

Ulsrud videregående skole

Revidert august 2025



ULSRUD VGS – "VI SATSER PÅ DEG"

- Skolen har vært en viktig aktør i bydel Østensjø siden 1964
- 650 elever, 110 ansatte
- Idrettsfag
- Studiespesialisering
- Helse- og oppvekstfag
 - Barne- og ungdomsarbeiderfaget med studiekomp.
 - Ambulansefag med studiekomp.



Assisterende rektor



Anne Marte Løvbrøtte er rektors stedfortreder.

Anne Marte har i tillegg ansvar for oppfølging av elever på **Helse- og oppvekst**.

HELSE- OG OPPVEKSTFAG

- › 35 timer pr. uke
- › 12 timer fellesfag (engelsk, matte, natfag, krø) - matte/naturfag skjevleses
- › 23 timer programfag
- › Praksis etter høstferie, 1 dag i uke
- › Standpunktkarakter i alle fag unntatt krø
- › Kan bli trukket til eksamen i matte, engelsk eller natfag
- › Eleven bør være
 - omsorgsfull og hensynsfull overfor mennesker
 - flink til å kommunisere
 - god til å samhandle med andre



Oslo

1. år

Vg1 – Videregående trinn 1

Helse- og oppvekstfag

2. år

Vg2 – Videregående trinn 2

→ Aktivitør

Barne- og ungdomsarbeiderfag

Fotterapi og ortopediteknikk

Helsearbeiderfag

Helseservicefag

Hudpleie

Trinnleder vg1 ST -avdelingsleder realfag



Gaute B. Frostad har ansvar for oppfølging av elever på **VG1ST** og **1BUSK**



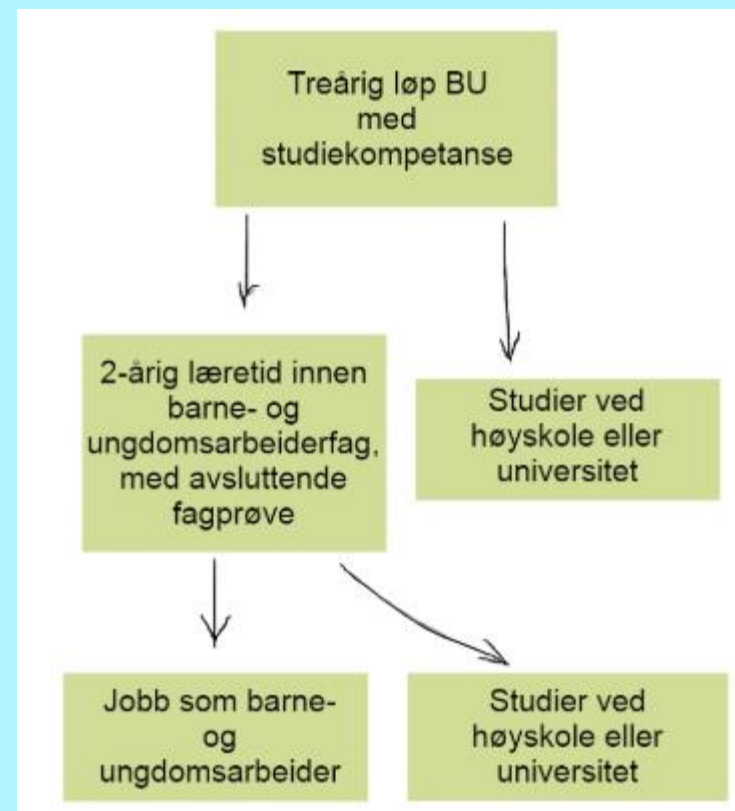
Studiespesialisering

- 30 timer pr. uke
 - Engelsk, norsk, matte, natfag, krø, annet fremmedspråk, geografi, samfunnskunnskap
- Standpunktkarakter i alle fag unntatt krø, norsk og fremmedspråk
- Kan bli trukket til eksamen i alle fag unntatt krø , norsk og fremmedspråk
- Eleven bør være
 - interessert i å arbeide med teoretiske fag
 - samarbeidsvillig, strukturert og selvdisiplinert
 - interessert i å skrive eller regne
 - interessert i kultur- og samfunnsforhold



BUSK (barne- og ungdomsarbeiderfaget med studiekomp.

Fellesfag	Vg1	Vg2	Vg3	Sum
Norsk	4	4	6	14
Matematikk	3	5		8
Engelsk	5			5
Naturfag		5		5
Kroppøving	2	2	2	6
Samfunnsfag		3		3
Historie			5	5
Sum fellesfag	14	19	13	46
Programfag ST			5	5
Programfag HO				
Yrkesliv	5	3	2	10
Helsefremmende arbeid	7			7
Kommunikasjon og samhandling	5	3	2	10
Pedagogisk arbeid		3	4	7
Yrkesfaglig fordypning	4	5	6	15
Timer totalt	35	33	32	100



Avdelingsleder idrettsfag



Kai Åge Jansson har ansvar for
oppfølging av elever på vg1 **idrett**

Idrettsfag

- 35 timer pr. uke
 - 23 timer fellesfag (engelsk, norsk, matte, natfag, annet fremmedspråk)
 - 12 timer programfag
- Standpunktkarakter i alle fag unntatt treningslære, norsk og fremmedspråk
- Kan bli trukket til eksamen i alle fag unntatt treningslære, norsk og fremmedspråk
- Eleven bør være:
 - Interessert i helse og fysisk aktivitet
 - Innstilt på trening hver dag
 - God i én eller flere idretter

1. år

Vg1 – Videregående trinn 1

Idrettsfag

2. år

Vg2 – Videregående trinn 2

Idrettsfag

3. år

Vg3 – Videregående trinn 3

Idrettsfag



Avdelingsleder ambulansesfag



Eivind Høibø har ansvar for
oppfølging av elever på **ambulansesfag**



AMA (Ambulansefag med studiekomp.)

- Timeplan og innhold vg1
 - Mest helsefag, praksis i barnehage.
- Standpunktkarakter i fire yrkesfag og matematikk
- Kan bli trukket til eksamen i matematikk
- Eleven bør være innstilt på:
 - Å utfordre seg selv i praktiske øvelser
 - Å øve på å tåle stress
 - Å kommunisere og samhandle med andre uansett bakgrunn

Fellesfag	VG1	VG2	VG3	SUM
Norsk	4	4	6	14
Matematikk	5	3		8
Engelsk		5		5
Naturfag		5		5
Kroppsøving	2	2	2	6
Samfunnskunnskap		3		3
Historie			5	5
Valgbart programfag ST			5	5
Yrkesfag	VG1	VG2	VG3	
Yrkesliv	5		5	10
Helsefremmende arbeid	7			7
Kommunikasjon og samhandling	5	5		10
Ambulansemedisin		3	4	7
YFF	6	3	6	15
Timer totalt	34	33	33	100



Rådgivere



Marianne Borgly

Sosialpedagogisk veiledning

Klasse: **1AMA, 1STA, 1STB, 1HOA, 1HOB, 1HOC**



Hildegunn Lied

Sosialpedagogisk veiledning

Klasse: **1BUSK, 1IDA, 1IDB, 1HOD, 1HOE, 1HOF, 1STD**



Kohestan Mohammadi

NAV-veileder

Miljøterapeut

Thomas er skolens miljøterapeut.

Thomas har ansvar for å legge til rette for elevenes trivsel og trygghet.

Thomas finnes på Chiller'n



Skolehelsetjenesten

Helsesykepleier
Kristine (man-fre)



- Skolehelsetjenesten skal bidra til å forebygge sykdom og fremme god fysisk, seksuell og psykisk helse hos elevene
- Tjenesten er et lavterskeltilbud. Det vil bl.a. si at vi skal være tilgjengelige for alle
- Skolehelsetjenesten har kontorer i underetasjen i B-blokken.

Åpent mandag – fredag



Oslo

Godt læringsmiljø-Ulsrud vgs

- Mobiltelefonen skal være **lydløs og ute av syne i timen**
- Toalettbesøk skjer i friminuttene
- PC skal kun brukes til faglig arbeid i timen
- Utstyr/bøker skal tas med til oppstart av timen



Gangverter

Skolens gangverter møter elevene med et smil!

Gangvertene skal sørge for at:

- det er rolig i gangene i begynnelsen av dagen og etter storefri
- elever som er litt forsinket kommer fort inn i timen med nødvendig bøker og utstyr
- elever som er litt forsinket kommer inn i timen uten å forstyrre andre elever

Gangvertene kan låse opp elevskapene dersom noen har glemt sin egen nøkkel.

Vi er her for å hjelpe deg!



Leie av bokskap

Bokskap med godkjent hengelås kan leies for kr150. Eleven beholder hengelåsen i slutten av skoleåret.



Fravær - OBS! Nye regler i år

- Foresatte eller elev skal **gi beskjed** om fravær til kontaktlærer **samme dag** på e-post, teams eller sms.
 - **Frem til 10%** fagfravær kan **alt sykefravær meldes selv**. Sykefravær som er meldt vil bli registrert med "M". Dette teller både på vitnemål og mot fagfravær.
 - Dersom melding ikke sendes vil fraværet blir stående med "X"
 - **Når 10% fravær er nådd** i et fag skal sykefravær støttes av **melding fra lege, tannlege, psykolog osv**. Det er kun dette som gjelder som dokumentasjon. Fravær blir da registrert med "D" og teller ikke mot fagfravær selv om det står på vitnemål.
 - Elever med **kronisk sykdom** kan gi melding om fravær knyttet til sykdommen selv når 10% er nådd dersom skolen har allerede mottatt en legeerklæring om sykdommen.
 - Andre rettighetsfravær skal også dokumenteres og teller ikke mot fagfravær
- Kontaktlærer tar kontakt med elev og foresatte dersom rutinen ikke følges



Hva betyr "10%" (fagfravær)



- ▶ Hvis du ikke har mer enn 10 prosent fravær i noen fag, har fraværsgrensen ingen konsekvens for deg.
- ▶ Hvis du har du mer enn 10 prosent udokumentert fravær i et fag, får du ikke karakter i faget.
- ▶ Dersom du har mellom 10 og 15 prosent udokumentert fravær i et fag, kan rektor etter nærmere regler bestemme at du likevel kan få karakter. Dette skjer kun unntaksvis.
- ▶ Reglene er strenge og vi opplever at flere elever mister vurdering/karakter i fag enn nødvendig. De fleste ungdommer er ikke syk i mer enn 4 uker pr. år. De som er det må dokumentere dette med en gang de har nådd 10% fagfravær

Permisjon

- Feriereise, besøk i hjemlandet, bryllup, besøk av syke slektninger ol. Blir som regel ikke regnet som viktige nok helse- og velferdsgrunner. Elever får fravær registrert som "meldt" dersom foreldre melder fra om fraværet. Fraværet kommer med på avgangsvitnemålet, og skolen tilbyr ikke spesiell tilrettelegging i forbindelse med fraværet.

Forsentkomming

- Møt alltid presis til undervisningen.
- Undervisningen begynner presis (første time kl. 08.10).
- Mer enn 10 minutters forsentkomming gir fravær for hele timen.



Skoleruta 2025/2026



September 2025

- Stortingsvalg: mandag 8. september

Oktober 2025

- ♦ Høstferie 2025: mandag 29. september – fredag 3. oktober

Desember 2025

- ♦ Juleferie 2025: mandag 22. desember – fredag 2. januar

Januar 2026

- ♦ Første skoledag etter juleferie: mandag 5. januar

Februar 2026

- ♦ Vinterferie 2026: mandag 16. februar – fredag 20. februar

April 2026

- ♦ Påskeferie 2026: mandag 30. mars – mandag 6. april

Mai 2026

- ♦ Arbeidernes dag: torsdag 1. mai
- ♦ Kristi Himmelfartsdag: torsdag 14. mai
- ♦ Grunnlovsdag: søndag 17. mai
- ♦ 2. pinsedag: mandag 25. mai

- ♦ Siste skoledag før sommerferien: fredag 19. juni



Statens Lånekasse for Utdanning

- ALLE SØKER OM STØTTE VIA INTERNETT: www.lanekassen.no
- **15. november** er søknadsfrist for utdanningsstøtte høstsemesteret
- **15. mars** er søknadsfrist for utdanningsstøtte vårsemesteret
- BankID eller MIN-ID må brukes
- Blir søknaden via nett avvist – kontakt Jasna Ceric på Teams. Alle elever har rett til utstyrsstipend, men **må søke** for å få pengene



Arbeid for en rusfri skole

- Rus er et fenomen som eksisterer på samtlige vgs'er i Oslo. På Ulsrud tas det på alvor!
- Skolens rusteam er kurset "**Kjentmann**"
- Mandatet er å jobbe for en rusfri skole
- Vi tilbyr veiledning, oppfølging og tverretatlig samarbeid
- Elever skal ikke være på skolen i ruspåvirket tilstand
- Foreldre som er bekymret bes kontakte skolen



Leksehjelp på Ulsrud

Leksehjelp på Ulsrud heter «mat og matte», men det er mye mer enn det!

Leksehjelp begynner før høstferien, skolen kommer tilbake til nøyaktig dato.

- 2 ganger i uken (1 gang etter skoletid, 1 gang midt på dagen)
- På Biblioteket (fine omgivelser)
- Alltid en voksen til stedet (en med mattekompetanse)



Oppgradering av skolen siden 2023

- Skolen ble bygd i 1964! Fint, robust mursteinsbygg
- Siden 2023 er følgende oppgraderinger foretatt:
- Aktivitetsrom (barnehage)
- Toaletter
- Kjemirom, fysikkrom, biologirom
- Kreativt verksted (syrom, designverksted, bildefag)
- Skolekjøkken
- Danserom/yogarom/mindfulnessrom
- Uteprosjekt
- Lydprosjekt aula
- Ny belysning og lyddemping i alle rom
- Garasje og ny ambulanse



Spennende på Ulsrud – *det doble oppdraget*

Vi er lidenskapelig opptatt av utdanning OG dannelse (*det doble oppdraget*)

- Skoleturer
- Elevaktiviteter
 - Syng/strikking/hekling osv
 - Dans
 - Idrettsturnering
 - Sjakk
- Revy – *Ulsrud style* – *SUNLIGHT 2024*
- Utveksling Cambridge, England (2ST)
- Utveksling i Spania (2BU/BUSK)
- Kulturdagen
- Treningsleir
- Styrkerom
- Vinteraktivitetsdag



[instagram.com/ulsrudvgs/](https://www.instagram.com/ulsrudvgs/)



Oslo

Overgangen til VGS kan være utfordrende

- Nytt sosialt miljø
- Nye lærere
- Ny reisevei
- Økt krav til selvstendighet
- Høyere faglige krav
- Høyere forventninger, faglig og sosialt
- Utfordrende også for foresatte: grensesetting



Veien for å lykkes og hva vi trenger fra dere

- Vær tilstede i alle timer – oppfordre din ungdom til å komme tidsnok
- Gjør alle lekser og vær forberedt – vær nysgjerrig på hva de jobber med
- Ha med alle skolesaker – ta en runde før leggetid/i begynnelsen av uken
- Sov nok, spis frokost, ha med matpakke
- litt foreldremas er OK (det er også kjærlighet)

