

Sosial kompetanseplan

Kommunikasjon og klasseromsferdigheter (August og september)

Trinn	Delmål	Organisering/arbeidsmåter
1	Kommunikasjon og klasseromsferdigheter: <ul style="list-style-type: none">• Jeg kan lytte til andre• Jeg kan rekke opp hånda når jeg vil si noe• Jeg kan vente på tur• Jeg går ikke fra pulten min før jeg har fått lov	
2	Kommunikasjon og klasseromsferdigheter: <ul style="list-style-type: none">• Jeg snakker hyggelig til andre• Jeg er flink til å lytte til andre• Jeg kan holde orden i sakene mine• Jeg kan følge klassens regler	
3	Kommunikasjon og klasseromsferdigheter: <ul style="list-style-type: none">• Jeg snakker hyggelig til andre• Jeg er hjelpsom• Jeg holder orden i sakene mine og garderobeplassen• Jeg kan følge klassens og skolens regler	
4	Kommunikasjon: <ul style="list-style-type: none">• Jeg viser høflighet og respekt	Se heftet- "Kommunikasjon og klasseromsferdigheter"

	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg kan godta nei som et svar <p>Klasseromsferdigheter:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jeg kan rette meg etter reglene som gruppa har blitt enig om • Jeg er flink til å lytte til andre 	
5	<p>Kommunikasjon:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jeg kan godta nei som et svar • Jeg kan tilby å hjelpe medelever og voksne <p>Klasseromsferdigheter:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jeg gjør mitt beste for at det skal være arbeidsro • Jeg kan sette meg mål 	Se heftet- "Kommunikasjon og klasseromsferdigheter"
6	<p>Kommunikasjon:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jeg kan delta i diskusjoner: • Jeg venter på tur i samtaler og diskusjoner • Jeg respekterer andres taletid <p>Klasseromsferdigheter:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jeg følger instruksjer • Jeg tar vare på bøkene mine og skolens utstyr 	Se heftet- "Kommunikasjon og klasseromsferdigheter"
7	<p>Kommunikasjon:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jeg kan delta/bidra i diskusjoner: • Jeg lytter til hva andre sier og relaterer egne utsagn til det som er sagt <p>Klasseromsferdigheter:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jeg setter meg mål • Jeg ignorerer forstyrrelser 	Se heftet- "Kommunikasjon og klasseromsferdigheter"

Inkludering, respekt og toleranse (Oktober)

Trinn	Delmål	Organisering/arbeidsmåter
1	Inkludering, respekt, toleranse: <ul style="list-style-type: none">• Jeg kan dele med andre• Jeg kan følge reglene i en aktivitet	
2	Inkludering, respekt, toleranse: <ul style="list-style-type: none">• Jeg kan starte en samtale med andre som jeg ikke kjenner så godt• Jeg vet hvordan jeg kan komme inn i en aktivitet	
3	Inkludering, respekt, toleranse: <ul style="list-style-type: none">• Jeg kan be om en tjeneste• Jeg kan foreslå en aktivitet	
4	Inkludering, respekt, toleranse: <ul style="list-style-type: none">• Jeg forstår at alle er like mye verd, uansett utseende, kulturbakgrunn og ferdigheter• Jeg viser at jeg bryr meg om vennene mine	Se heftet "Inkludering, respekt, toleranse"
5	Inkludering, respekt, toleranse: <ul style="list-style-type: none">• Jeg godtar at andre tenker og mener noe annet enn meg• Jeg kan tilby meg å hjelpe en venn/skolekamerat	Se heftet "Inkludering, respekt, toleranse"

6	Inkludering, respekt, toleranse: <ul style="list-style-type: none"> • Jeg "dømmer" ikke andre ut fra hvordan de ser ut eller hva de har på seg • Jeg er god lytter ved å vise interesse for hva andre sier og mener 	Se heftet "Inkludering, respekt, toleranse"
7	Inkludering, respekt, toleranse: <ul style="list-style-type: none"> • Jeg kan ha evne til å forstå at andre føler og reagerer annerledes enn meg. • Jeg kan gi et kompliment 	Se heftet "Inkludering, respekt, toleranse"

Empati og mestring av følelser (november og desember)

Trinn	Delmål	Organisering/arbeidsmåter
1	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven forstår at handlinger fører til konsekvenser for andre. • Eleven forstår at det er forskjell på uhell og vilje. 	Se heftet "Empati og mestring av følelser"
2	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven forstår at andre kan bli lei seg. • Eleven viser omsorg når noen har slått seg. 	Se heftet "Empati og mestring av følelser"
3	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven kan sette seg inn i andre barns følelser. 	
4	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg trøster når noen er lei seg • Jeg kan vise bekymring for andre 	Se heftet "Empati og mestring av følelser"

5	<ul style="list-style-type: none">• Jeg kan vise forståelse for andres følelser.• Jeg kan uttrykke egne følelser• Jeg ler ikke av andre	Se heftet "Empati og mestring av følelser"
6	<ul style="list-style-type: none">• Eleven forstår andres reaksjoner.• Jeg kan mestre eget sinne	Se heftet "Empati og mestring av følelser"
7	<ul style="list-style-type: none">• Jeg godtar at andre sier i fra hvis jeg gjør ting de ikke liker• Jeg kan mestre andres sinne	Se heftet "Empati og mestring av følelser"

Sosial kompetanseplan

Selvkontroll (Januar)

Trinn	Delmål	Organisering/arbeidsmåter
1	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven kan styre sinnet sitt. • Eleven kan vente på tur. • Eleven kan følge kollektive beskjeder. • Eleven kan følge klassens regler. 	<p>Del 3- Leksjon 1, Del 2- Leksjon 2 Del 3 – Leksjon 3</p>
2	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven reagerer på en akseptabel måte når han/hun blir sint. • Eleven kan følge beskjeder fra voksen. • Eleven kan slutte når noen sier stopp. • Eleven følger klassens og skolens regler. 	<p>Del 2 – leksjon 6: Overse forstyrrelser. Del 3 – leksjon 7: Forholde seg til utskjelling og erting.</p>
3-	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven kan ordne opp i konfliktsituasjoner uten å være fysisk. • Eleven skal kunne spørre om lov og akseptere svaret. • Eleven skal kunne benytte teknikker for å roe seg ned, mestre vanskelige situasjoner. • Eleven kan vedstå seg sine handlinger 	<p>Leksjon 9, del II: Problemløsning. Rollespill. Leksjon 13, del II: Spørre om lov og akseptere svaret. Rollespill. Leksjon 8, del III: Mestring av sinne, Rollespill, samtale. Leksjon 14, del II: Be om unnskyldning, gjøre det godt igjen. Rollespill og samtale.</p>

	<p>i en konfliktsituasjon.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Eleven følger klassens og skolens regler. 	Leksjon 11, del III: Å akseptere konsekvenser. Rollespill og samtale.
4	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven kan korrigere seg selv. • Eleven følger klassens og skolens regler. 	<ul style="list-style-type: none"> • Del 3: Vi trener mestring av sinne Leksjon 12 – 15 <p>Resten av punktene i den sosial kompetanseplan blir arbeidet med i disse settingene:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Steg for steg, RLE, Rollespill, TIEY, Turer, Fadderordningen, Fremføringer, Muntlig aktivitet, Samtaler i klasse, grupper og individuelt, Ordensregler
5	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven kan kontrollere egen atferd. • Eleven reagerer i samsvar med utløsende faktor/handling/utsagn. • Eleven følger klassens og skolens regler. 	”Steg for steg”: Del 2 og 3, ”Vi trener impuls kontroll” og ”Vi trener mestring av sinne”. Rollespill
6	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven følger klassens og skolens regler. 	Aktiv bruk av skolens ordensregler
7	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven følger klassens og skolens regler. 	Leksjon 15: ”Motstå fristelsen til å jukse” (Del II: Vi trener impuls kontroll) Leksjon 12: ”Akseptere konsekvenser” (Del III: Vi trener kontroll av sinne)

Vennskap og samarbeidsferdigheter (februar)

Trinn	Delmål	Organisering/arbeidsmåter
1	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven kan ordne opp i uoverensstemmelser ved hjelp av voksne. 	Del 2- Leksjon 2 Del 3 - Leksjon 3 Del 2 – Leksjon 4 Del 2 – Leksjon 5
2	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven kan vente på tur. 	Del 2- leksjon 7: Avbryte høflig.
3-	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven kan til en viss grad ordne opp i konflikter, og be om hjelp når han /hun ikke klarer det. 	Leksjon 10, del II: Høflig/tålmodig, rollespill
4	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven kan lytte til andre uten å 	

	avbryte.	
5	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven kan lytte til andre uten å avbryte. 	Oppfølging og samtale om skolens ordensreglement; <i>en god lytter.</i>
6	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven kan ta hensyn • Eleven kan samarbeide med alle. 	Steg for steg, del II, leksjon 10, ”Vi trener impuls kontroll”
7	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven kan ta hensyn • Eleven kan samarbeide med alle. 	

Glede og humor (Mars)

Trinn	Delmål	Organisering/arbeidsmåter
1	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven kan gi og ta i lek. • Eleven forstår regler i lek 	
2	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven inkluderer andre i leken. • Eleven kan innrette seg etter regler i spill og lek. • Eleven takler å tape. 	Del 2 – leksjon 8: Hva kan du gjøre hvis du vil ha noe som ikke er ditt ?
3-	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven kan justere seg i leken ved å lytte til andre. 	
4	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven kan løse konflikter med ord. • Eleven kan samarbeide med andre. • Jeg kan bruke humor • Jeg kan vise glede • Jeg er positiv 	
5	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven kan lytte til andre uten å avbryte. • Eleven forstår, og følger uskrevne 	Fellesleker og samarbeidsoppgaver i kroppsøving. Rollespill.

	<ul style="list-style-type: none"> regler. • Jeg kan bruke humor • Jeg kan vise glede • Jeg er positiv 	
6	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven kan se seg selv i en konflikt. • Eleven forstår, og følger uskrevne regler. • Jeg kan bruke humor • Jeg kan vise glede • Jeg er positiv 	<ul style="list-style-type: none"> • Elevsamtaler med konstruktive tilbakemeldinger.
7	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven kan rette seg etter det flertallet har bestemt. • Eleven kan se seg selv i en konflikt. • Eleven forstår, og følger uskrevne regler. • Jeg kan bruke humor • Jeg kan vise glede • Jeg er positiv 	Leksjon 16: "Akseptere forskjeller" (Del I: Vi trener empati)

Problemløsningsferdigheter (april)

Trinn	Delmål	Organisering/arbeidsmåter
1		
2		
3		
4	Problemløsningsferdigheter:	

	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg stanser leken hvis jeg eller andre ikke har det gøy lenger • Jeg kan forlate en konflikt og kontakte en voksen 	
5	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg kan se min egen rolle i en konflikt • Jeg hjelper andre når jeg ser at de trenger det 	
6	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg kan finne alternative fredelige løsninger • Jeg kan lytte til andre når jeg håndterer konflikten min 	
7	<p>Problemløsningsferdigheter:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jeg kan vurdere ulike handlingsalternativer og konsekvensene av disse. • Jeg kan se min rolle i en konflikt, jeg kan forklare hva jeg har sagt og lytte til motparten 	

Selvhevdelse (mai og juni)

Trinn	Delmål	Organisering/arbeidsmåter
1	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven tør å snakke høyt i klassen i forhold til helt enkle spørsmål. • Eleven tør å være seg selv sammen 	Del 3 – Leksjon 4.

	<p>med sine venner.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Eleven tør å si fra til læreren sin når noe ikke er bra. 	
2	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven er trygg på å snakke høyt i klassen. • Eleven tør å si ifra til en voksen når noe ikke er bra. • Eleven tør å si ”stopp” når noe er ubehagelig i lek eller samspill. • Eleven tør å være seg selv i klassen. 	<p>Utfordre elevene til å snakke høyt i klassen. Gjøre det til en ”ufarlig” handling, slik at elevene blir vant til det.</p> <p>Del 3 – leksjon 6: Unngå en slåsskamp. Gjelder både pkt. 2 og 3</p>
3-	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven er trygg på å snakke høyt i klassen. • Eleven tør å si ifra til en voksen når noe ikke er bra. • Eleven tør å si ”stopp” når noe er ubehagelig i lek eller samspill. • Eleven er trygg i flere arenaer på skolen (i klasserommet, i skolegården, på felles arrangementer) 	
4	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven tør å være seg selv. • Eleven er trygg på at hun/han kan mange ting (skolekunnskap, fritidsaktiviteter) • Eleven er trygg på arenaer i skolehverdagen (i klasserommet, i skolegården, på felles arrangementer, på turer.) 	<ul style="list-style-type: none"> • Del 2: Vi trener impuls kontroll Leksjon 15 - 19
5	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven tør å stå foran klassen. • Eleven er trygg nok til å si sin mening i klassen. • Eleven har et realistisk selvbilde. 	<p>Jevnlig bruk av fremføringer og diskusjon i undervisningen. Arbeide for et klassemiljø der det er rom for ulike meninger og synspunkter. Tydelige faglige mål, vurdering og jevnlig samtaler med eleven.</p>

6	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven tør å ta kontakt med alle voksne på skolen. • Eleven tør å ta standpunkt, stå for egne meninger. • Eleven har et realistisk selvbilde. 	Klassemøter, diskusjoner, rollespill, elevsamtaler
7	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven tør å ta kontakt utover skolen, f. eks med offentlige kontorer i forbindelse med prosjekter osv. • Eleven kan ta egne valg. • Eleven kan stå for egne meninger, og samtidig respektere at andre mener noe annet. 	<p>Leksjon 13: ”Motstå press fra jevnaldrende” (Del II: Vi trener impuls kontroll)</p> <p>Leksjon 14: ”Forholde seg til sladder” (Del II: Vi trener impuls kontroll)</p> <p>Leksjon 16: ”Sette seg mål” (Del II: Vi trener impuls kontroll)</p> <p>Leksjon 14: ”Komme med en klage og svare på en klage” (Del III: Vi trener kontroll av sinne)</p>

Ansvarlighet (legges inn i kommunikasjon og klasseromsferdigheter)

Trinn	Delmål	Organisering/arbeidsmåter
1	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven kan hjelpe til med å holde orden på garderobeplassen. 	
2	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven kan holde orden på garderobeplassen. 	Starte tidlig på høsten. Legge til rette for at eleven kan ha orden. Ha fokus på det ved oppstart og følge det opp.

3-	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven kan holde orden på garderobeplassen og ta vare på personlige eiendeler. 	
4	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven kan arbeide selvstendig. 	
5	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven tar ansvar for fellesskapet. 	Ordenselever. Klassesamtaler om hvordan vi vil ha det i klasserommet og på skolen.
6	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven kan vise solidaritet, ta ansvar for andres ve og vel. • Eleven kan ta ansvar for felles rot, fysisk og psykisk arbeidsmiljø. 	Aktiv og god bruk av ordenselever, gi ansvar for oppgaver i klasserom og spesialrom.
7	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven kan vise solidaritet, ta ansvar for andres ve og vel. • Eleven kan ta ansvar for å få til et godt arbeidsmiljø. 	Leksjon 14: "Aktiv lytting" (Del I: Vi trener empati)