

SOFYKOS 2015 2019



**Plan for sosial kompetanse,
fysisk aktivitet og kosthald
i skulen og barnehagen**

TYSNES KOMMUNE 2015-2019



INNHALD

I. INNLEIING	5
1.1 Lovgrunnlag ved rullering, Sofykos plan 2015	5
1.2 Korleis vert planen praktisert i dag, 2015?	5
1.2.1 Ny spørjeundersøking, SOFYKOS	6
1.3 Føringer frå Regjering og styresmakter	6
1.4 Vegen vidare	8
2. SOSIAL KOMPETANSE , INNLEIING	10
2.1 Forpliktande tiltak i skulen	11
Elevar ved Tysnes skule på tur til Solstråleøya	12
2.2 Idebank	12
2.3 Tips til litteratur	12
2.4 Sosial kompetanse i barnehagen, innleiing	13
2.5 Sosial kompetanse områder	13
2.6 Forpliktande tiltak i barnehagen	14
2.6.1 Pedagogiske opplegg som kan nyttast i arbeidet	14
2.6.2 Personalet i barnehagane skal	14
2.6.3 Informasjon og samarbeid med foreldra	14
3. FYSISK AKTIVITET, INNLEIING	15
3.0.1 Resultat undersøking , fysisk aktivitet, 1. – 10 trinn	16
3.1 Forpliktande tiltak i skulen m/ idebank	17
3.1.1 Mellomtrinnet, 5. – 7. trinn	17
3.1.2 Ungdomssteget:	18
3.1.3 Aktivitetsdagar:	18
3.1.4 Friminuttaktivitetar	19
3.1.5 Samarbeid med dei føresette	19
3.1.6 Om kroppsøvingstimane	20
3.2 Det fysiske miljøet på skulane	20
3.3 Kompetanse	21
3.4 Fysisk aktivitet i barnehagen	22
3.5 Forpliktande tiltak i barnehagen	23
3.5.1 Personalet i barnehagane skal	24
3.5.2 Informasjon og samarbeid med foreldra	24
3.6 Framlegg til aktivitetar	25
3.7 Framlegg til litteratur	25

INNHALD

4.0 SUNT KOSTHALD, INNLEIING	26
4.0.1 Resultat undersøking, frukost, 1. – 10 trinn	26
4.0.2 Resultat undersøking frukt/ niste, 1.- 10. trinn	27
4.1 Forpliktande tiltak i skulen	27
4.2 Kompetanseheving	28
4.3 Idebank	28
4.4 Kosthald i barnehagen innleiing	28
4.5 Retningslinjer for mat og måltid i barnehagen	29
4.5.1 Måltid	29
4.5.2 Mat og drikke	29
4.5.3 Informasjon og samarbeid med foreldra	29
4.6 Litteratur	29
5.0 LANGSIKTIGE PROSJEKT	31
5.1 Treffstad for ungdom	31
5.1.1 TEBU gruppe	31
5.1.2 Jentegruppe	31
5.2 Solstråleøya – Blå kvardag	32
5.2.1 Solstråleøya	32
5.2.2 Solstråleøya som base for ute- /aktivitetsskule	32
6.0 VEDLEGG SOSIAL KOMPETANSE OG FYSISK AKTIVITET	33
6.1. VEDLEGG Sosial kompetanse	35
6.2 Korleis arbeida med emnet på ein førebyggjande måte	35
6.3 Ansvar, Sosialkompetanse, Eit avkryssingsskjema	36
6.4 Meg sjølv, Sosial kompetanse, eit avkryssing skjema	36
6.5 Kunnskap om meg sjølv, Sosial kompetanse, eit avkryssingsskjema	37
6.6 Å bry seg om kvarandre, Sosial kompetanse skjema	38
6.7 Vurderingsskjema (steg for steg)	39
6.8 Skjema grunnleggjende rørsler, barnehagen	40
6.9 Lille Willy, ein leik	41
7.0 SOSIAL KOMPETANSE «DET ER MITT VAL»	42
Informasjon om inndeling av tema i det pedagogiske verktøyet « Det er mitt valg»	42
Fra barnehage til vidaregående	43

1. INNLEIING

Plan for sosial kompetanse, fysisk aktivitet og kosthald er revidert våren 2015. Deltakarane har vore ei tverrfagleg gruppe frå barnehage, skule og helseetat. Ingen av oss er i tvil om at kosthald, fysisk aktivitet og sosial kompetanse skal ha stort fokus og vere emne i barnehage og skule. Men fokus endrar seg ved revidering og ein må forholde seg til lovverket og faktiske forhold.

1.1 LOVGRUNNLAG VED RULLERING, SOFYKOS PLAN 2015.

I Kunnskapsløftet står det følgjande:

Skoleeier kan omdisponere inntil 5 prosent av timene i fagene til andre fag. Det innebærer at den nasjonale fag- og timefordelingen for 1.-10.trinn vil være veiledende for inntil 5 prosent av timene. Minstetimetallet i det enkelte fag vil være på 95 prosent, mens inntil 5 prosent av timene kan omdisponeres fra et fag til et eller flere andre fag. Elevene har fremdeles rett til samlet minstetimetall som fremgår av tabellene 1, 2 og 3.

Det er opp til skoleeier å bestemme hvordan fordelingen av de fleksible timene på årstrinn skal være. Omdisponering av timer mellom fag kan likevel bare skje innenfor de enkelte hovedtrinnene. Med hovedtrinn mener vi 1.-4., 5.-7. og 8.-10. årstrinn, jf. tabell 1,2 og 3.

Hvis skoleeier benytter seg av muligheten for å omdisponere inntil 5 prosent av timene i fagene, skal den endrede fag- og timefordelingen fastsettes som en lokal forskrift.

Forskrift til opplæringsloven § 1-1 andre ledd, (fysisk aktivitet)

Med hjemmel i opplæringsloven § 2-3 tredje ledd ble det 1. august 2009 vedtatt en forskriftsbestemmelse om fysisk aktivitet i grunnskoleopplæringen. Det heter i forskrift til opplæringsloven § 1-1a om rett til fysisk aktivitet: Elevar på 5.-7. årstrinn skal jamleg ha fysisk aktivitet utanom kroppsøvingsfaget. Tilsaman skal dette utgjere 76 timar innanfor 5.-7. årstrinn, jf. fag- og timefordelinga.

Den fysiske aktiviteten skal tilretteleggjast slik at alle elevar, utan omsyn til funksjonsnivå, kan oppleve glede, meistring, fellesskap og variasjon i skoledagen. Reglane om individuell vurdering i kapittel 3 og reglane om krav til pedagogisk kompetanse for undervisningspersonale i kapittel 14 gjeld ikkje. Elles gjeld opplæringslova med tilhøyrande forskrifter.

1.2 KORLEIS VERT PLANEN PRAKTISERT I DAG, 2015?

Sofykos gruppa innhenta fakta om korleis planen vert praktisert i skule og barnehage etter sist revidering:

Tilbakemelding frå Tysnesbarnehagane seier at dei har stort fokus på emna og har innarbeid praksis for opplæring og praktisk gjennomføring. Dei har innført smørelunsj kvar dag og varmrett ein gong pr. veke. Vågsmarka barnehage har ikkje smørelunsj, men har eit varm-måltid ein dag i veka. Dei nyttar undervisningsopplegga «Det er mitt val», «Steg for steg» og «Hjerteprogrammet» i sosial kompetanse. Når det gjeld fysisk aktivitet, melder dei om dagleg systematisk arbeid, turar og gruppeaktivitet. Frå skulane får vi litt delt tilbakemelding, og det har sine årsaker.

Hausten 2009 fekk 5. 6. og 7. kl. utvida si skuletid for å innføre 20 min. fysisk aktivitet kvar dag utanom timane i kroppsøving. Dei andre årstrinna har ikkje fått tilsvarande. Skal dei drive aktivitet på same måte, må ein ta tid frå andre fag eller utvide skuledagen. Lova seier at skuleeigar kan omdisponere inntil 5% av timane ein er pålagt til andre fag. Ei slik omlegging krev at kommunen lagar si eiga forskrift, og det er krevjande.



LITT OM KORLEIS SKULANE PRAKTISERER:

Uggdal skule har i tillegg til mjølkeordning innført eigenbetalt dagleg frukt og smørelunsj ein gong i månaden. Dette koster c. 500 – 600 kr pr. elev i halvåret. Eigenbetaling er omstridt i skulen, men vi har politisk vedtak på at ei slik ordning kan fortsetje. Alle årstrinna har plan for undervisning i sosial kompetanse, men skulen har ikkje opplegg for systematisk dagleg tilbod i fysisk aktivitet. Alle elevane får høve til å eta frukost før undervisninga starter, med tilsyn av vaksne. Skulen har felles haldningar til sunn mat i høve avslutning og feiring. T.d. Serverer skulen grillå laks med salat og ris på avslutningsdagen.

Onarheim skule har dagleg organisert 20 minuttar fysisk aktivitet for alle elevane (1. til 7.kl) Foreldra bestiller mjølk og frukt levert til skulen. Dei har felles skulelunsj 1 gong pr. måned. Sosial kompetanse er systematisk på planen som emne for alle klassetrinn.

Tysnes skule driv dagleg organisert fysisk aktivitet for 5. til 7. klasse i 20 minutt. For ungdomssteget vert det ikkje planmessig og regelmessig aktivitet, og det er opp til kvar lærar. Sosial kompetanse er ikkje timeplanfesta men har fokus som emne innan ulike fag. Skulen har tilbod om mjølkeabonnement, men ikkje frukt. Faget Mat og Helse har stort fokus på sunt kosthald og dei har sporadisk skulelunsj.

Som vist er praktiseringa ulik og utfordringa framover er å finne ordningar som gjer at vi har felles haldning og fokus på emna utan å vere i utakt med lovverket.

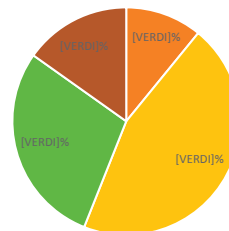
1.2.1 Ny spørjeundersøking, SOFYKOS

I rulleringsarbeidet 2015, har gruppa fått gjennomført ei ny undersøking som gir oss informasjon om born og unge på Tysnes frå 1. – 10. trinn, i forhold til deltaking i ulike fysiske aktivitetar og faktiske forhold rundt frukost og skuleliste/ fruktvanar. Som ei vidareføring av undersøkinga knytt til opphavleg plan, har me i undersøkinga eit ekstra fokus på kor mykje tid barn og unge i Tysnes kommune

brukar på sosiale medier. Me får eit bilete som kan brukast i diskusjonar i personale og på foreldremøter om den faktiske tidsbruken på sosiale medier.

Undersøkinga blir i denne planen presentert i tre delar, den første som omhandlar tidsbruk på sosiale medier er presentert her i innleiinga, resultatata kring fysisk aktivitet er presentert etter innleiing «Fysisk aktivitet» pkt.3.0 og resultatata kring kosthald er presentert etter innleiing «Sunt kosthald», pkt 4.0. Ein meir detaljert utgåve av undersøkinga som m.a. viser aldersfordeling i resultatata er å finna på Tysnes skule si heimeside.

Q4 Kor mykje tid nyttar du i gjennomsnitt til data, speling, sosiale medium, tv-titting og liknande pr. dag?



■ Under ein time pr. dag ■ 1 - 2 timar pr. dag ■ 3 - 4 timar pr. dag ■ Meir enn 4 timar pr. dag

Figur 1 Resultat undersøking, sosiale mediar, 1. - 10. trinn

1.3 FØRINGAR FRÅ REGJERING OG STYRESMAKTER

Regjeringa la fram sin folkehelsemelding Stortingsmelding nr.19, Folkehelsemeldingen

«Mestring og muligheter», i slutten av mars. Ingen tvil om at det er fokus på skulane si rolle i dette arbeidet. Her har vi teke med utdrag frå meldinga:

Regjeringen vil legge til rette for at skolene sikrer daglig fysisk aktivitet for elevene og bidra til livslang bevegelseslyst og glede av fysisk aktivitet. Skolen favner alle barn og unge og kan derfor gi alle elever gjennom tilpasset opplæring muligheter til fysisk aktivitet og bevegelseserfaring, og dermed grunnlag for helse og læring. Det er en positiv sammenheng mellom fysisk aktivitet og kognitiv funksjon hos barn og unge. Ny forskning peker på at fysisk aktivitet, god motorikk og fysisk form kan være viktig for elevers kognitive funk-

sjon og læring i skolen. Tiltak med daglig fysisk aktivitet i skolen, som er gjennomført ved Trudvang skole i Sogndal, viser at elevene kommer i bedre fysisk form og får redusert risikoprofil for hjerte- og karsykdommer, og at elever med størst behov har best effekt. Videre reduseres konfliktnivået, samtidig som trivselen og det psykososiale læringsmiljøet bedres.

I stortingsmeldinga tar ein med eit referat frå Nasjonalt senter for mat og helse.



Figur 1 Resultat undersøkning, sosiale medier, 1. - 10. trinn

Nasjonalt senter for mat, helse og fysisk aktivitet er etablert ved Høgskolen i Bergen. Senteret skal bidra til å styrke barnehagens og skolens rolle som helsefremmende og forebyggende arenaer for barn og unge. **Senteret skal synliggjøre og formidle sammenhengene mellom helse og barn og unges læring, læringsmiljø og læringsutbytte, med vekt på sunne måltider og regelmessig fysisk aktivitet.** Senteret skal bidra til å sette søkelys på hvordan ernæring og fysisk aktivitet kan være naturlig integrert på tvers av fag og særlig være en ressurs for fagene mat og helse og kroppsøving i grunnskolen og videregående opplæring. Senteret skal drive formidling, rådgivning og veiledning basert på eksisterende forskning, forsøks- og utviklingsarbeid og eksempler på god praksis.

Vi ser gjennom disse føringar såleis ei kopling mellom sosial kompetanse, kosthald og fysisk aktivitet. Gruppa vidarefører i rulling av plan rammene frå "Kunnskapsløftet" som legg stor vekt på dette området, både i Generell del, Prinsipp for opplæringa (inkludert Læringsplakaten) og Fagplandelen. Det same er tilfelle med "Opplæringsloven" (§1 og §9), og "Handlingsplan for fysisk aktivitet, 2005-2009" (HOD m.fl.), målber ei sterk satsing på fysisk aktivitet. Her kan ein m.a. lesa: "Fysisk aktivitet er viktig for barns vekst og utvikling. Samtidig fremmer aktivitet sosial læring og kan gi barn følelse av mestring." Rammepleanen for barnehagane seier at barnehagen skal ha ein helsefremjande og ein førebyggjande funksjon og bidra til å utlikne sosiale ulikskapar. Gjennom systematisk arbeid med sosial kompetanse og fysisk



aktivitet kan barnehagane på Tysnes være med å oppfylle desse krava. Rammeplanen seier og at barnehagen skal bidra til at barna tileignar seg gode vanar, haldningar og kunnskapar når det gjeld kosthald, hygiene, aktivitet og kvile.

1.4 VEGEN VIDARE

Etter ønskje frå lærarane ved skulane på Tysnes vart arbeidet med å laga ein tverrfagleg plan, der sosial kompetanse, fysisk aktivitet og kosthald inngår, sett i gong hausten 2006. Skuleetaten og Helse- og sosialetaten har delteke i arbeidet med å utforma planen, og ein har hatt eit samarbeid med PPT og andre. I og med at planen er tverrfagleg, er ein del av målsetjinga at lærarane ikkje skal stå åleine, men få hjelp frå kompetent hald i arbeidet.

Våren 2011 vart planen revidert, og samtidig vart barnehagane tekne med.

Våren 2015 vart planen revidert på ny.

Planen er kommunal, noko som betyr at han gjeld for alle skulane og barnehagane og er forpliktande både for skuleetaten, helse- og sosialetaten og dei føresette.

Målsetjinga er å skapa eit betre arbeidsmiljø for barn og tilsette gjennom aktivt arbeid med sosial kompetanse, større fokus på fysisk aktivitet og gode rutinar for skulemåltid og kosthald.

Betre arbeidsmiljø = Betre helse

Leiinga av kommunen/oppvekstetaten må leggja til rette for at skulane og samarbeidspartnarar (skulehelsetenesta) nyttar same verktøy og får god opplæring i dette. Gruppa oppmodar til at læreverket «Det er mitt val» frå barnehage til vidaregåande blir innført på alle trinn.

Det er ein del lovverk som spelar inn på korleis einingane forhold seg til planen m.a. når det gjeld timar til gjennomføring av planen. T.d. når det gjeld sosial kompetanse, er dette eit emne det er høveleg å ta inn under fleire fag og aktiviteter, men det er ikkje eit fag i skulen. Det er viktig at denne planen viser til aktuelle undervisningsopplegg og kan syne korleis ein kan legge til rette for eit strukturert og regelmessig opplegg utan å bryte lovverket.

Det er difor ikkje så enkelt å vidareføre denne planen som må- og skal- plan for skulen sin del. Det blir heller ein kan- og bør-plan. Barnehagen står friare og kan fortsetje med sitt gode opplegg.

Planen skal gjelda for alle barna i grunnskulen og i barnehagane i Tysnes, og den reviderte planen skal innførast frå hausten 2015. Satsinga skal i første omgang gjelda den tida barna er i skulen og barnehagen, men det er eit ønskje frå fleire hald å gjera noko på dette området også etter skuletid, til dømes slik Uggdal skule har gjort. Planen skal reviderast hausten 2019.

Gruppa oppmodar skulane og barnehagane til å fortsetje det flotte arbeidet som er på gong og finne gode løysingar!



2. SOSIAL KOMPETANSE – INNLEIING

2.0 SOSIAL KOMPETANSE, INNLEIING

Sosial kompetanse er eit samansett omgrep, der viktige stikkord er kunnskap, dugleikar, haldningar, motivasjon, trivsel, sjølvbilete, inkludering, aktiv lytting, kompromiss, gruppetilhøyrse, omsorg, venskap, hevda eigne meiningar, persepsjon og attribusjon.

Skulen har som oppgåve å utvikla heilskapleg kompetanse hos elevane, som utgjer:

- Fagkompetanse
- Metodekompetanse
- Vurderingskompetanse
- **Sosial kompetanse**

Det kan vera vanskeleg å finna ein definisjon på sosial kompetanse som er god og dekkjande, men vi vel å bruka Garbarinos definisjon i denne planen:

”Sosial kompetanse er dei kunnskapar, dugleikar, haldningar og den motivasjon menneske treng for å meistra dei miljøa dei oppheld seg i, eller truleg kjem til å ta kontakt med, samstundes som dei trivst og kan oppretthalda eit positivt sjølvbilete”.

For å utdjupa kva ein meiner med åtferd som kjenne-teiknar god sosial kompetanse, tek ein med ei opplisting:

KJENNETEIKN PÅ GOD SOSIAL KOMPETANSE:

- Venleg og hyggeleg i omgang med andre, og kan vinna tilhøyrse i ei gruppe
- Gjev positive kommentarar og viser omsorg
- Unnlét å framheva andre sine svake sider
- Er opne for at andre kan få delta i aktivitetar som er i gong
- Kan lytta aktivt til det andre har å seia
- Kan markera eigne synspunkt og ønskje utan at andre vert såra av det
- Kan bruka humor
- Kjem med kompromissforslag som ikkje trugar andre si sjølvrespekt
- Kan takla utfordringar
- Kan skaffa seg vener og oppretthalda venskapsforhold



Det kan vera mange ulike grunnar til manglande sosial kompetanse. Både arv, miljø og medfødde dysfunksjonar kan spela inn. Kjenneteikn på manglande sosial kompetanse kan vera; trong til å øydeleggja, manglande respekt for andre sin eigedom, uheldig og frekk framferd overfor medelevar og vaksne, masete og fordringsfulle i og utanfor skulen, plagar medelevar, manglande respekt for andre sine meiningar, støyande åtferd, vulgær språkbruk, uærlig framferd, liten respekt for reglar, forsøpling av omgjevningane mm.

Arbeid med sosial kompetanse er ein av dei viktigaste bidragsytarar i førebygging av problemåtferd.

Nasjonal, nordisk og internasjonal forskning har vist at lav sosial kompetanse hos elevar har samanheng med ei rekkje ulike forhold. T.d. problemåtferd, lav skulefagleg kompetanse, lav sjølvhøvd, lav meistringsoppleving og svake relasjonar til vaksne og andre barn.

Barn og unge oppheld seg store delar av kvardagen på skulen, og skulen er viktig i barn og unge si sosiale, emosjonelle og akademiske fungering. (Nordahl 2000b) Nære relasjonar og venskap er eit fundamentalt behov hos menneske. Evne til å meistra det sosiale samspelet mellom jamaldringar er avgjerande for identitetsutvikling og god livskvalitet. (Nordahl 2000b)

Tydelege forventningar og krav til elevåtferd har vist seg å ha effekt. Ein kombinasjon av belønning for prososial åtferd og konsekvensar for åtferd som bryt med etablerte normer, har vist seg å medføra reduksjon i uønska åtferd og mindre forstyrring av skulearbeidet. (Ertesvåg og Vaaland 2007; Roland og Galloway 2002)

I Opplæringslova §9a-1 om generelle krav står det m.a. at alle elevar i grunnskular (...) har rett til eit godt psykososialt miljø som fremjar helse, trivsel og læring. Skulen er ein læringsarena for alle barn, noko som skulle tilseie at ein har stor variasjon i sosial erfaring og høve til positiv sosial læring. Sosial læring bør difor vera ein sjølvstøtt komponent i alle samanhengar i skulen. Samanheng mellom sosial deltaking og ulike faktorar i elevane sitt læringsmiljø

er godt dokumentert. (Ogden 1995 og Nordahl 2005)

Vidare vert ein pålagt gjennom Opplæringslova §9a-3, å driva aktivt og systematisk arbeide for å fremja eit godt psykososialt miljø, der den einskilde elev kan oppleva tryggleik og sosial tilhøyrse.

Det bør difor utarbeidast ein skuleomfattande sosial læreplan med klart uttrykte mål og forventningar til sosialt kompetent elevåtferd. Det som er sentralt i barn si sosiale utvikling må diskuteras med foreldre/føresette i møte og samtalar, for å sikra at skule og heim i størst mogleg grad kan leggja vekt på dei same tinga når det gjeld oppseding. (Nordahl 2002)

Det vil altså seia at sosial kompetanse er ein føresetnad for å lukkast i skulen.

2.1 FORPLIKTANDE TILTAK I SKULEN

Alle skulane skal aktivt driva eit kontinuerleg og systematisk arbeid for å fremja helse, miljøet og tryggleiken til elevane. (§9A)

- Elevane sitt skulemiljø må inn i internkontrollen
- Skulane må ha ein plan for å ivareta elevane sitt psykososiale miljø
- Skulane må ha ein plan for å førebyggja og løysa mobbesaker, også digital mobbing
- Skulemiljøutvalet må involverast i skulemiljø saker
- Alle skulane i Tysnes skal ha eit grunnleggjande likt og positivt regelverk med aktuelle sanksjonar og konsekvensar for regelbrot. Reglane må gjennomgåast og øvast på for kvart nytt skuleår.
- Kvart årssteg/ klasse skal utarbeida sitt eige reglement i tillegg. (Ver konkret: 3-5 reglar)

Alle klassar bør gjennomføra pedagogisk program. T.d. ved å nytta:

- «Det er mitt val» (<http://www.determinvalg.no/>)
- Elliott/Gresham: "Undervisning i Sosiale ferdigheter", handbok (barne- og ungdomssteget)

- Psykisk helse i skulen, eit pedagogisk opplegg nytta årleg i ungdomsskulen.

Alle skal setja opp og vurdera sosiale mål til liks med andre faglege mål. T.d. ved å nytta:

- Halvårsplan/årsplan for sosial kompetanse
- Vurderingsmåla på arbeidsplanen kvar veke
- Fokus på sosial kompetanse i elev- og utviklings-samtalar og vurdering elles (Opplæringslova § 3)
- Vurderingsskjema til "Steg for steg" (sjå vedlegg)
- Mappevurdering: Sosiale mål skal vurderast to gonger i halvåret
- Målark til bruk ved mappevurdering: sosial kompetanse (Sjå vedlegg)

2.2 IDEBANK

Trivselsplan som inneheld ulike tiltak på tvers av klassesteg, t.d. turar, friluftsdagar, fellesarrangement, elevkveldar og uteskule.

- Meir aktivitet med eigenansvar
- Ulike fadderordningar
- Etablere gode rutinar for samarbeid med anna fagpersonell i og utanfor kommunen. (Skulehelsetenesta, PPT, helsearbeidar for born og unge, m. fl.)
- Foreldresamarbeid: Halda god kontakt med foreldre/føresette (skulen sin største unytta ressurs) i formelle og uformelle møte. Vurdera å innføra skule/heim-avtalar

som kan innehalda skriftlege forventningar til foreldre, elevar og lærarar/ skule.

- Manifest mot mobbing: Årleg kampanje mot mobbing. Setja mobbing på dagsorden (sjå rettleiar frå Utdanningsdirektoratet).
- Arrangera felles temakveldar for foreldre, t.d. ein gong i året. (Grensesetjing, relasjonar til barnet osv.)
- Involvera FAU og SMU i arbeidet med skulemiljøet og sosial kompetanse.

2.3 TIPS TIL LITTERATUR:

Carolyn Webster-Stratton: De utrolige årene (også for foreldre)

- Kari Pape: Læreren – pedagog eller omsorgsarbeider? Sosial kompetanse i skolen
- Larsen Damsgaard: Med åpne øyne. Observasjon og tiltak i skolen og arbeid med problematferd
- Imsen: Det ustyrilge klasserommet
- Arnesen, Ogden, Sørliie: Positiv atferd og støttende læringsmiljø
- Webster-Stratton: Hvordan fremme sosial og emosjonell kompetanse hos barn
- Terje Ogden: Sosial kompetanse og problematferd i skolen
- Vaaland: Høyt spill om samspill – Å snu vanskelige klasser





2.4 SOSIAL KOMPETANSE I BARNEHAGEN, INNLEIING

”Barnehagen skal formidle verdier og kultur, gi rom for barns egen kulturskaping og bidra til at alle barn får oppleve glede og mestring i et sosialt og kulturelt fellesskap,”

(Barnehageloven § 2 Barnehagens innhold) Sosial kompetanse handlar om å meistre kunsten å vera i lag med andre på ein måte som kjennes godt for ein sjølv, og på same tid bidreg positivt til fellesskapet. Det handlar om å kunna bruka ulike sosiale dugleikar, samt å vita når det er hensiktsmessig å ta dei ulike dugleikane i bruk. Sosial kompetanse står for dei ressursar som gjer det mogleg for barnet å møte utfordringar i samspelsituasjonar, samtidig som barnet tek vare på eit godt sjølvbilete og unngår å skada andre. Sosial kompetanse handlar altså om å kunna være i lag med andre i ulike situasjonar. For nokre barn er dette enkelt, men for andre kan det vera meir komplisert. Leike og læreprosessar, slik at barnehagen kan avdekke så tidleg som mogleg dersom det er trong for ekstra innsats.

2.5 SOSIAL KOMPETANSE OMRÅDER

I barnehagen er det spesielt 6 områder det er viktig å arbeida med:

- 1) **EMPATI** – evne til å leva seg inn i andre sine kjensler
Evne til å forstå og setja ord på egne kjensler
- 2) **POSITIV SOSIAL ÅTFERD** - (prososial åtferd) – inkluderande eigenskapar. Evne til å oppmuntra andre, være hjelpsame, å kunne dele. ”Den gyldne regel”: det du vil andre skal gjera mot deg, skal du gjera mot dei.
- 3) **SJØLVHEVDING** – å kunne hevda seg på ein positiv måte saman med andre, ta kontakt, oppretthalda kontakt osv.
- 4) **SJØLVKONTROLL** – læra seg å tenka før ein handlar, ta ansvar for egne handlingar, gjera plass for andre, inngå kompromiss, kontrollera aggresjon.
- 5) **LEIK, GLEDE OG HUMOR**
- 6) **SJØLVBILETE** – utvikla eit godt sjølvbilete, som igjen gjev evne til å takla utfordringar i samspelsituasjonar.

Gjennom arbeidet med desse tema, får me formidla viktige verdier til barna. Gjennom å læra seg ulike måtar å opptre på i høve andre barn, får dei oppleve meistring og får vera ein del av eit godt sosialt fellesskap. Arbeidet med sosial kompetanse skal gå føre seg i strukturerte samlingar og i daglege situasjonar.

2.6 FORPLIKTANDE TILTAK I BARNEHAGEN

Alle barnehagane skal ha eit eige avsnitt i årsplanen om arbeidet med sosial kompetanse.

- Alle barnehagane skal ha ein eigen plan for arbeidet med sosial kompetanse. Denne skal leggjast ut å barnehagen si nettside.
- Kvar barnehage skal ha ei strukturert samling kvar veke med sosial kompetanse. Desse samlingane skal være grunnlaget for å snakka med barna om situasjonar som oppstår i kvardagen.
- Vi skal trenar sosial kompetanse i alle moglege situasjonar gjennom dagen, til dømes i leik, spel, måltid, samlingar, samtalar og andre kvardags situasjonar.
- Personalet i barnehagen skal vera gode rollemodellar og førebilete. Barn tek opp i seg kunnskap, haldningar og verdiar frå omgjevnadane. Det kvardagslege livet er den viktigaste arena for små barn si læring og utvikling.
- Barn lærer nye handlingar ved å observera andre.
- Nyttar ALLE MED- skjema til observasjon av sosial kompetanse.

2.6.1 Pedagogiske opplegg som kan nyttast i arbeidet

- «Det er mitt valg»
- "Steg for steg"
- Hjerterprogrammet

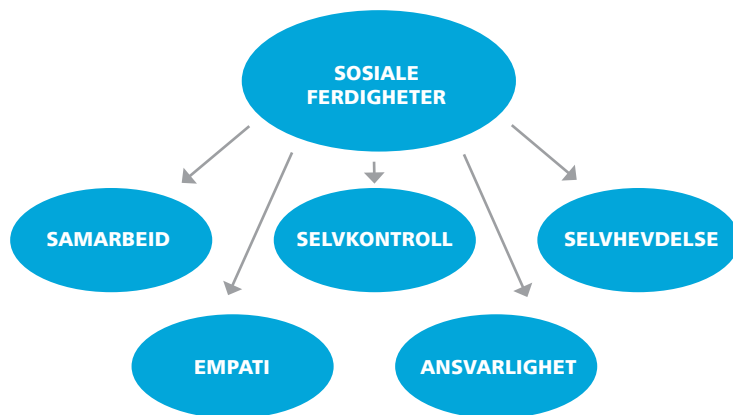
2.6.2 Personalet i barnehagane skal:

- Bli kjende med omgrepet "Sosial kompetanse"
- Bli medvitne eigne tenkjemåtar, arbeidsmåtar, haldningar og språkbruk.
- Nyttar observasjonar og vurdering for å hjelpe barna i utvikling av sosial kompetanse
- Skapa gode lærings situasjonar for barna gjennom her og no- situasjonar og pedagogiske opplegg
- Informera og engasjera foreldra i arbeidet, slik at dei kan følgja opp arbeidet heime
- Setja seg godt inn i dei pedagogiske opplegga vi nyttar i arbeidet.
- Gje ros og positiv tilbakemelding på positive handlingar.
- Barnehagane skal leggja ut planar for arbeidet med sosial kompetanse på heimesida.
- Barnehagen skal informera foreldra om arbeidet med sosial kompetanse på foreldremøte. Foreldra skal då få høve til å koma med innspel til arbeidet.
- Barnehagen skal oppmoda foreldra til å lesa planane for sosialkompetanse, slik at dei har høve til å følgja dette opp med barna heime.
- Barnehagen skal dokumentera arbeidet med sosial kompetanse med bilete eller anna informasjon på avdelinga og på heimesida.

Sosiale ferdigheiter sett i system, henta frå førellesning med Terje Ogden, 2014.



3: FYSISK AKTIVITET, INNLEIING



Social Skills Rating System (SSRS) Gresham & Elliot, 1990. Sosiale ferdigheiter sett i system, henta frå førelesning med Terje Ogden, 2014.

3.0 FYSISK AKTIVITET, INNLEIING

Dei som har arbeidd i skulen nokre tiår, ser tydeleg at noko har skjedd med den fysiske helsa til elevane. Tendensen er merkbar både i kroppsøvingstimar og på turar i naturen. Internasjonale undersøkingar stadfester observasjonane: Stillesitjande aktivitetar stel tid, spesielt frå barna sine uteaktivitetar. Resultatet er mindre aktivitet generelt, dårlegare fysisk form og overvekt spesielt.

Ulike stortingsmeldingar set fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv i ein unik posisjon i høve til helsefremjande område, og ei rekkje offentlege dokument målber ei satsing på fysisk aktivitet, m.a. "Handlingsplan for fysisk aktivitet"(HOD m.fl. 2005), "Prinsipp for opplæringa" (Inkludert Læringsplakaten) (UFD, 2005) og Opplærings-

loven, §9a, og sist men ikkje minst den nye §1-1 i Opplæringslova som lyder slik:

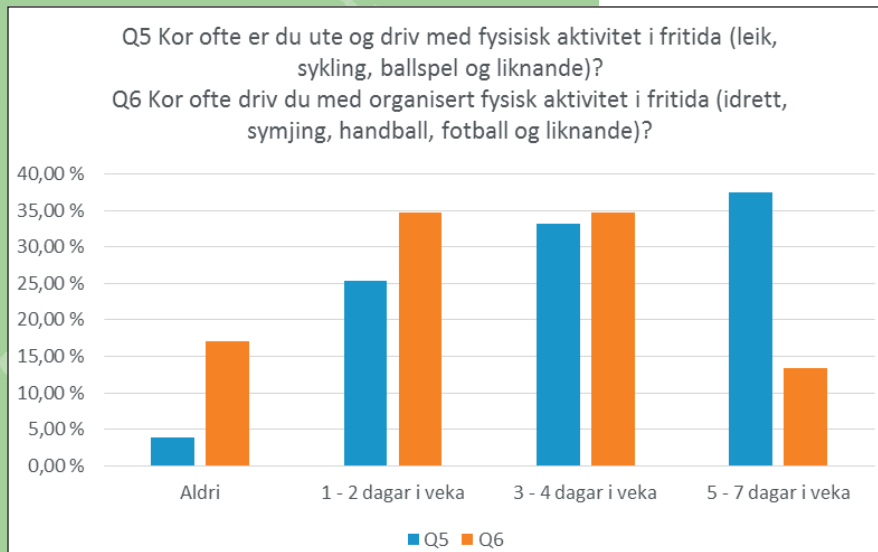
"Rett til fysisk aktivitet.

Elevar på 5.-7. årstrinn skal jamleg ha fysisk aktivitet utanom kroppsøvingstimen. Tilsaman skal dette utgjere 76 timar innanfor 5.-7. årstrinn, jf. fag- og timefordelinga."

Større fokus på fysisk aktivitet er både ønskeleg og naudsynt. Ved å leggja til rette for meir fysisk aktivitet i skulen, både kvantitativt og kvalitativt, og samarbeida med dei føresette, håpar vi at den samla innsatsen skal bidra til at alle elevane betrar den fysiske helsa si. Vi ønskjer også at elevane skal føla meistring og glede ved fysisk aktivitet og at dei blir glade i å bruka naturen.



3.0.1 Resultat undersøking, fysisk aktivitet, 1. – 10 trinn



3.1 FORPLIKTANDE TILTAK I SKULEN M/ IDEBANK

3.1.1 Mellomtrinnet, 5. – 7. trinn

Elevane på mellomtrinnet (5.-7.kl) skal få 20 minuttar med aktivitetar kvar dag utanom friminutt og kroppsøvingstimar. Aktivitetane må vera enkle å gjennomføra og øktene må vera tidfesta.

IDÈBANK, AKTIVITETAR:	IDÈBANK, ORGANISERING:
<ul style="list-style-type: none">• Klasseromsgymnastikk, gjerne med musikk• Røris www.friskissvettis.no• Spasèrtur• Ulike leikar i skulegarden• Songleikar, rørseleikar inne• http://ans.hsh.no/tradisjonsleik• Hoppetau, slengtau• Ulike ballspel• Sansemotorisk trening• Uteskule• Aktivitetsbank• www.lff.no• Grunnleggjande dugleik med ball• www.kidsvolley.net• Kjetil Steinsholt: Barns uteleker (Tapir akademisk forlag)	<ul style="list-style-type: none">• Faste tidspunkt i varierte timar, gjerne i dobbeltimar.• Laga ei "aktivitetsøkt" ved å korta ned 5 min på fire andre timar. Då vil ein t.d. få tre timar og ei "aktivitetsøkt" før storfrim.• To økter med 10 min eller 4 økter med 5 minuttar klasseromsgymnastikk• Legga inn ei 20 min. økt som ein fast del av skuledagen, ved å utvida skuledagen eller nytta onsdagar.

NB! Dei ansvarlege lærarane under denne økta bør vera bevisste ved val av lag. Vaksne bør styra laginndelinga.

Tips:

- Ha ein boks med raude og blå brikker/lappar (same kva) i og elevane trekkjer ein farge raudt og blått lag.
- Elevane står på ei linje, tel 1-2-1-2-1-2 osv.

3.1.2 Ungdomssteget:

Elevane bør ha fysiske aktivitetar utanom friminutt, organiserte i kortare/lengre økter med større grad av fleksibilitet.

IDÈBANK, AKTIVITETAR:	IDÈBANK, ORGANISERING:
<ul style="list-style-type: none">● Bordtennis● Dans/aerobic (t.d. video)● X-box med Kinect-pakke● Fotball● Volleyball● Handball● Basketball● Kinball (Klubben.no)● Innebandy● Kongen befaler m/ulike fysiske aktivitetar● Slåball● Lille Willy (Sjå vedlegg!)	<ul style="list-style-type: none">● Faste tidspunkt i varierte timar● To økter med 10 min eller 4 økter med 5 min klasseromsgym● Lengre økter t.d. ein eller to gonger i veka, på dagar der elevane ikkje har kroppsøving

3.1.3 Aktivitetsdagar:

Alle elevar skal få oppleva ulike aktivitetsdagar i samband med skulen. Aktivitetsdagane er viktige både fysisk og sosialt, og dei er i tillegg eit godt høve for elevar og personale å bli kjende med kvarandre på ein annan måte. Det vil variera frå år til år kor mange aktivitetsdagar ein gjennomfører.

Ungdomsskuleelevane må få høve til å vera med på ein overnattingstur

der fysiske utfordringar inngår, t.d. ein fjelltur. Desse turane vert tverrfagleg med gymplanen.

IDÈBANK:
<ul style="list-style-type: none">● Fjellturar● Turar i skog og mark med innlagte aktivitetar www.lff.no● Skidag http://www.skiforbundet.no/barn-og-skiidrett/● Skeisedag● Idrettsdag● Naturstiar/orientering/stjerneorientering● Friluftsdagar med ulike aktivitetar, til ulike biotopar, ridekurs, fiskeing.● Aktivitetsdag til Tysneshallen og symjebassenget● Ulike turneringar, gjerne elevstyrte.● Bytedagar for skitstyr og skeiser arrangert av/på skulen! (foreldrekontaktar kan kopløst inn her).● Tur til Rødekorshytta● Uteskule

3.1.4 Friminuttaktivitetar

Frå tid til annan ser vi at elevane manglar positive aktivitetar ute. Då er det viktig at den som har vakt har eit repertoar av leikar/aktivitetar som ein kan dra i gang saman med elevane. Er det noko som engasjerer elevane, er det når dei vaksne deltek. Dei vaksne har då ein unik sjanse til å trekkja med dei som av ymse grunnar er åleine i friminutta.

Nyttar aktivitetsleiarar; elevar eller assistentar, ute/inne, spelegrupper inne om vinteren.

IDÈBANK, AKTIVITETAR:

- Stikkball
- Slåball
- Fot-, hand- og basketball
- Ost
- Slengtau
- Ta land
- Hol i hatten
- Slå på kjepp
- Spark på boks
- Gje eit lite vink

www.skoleskogen.no

www.uteskole.net

livegym.no

IDÈBANK, ORGANISERING:

- Elevane lærer leikar/aktivitetar i kropps-øvingstimar
- Vakta organiserer aktivitetar ved behov
- Aktivitetsleiarar organiserer aktivitetar
- Assistentane bidreg
- Viktig å bli samde om reglar

3.1.5 Samarbeid med dei føresette:

Foreldra har hovudansvaret for barna sine, og det er difor viktig å få til eit godt og nært samarbeid når det gjeld fysisk aktivitet. Kva kan foreldra bidra med på dette området? Spørsmålet må takast opp på foreldremøte, og ein må diskutera og bli samde om kva for tiltak ein vil satsa på .

IDÈBANK:

- Elevane går til skulen der tilhøva ligg til rette for det.
- Elevane sykklar til skulen (1.- 4. steget med følgje) der det går an.
- Foreldra tar borna med på turar i skog og mark.
- Foreldra syter for at borna er ute og leikar.
- Foreldra set grenser for data- og TV-bruk mm.
- Foreldre prøver å få born med på sportslege fritidstilbod. (Spesielt viktig for inaktive barn.)
- Foreldre passar på at elevane er kledde etter veret, slik at dei kan vera ute sjølv om det regnar.

3.1.6 Om kroppsøvingstimane

Variasjon er viktig. Kunnskapsløftet = variasjon. Ein må driva allsidig og arbeida systematisk med grunnleggjande dugleikar innafør ein variert årsplan.

- Bruka den kompetansen skulen rår over. Trekkja inn kompetanse utanfrå ved behov.
- Vis engasjement: Still i gymnastikklede sjølv!
- Legg kroppsøvingstimar parallelt. Då kan ein nytta kompetansen betre og samtidig gje elevane eit meir variert tilbod.
- Ta opp temaet klesskifte og dusjing på foreldremøte.
- Hugs sansemotorisk trening for dei minste! Få hjelp frå fysioterapeut.
- Ha retningslinjer for kva ein skal gjera med dei inaktive:
 - Sjekka kvifor.
 - Finna ut sterke sider/ønskje.
 - Kontakt med foreldra.
 - Variasjon i timane.
 - Evt. alternativ opplæring

3.2 DET FYSISKE MILJØET PÅ SKULANE

Uteareala på skulane skal tena ulike aktivitetar, både i og utanfor skuletida. Dette gjeld både organisert og uorganisert aktivitet. Skuleområda er ein del av nærmiljøa sine aktivitetstilbod med omsyn til idrett, leik og ulike arrangement. Difor er det viktig å tenkja at skuleområda må vere noko meir enn reine "ballplassar". Det må vera rom for ulik aktivitet der alle kan aktiviserast. Difor er det fornuftig

å tenkja "fleirbruk" også på uteareala. Eit godt døme på tilrettelegging for fleirbruk er ballbinge. I ballbingen er det tilrettelagt for fleire ulike ballspel som fotball, handball, basketball og volleyball. I tillegg høver den godt for tradisjonelle gymsalaktivitetar som kanonball, stikkball, innebandy, tikken, ulike stafettar osb. I kuldeperiodar kan ein og sprøyta bingen for skeisebruk.

Plangruppa meiner at alle skulane i Tysnes bør ha eit uteareal som inneheld:

- Ballbinge
- Asfalterte område der ein kan måla opp "paradis", "cheese" osb.
- Område som høver for hoppetau, strikkhopping, smashball osb
- Leikeapparat som gjev rom for varierte og utfordrande rørslemønster (klatra, balansera, armgang, krypa, strekkje seg osb)
- Disser, sklier, vipper og sandkassar
- Elevane må ha tilgong på høvelege ballar, hoppetau, strikk osb.

Den tradisjonelle gymsalen er framleis viktig med tanke på den fysiske aktiviteten ein driv i skulen. Her er det naudsynt å påpeika at gymnastikksalen må vere noko meir enn eit rom. Skal ein lukkast med å drive allsidig fysisk aktivitet, må salen vera høveleg utstyrt.

Eit minimum må vere:

- God tilgong på ballar og køller til ulike aktivitetar
- Minimum, basketballkorger og volleyballnett
- Matter
- Høgdehoppstativ
- Kasse/bukk og springbrett
- Ribbeveggar, klatretau og turningar

Ein må vera klar over at det er stor slitasje på mykje av dette utstyret, så skulane må ha økonomi til å supplera utstyr som blir utslite.

3.3 KOMPETANSE

Uteareala på skulane skal tena ulike aktivitetar, både i og utanfor skuletida. Dette gjeld både organisert og uorganisert aktivitet. Skuleområda er ein del av nærmiljøa sine aktivitetstilbod med omsyn til idrett, leik og ulike arrangement. Difor er det viktig å tenkja at skuleområda må vere noko meir enn reine "ballplassar". Det må vera rom for ulik aktivitet der alle kan aktiviserast. Difor er det fornuftig

å tenkja "fleirbruk" også på uteareala. Eit godt døme på tilrettelegging for fleirbruk er ballbinge. I ballbingen er det tilrettelagt for fleire ulike ballspel som fotball, handball, basketball og volleyball. I tillegg høver den godt for tradisjonelle gymsalaktivitetar som kanonball, stikkball, innebandy, tikken, ulike stafettar osv. I kuldeperiodar kan ein og sprøyta bingen for skeisebruk.

For at lærarar skal bli meir medvitne om og ha meir fokus på fysisk aktivitet, trengs kunnskap.

1. Vidareutdanning

Kommunen må leggja forholda til rette for lærarar som ønskjer å vidareutdanna seg innan kroppsøvingsslaget, friluftsliv og liknande.

2. Etterutdanning og kurs

Regionen og kommunen må tilby kurs og kursrekkejer i tråd med innhaldet i planen, gjerne i samarbeid med fysioterapeutane.

3. Informasjon til dei føresette

Dei føresette må få informasjon og kunnskap om fysisk aktivitet på foreldremøte, der fagfolk og fysioterapitenesta deltek.



3.4 FYSISK AKTIVITET I BARNEHAGEN

MÅL: Barna skal tileigna seg grunnleggande motoriske dugleikar, læra å beherska kroppen og nytta sine fysiske eigenskapar.

Fysisk aktivitet er svært viktig i barnehagen. Alle barn skal delta i fysisk aktivitet kvar dag på ulike måtar. Variert fysisk aktivitet ute og inne er viktig for utvikling av motoriske dugleikar og kroppsbehersking.

Barna skal:

- Få ei positiv sjølvkjensle gjennom å meistra kroppen sin.
- Skaffa seg gode erfaringar med varierte og allsidige rørsler og utfordringar.
- Vidareutvikle eigen kroppsbehersking, grovmotorikk og finmotorikk
- Få gode erfaringar med friluftsliv og uteliv
- Utvikla forståing for, og respekt for eigen og andre sin kropp

Aktiv bruk av naturen og nærmiljøet kan gje mange gode opplevingar. Det er viktig at aktivitetane er varierte slik at barna får ei allsidig motorisk utvikling.

I skulekvardagen til barna er det mykje stillesitjing. Dersom barna skal delta i ulike former for fysisk aktivitet er det viktig at dei er blitt glade i det alt frå dei er små. I barnehagen skal barna få oppleva glede gjennom ulike former for fysisk aktivitet, og bli vande med at dette er ein viktig del av kvardagen. Fysisk aktivitet er og viktig for å unngå overvekt i oppveksten.

Ein del forskning syner at det truleg er samanheng mellom motorikk og utvikling av lesing og skrivning. Motorisk usikre barn kan slita med utvikling av lesing og skrivning. Til dømes kan dårleg finmotorikk verka inn på skriveutviklinga

til barna. Det er og ein nær samanheng mellom blant anna syn, evne til rørsle og koordinasjon og det å kunna både lesa og skriva.

Ein studie ved NTNU (Norges Teknisk Naturvitenskapleg Universitet) viser mellom anna at småskulebarn som er dyktige fysisk er dei mest populære barna og det vert konstatert at dei motorisk flinke barna utviklar ei god sjølvkjensle. Fysisk aktivitet har og god verknad mot depresjon. Med god fysikk stiller ein med eit godt sjølvbilde og kjem lettare inn i ein positiv spiral i høve skulestart og andre krav.





3.5 FORPLIKTANDE TILTAK I BARNEHAGEN

- Alle barnehagane skal ha eit eige avsnitt i årsplanen om arbeidet med fysisk aktivitet. Alle barnehagane skal ha ein eigen plan for arbeidet med fysisk aktivitet. Denne skal leggjast ut på barnehagen si heimeside.
- Kvar barnehage skal ha ein fast turdag i veka. Det kan vera tur i nærmiljøet eller til eit fast uteområde.
- Barna skal vera ute kvar dag i barnehagen.
- Barnehagane skal ha eit utfordrande og variert uteområde, som gjev høve til ulik motorisk aktivitet. Uteområdet skal innehalda eit variert og kupert terreng med leikeapparat som gjev utfordringar på ulike område.
- Barnehagane skal ha ein strukturert fysisk aktivitet kvar dag. Sjå framlegg til ulike aktivitetar.
- Barnehagen skal sikra at alle barna lærer seg dei grunnleggande rørsleane som rulling, hinking, hopping, kryping, stupe kråke, balansere, ballkast og liknande. Det skal dokumenterast at alle barna kan dette. Sjå skjemaet vedlagt.
- Barnehagane ønskjer å ha kontakt med kommune-fysioterapeut om motorisk utvikling og sansemotorisk trening for barn.
- Barnehagane ønskjer besøk av fysioterapeut to gonger i året for få tips og idear til fysisk aktivitet.
- Barnehagane skal være medvitne all motorisk aktivitet som ligg i kvardagsaktivitetar i barnehagen, og utnytt desse. Det kan være påkledding, måltid, vask av hender, matlaging og liknande.
- Barnehagane skal nytta skrivedansen med dei eldste barna som førebuing til skriving.
- Barnehagen skal ha variert utstyr slik at det er enkelt å jobba med fysisk aktivitet.
- Barnehagen skal syta for at dei som treng spesiell oppfølging når det gjeld motorisk utvikling, blir melde til fysioterapeut, og får oppfølging.
- Nytt alle MED- skjema til observasjon.

3.5.1 Personalet i barnehagane skal:

- Sjå til at alle barn er med på fysisk aktivitet kvar dag i barnehagen.
- Laga planar og leggja til rette slik at barna opplever mestring og rørsleglede!
- Observera at barna meistrar alle dei grunnleggande rørslene.
- Syna glede over å vera i fysisk aktivitet saman med barna.
- Organiserer ekstra systematisk trening med dei barna som slit med den motoriske utviklinga.

3.5.2 Informasjon og samarbeid med foreldra

- Barnehagane skal leggja ut planar for arbeidet med fysisk aktivitet på heimesida.
- Barnehagane skal informera om arbeidet med fysisk aktivitet på foreldremøtet, og gje foreldra høve til å påverka planane
- Barnehagane skal oppmoda foreldra til å vera aktive i lag med barna sine, og påpeika kor viktig fysisk aktivitet er for utviklinga til barna.
- Barnehagane skal dokumentera arbeidet med fysisk aktivitet med bilete eller liknande på heimesida eller på avdelinga.
- Barnehagane skal informera foreldra om at barna til ei kvar tid må ha varme klede tilgjengelege i barnehagen, klede til alle typar ver.



3.6 FRAMLEGG TIL AKTIVITETAR

- Tur i skogen
- Tur i nærmiljøet
- Hinderløype med ulike aktivitetar:
 - Hinka, rulla, klatra, hoppa, kasta ball, krabba, stupa kråke, balansering og liknande
- Kasta/gripa/spretta stor og liten ball.
- Kasta ballen opp i lufta mens barnet gjer følgjande før ballen fell i golvet:
 - klappa i hendene
 - hoppa
 - setja seg ned og reisa seg opp att
 - snu seg rundt
 - Kor mange gonger kan barnet klappa etter å ha kasta ballen opp i lufta og til den treff bakken?
 - Kan barnet finna ulike måtar å kasta ballen på veggen?
 - Kan barnet kasta ballen og velta kjeglene?
 - Kan barnet spretta ballen rundt på golvet, og samstundes gå, hoppa, springa?
 - Kan barnet pakka ballen, og samstundes gå mellom kjeglene?
- Songleikar med rørsle
 - Hovud, skulder, kne og tå
 - Boogie, boogie
 - Slå på ring
 - Min hatt den har tre kantar
 - Fader Abraham
 - Hei, eg heiter Johnny
- Rørsleleikar
 - Kongen befalar
 - Alle mine kyllingar kom heim
 - Fisken i det røde hav
 - Ein, to, tre rødt lys
 - Katt og mus
- Ulike stafettar
- Balansering med erteposar
 - Halda den høgt, lågt, ut til sida osv
 - Balansera med den på hovudet
 - Sitja og løfta posen med føtene
 - Kasta posen opp i lufta
 - Kasta på blink
- Fallskjermeleik
 - Gøymespel
 - Dans og rørsle til musikk
 - Hermegåsa
 - Aking
 - Sandkasseleik
 - Sykling
- Sjå også: <http://tysnesbarnehagane.no/lenker> «Sansemotorisk trening – leik med ball» Anne Opdal, kommunefysioterapeut
- RØRIS. Eit kjekt program for "aerobic" i barnehagen. Plakat og cd gjer at opplegget er enkelt å gjennomføra.

3.7 FRAMLEGG TIL LITTERATUR

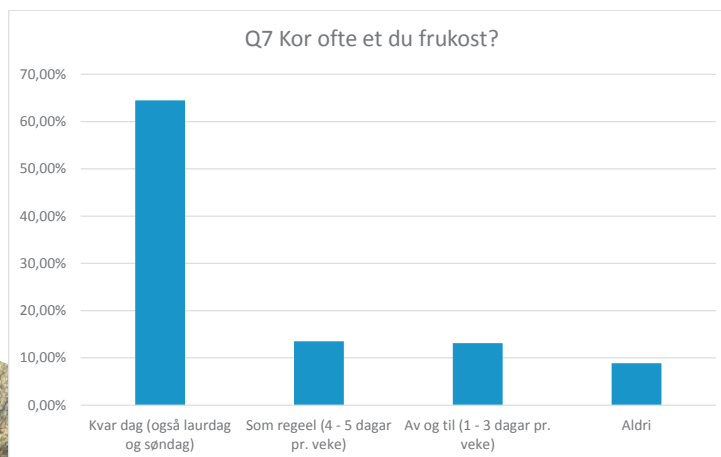
- W- Arnesen, Gulbrandsen, Gundersen, Hovden: Bevegelsesglede i barnehagen. Kommuneforlaget
- Arnlaug Steine: Eg kan, eg klarer! Kommuneforlaget
- Hanne Ladefoged: Apekattstreker. Forlaget Selund ApS
- www.friluftsråd.no «Læring i friluft»-idè perm Tilleggshäfte for barnehagar i friluft.

4: SUNT KOSTHALD, INNLEIING

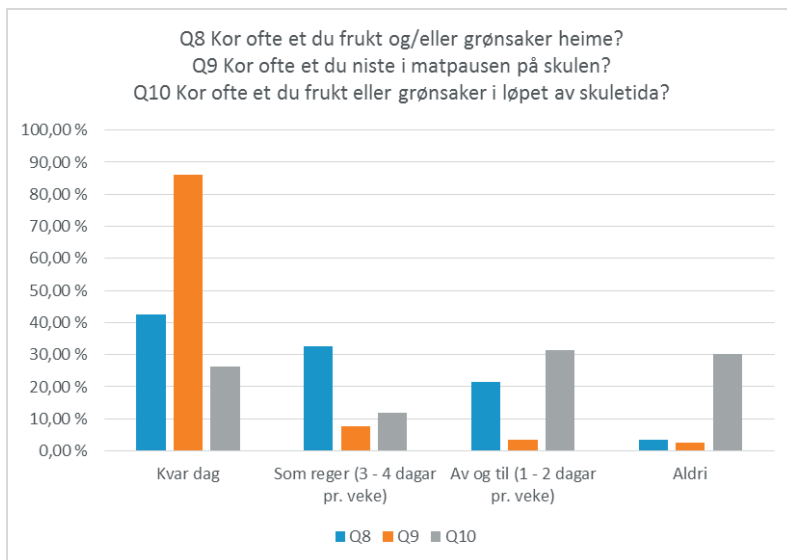
Sunt og riktig kosthald er viktig for konsentrasjon, læring, trivsel og helse. Skulen ønskjer å hjelpa til med å fremja sunne og gode matvanar. Ei undersøking frå 2015 viser til dømes at 65% av alle elevane i kommunen et frukost kvar dag og 86% et nista si. Det at ikkje alle et frukost og niste kvar dag, ønskjer me å gjera noko med. Det er viktig å danna eit godt grunnlag med sunne kostvanar så tidleg som mogleg.

Vi vil setja fokus på gode rammer rundt skulemåltidet, i tråd med retningslinjene frå Helsedirektoratet. (Sjå www.helsedirektoratet.no : "Retningslinjer for skulemåltidet". Alle skulane har i dag tilbod om skulemjølk. Helsedirektoratet anbefalar kvit mjølk. I tillegg er det ønskeleg å gje elevar som treng det, høve til å eta frukost på skulen.

4.0.1 Resultat undersøking, frukost, 1. – 10 trinn.



4.0.2 Resultat undersøking frukt/ niste, 1.- 10. trinn



4.1 FORPLIKTANDE TILTAK I SKULEN

- Den einskilde skulen/klassen skal gje høve til at elevlar som ikkje har ete frukost kan eta litt i starten av timen, eller i første pause.
- Klasseleiar må ha fokus på rammene rundt skulemåltidet. Det er ynskjeleg med 15 min. matpause. Ynskjeleg med tid til samlande aktivitet under måltidet, for eksempel lesing for elevane eller film/video.
- Fokus på sunn mat i faget Mat og Helse. Ynskjeleg med undervisning i bolkar ved kvart klasstrinn frå 5. til 10. klasse, i tillegg til konsentrert i berre 6. kl. og 9.kl.
- Fokus på korleis ein kan laga varierte, sunne og gode matpakker i faget Mat og Helse på mellomsteget.
- Alle skulane må ha tilbod om mjølkeordning, lettmjolk og laktoseredusert lettmjolk.
- Godt drikkevatt må vera lett tilgjengeleg for alle elevlar. Ynskjeleg med vassdispensar. Kan fylle på vanleg springvatn, men det blir reinsa og kaldt.
- Alle elevane får tilbod om frukt og grønt på skulen. Frukt, grønt og skulelunsj er tiltak det er eigenbetaling på.
- Samarbeid skule – heim om kosthald. Dette bør vera eige tema på foreldremøte, der ein snakkar om at det er forventningar til sunne matpakkar = minimalt med sukker/feitt + grove alternativ.
- Tenkja sunt når vi har tilstellingar, avslutningar og liknande. Viktig at alle lærarar/assistentar jobbar etter same tanke her.
- Skulehelsetenesta tar vekt og høgd på 3.kl.- og 8.kl.-elevlar. Tilbod om rettleiing til foreldre og evt. eleven i etterkant, ved behov.
- Smørelunsj. Alle klassar skal i utg. pkt. ha 1 smørelunsj i kvar månad Administrasjonen skal legge til rette for at klassar utan assistenthjelp, som berre har ein lærar, også får dette til i praksis.

4.2 KOMPETANSEHEVING

Tilbod om kursdagar med:

- etterutdanning i kosthald og ernæring
- overvekt hos barn og unge
- eteforstyrringar
- foreldremøte om temaet

4.3 IDEBANK

Kosthald og helse er et omfattande tema, som vi finn mykje om m.a. på internett. Sosial- og helsedirektoratet har eigne nettsider der vi m.a. finn "Retningsliner for skulemåltidet", "Matpakketips" og liknande. Her kan vi få mykje informasjonsmateriell til bruk på foreldremøte og i undervisninga. Vi har valt ut ein del nettsider som

dei einsskule skulane kan nytta seg av:

<http://www.helsedirektoratet.no/ernaering/>

<http://www.skolefrukt.no/>

<http://www.matprat.no/>

<http://www.frukt.no/http://matportalen.no/>

4.4 KOSTHALD I BARNEHAGEN INNLEIING

I følgje rammeplanen skal barnehagen bidra til at barna tileignar seg gode vanar, haldningar og kunnskap når det gjeld kosthald, hygiene, aktivitet og kvile. Arbeidet med mat og måltid bør skje i nær forståing og samarbeid med

heimen, og bør forankrast i årsplanen.

Barna skal og få kunnskap om kroppen, og få forståing for kor viktig det er med gode vanar og eit sunt kosthald.



4.5 RETNINGSLINJER FOR MAT OG MÅLTID I BARNEHAGEN

4.5.1 Måltid:

Barnehagen bør:

- Leggja til rette for minimum to faste måltid kvar dag med medbrakt eller servert mat.
- Leggja til rette for frukost for dei barna som ikkje har ete heime.
- Setja av god tid til kvart måltid, minimum 30 minutt, slik at barna får i seg nok mat.
- Leggja til rette for at dei vaksne er aktivt med i måltidet saman med barna.

4.5.2 Mat og drikke

- Foreldra bør oppmodast til å senda med barna variert og sunn mat.
- Drikke til måltida bør være lettmjolk.
- Vatn bør være tørstedrikk mellom måltida, og bør og vera eit tilbod til måltida.
- Mat og drikke med mykje tilsett sukker bør ein unngå

- Leggja til rette for eit godt og triveleg miljø rundt måltidet.
- Syta for god hygiene før og under måltida, og ved oppbevaring og tillaging av mat.
- I periodar med mykje sjukdom bør ein nytta anti-bakteriell spray før måltida og elles i løpet av dagen.
- Ivareta måltidet sin pedagogiske funksjon

4.5.3 Informasjon og samarbeid med foreldra

- Årsplanen skal innehalda informasjon om mat og drikke i barnehagen.
- Barnehagen skal ta opp tema om kosthald på

foreldremøta.

- Barnehagen skal oppmoda foreldra til å sende med barna niste som inneheld variert og sunn kost.

4.6 LITTERATUR

- Retningslinjer for mat og måltider i barnehagen. Sosial- og helsedirektoratet.
- <http://www.helsedirektoratet.no/ernaering/barnehage/>



Vi ferdes sikkert

5: LANGSIKTIGE PROSJEKT

5.1 TREFFSTAD FOR UNGDOM

Jfr. kommunen sin ruspolitiske handlingsplan, bør kommunen oppretta ein rusfri treffplass for ungdom. Kommunen bør i tillegg støtta andre aktørar som opprettar slike tilbod til ungdommar. Det er mellom anna viktig å ha kvalifiserte vaksne til stades.

Ungdomsrådet i Tysnes jobbar for å fremja ungdom sine interesser i Tysnes og tek opp saker som angår ungdom. Rådet stod for ein periode bak fritidstilbod i Tysnes, "Kråkerei", som var ein ungdomsklubb for ungdom under 18.

5.1.1 TEBU gruppe

TEBU gruppa («Tverrfagleg samarbeidsgruppe for barn og unge i kommunen») bestemte våren 2014 at tilsette i denne gruppa skulle starte opp ein treffstad for ungdom. Sidan den tid har «Treffstad i Våge» vore eit tilbod for ungdom i 8-10. klasse. Det har vore ope ein ettermiddag i veka, kor det har vore rom for lekser, spel, medbrakt mat, noko servering og samtale mellom ungdom og vaksen. Det vart søkt etter pengestøtte hjå lokale verksemder, dette har gjort det mogleg for innkjøp av spel og utstyr. Treffstaden er lagt til lokalet «Aktivitetsenteret» som psykisk helse-teneste leiger i Våge. Psykisk helsearbeidar for barn og unge har stått bak drifta, våren 2015 skal også ein tiltaksarbeidar frå barneverntenesta vere med i drifta. Tiltaket er under utvikling, evaluerast/endrast etter framlagte ønsker/behov og ressursar i kommunen.

5.1.2 Jentegruppe

Etter ynskje og sterkt opplevd behov frå tilsette i skulen vart skulehelsetenesta og rektor ved Tysnes skule einige om at ein skulle nytte verktøyet «Jentesnakk» til å drive årlege jentegrupper for jenter i 8.klasse. Starta opp ved helsesøster og psykisk helsearbeidar for barn og unge hausten 2013, våren 2015 er dette eit samarbeid mellom psykisk helsearbeidar og assistent ved Tysnes skule. «Jentesnakk» er ein praktisk-pedagogisk metode, kjøpt frå Borgestadklinikken. Hovudmålet er å styrke sjølvtrillit og skape vennskap.



FOTO: COLOURBOX.NO

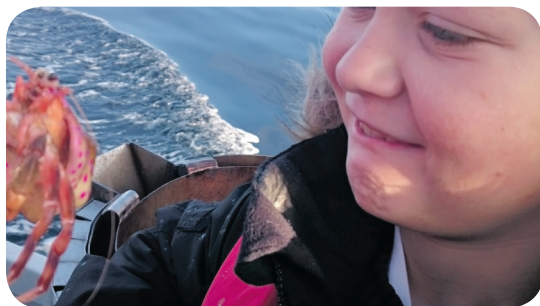
5.2 SOLSTRÅLEØYA – BLÅ KVARDAG

5.2.1 Solstråleøya

Då Tysnes kommune fekk øya i gåve av kongehuset var avtalen at kommunen skulle halda ho i hevd og leggja til rette for funksjonshemma. Skulen/elevane fungerer som vaktmeistrar på øya. Dette inneber mellom anna vedlikehald av bygningar og rydding av skog, kratt og strender. Her driv me skule og vedlikehald i eit fint samspel.

5.2.2 Solstråleøya som base for ute- /aktivitetsskule

På Solstråleøya har Tysnes skule restaurert det gamle «ishuset» til Mosegrove, eller «leikehuset» til kronprinsen. Huset brukar me no som base i prosjektet Blå skule.



For kven?

I første omgang vil dette vera eit tilrettelagt opplegg for elevar med særskilte behov, som utløyser ressursar mot slik undervisning. Skulen legg undervisninga opp i periodar, slik at alle elevane på skulen kan søkja seg med og få tildelt ein dag i ein periode på om lag fire veker. Det blir utarbeidd fagplan for eleven i perioden han / ho er med på Solstråleøya.

5. klassane vert kvart år inviterte ut på besøk med definerte oppgåver og mål, utifrå læreplanen, med dei "faste" elevane som "hjelpelærarar". Det blir lagt opp til to turar, ein haust og ein vår. Andre klassar kan også be om å få vera med ut her.

Førskulegruppa i barnehagane har òg tilbod om å vere med på Solstråleøya.

Skuledagen:

Blå skule er frå 3. til 6. time. Dei to fyrste timane av skuledagen er elevane med klassane sine og har vanleg undervisning.

Båtlivet:

August og september blir brukt til fiske etter makrell og sild, og dette agnet brukar me i hummarsesongen.

Mot jul fiskar me etter torsk som me i fyrste omgang gjer til faget Mat og helse på Tysnes skule. Overskot av fangst sel me til faste kundar, eller me legg til kai i Våge og sel levande fisk og hummar der. Målet er og at alle skal laga eit måltid på Solstråleøya med mat dei har fangsta sjølve.

6: VEDLEGG SOSIAL KOMPETANSE OG FYSISK AKTIVITET

6.1. VEDLEGG SOSIAL KOMPETANSE

Korleis arbeida med emnet på ein førebyggjande måte

Alle elevar har rett til å bli sett og verdsett. Skulen (og heimen, der det er naturleg), må møta eleven på hans/hennar nivå, ved å:

- Tilpassa undervisning og ansvarsoppgåver
- Alltid ha fokus på meistring med **ros og påskjøning** (Gje merksemd til ønska åtferd)
- Ha fokus på god folkeskikk
- Gjennomføra elevsamtalar
- Ha tydelege rammer og reglar rundt skulemåltidet
- Utarbeida tydelege reglar for ballspel og anna leik der dette er naudsynt

Alle lærarar og andre tilsette må:

- Utøva god klasseleiing
- Delta på høvelege kurs, halda seg fagleg oppdaterte og ha fokus på eigen kompetanse (t.d kollegabasert rettleiing / skulen som lærande organisasjon). Skulane må formidla skulen sin "standard"/ forventningar til nytilsette
- Halda god kontakt med andre faggrupper/profesjonar som yter tenester for kommunen sine barn og unge
- Vera opne utad. (Skuleleiing, kollegaer, heimane) Gjera kjent kva skulane jobbar med, og korleis dei jobbar. T.d. gjennom skulane sine heimesider

Viktige moment i god klasseleiing:

- God planlegging på lang og kort sikt i tråd med læreplanen
- Skapa aktivitetsflyt gjennom god organisering og struktur i undervisninga
- Etablera og oppretthalda elevane si merksemd
- Formidla høvelege målsetjingar og forventningar til elevane
- Tilpassa opplæring
- Etablera god kontakt med elevane
- Gje elevane god rettleiing og ei vurdering som er utviklande
- Oppfølging av reglar og rutinar (innøving, bruk av sanksjonar)
- Ros og påskjøning for ønska åtferd
- Halda disiplin i klassen
- God kontakt med heimane

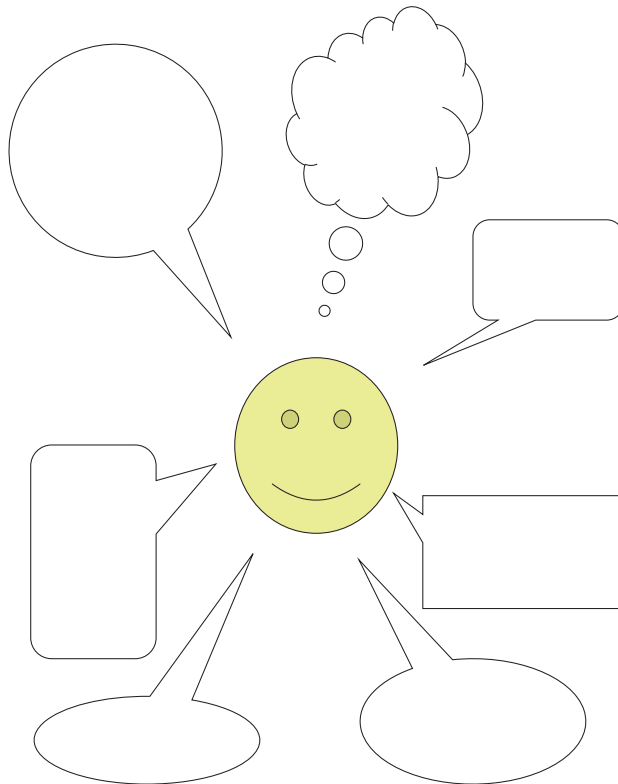


Klasseleiaren bør elles ha:

- Moden personlegdom (stabilitet, sjølvkontroll, evne til samarbeid, sunn fornuft)
- Omsorg for barn
- Dugleik i å undervisa
- Innsikt (kunna sjå ei djupare meining i åtferd)
- Humoristisk sans
- Tilpassingsevne og fleksibilitet
- Engasjement
- Kunna kontrollera barn
- Styrke og uthald, spesielt psykisk
- Evne til å knyta kontaktar
- Moralske kvalitetar

(Dawson 1980, utdrag frå Terje Ogden: Atferdspedagogikk i teori og praksis)

6.2 Å KJENNA SEG TRYGG, SOSIAL KOMPETANSE, EIT SKJEMA



6.3 ANSVAR, SOSIALKOMPETANSE, EIT AVKRYSSINGSSKJEMA

	Kan litt	Kan
Eg kan velje ut eit punkt på planen		
Eg kan ta imot positiv tilbakemelding		
Eg kan ta imot råd og rettleiing		
Eg kan ta ansvar for det eg har gjort og sagt		
Eg kan ta ansvar for å gjera ferdig arbeid i rett tid		
Eg tek ansvar for skulebøkene mine		
Eg tek kontakt med lærar viss det er noko eg ikkje forstår		
Eg ryddar opp etter meg		
Eg har med dei bøkene eg treng der eg treng dei		
Eg passar tida		
Eg gjer vidare informasjon frå skulen og heimen		
Eg går ut i friminutta		
Eg tek til med arbeidet når eg skal		



6.4 MEG SJØLV, SOSIAL KOMPETANSE, EIT AVKRYSSING SKJEMA

	Må øva meir	Kan litt	Kan
Eg toler å tapa			
Eg kan venta på tur			
Eg kan innrømme feil			
Eg respekterer andre sine forslag			
Eg kan sjå fleire sider i ei sak			
Eg har kontroll over sinnet mitt			
Eg reagerer på ein passende måte når andre plagar meg			
Eg kan arbeida med plan utan å gå frå plassen min			
Eg kan konsentrera meg om ein ting om gongen			
Eg kan fylgja med over tid			
Eg bruker fine ord			
Eg kan halda på ein løyndom			
Eg sit i ro når eg et			



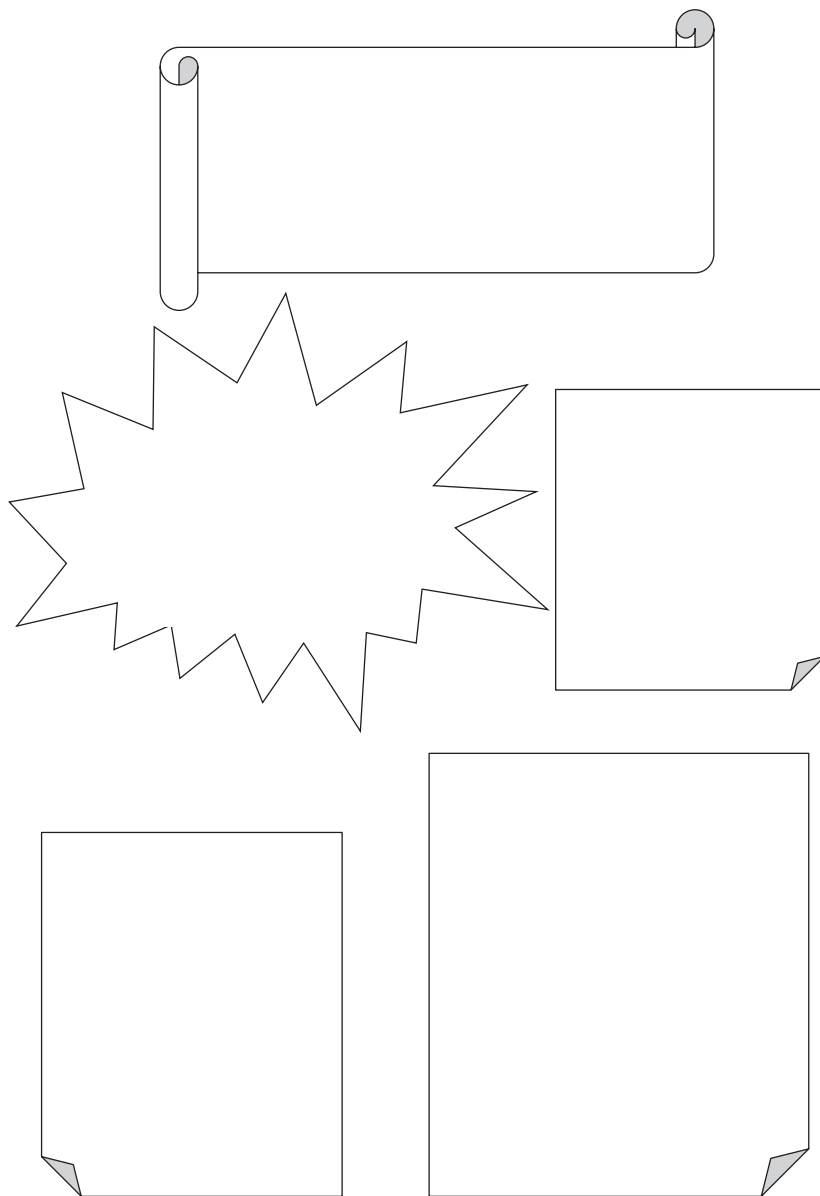


6.5 ANSVAR, SOSIALKOMPETANSE, EIT AVKRYSSINGSSKJEMA

	Eg øver	Eg kan
Skriva namnet mitt		
Kan adressa mi		
Kan telefonnummeret		
Kan fødselsdagen min		
Kan gå på toalettet sjølv		
Held orden på tinga mine		
Ryddar etter meg		
Kan konsentrera meg om ein ting om gongen		
Forstyrrar ikkje andre i arbeidet		
Kan lytta til ei forteljing og sitja stille		
Greier å få minst 3 instruksjonar og følgja dei		
Kan vente på min tur		
Lytta til andre		
Deltek aktivt i stor gruppe		
Deltek aktivt i lita gruppe		
Følgjer skulen sine reglar		
Kan grunnfargane		
Veit kva som er høgre og venstre		



6.6 Å BRY SEG OM KVARANDRE, SOSIAL KOMPETANSE SKJEMA



6.7 VURDERINGSSKJEMA (STEG FOR STEG)

Namn: Gruppe:

	Aldri	Av og til	Ofte	Særs ofte
1. Eg kan høyre etter når andre snakkar utan å avbryta				
2. Eg bråkar og tullar i klassen				
3. Eg kan rose andre				
4. Eg seier i frå på ein pen måte når eg ikkje er enig				
5. Eg har lett for å få venar				
6. Eg spør læraren om hjelp når eg treng det				
7. Eg kan godta klassereglane				
8. Eg greier å halda arbeidsro i timane				
9. Eg kan samarbeida med andre vaksne og born				
10. Eg ertar medelevar pga klede eller anna				
11. Eg ryddar opp etter meg				
12. Eg likar meg på skulen				
13. Eg kan trøyse når nokon er lei seg				
14. Eg kan kontrollera sinnet mitt				
15. Eg kan hjelpa ein annan elev som blir plaga av nokon				
17. Eg kan gå bort frå ein slåsskamp				
18. Eg kan hjelpa ein annan elev med ei oppgåve				
19. Eg kan ta med nye born på leiken				
20. Eg slurvar med skulearbeidet				
21. Eg gjer leksene mine				
22. Eg er mykje åleine i friminutta				
23. Eg er trist og lei meg				
24. Eg kan rekkje opp handa og venta på tur				
25. Eg kan halda avtalar med andre				
26. Eg kan følgje reglar når eg spelar spel				
27. Eg kan sjå ei sak frå fleire sider				
28. Eg er uroleg og vandrar i klasserommet				
29. Eg tåler å få kritikk				

6.8 Skjema grunnleggende rørsler, barnehagen

6.9 LILLE WILLY, EIN LEIK

Plassbehov: Plass til seks stolar (3og 3 med stolryggen mot kvarandre) PS! Kan lage fleire grupper. **Tid:** 10 min
Ingrediensar: 6 stolar og 6 personar (ev fleire grupper så heile klassen deltar) **Gøy?:** tom 8.kl, men blir kjekkare for dei eldre jo fortare du les.

Vi gjer: Tar fram 6 personar som får de ulike rollane: Pappa, mamma, de tre små bjørnene og lille Willy

Desse vert plassert slik:

DE TRE SMÅ BJØRNENE (3 STOLAR)		
Pappa	Mamma	Lille Willy

Kvar gong desse høyrer namnet sitt nemnt i forteljinga reiser dei seg og spring ein runde rundt stolane – frå høgre mot venstre.

FORTELJINGA:

Sola skein, fuglane kvitra, og det var søndag. **Lille Willy** skein om kapp med sola og var så glad, for nettopp i dag skulle han i dyrehagen. **Pappa** og **mamma** var óg glade for **Lille Willys** skyld. **Mamma** hadde pakka ei heil korg full med gode kaker og smørbrød og saft, og **pappa** hadde tatt med seg sitt fine kamera, slik at han skulle kunne fotografere **mamma, lille Willy** og dei tre små bjørnane. Dei hadde også tatt med seg nokon skorper for å mate dei tre små bjørnane, og **lille Willy** visste at dei tre små bjørnene likte skorper. "Skynd deg no **lille Willy!**", sa **mamma**, og så gjekk **mamma, pappa** og **lille Willy** til dyrehagen. Først så dei ein giraff som stod og åt på nokon greiner. **Lille Willy** spurte pappa:"**Pappa**, kvifor har giraffen så lang hals?" "Det er for at den skal nå opp til hovudet", svarte **pappa**. Så gikk dei vidare, og plutsleg høyrte de et forferdeleg brøl. **Pappa** blei så redd at han tok **lille Willy** hardt i handa. Men snart så dei at det berre var ein tiger. "No vil eg sjå dei tre små bjørnane", sa **Lille Willy**. Men no kjende han at han var svolten, og **Lille Willy, mamma** og **pappa** fann ein herleg plass i skyggen under eit stort tre. Men snart vart **Lille Willy** utålmodig og dei gjekk

for å sjå dei tre små bjørnane. **Pappa** tok eit bilete av **mamma, Lille Willy** og dei tre små bjørnane, og så var dei så trøtte at dei drog heim. Det hadde vore ein herleg søndag for **pappa, mamma** og **Lille Willy**.



7. SOSIAL KOMPETANSE

«DET ER MITT VALG»

Informasjon om inndeling av tema i det pedagogiske verktøyet «Det er mitt valg» Fra barnehage til videregående.

Det er mitt valg, barnehage

Det er nå vanlig å se hele opplæringsløpet i sammenheng fra barnehage til videregående opplæring. Derfor er det laget et opplegg for de eldste barna i barnehagen med tanke på utvikling av grunnleggende sosial og emosjonell kompetanse. Det er også laget et eget foreldremøteopplegg. Opplegget består av et veiledningshefte, der ulike aktiviteter er systematisert i følgende 5 temaer:

Tema 1: Vi vil ha et godt miljø

Tema 2: Vi arbeider sammen

Tema 3: Vi tar beslutninger

Tema 4: Vi tar vare på kroppen vår

Tema 5: Vi tar vare på hverandre

MITT VALG 1. - 4. trinn

MITT VALG 1 for 1- 4 trinn i grunnskolen har en lærerveiledning, der de 30 leksjonene er delt inn i følgende 5 kapitler:

Kapittel 1: Vi lager et godt skolemiljø

Kapittel 2: Vi arbeider sammen

Kapittel 3: Vi tar beslutninger

Kapittel 4: Vi tar vare på kroppen vår

Kapittel 5: Vi tar vare på hverandre

MITT VALG 5. - 7. trinn

MITT VALG 2 for 5 – 7 trinn i grunnskolen har en lærerveiledning, der leksjonene er systematisert i 6 kapitler.

Viktige temaer fra MITT VALG 1 er videreført og videreutviklet med tanke på eldre barn.

Kapittel 1: Utvikling av skolemiljøet

Kapittel 2: Samspill og følelser

Kapittel 3: Relasjoner

Kapittel 4: Kritisk tenkning

Kapittel 5: Rusmidler og tobakk

Kapittel 6: Sette positive mål

MITT VALG 8. - 10. trinn

MITT VALG 3 for 8 – 10 trinn i grunnskolen har en lærerveiledning, der leksjonene er systematisert i 4 kapitler.

Aktuelle temaer fra MITT VALG 1 og 2 er videreutviklet, dels for å tilpasse opplegget for tenåringer, og dels for å skape helhet og sammenheng.

Kapittel 1: Utvikling av skolemiljøet

Kapittel 2: Personlig og sosial utvikling

Kapittel 3: Valg og beslutninger

Kapittel 4: Rusmidler

MITT VALG VIDEREGÅENDE SKOLE

Dette opplegget består av en lærerveiledning, der ulike leksjoner er beskrevet, samt et kapittel om russefeiring.

Aktuelle temaer fra grunnskolen er videreutviklet og tilpasset elever i videregående skole.

- Eg kan få med andre i leik!
- Eg kan sjå andre i augo når eg snakkar med dei
- Eg kan le med andre
- Eg kan ta kontakt med andre på ein måte som høver seg
- Eg syner når eg er i godt humør
- Eg er hjelpsam
- Eg kan fylgja reglar i leik
- Å bry seg om kvarandre
- Eg kan få med dei som står åleine
- Eg seier fine ting om andre
- Eg kan hjelpa andre viss dei treng hjelp
- Eg kan samarbeida med alle
- Eg seier JA når andre vil vera i lag med meg
- Eg er ikkje uvenn med nokon
- Eg kan tolerera at alle er ulike
- Eg: - seier stopp når andre vert mobba
 - kan lytta til og støtta dei som treng meg
 - kan ta med dei som står utanfor leik









Utgitt av Tysnes kommune, 2015
Foto: Barnehagar og skuler i Tysnes kommune
Grafisk design: Tysnes Grafisk/Bladet Tysnes AS
Forsidebilde: Onarheim skule