

SOSIAL KOMPETANSEPLAN SAGENE SKOLE 1.-10. TRINN

Trinn:	Når:	Emne:	Mål:	Beskrivelse/ferdighet :
1. trinn	August/september	Samarbeid	Å være deltagende i ei gruppe og samarbeide med andre barn og voksne.	<ul style="list-style-type: none">• Jeg kan rekke opp hånda og vente på tur• Jeg lytter når det blir gitt en beskjed• Jeg kan følge beskjeder• Jeg har med meg nødvendige skolesaker hver dag og tar godt vare på sakene mine• Jeg vet hva "innestemme" er• Jeg kan dele med andre barn• Jeg er en god læringspartner
	Oktober/november	Empati	Å være en god venn	<ul style="list-style-type: none">• Jeg tar med andre i lek• Jeg sier hyggelige og snille ting til andre• Jeg snakker til andre på en vennlig måte• Jeg sier ifra til en voksen hvis noen blir ertet• Jeg trøster hvis noen er lei seg

	Desember/Januar	Selvhevdelse/ selvtillit	Å være trygg sammen med andre	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg kan fortelle en voksen at jeg er glad, lei meg eller sint • Jeg tør å snakke høyt i klassen • Jeg kan si stopp til andre barn hvis de gjør noe jeg ikke liker • Jeg kan snakke med de jeg vil på trinnet
	Februar/Mars	Selvkontroll/ samhandling	Å ta kontakt med andre på en god måte	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg hilser hyggelig på voksne og barn • Jeg sier takk til voksne og barn • Jeg spør om hjelp hvis jeg trenger det • Jeg spør om å få være med på en ordentlig måte
	April/Mai	Ansvarlighet	Å ta ansvar for å følge gruppens/skolens regler	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg vet hva en regel er • Jeg følger klassens regler • Jeg hjelper til å holde det ryddig i garderoben • Jeg kan hjelpe andre med å følge regler
	Mai/Juni	Humor og glede	Å uttrykke glede	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg kan fortelle om noe jeg synes er gøy • Jeg kan fortelle om noe jeg gleder meg til • Jeg lytter til andre når de forteller om ting

Trinn:	Når:	Emne:	Mål:	Beskrivelse/ferdighet :
				<ul style="list-style-type: none"> Jeg blir med på lek og prøver å gjøre leken morsom
2. trinn	August/september	Samarbeid	Ta andre med i lek og læring	<ul style="list-style-type: none"> Jeg kan sitte ved siden av andre når jeg arbeider Jeg kan låne og levere tilbake det jeg har lånt Jeg kan spille spill og leke med andre Jeg kan følge reglene i leken Jeg kan skifte aktivitet uten å forstyrre meg selv eller andre
	Oktober/november	Empati	Å være en god medelev	<ul style="list-style-type: none"> Jeg sier hyggelige ting til andre Jeg kan gi andre komplementer Jeg sier unnskyld hvis jeg har gjort noe galt Jeg trøster hvis noen er lei seg
	Desember/januar	Selvhevdelse/ selvtillit	Å tørre og være seg selv	<ul style="list-style-type: none"> Jeg tør å si det jeg mener i klassen Jeg kan si noe høyt foran klassen Jeg viser til andre at jeg lytter til det de sier

				<ul style="list-style-type: none"> • Jeg kan fortelle hva jeg liker å holde på med og hva jeg liker med det
	Februar/mars	Selvkontroll/ samhandling	Kunne tilpasse meg fellesskapet og ta hensyn til andre	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg venter på tur i klasserommet og i utelek • Jeg kan spørre læreren om hjelp hvis det er noe jeg ikke forstår • Jeg kan ta imot en unnskyldning fra andre • Jeg sier hyggelige ting til andre barn og voksne
	April/mai	Ansvarlighet	Å vite hva som er mitt og ditt	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg spør om å få låne ting av andre • Jeg hjelper til med å rydde både mine egne og andres ting • Jeg er med på gruppearbeid • Jeg holder orden i mine egne saker
	Mai/juni	Humor og glede	Å vise glede	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg kan fortelle om noe som gjør meg glad • Jeg kan le når andre forteller noe morsomt • Jeg prøver å finne på morsomme ting med de andre i klassen • <i>Jeg kan prøve og se om jeg syns noe nytt er morsomt</i>

Trinn:	Når:	Emne:	Mål:	Beskrivelse/ferdighet:
3. trinn	August/september	Samarbeid	Å kunne arbeide sammen med alle i gruppen	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg kan følge regler i en lek • Jeg kan vente på tur • Jeg kan forstå en inkluderende aktivitet • Jeg tar med andre i leken • Jeg viser hensyn når vi jobber i en gruppe
	Oktober/november	Empati	Å ta hensyn til andre	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg ler ikke av andre når noen svarer feil • Jeg viser forståelse for andres følelser • Jeg er grei mot andre barn og voksne • Jeg vet at andre kan bli både glad og lei seg av ting jeg sier
	Desember/januar	Selvhevdelse/selvtillit	Å være seg selv	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg er stolt av egne ferdigheter • Jeg kan snakke positiv om meg selv • Jeg gir ros og kan ta imot ros • Jeg tør å starte en samtale med jevnaldrende
	Februar/mars	Selvkontroll/samhandling	Å ta hensyn til andre elever og voksne. Å	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg følger med når andre snakker eller forteller noe • Jeg vet hvordan jeg skal oppføre meg i ulike situasjoner

			løse konflikter på en hensiktsmessig måte.	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg aksepterer og kommer overens med mennesker som er annerledes enn meg selv • Jeg har verktøy for å løse en konflikt på en god måte
	April/mai	Ansvarlighet	Å kunne samarbeide med andre og rette seg etter flertallet	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg tar konsekvensen av det jeg gjør • Jeg gjør så godt jeg kan i skolearbeidet • Jeg godtar at flertallet ofte bestemmer i en gruppe • Jeg lytter til det andre sier når vi jobber sammen
	Mai/juni	Humor og glede	Å vise glede	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg blir glad når jeg mestrer noe nytt • Jeg blir glad på andres vegne • Jeg kan forstå at man synes forskjellige ting er morsomt

Trinn:	Når:	Emne:	Mål:	Beskrivelse/ferdighet:
4. trinn	August/september	Samarbeid	Å godta frilekens regler	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg kan rette meg etter regler andre har kommet frem til i en lek • Jeg kan bli enig om regler i samarbeid med andre • Jeg kan tilby meg å hjelpe både barn og voksne

				<ul style="list-style-type: none"> • Jeg kan bli med i en gruppeaktivitet eller lek som er i gang.
	Oktober/november	Empati	Å kunne sette seg inn i andres situasjon	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg kan gjenkjenne ansiktsuttrykk og kroppsspråk hos andre • Jeg kan vise at jeg lytter til andre • Jeg kan vise medfølelse hvis noen har det vondt • Jeg prøver å tenke over hvordan andre føler det i ulike situasjoner
	Desember/ januar	Selvhevdelse/ selvtillit	Å våge å være ærlig og innrømme feil	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg vet at man lærer av å gjøre feil • Jeg kan spørre om noe jeg lurer på • Jeg kan fortelle noe jeg er flink til • Jeg kan starte og avslutte en samtale • Jeg vet at jeg kan gjøre feil i en situasjon, men at det kan ordnes opp i
	Februar/mars	Selvkontroll/ samhandling	Å kunne uttrykke egne behov og ha selvinnsett	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg kan fortelle om hva jeg trenger hjelp og støtte til • Jeg respekterer mine medelever • Jeg kan følge instruksjoner og fullføre oppgaver

				<ul style="list-style-type: none"> • Jeg tar ansvar for orden i klassen og i skolegården • Jeg forholder meg til gruppepress på en egnet måte • Jeg har respekt for ordensreglene
	April/mai	Ansvarlighet	Å ta ansvar for skolearbeidet	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg tar ansvar for å levere arbeidsoppgaver i rett tid • Jeg kan ta imot og huske en beskjed • Jeg passer på skolesakene mine • Jeg vet at jeg har ansvar for egne lekser og oppgaver
	Mai/juni	Humor og glede	Å gi uttrykk for glede	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg kan fortelle morsomme historier • Jeg kan fortelle når jeg blir glad for noe • Jeg tør å vise til andre hva jeg blir glad om • Jeg forstår at alle ikke har samme type humor som meg selv

Trinn:	Når:	Emne:	Mål:	Beskrivelse/ferdighet:
5. trinn	August/september	Samarbeid	Å ta initiativ	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg er aktiv i læringssituasjoner

				<ul style="list-style-type: none"> • Jeg er en god læringspartner til flere elever i klassen • Jeg tar imot konstruktive tilbakemeldinger fra lærere og medelever • Jeg kommer med forslag til løsninger på en oppgave
	Oktober/november	Empati	Å si hyggelige ting til hverandre	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg roser medelevers innsats, både faglig og sosialt • Jeg begrunner complimentene jeg gir • Jeg snakker med en hyggelig tone til medelever og voksne • Jeg kan være hyggelig også mot de jeg ikke leker så mye med
	Desember/januar	Selvhevdelse/selvtillit	Å være trygg på seg selv	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg tør å fremføre noe i klassen • Jeg står for egne meninger og respektere at andre er uenig • Jeg håndterer og løser konflikter • Jeg tar kontakt med andre på en positiv måte
	Februar/mars	Selvkontroll/samhandling	Å vise vanlig høflighet	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg venter på tur når andre snakker

				<ul style="list-style-type: none"> • Jeg hilser med blikk-kontakt • Jeg lytter og ser på den som snakker • Jeg sier "tak" hvis noen hjelper meg og tilby min hjelp til andre
	April/mai	Ansvarlighet	Å bidra til at alle i gruppen trives	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg er en god rollemodell for medelever • Jeg viser omsorg og respekt • Jeg tar avstand fra mobbing • Jeg tør å si fra om noen blir mobbet • Jeg gjør en aktiv innsats for et godt klassemiljø
	Mai/juni	Humor og glede	Å uttrykke glede når andre mestrer	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg gir komplimenter og roser medelever som gjør noe bra • Jeg heier på klassekameratene mine • Jeg viser glede på andres vegne • Jeg kan være glad selv om ikke mitt lag eller min gruppe vinner en konkurranse

Trinn:	Når:	Emne:	Mål:	Beskrivelse/ferdighet:
6. trinn	August/september	Samarbeid	Å fremheve det positive i hverandre	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg gir positive tilbakemeldinger på andres handlinger og arbeid • Jeg lytter til og aksepterer andres meninger • Jeg kan si hva jeg liker med andre i klassen/gruppen • Jeg prøver å tenke at andre vil meg vel
	Oktober/november	Empati	Å godta at andre er annerledes enn meg	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg forstår at man kan ta ulike valg i ulike situasjoner • Jeg vet at ikke alle liker eller tenker det samme som meg • Jeg vet at andre kan ha en annen legning eller tro enn meg, og det er ok • Jeg vet at i vår gruppe er det plass til ulike stiler, meninger, utseender og andre ting som gjør oss forskjellige
	Desember/januar	Selvhevdelse/selvtillit	Å gjøre egne valg	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg håndterer gruppepress • Jeg vet at jeg betyr noe for meg selv og andre • Jeg gir uttrykk for ulike følelser hos meg selv

				<ul style="list-style-type: none"> • Jeg kan stå for de valgene jeg tar, men også innrømme at jeg kan ta dumme valg
	Februar/mars	Selvkontroll/samhandling	Å tåle motgang	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg takler å tape og ikke ha rett • Jeg tar ansvar for egne handlinger ved å erkjenne dem • Jeg takler å bli misunnelig • Jeg takler at jeg syns noen ting er vanskelig, og vet at jeg kan be om hjelp
	April/mai	Ansvarlighet	Å ta ansvar for fellesskapet	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg tar ansvar for skolens eiendom • Jeg opptrer som en god representant for skolen når vi har besøk og er på besøk • Jeg følger regler og forventninger når vi er på tur • Jeg sier ifra hvis jeg tror det er noen som ikke trives eller har det vanskelig
	Mai/juni	Humor og glede	Å uttrykke glede når andre mestrer	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg gir spontan tilbakemelding når andre gjør noe bra. • Jeg setter pris på at andre får til ting • Jeg unner andre gode resultater

				<ul style="list-style-type: none"> • Jeg kan fremsnakke andre elever
--	--	--	--	---

Trinn:	Når:	Emne:	Mål:	Beskrivelse/ferdighet:
7. trinn	August/september	Samarbeid	Å utnytte hverandres egenskaper i ei gruppe	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg bidrar med det jeg kan i en gruppe • Jeg kan jobbe med en oppgave selv om jeg ikke liker den så godt • Jeg prøver å hjelpe de jeg er i gruppe med • Jeg prøver å se andres styrker i en gruppe
	Oktober/november	Empati	Å forstå at alle er like verdifulle	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg er inkluderende • Jeg viser toleranse overfor andres meninger • Jeg forstår at andre kan ha ulike meninger enn meg selv • Jeg vet at alle er like mye verdt uansett hva de tror på, hvem eller hva de liker eller hvordan de ser ut
	Desember/januar	Selvhevdelse/selvtillit	Å være bevisst egne følelser	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg kan beskrive ulike følelser jeg har • Jeg kan gi uttrykk for om jeg er sint, glad, misunnelig, stolt etc. • Jeg vet hvem jeg kan snakke med hvis jeg har det vanskelig

				<ul style="list-style-type: none"> • Jeg kan regulere mine egne følelser eller be om hjelp til å regulere dem
	Februar/mars	Selvkontroll/ samhandling	Å løse konflikter med ord og hjelpe andre når de trenger det	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg kan løse konflikter uten å bruke vold eller si vonde ord • Jeg tør å være selvstendig • Jeg kan være uenig uten å krangle eller bli ubehagelig • Jeg forsøker å finne en løsning på konflikter • Jeg ber om hjelp til å løse konflikter hvis jeg trenger det
	April/mai	Ansvarlighet	Å ta ansvar for egne handlinger i faglige og sosiale sammenhenger	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg tar ansvar for min egen oppførsel • Jeg vet at det jeg gjør kan få konsekvenser for andre, på både godt og vondt • Jeg tar ansvar for egen læring • Jeg vet hvordan jeg skal oppføre meg når jeg er sammen med andre
	Mai/juni	Humor og glede	Å kunne le av seg selv og være selvironisk	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg kjenner glede ved å gjøre noe for andre • Jeg tåler at noen spøker eller tuller med meg • Jeg er lite selvhøytidelig og kan le av meg selv

				<ul style="list-style-type: none"> • Jeg kan se at jeg selv kan gjøre ting som andre kan le av og synes er morsomme
--	--	--	--	--

Trinn :	Når:	Emne:	Mål:	Beskrivelse/ferdighet:
8.-10. trinn	August/september	Empati	Å kunne forstå andre og sette seg inn i andres situasjon	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg gir positive tilbakemeldinger • Jeg lytter aktivt og ha andre i fokus • Jeg tolker og være oppmerksom på andres kroppsspråk • Jeg er hyggelig mot andre • Jeg viser hensyn til egne og andres følelser • Jeg forstår og respekterer andres mening • Jeg ser begge parter i en konflikt

	Oktober/november	Samarbeid	Å kunne jobbe sammen med forskjellige mennesker med ulike oppgaver	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg skaper ro i ulike situasjoner • Jeg inkluderer og tolererer alle i et samarbeid • Jeg lar andre komme frem med det de er gode til • Jeg bidrar selv med egne ideer og ferdigheter • Jeg kan lage og følger regler • Jeg lytter til andres ideer og meninger
	Desember/januar	Selvhevdelse/selvtilit/	Å kunne ta initiativ, gi uttrykk for egne meninger og stå imot gruppepress	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg tør å stå for egne meninger • Jeg ber om hjelp • Jeg har selvinnsikt • Jeg kan komme med konstruktiv kritikk • Jeg tør å åpne opp for gode relasjoner til medelever og lærere
	Februar/mars	Selvkontroll/samhandling	Å kunne regulere forholdet mellom følelser og atferd, og tilpasse reaksjoner til situasjonen	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg løser konflikter verbalt • Jeg kan kompromisse • Jeg venter på tur • Jeg tenke meg om før jeg reagerer • Jeg innrømmer feil

				<ul style="list-style-type: none"> • Jeg godtar at andre har lov å gjøre feil • Jeg tolererer både seier og tap • Jeg trenger ikke si alt jeg tenker eller vet/fortrolige samtaler
	April/mai	Ansvarlighet	Å kunne ta ansvar for egne handlinger og bære følgene	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg følger regler og beskjeder • Jeg viser respekt for egne, skolens og andres eiendeler og arbeid • Jeg tar ansvar for egen læring og for min del av fellesoppgaver • Jeg overholder tidsfrister
	Mai/juni	Humor og glede	Å kunne glede seg over positiv oppmerksomhet fra andre og over andres og egen mestring	<ul style="list-style-type: none"> • Jeg gleder meg på andres vegne • Jeg kan ta imot et komplement • Jeg gir komplimenter • Jeg er hyggelig og imøtekommende mot andre • Jeg kan la meg rive med og være spontan når situasjonen tillater det • Jeg ler med andre, aldri av • Jeg sier og tar ting i beste mening