



SOSIAL LÆREPLAN
VENN OPPVEKSTSENTER

Sosial læreplan

Venn oppvekstsenter, skolen, sin sosiale læreplan tar utgangspunkt i Glavin & Lindbäck si bok «Å undervise i sosial kompetanse».

Hvordan kan begrepet «sosial kompetanse» forstås?

«Sosial kompetanse er relativt stabile kjennetegn i form av kunnskap, ferdigheter og holdninger som gjør det mulig å etablere og vedlikeholde sosiale relasjoner» (Ogden, 2009).

«Et sett av ferdigheter, kunnskaper og holdninger som trengs for å mestre ulike sosiale miljøer, som gjør det mulig å etablere og vedlikeholde sosiale relasjoner, og som bidrar til å øke trivselen og fremme utvikling» (Garbanino, 1985).

Med dette menes at den sosiale kompetansen eleven innehar vil føre til en realistisk oppfatning av elevens egen kompetanse, at den er en forutsetning for sosial mestring og at den brukes for å oppnå sosial akseptering eller være med på å etablere nære og personlige vennskap.

Hvordan lærer elevene sosial kompetanse?

- Gjennom direkte opplæring av sosiale ferdigheter, der hvert ledd i ferdigheten blir analysert, forklart og tydeliggjort
- Gjennom å forklare og modellere sosiale ferdigheter gjennom bruk av modellering, rollespill, styrte leikeaktiviteter og bruk av filmsnutter
- Gjennom forsterkning av positiv sosial atferd både ved bruk av ytre forsterkere (belønning) og fokus på ønsket sosial atferd
- Gjennom repetisjon og overlæring av ferdighetene ved at elevene repeterer stegene som inngår i dem

Ulike dimensjoner av sosiale ferdigheter

Gresham og Elliot (1990) beskriver fem ulike ferdighetsdimensjoner som er de viktigste byggsteinene i elevenes sosiale kompetanse. Alle disse fem ferdighetene er gjensidig avhengig av hverandre.

Sosial læreplan – Venn oppvekstsenter

Dersom elevene mestrer disse, vil det være lettere å etablere nye ferdigheter av samme kategori. De fem ferdighetsdimensjonene er som følger:

Samarbeidsferdigheter, sjølkontrollferdigheter, sjølhevdelsesferdigheter, empatiferdigheter og ansvarlighet.

Samarbeidsferdigheter dreier seg om å beherske grunnleggende lytteferdigheter, kunne hjelpe andre barn og voksne, samt å kunne arbeide konstruktivt i ei gruppe. Dersom samarbeidet mellom elevene skal bli fruktbart, må elevene klare å løse konflikter, uoverensstemmelser og klare opp i misforståelser underveis.

For å lære elevene stegene i sosial problemløsning, har vi valgt å bruke DIVE.

- Definerings: Hva er problemet? Forstå at de har et problem, definere problemet.
- Idédugnad: Hvilke løsninger finnes? Se etter løsninger.
- Valg: Den beste løsningen. Se etter konsekvensene av løsningene.
- Evaluering: Var det den beste løsningen for de fleste? Velg den beste løsningen.

Sjølkontroll dreier seg om å kunne regulere og styre egne følelser. Når «følelsene løper løpsk» og «det bobler over» har vi gitt elevene en strategi for sinnemestring – denne strategien kaller vi STOPP! Ved at elevene lærer inn en slik strategi får de gradvis en bevissthet om egne følelser når følelsene hindrer dem i å opptre funksjonelt sammen med andre, og hvordan de kan håndtere følelsene og roe seg ned.

1 Stopp.

2 Ta i bruk ro-deg-ned-strategiene du har øvd inn.

3 Organiser løsninger.

4 Prøv igjen.

5 Praktiser.

Sjølhevdelsesferdigheter er knytta til det å ta sosialt initiativ, være aktiv deltaker i samtaler og klare å motstå press fra gruppa. Her lærer elevene sjølhevdelse gjennom at de får positive tilbakemeldinger når de tar sosiale initiativ.

Empati er det å ta hensyn til andre barns følelser og behov i lek og samarbeid.

Empati har både en tankemessig (kognitiv) og en emosjonell komponent.

Sosial læreplan – Venn oppvekstsenter

Her handler det om at elevene må lære seg metoder for hvordan de kan se verden fra andres perspektiv. Empati handler også om å forstå egne og andres følelser, gjennom verbal kommunikasjon og nonverbal kommunikasjon (kroppsspråk og ansiktsuttrykk). Det er også av stor betydning at elevene øver på å si positive ting til seg sjøl, medelever og lærere.

Ansvarlighet dreier seg om å kunne opptre i tråd med regler og forventninger i et læringsfellesskap. Her på skolen blir ansvarlighet definert som «skoleferdigheter som elevene må kunne».

Spesialundervisning i sosial kompetanse

Hva med de elevene som ikke får et tilfredsstillende utbytte av den sosiale delen av opplæringa? Sjøl om skolen har utarbeida gode planer, lærerne har satt av tid og energi til trening av sosiale ferdigheter i klasserommet, vil vi dessverre oppleve at ikke alle elevene klarer å utvikle den kompetansen vi ønsker oss. I slike tilfeller kan det noen ganger være hensiktsmessig å henvise til PP-tjenesten med tanke på utredning for spesialundervisning.

Opplæringsloven § 5-1 sier at elever som ikke har eller ikke kan få tilfredsstillende utbytte av det ordinære opplæringstilbudet, har rett til spesialundervisning. Dette gjelder også den sosiale delen av opplæringa. Det vil med andre ord si at elever som ikke får et tilfredsstillende utbytte av den sosiale delen av opplæringa, har krav på spesialundervisning. Om PP-tjenesten, i ei sakkyndig vurdering, konkluderer med at eleven har behov for spesialundervisning, må skolen lage en individuell opplæringsplan (IOP).

En sosial IOP bør først og fremst beskrive hvordan sosiale ferdigheter kan øves inn i klasseromssituasjonen, og hvordan de kan integreres i skolens fag og læringsaktiviteter. Den må også inneholde klare forventninger til hva eleven skal mestre i sosialt samspill med andre elever, og hvilke forventninger skolen har til elevens sosiale atferd innenfor samarbeid, sjølkontroll, sjølhevdelse og empati. En sosial IOP skal også stille klare forventninger til hvordan personalet skal framtre som gode rollemodeller.

Sosial læreplan

Bloom spørsmål

| | |
|--|---|
| Kunnskap Gjenkalle, beskrive, identifisere | Hvilke følelser kan dere? Hvordan kjenner du deg inni deg når du er stolt? Hvordan ser du ut når du er sint? Hvordan høres stemmen din ut når du er glad? I hvilke situasjoner er det du blir sint? |
| Forståelse | Hvordan kan du spørre om å få bli med i leken dersom noen allerede leker sammen? Hvordan kan du vite om vennen din er glad? Hvorfor kan det være smart å gi noen et komplement? |
| Anvendelse | I hvilke andre situasjoner kan vi ta i bruk problemløsning som metode? Når kan vi bruke skilpaddetrikset og ignorere? |
| Analyse | Hva er stegene i problemløsning? |

Kompetansemål etter 2. trinn.

| Områder | Overordnede mål | Kompetansemål, eleven skal kunne: |
|--------------|---|--|
| Ansvarlighet | Ha orden i skolesakene mine, i garderoben og klasserommet | <ul style="list-style-type: none"> • følge klassereglene • ta godt vare på bøker og andre skolesaker • motta beskjeder fra læreren |
| Sjølkontroll | Å kunne tilpasse seg fellesskapet og ta hensyn til andre | <ul style="list-style-type: none"> • vente på tur i klasserommet og i utelek • spørre læreren om hjelp hvis det er noe han/hun ikke forstår. • bruke «ei stille hand». • opptre rolig når man går inn i skolebygget • ignorere andre som forstyrrer |
| Samarbeid | Ta andre med i lek og læring | <ul style="list-style-type: none"> • sitte ved siden av andre når han/hun arbeider • låne og levere tilbake det han/hun har lånt • spille spill og leke med andre (følge reglene i leken). • Skifte av klasseromsaktivitet uten å forstyrre seg sjøl eller andre |

Sosial læreplan – Venn oppvekstsenter

| | | |
|-----------------------------|--|--|
| Sjølhevdelse/ sjøltillit | Kunne uttrykke egne behov og ha sjølinnsikt. | <ul style="list-style-type: none"> • ta kontakt med andre i friminutt på en respektfull måte • si noe positivt om seg sjøl • sette ord på egne følelser • snakke høyt i klassering • fortelle noe høyt i klassen |
| Empati | Være en god venn | <ul style="list-style-type: none"> • ta andre barn med på leiken • si unnskyld hvis han/hun har gjort noe dumt mot noen. • snakke til andre på en vennlig måte • si i fra til en voksen hvis noen blir plaget • kjenne igjen følelser gjennom ansiktsuttrykk og kroppsspråk |

Sosial kompetanse etter 4. trinn.

| Område | Overordnede mål | Sosiale ferdigheter |
|-----------------------------|---|---|
| Ansvarlighet | Ha orden i skolesakene mine, i garderoben og klasserommet | <ul style="list-style-type: none"> • Leverer/gjør arbeidsoppgavene til rett tid. • Ha med det jeg trenger til timer og turer |
| Selvkontroll | Kunne uttrykke egne behov og ha sjølinnsikt | <ul style="list-style-type: none"> • respekterer ordensreglementet • respekterer medelevene • tar ansvar for orden i klassen og i skolegården • kan ta imot og huske en beskjed |
| Samarbeid | Å kunne tilpasse seg fellesskapet og ta hensyn til andre barn | <ul style="list-style-type: none"> • følge instruksjer/ fullføre oppgaver. • tåle å tape • vise i praksis, at de kan løse problemer seg imellom • benytte sinnekontrolltriksene |
| Sjølhevdelse/ Sjøltillit | Eleven skal kunne hevde seg og synes i gruppa. | <ul style="list-style-type: none"> • tilby seg å hjelpe de som trenger hjelp (barn/voksne). • bli med i en gruppeaktivitet/leik som er i gang • jobbe faglig to-og-to og i gruppe med læringsutbytte • takle frustrasjon, på en hensiktsmessig måte, dersom en ikke får være med i leiken |

Sosial læreplan – Venn oppvekstsenter

| | | |
|--------|---|---|
| Empati | Ta andre med i leik og læring og være en god venn | <ul style="list-style-type: none"> • si nei når det er noe han/hun ikke vil være med på • fortelle andre noe han/hun er flink til. • starte og avslutte en samtale • lytte aktivt når andre forteller • vise at han/hun kan sette seg inn i andres situasjon • gjenkjenne ansiktsuttrykk, stemmeleie og kroppsspråk hos andre og gjengi hvilken følelse de uttrykker. • snakke pent om de som er annerledes og/eller som trenger hjelp. • gi positive tilbakemeldinger til andre i samarbeid og lek (gi ros). |
|--------|---|---|

Sosial kompetanse plan etter 7. trinn.

| Trinn | Område | Mål | Kompetansemål. Eleven skal kunne |
|----------|--------------|---|---|
| 7. trinn | Ansvarlighet | Ha orden i skolesakene mine, i garderoben og klasserommet | <ul style="list-style-type: none"> • fullføre oppgaver i klasserommet til avtalt tid • følge med i timen og etterkomme lærerens instruksjoner • reagere hensiktsmessig på andre elevers ros og oppmuntring |
| | Sjølkontroll | Kunne uttrykke egne behov og ha sjølinnsikt | <ul style="list-style-type: none"> • beherske sinne/frustrasjon og finner hensiktsmessige alternativ i konfliktsituasjoner. • respektere andres syn og andres behov |

Sosial læreplan – Venn oppvekstsenter

| | | | |
|--|-------------------------|---|--|
| | | | <ul style="list-style-type: none"> • se og vurdere konsekvensen av egne handlinger • bruke regler i samvær med andre i læring og i aktiviteter • diskutere med andre og oppnå enighet dersom det oppstår en konflikt |
| | Samarbeid | Å kunne tilpasse seg fellesskapet og ta hensyn til andre barn | <ul style="list-style-type: none"> • samarbeide om en oppgave eller presentasjon • gi informativ tilbakemelding på andres prestasjoner og motivere dem for videre innsats • gi samarbeidspartnerne deler av ”æren” for et produkt som flere har vært med på |
| | Sjølhevdelse/sjøltillit | Eleven skal kunne hevde seg og synes i gruppa. | <ul style="list-style-type: none"> • motstå gruppepress • argumentere for egne meninger sjøl om de avviker fra andres • henvende seg til lærere og medelever dersom hun ikke forstår oppgaven eller hvordan den skal løses |
| | Empati | Ta andre med i aktivitet og læring og være en god venn | <ul style="list-style-type: none"> • Viser omsorg og innlevelse i andres situasjon • si unnskyld når hun har gjort noe dumt mot noen og gjøre rede for hvorfor dette er viktig |

Eksempel på hvordan vi kartlegger

På hvilken måte kan vi kartlegge om en elev har måloppnåelse for læringsmålet «Kan ignorere andre som forstyrrer»? Da kan vi sette opp ulike kriterier (kjennetegn) på måloppnåelse.

1. eleven klarer å fortsette med skolearbeid selv om noen tuller eller bråker
2. eleven kan på en høflig måte be noen om å slutte å bråke
3. eleven kan bruke «vær så snill» når du ber noen holde opp
4. eleven kan bruke sjølinstruksjon for å fortsette med det de holder på med når det er uro i klassen.

Kartleggingsskjema for utredning av sosialt læringsutbytte

| • Kompetansemål | Lav/ingen måloppnåelse, under 20 % | Middels måloppnåelse, 20–80 % | Høy måloppnåelse, minst 80 % |
|--|---|--------------------------------------|-------------------------------------|
| • Kan forklare klassereglene | | | |
| • Kan følge klassereglene | | | |
| • Tar godt vare på bøker og skolesaker | | | |
| • Kan motta beskjeder fra læreren | | | |
| • Kan vente på tur i klasserommet og i uteleik | | | |

Sosial læreplan – Venn oppvekstsenter

| | | | |
|---|--|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Kan spørre læreren hvis det er noe han ikke forstår | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Kan bruke ei stille hand | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Kan ignorere andre som forstyrrer | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Kan sitte ved siden av andre når han/hun arbeider | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Kan låne og levere tilbake det han/hun har lånt | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Kan følge reglene i spill og leik | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Kan skifte klasseromsaktivitet uten å forstyrre seg sjøl og andre | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Kan ta kontakt med andre i friminutta på en hyggelig måte | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Kan si noe positivt om seg sjøl | | | |

Sosial læreplan – Venn oppvekstsenter

| | | | |
|---|--|--|--|
| <ul style="list-style-type: none">• Kan gi språklig uttrykk for følelsene sine | | | |
| <ul style="list-style-type: none">• Kan fortelle noe høyt i klassen | | | |
| <ul style="list-style-type: none">• Kan ta andre barn med i leiken | | | |
| <ul style="list-style-type: none">• Kan si unnskyld hvis han/hun har gjort noe mot noen | | | |
| <ul style="list-style-type: none">• Kan snakke til andre på en vennlig måte | | | |
| <ul style="list-style-type: none">• Kan si ifra hvis noen blir plaga eller erta | | | |
| <ul style="list-style-type: none">• Kan kjenne igjen følelser gjennom ansiktsuttrykk og kroppsspråk | | | |

Sosial IOP - eksempel

| <i>IOP</i> | | |
|--|---|---|
| <i>Opplæringsmål</i> | <i>Innhold</i> | <i>Arbeidsmåter</i> |
| <p>Eleven skal kunne</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. vente på tur i klasserommet og i uteleik 2. spørre læreren om hjelp hvis det er noe han ikke forstår 3. bruke «ei stille hand» 4. ignorere andre som forstyrrer | <p>Innholdet i IOP skal følge aktivitetene som blir beskrevet i boka <i>Undervisning i sosiale ferdigheter</i> av Glavin og Lindbäck</p> <p>Direkte instruksjon Aktiviteter knytta til måla i læreplanen Samarbeidsleiker Spill</p> | <p>Trinn 1 i gruppa: Modellæring Praktisering av ferdigheten Individuell innlæring av ferdigheten Sosial problemløsning (diskutere alternativer dersom ferdigheten ikke virker)</p> <p>Trinn 2: overføring til klasserommet Forberede ferdigheter i praksis</p> <p>Vise hvordan eleven kan være med på å fremme ferdighetene som er ukens mål Læreren bruker hint og ledetråder i timene (har fokus på læringsmålet i alle fag gjennom hele skoledagen) Coaching og bekreftelse fra lærer og barnevegleder inne i ordinære læringsgrupper</p> |

Hva gjør vi på skolen?

- Observerer
- Fokus på relasjonsbygging mellom elev og voksen
- Et godt og nært samarbeid med heimen
- 3-ukers plan for sosiale kompetansemål for hele elevgruppa, med utgangspunkt i oppsett ovenfor. Denne planen er alle ansatte involvert i (renholdere, sekretær, rektor, pedagoger og barnevegledere)
 - Tema
 - Mål
 - Kompetansemål
 - Overordna tiltak for alle kompetansemål
 - Tiltak
- Ukeplanen inneholder sosiale mål som hentes fra 3-ukersplanen (kan ha tilpassa opplæring med individuelle mål om det er behov i enkelte klasser)
- Felles samling i gymsalen i forkant av ny periodeplan
 - Presentasjon av tema
 - Rollespill med lærere for å modellere ulike problemstillinger og hvordan de kan løses (i samtale med elevene)
 - Sangsamling
- Samtaler med elevene 1-1 eller i gruppe
- Laban (figur for å tegne på hvor i kroppen eleven kjenner sinnet starter)
- Psykologisk førstehjelp (Grønne tanker - glade barn) + Hei-spillet
- Samtaler med helsesøster for elever som har behov for det
- Livsmestring på timeplanen
- Sette av tid for evaluering sammen med elevene, foreldre og for personalet
- Klasseregler ut fra kompetansemåla
- Ulike praktiske øvelser – leiker
- Elevene har heimelekse i sosial kompetanse – f.eks. si noe positivt til hverandre, samarbeide om matlaging.

Vedlegg:

KØP-metoden
en måte å løse konflikter på uten at noen taper ansikt

Mål: å få og gi ei rettleddning uten å kjenne seg mindre verd.

Å kunne gi og få kritikk.

Alder: 10 år og oppover

KØP-metoden er en måte å framføre kritiske synspunkter på. Den hjelper personen å ta imot kritikk uten å tape ansikt.

K Ø P står for Kritikk, Ønskemål, Positiv uttalelse

Kritikken framføres med tre ulike jeg-budskap- den første inneholder kritikk, den andre et ønskemål på hvordan du vil ha det, den tredje inneholder ei positiv uttalelse, der du viser at du fortsatt liker den personen du kritiserer.

Kritikk: Jeg synes ikke om at du.....
 Jeg misliker at du
 Jeg blir sint på deg når

Ønskemål: Jeg ønsker at du.....
 Jeg vil gjerne at du
 Jeg skulle sette pris på om du

Positivt: Jeg er takknemlig for at du hjalp meg med.....
 Jeg er så glad for at du stiller opp for det meste
 Jeg synes det er så trivelig når du

Sosial læreplan – Venn oppvekstsenter

Slik kan dette høres ut på

Småtrinnet:

«Ole, jeg synes ikke om at du setter skoene dine midt i gangen. Jeg vil at du setter dem i skohylla di. Men jeg setter pris på at du har hengt opp jakken din på kroken».

Mellomtrinnet:

«Kari, jeg er lei av å minne deg på at du ikke skal forstyrre Anne. Jeg ønsker at du skal konsentrere deg om ditt eget arbeid, men jeg setter pris på at du hjalp henne med å rydde på golvet i dag.»

Stortrinnet:

«Lars, jeg er sint for at du erter Siri for at hun ikke kan svømme. Jeg vil at du skal slutte opp med det med en gang, men jeg er glad for at du passa på så ikke svømmebussen kjørte fra henne.»

Personalrommet:

«Jeg er irritert på at jeg må rydde bordet og sette inn i oppvaskmaskina etter deg. Jeg ønsker at du òg kan gjøre som de andre her og hjelpe til med å holde det ryddig og pent. Men jeg er glad for at du hjalp meg med kopimaskina i friminuttet, da arket hadde satt seg fast.»

SOSIAL LÆREPLAN

UKE 42-45

HELE PERSONALGRUPPA (SKOLEN)

TEMA: SAMARBEID

MÅL: Kunne tilpasse seg fellesskapet og ta hensyn til andre barn.

KOMPETANSEMÅL (sosiale ferdigheter):

- Sitte ved siden av andre når han/hun arbeider.
- Skifte av klasseromsaktivitet uten å forstyrre seg sjøl eller andre.
- Vise i praksis at de kan løse problemer, seg imellom.
- Samarbeide om en oppgave eller en presentasjon.
- Gi informativ tilbakemelding på andres presentasjoner og motivere dem for videre innsats.
- Bruke strategier for å kontrollere frustrasjon/sinne.

OVERORDNA TILTAK FOR ALLE KOMPETANSEMÅLA:

Positiv oppmerksomhet på ønska atferd.

Etter hvert skal personalet ved skolen veilede elevene fram mot ønska atferd, og det forutsettes lik reaksjonsmåte fra personalet.

Om veiledning av elevene ikke gir ønska resultat, involveres foreldre/foresatte for videre samarbeid.

TILTAK:

- Modellering: rollespill i gymsalen, samtaler i klasserommet.
- Forsterke ønska atferd.
- Daglige øvinger, bevisstgjøring og refleksjon rundt temaet.
- Evaluering av dagen/uka. Livsmestring timeplanfesta
- Skole-heim-samarbeid: Informasjon på ukeplan, foreldremøte og lekser for både barn og foreldre.

LABAN – VISUALISERING AV «SINNEFØLELSEN»



Vi bruker LABAN som en metode for at elevene skal kunne beskrive hvor i kroppen de kjenner at det kribler når de blir sint.

BRUSFLASKA



Vi vet alle hva som skjer når vi rister på ei slik flaske, og åpner den etterpå!

Det samme skjer i kroppen til en elev som holder følelsene inne over lang tid, for så å «eksplodere» når det «bobler over». (Dette er ei mors beskrivelse av sønnen sin for at elevene og vi voksne skal forstå hvordan barnet har det.)