

Plan for et trygt og godt skolemiljø

Opplæringslova kapittel 12

Finstad skole



November 2023
(sist revidert april. 25)

Innholdsfortegnelse

1	Innledning	4
2	Rutiner for arbeid med skolemiljø	5
2.1	Undersøkelser.....	5
2.1.1	Trivselsundersøkelser	5
2.1.2	Elevundersøkelsen.....	5
2.2	Aktivitetsplikten	5
2.3	Rutiner ved bekymring for elever	5
2.3.1	Skolens interne møtestrukturer.....	5
2.3.2	Tverrfaglig samarbeid	6
2.4	Forebyggende tiltak for et godt skolemiljø	6
2.4.1	Elevsamtaler	6
2.4.2	Klassemøter	7
2.4.3	Tilsynsrutiner	7
2.4.4	Friminuttregler	7
2.4.5	Trivselsledere	7
2.4.6	Fadderordning	7
2.4.7	Klassegjennomgang	8
2.4.8	Hjem – skole samarbeid	8
2.4.9	Årshjul for forebyggende arbeid og fellesskapende aktiviteter	8
2.4.10	Plan for social kompetanse.....	8
3	Ansvarsfordeling	9
3.1	Rektor	9
3.2	Lærere.....	9
3.3	Assistenten	9
3.4	SFO/baseleder	9
3.5	Øvrige ansatte.....	10
3.6	Elevrådet.....	10
3.7	Samarbeidsutvalget (SU).....	10
	Vedlegg	11

1 Innledning

1.1 Skolens mål for skolemiljøet

- Elevene på Finstad skole har et trygt og godt skolemiljø som fremmer helse, inkludering, trivsel og læring (Oppl.lova §12-2).
- Elevene på Finstad skole har et skolemiljø med lovfestet nulltoleranse mot krenking som for eksempel mobbing, vold, diskriminering og trakassering (Oppl.lova §12-3)

1.2 Skolens mål for skolemiljøarbeidet

- Skolen skal arbeide systematisk for å sikre alle elever et trygt og inkluderende læringsmiljø med rom for alle og blick for den enkelte.
- Skolen skal arbeide forebyggende for å sikre og fremme helse, miljø og trygghet for elevene. Læreplanen (LK20) sin *Overordnet del* og skolens *Plan for et trygt og godt skolemiljø* legger grunnlaget for skolens daglige forebyggende arbeid.
- Skolens rutiner skal avdekke mobbing, krenkende atferd og følge opp alle involverte parter. Rutinene skal sikre god dokumentasjon og godt samarbeid med foresatte.

2 Rutiner for arbeid med skolemiljø

2.1 Undersøkelser

2.1.1 Trivselsundersøkelser

- Gjennomføre månedlige trivselsundersøkelser på 1.-7.trinn.
 - Oppfølging av trivselsundersøkelser:
 - Kontaktlærer og baseleder følger opp resultatene.

2.1.2 Elevundersøkelsen

- Gjennomføre Udir sin Elevundersøkelse på 5.- 7. trinn.
 - Oppfølging av elevundersøkelsen:
 - Elevundersøkelse følges opp i den enkelte klasse og på trinn
 - Resultatene presenteres og innspill til tiltak drøftes i personalet og i skolens rådsorganer. (jf Oppl.lov §10-4 og Retningslinjer for samarbeidsutvalg ved kommunale grunnskoler i Lørenskog kommune)

2.2 Aktivitetsplikten

Aktivitetsplikten består av 5 delplikter: Alle ansatte har plikt til å *følge med, gripe inn og varsle rektor* hvis de får mistanke om eller kjennskap til at en elev ikke har et trygt og godt skolemiljø. Skolen har plikt til å *undersøke og sette inn egnede tiltak* (jf Oppl.lov §12-4).

2.3 Rutiner ved bekymring for elever

Skolen har utarbeidet en rutine ved bekymring for elever. Rutinen omhandler både faglig og sosial bekymring.

Se vedlegg 1

2.3.1 Skolens interne møtestrukturer

Skolen har møteforum på ulike nivåer for å drøfte ev bekymring rundt elevers psykososiale miljø.

Læreres teamsamarbeid

Lærerne har ukentlige trinnvise samarbeidsmøter der elevsaker blir drøftet.

SFO teamsamarbeid

SFO-ansatte har ukentlige teammøter. Baseleder tar elevsaker med SFO-ansvarlige i skoleledelsen.

Mestringsteam

Saker fra lærernes teamsamarbeid kan bli tatt med hit for videre drøfting, via trinnets mestringsteamkontakt. Ledelsen er representert i mestringsteamet.

2.3.2 Tverrfaglig samarbeid

Ressursteam

Ressursteamet består av skolens PPT-kontakt, skolens helsesykepleier, skolens ledelse og skolens ITO-koordinator.

Nye- og pågående saker legges frem, drøftes, evalueres og veien videre avklares.

Annet tverrfaglig samarbeid

Skolen har samarbeid med ulike kommunale instanser.

- Skolen kan få veiledning
- Skolen kan henvise foresatte videre
- Skole kan kalle inn til møter med aktuelle instanser og foresatte.

2.4 Forebyggende tiltak for et godt skolemiljø

2.4.1 Elevsamtaler

Ansatte har samtaler med elever. Initiativ til samtalen kan gjøres av den ansatte eller eleven selv.

Noen samtaler er strukturerte og systematiske. Andre samtaler gjennomføres ved behov.

Alle elever har stående tilbud om å snakke med lærer, og får i tillegg eksplisitt tilbud om dette i hver trivselsundersøkelse.

2.4.2 Klassemøter

Det gjennomføres jevnlige klassেমøter for å jobbe med klassemiljøet. Temaer som tas opp hentes ut fra den sosiale lærerplanen eller det som er aktuelt for elevene. Alternativ til klassেমøter er trinnmøter, jente- og guttemøter.

2.4.3 Tilsynsrutiner

Skolen har utarbeidet tilsynsrutiner for ansatte som har til hensikt å sikre elevenes trivsel og trygghet i friminuttene, samt å observere sosial adferd i skolegården.

Se vedlegg 2

2.4.4 Friminuttregler

Skolen har utarbeidet et sett med friminuttregler der hensikten er å sikre alle elever trivsel og trygghet i friminuttene.

Se vedlegg 3

2.4.5 Trivselsledere

Skolen har elever som er trivselsledere ute i storefri. Trivselslederne leder organiserte aktiviteter som alle elever kan være med på. De skal i tillegg aktivt invitere elever som er alene inn i leken.

2.4.6 Fadderordning

Elever på 4.-6.trinn har fadderoppdrag for 1.-3.trinn for å trygge de yngste elevene.

2.4.7 Klassegjennomgang

Gjennomgang av alle elevene i klassen, både faglig og sosialt. Dette for å sikre at alle elever blir ivaretatt, samt at ledelsen er informert om alle elevers faglige og sosiale utvikling.

Klassegjennomgang gjennomføres to ganger i året med kontaktlærer, TO-koordinator og en fra ledelsen.

2.4.8 Hjem – skole samarbeid

Både enkeltforeldre og foreldregruppen er viktige samarbeidspartnere mtp elevenes skolemiljø. Hjem-skolearbeidet foregår på flere ulike arenaer.

(Skolen har i sin utviklingsplan at det skal utarbeides en *Plan for hjem-skole samarbeid* i løpet av 2026)

2.4.9 Årshjul for forebyggende arbeid og fellesskapende aktiviteter

Skolen har utarbeidet et årshjul for å sikre at det forebyggende arbeidet blir gjennomført. Tradisjonsplanen er en oversikt over fellesskapende aktiviteter gjennom skoleåret.

Se vedlegg 4.

2.4.10 Plan for sosial kompetanse

Skolen har utarbeidet en plan for sosial kompetanse, med mål og ferdigheter for hvert trinn.

Se vedlegg 5

3 Ansvarsfordeling

3.1 Rektor

Rektor har et overordnet ansvar for at elevens krav til det psykososiale skolemiljøet ivaretas på Finstad skole. Rektor skal orienteres om elevsaker og oppfølging av aktivitetsplaner.

Rektors rolle* er:

- å drøfte henvendelser om skolemiljøet med aktuelle ansatte og foresatte.
- å delta på møter med elever og foreldre i saker der skolemiljøet er tatt opp.
- å drøfte tiltak.
- å koble inn andre samarbeidspartnere ved behov.
- å analysere resultatene av trivselsundersøkelsene og Elevundersøkelsen.

*) Rektor kan delegere ansvaret til andre ansatte, men skal holdes orientert.

3.2 Lærere

Kontaktlærer har et særlig ansvar for eleven, for kontakten med hjemmet og for administrative, sosiale og pedagogiske gjøremål i klassen, jf Oppl.lov §14-2

- Elevsamtaler, formelle og uformelle
- Trivselsundersøkelse, gjennomføring og oppfølging
- Klassemøter
- Skole-hjem-samarbeid

Alle ansatte har aktivitets- og meldeplikt, jf Oppl.lov §12-4

- Følge med, gripe inn og melde fra.

3.3 Assistenter

Alle ansatte har aktivitets- og meldeplikt, jf Oppl.lov §12-4

- Følge med, gripe inn og melde fra.

3.4 SFO/baseleder

- Påse at barnesamtaler blir gjennomført årlig

- Følge opp SFO-spørsmål fra Trivselsundersøkelsen
- SFO-hjem-samarbeid

Alle ansatte har aktivitets og meldeplikt, jf Oppl.lov §12-4

- Følge med, gripe inn og melde fra.

3.5 Øvrige ansatte

Alle ansatte har aktivitets- og meldeplikt, jf Oppl.lov §12-4

- Følge med, gripe inn og melde fra.

3.6 Elevrådet

Medvirkning; elevene skal involveres og elevens stemme skal lyttes til i saker som påvirker dem. (§10-2)

3.7 Samarbeidsutvalget (SU)

Jf. Retningslinjer for samarbeidsutvalg ved kommunale grunnskoler i Lørenskog kommune kan SU uttale seg i saker som blant annet:

- Elevens arbeidsmiljø og læringsmiljø
- Skolemiljøsaker, deriblant å behandle og rapportere graverende brud på kap. 12 i opplæringsloven
- Velferdssaker for elevene

Jf. retningslinjene har SU i tillegg fått delegert myndighet av skolesjefen til å:

- Vedta skolens årsrapport om elevenes arbeidsmiljø basert på brukerundersøkelser og kartlegginger av arbeidsmiljøet
- Vedta skolens retningslinjer for skoleturer, herunder godkjenning av turer utover 4 dagers varighet.

Vedlegg

Vedlegg 1: Rutiner ved bekymring for elever

Vedlegg 2: Tilsynsrutiner

Vedlegg 3: Friminuttregler

Vedlegg 4: Årshjul for forebyggende arbeid og fellesskapende aktiviteter

Vedlegg 5: Plan for sosial kompetanse

Rutine ved bekymring for elever

Ved undring eller bekymring for elever (faglig, sosialt, fravær o.l.), skal du:	Når en voksen vet om – eller tror- at en elev blir mobbet, plaget eller på andre måter ikke har det bra, skal du følge AKTIVITETSPLIKTEN
1. Snakk med eleven 2. Diskuter eleven med teamet ditt. - o Snakk med foresatte - involver - o Konkrete tiltak prøves ut - o Tiltakene evalueres <i>Dokumenter dette – notat</i> Sak ikke løst 3. Eleven drøftes i skolens mestringsteam - o Videre prosesser drøftes – tiltak igangsettes og evalueres Sak ikke løst 4. Meld eleven opp til ressursteamet (i eget skjema - Orakelet) - o Videre prosesser drøftes – tiltak igangsettes og evalueres Når saken ønskes drøftet på ressursteamet, må kontaktlærer innhente tillatelse, fortrinnsvis skriftlig.	1. Gripe inn med en gang hvis det er mulig – orienter kontaktlærer/baseleder. 2. Varsle til rektor umiddelbart. 3. Kontaktlærer og rektor* skal sammen, innen to dager, sette i gang med å undersøke hva som har skjedd (snakke med alle involverte og foresatte) – dokumenteres. 4. Kontaktlærer og rektor* enes om egnede tiltak, og dette samt hendelsesforløpet dokumenteres i Aktivitetsplan (egen mal), innen tre dager. 5. Foreldre og ev. elev innkalles til drøfting av innhold og evt. innspill til planen, inkl. tid for evalueringsmøte senest dag fem. Den endelige planen lagres og sendes til foresatte i <u>Websak</u>. 6. Kontaktlærer/baseleder gjennomgår aktivitetsplanen med alle lærerne/assistentene på trinnet/basen, og sørger for at alle er informert. 7. Aktiv inspeksjon. Det meste av krenkende atferd forgår i friminutt. Kontaktlærer sørger for at alle som har inspeksjon er kjent med elever de skal være ekstra oppmerksomme på. 8. Evaluering av aktivitetsplan med foresatte og ev. elev. Bra. -> sak avsluttes. – Oppdatering av aktivitetsplanen i <u>Websak</u>. Sak ikke løst 9. Aktivitetsplan videreføres (med reviderte tiltak). Dokumenteres i <u>Websak</u>
NB! Ved bekymring for vold eller seksuelle overgrep -> ledelsen (ikke foresatte) for drøfting og evt. bekymringsmelding. *Rektor eller den rektor delegerer oppgaven til.	

|

Tilsynsrutiner, Finstad skole

Hensikt med tilsyn:

- Sikre elevenes trivsel og trygghet i friminuttene
- Observere sosial adferd i skolegården

Det foreligger en tilsynsplan, med en oversikt over hvem som har tilsyn på de ulike områdene.

Endringer i forbindelse med fravær står på dagens fraværsliste.



- Alle tilstreber å komme ut til sin tilsynssone så raskt som mulig.
- Alle voksne har på gule vester for å være godt synlige
- Vær aktiv og oppsøkende i tilsynet.
- Håndter problemadferd, if aktivitetsplikten
- Hold også et øye med nabosonen, det kan være at noe hefter den voksne der.
- Bruk tiden på elevene, ikke på andre voksne.
- Hvis det er få/ingen elever i den sonen du har fått tildelt, oppsøker du andre steder det er elever.
- Hvis du ikke kan ta tilsynet ditt (pga tur, møte el.l.), må du sørge for å bytte med noen andre. Lykkes du ikke, gi beskjed til vikaransvarlig.

Finstad, desember 2021

Finstad skole

Postadresse
Lørenskog kommune

Postboks 304
1471 Lørenskog

Besøksadresse
Finstadrabben 148 B
1475 FINSTADJORDET

Generelle friminuttregler

Hensikt:

Sikre alle elever trivsel og trygghet i friminuttene.

- Elevene oppholder seg på skolens område
- Ballaktiviteter utføres på områder der det er lov
- Slosspreget aktivitet skal ikke foregå

Ballfrie soner:

Deler av skolegården skal være ballfrie områder (merket gult). Alle elever skal kunne være ute uten å bekymre seg for å få ball på seg.



Sparking av ball begrenses til fotballbanen.

Annen ballaktivitet (typisk kasting) kan forgå på tillatt område i skolegården.

Presisering for de voksne:

- Klatring på tak, bingen, fotballmål, trær/hekk skal ikke forekomme
- Hvis klasser av ulike årsaker skal være inne i friminuttet, må lærer være inne sammen med dem
- Sparking av ball gjøres kun på fotballbanen/bingen

Det er i tillegg utarbeidet egne vinterregler. Se under.

Finstad, april 24 (rev. april 25)

Finstad skole

Postadresse
Lørenskog kommune
Postboks 304
1471 Lørenskog

Besøksadresse
Finstadrabben 148 B
1475 FINSTADJORDET

Vinterregler

- Det kan akes i akebakken
 - Akebakken styres av trivselslederne i storefri, og de tar med akematter
 - I de små friminuttene kan man ake med rumpeakebrett
 - Vi sitter på rompa/knærne når vi aker
 - Vi er raske ute av akesonen, slik at neste kan ake
 - Det blåses i fløyta fem minutter før det ringer inn
 - Akebrettet tas med inn etter friminutt
- Det kan akes fra skogen og ned mot bingen
 - UNNTAK: skråningen i hjørnet mot bingen.
- 1.trinn kan ake fra gjerdet ved barnehagen, ved flaggstanga.
- Når det røde flagget er oppe, er det ikke lov å ake
- Kongen på haugen ol. er ikke lov i friminuttene
- Snøball kastes på snøballblinken

Finstad skole, des 2023

Finstad skole

Postadresse
Lørenskog kommune
Postboks 304
1471 Lørenskog

Besøksadresse
Finstadrabben 148 B
1475 FINSTADJORDET

For voksne:

Regler ol.	Kommentar
Det er viktig at alle snakker om reglene i klasserommet. Elevene skal høre på alle voksne og TL som står i bakken	Det er umulig å stå i akebakken og diskutere reglene.
Det kan akes i akebakken	Når det er snø og akebakken har åpnet. Akebakken er ellers ikke på skolens område.
Det kan akes fra skogen og ned mot bingen UNNTAK: skråningen i hjørnet mot bingen.	Det er ikke lov å ake i skogen pga alle røttene og trærne som er i veien Årsak: det er røtter i stien og det er kort vei til bingen.
1. trinn kan ake fra gjerdet ved barnehagen, ved flaggstanga.	
Når det røde flagget henger <u>ute</u> er det ikke lov å ake	
Kongen på haugen ol. er ikke lov i friminuttene	Det er lov å ta med klassene utenom friminuttene for å leke kongen på haugen ol. der en voksen er med.
Snøball kastes på snøballblinken	Det er lov å arrangere kontrollert snøballkrig utenom friminuttene hvis elevene som er med har med skibriller, der en voksen er med.
Utfordrende områder:	
Grensa i skogen	Den er merket tydeligere.
Skråningen mellom skolegården og ansattes parkeringsplass.	Det er umulig å holde elevene borte fra dette området. Det kan være perioder der skråningen må stenges pga is ol.
Området mellom skolen og bhg -parkeringsplass	Det er lov å oppholde seg på dette området, men IKKE på parkeringsplassen. Leken må tilpasses slik at elevene ikke havner på parkeringsplassen.

Finstad skole, des 2023

Finstad skole

Postadresse
Lørenskog kommune
Postboks 304
1471 Lørenskog

Besøksadresse
Finstadråbben 148 B
1475 FINSTADJØRDET

Vedlegg 4

Årshjul forebyggende arbeid og fellesskapende aktiviteter, Finstad skole

Forebyggende arbeid			Fellesskapende aktiviteter		
August	For hvem	Ansvar	August	For hvem	Ansvar
Gjennomgang av regler og rutiner -Opppl. lova §12 -skoleregler -tilsynsrutiner mm	Personalet, skole og SFO	rektor	Fellessamling	1.-7.trinn	rektor
Valg av elevrådsrepresentanter, trivselsledere og kulturverter (6.trinn)	4.-7.trinn	Kontaktlærer			
September	For hvem	Ansvar	September	For hvem	Ansvar
Gjennomgang av skolereglene i klassene. Snakke om hva som menes med krenkende ord og handlinger, jf §5	1.-7.trinn	Kontaktlærer	Fellessamling	1.-7.trinn	4.trinn?
Trivselsundersøkelse	1.-7.trinn	Kontaktlærer	Skogdag/høstaktivitetsdag	1.-7.trinn	Komitè
Klassegjennomgang	1.og 7.trinn	TO-koordinator	Leirskole	7.trinn	
Foreldremøter	1.-7.trinn	Kontaktlærer	Blime'dagen	1.-7.trinn	
Bli kjent samtaler	1.trinn	Kontaktlærer			
Oktober	For hvem	Ansvar	Oktober	For hvem	Ansvar
Trivselsundersøkelse	1.-7.trinn	Kontaktlærer	Fellessamling	1.-7.trinn	
Klassegjennomgang	2.-6.trinn	TO-koordinator	Temauke	1.-7.trinn	Komitè
Elevsamtaler og utviklingssamtaler	2.-7.trinn	Kontaktlærer			
Fraværsrapportering, midtveis 1.termin	1.-7.trinn	Kontaktlærer			
November	For hvem	Ansvar	November	For hvem	Ansvar
Trivselsundersøkelse	1.-7.trinn	Kontaktlærer	Finstadtalenter	2.-7.trinn	Elevrådet
Elevundersøkelsen	5.-7.trinn	rektor	Fellessamling	1.-7.trinn	
			Overnatting på skolen	5.trinn	Kontaktlærere
Desember	For hvem	Ansvar	Desember	For hvem	Ansvar
			Div. adventstradisjoner	1.-7.trinn	Se adventshefte
Januar	For hvem	Ansvar	Januar	For hvem	Ansvar
Trivselsundersøkelse	1.-7.trinn	Kontaktlærer	Vinteraktivitetsdag	1.-7.trinn	Komitè
Etterarbeid elevundersøkelsen	5.-7.trinn	rektor			
Fraværsrapportering e. 1.termin	1.-7.trinn	Kontaktlærer			

Februar	For hvem	Ansvar	Februar	For hvem	Ansvar
Trivselsundersøkelse	1.-7.trinn	Kontaktlærer	Fellessamling	1.-7.trinn	
			Samefolkets dag, 6.feb	1.-7.trinn	
Mars	For hvem	Ansvar	Mars	For hvem	Ansvar
Trivselsundersøkelse	1.-7.trinn	Kontaktlærer	Fellessamling	1.-7.trinn	
Elevsamtaler og utviklingssamtaler	1.-7.trinn	Kontaktlærer	Rokkesokk, 21.mars «Med ulike sokker står du på for å løfte mangfoldet.»	1.-7.trinn	
Foreldremøter, med fast tema.	1.-7.trinn	Rektor, kontaktlærer			
April	For hvem	Ansvar	April	For hvem	Ansvar
Trivselsundersøkelse	1.-7.trinn	Kontaktlærer	Påsketradisjoner	1.-7.trinn	Se påskehefte
Klassegjennomgang	1.-7.trinn	TO-koordinator	Fellessamling	1.-7.trinn	
Fraværsrapportering, midtveis 2.termin	1.-7.trinn	Kontaktlærer	Bokuke	1.-7.trinn	Komitè
Mai	For hvem	Ansvar	Mai	For hvem	Ansvar
Trivselsundersøkelse	1.-7.trinn	Kontaktlærer	Fellessamling	1.-7.trinn	
			Overnatting i skogen	6. trinn	Kontaktlærer
			Aktivitetsdag	1.-7.trinn	Komitè
			Matematikkdag	1.-7.trinn	Komitè
Juni	For hvem	Ansvar	Juni	For hvem	Ansvar
Trivselsundersøkelse	1.-7.trinn	Kontaktlærer	Pride «feiring av skeiv kjærleik og mangfald»	1.-7.trinn	Kontaktlærer
			Fellessamling	1.-7.trinn	
			Fotballturnering, siste uka	1.-7.trinn	7.trinn
			Avslutning 1. trinn, mandag siste skoleuke	1.trinn	Kontaktlærer
			Avslutning 2.-6. trinn, tirsdag siste skoleuke	2.-6.trinn	Faglærere
			Avslutning 7. trinn, onsdag siste skoleuke	7.trinn	Rektor
			7.trinn, klatrepark siste skoledag	7.trinn	Kontaktlærer
			Piknik siste skoledag, sluttid kl. 12.00	1.-6.trinn	Kontaktlærer
			Ekskursjonsplan:		

			Turer i lokalmiljøet	1. trinn	
			Turer i lokalmiljøet	2. trinn	
			Teknisk museum	3. trinn	Buss dekkes
			Norsk folkemuseum	4. trinn	Buss dekkes
			Eidsvoll	5. trinn	Buss dekkes
			Fetsund lenser	6. trinn	Buss dekkes
			Tinestafetten		Rufuskort
			Leirskole	7. trinn	Buss dekkes
			Tinestafetten		Rufuskort

Vedlegg 5

Ny plan fra skoleåret 25/26 – under arbeid:

Plan for sosial kompetanse



Finstad skole

April 2025

Skolen skal støtte og bidra til elevenes sosiale læring og utvikling gjennom arbeid med fagene og i skolehverdagen for øvrig.

Elevens identitet og selvbilde, meninger og holdninger blir til i samspill med andre. Sosial læring skjer både i undervisningen og i alle andre aktiviteter i skolens regi. Faglig læring kan ikke isoleres fra sosial læring. I det daglige arbeidet spiller derfor elevenes faglige og sosiale læring og utvikling sammen.

(Fra Overordnet del i Læreplanverket LK20)

2

Komponenter innen sosial kompetanse

Planen bygger på seks viktige kjernekomponenter innen sosial kompetanse.

- **Samarbeid**, å jobbe sammen med andre for å oppnå felles mål.
- **Empati**, evnen til å oppdage og erkjenne andres følelser og tanker.
- **Selvkontroll**, evne til å styre egne følelser, oppførsel og lyster i møte med andre.
- **Ansvarlighet**, å stå inne for egne meninger og handlinger, og at en uten å utsettes for press er pålitelig og til å stole på.
- **Selvhevdelse**, å kunne ta ansvar for å formidle egne meninger og behov.
- **Humor og glede** er viktig for trivsel og den psykiske helsa.

3

1.trinn

Mål	Ferdigheter	Forslag til aktiviteter
SAMARBEID: - Jeg kan samarbeide med voksne og barn - Jeg kan følge regler, beskjeder og avtaler - Jeg kan skifte aktivitet på en god måte - Jeg kan delta aktivt i en gruppe	- Jeg følger klasseregler, skoleregler og SFO regler - Jeg følger beskjeder - Jeg er hjelpsom og vennlig - Jeg kan dele og låne bort ting til andre - Jeg kan sitte ved siden av andre å jobbe - Jeg sier takk når jeg får noe - Jeg sier takk for lånet og takk for hjelpen - Jeg ber om noe på en høflig måte - Jeg sier hei til de jeg skal sitte sammen med.	•
EMPATI: - Jeg kan sette meg inn i andres situasjon - Jeg kan vise respekt for andres meninger og følelser - Jeg kan være en god venn - Jeg er grei mot andre	- Jeg trøster når noen er lei seg - Jeg lar andre få være med i leken - Jeg sier ifra hvis jeg ser at andre ikke har det bra - Jeg kan både si unnskyld og tilgi andre - Jeg legger merke til når noen blir lei seg - Jeg tar med andre i lek	•

4

SELVKONTROLL: - Jeg kan ta hensyn til andre - Jeg kan følge STOPP-regelen - Jeg kan snakke om det som plager meg for å finne løsninger - Jeg kan lytte når andre snakker	- Jeg rekker opp hånden - Jeg holder fastrekkeplassen min på skolen og på tur - Jeg bruker innestemme - Jeg lytter når andre snakker - Jeg tåler å tape i lek - Jeg holder armer og bein for meg selv	•
ANSVARLIGHET: - Jeg kan vise respekt for egne og andres eiendeler og arbeid - Jeg kan holde orden rundt meg - Jeg kan ta del i ansvar for at andre rundt meg har det bra - Jeg kan fortelle til voksne når jeg selv eller andre ikke har det bra	- Jeg holder orden på plassen min i garderoben - Jeg bruker innesko - Jeg rydder etter meg - Jeg holder ingen utenfor - Jeg tåler å tape i lek og konkurranser - Jeg henter voksen når noen trenger hjelp	•
SELVHEVDELSE: - Jeg kan våge og være meg selv - Jeg kan be om hjelp - Jeg kan dele mine synspunkter og tanker - Jeg kan si nei når det er noe jeg ikke vil	- Jeg kan fortelle noe om meg selv - Jeg gir beskjed dersom jeg ikke har det bra - Jeg kan fortelle om ting jeg er opptatt av - Jeg kan bruke STOPP-regelen når jeg trenger det - Jeg kan gå bort fra situasjoner jeg ikke liker	

5

	Jeg kan snakke slik at alle i klassen hører hva jeg sier	
HUMOR OG GLEDER: Jeg kan uttrykke og vise glede	- Jeg ler med andre når de forteller noe morsomt - Jeg gjør andre glade - Jeg kan fortelle når jeg gleder meg til noe - Jeg gir applaus når noen opptrer	

6

2.trinn

Mål	Ferdigheter	Forslag til aktiviteter
SAMARBEID: - Jeg kan samarbeide med voksne og barn - Jeg kan følge regler, beskjeder og avtaler - Jeg kan skifte aktivitet på en god måte - Jeg kan delta aktivt i en gruppe	- Jeg følger klasseregler, skoleregler og SFO regler - Jeg følger beskjeder - Jeg er hjelpsom og vennlig - Jeg kan dele og låne bort ting til andre - Jeg kan sitte ved siden av andre å jobbe - Jeg sier takk når jeg får noe - Jeg sier takk for lånet og takk for hjelpen - Jeg ber om noe på en høflig måte - Jeg sier hei til de jeg skal sitte sammen med.	
EMPATI: - Jeg kan sette meg inn i andres situasjon - Jeg kan vise respekt for andres meninger og følelser - Jeg kan være en god venn - Jeg er grei mot andre	- Jeg trøster når noen er lei seg - Jeg lar andre få være med i leken - Jeg sier ifra hvis jeg ser at andre ikke har det bra - Jeg kan både si unnskyld og tilgi andre - Jeg legger merke til når noen blir lei seg - Jeg tar med andre i lek	

7

SELVKONTROLL: - Jeg kan ta hensyn til andre - Jeg kan følge STOPP-regelen - Jeg kan snakke om det som plager meg for å finne løsninger - Jeg kan lytte når andre snakker	- Jeg rekker opp hånden - Jeg holder fasttrekkeplassen min på skolen og på tur - Jeg bruker innestemme - Jeg lytter når andre snakker - Jeg tåler å tape i lek - Jeg holder armer og bein for meg selv	•
ANSVARLIGHET: - Jeg kan vise respekt for egne og andres eiendeler og arbeid - Jeg kan holde orden rundt meg - Jeg kan ta del i ansvar for at andre rundt meg har det bra - Jeg kan fortelle til voksne når jeg selv eller andre ikke har det bra	- Jeg holder orden på plassen min i garderoben - Jeg bruker innesko - Jeg rydder etter meg - Jeg holder ingen utenfor - Jeg tåler å tape i lek og konkurranser - Jeg henter voksen når noen trenger hjelp	•
SELVHEVDELSE: - Jeg kan våge og være meg selv - Jeg kan be om hjelp - Jeg kan dele mine synspunkter og tanker - Jeg kan si nei når det er noe jeg ikke vil	- Jeg kan fortelle noe om meg selv - Jeg gir beskjed dersom jeg ikke har det bra - Jeg kan fortelle om ting jeg er opptatt av - Jeg kan bruke STOPP-regelen når jeg trenger det - Jeg kan gå bort fra situasjoner jeg ikke liker	•

8

	Jeg kan stå foran klassen å lese eller fortelle noe	
HUMOR OG GLEDER: Jeg kan uttrykke og vise glede	- Jeg ler med andre når de forteller noe morsomt - Jeg gjør andre glade - Jeg kan fortelle når jeg gleder meg til noe - Jeg gir applaus når noen opptrer	•

9

3.trinn

Mål	Ferdigheter	Forslag til aktiviteter
SAMARBEID: - Jeg kan samarbeide med voksne og barn - Jeg kan følge regler, beskjeder og avtaler - Jeg kan skifte aktivitet på en god måte - Jeg kan delta aktivt i en gruppe	- Jeg følger klasseregler og skoleregler - Jeg følger beskjeder og holder avtaler - Jeg jobber selvstendig i timen - Jeg er hjelpsom og vennlig - Jeg samarbeider med alle i gruppen - Jeg godtar frilekens regler	•
EMPATI: - Jeg kan sette meg inn i andres situasjon - Jeg kan vise respekt for andres meninger og følelser - Jeg kan være en god venn	- Jeg hjelper når noen trenger det - Jeg sier fine ting om og til andre - Jeg vet hva det vil si å være en god venn	•
SELVKONTROLL: - Jeg kan ta hensyn til andre - Jeg kan følge STOPP-regelen - Jeg kan snakke om det som plager meg for å finne løsninger - Jeg kan lytte når andre snakker	- Jeg går rolig i inne - Jeg holder fastrekkeplassen min på skolen og på tur - Jeg avslutter leken når det ringer inn - Jeg deler på materiell og utstyr - Jeg følger regler - Jeg vet hva STOPP betyr - Jeg deler på å snakke i klassesamtaler	

10

	Jeg lytter til andre	
ANSVARLIGHET: - Jeg kan vise respekt for egne og andres eiendeler og arbeid - Jeg kan holde orden rundt meg - Jeg kan ta del i ansvar for at andre rundt meg har det bra - Jeg kan fortelle til voksne når jeg selv eller andre ikke har det bra	- Jeg er forsiktig med andres eiendeler - Jeg tar vare på tingene mine - Jeg vet hva som forventes av meg som ordenselev - Jeg holder ingen utenfor - Jeg hjelper de som trenger det - Jeg sier ifra dersom noen ikke har det bra	
SELVHEVDELSE: - Jeg kan våge og være meg selv - Jeg kan be om hjelp - Jeg kan dele mine synspunkter og tanker - Jeg kan si nei når det er noe jeg ikke vil	- Jeg forteller noe om meg selv - Jeg sier ifra til de voksne dersom jeg ikke har det bra - Jeg deltar aktivt i klassesamtaler. - Jeg bruker STOPP-regelen - Jeg går bort fra situasjoner jeg ikke liker - Jeg deltar i en fremføring foran et publikum	•
HUMOR OG GLEDER Jeg kan uttrykke og vise glede	- Jeg blir glad når jeg mestrer noe nytt - Jeg blir glad på andres vegne - Jeg kan fortelle når jeg blir glad for noe	

11

4.trinn

Mål	Ferdigheter	Forslag til aktiviteter
SAMARBEID: - Jeg kan samarbeide med voksne og barn - Jeg kan følge regler, beskjeder og avtaler - Jeg kan skifte aktivitet på en god måte - Jeg kan delta aktivt i en gruppe	- Jeg følger klasseregler og skoleregler - Jeg følger beskjeder og holde avtaler - Jeg jobber selvstendig i timen.	
EMPATI: - Jeg kan sette meg inn i andres situasjon - Jeg kan vise respekt for andres meninger og følelser - Jeg kan være en god venn - Jeg er grei mot andre	- Jeg hjelper når noen trenger det - Jeg sier fine ting om og til andre - Jeg vet hva det vil si å være en god venn - Jeg forstår at andre kan ha rett og jeg kan ta feil	•
SELVKONTROLL: - Jeg kan ta hensyn til andre - Jeg kan følge STOPP-regelen - Jeg kan snakke om det som plager meg for å finne løsninger	- Jeg går rolig i gangene - Jeg avslutter leken når det ringer inn - Jeg deler på materiell og utstyr - Jeg holder orden på garderobeplassen min - Jeg lytter til andre	

12

• Jeg kan lytte når andre snakker	• Jeg venter på tur	
ANSVARLIGHET: - Jeg kan vise respekt for egne og andres eiendeler og arbeid - Jeg kan holde orden rundt meg - Jeg kan ta del i ansvar for at andre rundt meg har det bra - Jeg kan fortelle til voksne når jeg selv eller andre ikke har det bra	- Jeg har respekt for andres eiendeler - Jeg leverer leksene til rett tid - Jeg holder orden på pulten min og på plassen min i garderoben - Jeg inviterer andre med i leken	•
SELVHEVDELSE: - Jeg kan våge og være meg selv - Jeg kan be om hjelp - Jeg kan dele mine synspunkter og tanker - Jeg kan si nei når det er noe jeg ikke vil	- Jeg spør klassekamerater om hjelp - Jeg gir beskjed til en voksen dersom jeg ikke har det bra - Jeg bruker STOPP-regelen - Jeg går bort fra situasjoner jeg ikke liker - Jeg deltar i en fremføring foran et publikum	•
HUMOR OG GLEDER: - Jeg kan uttrykke og vise glede	- Jeg blir glad når jeg mestrer noe nytt - Jeg blir glad på andres vegne - Jeg kan fortelle når jeg blir glad for noe	

13

5.trinn

Mål	Ferdigheter	Forslag til aktiviteter
SAMARBEID: - Jeg kan samarbeide med voksne og barn - Jeg kan følge regler, beskjeder og avtaler - Jeg kan skifte aktivitet på en god måte - Jeg kan delta aktivt i en gruppe	- Jeg holder avtaler - Jeg deler kunnskap og forhandle om arbeidsfordeling i ulike gruppesituasjoner - Jeg lytter til lærerne og aksepterer de ulike læreres arbeidsledelse	
EMPATI: - Jeg kan sette meg inn i andres situasjon - Jeg kan vise respekt for andres meninger og følelser - Jeg kan være en god venn - Jeg er grei mot andre	- Jeg hjelper når noen trenger det - Jeg vet hva det vil si å være en god venn - Jeg forstår at andre kan ha rett og jeg kan ta feil - Jeg forstår at det kan være rettferdig å behandle noen ulikt	
SELVKONTROLL: - Jeg kan ta hensyn til andre - Jeg kan følge STOPP-regelen - Jeg kan snakke om det som plager meg for å finne løsninger	- Jeg følger klasseregler og skoleregler - Jeg svarer andre på en hyggelig måte. - Jeg løser konflikter med ord - Jeg lytter til andre - Jeg viser respekt for andres meninger	

14

Jeg kan lytte når andre snakker		
ANSVARLIGHET: - Jeg kan vise respekt for egne og andres eiendeler og arbeid - Jeg kan holde orden rundt meg - Jeg kan ta del i ansvar for at andre rundt meg har det bra - Jeg kan fortelle til voksne når jeg selv eller andre ikke har det bra	- Jeg har med nødvendig utstyr til gymtimer og utedag - Jeg leverer leksene til rett tid - Jeg bruker innesko - Jeg kjenner min rolle som ordenselev - Jeg støtter trivselslederne - Jeg påtar meg sosiale oppgaver for fellesskapet	
SELVHEVDELSE: - Jeg kan våge og være meg selv - Jeg kan be om hjelp - Jeg kan dele mine synspunkter og tanker - Jeg kan si nei når det er noe jeg ikke vil	- Jeg tør å si fra til en voksen dersom jeg eller noen andre trenger hjelp. - Jeg tør å være med på framføringer i store og små grupper - Jeg deltar aktivt i klassesamtaler - Jeg fremfører egenprodusert materiale	
HUMOR OG GLEDER: - Jeg kan uttrykke og vise glede	- Jeg kan le og av andres vitser og utspill - Jeg kan skryte av andre - Jeg kan gi en spontan tilbakemelding når andre gjør noe bra/opptrer	

15

6.trinn

Mål	Ferdigheter	Forslag til aktiviteter
SAMARBEID: - Jeg kan samarbeide med voksne og barn - Jeg kan følge regler, beskjeder og avtaler - Jeg kan skifte aktivitet på en god måte - Jeg kan delta aktivt i en gruppe	- Jeg holder avtaler - Jeg deler kunnskap og forhandle om arbeidsfordeling - Jeg lytter til lærerne og aksepterer de ulike læreres arbeidsledelse - Jeg finner frem ulike arbeidsoppgaver - Jeg går rolig inn og ut av undervisningsrom	
EMPATI: - Jeg kan sette meg inn i andres situasjon - Jeg kan vise respekt for andres meninger og følelser - Jeg kan være en god venn - Jeg er grei mot andre	- Jeg tar hensyn til andres følelser når vi velger lag - Jeg hjelper når noen trenger det - Jeg vet hva det vil si å være en god venn - Jeg viser forståelse for at andre kan ha rett og jeg kan ta feil - Jeg viser forståelse for at det kan være rettferdig å behandle noen ulikt	
SELVKONTROLL: - Jeg kan ta hensyn til andre - Jeg kan følge STOPP-regelen - Jeg kan snakke om det som plager meg for å finne løsninger	- Jeg kan utsette egne ønsker og behov. - Jeg løser en konflikter med ord - Jeg snakker fint om andre - Jeg lytter til andre - Jeg viser respekt for andres meninger	

16

Jeg kan lytte når andre snakker		
ANSVARLIGHET: - Jeg kan vise respekt for egne og andres eiendeler og arbeid - Jeg kan holde orden rundt meg - Jeg kan ta del i ansvar for at andre rundt meg har det bra - Jeg kan fortelle til voksne når jeg selv eller andre ikke har det bra	- Jeg prioriterer tiden godt og fullfører oppgavene jeg skal gjøre. - Jeg har med nødvendig utstyr til gymtimer og utedag - Jeg leverer leksene til rett tid - Jeg bruker innesko - Jeg kjenner min rolle som ordenselev - Jeg støtter trivselslederne	
SELVHEVDELSE: - Jeg kan våge og være meg selv - Jeg kan be om hjelp - Jeg kan dele mine synspunkter og tanker - Jeg kan si nei når det er noe jeg ikke vil	- Jeg våger å ta selvstendige valg der oppgaven krever det - Jeg tør å si fra til en voksen dersom jeg eller noen andre trenger hjelp. - Jeg tør å være med på framføringer i store og små grupper - Jeg deltar aktivt i klassesamtaler - Jeg fremfører egenprodusert materiale foran et publikum	
HUMOR OG GLEDER: - Jeg kan uttrykke og vise glede	- Jeg kan le og av andres vitser og utspill - Jeg kan skryte av andre - Jeg kan gi en spontan tilbakemelding når andre gjør noe bra/opptrer	

17

7.trinn

Mål	Ferdigheter	Forslag til aktiviteter
SAMARBEID: - Jeg kan samarbeide med voksne og barn - Jeg kan følge regler, beskjeder og avtaler - Jeg kan skifte aktivitet på en god måte - Jeg kan delta aktivt i en gruppe	- Jeg kan holde avtaler - Jeg kan dele kunnskap og forhandle om arbeidsfordeling - Jeg kan rette meg etter lærer/ gruppeleder (elev) sine arbeidsinstruksjoner	
EMPATI: - Jeg kan sette meg inn i andres situasjon - Jeg kan vise respekt for andres meninger og følelser - Jeg kan være en god venn - Jeg er grei mot andre	- Jeg kan vise respekt for at andre har forskjellig smak, utseende, meninger, tro eller legning. - Jeg bruker ikke humor og ironi for å såre - Jeg tar hensyn til andres følelser når vi velger lag - Jeg hjelper når noen trenger det - Jeg vet hva det vil si å være en god venn - Jeg viser forståelse for at andre kan ha rett og jeg kan ta feil - Jeg viser forståelse for at det kan være rettferdig å behandle noen ulikt	

18

SELVKONTROLL: - Jeg kan ta hensyn til andre - Jeg kan følge STOPP-regelen - Jeg kan snakke om det som plager meg for å finne løsninger - Jeg kan lytte når andre snakker	- Jeg kan følge klasseregler og skoleregler. - Jeg svarer andre på en hyggelig måte - Jeg kan løse konflikter med ord - Jeg kan vise respekt for andres meninger - Jeg kan lytte til andre	
ANSVARLIGHET: - Jeg kan vise respekt for egne og andres eiendeler og arbeid - Jeg kan holde orden rundt meg - Jeg kan ta del i ansvar for at andre rundt meg har det bra - Jeg kan fortelle til voksne når jeg selv eller andre ikke har det bra	- Jeg prioriterer tiden godt og fullfører oppgavene jeg skal gjøre. - Jeg har med nødvendig utstyr til gymtimer og utedag - Jeg leverer leksene til rett tid - Jeg bruker innesko - Jeg har orden på mine filer i One Drive og nettbrett - Jeg kjenner min rolle som ordenselev <u>Jeg støtter trivselslederne</u>	
SELVHEVDELSE: - Jeg kan våge og være meg selv - Jeg kan be om hjelp - Jeg kan dele mine synspunkter og tanker - Jeg kan si nei når det er noe jeg ikke vil	- Jeg kan ta selvstendige valg uten å støtte meg på andre - Jeg tør å si fra til en voksen dersom jeg eller noen andre trenger hjelp. - Jeg tør å være med på framføringer i store og små grupper - Jeg deltar aktivt i klassesamtaler - Jeg fremfører egenprodusert materiale foran et publikum	

19

HUMOR OG GLEDER:	Jeg kan uttrykke og vise glede	- Jeg takler å ikke ta meg selv så høytidelig - Jeg kjenner glede ved å gjøre noe for andre	
-------------------------	--	--	--

1.1 Årshjul for skoleomfattende fokusområder innen sosial kompetanse

Måned	Fokusmål	<u>Fellesskapende aktivitet</u>
August	Samarbeid	
September	Empati	
Oktober		
November		
Desember		
Januar		
Februar		
Mars		
April		
Mai		
Juni		