



Ukeplan 7. trinn

Uke 6

Mandag 02.02. 08.30–13.45 Leksehjelp 13:45-14:45	Tirsdag 03.02. 08.00–13.00 Fysisk kl 08:00	Onsdag 04.02. 08.30–13.45	Torsdag 05.02. 08.30–13.45	Fredag 06.02. 08.30–13.45
Engelsk/norsk/matem- atikk/KRLE, gym	Samfunnsfag/natur- fag/musikk/KRLE	Norsk/engelsk/ matematikk	Mat og helse/kunst & håndverk, matte/ norsk/bibliotek	Norsk/samfunnsfag, naturfag/KRLE og gym/musikk
Husk gymtøy (alle)			Denne uken er det APPELSIN som har mat & helse! Husk forkle og strikk til håret.	Husk gymtøy (alle) Ønsker alle en riktig god helg!

Lekser

Ukens Greje til tirsdag:



Engelsk til onsdag:

- Gjør ferdig oppgaveark fra mandag med prefikser og suffikser. Få underskrift av en voksen hjemme!

Norsk til torsdag:

- Les "Reisebrev dag 2" på Classroom, og gjør oppgavene til. Svar med hele setninger.
- Lesegruppe:
 1. Les "Reisebrev dag 2" på Classroom. Bruk Lingdys ved behov.
 2. Gjør ark i blå mappe. Les to ganger, gjerne høyt for en voksen hjemme.

Matematikk til torsdag:

- Gjør oppgavene som er lagt ut på Classroom, skriv i matteboken din.

For viktig informasjon, se neste side.

Informasjon til hjemmet:

- Ta med en **skoese** (eller en annen pappeske) hjemmefra. Vi skal bygge modellhus i naturfag.
- Denne uken bruker vi en del av timene til å jobbe med temaet **“Rett til respekt”**. Det handler om å vise respekt for seg selv og andre, språkbruk, mangfold, identitet og fellesskap. Se foreldreskriv på de neste sidene.
- Tid for en oppstramming: Undervisningen begynner 8:30. Elevene trenger tid til å bytte til innesko, legge fra seg telefon, hilse på venner og komme seg til klasserommet før det. Skolen er åpen fra **8:15**.
- Tirsdager begynner vi 8:00. Da åpner dørene **7:50**, og stenges igjen litt over 8:00.

Fag	Ukens mål
Matematikk	• Jeg skal kunne regne ut volumet av ulike prismer
Norsk	• Temauke: rett til respekt.
Engelsk	• Jeg kjenner til og kan gi eksempler på når man bruker formelt og uformelt språk på engelsk. • Jeg kan gi eksempler på og bruke ord med suffiksene - ness, - less, - ish, - able, - ful og - ous (<i>illness, useless, selfish, understandable, helpful, dangerous</i>)
Samfunnsfag	• Jeg kan forklare hvordan de første menneskene levde, og gjøre rede for hvordan mennesker spredte seg fra Afrika til resten av verden.
KRLE	• Jeg skal kunne fortelle litt om menneskerettigheter.
Naturfag	• Kunne forklare hva energibevareingsloven går ut på.
Sosial kompetanse	• Vi har god orden og holder det ryddig i klasserommet, i gangen og på garderobeplassen.

Hilsen Heidi, Eirik, Heidi Anne, Torgeir, Oline, Maria og Kristin 😊

DU KAN GJØRE EN STOR FORSKJELL!

Som foresatt spiller du en viktig rolle i å lære barnet ditt om kropp, følelser, grenser og respekt. For skolen er arbeidet med disse temaene forankret i læreplanverket LK 20, og en del av skolens helhetlige dannelsesoppdrag. Gjennom flere fag, fra de første årene og opp til og med ungdomstrinnet, får elevene undervisning om kropp, identitet, følelser, relasjoner, samtykke og rettigheter. Alt med mål om at barn og unge skal utvikle trygghet, selvrespekt og omtanke.

Samtidig vet vi at mange viktige samtaler skjer hjemme. Du som foresatt kjenner barnet ditt best, og kan bidra til å skape trygghet, bygge verdier og gi rom for spørsmål som det ikke alltid er tid til på skolen. Hvordan du snakker, lytter og viser respekt for andre i hverdagen, har stor betydning for hvordan barnet ditt lærer å møte andre.

ÅRETS KAMPANJE: RETT TIL RESPEKT!

I årets kampanje med tema «Rett til respekt» ønsker vi å bidra til en tryggere og mer inkluderende hverdag for alle. Gjennom aktiviteter og samtaler skal elevene reflektere over hva respekt betyr i praksis, og hvordan man viser respekt for seg selv og andre. Temaene spenner fra mangfold og fellesskap til identitet, hatprat og rettigheter.

Målet er å styrke elevenes evne til å møte forskjeller med åpenhet, undring og omtanke, også når de er uenige eller står i konflikter. Kampanjen handler like mye om små hverdagsvalg som om store verdier: å dele, lytte, si unnskyld, stå opp for andre eller å si fra når noe ikke er greit.

Selv om undervisningen skjer på skolen, er du som foresatt en uerstattelig støtte i barnets refleksjoner og utvikling. Gjennom gode samtaler hjemme kan du bidra til at barnet ditt får både språk og trygghet til å sette ord på tanker, følelser og grenser.

SAMTALER SOM STØTTER

Det er aldri for tidlig å snakke om respekt, grenser og følelser, men måten vi gjør det på må tilpasses barnets alder og modenhet. For de yngste handler det om å dele, være en god venn og forstå at alle mennesker, til tross for ulikheter, har rett til å bli behandlet fint. For ungdommer handler det i stadig større grad om identitet, språkbruk, digitale medier og ansvar i relasjoner. Det viktigste for deg er ikke å ha alle svarene, men å vise interesse og trygghet. Når barnet ditt opplever at det er greit å snakke med deg om vanskelige temaer, blir det lettere å komme til deg hvis noe kjennes sårende, urettferdig eller feil.



1. Vær et godt forbilde

Barn og unge legger merke til hvordan vi voksne snakker, både om og til andre mennesker. Hvordan omtaler vi folk vi er uenige med, eller de som er annerledes enn oss selv? Når du er respektfull, også i diskusjoner og uenigheter, lærer barnet ditt at det går an å stå for noe uten å trække på andre.

2. Snakk om språk og grenser

Ord har betydning, både i den fysiske verden og på nett. Spør og snakk med barnet ditt om hvordan tonen er blant venner, i klassen, i spill eller i sosiale medier. For de minste kan det handle om å øve på å si «stopp, det er ikke greit», mens ungdommer kan trenge å snakke om hvordan man oppdager og håndterer hatprat, kroppspress og digitale overtramp.

3. Løft frem forskjeller

Forskjellene mellom oss mennesker gjør fellesskapet rikere. Snakk om mangfoldet dere ser rundt dere i familien, nabolaget, klassen, på TV og i samfunnet. For de yngre barna er det fint å snakke om hvor godt det er at vi ikke er like alle sammen, mens for ungdom kan spørsmål som «Hvordan tror du det føles å bli møtt med fordommer?» være en god inngangsport.

Fem råd og innfallsvinkler til gode samtaler

4. Øv på uenighet

Respekt handler ikke om å alltid være enig, men om hvordan vi håndterer uenighetene. Barn lærer mye av å se hvordan voksne håndterer uenighet, både hjemme og i offentligheten. Når du viser at det er mulig å være uenige uten å bli sint eller nedlatende, lærer du barnet ditt verdien av dialog.

5. Lytt! ... og tål det som kommer

Det viktigste du kan gjøre er å vise at du tåler å høre det som kommer. Barn i alle aldre trenger voksne som lytter uten å dømme. Noen ganger trenger de råd, mens andre ganger trenger de kun ro og en trygg voksen. Et enkelt «Takk for at du forteller meg dette» kan bety mye.



HVIS DU BLIR BEKYMRET

Hvis du merker at barnet ditt virker trist, trekker seg unna eller opplever noe som ikke er greit – ta det på alvor. Snakk med barnet ditt, og søk råd hvis du er bekymret og usikker. Du kan ta kontakt med skolen, helsesykepleier, fastlege eller andre fagpersoner. Det finnes også gode anonyme hjelpetjenester både for foresatte og barn.

FOR FORESATTE:

- [Reddbarna.no](#): Foreldretips om digital trygghet, respekt og nettvett.
- [Mentalhelse.no](#): Rådgivning for deg som er bekymret for barnets trivsel eller psykiske helse.

FOR BARN OG UNGE:

- [Ung.no](#): Informasjon om kropp, følelser, rettigheter og hjelp fra Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet.
- [Korspåhalsen.no](#): Røde Kors sin chat, telefon og e-post for barn og unge..
- [Snakkommobbing.no](#): Blå Kors sin anonyme chattjeneste.