

Plan for psykososialt skulemiljø

-

Sosial plan

Omvikdalen skule



Innhald

[Innleiing 2](#_Toc536615923)

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 skulemiljøutval.InspeksjonsplanKlasseforeldremøte, gjennomgang av elevane sitt arbeidsmiljø. Informasjon om klagerett.Underskrift av ordensreglarSpekter, elevundersøking | TilsetteElevar og lærararRektorTilsetteKontaktlærar, foreldre og elevarRektor, kontaktlærar |
| **Oktober** | “Vernerunde”  | Miljøretta helsevern (av og til)Rektor, leiar og nestleiar i elevrådet, verneombod |
| **November** | SU/skulemiljøutvalElevundersøking 7. trinn, gjennomføring | RektorRektor, kontaktlærar |
| **Desember** | Adventsamling på trinnJuleavslutning i gymsalen med føresette og elevar | KontaktlærarAlle 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/skulemiljøutval tek opp resultat og tiltak frå elevundersøkinga, ståstadanalysen.Elevråd/skulemiljøutval reviderer mobbeplanen, og planen for elevane sitt psykososiale arbeidsmiljø. | Tilsette og rektorRektorRektor |

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 meiningar 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 meiningar 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 dårleg 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 medviten 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  |   |