

DOMBÅS FJELLSKOLE

26. – 30. september 2022

www.fjellskole.no

**Tlf: 6124 0960/ 9013 5504. E-post:
post@fjellskole.no**

TRANSPORT

Vi drar fra skolen i busser ca klokken 09:00 mandag 26.september.

Elever som blir bilsyke bør ta en reisesyketablett i forkant, og de bør ha med seg en tablett til hjemreisen.

Vi regner med å være tilbake mellom klokken 16:00 og 17:00 fredag 30.september. Lærerne vil sende en skolemelding til alle foresatte når bussen er ca 30 min unna.



HVORFOR SKAL ELEVENE PÅ LEIRSKOLE?

Målet med leirskolen er å øke elevenes selvstendighet og sosiale tilpasningsevne,

samt gi et godt pedagogisk undervisningstilbud i nye naturomgivelser.

Elevene vil få mulighet til å lære om naturen i naturen.

- Samhold
- Bli kjent med naturen
- Utfordringer og mestringsfølelse
- Selvstendighet



DEN GAMLE KONGEVEIEN

Dette er en historisk tur der vi går
delar av en dagsetappe langs Den Gamle
Kongeveien over Dovrefjell.

Før vi reiser ut, ser vi på kart og bilder
og snakker om den gamle ruta over
fjellet.

På turen samler vi litt informasjon og
kunnskap om fjellet, den gamle
fangstkulturen og om ulike lav-arter.



FJELLKLATRING - RAPPELLERING



Spennende og populær aktivitet.
Elevene får prøve seg i en
fjellside, på grensen mellom Lesja
og Dovre kommune.
Sikkerhetsinstruksjon før
aktiviteten. Rappellering ned og
klatring opp igjen. Noen ganger
kan det også monteres opp en
Tyrolertravers over elva.



KANOTUR

Elevene blir delt inn i kanolag, og får artige og lærerike oppgaver å løse i løpet av økten. På dette stedet er det vanligvis et godt fiske, vi kan se spor etter elg og bever, og ikke langt unna er det beitemarker for husdyr.



MESTRINGSRIGGEN

Mestringsriggen er et svært populært aktivitetsområde på fjellskolen. Her er store stolper med høye elementer montert opp. Blir gjerne brukt på kveldstid eller avslutningsdag. I mestringsriggen får elevene oppleve balanseøvelser, spenning og mestring. De klatrer opp i stolper på 6 – 8 meters høyde og prøver seg på balanse og dristighetsøvelser i høyden.



MOSKUSSFARI

Dette er en av de mest populære turene. Vi drar en dag til Kongsvolltraktene nord på Dovrefjell og ser etter moskus.

Moskusstamma på Dovrefjell er nå på i overkant av 200 dyr. Om høsten er de nokså stedsfaste, og det hører til sjeldenhetene at vi ikke finner dem.



OVERNATTING

Elevene sover på Trolltun Vandrerhjem eller på hytter rett ved vandrerhjemmet.

Det er 4-6 elever på hvert rom/hytte.

Hvert rom/hytte har eget bad.



MÅLTIDER

Elevene får servert frokost i matsalen. De smører med seg matpakke som de tar med seg på aktivitetene. De har mulighet får å få fylt termos med varm saft eller te til turen/aktiviteten.

Det blir servert middag og kveldsmat i matsalen.

Elever med matallergier blir selvsagt tatt hensyn til. Det blir også tatt hensyn til vegetarianere og elever som spiser halal. Eget skjema blir sendt hjem som ranselpost.

Det er viktig at kontaktlærer er klar over ulike medisiner elevene måtte trenge (eller andre allergier) før avreise.



Undervisning



- Det blir undervisning i klasserommet på fjellskolen før turene. Her får elevene en nøye gjennomgang av turens formål, regler og forventet adferd.

FJELLSKOLENS KLASSEROM

KLÆR OG UTSTYR

Elevene får med seg en detaljert pakkeliste.

Denne kan det være lurt å se på allerede nå.

- Elevene kan ha med seg maks 150kr i lommepenger. Det er viktig at dette er kontanter.
- Det er ikke tillatt å ha med mobiltelefon, smartklokke, nettbrett eller lignende.
- Elevene kan ha med seg en musikkspiller (uten internetttilgang) eller en bok hvis de trenger en liten time-out for seg selv.
- De kan også ha med seg kortstokk.
- Lærerene har med seg høyttaler til disco siste kvelden.

HVA ER LURT Å ØVE PÅ?

- Vi anbefaler at elevene prøver å sove borte før de reiser på leirskole.
- Det er lurt å øve på å lage sin egen matpakke.
- Elevene bør øve på å legge på eget sengetøy.
- Det er lurt å øve på å bære sin egen ryggsekk på tur, da dette vil være nødvendig på leirskolen.
- Dersom elever har nye sko, bør de gå litt i disse før leirskolen, for å unngå gnagsår
- Øv på generell selvstendighet.
- Gå gjerne på tur i skog og mark. Dette skal vi også gjøre på skolen.

ANNEN INFO

Skolens hjemmeside (leirskole):

<https://ammerud.osloskolen.no/fag/tilbud/leirskole/leirskolen-pa-6.-trinn/>

Fjellskolens Facebookside:

<https://www.facebook.com/Dombås-Fjellskole-239066952820671>

Fjellskolens nettside:

<https://www.trolltun.no/fjellskole>

- 5 lærere på 90 elever er normal bemanning på leirskolen. Endringer vil vurderes ved behov.
- Du finner informasjon om leirskolen på skolens hjemmeside. Her vil presentasjonen fra foreldremøtet også legges ut.
- Fjellskolen har en egen Facebook-side hvor de publiserer bilder og oppdateringer fra turene. Dere vil få spørsmål om samtykke til bildedeling på Facebook før avreise.
- Lærerne vil skrive en kort oppsummering på skolens hjemmeside daglig.
- Ved uønsket adferd eller sykdom vil foresatte bli kontaktet for henting.

SPØRSMÅL?

- Mulighet for å ringe hjem ved behov? Ja, hvis eleven trenger å ringe hjem.