



Gjøvik
videregående skole

Handlingsplan for trygt og godt skolemiljø

Gjøvik videregående skole
01.01.26



1.0 Handlingsplanens virkeområde

Gjøvik videregående skoles handlingsplan for et trygt og godt skolemiljø er en konkretisering av skolens arbeid med å ivareta opplæringslovens krav til nettopp dette arbeidet.

Planen legger til grunn de [nasjonale retningslinjene](#) for dette arbeidet. Dette er det detaljert informasjon om på [skolens hjemmeside](#), og videre linket til [Utdanningsdirektoratets](#) sider. Der er [detaljert beskrivelse](#) av hvordan en går fram dersom elever ikke har det trygt og godt på skolen.

Hovedpunktene i aktivitetsplikten og tilhørende delplikter beskrives slik:

Alle som arbeider på skolen har plikt til å:

- følge med på elevene
- gripe inn mot krenkelser
- melde fra hvis de får mistanke om eller kjennskap til at en elev ikke har et trygt og godt skolemiljø

Skolen har plikt til å:

- undersøke
- rette opp situasjonen med egnede tiltak

Saken avsluttes når eleven har det trygt og godt på skolen.



I det felles arbeidet på skolen ligger [skolereglene](#) til grunn som en ramme for samhandling mellom alle på skolen.

1.1 Rektors innledning

Visjonen til Gjøvik videregående skole er: Vi skaper framtida sammen! Det er en visjonen som forplikter alle elever og ansatte ved skolen til å arbeide for et trygt og godt skolemiljø. Det er og skal være nulltoleranse for mobbing og krenkende atferd. Retten til et trygt og godt skolemiljø er forankret i Opplæringsloven kapitel 12. I Opplæringsloven finner vi og formålsparagrafen § 1.3. Gjennom overordnet del i læreplanen tydeliggjøres skolens formål gjennom at skolen ha utdanning og dannelse som to likeverdige deler av skolens formål.

Gjøvik videregående skole skal arbeide daglig for å bygge et trygt og godt skolemiljø. Skolen har opprettet et miljøteam fra skolestart 2025 – 2026. Teamet består av en miljøterapeut, en

miljøarbeider og sosial pedagogisk rådgiver. Teamet møter skolens elever i kantina hver morgen. Det tilbys gratis frokost for alle elever. Gjennom dette tiltaket er målet å skape en hyggelig ramme for elevene ved oppstart av skoledagen, en arena hvor elevene vet at de møter trygge voksne og mulighet til å komme i posisjon til å snakke med elevene. Teamet skal også fungere som ressurspersoner der elever gir uttrykk for at skoledagen oppleves som utrygt, både for enkelt-elever men også som ressurspersoner der det oppstår utfordringer på gruppe-/klassenivå.

Miljøteamet er en del av skolens elevtjeneste. Elevtjenesten har også ansvaret for gjennomføringen av Drømmeskolen, som er et verktøy i det forebyggende arbeidet i skolen. Drømmeskolen er et metodisk opplegg som gjennomføres i samarbeid med Voksne for barn.

Skolen har fra januar 2026 utarbeidet en ny utviklingsplan for de neste fem årene. Hovedtema for utviklingsarbeidet i 2026 er psykologisk trygghet. Dette er et tema som er viktig for både ansatte og elever ved skolen. Elever og ansatte som er trygge lærer bedre.

Gjøvik 02.01.2026

Bjørn Matsson
Rektor

2.0 Skolens felles ansvar for trygt og godt skolemiljø

Skolen har et kollektivt ansvar for skolemiljø etter overordnet del 3.1. Alle ansatte i skolen har et felles ansvar for at det jobbes forebyggende med et trygt og godt skolemiljø. Å jobbe godt forebyggende med skolemiljøet er en viktig del av den enkelte lærers undervisning, gjennom å bidra til undervisningsgruppens helhetlige opplæring etter opplæringsloven. Det stilles [ulike krav](#) til de forskjellige grupper av ansatte som arbeider i skolen. Samtidig er det slik at som elev ved Gjøvik videregående skole skal du som elev kunne snakke med hvem som helst av skolens ansatte om hvordan du opplever skolemiljøet.

Etter opplæringsloven §10-4 skal skolen også sikre [elevmedvirkning i arbeidet med skolemiljøet](#). Dette er en del av skolens systematiske arbeid, se nærmere beskrivelser av elevenes involvering nedenfor, i årshjul i pkt. 3.1 samt vedlegg.

Rektor har det overordnede ansvaret for skolens arbeid med skolemiljø, inkludert etterlevelse av aktivitetsplikten. Rektor varsles i alvorlige saker og rapporterer til skoleeier. **Avdelingslederne** har ansvar for skolemiljøet innen sine avdelinger og fungerer som bindeledd mellom ulike fagpersoner på skolen. De følger opp elevens faglige utvikling, totalfravær og trivsel. Avdelingslederne koordinerer og utarbeider aktivitetsplaner i skolemiljø saker.

Videre har Gjøvik videregående skole en godt bemannet [elevtjeneste](#) hvor deler av de ansatte har det å arbeide med skolemiljøet som en del av sine hovedoppgaver. Videre har skolen et utvidet miljøteam som også består av miljøassistenter (pensjonerte politimenn) som er rundt på skolen og gjør seg kjent med skolens elever.

Kontaktlærerne skal arbeide systematisk for å skape et inkluderende klassemiljø. De har bla ansvar for basistimer, skole–hjem-samarbeidet og den helhetlige faglige og sosiale oppfølgingen av klassen. Kontaktlæreren spiller en nøkkelrolle i det daglige forebyggende arbeidet. Videre har alle **faglærere** ansvar for å følge opp egne undervisningsgrupper, og skape trygghet i gruppene uavhengig av om det er sammensatte grupper eller ikke. Alle faglærere har ansvar for å følge opp det klassen har kommet fram til som klasseregler gjennom Drømmeskolen ved skolestart.

Gjøvik videregående skole har også elever som har roller og ansvar overfor de andre elevene. Skolen har **hybelverter**, elever som bor på hybel og kan veilede, hjelpe og være tilstede for nye ungdommer som flytter på hybel. I tillegg har vi **elevmentor**er, som bidrar i bli-kjent-opplegg første skoleuke, og er tilstede og gjør hyggelige ting i elevmiljøet gjennom året.

IKO-arbeidet ved Gjøvik videregående skole er en del av skolens helhetlige arbeid for å forebygge utenforskap og sikre at alle elever opplever mestring, tilhørighet og god oppfølging. IKO-teamet arbeider systematisk med:

- **Identifisering** av elever som står i risiko faglig, sosialt eller helsemessig
- **Kartlegging** av behov, ressurser og beskyttelsesfaktorer
- **Oppfølging** med individuelle og strukturelle tiltak i samarbeid med kontaktlærer, miljø team, rådgivere og aktuelle tjenester

IKO-teamet har tett dialog med hele Elevtjenesten, og er en viktig del av skolens forebyggende arbeid og aktivitetsplikt etter opplæringslova § 12. Dette arbeidet bidrar direkte til skolens mål om inkludering og fellesskap – gjennom tidlig innsats og koordinert støtte rundt elevene.

Til sammen utgjør alle disse ansatte viktige ressurser for skolen som helhet, grupper av elever og enkelt-elever.

3.0 Skolens systematiske arbeid

3.1 Elevrettet arbeid på individ- og gruppenivå

Gjøvik videregående skole arbeider på tre nivåer, ett individnivå og to ulike gruppenivå.



INDIVID



KLASSE



SKOLE

Individuell støtte for elever

Gjøvik videregående skole har en Elevtjeneste som kan bistå eleven med rådgivning og veiledning når det gjelder skolerelaterte spørsmål og livsmestring. Eleven selv, foresatte og skolens ansatte er velkommen til å ta kontakt.

Gruppenivå – klasse og skolen

Gjennom skoleåret har Gjøvik videregående skole flere faste aktiviteter, med mål om å jobbe helhetlig og på ulike måter med trygt og godt skolemiljø. I oppstarten av skoleåret vektlegges ulike aktiviteter som har som mål å etablere gode, trygge fellesskap i de ordinære klassene. Samtidig jobbes det med relasjoner og psykologisk trygghet også i de andre klassesammensetningene elevene er en del av hvor de ikke er i sine hovedklasser. På skolenivå gjennomføres det også aktiviteter som har til hensikt å bygge et godt, felles skolemiljø for alle elever ved Gjøvik videregående skole.

En del av skolens helhetlige planer baserer seg på samarbeid og strukturer fra

- [VIP makkerskap](#), hvor det blant annet er klassekart i alle undervisningsgrupper.
- [Drømmeskolen \(Voksne for barn\)](#), gjennom fast opplegg og ressurser ved skolestart på Vg1, og gjennom året. Ekstra opplegg ved behov.
- [Nansen Fredssenter på Lillehammer](#), benyttes systematisk ved skolestart på Vg3 og behovsprøvd utover det.

Ved skolestart har rektor egen økt sammen de enkelte klassene («Rektors time») for dialog og forventningsavklaringer med elevene. På Vg2 er det felles økter for større elevgrupper med rektor.

Elevrådsarbeid

Elevrådsarbeidet ved skolen er organisert slik at alle skolens avdelinger har egne avdelingselevrådsmøter hvor de tillitsvalgte på hver avdeling møter sin avdelingsleder. I tillegg er det fellesmøter for alle tillitsvalgte ved skolen gjennom året, og elevrådsstyret møtes hyppigere og har direkte dialog med rektor. Hensikten med denne organiseringen er å

være tett på de enkelte klassenes hverdag, og jobbe både med dialog og utvikling på de enkelte avdelingene, samtidig som at det jobbes med skolen som helhet. De tillitsvalgte i klassene har medansvar for at basistimene benyttes til det som er viktig og aktuelt for elevene.

Årshjul

Løpende gjennom året		
- Frokoster i kantina, med mulighet for å smøre nistemat. Gratis havregrøt eller brødmat til frokost. - Ettermiddagssamlinger hver tirsdag - Leksehjelp etter skolen tirsdager og torsdager - En torsdag i måneden er det kveldstilbud med ulike aktiviteter, type aktivitet bestemmes sammen med elevene - Kahoot i torsdagslunsjen - Brettspill er tilgjengelig i kantina til bruk i friminutter - Utstyr til uteaktiviteter - Turneringer arrangeres gjennom året - o Basketball - o Golf - o Volleyball - o Sjakk - Basistimer brukes til trivsel, dialog, refleksjon og relasjonsbyggende øvelser - Musikk-jam i kantina - Felles forventninger og klasseregler etableres og følges opp gjennom året. - Drømmeskolen og VIP-makkerskap brukes som struktur for klassemiljøarbeidet. - Elevmentorene bidrar i Drømmeklassearbeidet og ressurspersoner støtter mentorene og lærerne. - Miljøteamet kan gå inn i klassen ved behov når det gjelder relasjoner, inkludering eller konflikter. - Kulturell skolesekk og klasseaktiviteter (f.eks. bowling og pizza) styrker fellesskapet og tilhørigheten. - IKO-arbeidet brukes til å oppdage klassemiljøutfordringer, fraværendenser eller grupper av elever som står i risiko, slik at det kan settes inn målrettede tiltak. - Inkluderende avgangsfeiring arrangeres for avgangselevne og er et helhetlig tiltak for å avslutte skoleåret med fellesskap, feiring og gode relasjoner. Miljøterapeut støtter avgangsstyret og er bindeleddet til rektor. - Felles aktiviteter på skolen knyttet til de tverrfaglige temaene <i>folkehelse og livsmestring, demokrati og medborgerskap og bærekraftig utvikling</i>, for eksempel gjennom sofaprater for elevene og andre måter å aktualisere tematikk på.		
Måned	Aktivitet	Ansvar
August – bli kjente og trygge	- Oppstartsuke/relasjonsuke med bli-kjent-aktiviteter i klassene.	

	- De første skoledagene brukes til trygging, forventning savklaring og relasjonsbygging. - Kontaktlærer leder aktiviteter for å etablere et godt klassemiljø fra første dag. - Elevmentorene deltar aktivt i oppstarten i VG1 for å skape trygghet og inkludering. - Klassen møter miljøteamet, elevtjenesten og hybelvertene i løpet av oppstartsfasen. - Oppstartsmøter og -aktiviteter for hybelboere - Elevmentorer gjennomfører Drømmeklasse-aktiviteter - Felles forventninger og klasseregler etableres - Informasjon om sårbare elever deles til aktuelle ansatte - Miljøteamet starter jevnlig møter med hybelverter - Besøksdag for elever på individuelt grunnlag før skolestart
September – bygge trygge klassefellesskap	- Oppfølging av elever med økt fravær, sosial risiko eller mistrivsel - Videreføring av Drømmeklasse i VG1 - Trivsels- og relasjonsøvelser i basistimer - Miljøteamet jobber inn i klasser ved behov - Avdelingselevråd gjennomfører valg og møter - Representanter velges til skolens elevråd - Oppfølging av hybelboere og hybelverter
Oktober - Felles kultur og relasjoner i læringsmiljøet	- Kulturell skolesekk-aktiviteter - Drømmeklasse 2 gjennomføres i VG2 - Elevrådet drøfter trivsel og miljøtiltak - Miljøarbeidere organiserer kantine- og friminutts-aktiviteter - Kontaktlærere arbeider med klassemiljø og relasjoner - Avdelingsledere forbereder arbeidet før Elevundersøkelsen - Oppfølging av elever med økt fravær, sosial risiko eller mistrivsel - Solidaritetsprosjekt ved skolen
November - Felles kultur og relasjoner i læringsmiljøet	- Elevundersøkelsen gjennomføres - Oppfølging av elever med økt fravær, sosial risiko eller mistrivsel

	- Solidaritetsprosjekt ved skolen
Desember - Felles kultur og relasjoner i læringsmiljøet	- Adventsmarkering ved skolen - Lucia - Hybelverter arrangerer julefrokost eller aktivitet - Julekalender med ukentlig premiering - Felles avslutning for skolen siste skoledag før jul
Januar - Fellesskap	- Arbeid med Elevundersøkelsen i klassen - Resultatene gjennomgås i klassen sammen med kontaktlærer. - Klasser arbeider med egne funn i basistimer. - Tiltak settes inn dersom resultatene viser risiko for mobbing, utenforskap eller lav trivsel. - Kontaktlærer samarbeider med avdelingsleder om tiltak. - Åpen skole for lokalsamfunnet og nye søkere til skolen - Oppfølging av Drømmeklasse i Vg1 og Vg2 - Innsøkingsmøter for elever som har behov for det. - Termin-oppsummering av IKO-arbeidet.
Februar - Fellesskap	- Morsmålsdagen - Valentinesdagsaktiviteter og inkluderende trivselstiltak - Elevrådet jobber videre med skolekultur og trivsel - Planlegging av vårens aktiviteter med miljøteam og elevmentorer. - Fokus på klassemiljø i basistimer
Mars - Fellesskap	- Fortsette arbeidet med oppfølging av elevundersøkelsen - Model UN (MUN) arrangeres på skoen - Markering av verdens søvndag, vaffelens dag og kvinnedagen
April	- Drømmeskolen rekrutterer nye mentorer og ressurspersoner - Overføringsarbeid for elever på individuelt grunnlag - Drømmeskolens våraaktiviteter - Elevrådet gir innspill til neste års planer

	- Temadager for avgangselevne
Mai	- Vennskapsdag og trivselstiltak - Overgangsmøter for kommende VG1-elever - Evaluering av skolens skolemiljøarbeid i Elevtjenesten, elevrådet og ledergruppa - Hybelverter arrangerer våravslutning - Evaluering av IKO-arbeidet
Juni	- Verdens beste siste skoleuke - o Lokalmiljødag - o Folkehelsedag - o Piknik i parken - o Aktivitetsdag - Avslutninger både på skole- og klassenivå. - Avslutningssamtaler ved behov - Evaluering i elevråd, miljøteam og elevtjenesten - Egen aktivitetsdag med mentorer i Drømmeskolen - Planlegging av neste skoleår - Tiltak justeres og legges inn i nytt årshjul
Sårbare elever og elever som søker på individuelt grunnlag	
Skolen har en strukturert modell for tidlig innsats og overgang for elever med særskilte behov. Arbeidet følger en fast årssyklus: • Skolen mottar og gjennomgår dokumentasjon fra avgiverskole tidlig på våren. • I mai/juni gjennomføres individuelle overgangsmøter med elev, foresatte, avgiverskole og relevante fagpersoner. • Elevene inviteres på omvisning og tilpassede besøksdager våren før skolestart. • Det arrangeres en egen besøksdag på høsten før ordinær skolestart, der elevene møter kontaktlærere, blir kjent med skolen og får redusert usikkerhet. • Informasjon deles med aktuelle lærere og ansatte før skolestart, i tråd med personvernregelverket. • Tidlig høst innkalles det til nye samarbeidsmøter for å avklare status, behov og videre tiltak. Formålet er å sikre en trygg overgang og forutsigbar oppstart for elever med særskilte behov og dem som søker på individuelt grunnlag.	
Løpende tiltak på individnivå	
• Elevtjenesten tilbyr samtaler, rådgivning, fraværsoppfølging og støtte i psykososiale forhold. • Arbeid med skolevegring og forebygging av frafall inngår i IKO-arbeidet. • Individuelle tiltaksplaner benyttes ved behov og evalueres jevnlig. • Hybelboere følges opp individuelt dersom det er behov for ekstra støtte.	

- Helsesykepleier, PPT eller andre tjenester involveres ved behov.
- IKO: Ved behov knyttes elever inn i IKO-arbeidet for å sikre systematisk oversikt over faglig, sosial og emosjonell risiko. IKO-teamene koordinerer tiltak i samarbeid med kontaktlærer, miljøteam, helsesykepleier, foresatte og eventuelle eksterne instanser. Tiltak skal alltid ha som mål å styrke inkludering, tilhørighet og elevens trivsel i fellesskapet.

3.2 Opplæring av ansatte

På begynnelsen av hvert skoleår er det felles gjennomgang i hele skolens personal av regelverket rundt opplæringslovens §12 og skolens plikt til både å arbeide forebyggende med et trygt og godt skolemiljø, men også å følge med og gripe inn ved mistanke om elever ikke har det trygt og godt på skolen.

Alle nye ansatte blir invitert til bli-kjent-dag før oppstart og introforum seks ganger gjennom skoleåret. Der tematiseres flere av skolens rutiner, blant annet oppfølging av elever. Ansatte som kommer til gjennom skoleåret blir invitert til introforum, og får i tillegg utdelt et lite velkomsthfte som omhandler det viktigste informasjonen i oppstarten, blant annet om opplæringslovens §12.

Videre er det planlagt inn klasseteam-møter flere ganger gjennom skoleåret, hvor lærere som har de samme klassene møtes for å snakke sammen om blant annet faglig og sosial utvikling i gruppen. På denne måten arbeider profesjonsfellesskapene rundt klassene med klassenes utvikling. Og deler erfaringer og lærer av hverandre til det beste for fellesskapet. På disse møtene kan også elevveiledere, elevtjenesten og avdelingsleder delta.

3.3 Evaluering

Miljøteamet evaluerer alle skolemiljøtiltak halvårlig (høst og vår) og foreslår endringer.

Elevtjenesten vurderer skolemiljøet hver 3. uke som fast punkt i sine møter, med særlig vekt på enkeltelever, sårbare grupper og klassemiljø.

Elevråd, elevmentorer og hybelverter deltar aktivt i evalueringen og gir innspill til hva som fungerer og hva som bør forbedres. Det evalueres også i de avdelingsvise elevrådene.

Kontaktlærere og avdelingsledere vurderer klassemiljø og trivsel jevnlig gjennom basistimer, elevsamtaler og klasseteam-møter/samarbeidsmøter.

Data fra Elevundersøkelsen, UngData og skolens egne kartlegginger brukes systematisk som grunnlag for å analysere behov, identifisere risiko og sette inn målrettede tiltak.

Resultater fra IKO brukes til å justere tiltak på individ-, klasse- og skolenivå.

Tiltak som ikke har ønsket effekt justeres umiddelbart, og miljøteamet følger opp evalueringen med konkrete endringer i praksis.

Evalueringen inngår i skolens årlige kvalitetsrapport, som danner grunnlag for videre planlegging.

Rektor rapporterer årlig til skoleeier om skolemiljøet, tiltak, resultater og vurderinger.

Skolemiljøplanen revideres årlig med utgangspunkt i evalueringene fra elever, ansatte, elevtjenesten og miljøteamet, samt resultatene fra Elevundersøkelsen og UngData.

4.0 Vedlegg

- Årshjul basistimer Vg1
- Årshjul basistimer Vg2
- Årshjul basistimer Vg3
- Øvelsesbank med aktuelle opplegg for basistimer

Årshjul for kontaktlærere Vg1, Drømmeskolen

August	- Elevmentorene møter opp første skoledag, kl.7.30 og tar imot de nye VG1-elevne (hilser på og viser vei til gymsalen). Presenteres i gymsalen. Drømmeklassen 1 i alle VG1-klasser, 2.skoledag. Tid: 4 skoletimer. Elevmentorer gjennomfører med kontaktlærer og ressursperson til stede. Drømmeklasseplakaten med mål for klassen henges opp i klasserommet og brukes aktivt.
September	- Kontaktlærer gjennomfører Øvelser i basistimer Uke 37- 40: Elevmentorene gjennomfører livsmestringssamling «Sosial på skolen» (tid: 45 min). Kontaktlærer og ressursperson må være til stede.
Oktober - november	- Kontaktlærer gjennomfører Øvelser i basistimer Uke 42 – 48: Elevmentorene gjennomfører temasamling «God nok» (tid:45 min). Kontaktlærer og ressursperson må være til stede.
Januar - mars	- Kontaktlærer gjennomfører Øvelser i basistimer Drømmeklassen 2 kan tilbys ved behov for å jobbe med læringsmiljøet. Dette er en samling på 2 skoletimer som holdes av ressurspersoner sammen med kontaktlærer.

April - juni	Kontaktlærer gjennomfører Øvelser i basistimer
---------------------	--

Vedlegg 3

Årshjul for kontaktlærere i Vg2, Drømmeskolen gjennomføres ved behov

August	Bli-kjent-øvelser første skoleuka: Navneøvelse (ved nye elever i klassen), «Hånda» og «speed-date».
September	Øvelse i basistime: “Hva skal til for å ha et godt læringsmiljø i klassen?” Bruke Ha- det bra-mannen som verktøy. - Ønskebrønnen
Oktober og november	- Ressursperson leder Drømmeklassen 2 (90 minutter) ved behov. Legge vekt på hva som kan være utfordring, ikke nødvendigvis være det. Avslutte med styrkesirkelen. Kontaktlærer må være til stede. Basistime: Kontaktlærer gjennomfører Øvelser i basistimer.
Desember	Basistime: Godboksen Styrkesirkelen
Januar	Kontaktlærer i basistime: Elevene skriver anonyme lapper med ønsker og forventninger for 2.termin av skoleåret. Putter lappene i ønskebrønnboksen.
Februar	Basistime: Kontaktlærer trekker to-tre lapper fra ønskebrønnboksen i hver basistimene utover skoleåret. Reflekterer med klassen Avslutte med Styrkesirkelen
Mars	Basistime: Kontaktlærer trekker to-tre lapper fra ønskebrønnboksen i hver basistimene utover skoleåret. Reflekterer med klassen - Godboksen
April	Basistime: Kontaktlærer trekker to-tre lapper fra ønskebrønnboksen i hver basistimene. Elevene lager nye lapper dersom ønskebrønnboksen er tom. Reflekterer med klassen. Avslutte med styrkesirkelen.

Mai - juni	Samholdsskapende aktiviteter ute?
-------------------	---

Vedlegg 4

Årshjul for kontaktlærere i Vg3, Drømmeskolen gjennomføres ved behov

August	Bli-kjent-øvelser første skoleuka: Navneøvelse (ved nye elever i klassen), «Hånda» og «speed-date».
September	Øvelse i basistime: “Hva skal til for å ha et godt læringsmiljø i klassen?” Bruke Ha- det bra-mannen som verktøy. - Ønskebrønnen
Gjennom skoleåret – følge opp aktuelle temaer fra elevundersøkelsen og det klassen har behov for, i samarbeid med klassens tillitsvalgte	- Ønskebrønnen følges opp. Aktuelle andre ressurser (ikke uttømmende): - Nobels fredssenter Undervisningsopplegg til klasserommet Nobel Skole - DEMBRA: Undervisningsopplegg Dembra - FN-sambandet: Undervisningsopplegg - Røde Kors: Videregående skole - Røde Kors (Krig og konflikt, nettvett, klima, ensomhet og utenforskap) - BlåKors: Undervisningsopplegg ungdomsskole og VGS - Blå Kors ressursbank Undervisningsopplegg for ungdomsskole og videregående skole – SSB – SSB Undervisningsopplegg om folkehelse - Kreftforeningens Vitensenter Undervisningsopplegg 8. trinn–Vg3 22. juli-senteret Undervisningsopplegg - NTNU - Klimaskolen: Søk Læringsressurser Barnevakten Undervisningsopplegg og aktiviteter Verdensdagen for psykisk helse
Annet	Utdannings- og yrkesrådgivere kommer i basistimer for informasjon og dialog rundt veien videre etter fullført videregående skole.

	Ved behov tas det kontakt med Drømmeskolen-ansvarlig for å gjennomføre Drømmeskole-opplegg i klassen også dette skoleåret.
--	--

Vedlegg 5

Øvelser i basistimer for å styrke læringsmiljøet

Forberedelser:

- Penn og papir til alle
- Elevene sitter enten i makkerpar som til vanlig eller på stoler i ring uten bord.

Tid: 45 min. (basistime)

1. Runde med «Hva har vært bra i klassen denne uken?» (Ca. 5 min.)

Å gjennomføre en runde betyr at du har en positiv forventning om at alle elever, og du som kontaktlærer, sier noe om det som er valgt tema. Alle blir invitert til å si noe, men det er lov å melde pass. Start med deg selv eller med en elev som du vet håndterer oppgaven, og på den måten blir et positivt forbilde for de andre.

Ved å stille spørsmålet «Hva har vært bra i klassen denne uken?», trener man også på å se etter det som har vært positivt, og husker lettere på å gjøre mer av det samme.

Tips:

Sett av tid i basistimer til å ha en slik runde, selv om det ikke har tid til en hel oppfølgingstime – det skaper både en positiv stemning som gjør noe med klassemiljøet, man blir flinkere til å se etter det bra i seg selv og andre, og det blir ofte mer av det man snakker om.

2. Trening i å se de gode sidene ved seg selv om andre. (Ca. 5-10 min.)

Læreren ber elevene lage en strek med skala fra 0–10 og stille seg selv spørsmålet:

«I hvilken grad har jeg gjennomført periodens oppdrag?» (Oppdraget er det dere ble enige om på starten av skoleåret, se Drømmeklasseplakaten).

0----1----2----3----4----5-----6----7----8----9----10

Læreren kan understreke at dette er en individuell vurdering som ikke skal sammenliknes med andres, og at det ikke er tallet i seg selv som er viktig, men at man gjør

en personlig refleksjon. Deretter spør læreren:
«Hva har du gjort av bra/positive ting som gjør at du plasserer deg på det tallet og ikke lavere?»
Alle noterer for seg selv.

3. Fortsette den gode utviklingen. (Ca. 5- 10 min)

Neste oppdrag er å vurdere hvordan alle kan komme litt høyere på skalaen. Læreren spør alle og seg selv:
«Hva kan jeg gjøre, eller gjøre mer av, for at jeg skal komme ½ poeng høyere på skalaen?»
Alle noterer for seg selv.

Alternativer:

1. Elevene snakker sammen to og to om hvor de har satt seg på skalaen og hva de vil gjøre for å komme høyere opp.
2. Lærer reflekterer med elevene i plenum.
4. **Lese opp 2-3 lapper fra ønskebrønnboksen og drøfte de med klassen. Ca 5-7 min**
5. **Styrkesirkelen. Ca 5-7 min.**

Elevene sier navnet til den ved siden av seg og sier et hyggelig kompliment. Eleven som mottar komplimentet, sier takk. Motsatt vei når man har tatt hele runden.

Som variasjon i basistime:

Forslag til samholdsskapende øvelse



GODBOKSEN

Mål: Løfte fram de gode opplevelsene og de fine tingene som har skjedd i klassen

Tid: 5 minutter

Utstyr: En boks med lokk og «brevsprekk», lapper i tre farger, en penn til hver deltaker

Alle deltakerne sitter i en ring. På gulvet i midten står det en boks, med tre bunker med fargede lapper ved siden av

Første oppdrag er «noe godt du har gjort mot andre». Elevene går fram og tar fra 1–3 lapper i den første fargen å skrive på (skriver en ting på hver lapp). Lappene legges i boksen når de er ferdige.

Andre oppdrag er «Noe godt andre har gjort mot meg». Farge nummer 2 brukes til dette.

Tredje oppdrag er «Noe veldig bra som har skjedd i klassen». Farge nummer 3 brukes til dette.

Det kan være fint å lese opp lappene etterpå. Begynn med den første fargen, gå videre til neste, og til slutt den tredje. Eventuelt kan man spare dem og spre det utover som start på tre ulike timer.