

# SOSIALT ÅRSHJUL 2022-2023

Måned	Dato	Hva	Ansvar	Innhold:	Kommentar
August	Uke 34-35	Oppstart for alle trinn	Kontaktlærere	<p><b>8 trinn:</b> Bli kjent – se ressursark</p> <p>Inkluderingsosiallærer viser film og snakker om tema</p> <p><b>Alle trinn:</b> Felles klasseregler Felles regler for klassenettprat Lage bursdagskalender Felleslunsj i klasserommet – dekke langbord (lage lunsjgrupper hvor alle tar med litt hver)</p>	<p><b>Mål:</b> Å bli kjent med klassen og legge til rette for fellesskap. Skape trygge rammer for den enkelte, for klassen og trinnet. Bygge et felles godt miljø i klassene</p>
August	Fra Uke 35-36	Klassefest  "Hei" MOT kampanje	Kontaktlærere  Lærere Unge motivatorer	<p><b>8.trinn: kl 14.30-16.30</b> Pizza og brus og leker for klassen etter skoletid Klassen planlegger sammen i tematid i forkant. Klassemiljø og bli kjent</p> <p><b>Alle trinn:</b> «Hei»-kampanje (MOT)</p>	<p>Initiert etter ønsker fra elever i forbindelse med konferansen "Trygge og varme ungdomsskoler"</p> <p><b>Mål:</b> Bli mer kjent med klassekamerater og bygge vennskap. Lærer observere atferd og utvikling av fellesskapet gjennom tilrettelagte sosiale aktiviteter. Elevmedvirkning: Elevene planlegger sammen med lærer.</p> <p><b>Mål:</b> Å se andre. å bli sett positivt. Øve på å se andre. oppleve at det skal lite til å gi andre en positiv opplevelse</p>
Septem ber		Skole valg	Lærere Elevråd	Gjennomføres 2. hvert år i forbindelse med	<b>Mål:</b> Demokrati og medborgerskap. Elevene skal få bedre forståelse fro hvordan

				Stortingsvalg og kommune- og Fylkestingsvalg	landet, fylkene og kommune styres og demokratiske spilleregler etterleves. Overføringsverdi til skole og eget lokalsamfunn.
September	36-38	Elevsamtaler 8. trinn	Sosiallærer	<p><b>8. trinn:</b> Elevsamtaler i små grupper</p> <p><b>Alle trinn:</b></p> <p>Uke 36 Søkelys på det positive – lek (se ressursark)</p> <p>Uke 37 Søkelys på samhold – lek (se ressursark)</p> <p>Skolegrenser logokonkurranse</p>	<p>Gruppesamtaler.</p> <p><b>Mål:</b> Bli kjent med elevene. Undersøke elevmiljøet. Elevmedvirkning i forebyggende arbeid</p>
September	Uke 39	Midtstuedagene	Lærere Trinnkoordinator	<p>8 trinn Klassemiljø og bli kjent med ulike læringsstrategier (inkludering og ekskludering)</p> <p>9 trinn: Inkludering og ekskludering, 22 juli</p> <p>10 trinn: Kulturuke</p> <p>Jente- og guttedag (halv dag "nudes" og "lik meg" på 8. og 9. trinn)</p>	<p>Midtstuedagene skal alltid begynne med å følge opp rutiner og regler i samarbeid med elevene.</p> <p><b>Mål:</b> Forebyggende arbeid for å skape et trygt og godt læringsmiljø gjennom søkelys på holdninger og fellesskap i klassen og på trinnet.</p> <p>Bygge bedre vennskap i klassen. Øve på å inkludere alle.</p>
Oktober	Uke 41	Verdensdag for psykisk helse (10. oktober)	Sosiallærer/ rådgiver og kontaktlærer  Elevråd	<p><b>Alle trinn:</b> Flagging og "God morgen"</p> <p>1 times opplegg i klasse – knyttet til eget tema: Opplegg om mobbing, 30 min</p>	<p>Tema etter "verdensdagen for psykisk helse": 2020: "Spør mer".</p> <p><b>Mål:</b> Å skape mer åpenhet om psykisk helse. Rom for å være seg selv, utvide elevenes forhold til normalitetsbegrepet.</p>

				Aktiviteter i skolegården i spisefri (mesternes mester)	
Oktober	Uke 41-43	Samtaler med 9. trinn	Miljøarbeider/LOS	<p><b>9. trinn:</b> Elevsamtaler i små grupper: trivsel på skolen, sosiale medier og samhold utenfor skolen</p> <p><b>Alle trinn:</b> Fokus på språk – opplegg i tematid</p>	<b>Mål:</b> Undersøke elevmiljøet og elevmedvirkning gjennom innspill.
Oktober	Uke 43	FN-Dagen 23. oktober  Inkludering	Sosiallærer/rådgiver og kontaktlærer Unge motivatorer  Miljøarbeider/LOS	<p><b>Alle trinn:</b> Flagging, "God morgen", 10-15 min i alle klasser: <a href="#">Undervisning/FN-dagen-i-skolen</a></p> <p>9. trinn og 15 min i hver klasse – eget opplegg</p>	<p><b>Mål:</b> Oppmerksomhet på FNs mål og prestasjoner. Kjenne til FNs bærekrafts mål.</p> <p><b>Mål:</b> Øve på å inkludere alle</p>
Oktober/ november					
	Uke 44	Hallo Ween	Sosiallærer/rådgiver og kontaktlærer/elevrådet	<p><b>Alle trinn:</b> "God morgen"</p> <p>Hallo Ween - kostymekonkurranse, kåring av den klassen med flest utklede</p>	<p>Regler for utkledding, gjenbruk og felles tema i klassen.</p> <p><b>Mål:</b> Søkelys på å bygge samhold og fellesskap i klassen.</p>
November	Uke 46 og 47	Turneringer og sosialt	KRØ og Miljøarbeider  Unge motivatorer krø-lærere	<p>Trivsel og samhold i klassene</p> <p><b>Alle trinn:</b> 19. november: "Mannsdagen"</p> <p>Turnering i gymsal over en uke</p>	<p><b>Mål:</b> Bygge gode vennskap i klassen. Øve på å inkludere alle. Elevmedvirkning til forebyggende arbeid gjennom innspill. Arbeide for og med likestilling.</p> <p>Bygge fellesskap for hele skolen.</p>

Novem ber	Uke 48	Mot til å glede dage n	Sosiallærer/ Rådgiver Unge motivatorer	<b>Alle trinn:</b> MOT-TIL-Å-GLEDE- DAGEN  "God morgen" og aktivitet i spisefri <a href="https://www.mot.no/2019/11/22-november-er-mot-til-a-glede-dagen/">https://www.mot.no/2019/11/22-november-er-mot-til-a-glede-dagen/</a>  Boller til hele skolen	Mat og helse elevene laget muffins til hele skolen som ble delt ut i alle klasser, egne til allergikere. Ledelse og MOT lærer ønsker velkommen  <b>Mål:</b> Det kan koste så lite, men bety SÅ mye. MOT til å glede- dagen, handler om å ha MOT til å bry seg; skape et varmere miljø. Trygt skolemiljø.
Novem ber	Uke 48	Hold nings uke: språk og knuff ing	Faglærere Unge motivatorer	<b>Alle trinn:</b> 15 min aktivitet første time hver dag.	<b>Mål:</b> Skape gode holdninger, inkludering og hindre utenforskap.
Novem ber/ Desem ber	Uke 49	Skole sjakk	Rådgiver og elevråd sammen med Dragulf sjakk klubb	<b>Alle trinn:</b> Sjakkturnering (varierer hvilken uke den arrangeres)  Julekalender på Instagram	<b>Mål:</b> Mestring og verdsetting. Skape fellesskap på tvers av klasser og trinn. Bli kjent med flere medelever.
Desem ber	Uke 50	Julet ema	Elevråd/ Rådgiver/ sosiallærer	Lucia: Fakler ved inngangsparti, musikk, tog med utkledding og lys, utdeling av pepperkaker	<b>Mål:</b> Skape godfølelse og glede. Bli sett og verdsatt av andre.
Desem ber	Uke 51	Julea vslut ning og julep yntin g	Elevråd/ Lærere/ sosiallærer	<b>Alle trinn:</b>  Pynte klasserom konkurransse – kun papirpynt Felles juleavslutning Juleklær/nisselue- dag Julegrøt	Regler for å ikke kjøpe inn pynt. Pynt ble laget på juleverksted i klassen.  <b>Mål:</b> Å bygge samhold i klassen. Hjelpe hverandre.
Januar	Uke 4	Mids tuen- dage ne	Lærere Trinn- koordinator	8. trinn: Ungt entreprenørskap 9. Trinn: Storyline 10.Trinn: Inkluderende skoleball og utdanningsvalg	Midtstuendagene skal alltid begynne med å følge opp rutiner og regler i samarbeid med elevene.  <b>Mål:</b> Forebyggende arbeid for å skape et trygt og godt

					læringsmiljø gjennom søkelys på holdninger og fellesskap i klassen og på trinnet.
Januar	27.	Holo caust dag	Sosiallærer/rådgiver	Felles markering 27. Januar	<b>Mål:</b> bevisstgjøring om utenforskap; rasisme, diskriminering og lignende
Februar	5.-7.  6	Psykisk helse	Helsesykepleier Miljøteamet  Miljøteamet	<b>Alle trinn:</b> Fokus på å sortere tanker og følelser – opplegg kommer. NRK  6.februar: Samenes dag  Uke 6!	De trener på hvordan de kan påvirke opplevelsen av vanskelige situasjoner ved å sortere tanker og følelser. <b>Bygge robust ungdom</b>  <b>Mål:</b> Å øve på å forholde seg til egne følelser og kunne snakke om dem.  Uke 6 har ulike fokusområder hvert år. 2021: digital seksualitet
Februar	Uke 6-9	Vintertema	Rådgiver/sosiallærer Elevråd	14. Februar: Valentine's Day  Vinteraktivitet fredag før vinterferie (uke7). Uteaktiviteter.  Slutten av februar: Karneval	Utdeling av Rosa Donuts på morgenen med musikk til alle elever og lærere. <b>Mål:</b> Oppleve å bli sett av andre, positive følelser. <b>Mål:</b> Bruke kroppen positivt og være i aktivitet sammen med andre. Oppleve glede og mestring i å være ute og sammen med andre.  Alle klasser velger selv tema og kler seg ut. Søkelys på gjenbruk, bærekraft og samhold i klassene.
Mars	Uke 10 – 12	Vår-samtaler	Rådgiver/sosiallærer/ Elevrådet  Miljøarbeider/LOS	<b>Alle trinn:</b> 8. mars: kvinnedagen  Oppfølgingssamtaler 8. og 9. trinn	<b>Mål:</b> Samhold og fellesskap. Glede og motivasjon. Arbeid for og med likestilling.  <b>Mål:</b> Kartlegge klasse- og skolemiljø
Mars	Uke 12-13	Mangfold	Lærere	<b>Alle trinn:</b> (22) 21.mars Rockesock, menneskeverd, søkelys på ulikhet, aksept og selvbilde.	<b>Mål:</b> Akseptere seg selv og andre. Identitetsutvikling, forstå og inkludere andre (som ikke er som meg)

				Eget opplegg 2-3 timer	
April		Midtsturama	Rådgiver	Alle trinn: Midtsturama	Mål: fellesskap, samhold og fellesskap. Glede og motivasjon.
April		Påsketema	Miljøteamet	<b>Alle trinn:</b> Påskeegg-jakt. Det legges ut et egg per trinn. Klassejakt for å finne trinnet	<b>Mål:</b> Glede og mestring sammen med andre. Bygge fellesskap og ta ansvar for felles mål og resultat.
Mai		Kroppspøving	Miljøteamet og KRØ	Dansens dag! Markering <u>30. april</u> til <u>2. mai</u> Stressmestring i forbindelse med eksamen og terminkarakter	<b>Mål:</b> Glede og mestring sammen med andre. Bygge fellesskap og ta ansvar for felles mål og resultat.
Juni	Siste skoleuke  Ila siste uka	Pride	Miljøteamet  Miljøarbeider/KRØ	Flagging, markering for hele skolen  Fotballturnering, i eksamensperioden. Hele skolen deltar	<b>Mål:</b> Inkludering, aksept for ulikheter og mangfold.  Mål: Alle skal være med.
Juni		Møte med ny klasse, 8. trinn	Miljøteamet	Møte ny klasse for første gang. Aktiviteter for å bli kjent	<b>Mål:</b> Å se de/møte de andre for å være trygg før skolestart. Første møte med lærer.
		Markering av de 5 store religioner		Karina fikser, Jul, Eid, Divali, Løvehyttfesten og Budismen(vesak)	

<b>August til juni</b>	<b>H e l e å r e t</b>	Spillrom i storefri  Cozy Friday  God-Morgen  Friminuttene  Frukt	Miljøteamet/lærere  Elevrådet  Rådgiver/sosiallærer med Månedlig.  Lærere: Ukentlig  Elevråd/3 dager ukentlig	Spillrom 2 dager i uken for 8 trinn. 2 dager for 9 trinn 1 dag for 10 trinn.  Ønsker alle velkommen om morgenen (musikk i gangen og noen ganger utdeling av frukt  Aktiviteter i friminuttene  Hentes av elevrådet til klassene	<b>Mål:</b> Aktivisere elever. Skape mer trygghet i friminuttene. Skape rom for å bli kjent med flere elever. Forebygge ensomhet og utenforskap. Skape trygghet og rammer for å være sammen.  <b>Mål:</b> Fellesskapsfølelse. Redusere press og stress.  <b>Mål:</b> å se elever og skape godfølelse. Flybensin.  <b>Mål:</b> Aktivisere elever. Skape mer trygghet i friminuttene. Skape rom for å bli kjent med flere elever. Forebygge ensomhet og utenforskap. Skape trygghet og rammer for å være sammen.
<b>Høsten - utskoleåret</b>	<b>H e l e å r e t</b>	Kantine Valgfag	Kantine for elever Elevrådet Klasse	Kantine - Et sted å møtes for å spise og være sammen	<b>Mål:</b> Skape rom for å bli kjent med flere elever på eget trinn. Forebygge ensomhet og utenforskap. Skape trygghet og rammer for å være sammen.
<b>Perioder i skoleåret</b>			Ballspill i gymsal Lærere	Periodevis 2- 3 runder i året	<b>Mål:</b> Skape samhold og vennskap. Samarbeide og oppleve fellesskap i klassen og på trinn.

## Teorigrunnlag:

"Klasseledelse og antimobbearbeid" av Jostein Alberti- Espenes og Eva Dragland

"Forandre med varme" forandringsfabrikken 2016

"Sårbare unge og læring" et ressurshefte utarbeidet av Asgedet Asgedom Håland, Oda Stemsrud, Anne-Christin Skilbrei, Thomas Kruse og Synnøve Fredly.

Inspirasjon fra: "Hvordan fremme emosjonell kompetanse hos barn" Carolyn Webster-Stratton

**Nettressursre:**

<https://laringsmiljosenteret.uis.no/skole/mobbing/filmer-boker-og-verktoy/innblikk-sosial-analytisk-verktoy/>

<https://www.ue.no/>

<https://www.mot.no/>

<https://www.udir.no/laring-og-trivsel/skolemiljo/>

<https://www.nrk.no/trondelag/sa-lik-meg-pa-skolen-fikk-bedre-jentemiljo-1.14580677>

<https://www.fn.no/Undervisning/fn-dagen-i-skolen>

<https://verdensdagen.no/om-verdensdagen/tema-2019-gi-tid/>

[https://www.helsedirektoratet.no/rapporter/trivsel-i-skolen/Trivsel%20i%20skolen.pdf/\\_attachment/inline/9e76ad2b-14eb-4c5f-bf8b-e157f5efcc06:176ea3b766b3d06407dbd9395c3b1776682c5ab7/Trivsel%20i%20skolen.pdf](https://www.helsedirektoratet.no/rapporter/trivsel-i-skolen/Trivsel%20i%20skolen.pdf/_attachment/inline/9e76ad2b-14eb-4c5f-bf8b-e157f5efcc06:176ea3b766b3d06407dbd9395c3b1776682c5ab7/Trivsel%20i%20skolen.pdf)

<https://www.udir.no/laring-og-trivsel/skolemiljo/tiltak-skolemiljo/skolemiljotiltak-felleskap-og-miljo/#>

<https://www.psykopp.no/>

<https://ungsinn.no/post-tiltak/alle-har-en-psykisk-helse/>