



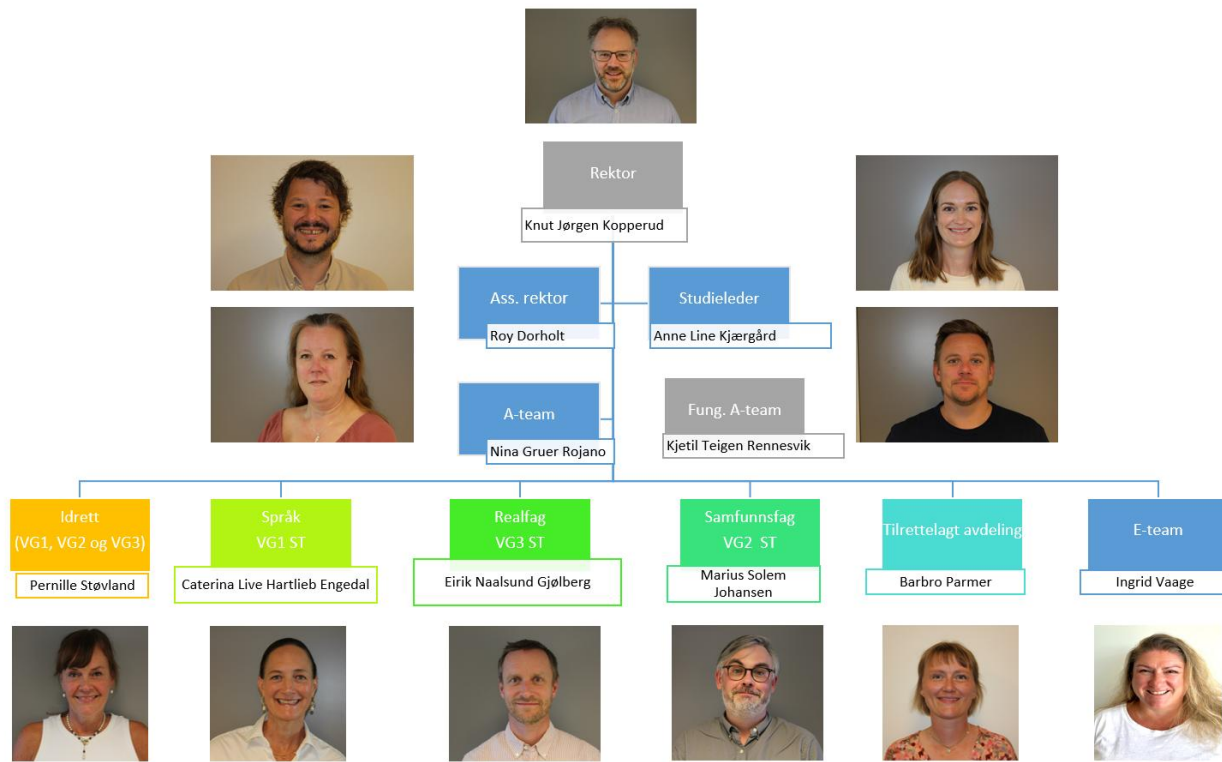
LAMBERTSETER
VIDEREGÅENDE SKOLE

Velkommen til foreldremøte for Vg1

Onsdag 12. August 2026

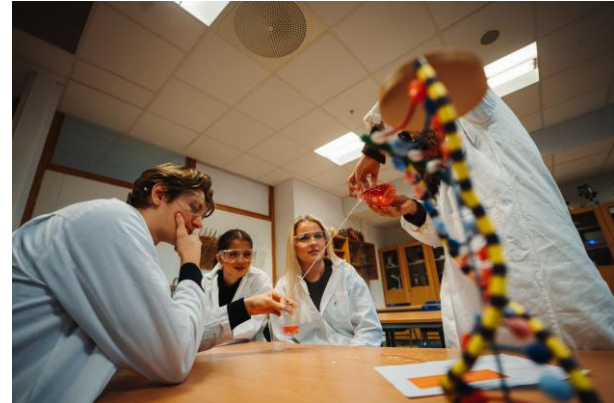


Lederteamet på Lambertseter vgs



Program

1. Velkommen til Lambertseter vgs - Knut J Kopperud
2. Studiespesialisering – Caterina Engedal
3. Idrettsfag – Pernille Støvland
4. Laget rundt eleven – Ingrid Vaage
5. Fagvalg og fraværgrensen – Anne Line Kjærgård

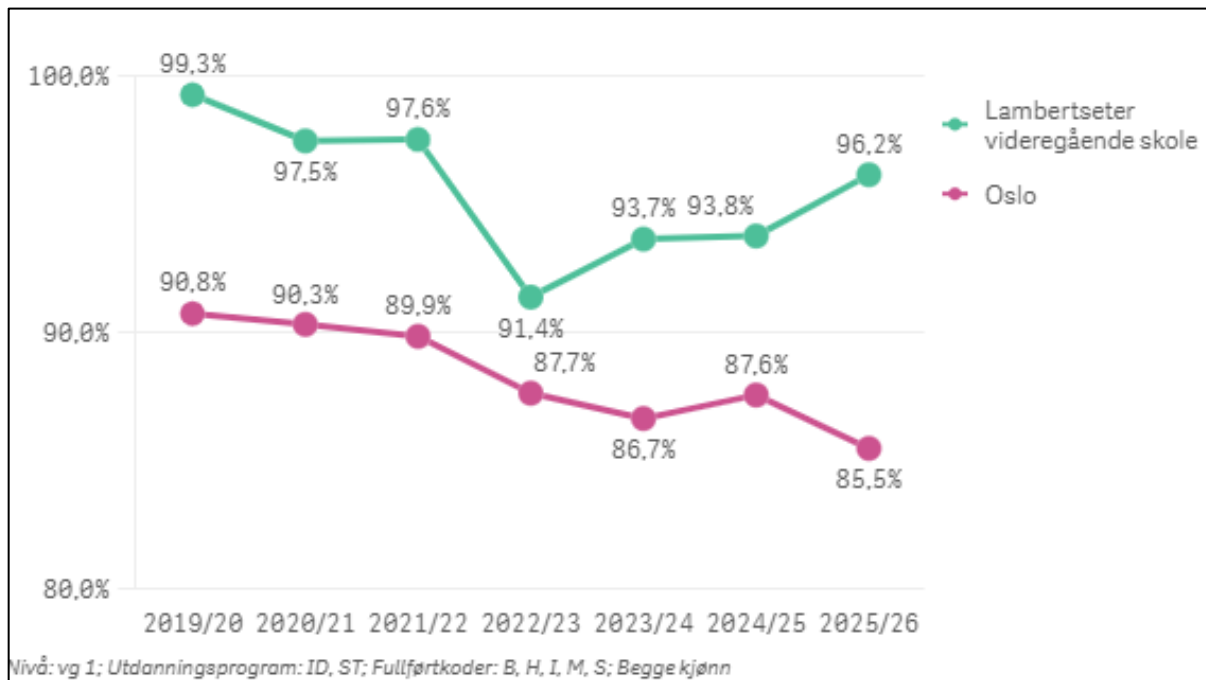


Lambertseter videregående skole

- 900 elever
- 100 ansatte
- Studiespesialisering
 - Realfag
 - Toppidrett
- Idrettsfag
- Tilrettelagt
- Nettskole



Resultat etter vg1





Trygg skolehverdag – når elevene tar ansvar

- Alle elever har rett til et trygt og godt skolemiljø som fremmer helse, trivsel og læring
- Vi jobber forebyggende og systematisk
 - Elevteam, kontaktlærers time og sosiale aktiviteter
- Skolens aktivitetsplikt (§12-4)
 - Følge med, gripe inn, varsle rektor, undersøke saken og sette inn tiltak

Ta kontakt med skolen
(kontaktlærer/rådgiver,
avdelingsleder eller
rektor)
dersom du opplever at
ditt barn ikke har det
bra på skolen.



Bidra til et godt lærings- og klassemiljø

- **Sats på klassen**
 - elevene er sammen 30 – 35 t/uke
- **Et mål om at færrest mulig velger bussprosjekter**
 - Samarbeid om grenser
 - Ikke skriv under kontrakter
- Det vanlige er at elevene ikke deltar på russebuss...



Tre gylne regler

På Lambertseter har vi tre regler som skal skape bevegelse og gjøre elevene forberedt på høyere utdanning

- Jeg er her for å lære
- Jeg er her for å hjelpe andre til å lære
- Jeg er her for å bidra til at alle har det bra



Motiver elevene til å engasjere seg

Vil du hjelpe andre å lære? Søk jobb som tutor!

Publisert: 7.5.2025



Foto: Sveinung Bråthen

På Lambertseter har vi tre gylne regler som skal skape bevegelse og gjøre elevene våre forberedt på høyere utdanning:

- 1 Jeg er her for å lære
- 2 Jeg er her for å hjelpe andre til å lære
- 3 Jeg er her for å bidra til at alle har det bra



d å lede
evyen 2026?



d - <https://www.noblad.no/se-bildene-fra->
ed tillatelse

Tre forventninger





LAMBERTSETER
VIDEREGÅENDE SKOLE

Studiespesialisering

Avdelingsleder Caterina Engedal

Om studiespesialisering

Fellesfag (i klassene)

- Engelsk
- Naturfag
- Samfunnskunnskap
- Geografi
- Norsk
- Kroppsøving

Egne faggrupper:

- Matematikk 1P/1T
- Fremmedspråk
- Eventuelt: Programfag toppidrett (1STG)

- 8 klasser med 32 elever i hver klasse
- Inntak fra hele byen, flest fra Nordstrand og Østensjø
- 2 kontaktlærere per klasse



Realfagsklassen (1STD) og toppidrettsklassen (1STG)

Realfagsklassen

- Elever som har valgt 1T
- Mulighet for å bli med på forskningsprosjekter gjennom faget teknologi og forskningslære X

Toppidrettsklassen

- Timeplanen er tilrettelagt slik at elevene kan få ta toppidrett 1 (5 timer i uka) allerede i vg1
- Fotball, håndball og individuell idrett sammen med elever som går idrettslinja



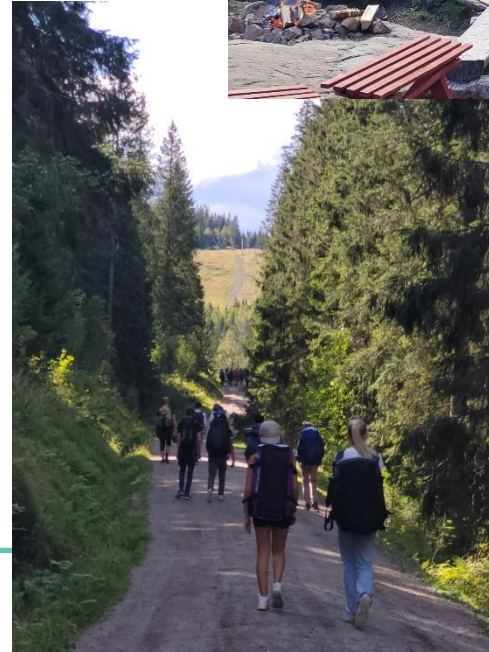






Tur i uke 4 etter skolestart

- Studiespesialisering (ST) drar på tur i uke 4 (7.-10.sept)
- Én overnatting
- Mål: bygge klassemiljø
- To hytter i Sørmarka; Blåhaug og Hallvardbo, en klasse per hytte
- Kontaktlærere og KRØ-lærere
- Mer informasjon kommer









LAMBERTSETER
VIDEREGÅENDE SKOLE



Idrettsfag

Pernille Støvland



Om idrettsfag

Fellesfag (i klassene)

- Engelsk
- Naturfag
- Norsk
- Aktivitetslære(praktisk)
- Treningslære(teoretisk)
- Toppidrett eller Breddeidrett(praktisk)

Egne faggrupper:

- Matematikk 1P/1T
- Fremmedspråk

- 2 klasser med 32 elever i hver klasse
- Inntak fra hele byen, flest fra Nordstrand og Østensjø
- 2 kontaktlærere per klasse en idrettslærer og en lærer fra studiespesialisering

Vi har aktiviteter på ulike arenaer:

- Ekeberghallen
- Nordstrand arena
- Flerbrukshallen Lambertseter
- Østmarka
- Nordstrand turn
- Lambertseter svømmehall
- Og ny gymsal på skolen

Ting å huske på:

- Markatur med overnatting i telt, lavvo, hengekøye
- Sykkeltur på våren med overnatting
- Husk gode matpakker, elevene har 10 timer aktivitet på skolen
- Elevene trenger en del utstyr som sovepose, fjellsko, sekk, langrennsski, sykkel, friluftslivtøy etc.
- Finn.no, Bua.no, Frigo.no, ønske seg til jul og bursdag eller stipend fra Lånekassen





LAMBERTSETER
VIDEREGÅENDE SKOLE

LAGET RUNDT ELEVEN

Ingrid Vaage



Foto: Sveinung Bråthen

Elevtjenesten

Ingrid Vaage

Leder elevtjenesten
Og Nettskolen

Mobil 93412060



Lisbeth S. Hansen

1STE – 1STH

Mobil 952 05 730



Isabell
Alhosainy

1STA – 1STD

Mobil 90690070



Ole Martin
Bøhaugen

1IDA-1IDB

Mobil 930 36 224



Skolehelsetjenesten

Helsesykepleier Monica von der Fehr:

mandag- fredag

46 88 23 62



Helsesykepleier Anita Hansen:

tirsdag og torsdag

99285196

Send gjerne en melding på teams for timeavtale eller send oss en sms. Vi har også drop in.

Eksempler på hva du kan bruke oss til

- Samtaler om psykisk helse, hvordan man har det, vanskelige følelser og tanker.
- Hjelpe til småskader, hodepine og magesmerter
- Kosthold, kropp og pubertet, sykdom, sorgarbeid.
- Prevensjonsveiledning, bl.a. resept på prevensjon (p-stav, hormonspiral)
- Test for kjønnsykdommer
- Spørsmål og oppfølging rundt graviditet
- Gratis kondomer
- Barnevaksinasjonsprogrammet

Vi har taushetsplikt.

Ikke vær redd for å ta kontakt!



Oslo

Utekontakten

Oppsøkende sosialt arbeid

- Forebyggende tjeneste for barn og unge mellom 10-23 år
- Relasjonsarbeid
- Frivillighet
- Felting fire kvelder i uka og en helg i måneden

Hva kan vi hjelpe med?

- Oppfølging med skole, jobb og fritidsaktiviteter
- Råd, veiledning og støtte
- Samtaler med ungdom og foreldre
- Motivasjon til å søke hjelp
- Råd om dine eller andres rusproblemer
- Tverrfaglig samarbeid med skole, barnevern, politi, helsestasjon og fritidsklubber



Kontakinfo

-  Vakttelefon: 976 73 685

•  utekontakten.nordstrand@bns.oslo.kommune.no

•  Sosiale medier:

- **Instagram/Tiktok:** Utekontakten_nordstrand
- **Facebook:** Utekontakten Bydel Nordstrand
- **Snapchat:** Ute_kontakten

Skolekontakt: Vilde Wang

Telefonnummer: 488 64 647

Tilknyttet forebyggende seksjon (nærpolitiet), Oslo Øst politistasjon, team Nordstrand





LAMBERTSETER

VIDEREGÅENDE SKOLE

Lambert Lounge
Elevens behov i sentrum
«Alt» på ett større område

- Rådgivere, helsetjenesten, studieleder
- IKT-helpdesk
- Lav terskel for å ta kontakt
- Møterom til elevaktiviteter og spillrom
- Spill, magasiner, bøker osv.



LAMBERTSETER
VIDEREGÅENDE SKOLE

Lambert Lounge

- Åpent til kl. 21.00 mandag-torsdag

Leksehjelp og tutorordning

- Dyktige elever som hjelper medelever mandager og onsdager fra kl 14:15 – 16:00



Overgang fra grunnskolen til videregående

- Fra grunnskolen er foresatte ofte vant med mye informasjon fra skole til foresatte og omvendt. Dette endres i overgang til videregående
- Foreldre og elever har i grunnskolen fått tilsendt ukeplaner og ukebrev, dette er ikke vanlig i videregående
- Målet i videregående er at eleven skal bli yrkes- eller studieforberedt. Dette innebærer også å trene på økt selvstendighet hos elevene



Vi er sammen om dette

320 elever fra over 32 avgiverskoler skal bli til 10 klasser

Grunnen til at klassene er satt og at vi ikke gjør bytter, er at arbeidet med et trygt og godt klassemiljø krever forutsigbarhet og kontinuitet i begynnelsen

Omgangskretsen til elevene utvides, og de vil samarbeide med flere medelever enn tidligere

Vi ber om at dere hjemme fremsnakker de løsningene skolen legger opp til

Klassetilhørighet

Vi jobber systematisk med å
skape nye relasjoner i
begynnelsen

- Faddere, turer, felles lunsjer, sosialt i klasserommet

ALLE er usikre

- Det viktigste vi gjør for å motvirke er forutsigbarhet

Stabilitet i klassen er en av
de aller viktigste faktorene
for å få en god skolestart

- Med mange bytter, vil flere bytte
 - Sementerer eksisterende grupperinger

Erfaringen vår er at det er
viktig å gi det litt tid

- Trene på å «stå i det»
- Vi har tro på elevene mestrer dette

=> Vi bytter ikke mellom
klasser

Hva kan dere forvente hjemme?

- Trøtte ungdommer – det er svært slitsomt å være ny!
- Usikkerhet hos ungdommene
 - Jeg kjenner ingen i klassen – ingen vil være med meg
 - Gruppen min fungerer ikke – jeg passer ikke inn
 - Læreren min ser meg ikke

Vi ber dere om å vise forståelse for opplevelsen som ungdommene har – og samtidig at dere har tillit til oss. Vi har erfaring med dette!

- Vanskeligheter i relasjoner (medelev/lærer) eller frustrasjon
- Støtt ungdommene i å tale sin egen sak, med den det gjelder!*

Sammen skal vi vise ungdommene at de er robuste!

Denne erfaringen er en forberedelse til neste gang...





LAMBERTSETER
VIDEREGÅENDE SKOLE

Fagvalg og fravær

Studieleder Anne Line Kjærgård



Foto: Sveinung Bråthen

Hvilke fag har elevene i vg1?

Undervisningsfag ST	Timer per uke à 45 min.			
	VG1	VG2	VG3	Totalt
Engelsk	5			5
Geografi	2			2
Naturfag	5			5
Samfunnskunnskap	3			3
Matematikk	5	(3)		5 (8)
2. fremmedspråk	4	4		8
Kroppsøving	2	2	2	6
Norsk	4	4	6	14
Historie		2	4	6
Religion			3	3
Valgfrie programfag (matematikk R)		15 (20)	15	30 (35)
Totalt omfang	30	28 (30)	30	88 (90)

Fag med standpunktkarakter for VG1 er uthevet

Undervisningsfag ID	Timer per uke à 45 min.			
	VG1	VG2	VG3	Totalt
Engelsk	5			5
Geografi		2		2
Naturfag	5			5
Samfunnskunnskap		3		3
Matematikk	5	(3)		5 (8)
2. fremmedspråk	4	4		8
Norsk	4	4	6	14
Historie		2	4	6
Religion			3	3
Aktivitetslære	5	5	5	15
Treningslære	2	3	5	10
Treningsledelse		2	4	6
Idrett og samfunn		2	3	5
Valgfrie programfag (matematikk R)	5	5 (10)	5	30 (35)
Totalt omfang	35	35 (37)	35	105 (107)

Hva velges i vg1?

2. fremmedspråk

1. Fortsette

- Fransk II
- Spansk II
- Tysk II

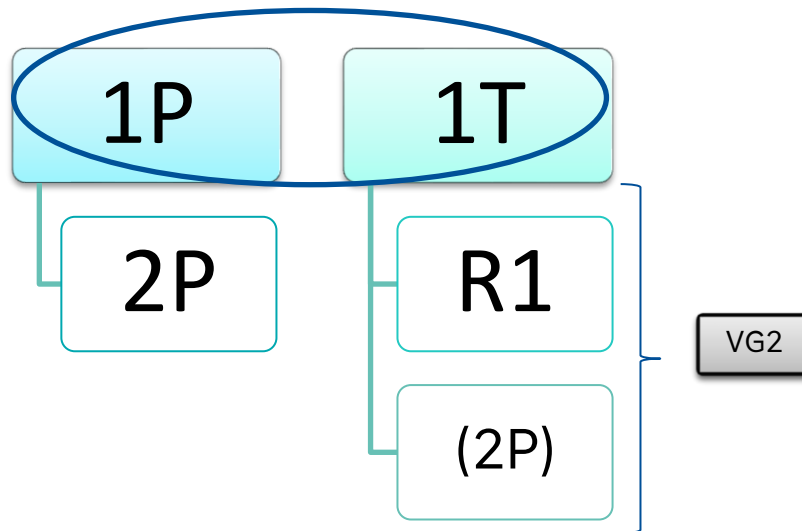
2. Bytte

- Spansk I
- Tysk I

3. Aldri hatt?

- Spansk I + II, alle tre år

Matematikk



For idrettselevne:

Toppidrett

eller

Breddeidrett

Byomfattende tilbud i andre språk eller tilbud om opplæring i samisk – ta kontakt studieleder

Bytte av fag

- Det settes opp møteflater i oppstartsuken der elevene kan få bytte matematikk og fremme ønsker om bytte av språk
 - Elevene settes i språk- og matematikkgrupper ut ifra hvilke fag de satt opp i mars da de søkte skoleplass eller hvilket språkfag de hadde på ungdomsskolen
 - Vi anbefaler at elevene fortsetter med språket de hadde på ungdomsskolen
 - Mye repetisjon før høstferien
 - Begrenset med plass i nivå I-gruppene
- For idrett kan elevene teste toppidrett og breddeidrett i et par uker før de bestemmer seg

Matematikk 1P/1T

- Kartlegging og samtaler med faglærer
- Det vil ikke være anledning til å bytte fra T til P etter uke 41
- Overgangen fra ungdomsskolen til VGS er tung for mange.



FAGVALGSPROSESSEN - FREMPEK

- Elevene får etter høstferien en første runde med informasjon om programfag av sine rådgivere og lærere
- Det avholdes et informasjonsmøte for foresatte om fagvalg 18. november.
- Elevene starter fagvalgsprosessen i starten av desember. Vi får da:
 - Informasjon om hvilke fag elevene ønsker
 - Grunnlag for å sette opp antall grupper i de ulike fagene
- Økonomiske rammer setter dessverre begrensninger for antall faggrupper
- Noen fag må legges parallelt på timeplanen
- Endelig fagvalg foretas i januar
- Omvalg/ventelister: Vi følger kriterier for prioritering som er utarbeidet i samråd med elever og lærere
- Veiledning av elever vi mener har valgt feil fag. Større konsekvenser ved å få IV i fag nå enn tidligere

IDRETTSFAG

- Lederutvikling
- Friluftsliv
- Breddeidrett
- Toppidrett (håndball/fotball – andre idretter etter søknad)

REALFAG

- Kjemi
- Fysikk
- Biologi
- Informasjonsteknologi
- Matematikk (2P, R1, [nye fag](#))

SPRÅK, SAMFUNNSFAG OG ØKONOMI

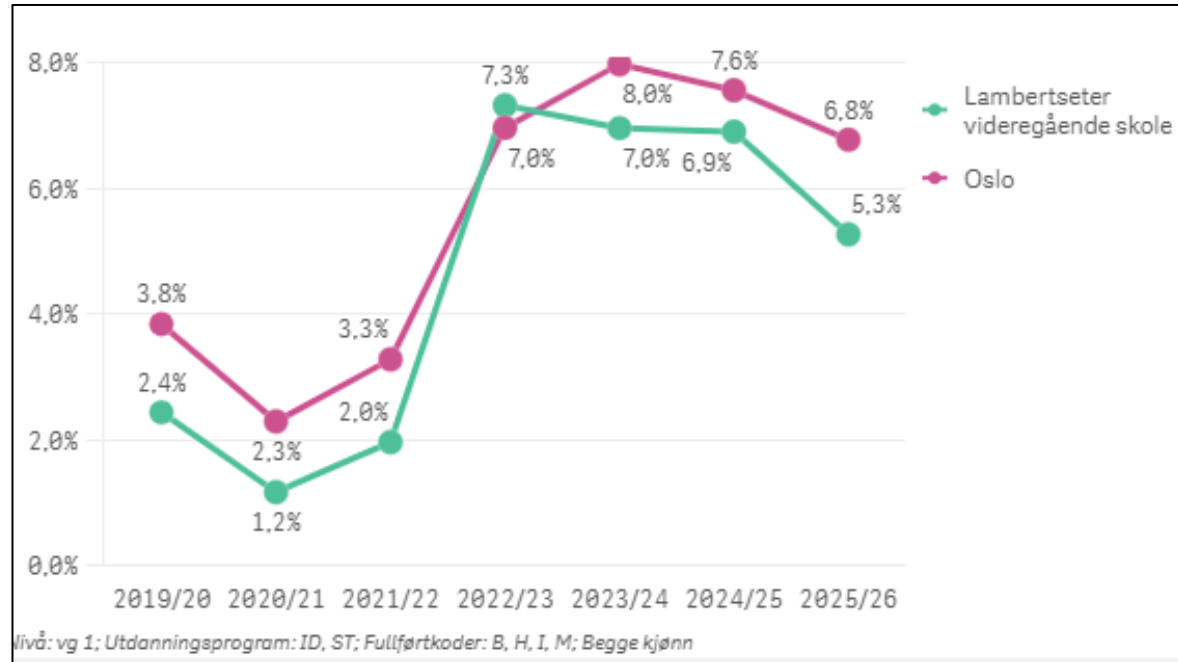
- Engelsk
- Nivå I-III 2. fremmedspråk (byomfattende tilbud)
- Politikk, individ og samfunn:
 - Sosiologi og sosialantropologi
 - Samfunnskunnskap
 - Politikk og menneskerettigheter
- Historie og filosofi
- Rettslære
- Psykologi
- Markedsføring og ledelse
- Entreprenørskap og bedriftsutvikling
- Samfunnsøkonomi
- Næringslivsøkonomi:
 - Økonomistyring
 - Økonomi og ledelse

Fraværsgrensen

- Hvis en elev har mer enn 10 % udokumentert fravær i et fag på helårsbasis, vil hen som hovedregel ikke ha rett til å få halvårsvurdering med karakter eller standpunktkarakter i faget.



Gjennomsnitt totalfravær vg1



Endringer i fraværsføring

15. juli 2025: Rundskrivet er oppdatert på grunn av endringer i fraværsreglene i opplæringsforskriften §§ 9-8 og 9-53, som gjelder fra 1.8.2025.

- 1) Elever kan levere egenmelding for fravær av helsegrunner opp til fraværsgrensen på ti prosent. Når elevene har nådd grensen på ti prosent fravær i et fag (ved helserelatert og udokumentert fravær sammenlagt), må de dokumentere ytterligere helserelatert fravær med dokumentasjon fra helsepersonell.
- 2) Fravær på grunn av teoretisk og praktisk førerprøve kan unntas fraværsgrensen dersom fraværet dokumenteres.
- 3) **Konsekvensen av overskredet fraværsgrensen får bare konsekvenser** for standpunkt karakter og halvårsvurdering med karakter **ved slutten av skoleåret** i gjennomgående fag.

I tillegg endring i Oslo skolens felles ordensreglement:

- Dersom en elev har mer enn 10 minutters fravær fra en time på 45 minutter, skal det føres fravær i stedet for anmerkning

Sykdom, helseforhold og endringene

- Fravær som skyldes sykdom eller helseforhold → Egenmelding opp til 10 % (fraværskode M)
- Når eleven har ti prosent helserelatert fravær og ev. udokumentert fravær (fraværskode X) til sammen, må eleven ved ytterligere helserelatert fravær legge frem dokumentasjon fra helsepersonell for at fraværet skal unntas fraværsgrensen.
- **Dokumentasjon fra helsepersonell som er levert på et tidligere tidspunkt enn dette, vil derfor ikke unnta fraværet fra fraværsgrensen. Skolen kan likevel rent praktisk ikke avstå fra å ta imot dokumentasjonen.**

Fravær som ikke teller med ved beregningen av fraværsprosenten (fraværskode D)

Må
dokumenteres!

- Hjelpearbeid (for eksempel deltakelse i leteaksjoner via humanitære organisasjoner)
- Lovpålagt oppmøte, eksempelvis sesjon.
- Representasjon i arrangement på nasjonalt eller internasjonalt nivå, f.eks idrett eller kultur
- Religiøse høytider for elever som er medlem av andre trossamfunn enn Den norske kirke (2 dager i året)
- [Deler av kjøreopplæringen \(klasse B\)](#)
- Velferdsgrunner som er godkjent av skolen, eksempelvis begravelse og bryllup.

- Helserelatert fravær utover 10 % fagfravær.

- Elevene kan søke om fratrekk av fravær på vitnemål - inntil 10 dager per skoleår.

Fravær som kan unntas vitnemålsføring (R)

- Avtalte samtaler med rektor eller andre ansatte eller instanser på skolen (eksempelvis helsesykepleier)
 - Annet avtalt skolearbeid. For eksempel ekskursjoner, vurderinger eller eksamen.
 - Elevrådsarbeid som er godkjent av skolen
-
- **Fravær knyttet til idrett på nasjonal og internasjonalt nivå vil avklares nærmere med kontaktlærere utover høsten.**

Hva hvis eleven har mer enn 10 prosent udokumentert fravær?

- Eleven vil ikke få halvårsvurdering med karakter eller standpunktkarakter i faget.
- Eleven har likevel rett til å delta i opplæringen og rett til å få underveisvurdering i faget
- Dette kan bety at eleven må ta faget på nytt for å kunne begynne på neste trinn
- Eleven følges opp av rådgiver og studieleder



Varsel om fravær

- Eleven skal få et skriftlig forhåndsvarsel hvis hen står i fare for å ikke få halvårsvurdering med karakter eller standpunktkarakter
- Hvis eleven er under 18 år, skal foresatte også varsles
- Rektor skal fatte enkeltvedtak dersom eleven ikke får standpunktkarakter. Skolen vil fortelle eleven mer om rett til å klage og hvordan klagen vil bli behandlet. Se også skolens nettsider og i OneNote «Lambert A til Å» (tilgjengelig for elevene)

Samtaledag fredag 14. august

- En trygg skolestart starter med trygge relasjoner
- Elevene skal ha fått SMS med invitasjon til samtale med kontaktlærer allerede på fredag
- Skole-PC: For elever under 18 år må foresatte logge inn med bank-ID og signere på vegne av barna sine





LAMBERTSETER
VIDEREGÅENDE SKOLE

Vi sees igjen onsdag
2. september!

Lambertseter videregående skole
Cecilie Thoresens vei 6, 1153 Oslo
Tel: 22 76 78 00
lambertsetervgs@ude.oslo.kommune.no

Lambertseter.vgs.no

