



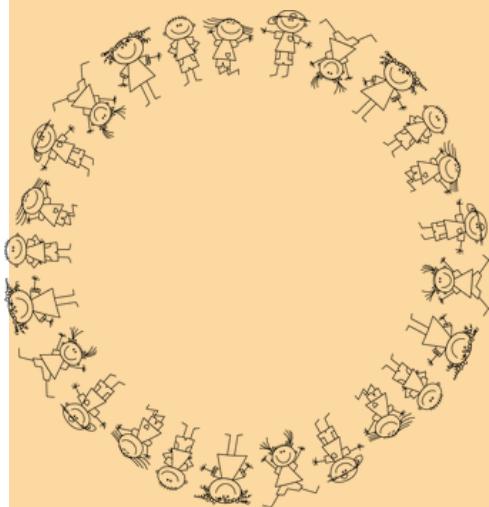
KVINNHERAD
K O M M U N E
Oppvekst

Plan for psykososialt skulemiljø

-

Sosial plan

Omvikdalens skule



Innhald

Innleiring.....	2
Årshjul Sosial plan.....	3
Sosial dugleik sjølvkontroll.....	6
Sosial dugleik sjølvhevding.....	7
Sosial dugleik ansvarskjensle.....	8
Sosial dugleik samarbeid.....	9
Sosial dugleik empati.....	10

Innleiing

Denne planen skal gje eit oversyn over forventa arbeid knytt skulen sitt kontinuerlege og systematiske skulemiljøarbeid. Målet med planen er å sikre eit heilskapleg arbeid slik at retten til eleven om eit inkluderande, trygt og godt skulemiljø blir oppfylt og at det er ein naturleg del i all planlegging av aktivitetar og opplæring i skulen.

Årshjulet viser ei oversikt over planlagde aktivitetar i løpet av året som fremjar sosial læring og utvikling. Skulen arbeider systematisk med alle sosiale dugleikane gjennom skuleåret og legg kvar haust ein felles plan for alle trinn over kva periode ein arbeider med den enkelte sosiale dugleiken i løpet av året. I starten av kvar periode arbeider kollegiet på PU og team med planlegginga av arbeidet med komande sosiale dugleik.

Oversikt over alle sosiale dugleikane med skildring og mål ligg i planen.

Årshjul for å ivareta elevane sitt arbeidsmiljø:

Tidspunkt	Kva gjer vi?	Kven gjer det?
August/september	Gjennomgang av plan for elevane sitt arbeidsmiljø. Klassereglar og gjennomgang av elevane sitt arbeidsmiljø. Konstituering av FAU, elevråd, SU og skudemiljøutval. Inspeksjonsplan Klasseforeldremøte, gjennomgang av elevane sitt arbeidsmiljø. Informasjon om klagerett. Underskrift av ordensreglar Spekter, elevundersøking	Tilsette Elevar og lærarar Rektor Tilsette Kontaktlærar, foreldre og elevar Rektor, kontaktlærar
Oktober	“Vernerunde”	Miljøretta helsevern (av og til) Rektor, leiar og nestleiar i elevrådet, verneombod
November	SU/skudemiljøutval Elevundersøking 7. trinn, gjennomføring	Rektor Rektor, kontaktlærar
Desember	Adventsamling på trinn Juleavslutning i gymsalen med føresette og elevar	Kontaktlærar Alle tilsette
Januar	Spekter, elevundersøking	Rektor, kontaktlærar
Februar		
Mars	“Vernerunde”	Miljøretta helsevern (av og til) Rektor, leiar og nestleiar i elevrådet, verneombod
April	Arbeid eller evaluering av elevundersøkingane. Elevråd/skudemiljøutval tek opp resultat og tiltak frå elevundersøkinga, ståstadanalysen. Elevråd/skudemiljøutval reviderer mobbeplanen, og planen for elevane sitt psykososiale arbeidsmiljø.	Tilsette og rektor Rektor Rektor

Sjølvkontroll

Det tyder å:

- kunne regulera tilhøvet mellom kjensler og åtferd, å ha kontroll på eigne kjensler
- kunne utsetja eigne behov, tilpassa seg fellesskapet og ta omsyn til andre
- kunne takla usemje og konfliktar samt uttrykkja kjensler på ein god måte



Eg ventar på tur	
Eg følgjer reglar og taklar motgang i spel og aktivitet	
Eg er høfleg og bruker ikkje respektlaust språk som banning og kalling når eg snakkar	
Eg krenkjer ikkje andre på sosiale media	
Eg lyttar til andre utan å avbryte	
Eg rettar meg etter tilsnakk/beskjedar/korreksjon (frå vaksne)	
Eg aksepterer og respekterer at ikkje alle meiner det same som meg	
Eg toler at andre kjem borti meg, utan å ta igjen fysisk eller verbalt	
Eg held meg unna slåssing og løyser konfliktar med ord	
Eg kontrollerer temperamentet (sinnet) mitt	
Eg innrettar meg etter ei felles avgjerd	
Eg innrømmer når eg tek feil eller har gjort noko dumt	

Sjølvhevding

Det tyder å:

- kunne ta initiativ og sosial kontakt på ein god og fornuftig måte
- kunne uttrykkja og stå for eigne tankar og meininger på ein akseptabel måte



Eg tar kontakt med andre på ein positiv måte	
Eg gjer mitt beste og tør å vise fram arbeidet mitt	
Eg kan setje ord på kjenslene mine	
Eg presenterer meg for nye menneske på ein høfleg måte	
Eg seier nei til det eg ikkje ønsker å være med på	
Eg seier frå om eg føler meg krenka eller ikkje har det bra	
Eg tør å gi uttrykk for mine meininger og stå for det eg seier	
Eg tar sjølvstendige val	

Ansvarskjensle

Det tyder å:

- kunne følgja reglar og ta ansvar for seg sjølv og eigne handlingar

- kunne ta del i fellesskapet ved å ta ansvar forskulen sitt sosiale og fysiske læringsmiljø



Eg følgjer skulen sine ordensreglar	
Eg møter til rett tid og held avtalar og tidsfristar	
Eg passar godt på eigne, andre sine og skulen sine eigendeler	
Eg tilpassar åtferd og stemmebruk etter stad og situasjon	
Eg følgjer godt med når instruksar og beskjedar blir gjevne	
Eg ryddar og ordnar etter meg når eg har vore ein stad eller har brukt noko	
Eg arbeider sjølvstendig	
Eg har med det utstyret som er nødvendig både heime og på skulen	
Eg kjem raskt i gong med arbeidet og bruker tida godt	
Eg gjer mitt beste for at alle skal ha det bra	
Eg seier frå om eg ser at nokon blir därleg behandla	
Eg tek ansvar for eigne handlingar og ber om unnskyldning og ordnar opp etter beste evne	

Samarbeid

Tyder å:

- kunne arbeida saman, dela med andre og hjelpa andre
- kunne vise omsyn og høfleg åtferd

- kunne skifta aktivitet og arena på ein god måte

Eg viser høfleg åtferd ved for eksempel å helsa, takka og be om noko på ein ordentleg måte	
Eg konsentrerer meg om eigne arbeidsoppgåver	
Eg ventar med å snakke til eg får ordet	
Eg lyttar og er merksam når andre snakkar	
Eg deler på kunnskap og hjelper til når nokon treng det	
Eg held arbeidsro og lar andre arbeide i fred	
Eg arbeider med andre sjølv om vi ikkje er nære venner	
Eg innrettar meg etter fleirtalsavgjersler	
Eg er positiv og deltar aktivt på fellesaktivitetar	
Eg tar min del av ansvaret i gruppa	

Empati

Tyder å:

- kunne setja seg inn i og forstå ein situasjon frå andre sin ståstad
- kunne vise omtanke og respekt for andre sine kjensler og synspunkt
- kunne gjenkjenna og skilja mellom eigne og andre sine kjensler

- kunne rosa andre og gleda seg på andre sine vegne

Eg kjenner, - og set ord, på kjenslene mine	
Eg seier "orsak" når eg har gjort noko gale	
Eg tilgir når andre ber meg om orsaking	
Eg ser når andre ikkje har det bra og prøver å gjere noko med det	
Eg seier positive ting til og om andre og unngår baksnakking	
Eg bruker sosiale medier på ein medvitен måte som ikkje sårar eller skadar andre	
Eg forstår skilnad på eit uhell og at noko er gjort med vilje	
Eg godtar at vi er ulike og viser respekt for det	
Eg veit når humor kan brukast	
Eg gler meg over at andre lukkast	
Eg set meg inn i andre sin situasjon	
Eg ser ei sak frå to sider	
Eg ler av meg sjølv og har sjølvironi	
Eg er bevisst på korleis stemmebruken min og kroppsspråket kan påverka andre	
Eg baksnakkar ikkje andre og spreier ikkje rykte	