, taktikk og regler i allsidige leker og idretter.	Ukentlig
<b>Brettspill og kortspill</b>	Villkatten, Sjakk, Fantasi, Labyrint, Diamanten, Scrabble, Yatzy, Kortspill Tre på rad, Mix Max, etc.	Barna oppøver tallforståelse, taktikk, begreper, hurtighet og hukommelse. Vi øver «tap og vinn med samme sinn».	Hele året
<b>Kahoot</b>	Barna lager egne spørrekonkurranser der barna kan konkurrere mot seg selv eller medelever i temaer de har lært på skole og SFO.	SFO understøtter skolens arbeid med ferdigheter og fag	Hele året
<b>Skilek og skøyter</b>	Barna tar med langrennsski eller miniski og går løyper i skolens uteområde.  Vi går på skøyter ved Vallerud aktivitetspark eller ved Røykås Velhus.	Barna oppøver sine ferdigheter og opplever sosialt fellesskap og glede rundt en tradisjonsrik vinteraktivitet. Grovmotorikk, balanse og koordinasjonen videreutvikles.	Vinter
<b>SNØ</b>	Tilbud til 4. trinn om kurs på SNØ	Barna skal få kjenne på skiglede og mestringsfølelse.	Vinter