

# SNAP

**Mona Engebretsen,  
PALS-veileder i Asker  
kommune**

## Innholdsfortegnelse

1. Praktisk informasjon
2. Gjennomføring
3. Erfaringer fra elever



# SNAP i Asker

Tre forskjellige skoler

Fem SNAP-grupper

Fire rene guttegrupper og en blandet gruppe

24 barn i løpet av tre skoleår

# Å etablere en SNAP-gruppe: mine erfaringer

Ganske jevne i alder

Kjønnsdelt

Finne gode kandidater

God kommunikasjon med hjemmene og kontaktlærerne

Gjøre gode forberedelser

Finne riktig tidspunkt

# Hvem passer i en SNAP-gruppe?

Jevne i alder (maks to klassetrinn forskjell)

Kjønnsdelt (etter råd fra flere av gruppene)

Ikke flere “mørkerøde” sammen

Gjerne barn med litt ulike utfordringer

# Hvilke ressurser trengs?

Et egnet rom

To, helst tre lærere/assistenter/fagarbeidere som har frikjøpt tid

Innkjøp av belønninger

Gjerne en SNAP-drage e.l.

Ukentlige innkjøp av sunn snacks

# Hvilke forberedelser må gjøres?

Minst en av de som skal holde kurset MÅ på SNAP-kurs hos NUBU

Alle dokumenter må tilpasses skolen

Foresatte bør kontaktes per telefon eller møte før papirene sendes ut

Kontaktlærer fyller ut målskjema sammen med eleven før første klubbmøte

Regelmatrise bør lages og lamineres på forhånd

Oversikt over stasjoner må lages og lamineres på forhånd

Oversikt over temaer må lages og lamineres på forhånd



Blakstad skole 03.031.17

### Tilbud om deltakelse i «SNAP-klubb»

I likhet med de fleste barneskolene i Asker, deltar Blakstad i den skoleomfattende tiltaksmodellen PALS (Positiv Atferd, støttende Læringsmiljø og Samhandling)

Et av tiltakene i PALS er gruppetiltaket «SNAP-klubb» («Stop – ~~Now~~ – And – Plan»), der 4-6 barn møtes inntil 10 ganger, 75 minutter pr uke, for trening av sosiale ferdigheter under ledelse av to-tre ansatte på skolen.

Vi skal starte opp med nytt kurs nå i vår, og gleder oss til første klubbmøte i uke 11 i 2017. Kurset går over ti uker og vil bli holdt på fredager klokken 11.15 – 13.30 frem til sommeren (ukene 11 – 23).

SNAP har som målsetting at elevene skal få trening i å utvikle gode strategier for

- Problemløsning
- Sinnemestring
- Sosiale ferdigheter



### Opplegget i SNAP-klubben:

SNAP-klubben består opptil 10 klubbmøter. Hvert møte omhandler et eget tema og gjennomføres etter følgende struktur:

- *Velkommen-stasjon med registrering av oppmøte, målfokus og lek*
- *Prate-/samtalestasjon der ukens tema blir presentert*
- *Øvelsesstasjon med rollespill der elevene får trening i å vurdere ulike måter å løse en utfordrende situasjon på, og refleksjon rundt hvilke strategier som er hensiktsmessige å bruke for at et problem skal bli mindre istedenfor større*
- *Aktivitets-stasjon der elevene skal være i bevegelse og gjøre aktiviteter/leker sammen med de andre barna*
- *Oppgavestasjon med en liten forfriskning som vi lager i stand. Vi oppsummerer forrige ukes hjemmearbeid, og snakker om ny hjemmeoppgave for neste uke.*
- *Avslutnings-/avslutningsstasjon med en fortelling som er relevant til temaet vi har arbeidet med. Her vil vi også telle opp strikkene som elevene samler i klubbmøtet. Strikkene blir delt ut fortløpende som positiv oppmerksomhet mot at de følger klubbreglene og bidrar positivt på møtet, og ikke som belønning for riktig svar. Når gruppen til sammen har samlet et på forhånd avtalt antall strikk, får hver elev velge en liten premie fra premieboksen vår.*

Opplegget bygger på PALS' hovedprinsipp om å gripe fatt i det som fungerer bra, og forsterke dette med positiv oppmerksomhet.





Vi skal arbeide med følgende temaer:

- Bli med i lek
- Følge spillereglene
- Stå i mot gruppepress
- Rose og oppmuntra seg selv
- Håndtere vanskelige følelser
- Unngå trøbbel
- La andres ting være i fred
- Forholde seg til beskyldninger
- Be om unnskyldning
- Når jeg er usikker

Elev, foresatte og kontaktlærer skal i forkant bli enige om 1-2 mål eleven skal arbeide med i SNAP-klubben. Disse skrives på eget skjema som skal settes inn i «klubb-permen».

Foresatte skal følge opp eleven ukentlig gjennom samtaler om de ulike temaene vi jobber med på SNAP-klubben.

Elevene får en egen «klubb-perm» der vi krysser av for oppmøte og lekse. Her vil de få ukentlige hjemmeoppgaver knyttet til ukens tema som dere foreldre skal signere på.

Vi håper dere ønsker å la deres barn delta på vårens SNAP-kurs. Ta gjerne kontakt med en av oss i SNAP-teamet dersom dere har noen spørsmål.

Med vennlig hilsen

SNAP-teamet på Blakstad:

Mona Engebretsen (lærer og PALS-veileder i kommunen)

[mona.engebretsen@asker.kommune.no](mailto:mona.engebretsen@asker.kommune.no) / 93054225

Berit Trinborg (undervisningsinspektør)

[berit.trinborg@asker.kommune.no](mailto:berit.trinborg@asker.kommune.no)

Anette Tronstad (fagarbeider)



Svarslipp leveres innen fredag 10.03.17 til kontaktlærer

Ja, jeg/vi samtykker til at \_\_\_\_\_ deltar i «SNAP-klubben»

Nei, jeg/vi samtykker ikke til at \_\_\_\_\_ deltar i «SNAP-klubben»

Underskrift: \_\_\_\_\_



## MÅLSKJEMA



Navn:	Date:	Uke 1
Mitt hovedmål er:		Uke 2
		Uke 3
		Uke 4
		Uke 5
For å nå målet mitt må jeg:		Uke 6
		Uke 7
		Uke 8
		Uke 9
Hvem kan hjelpe meg å nå målet mitt:		Uke 10
Gruppeleder:	Elev:	
_____	_____	

# Gjennomføringen av kurset

Viktig å etablere faste rutiner

Kursholdere må være på plass før barna, ønske dem velkommen

Vær nøye med velkommen-stasjonen - der kan det komme viktig informasjon

Gå igjennom regelmatrise, stasjonsoversikt og temaoversikt hver gang

Vær raus med strikker/tokens

“Rekk opp hånden”-øvelsen er viktig for å komme godt i gang



### Regelmatrise for SNAP-klubben:

- Jeg lytter når andre snakker.
- Jeg følger med.
- Jeg er rolig.
- Jeg rekker opp hånden når jeg vil si noe.
- Det som skjer i SNAP-klubben, blir i SNAP-klubben.





## Temaer for klubbmøtene:

1. Å bli med i lek
2. Å følge spillereglene
3. Gruppepress
4. Å rose og oppmuntre seg selv
5. Å håndtere vanskelige følelser
6. Å unngå trøbbel
7. Å la andres ting være i fred
8. Å forholde seg til beskyldninger
9. Å be om unnskyldning
10. Når du er usikker



## Stasjoner på klubbmøtene:

- Velkommenstasjonen
- Pratestasjonen
- Øvestasjonen
- Aktivitetsstasjonen
- Snacks- og oppgavestasjonen
- Avslapningsstasjonen



**HJEMMEOPPGAVER:**

**KLUBBMØTE 1 - Mål: Å få bli med i lek**



Jeg vil fortelle mamma eller pappa hvordan jeg kan bruke SNAP hvis jeg ikke får være med å leke.

Foreldrenes underskrift:

---

Dato:

---

# Gjennomføring av kurset forts.

Vær godt forberedt.

Ikke følg boka slavisk, spesielt ikke med tanke på øvings-eksemplene.

Lag egne gode øvinger som er lette å gjennomføre.

La elevene være med på å finne gode aktiviteter som de selv liker, ikke følg boka slavisk.

Eksempler på aktiviteter: fotball, bordtennis, trampoline, innebandy, spill (Twister, Villkatten o.l).



## Gjennomføring av kurset forts.

Bruk snacks-stasjonen til relasjonsbygging og hygge.

Vær smart i valg av snacks.

Vurder avslapningshistorien, skriv den om/vask språket.

Kan du andre avspenningsteknikker? Prøv gjerne det, men helst det samme hver gang.

Hold tiden!

Følg barna tilbake til klassen.

# Hva synes elevene om SNAP?

Her kommer en 100% objektiv og ærlig video...