

# SOSIAL KOMPETANSEPLAN

Tatt i bruk 2008 – 2009.

# 1. TRINN

*Slik jobber vi for å få til et positivt miljø i gruppen:*

Mål	Aktivitet/oppgave/arbeid	Evaluering
<b>Empati:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Se andres gode egenskaper.</li> <li>• Lære å ta imot og gi ros og komplement.</li> <li>• Snakke om og kjenne igjen følelser(empati, impuls kontroll, kontroll av sinne)</li> <li>• Le med og ikke le av.</li> <li>• Bli kjent og trygg, sett og hørt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Respekt</li> <li>• Samlingstund</li> <li>• Arbeidsøkter</li> <li>• Stasjoner</li> <li>• Lions quest</li> </ul>	Observasjoner Elevsamtaler Foreldresamtaler
<b>Samarbeidsferdigheter:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ta i mot og følge fellesbeskjeder.</li> <li>• Kunne gå i rekke</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Samtaler i små økter, både enkeltvis og i grupper.</li> </ul>	
<b>Selvhevdelse:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Respekterer stopp regelen og å si tydelig ifra.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ulike tema</li> </ul>	
<b>Selvkontroll:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Innestemme</li> <li>• Si fra med munnen og ikke med armer og bein.</li> <li>• Respekterer stopp regelen og å si tydelig ifra.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fadderordningen</li> <li>• Overgangssituasjoner</li> <li>• Faste fellesaktiviteter i noen av friminuttene.</li> </ul>	
<b>Ansvarlighet:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vente på tur</li> <li>• Gå i klasserommet</li> <li>• Situasjonsskifter</li> <li>• Ansvar for egne valg og handlinger.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vennegrupper</li> <li>• Årshjul med fadderne</li> <li>• Årshjul med foreldre</li> </ul>	
<b>Lek, glede, humor:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Inkludere andre i lek og friminutt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sommerbok</li> <li>• Samlingskrok</li> </ul>	

## 2. TRINN

Mål	Aktivitet	Evaluering	
<b>Empati</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kjenne igjen og forstå egne og andres følelser</li> <li>• Ta imot og gi ros</li> <li>• Le med og ikke av andre</li> <li>• Respektene andres ulikheter</li> <li>• Vise omtanke</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Det er mitt valg</li> <li>• Drama</li> </ul>		
<b>Samarbeidsferdigheter</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lytte til hva andre sier</li> <li>• Kunne gå på rekke</li> <li>• Vise toleranse for hverandre</li> <li>• Bruke innestemme</li> <li>• Følge regler i lek og spill</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Spill</li> <li>• Lek</li> <li>• Stasjoner</li> <li>• Fortelle 'fra helga'</li> </ul>		
<b>Selvhevdelse</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kunne fortelle noe/si noe høyt i gruppa</li> <li>• Vise og være stolt av eget arbeid</li> <li>• Være trygg på seg selv i ulike situasjoner</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Presentasjon av eget arbeid</li> <li>• Dusing</li> </ul>		Elevsamtaler
<b>Selvkontroll</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mestre aggresjon</li> <li>• Tåle 'litt' av hverandre</li> <li>• Rekke opp hånda</li> <li>• Vente på tur</li> <li>• Gå inn rolig til klasserommet</li> <li>• Mestre aktivitetsskifte</li> <li>• Kunne gå til hylla uten å forstyrre andre</li> <li>• Unngå negative utsagn</li> <li>• Mestre arbeidsro</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Det er mitt valg</li> <li>• Drama</li> <li>• Samtale</li> <li>• Håndheve regler</li> </ul>		Observasjon
<b>Ansvarlighet</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ha orden i pennal, pult, ransel, hylle og garderobe</li> <li>• Felles ansvar for fellesområdene</li> <li>• Ta ansvar for egen oppførsel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 'Snusen'</li> <li>• Bevisstgjøring</li> </ul>		Fortløpende vurdering
<b>Lek, glede og humor</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Være trygg på skolens uteområde</li> <li>• Opplive variasjon og avbrekk i skolehverdagen</li> <li>• Opplive humor</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trinnsamlinger</li> <li>• Fadderordningen</li> <li>• Vitse/tulle litt</li> <li>• Tur (felles opplevelser)</li> </ul>		Foreldresamtaler

### 3. TRINN

Mål	Aktivitet/oppgaver/arbeid	Evaluering
<b>Empati:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gi ros til medelever</li> <li>• Forstå følelser og kjenne igjen egne og andres følelser.</li> <li>• Sette ord på følelser</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ”Det er mitt valg.” Fast time pr. uke</li> <li>• ART</li> <li>• Drama, rollespill, Boal – øvelser (stans undertrykking)</li> <li>• Stoppregelen</li> </ul>	
<b>Samarbeidsferdigheter:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Utvikle gode samarbeidsferdigheter               <ul style="list-style-type: none"> <li>○ I lek</li> <li>○ I arbeid</li> </ul> </li> <li>• Gi aksept, RESPEKT, positive tilbakemeldinger</li> <li>• Rettferdighet</li> <li>• Et inkluderende fellesskap</li> <li>• Lære å lytte</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gi ros - sende solstråler</li> <li>• ART</li> <li>• Det er mitt valg</li> <li>• Elevråd innføres – klassemøter</li> <li>• Trinnsamlinger (faste) hver 14. dag – ellers v/behov</li> </ul>	
<b>Selvhevdelse:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Trygge på egne ferdigheter</li> <li>• Gode mestringsferdigheter</li> <li>• Tørre å gi beskjed på en god måte</li> <li>• Styrke kroppsspråk/selvbilde</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kunne ta ordet, legge fram en sak, presentere egne arbeider (dikt)</li> <li>• Statusøvelser/rollespill</li> <li>• ART + Det er mitt valg</li> </ul>	
<b>Selvkontroll:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Arbeidsro i klasserommet</li> <li>• Arbeide konsentrert</li> <li>• Sinnemestring</li> <li>• Vente på å ta ordet</li> <li>• Være tolerant</li> <li>• Tåle erting, vente på tur</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stoppregelen</li> <li>• Konfliktløsning</li> <li>• ART</li> <li>• Det er mitt valg</li> </ul>	
<b>Ansvarlighet:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ta ansvar for egen oppførsel, egen kropp, orden i sekk og på pult, ordensoppgavene i klasserommet.</li> <li>• Respekt for andres eiendeler</li> <li>• Ansvar for fellesområder</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Besøk av helsesøster</li> <li>• Klasseregler:</li> <li>• Gå rolig ut og inn i klasserommet,</li> <li>• Rolige aktivitetsskift, rekke opp hånden, vente på tur.</li> <li>• Rydde, holde orden</li> </ul>	
<b>Lek, glede, humor</b>	Drama, sangleker, kosetimer, belønning, turer, ART, kino, det er mitt valg	

Ser for oss ukentlige sosiale mål – på lekseplan.  
 Felles årshjul fadderplan, som heftes ved sos.plan.

## 4. TRINN

Mål	Aktivitet/oppgaver/arbeid	Evaluering
<b>Empati:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gi ros til medelever</li> <li>• Forstå følelser og kjenne igjen egne og andres følelser</li> <li>• Sette ord på følelser</li> <li>• Hevde seg selv uten å trykke ned andre</li> <li>• Løfte opp, ikke henge ut</li> <li>• Inkludere andre i lek og arbeid</li> <li>• Vise toleranse</li> <li>• Vise omtanke</li> <li>• Bry seg om hverandre</li> <li>• Møte andre med åpent sinn</li> <li>• Godta forskjeller</li> <li>• Se andres gode egenskaper</li> <li>• Bli bevisst på hva mobbing er og hva det fører til</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trene på å bli en god venn</li> <li>• Jobbe med forskjellige teknikker: Rollespill, speiling, (ART; LQ, hemmelig venn)</li> <li>• Gi ros - sende solstråler</li> <li>• Ukens elev</li> <li>• Si ifra</li> <li>• Utviklingssamtale – gi jevnlig veiledning</li> </ul>	
<b>Samarbeidsferdigheter:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Et inkluderende fellesskap</li> <li>• Et godt arbeidsmiljø</li> <li>• Ha respekt for andre sine meninger</li> <li>• Bli flinke til å gi positive tilbakemeldinger</li> <li>• Akseptere at alle er forskjellige</li> <li>• Bli gode lyttere</li> <li>• Snakke ordentlig til hverandre</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ulike samarbeidsoppgaver: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Løse oppgaver sammen</li> <li>○ Gruppearbeid</li> <li>○ Spill</li> <li>○ Klassemøter</li> <li>○ Elevråd</li> <li>○ Dele</li> <li>○ Daglig arbeid med trivselsreglene</li> <li>○ Samspill i fysiske aktiviteter og lek.</li> </ul> </li> <li>• Skape og ta vare på</li> <li>• Gi aksept og positive tilbakemeldinger</li> <li>• Sende "solstråler"</li> </ul>	<p>Sosiogram</p> <p>Trivselsundersøkelse</p> <p>Logg</p> <p>Utviklingssamtaler</p>
<b>Selvhevdelse:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Trygge på egne ferdigheter</li> <li>• Gode mestringsferdigheter</li> <li>• Være lyttende</li> <li>• Vise interesse</li> <li>• Si ifra om meninger og følelser i klassen</li> <li>• Ta valg</li> <li>• Ta ordet – være aktiv i timene</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kunne ta ordet</li> <li>• Legge fram en sak, framføre egne arbeider</li> <li>• Øve på å være aktiv i diskusjoner, klassemøter</li> <li>• Fortelle om erfaringer, opplevelser</li> </ul>	<p>Foreldresamtaler</p> <p>Observere</p>
<b>Selvkontroll:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Arbeidsro i klasserommet</li> <li>• Arbeide konsentrert</li> <li>• Sinnemestring</li> <li>• Respekt for andres eiendeler</li> <li>• Bli bevisst på kroppsspråk og stemme</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kunne bruke stoppregelen</li> <li>• Gi strategier for konfliktløsning</li> <li>• Arbeide med trivselsreglene</li> <li>• Dempingsstrategier (ART)</li> <li>• Spørre om lov – ikke ta</li> <li>• Drama som synliggjør kroppsspråk og stemmebruk</li> </ul>	
<b>Ansvarlighet:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ansvar for egen oppførsel, egen kropp</li> <li>• Orden i sekk og på pult</li> <li>• Gode ordenselever i klasserommet</li> <li>• Ta vare på egne og skolens eiendeler</li> <li>• Bli bevisst på oppførsel i uteområdene</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Besøk av helsesøster</li> <li>• Bruke trivselsreglene:</li> <li>• Gå rolig ut og inn i klasserommet og ganger i hele skolebygningen</li> <li>• Rolige aktivitetsskift, rekke opp hånden, vente på tur.</li> <li>• Lære ordenselevens oppgaver</li> </ul>	
<b>Lek, glede, humor:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Glade, lekende barn</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lek og humor i klasserommet</li> <li>• Dagens vits</li> <li>• Rom for bevegelse og fysisk utfoldelse</li> </ul>	

## 5. TRINN

Mål/ferdigheter	Aktivitet/oppgave/arbeid	Evaluering
<b>Empati:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gi ros til medelever.</li> <li>• Vise omtanke og bry seg om andre.</li> <li>• Be om unnskyldning.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LQ</li> <li>• Tett samarbeid med hjemmet.</li> <li>• Drama</li> <li>• Ukas elev/ gladogram</li> </ul>	Elevsamtale Observasjon Egenevaluering Elevundersøkelse Utviklingssamtale
<b>Samarbeidsferdigheter:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gi og ta i samarbeid; i lek og arbeid.</li> <li>• Gi positive tilbakemeldinger til medelever.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pararbeid</li> <li>• LEGO el – lek i små grupper</li> <li>• Spille spill</li> <li>• Ukas elev/ gladogram</li> </ul>	
<b>Selvhevdelse:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Si din mening, i lek og i klassen.</li> <li>• Formidle følelsene dine.</li> <li>• Våge å stå imot gruppepress.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Klassens time/ lærerens boks.</li> <li>• Farga ark (LL) – følelser.</li> <li>• Fremføre egne arbeider</li> <li>• Elevsamtale</li> </ul>	
<b>Selvkontroll:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ikke si stygge ord til andre.</li> <li>• Ikke gjøre andre vondt.</li> <li>• Være høflig mot barn og voksne.</li> <li>• Tåle å kjede seg – og vente på tur.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tett samarbeid med hjemmet</li> <li>• LQ</li> </ul>	
<b>Ansvarlighet:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Være en positiv rollemodell.</li> <li>• Være tilgjengelig for fadderbarnet ditt.</li> <li>• Arbeide rolig i timene.</li> <li>• Holde orden i bøkene og ranselen.</li> <li>• Levere lekser til avtalt tid.</li> <li>• Våge å si ifra om mobbing.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fadderarbeid</li> <li>• Tett samarbeid med hjemmet.</li> <li>• God oppfølging av lærer.</li> <li>• Tydelige forventninger.</li> <li>• Klassens time</li> </ul>	
<b>Lek, glede, humor:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bidra i leken.</li> <li>• Le med og ikke av.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Organisert lek.</li> <li>• Klassens ”lekebank”</li> </ul>	

## 6. TRINN

Mål	Aktivitet/oppgaver/arbeid	Evaluring
<b>Selvkontroll</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Hvordan snakker vi til hverandre og behandler hverandre</li> <li>Kunne tåle litt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>LQ og rollespill</li> <li>Aktiviteter knyttet til sinnemestring.</li> </ul>	
<b>Empati</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Se andres gode egenskaper</li> <li>Kunne vise omsorg</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Positiv språkbruk</li> <li>Gripe fatt i daglige/ukentlige hendelser og trekke det frem – ”hvordan har de andre det nå?”</li> <li>Rollespill</li> <li>Hemmelig venn</li> </ul>	
<b>Selvhevdelse</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ta ansvar for egne og andres handlinger</li> <li>Tørre å stå for egne meninger</li> <li>Tåle gruppepress</li> <li>Tørre å snakke/framføre</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>LQ</li> <li>Lage diskusjonsfora, trene på argumentasjon og begrunnelse</li> <li>Framføre eget og andres arbeid i ulike sammenhenger (små grupper, trinn, storsamling)</li> </ul>	Elevsamtale Veiledning Observasjon Foreldresamtale
<b>Ansvarlighet</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Skape orden i fellesområder</li> <li>Ta ansvar for eget og andre sitt rot</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ryddedag</li> <li>Arbeidsoppgaver i klasserommet, bibliotek o. l</li> <li>Ordenselever</li> </ul>	Foreldre- og elevundersøkelser
<b>Samarbeid</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Lære seg samspill-regler, sosiale regler og normer, samt bli trygg</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>LQ</li> <li>Gruppearbeid</li> <li>Uteaktiviteter</li> <li>Lek og drama</li> </ul>	
<b>Lek, glede og humør</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Samhold, samhörighet og fellesopplevelser</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Felles turer og utflukter</li> <li>Trinnsamlinger</li> <li>Annerledesuka</li> <li>Fotballkamper</li> <li>Ekskursjoner</li> </ul>	

## 7. TRINN

Mål	Aktivitet/oppgaver/arbeid	Evaluering
Fremme god helse og legge grunnlag for god læring	Fysisk fostring. 15 min. hver dag	Elevsamtale og observasjon
Bygge relasjoner og være sammen på en annen arena enn klasserommet	Trinnfest, avslutningsforestilling og leirskole. Sosiale aktiviteter på klassens årshjul. Turer	Elevsamtale, foreldresamtale og observasjon
Selvinnsikt og selvutvikling Bevisstgjøre sitt eget kroppsspråk	Lære å sette seg mål. Sette seg et sosialt mål på arbeidsplan hver uke og vurdere om man har oppnådd det. - Det er mitt valg	Observasjon og elevsamtale
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Avdekke raskt saker som angår klassemiljø.</li> <li>• Lære saklig argumentasjon ovenfor medelever og voksne.</li> <li>• Stå for egne meninger, men godta at andre mener noe annet.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Klassens time</li> <li>• Moralsk resonnering</li> <li>• Det er mitt valg</li> <li>• MOT?</li> </ul>	Observasjon
Fremme kulturforståelse og bidra til utvikling av både selvinnsikt og identitet, respekt og toleranse.	Informasjon om fremmedkulturer, film, bøker	Elevsamtale og observasjon
Bidra til å styrke fellesskap på skolen. Vise omtanke og medfølelse	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Elevvakt</li> <li>• Aktiviteter som hele skolen deltar på. For eksempel fellestur.</li> <li>• Arrangere en aktivitet for elevene på 3.trinn.</li> <li>• Leksehjelp</li> </ul>	Observasjon og samtale
Bevisstgjøre sitt eget kroppsspråk	Kroppsspråk/blikk	Elevsamtale, observasjon og klassens time