

# Informasjon ved oppstart av skoleår – referat foreldremøte høsten 2023

Til foresatte på 1.trinn

# Kveldens program

1. Info om paragraf 9a, godt skolemiljø
2. Praktisk info
3. Info om lesing
4. Case om engstelighet

# Rett til et trygt og godt skolemiljø

Alle elever har rett til å ha et trygt og godt skolemiljø som fremmer helse, trivsel og læring.

Det er elevenes egen opplevelse av hvordan de har det på skolen, som er avgjørende.



# Skolens aktivitetsplikt

Alle som jobber på skolen skal:

- følge med på at elevene har et trygt og godt skolemiljø
- gripe inn mot krenkelser (som mobbing, vold, diskriminering og trakassering) og stoppe det med en gang, hvis det er mulig
- si ifra til rektor ved mistanke eller kjennskap om at en elev ikke har det trygt og godt
- undersøke det som har skjedd
- lage en plan og sette inn egnede tiltak

Hvis en elev opplever å bli krenket av en lærer eller andre som jobber på skolen, har skolen en skjerpet aktivitetsplikt



# Melde saken til skolen

Opplever barnet ditt at det ikke har det trygt og godt på skolen, er det viktig at du melder i fra.

Meldingen kan være både muntlig og skriftlig.

Dette kan gjøres ved å ta kontakt med

- Kontaktlærer eller annen lærer
- Sosiallærer
- Rektor
- Inspektør
- Foreldrerepresentant
- Elevombud



# Melde saken til statsforvalteren

Hvis du mener at skolen ikke har gjort nok, kan du melde saken til statsforvalteren.

- Først må du ta opp saken med rektor på skolen.
- Det må ha gått minst en uke fra du tok opp saken med rektor.
- Saken må gjelde skolemiljøet på den skolen eleven går på nå.
- Er det helt spesielle tilfeller, kan du uansett ta kontakt med statsforvalteren.

Statsforvalteren skal finne ut om skolen har oppfylt aktivitetsplikten sin, og bestemme hva skolen skal gjøre for at eleven får det trygt og godt på skolen.



# Nullmobbing.no

På [nullmobbing.no](https://nullmobbing.no) finner du informasjon om:

- hvilke rettigheter elever og foreldre har
- hva du kan gjøre hvis barnet ditt ikke har det trygt og godt på skolen
- hvem du kan ta kontakt med
- hvordan du kan melde fra

## NULLMOBBING

DU HAR RETT TIL Å HA DET BRA

.NO



# Retningslinjer, veiledere og prosedyrer

[Trygt og godt skolemiljø i Kristiansand](#)

[Ordensreglement](#)

[Styrende dokumenter i skolen](#)



# Praktisk info

Visma-appen! Sende gruppemelding til både Kevin, Nina og Martine

Hvor skal barna etter skolen? SFO, hentes, buss/taxi

Mobilklokker - avslått i sekken

Hva trenger barna? Sunn og næringsrik mat, unngå kjeks/kaker

Klær - merke tøy med navn

Si hade ute!

Bursdagsinvitasjoner deles ut på skolen

- Kan låne foajeen gratis

# Praktisk info

## Vennegrupper

- Lavterskel
- Vi lager grupper, en gang i måneden med foreldre

## 4 sosiale happenings i året

- Vi deler trinnet i fire grupper
- Høsttreff, juleavslutning, vårtreff, sommeravslutning

- Chromebook og Ipad må oppbevares i beskyttelsen hvis de tas med hjem.
  - Skal alltid ligge på skolen i helger og ferier.
  - **Chromebook, iPad og bøker** skal ikke oppbevares i sekken sammen med drikke. Vannflasker fylles på skolen. Hvis elever har med kakao ol, skal de oppbevares i sidelomme utenfor sekken

Skolefoto  
12. september



Is



Is

i  
s  
is

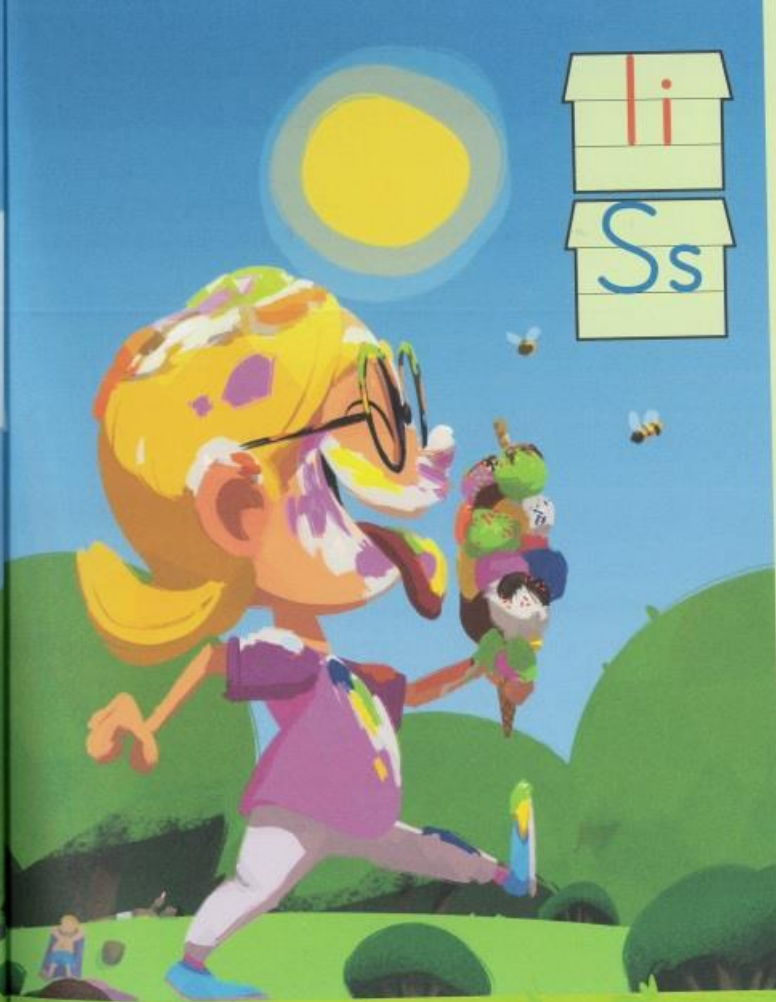
Is i sola.  
Is over alt.

Sol elsker is.  
Sol slikker is.  
Is i munnen.  
Is i nesa.  
Is i håret.  
Is i magen.  
Is i gresset.  
Is over alt.  
Sol elsker is.

ISBILEN



li  
Ss



li  
Ss  
Oo  
Ll  
Ee  
Rr  
Vv  
Aa  
Tt  
Bb  
Øø  
Mm  
Åå  
Jj  
Dd  
Uu  
Gg  
Nn  
Pp  
Yy  
Hh  
Ff  
Kk  
Ææ  
Cc  
Ww  
Qq  
Xx  
Zz

# Engstelighet



Engstelighet er vanlig blant barn og unge, særlig **separasjon** for de yngste

Mange barn opplever **overganger** krevende. Kan gi engstelse for å skilles fra foreldre, sove alene, besøke venner, gå i bursdag, gå/sykle/ta buss til skolen, være på SFO, dyr mm

For foreldre er det utfordrende å se eget barn være engstelig og ha det vondt, man ønsker å hjelpe

Barna må hjelpes til å gjøre ting de er engstelige for, ikke hjelpes med å unngå

## Vanlig ved engstelse - å slippe situasjoner som gir ubehag



Utfordringen er at barns engstelse ofte møtes med mye tilrettelegging (eks. gi forsikringer: barnet sover sammen med foreldre, foreldre endrer arbeidstid, foreldre kontakter skole med beskjed om hva barnet må slippe, barnet får slippe situasjoner/aktiviteter de ikke tør delta på m.m.)

Mange foreldre legger intuitivt til rette for at barnet skal slippe å kjenne på engstelse - av omsorg og kjærlighet

Mange opplever at barnets engstelse kan påvirke familien, forstyrre barnets eller foreldrenes hverdag.

Paradoks: mye trygging kan ha motsatt effekt. Tilrettelegging og unngåelse kan øke engstelsen på sikt.

# Hva er hensiktsmessig tilrettelegging?



Hjelp barnet til å føle - ikke til å føle seg bedre

Barn trenger bekreftelse på at det er vondt å kjenne på engstelse, men samtidig at foreldre(og skole) viser at det ikke er farlig

Barnet trenger hjelp og støtte til å bli i situasjoner for å kunne øve på følelsen og selv få erfare at det ikke er farlig

Engstelse er midlertidig vondt – men med hensiktsmessig støtte av heiangjengen, erfarer barnet mestring med å tørre

# De voksne som rollemodeller

- Vær et godt forbilde
- Del når du selv har turt noe som var vanskelig for deg
- Barna gjør ikke alltid som du sier – men som du gjør
- Bruk situasjoner som oppstår naturlig i hverdagen - både foreldre og lærere
- Ikke trøst, men støtt



# e-risk.no og spinnvillefølelser.no

- e-RISK, et digitalt mestringskurs for engstelige barn og unge som trenger hjelp til å tørre og gjøre ting de er redd for(12-18 år), utviklet ved ABUP ved Sørlandet sykehus
- Foreldremodul med tips om hvordan støtte engstelige barn på hensiktsmessig måte. Foreldremodulen vil være nyttig selv om barnet ditt er under 12 år
- Spinnville følelser, for barneskolebarn. Lærer om følelser samt hvordan forstå og håndtere dem
- [E-Risk | E-Risk](#)





## Case:

- Lars er en 6 år gammel gutt som skal begynne i første klasse om noen uker. Han har alltid vært en livlig og nysgjerrig gutt, men de siste ukene har han vist tegn til engstelse i forhold til skolestarten. Foreldrene hans har lagt merke til at han har blitt mer stille, han har hatt vanskeligheter med å sovne om kvelden, og han har uttrykt bekymring for å skulle bli borte fra dem hele dagen.
- Hvordan kan vi som foreldre hjelpe Lars til å stå i følelsene sine og hjelpe han gjennom engstelsen?

# Saker som ble tatt opp

Klassebamse - vi trekker 3 hver fredag. Da kan du tegne, skrive litt fra helga, og legge inn bilder om du har mulighet.

Foreldrekontakter blå er: Mor til Tuva, mor til Saga (vara)

Foreldrekontakter rød er: Mor til Ragnar, mor til Max H.S (vara)

Det ble opprettet facebooksider.

# 4 treff i året med barn og foresatte

Hver gruppe har ansvar for å planlegge et treff hvor ALLE barn og foresatte deltar. Kontaktlærere deltar på to treff (vi står ikke ansvarlige, vi kan bidra til innslag fra klassen). Vi har delt trinnet på fire, rød og blå gruppe blandet, hvor hver ansvarsgruppe har ansvar for hvert sitt treff.

**Høsttreff (eks. spillkveld):**

Angela, Tobias A-S, Jine, Omar, Saga, Lukas, Anne, Lea Maria, Lukas Teodor, Max S., Emely, Linnea S.T.,

**Juleavslutning (lærere deltar):**

Sondre, Hermine, Hariz, Tobias Jonas, Ema, Zaid, Sara, Joseph, Max H.S., Kristine, Linnea V., Linnea S.N.

**Vårtreff (eks. tur med bål/ karneval):**

Julian, Karoline, Tobias M.F., Tuva, Casper Alexander, Ragnar, Mathias L.F., Madelen, Balder, Filip C.F., Linea K.

**Sommeravslutning (lærere deltar):**

Elena, Caspian, Leah, Tiril, Mathias Y.R., Emma, Even, Celine, Leonel, Filip N., Tor Manuel

# Vennegrupper

Det første navnet i gruppa arrangerer første treff. Dermed blir treff 1 i september, treff 2 i oktober, treff 3 i november og treff 4 i desember. Dette skal være lavterskel hvor en kan møtes i skolegården, ute, eller hjemme hos noen. Ett treff kan gjerne ha varighet til 1 ½ - 2 timer.

Barn og foreldre er med. Disse gruppene er satt til jul. Neste semester lager vi nye grupper.

# Vennegrupper BLÅ

1 = september, 2 = oktober, 3 = november, 4 = desember.

<ol style="list-style-type: none"><li>1. Tobias Jonas</li><li>2. Elena</li><li>3. Zaid</li><li>4. Karoline</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Angela</li><li>2. Sondre</li><li>3. Tiril</li><li>4. Hariz</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Lukas</li><li>2. Ema</li><li>3. Tobias A-S.</li><li>4. Omar</li></ol>
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Emma</li><li>2. Mathias</li><li>3. Leah</li><li>4. Caspian</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Julian</li><li>2. Hermine</li><li>3. Casper Alexander</li><li>4. Saga</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Tuva</li><li>2. Ragnar</li><li>3. Jine</li><li>4. Tobias M.F.</li></ol>

# Vennegrupper RØD

1 = september, 2 = oktober, 3 = november, 4 = desember.

<ol style="list-style-type: none"><li>1. Anne</li><li>2. Linnea V</li><li>3. Lea Maria+Lukas Teodor</li><li>4. Filip N</li><li>5. Balder</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Max S</li><li>2. Mathias L.F.</li><li>3. Celine</li><li>4. Linnea S.N.</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Sara</li><li>2. Emely</li><li>3. Even</li><li>4. Tor Manuel</li></ol>
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Linea K</li><li>2. Kristine</li><li>3. Joseph</li><li>4. Max H.S.</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Madelen</li><li>2. Linnea S.T.</li><li>3. Filip C.F.</li><li>4. Leonel</li></ol>	

# TIMEPLAN

	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
<b>1.økt</b>	Lek Samling	Lek Samling	Lek Samling	Lek Samling Bibliotek	Lek Samling
<b>2.økt</b>	Norsk/matte	Norsk/matte	Arbeidsprogram	Tur	Stasjoner
<b>3.økt</b>	Norsk/matte	Gym/K&H	Norsk/matte Bibliotek	Tur	Stasjoner
		Gym/K&H			