

Inkluderende leksepraksis i Nordre Follo



Sluttrapport fra utviklingsprosjekt om inkluderende leksepraksis (ILP) i
Nordre Follo kommune 2023-2025

Av Kjersti Lien, Fakultet for lærerutdanninger og språk, Høgskolen i Østfold



Nordre Follo
kommune

Innholdsfortegnelse

Forord	3
Bakgrunn for utviklingsprosjektet Inkluderende leksepraksis i Nordre Follo kommune	4
<i>Kommunestyrevedtak</i>	4
<i>Fra leksebevisst til inkluderende leksepraksis (ILP)?</i>	4
18 prinsipper for leksebevisst skole	5
Prinsipper for leksefri skole	6
Utdanningsforbundets hovedprinsipper for lekser	7
<i>Hva sier forskning om utfordringer med leksepraksis?</i>	8
Lekser og sosial ulikhet	9
Lekser og leseferdigheter	10
Erfaringer fra leksefrie skoler	11
<i>Ny læreplan og ny opplæringslov</i>	12
<i>§10-6 og elevmedvirkning</i>	13
<i>Lengre skoledager</i>	14
Prosjektets gjennomføring	14
<i>Workshoper og mellomarbeid</i>	15
<i>Utviklingsarbeid for inkluderende leksepraksis på skolene</i>	19
<i>Styrkeworkshoper om autonomi og læringsstøtte</i>	20
Erfaringer med forsøket	22
<i>Skoleledernes erfaringer</i>	22
<i>Lærernes erfaringer med inkluderende leksepraksis</i>	23
<i>Læreres erfaringer med utprøving av leksefri</i>	25
<i>Foreldrenes erfaringer med inkluderende leksepraksis</i>	26
<i>Foreldrenes erfaringer med leksefri skole</i>	28
<i>Elevers opplevelse av overgangen fra lekser på mellomtrinn og ungdomstrinn</i>	29
<i>Elevers erfaringer med inkluderende leksepraksis</i>	32
<i>Elevers erfaringer med leksefri skole</i>	34
Avsluttende kommentar og anbefalinger	35
Anbefalinger fra skoleledere og lærere	36
Anbefalte prinsipper for inkluderende leksepraksis	36
Litteraturliste	37
<i>Vedlegg 1 Eksempel på ukebrev i Sway</i>	39

Forord

Som forsker med lang erfaring fra utviklingsarbeid knyttet til lekser, har det vært både givende og inspirerende å få være en del av forsøket med inkluderende leksepraksis i Nordre Follo kommune. Prosjektet har gitt nye perspektiver på hvordan det kan jobbes i profesjonsfellesskapene for å gjøre leksepraksisen mer inkluderende enten det har vært ved å være leksefri eller leksebevisst.

Samarbeidet med skolene og de involverte aktørene i kommunen har vært preget av stort engasjement og vilje til å tenke nytt. Det er nettopp i slike samarbeidsprosjekter – hvor praksisfeltet og forskning møtes – at vi sammen kan utvikle mer treffsikre og rettferdige løsninger for elevene våre. Jeg vil rette en særlig takk til ledergruppene ved deltagerskolene og de lærerne som har vært med på workshopene i prosjektet. Jeg vil også rette en spesiell takk til prosjektleder i Nordre Follo kommune, Line Bjørnstad, for hennes innsats, engasjement og evne til å holde oversikt og fremdrift gjennom hele prosessen. Kristine Borg Thime og Terje Stokke Nørving fra Fagstab oppvekst i Nordre Follo har også kommet med positive bidrag i prosjektet. Terje med å vise til og understreke sammenhengen mellom dette utviklingsprosjektet og andre pedagogiske utviklingsprosjekt i kommunen og Kristine med sin svært brede kompetanse innenfor lese- og skriveutvikling. Til slutt vil jeg også rette en takk til min kollega, Fred Rune Bjordal, for godt samarbeid i oppstarten av prosjektet.

I arbeidet med rapporten har jeg brukt ChatGPT (en språkmodell utviklet av OpenAI) som støtteverktøy i utformingen av enkelte tekstavsnitt, blant annet til språkbearbeiding, strukturering og formulering av enkelte deler. Innholdet i rapporten basert på mine egne faglige vurderinger, analyser og erfaringer fra prosjektet. ChatGPT er brukt som et hjelpemiddel, og ikke som en kilde til faglig innhold.

Rapporten presenterer først bakgrunnen for prosjektet, så en oversikt over gjennomføringen og erfaringene som ble gjort underveis. Til slutt presenteres noen konklusjoner og anbefalinger for veien videre på grunnlag av tilbakemeldinger fra elever, foresatte, lærere og ledere. Det er vårt håp at funnene og refleksjonene i denne rapporten kan være til nytte for andre skoler og kommuner som ønsker å utvikle en mer inkluderende leksepraksis.

Kjersti E. Lien

Kråkerøy, 10. juli 2025

Bakgrunn for utviklingsprosjektet Inkluderende leksepraksis i Nordre Follo kommune

Kommunestyrevedtak

Kommunestyret i Nordre Follo vedtok 07.12.2022 at det skulle gjennomføres et forsøk med leksefrie og leksebevisste skoler. Det var et ønske om leksefri på minst en barneskole og forsøk med minst en leksebevisst skole på mellomtrinnet og ungdomstrinnet. Deltagelse i prosjektet var frivillig og sju skoler meldte seg på prosjektet. Langhus, Østli, Ski og Kråkstad/Skotbu skole prøvde ut leksebevissthet og Sofiemyr og Vevelstadåsen prøvde ut leksefri. Fløysbonn ungdomsskole deltok med utprøving av leksebevissthet det første året i prosjektet. Forsøket med inkluderende leksepraksis ble gjennomført som et DEKOMP prosjekt i samarbeid med Kjersti Lien ved Høgskolen i Østfold i perioden 2023–2025. Fred Rune Bjordal fra Høgskolen i Østfold var med i samarbeidet i perioden 2023-24. Hensikten med prosjektet har vært å undersøke hvordan leksepraksis kan brukes mer målrettet, rettferdig og inkluderende – med mulighet for å redusere unødvendig arbeid for både elever, foresatte og lærere. Her er en oversikt over deltagerskolene:

Skole	Tiltak
Østli skole – 1-7	Leksebevisst
Ski skole – 1-7	Leksebevisst
Langhus skole – 1-7	Leksebevisst
Kråkstad/Skotbu - 1 - 10	Leksebevisst
Fløysbonn - 8-10	Leksebevisst
Deltok kun første året.	
Vevelstadåsen skole – 1-7	Leksefri
Sofiemyr skole – 1-7	Leksefri

Tabell 1 Oversikt over deltagerskolene

Fra leksebevisst til inkluderende leksepraksis (ILP)?

I planleggingsfasen av prosjektet valgte vi raskt å kalle forsøket for forsøk med inkluderende leksepraksis. Bakgrunnen for det er et begrepet leksefri har vist seg å være konfliktskapende for en del foresatte, mens det er relativt uklart hva som menes med begrepet leksebevisst. Hva menes egentlig med å være bevisst og er det egentlig mulig å være ubevisst? Min erfaring er

at alle skoler kan kalle seg leksebevisst uten å legge noe spesielt i det og fortsette som før. Mer inkluderende opplæring er også en overordnet målsetting for det pedagogiske utviklingsarbeidet i Nordre Follo.

Inkluderende opplæring er ifølge Ainscow og Sandill (2010) å øke fellesskapet, deltagelsen, demokratiseringen og elevenes utbytte. Å øke fellesskapet handler om at elevene skal oppleve å være ekte medlemmer av klassen og skolen. Å øke deltagelsen handler om at elever får mulighet til å bidra til beste for fellesskapet og at de kan ha nytte av fellesskapet. Økt demokratisering handler om at alles stemmer skal bli hørt og at elever har mulighet til å påvirke saker som angår eget liv. Utbytte av undervisning handler om at undervisningen skal komme alle elever til god både faglig, sosialt og for livet.

På bakgrunn av dette var det naturlig å utforske en tilnærming til leksefri og lekebevisst praksis med inkludering som overskrift. En inkluderende leksepraksis innebærer blant annet at lærerne har en forskningsbasert leksepraksis som fremmer godt samarbeid med foreldre om en inkluderende opplæring. Det innebærer ofte at det gis mindre lekser og at det gis andre typer lekser – f.eks. mer utforskende oppgaver, helsefremmende lekser, sjekk ut forståelsen, vise fram lekser osv. og at foreldre oppfordres til å ha ulike typer samtaler med sine barn for å følge opp opplæringen.

Det er tenkt noen tanker om lekser fra før. I dette utviklingsprosjektet har vi både jobbet med utdanningsforbundets prinsipper for god leksepraksis, prinsipper for leksebevisst skole og prinsipper for leksefrie skoler.

18 prinsipper for leksebevisst skole

I samarbeid med nettverk for leksebevisste skoler utviklet jeg 18 prinsipper for leksebevisste skoler. Det står eventuelle lekser fordi man i en leksebevisst skole også kan velge å ikke gi lekser. Prinsippene ser slik ut:

1. Eventuelle lekser er tilpasset hver enkelt elev. Dette skjer i dialog og samarbeid med den enkelte elev eller gjennom bruk av åpne og rike oppgaver som alle kan få til.
2. Hensikten med eventuelle lekser er at de skal bidra til danning og læring.
3. Eventuelle lekser kan brukes for å fremme læring gjennom forberedelse til undervisning (flipped classroom), utforskning (åpne oppgaver) eller repetisjon/trening på kjent stoff.
4. Ingen elever skal oppleve at eventuelle lekser virker mot sin hensikt.

5. Det føres ikke anmerkninger eller anvendes annen straff for uteblitte lekser (målet er læring, ikke kontroll)
6. Eleven får godt utbytte av undervisninga på skolen uavhengig om hen har gjort eventuelle lekser eller ikke.
7. Det tilrettelegges for mengdetrening og innlæring av gode arbeidsvaner på skolen. Med gode arbeidsvaner menes blant annet utholdenhet med kjedelige oppgaver for å komme i flyt, disponering av tid, kunnskap i å lære å lære.
8. Eventuelle lekser gis i en variasjon av fag for å ivareta mangfold.
9. Eventuelle lekser er motiverende, utforskende og inspirerende.
10. Eventuelle lekser er ikke en plikt. Det skal være et samarbeid eller en avtale hvor eleven har rett til medvirkning.
11. Eventuelle lekser kan gjøres hvilken som helst dag i løpet av uka.
12. Det gis ikke lekser over helg eller over ferier.
13. Foreldre sikres informasjon om hva det jobbes med på skolen slik at de kan samtale med barna sine om det de gjør på skolen og følge opp. Gode ukebrev er svært viktig.
14. Elevene skal klare eventuelle lekser alene – det forventes ingen faglig hjelp hjemme. Vise fram lekser kan gi foreldre verdifull informasjon om elevens utvikling underveis.
15. For å sikre god kommunikasjon med hjemmet skal eventuelle lekser aldri gis som et pålegg, men heller være en del av en dialog og et gjensidig samarbeid.
16. Foreldre oppmuntres til å bidra til at eleven er i læringsmodus på skolen ved å tilrettelegge for at de får vært i fysisk aktivitet, begrenset skjermtid, nok søvn, variert kosthold, høytlesing (alle alderstrinn), gode samtaler, gode nære relasjoner, utforsking og læring på eget morsmål og fokus på elevens muligheter (growth mindset).
17. Elevens rolle i familien og andre lokale arenaer verdsettes for livet generelt og som forutsetning for gode skoleresultater.
18. Vurderingspraksisen må ses i sammenheng med leksepraksisen. Elever gis gode muligheter for å arbeide med innleveringer, presentasjoner og forberedelse til eventuelle prøver på skolen.

Prinsipper for leksefri skole

Moss kommune vedtok i 2022 at alle seksten skolene skulle være leksefrie. I samarbeid med skoleeier i Moss kommune utviklet jeg følgende sju prinsipper for leksefrie skoler:

Prinsipp 1. Lærer skal ikke direkte eller indirekte pålegge elever å gjøre skolearbeid etter skoletid.

Prinsipp 2. Skolen oppfyller sitt samfunnsoppdrag som inkluderende og demokratisk skole og gir opplæring som fremmer helse, trivsel og læring.

Prinsipp 3. Skolen videreutvikler pedagogiske metoder for tenkende, aktiv og inkluderende undervisning.

Prinsipp 4. Skolen videreutvikler pedagogiske metoder for formativ vurdering i dialog med elever og vurdering på grunnlag av data.

Prinsipp 5. Foresatte samarbeider med skolen om elevens opplæring ved å bidra til at eleven er i læringsmodus i skoletiden.

Prinsipp 6. Skolen har ansvar for dialog med foreldre og å gi foreldre informasjon som gjør at de kan følge opp og engasjere seg i sine barns utdanning.

Prinsipp 7. Skole, hjem og lokalmiljø er utfyllende læringsarenaer.

Utdanningsforbundets hovedprinsipper for lekser

Utdanningsforbundet fokuserer på lekser som samarbeid mellom skoler og hjem og har konkretisert seks hovedprinsipper som bør ligge til grunn for samarbeidet. De seks hovedprinsippene er:

1. Det må være helhet og sammenheng i opplæringa, og lærerene må ha en pedagogisk begrunnelse for å gi lekser.
2. Læreren har ansvaret for at oppgaver som blir gitt er tilpassa elevene og relevante for opplæringa.
3. Det må være rom for kritisk refleksjon og diskusjon i lærerkollegiet om leksepraksis ved egen skole.
4. Elevenes medvirkning i opplæringa er særlig viktig i diskusjoner om lekser.
5. Et godt hjem-skole-samarbeid er viktig for å finne en god leksepraksis

6. I samarbeidet om leksepraksis er det viktig å ha en dialog om tidsbruk, og respekt for fritida til barn og unge.

<https://www.utdanningsforbundet.no/var-politikk/utdanningsforbundet-mener/artikler/dette-er-god-praksis-for-lekser/>

Hva sier forskning om utfordringer med leksepraksis?

En metastudie bestående av 161 studier har vist at lekser har liten eller ingen effekt på læring (Hattie, 2012). Lekser plasseres på 136. plass over hva som har effekt på læring. Det kan være stor variasjon i leksepraksis på samme skole og lekser kan i mange tilfeller virke mot sin hensikt med tanke på arbeidsvaner, læring, motivasjon og inkludering. Mange tenker at lekser automatisk gir elever gode arbeidsvaner, mens flere studier har vist at elever like gjerne utvikler dårlige arbeidsvaner av lekser (Cooper, 2006, Bembenutty, 2011). Med dårlige arbeidsvaner menes for eksempel at elever utsetter arbeid til siste sekund, at de jukser, klipp og lim fra nettet, haster gjennom, kopiere andre eller lærebok osv.

Elevers opplevelse av lekser varierer med faktorer som (Østrem 2021):

- Elevens personlige egenskaper og modenhet
- Foreldres personlige egenskaper og skoleerfaringer
- Om familien er belastet med økonomiske, helsemessige bekymringer og eller konflikter i nære relasjoner
- Antall søsken
- Mulighet for å jobbe konsentrert hjemme
- Type oppgave
- Hvordan oppgavene henger sammen med undervisningen

En norsk studie har vist at lekser potensielt truer en eller flere av Befrings fem kvalitetsindikatorer for en god barndom (Holte, 2016). De fem indikatorene er:

1. Gode nære relasjoner
2. Respekt for mangfold og variasjon

3. Utvikling av interesser og en optimistisk tro på egen framtid
4. Forsiktighet ved risikoforhold
5. Bidra til sosial mobilitet

En kvantitativ studie som omhandler elever fra tredje til sjette klasse, viser at lekser påvirker elevenes psykiske helse, relasjonen mellom foreldre og barn og søvnmengden. Elev og foreldresvarene viste at mer enn 25 % svarte at lekser alltid eller ofte ødela familietid fordi det førte til en maktkamp. 36,8 % av elevene rapporterte at de av og til fikk mindre søvn på grunn av lekser. Funnene viste at foreldre ofte misforsto leksene og hvordan de skulle hjelpe til (Holland et al., 2021).

En kvantitativ studie av 4371 elever fra ungdomsskoletrinn på høypresterende skoler i USA, hvor elevenes sosiale bakgrunn var høyere middelklasse, viste at jo mer lekser elevene gjorde, jo mer engasjerte var de i skolen. Resultatene viste også at det sammenfalt med høyere nivåer av skolestress, fysiske helseproblemer og mangel på balanse i livet. Konklusjonen var at elever fra privilegerte familier vil ha noen fordeler med lekser i et konkurranseutsatt miljø, men at det hindrer dem i å lære, være fullt engasjerte og å trives (Galloway, Conner og Pope 2013).

Lekser og sosial ulikhet

Lekser er viktigere for skolerresultatene til 15 åringer med høy sosioøkonomisk bakgrunn enn for gjennomsnittet av elever i de fleste land. Lekser kan derfor bidra til å forsterke et prestasjonsgap mellom grupper av elever med ulik sosioøkonomisk bakgrunn (OECD, 2014). Analyser av data fra TIMMS viser at lekser i matematikk har mindre effekt på læringsresultater for elever med lav sosioøkonomisk bakgrunn (Gustafsson, Nilsen og Hansen 2016). Göran Nygren (2021) fant i en kvalitativ studie at foreldre med høy sosioøkonomisk bakgrunn gjør oppgaver for sine barn for at elever skal få bedre karakterer. Til tross for dette møter jeg ofte lærere som hevder at de sosiale forskjellene blir enda større ved leksefrie skoler. Et argument er da at lekser utjevner sosiale forskjeller. Det finnes relativt lite forskning på leksefrie skoler så det er vanskelig å vite. Sosial ulikhet er uansett et sammensatt problem som ikke løses med enkelttiltak i en sektor. Studier har foreløpig vist at det viktigste for at elever med lav sosioøkonomisk bakgrunn skal få gode læringsresultater er at skolen er opptatt av kvalitet og inkludering i undervisning og gir god oppfølging i skoletiden (Nilsen &

Bergem, 2016). NTNU fant at 90 % av elevene rapporterer at foreldre må hjelpe til med lekser og at det ikke alltid fungerer (Mjaaland et al. 2021). I den samme studien kom det fram at 83,8 % av elevene svarte at de var lei av skolen på grunn av hjemmeleksene.

Lekser og leseferdigheter

Det er en vanlig antagelse at lekser er avgjørende for god leseutvikling. Forskning av har vist at det kan være direkte feil. En omfattende studie av sammenhengen mellom foreldrestøtte og elevers utvikling av leseferdigheter (literacy score) viste en klar negativ sammenheng mellom foreldrestøtte som hjelp med lekser og utvikling av leseferdigheter. Undersøkelsen sammenlignet resultater fra PISA undersøkelsen i 21 land. Studien skilte mellom tre typer foreldrestøtte:

1) Støtte som sosial kommunikasjon, 2)

Støtte som kulturell kommunikasjon 3)

Støtte som hjelp med lekser.

Resultatene viste en positiv sammenheng mellom foreldrestøtte som samtaler om kultur og det sosiale og elevers leseferdigheter (Hampden-Thompson et al., 2013).

En norsk studie av leselekser i begynneropplæringen fant at formålet med leksene ofte var underkommunisert. Det ble fokusert mer på at teksten skulle leses tre ganger enn at elevene skulle lære seg strategier for avkoding og forstå hva leseflyt innebærer. Elevene ble i liten grad til å reflektere kritisk over tekstenes form og innhold. Studien konkluderte med at det går for mye tid til organisering av leksearbeidet med lavt læringstrykk (Hoem & Wagner, 2022). På bakgrunn av disse resultatene fortoner det seg kanskje litt ulogisk å legge mye vekt på lesing i et prosjekt for inkluderende leksepraksis. Av og til lurar også jeg på hvorfor det ikke er mer fokus på regning eller skriveutvikling enn leseutvikling i og med at dette også innebærer lesing. Jeg møter dette voldsomme fokuset på lesing nesten uansett hvor jeg beveger meg i skole Norge. I dette prosjektet har det vært spesielt fokus på å bedre elevenes leseferdigheter med en helhetlig tilnærming.

Erfaringer fra leksefrie skoler

Erfaringene fra prøveprosjektet i Trondheim kommune med leksefrie og leksebevisste skoler viser at elever og foresatte ved leksefrie skoler opplever en bedre hverdag (Mjaavatn mfl. 2021). Disse resultatene bekreftes av undersøkelser i Moss kommune som har hatt leksefrie skoler i to år. Her er flere resultater etter første året med leksefri skole i Moss (tidligere publisert på Høgskolen i Østfold sine nettsider):

Bedre familiehverdag med mindre krangling og stress.

- Resultater fra undersøkelsen viser at 63,4 % av foresatte og 69% av elevene er enig i påstanden om at leksefri skole gir en bedre hverdag for familien.
- 57% foresatte og 58 % av elevene er enig i at det gir mindre konflikter i familien.
- 62% av foresatte og 64% av lærerne er enig i at leksefri gir mindre skolestress.
- 12 % av elevene har opplevd at leksefri skoler gir mer skolestress, mens 88% av elevene er uenig i det.

Elever får mer søvn, føler seg mer opplagt og i bedre humør.

- 51 % av elevene er enig i at leksefri skole har gjort at de legger seg tidligere og sover mer.
- 33 % av foresatte sier det samme.
- 82% av elevene er enig i at leksefri skole har gjort at de er gladere og trives bedre i hverdagen.
- Lærerundersøkelsen viser at 42% av lærerne er enig i at elever er blitt gladere og trives bedre.

Elever opplever mer motivasjon for skole

- 67% av elevene er enig i at det har blitt morsommere å gå på skolen når den er leksefri.
- 70% av elevene er enig i at de blir mer motivert for innsats på skolen når den er leksefri.
- 52% av foresatte og 25 % av lærerne er enig i at elever har blitt mer motivert for innsats på skolen.

Foresatte får informasjon som gjør det mulig å følge opp barnets opplæring

- 65 % av foresatte er enig i at de får god informasjon gjennom ukebrev.
- 56% er enig i at de får informasjon som gjør at de kan engasjere seg i opplæringen til barnet.
- 50% er enig i at de har fått mulighet til å se på arbeid som barnet har gjort på skolen.
- 77% av lærerne er enig i at de tilrettelegger for at foresatte skal kunne snakke med sine barn om hva de gjør og lærer på skolen.
- 70% av elevene er uenig i at de sjelden snakker med foresatte om hva de gjør og lærer på skolen.

Erfaringene fra Moss kommune har videre vist at de faktorene som er viktig for å lykkes med leksefri er undervisningen er i tråd med fagfornyelsen og skaper engasjement og lærelyst, at skolene har gode profesjonsfellesskap og at foresatte har et godt tillitsforhold til skolen.

Ny læreplan og ny opplæringslov

Formålsparagrafen i ny opplæringslov sier at elevene skal møtes med tillit, respekt og krav og få utfordringer som fremmer danning og lærelyst. Alle former for diskriminering skal motarbeides. Videre står det at elevene skal utvikle kunnskap, ferdigheter og holdninger som gjør at de kan mestre livet sitt og delta i arbeid og fellesskap i samfunnet. De skal få utfolde skaperglede, engasjement og utforskertrang. I prosjektet har vi undersøkt hvordan en inkluderende leksepraksis kan bygge opp under formålsparagrafen.

Ny læreplan inneholder et nytt kompetansebegrep som utfordrer den tradisjonelle leksepraksisen som har lagt stor vekt på repetisjonsoppgaver. I overordnet del 2.2 står det at

«Kompetanse er å kunne tilegne seg og anvende kunnskaper og ferdigheter til å mestre utfordringer og løse oppgaver i kjente og ukjente sammenhenger og situasjoner.

Kompetanse innebærer forståelse og evne til refleksjon og kritisk tenkning.»

Disse føringene innebærer blant annet at undervisningen skal være mer nedenfra og opp (induktiv) og mindre ovenfra og ned (deduktiv). Når undervisning er nedenfra og opp så oppleves læring som deltagelse. Elevmedvirkning og samarbeid med andre elever og klassefellesskapet blir viktig. Dialog og veiledning kjennetegner kommunikasjonsformen i slik undervisning og undervisningen tar gjerne utgangspunkt i spørsmål eller tema som skal

utforskes i fellesskap med læreren som veileder. Ovenfra og ned (deduktiv) undervisning betyr at elevers rolle er å tilegne seg stoffet. Kommunikasjonsformen er monologisk og utgangspunktet for undervisning er konkrete mål som skal nås med læreren som en slags allviter. Repetisjon og mengdetrening vektlegges som læringsstrategier mer enn utforskende læringsstrategier som for eksempel utforskning (elaborering). Det er ikke et spørsmål om enten deduktiv eller induktiv undervisning, men lekser har tradisjonelt sett vært repetisjonsoppgaver og sterkt knyttet til deduktiv undervisning. Med ny læreplan er det behov for å revurdere lekser for at opplæringen skal skape engasjement, lærelyst og inkludering.

Ovenfra og ned (deduktiv) undervisning	Nedenfra og opp (induktiv) undervisning
Læring som tilegnelse	Læring som deltagelse
Monologisk	Dialogisk
Mål på tavla	Spørsmål på tavla
Mål på ukebrev	Spørsmål på ukebrev
Repetisjon og mengdetrening	Utforskning (elaborering) og samarbeid

Tabell 1 Oversikt over forskjellene mellom ovenfra og ned og nedenfra og opp undervisning

§10-6 og elevmedvirkning

Hjemmelen for lekser er §10-6 i ny opplæringslov. Der står det: «Elevane kan bli pålagde å gjere oppgåver utanom skoletida (lekser). Det må takast omsyn til at elevar har rett til kvile og fritid.» Elevers behov for hvile og fritid vil naturligvis variere og det er et større behov for elevmedvirkning i forbindelse med lekser enn det var før. Ifølge overordnet del i læreplanen skal elever erfare «at de blir lyttet til i skolehverdagen, at de har reell innflytelse, og at de kan påvirke det som angår dem. De skal få erfaring med og praktisere ulike former for

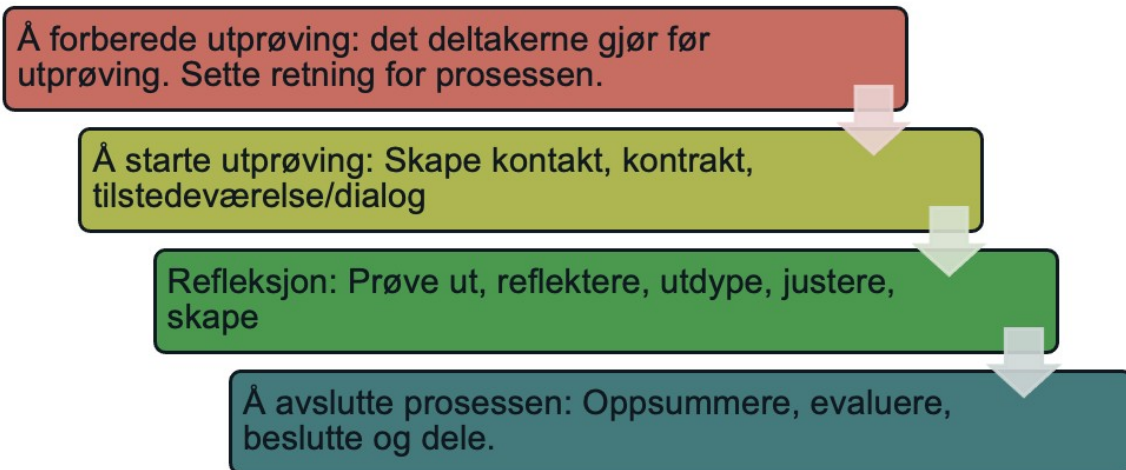
demokratisk deltakelse og medvirkning, både i det daglige arbeidet i fagene og gjennom for eksempel elevråd og andre rådsorganer.» Lekser har tradisjonelt vært en sentral del av det daglige arbeidet med fag. I dette prosjektet har vi lagt vekt på å utforske hvordan elever kan få medvirkning med tanke på eventuelt hjemmearbeid.

Lengre skoledager

I debatten om lekser eller ikke blir det ofte brukt som argument at elever i norsk skole har så korte skoledager at de må gjøre skoleoppgaver etter skoletid. I 1997 ble grunnskolen utvidet fra 9-årig til 10-årig, noe som medførte rett under 600 nye undervisningstimer. Elise Djupedal (2022) fant at det i etterkant av L97 har blitt lagt til ytterligere 741 undervisningstimer i grunnskolen i den nasjonale fag- og timefordelinga. Disse timene har ikke ført til flere år i skolen, men har, særlig for småtrinnet i barneskolen, bidratt til å forlenge skoledagene. Siden timetall ikke lenger presiseres for små- og mellomtrinnet går det ikke an å være helt presis på økningen, men et anslag er at antall undervisningstimer på småtrinnet har økt med ca 400 timer. Disse tallene er nasjonale minstetimetall, noe som gjør at enkelte kommuner kan ha vedtatt enda flere undervisningstimer. Totalt sett peker dette på at skoledagen og mengden læringsaktivitet for de minste barna har gått drastisk opp.

Prosjektets gjennomføring

Prosjektet har i tråd med kommunestyrevedtaket fulgt fire faser. I forberedelsesfasen var det først et foredrag med invitasjon til skolene om deltagelse. Deretter hadde vi et felles oppstartsmøte med alle deltagerskolene som ville delta. Før oppstart av gjennomføringsfasen hadde vi i prosjektgruppen et møte med ledelsen på hver enkelt skole for å bli kjent. I denne fasen ble vi enige om at gjennomføringen skulle bestå i ett møte med profesjonsfellesskapet på hver skole med foredrag om inkluderende leksepraksis og mulighet for å stille spørsmål med hver deltagerskole. Videre ble det brukt 2 x 4 workshoper for å styrke ledelsen ved den enkelte skole i utviklingsarbeidet. I tillegg var det lagt opp til at ledelsen ved skolene skulle involvere personalet i mellomarbeid mellom workshopene i fellestid. Oppsummeringsfasen innebærer analyse av resultater fra evalueringene på skolene og oppsummering av prosjektet som helhet for at andre skoler og kommuner skal kunne lære av erfaringene som er gjort. Denne fasen skulle resultere i en orienteringssak til kommunestyret og denne rapporten. Her vises en oversikt over de ulike fasene i den lærende prosessen i forsøket med inkluderende leksepraksis.



Oversikt over fasene i den lærende prosessen i forsøket

Workshoper og mellomarbeid

Målet med prosjektet var å utvikle mer inkluderende og treffsikker leksepraksis som fremmer elevenes læring, samtidig som de reduserer stress og tidspress for familier. Deltagerne på workshopene var ledergruppene fra skolene pluss en til to lærere. Jeg, Kjersti Lien ved Høgskolen i Østfold, fasiliterte workshopene. Alle workshopene bortsett fra den første startet med erfaringsdeling. På workshopene har jeg modellert involverende metoder som ledelsen igjen kan bruke med profesjonsfellesskapet på sin skole i fellestid.

Den første workshopen hadde samarbeid mellom skole og hjem som tema. Vi tok utgangspunkt i spørsmålene: Hvordan kan skole og hjem samarbeide når leksepraksisen skal endres? Deltagerne ble introdusert til en metode som heter Fishikawa som innebærer å stille spørsmålene: Hvor står vi? Hvilke ressurser og styrker har vi? Hvilke utfordringer har vi? Hva vil vi prioritere å gjøre nå? Hvordan? Hvem skal vi samarbeide med? Videre var fokuset på å få lærerne til å utvikle gode ukebrev for å kunne ha god kommunikasjon med foresatte og gi dem muligheten til å følge opp. I vedlegg 1 kan dere se ett eksempel fra Sofiemyr skole. I workshop 2 gikk vi dypere inn i konseptet inkluderende leksepraksis og hvordan en kan få med alle lærerne på endring av leksepraksisen. Vi jobbet med hva elevmedvirkning er og ikke er og hva det vil si å ha et godt profesjonsfellesskap? Hvilke konserverende trosoppfatninger finnes? Hvilke utviklingsorienterte trosoppfatninger finnes?

Workshop 3 brukte vi styrkeworkshop som metode for erfaringsdeling fra mellomarbeidet før vi konsentrerte oss om hvordan inkluderende leksepraksis kan evalueres. Vi brukte tid på å utvikle undersøkelsesopplegg som skulle gjennomføres som mellomarbeid.

På den fjerde workshopen ble resultater presentert og diskutert. Vi gikk også grundig gjennom tematisk analyse av kvalitative kommentarer.

Her er en oversikt over i workshopene og mellomarbeidet i det første året:

Workshop	Innhold	Mellomarbeid
Workshop 1	Skole og hjem samarbeid Hvordan kan skole og hjem samarbeide når leksepraksisen skal endres? Hvor står vi? Hvilke ressurser og styrker har vi? Hvilke utfordringer har vi? Hva vil vi prioritere å gjøre nå? Hvordan? Hvem skal vi samarbeide med?	
Workshop 2	Hva er konseptet inkluderende leksepraksis? Hvordan få med alle lærerne på endring? Hva er god elevmedvirkning? Hva er et godt profesjonsfellesskap? Hvilke konserverende trosoppfatninger finnes? Hvilke utviklingsorienterte trosoppfatninger finnes?	Gjennomføre et utviklingsarbeid knyttet til trosoppfatninger i profesjonsfellesskapet på den enkelte skole.
Workshop 3	Erfaringsdeling med styrkeworkshop. Hvordan evaluere inkluderende leksepraksis? Hvem kan evaluere? Hva kan evalueres? Hvordan kan vi evaluere? Hvorfor skal vi evaluere? Hva er lurt og ikke lurt i evalueringsarbeid?	Gjennomføre evalueringsopplegget som ble utviklet på workshopen som del av midtveiseevaluering av prosjektet.

Workshop 4	Hvordan kan resultatene analyseres tematisk? Hvem har bruk for resultater og hvordan kan de presenteres? Diskusjon av resultater og veien videre	
------------	--	--

I det andre prosjektåret hadde vi også fire workshoper. Den første konsentrerte seg om leseutvikling og elevmedvirkning gjennom dialog for autonomi og læringsstøtte. Deltagerne fikk en innføring i hvordan de kan bruke styrkeworkshop som metode for å identifisere god praksis som det kan bygges videre på. Vi hadde fokus på leseutvikling og utvikling av elevmedvirkning gjennom god autonomi- og læringsstøtte.

Kristine Borg Thime, som er lese og skriverådgiver i fagstab oppvekst i Nordre Follo kommune, holdt et inspirasjonsforedrag for deltagerne som de kunne ta med seg tilbake til profesjonsfellesskapene. I foredraget snakket hun om lesing, en grunnleggende ferdighet som kan øves opp i alle fag. Forutsetninger for lesemotivasjon, er at elever opplever relevans, mestring, autonomi og tilhørighet. Hun fortalte om den nasjonale satsningen fra 2024 – 2030 som heter *Tid for lesing*. Resultater fra Moss viste at 25% av elevene brukte mer tid på å lese for å kose seg etter at skolene ble leksefrie. Det finnes mange lesemetoder. Kristine Borg Thime presenterte ulike måter å øve på lesing på som å ha fokus på læringsstrategier, bruke leseater som metode, ha dialogisk lesing og høytlesing. Hun snakket om å bruke bibliotekstimer med fast struktur og å utnytte lesekvarten som mange allerede har etablert. Det er viktig at voksne er lesende forbilder i alle fag. Elever kan trenge støtte og tilpasninger til for eksempel bokvalg, tekstvalg, mengde, oversettelse og det kan gjøres avtaler om forventninger. Til slutt snakket hun om hvordan foreldre kan involveres som ressurs i lesing og presenterte noen gode råd som kan være nyttige for foreldre å ha. Hun avsluttet med å snakke om viktigheten av å skape en kultur for lesing med tips og inspirasjon.

Jeg holdt et inspirasjonsforedrag om elevmedvirkning og autonomi og læringsstøtte. I dette foredraget snakket jeg om seks sentrale eksekutivfunksjoner som elever er avhengig av for å kunne begynne på, fortsette og ferdigstille oppgaver. Elever vil i større eller mindre grad være avhengig av støtte og veiledning i utvikling av disse uavhengig av om de har lekser eller ikke. Gjennom ulike former for elevmedvirkning får lærere innsikt i hva eleven trenger støtte til.

Deltakerne fikk begge presentasjonene for å kunne gjennomføre mellomarbeid som var å bruke en styrkeworkshop med personalet for å identifisere god praksis på disse områdene.

Mellomarbeid to var å gjennomføre et aksjonslæringsprosjekt der hver enkelt lærer selv fikk velge ut noe å utvikle innen temaene leseutvikling og elevmedvirkning for lærings og autonomistøtte. De kunne lage et prosjekt ut av noe de allerede prøver ut eller bruke denne muligheten til å teste ut noe helt nytt. De ble anbefalt å bruke tid sammen med minst en annen kollega til å reise spørsmål og finne ut hva de undrer på i forhold til temaet. Hver lærer skulle lage en problemstilling/spørsmål for sitt utviklingsprosjekt som skulle sendes virksomhetsleder. En del av aksjonslæringen innebærer å lage et undersøkelsesopplegg for å få belyst problemstillingen som presenterer hypoteser og hva slags forandringer de forventet å se. Videre ble de oppfordret til å lete frem teori eller forskning på området, ressurser hos Udir eller ved kompetansesentre. Innsamling av informasjon skulle gi grunnlag for konkretisering av tiltak for utprøving i undervisning. Etter utprøving og refleksjon over tiltak var det tid for presentasjon av utviklingsprosjektet til en gallerivandring uten bruk av power point. Alle unntatt to skoler fikk gjennomført aksjonslæringsprosjekter med alle lærerne. De som ikke rakk det ønsker å gjøre det til høsten. Vi hadde svært verdifull erfaringsdeling fra de som hadde gjennomført aksjonslæringsprosjekter. Dette fungerte godt som et tiltak for å involvere profesjonsfellesskapene bredt i utviklingsarbeidet.

Her er en oversikt over workshopene i andre året i prosjektet

Workshop 1	Elevmedvirkning gjennom dialog. Hva er veiledning som gir elever god lærings og autonomistøtte? Når er dere gode på dette og hvordan kan dere gjøre mer av det? Hvordan få til god leseutvikling med og uten lekser? Innføring i bruk av styrkeworkshop	Gjennomføre en styrkeworkshop med personalet om god lærings og autonomistøtte.
Workshop 2 år 2	Erfaringsdeling fra styrkeworkshopene de hadde gjennomført om temaet elevmedvirkning.	Aksjonslæringsprosjekter om elevmedvirkning
Workshop 3 år 2	Tid for slutt evaluering – hvilke erfaringer gjorde dere i fjor? Hvordan vil dere	Følge opp aksjonslæringsprosjekter

	gjennomføre sluttevaluering av prosjektet?	
Workshop 4 år 2	Erfaringsdeling fra aksjonslæringsprosjektene Oppsummerende kommentarer til DEKOMP prosjektet.	

Utviklingsarbeid for inkluderende leksepraksis på skolene

I forsøket ble det prøvd ut flere ulike tilnærminger til utviklingsarbeid i fellestid med profesjonsfellesskapet på de ulike skolene. På en av workshopene gjennomførte vi en styrkeworkshop for erfaringsdeling av eksempler på utviklingsarbeid som har fungert spesielt bra med tanke på utvikling av inkluderende leksepraksis. Her er noen eksempler på tiltak som har vært viktig for godt utviklingsarbeid i prosjektet.

- Tydeliggjøring av mandatet for inkluderende leksepraksis.
- Erfaringsdeling på tvers av trinn og fag har fungert godt.
- Tverrfaglig og trinnoverskridende samarbeid gir bedre resultater.
- Leksefri praksis frigjør tid til å styrke undervisningen.
- Tiltak som "Åpen skole" med spill og aktiviteter for elever istedenfor leksehjelp.
- Bruk av åpne og rike oppgaver i stedet for nivådeling.
- Samarbeid mellom 7. trinn og ungdomsskolen for trygg overgang.
- Refleksjon rundt hvorfor lekser gis – fra automatikk til bevissthet.
- Gallerivandring med ukeplaner gir gode diskusjoner og inspirasjon.
- Påstandsspill om elevmedvirkning engasjerer og gir refleksjon.

Et viktig ledd i en styrkeworkshop er å undersøke hva det var som gjorde at det var mulig å få til god utvikling. Her er en oversikt over hva som kom fram med tanke på hva som gjør utvikling av inkluderende leksepraksis mulig:

- Sette av tid til erfaringsdeling og refleksjon i profesjonsfellesskapet.
- Lærere er åpne, tillitsfulle og positive til ledelsen.
- Trygge rammer og struktur for deling av erfaringer.
- Bruk av aktive og varierte metoder i utviklingsarbeidet.
- Tverrfaglige team og positive kulturbærere som får ansvar og motivere andre.

- Tillit og tro på at det er «lov» å justere og endre praksis.
- God balanse mellom refleksjon (verdier og holdninger) og praksis.

Det siste leddet i en styrkeworkshop er å identifisere hva som skal til for at det skal bli mer utvikling av inkluderende leksepraksis med utgangspunkt i hva som fungerer. Her er eksempler på hva som ble trukket fram som viktig framover:

- Fortsatt prioritering av tid til utviklingsarbeid i fellestid.
- Mer deling av konkrete oppgaver og praksis eksempler.
- Styrket samarbeid og deling på tvers av skoler.
- Fokus på elevmedvirkning og livsmestring i leksearbeidet.
- Inkludere foreldre som ressurs – både i lesing og samtale hjemme.
- Fortsette med variasjon i metoder og inkludering av alle ansatte.
- Løfte frem det som fungerer, bygge team og fordele ansvar.
- Tålmodighet med endringsprosesser – anerkjenne at endring tar tid.

Styrkeworkshoper om autonomi og læringsstøtte

Etter forelesningene om leseutvikling og om elevmedvirkning og autonomi og læringsstøtte skulle ledergruppene gjennomføre en styrkeworkshop på sine skoler for å identifisere god praksis på området. Hver skole leverte resultater fra en oppsummerende oppgave som kalles positiv kjernemappe. Mappen viser eksempler på når det har fungert, hva som gjorde at det fungerte og hva som skal til for at det skal bli mer av dette framover. Her er eksempler på når lærere har opplevd at elevmedvirkning, autonomi og læringsstøtte har fungert godt.

- Tilpassede opplegg med mindre grupper.
- Tverrfaglige prosjekter og oppgaver som elevene opplevde eierskap til (f.eks. skrive om egne interesser, fotball, kjendiser).
- Bruk av åpne oppgaver (f.eks. lage juletre av overskuddsmateriale).
- Lekbasert undervisning og dramatisering (f.eks. juleevangeliet).
- Leseteater der elevene selv valgte roller.
- Samarbeid mellom elever hvor de forklarer fremgangsmåter til hverandre.
- Arbeid med konkrete mål, f.eks. Brainbox-oppgaver og arbeidsblomst.
- Arbeidsmåter som gir umiddelbar tilbakemelding (f.eks. skriveøkter).
- Veiledet lesing og løpende vurdering.
- Bruk av stasjoner og varierte arbeidsformer som spill, frilek og visuell støtte.
- Elever opplever mestring i prosjektarbeid og får velge regnestrategier.

På spørsmål om hva som gjorde det mulig å gi elevmedvirkning og god autonomi og læringsstøtte ble disse faktorer tatt opp som viktige:

- Elevmedvirkning og engasjement.
- Fokus på mestring, utholdenhet og progresjon.
- Relasjonsbygging og god kjennskap til elevene.
- Bruk av alternative metoder og læringsarenaer.
- Forutsigbarhet og tydelige rutiner.
- Samarbeid mellom lærere, inkludert to-lærer-system.
- Visuell støtte og konkrete.
- Åpne oppgaver og individuell hjelp.
- Trygt klassemiljø og gode relasjoner.
- God kommunikasjon og deling av erfaringer mellom kolleger.
- Bevissthet rundt elevenes nærmeste utviklingssone.
- Tilstedeværelse og refleksjon i undervisningsøyeblikket.
- Tørre å prøve noe nytt og å stå i det som oppstår.
- Foreldresamarbeid og vurdering underveis.

På spørsmål om hva som skal til for at det skal bli mer elevmedvirkning, autonomi og læringsstøtte framover svarte lærerne at følgende tiltak vil kunne styrke og videreføre inkluderende praksis:

- Avsette tid til elever som ikke krever så mye – ikke bare de med tydelige behov.
- Tørre å gjenta det som fungerer og bygge ut verktøykassen.
- Fortsette med åpne oppgaver og variert undervisning.
- Styrke elevens refleksjon og bevissthet rundt egen innsats.
- Ha fleksibilitet i organisering (f.eks. aldersblanding og spesialpedagogisk støtte utenfor klassetrinn).
- Skape rom for lærersamarbeid og deling av praksis.
- Fokusere på praktisk læring og repetisjon.
- Prioritere trygghet og klassemiljø.
- Gi tid til modellering, vurdering underveis og oppfølging.

Eksempelene over ble samlet og presentert slik at det ble mulig å dele erfaringer mellom skolene. Det som kom frem i styrkeworkshopene skulle fungere som inspirasjon til at lærerne selv valgte aksjonslæringsprosjekter de skulle gjennomføre våren 2025.

Erfaringer med forsøket

Skoleledernes erfaringer

På slutten av prosjektet ble ledelsen ved deltager skolene invitert til å sende inn en skriftlig oppsummering av deres opplevelse av forsøket og viktige læringspunkter som kan ha overføringsverdi til andre. Her er en oversikt over felles læringspunkter på tvers av skolene:

Det er behov for felles forståelse og rammer i et utviklingsprosjekt som dette. Flere skoler erfarte at stor variasjon i leksepraksis før forsøket førte til utydelighet og ulikhet for elever og foresatte. Østli, Langhus og Ski skole understreker verdien av å etablere felles prinsipper, maler og leksebanker – ikke for å ensrette, men for å skape forutsigbarhet og tydelighet.

Endring tar tid – og må forankres. Endringsarbeid møtte motstand når det ikke var opplevd som nødvendig. Østli fremhever at forankring i opplevde behov, kombinert med klare rammer og verdiforståelse, ga størst effekt. Langhus viste hvordan felles forståelse av begrepet «inkluderende leksepraksis» var avgjørende for utvikling. De leksefrie skolene hadde et personale som var mer enig i hvilken vei de ville gå. Det gjorde det lettere å forankre endringsprosessene.

Leksefrihet gir nye muligheter – og nye utfordringer. Skoler som Sofiemyr og Vevelstadåsen, som prøvde full leksefrihet, opplevde fordeler som mindre konflikter, økt trivsel og bedre undervisningstid. Samtidig meldte foreldre om bekymring for oversikt og fremgang, og skolene måtte kompensere med tett dialog og samarbeid om hjemmearbeid. Alle skolene brukte også mye energi på å lage informative og inspirerende ukebrev som skulle kunne gjøre at foreldre opplevde å være informert, oppdatert og inspirert.

Fleksibilitet og lokal tilpasning gir best effekt. Kråkstad/Skotbu og Ski skole viser til at fleksibel leksepraksis – som tar hensyn til elevbehov, fag, trivsel og læring – skaper større engasjement og inkludering. En kombinasjon av frivillige leseoppgaver, leksehjelp og meningsfulle lekser ser ut til å gi gode resultater.

Ukebrev og foreldreinformasjon er et nøkkelverktøy. Flere skoler peker på viktigheten av gode ukebrev (Ski, Sofiemyr, Vevelstadåsen, Langhus). Disse styrker kommunikasjonen med foresatte, gir innsikt i hva elevene jobber med og gir foreldre mulighet til å støtte barna på en uformell måte – uten formelle lekser.

Profesjonsfelleskap og aksjonslæring skaper utvikling. Bruk av involverende metoder som «kafédialog», «gallerivandring» og aksjonslæring har styrket refleksjon og eierskap i personalet. Det viser at utviklingsarbeid lykkes bedre når det kobles til praksisnære erfaringer og medvirkning.

Skoleledernes erfaringer viser at både leksefri og leksebevisst leksepraksis kan gi positive effekter, men at det krever bevisste valg, tydelige rammer og et sterkt profesjonsfelleskap.

Lærernes erfaringer med inkluderende leksepraksis

Lærernes tilbakemeldinger viser at det er bred enighet om viktigheten av en fleksibel og inkluderende leksepraksis, samtidig som de peker på flere praktiske utfordringer. Mange lærere opplever det som positivt at lekser tilpasses den enkelte elev i dialog med hjemmet, og at variasjon i lekseform er viktig for motivasjon og mestring. Det fremheves også at leksene i større grad er blitt gjenstand for elevmedvirkning, der elevene har fått påvirke både innhold og form. Dette har bidratt til økt engasjement og bedre opplevelse av mening for flere elever. Samtidig viser svarene at det er krevende å balansere prinsippet om fleksibilitet med behovet for struktur og forutsigbarhet. Enkelte lærere opplever det som problematisk å gi lekser "bare" til noen, og uttrykker et ønske om å gå tilbake til mer faste opplegg for hele klassen, eksempelvis med regning og lesing. Flere peker også på at selv om undervisningen er tilpasset slik at alle skal få utbytte uavhengig av leksearbeid, bidrar ulik tilgang på hjelp hjemme fortsatt til forskjeller i læringsutbytte. Likevel gir flere lærere uttrykk for økt bevissthet rundt leksepraksisens rolle og innhold. Det legges vekt på at leksene skal være motiverende, mestringsorienterte og ikke kreve voksenstøtte hjemme.

Positiv effekt på elevenes velvære og motivasjon. Flere lærere påpeker at elever trives bedre når de ikke er bundet til faste lekser. Elevene får mer tid til andre aktiviteter og kan fokusere på å utvikle andre ferdigheter som sosial kompetanse og interesser utenfor skolen. Lærere ser at dette skaper mindre stress og flere gleder i hverdagen for både elever og foreldre, noe som kan føre til økt motivasjon for læring på skolen. Det er også et tema om at elever som får tid til å utvikle seg på fritiden, blir mer trygge og får et mer balansert forhold til skolearbeidet.

Utfordringer med repetisjon og øving. Mange lærere uttrykker bekymring for at elevene ikke får tilstrekkelig repetisjon når det er lite lekser. De er særlig opptatt av øving i grunnleggende ferdigheter som matematikk og lesing. Noen lærere er redd for at noen elever

ikke får tilstrekkelig mengdetrening. Flere påpeker at elever, spesielt de som sliter faglig, kan miste muligheten til å øve hjemme, noe som kan hindre deres utvikling på lang sikt. Det tas ikke høyde for at disse elevene kan være blant dem som har størst behov for hvile og Mange uttrykker også at enkelte elever mister evnen til å jobbe selvstendig med lekser, ettersom de har vært vant til lite hjemmearbeid.

Leselekser er viktigst ifølge mange lærere. Leselekser er ofte nevnt som den viktigste lekse, fordi mange mener at det er essensielt for elevenes leseutvikling. Mange lærere ønsker at alle elever skal ha leselekser, fordi de mener at det støtter ferdighetsutvikling i lesing og leseforståelse. Enkelte lærere ønsker også å innføre flere tilpassede oppgaver, spesielt i matematikk og engelsk, slik at elevene kan få repetisjon på områder de har jobbet med på skolen.

Foreldrenes rolle i det inkluderende systemet. Det er delt respons fra lærerne angående foreldrenes involvering. Noen lærere rapporterer at foreldre er fornøyde med det leksefrie eller leksebevisste systemet, ettersom de får mer tid til å være med barna uten leksekonflikter. Andre lærere opplever at foreldrene savner konkrete oppgaver som de kan følge opp hjemme for å få en bedre forståelse av hva barna lærer. Flere påpeker at det fortsatt er sosiale ulikheter, der elever fra ressurssterke hjem ofte får mer støtte hjemme, mens de fra mindre ressurssterke hjem kan miste den nødvendige oppfølgingen leksene kunne gitt dem.

Fleksibel og individuell tilpasning. Det er en økende bevissthet blant lærerne om viktigheten av individuell tilpasning i leksepraksisen. Mange ønsker å gi mer fleksible oppgaver, tilpasset elevenes behov og ønsker, og i samarbeid med foreldrene. En fleksibel tilnærming kan innebære at elever som trenger det, får ekstra oppgaver hjemme for å repetere det som er blitt gjennomgått på skolen, men at dette ikke er påkrevd for alle.

Debatt om leksefri vs. leksebevisst skole. Flere lærere uttrykker at det er et behov for å finne en balanse mellom leksefri og en skole med lekser. De mener at en helt leksefri skole kan være for utfordrende for elever som trenger øvelse og repetisjon for å oppnå høyere faglig nivå. Samtidig ser flere det som viktig at leksepraksisen er tilpasset og at det ikke er for mye press på elever. En del lærere er også usikre på hvordan de kan implementere et system der det er frivillig å gjøre lekser, og på hvilken måte dette kan oppmuntre alle elever til å delta i læringen.

Tydeligere struktur og kommunikasjon med foreldre. Flere lærere fremhever at det er viktig å ha tydelige retningslinjer for leksepraksisen og at kommunikasjonen med foreldrene må være klar. Foreldre må være informert om hva som forventes og hvordan de kan bidra til barnas læring hjemme, uten at det blir pressende. Ukebrev og utviklingssamtaler nevnes som nyttige verktøy for å sikre at foreldrene er engasjerte, og at de kan bidra til å støtte barnas læring på en balansert måte.

Samlet sett gir tilbakemeldingene et bilde av at den inkluderende leksepraksisen kan ha både positive effekter, som økt motivasjon og velvære, men at det også er behov for å finne en bedre balanse mellom leksefri skole og de nødvendige repetisjons- og øvingsbehovene som enkelte elever har.

Læreres erfaringer med utprøving av leksefri

Lærere ved Sofiemyr og Vevelstadåsen har testet ut leksefri skole i to år. Her er en oppsummering av hvilke erfaringer de har gjort med dette.

Motivasjon og god hverdag. Mange lærere rapporterer at elever virker mer motiverte og mindre stressede uten lekser. De er også mer engasjerte i skolearbeidet og har mer fritid til andre aktiviteter, noe som kan føre til økt sosial kompetanse og bedre balanse mellom skole og fritid. Det er også et gjennomgående tema at foresatte er mer fornøyde fordi de slipper å krangle med barna om lekser, og at de får mer kvalitetstid sammen.

Repetisjon og øving. Flere lærere på leksefrie skoler peker på at det er vanskeligere å få tilstrekkelig repetisjon i fagene, spesielt matematikk, uten lekser. De mener at enkelte elever, særlig de som trenger mer øvelse, kan ha vanskeligere med å følge med på skolen uten den ekstra treningen som lekser gir. Dette utgjør en sentral bekymring for flere lærere, som mener at repetisjon er avgjørende for læring, spesielt i tidlige skoleår.

Lesing som eneste «lekse». Lesing blir nevnt som en viktig del av leksearbeidet, og flere lærere uttrykker et ønske om at elevene får leselekser, selv om skolen er leksefri. Lesing blir ansett som en aktivitet som bør gjøres hjemme, fordi de mener at det styrker leseferdigheter uten å stresse elevene spesielt. Enkelte lærere foreslår at det kan være nyttig å introdusere et

mer fleksibelt system for lekser, der leselekser og enkelte tilpassede oppgaver gis som et supplement, uten at det blir for pressende.

Foreldreinvolvering. Det er en tydelig oppfatning blant flere lærere at foreldrene kan ha en viktig rolle i å støtte barnas læring hjemme. Det er lagt ned mye jobb i utvikling av god ukebrev som skal gi foresatte informasjon om hva som skjer på skolen, forslag til samtaletema og muligheter for å jobbe med repetisjonsoppgaver digitalt dersom. For å se et eksempel på et slikt ukebrev se vedlegg 1. Flere lærere erfarer at foreldre klager på at det er vanskelig å følge opp barnet sitt, samtidig som de ikke leser eller bruker ukebrevet. Dette gjør at noen lærere er bekymret for at noen foreldre ikke engasjerer seg nok i skolearbeidet når det ikke er noe press fra lekser. Skolene jobber fortsatt aktivt med å utvikle gode måter å informere foreldrene om hva som skjer på skolen og hvordan de kan støtte barnas læring hjemme. Ukebrev og samtaler med foreldrene kan fokusere mer på hvordan de kan være aktive i å støtte læring uten å pålegge formelle lekser.

Ulikhet i hjemmestøtte. Flere lærere påpeker at leksefri skole kan utjevne sosiale forskjeller, ettersom ikke alle elever har tilgang til eller hjelp til å gjøre lekser hjemme. For barn som ikke har et godt støttesystem hjemme, kan det være en fordel at skolen ikke pålegger ekstra arbeidsmengde utenfor skoletiden.

Blandede tilbakemeldinger om effekt på læring. På den ene siden er det de som mener at leksefri skole har hatt en positiv innvirkning på elevenes velvære og motivasjon, men samtidig uttrykker flere bekymringer om at det kan hindre en nødvendig mengdetrening og repetisjon, som er essensielt for dypere læring og ferdighetsutvikling. Noen lærere har mer tro på et balansert system, som kombinerer leksefri skole med noe lekser (som leselekse eller oppgaver som er mindre byrdefulle for elevene).

Foreldrenes erfaringer med inkluderende leksepraksis

I forsøksprosjektet om inkluderende leksepraksis har det blitt tydelig at det er både styrker og utfordringer ved dagens praksis. Mange foreldre uttrykker tilfredshet med den reduserte mengden lekser fordi det har gitt mindre stress i hverdagen. Dette gir mer tid til fritidsaktiviteter og kan bidra til en bedre balanse i hverdagen, noe som også støttes av de som er bekymret for at for mye lekser kan stresse barna unødvendig. Mange foreldre setter pris på fokuset skolen har hatt på lesing som lekse. Det er en praksis som ofte oppleves som positiv

både for barna og foreldrene. Det gir barn mulighet til å utvikle leseferdigheter uten for mye stress.

Foreldre etterlyser bedre kommunikasjon og innsikt i barnas faglige fremgang, da fravær av eller lite lekser gjør det vanskelig å følge opp læringen hjemme. Det er også bekymring for at barna ikke utvikler nødvendige studieteknikker og rutiner for videre skolegang, særlig med tanke på overgangen til ungdomsskolen. Flere mener at lekseinnholdet bør være mer tilpasset den enkelte elevs ferdigheter, med mer utfordrende oppgaver for de som er faglig sterke, samtidig som det bør tilbys ekstra støtte til de som trenger det, eller leksefri for de som har behov for det. Noen foreldre setter pris på at det finnes valgfrie lekser som kan tilpasses barnets nivå, som for eksempel frivillige mattelekser eller ekstra utfordringer for de som trenger det.

Det trekkes fram at det er behov for mer variert lekseinnhold, spesielt i fag som matematikk og engelsk. For å skape en mer inkluderende leksepraksis bør det legges til rette for bedre differensiering, tydeligere kommunikasjon med foreldre, og en mer strukturert oppfølging av barnas læring. Basert på foreldrenes tilbakemeldinger kan vi si at det er stor variasjon i oppfatningene om leksepraksisen, som reflekterer et blandet resultat når det gjelder å skape en inkluderende leksepraksis.

Krav til selvstendighet (autonomi). Mange foreldre er bekymret for at barna ikke utvikler nødvendige studieteknikker og rutiner for videre skolegang, spesielt når det gjelder overgangen til ungdomsskolen. De mener at barn burde være mer forberedt på å jobbe selvstendig, noe de mener kan bli en utfordring dersom de ikke får øve på dette hjemme.

Differensiering av lekser. Flere foreldre påpeker at leksepraksisen ikke alltid er tilpasset barnets individuelle ferdigheter. Det er en etterspørsel etter mer utfordrende oppgaver for de som er mer avanserte, særlig i fag som matematikk. Mange opplever lekseoppgavene som for enkle, og dette kan føre til kjedsomhet og manglende mestringsfølelse.

Utilstrekkelig kommunikasjon. Noen foreldre påpeker at kommunikasjonen rundt leksepraksisen er uklar, særlig når ukeplaner og utlevert materiale ikke stemmer overens med hva som faktisk skjer i klassen. Dette skaper usikkerhet om hva barna bør jobbe med hjemme og gjør det vanskelig for foreldre å følge opp på en meningsfull måte.

Behov for mer variasjon: Flere foreldre etterlyser mer variert lekseinnhold, som dekker flere fagområder og gir barna mulighet til å jobbe med ulike typer oppgaver, spesielt i matte og engelsk. Dette vil bidra til å holde motivasjonen oppe og gi en bedre læringsopplevelse.

Foreldrenes erfaringer med leksefri skole

Resultatene viser at det er en del ulike meninger og erfaringer blant foresatte om leksefri skole. Her er noen hovedpunkter i tilbakemeldingene:

Redusert stress. Mange foresatte fremhever at leksefri skole har redusert stresset i familien, med færre konflikter rundt lekser og mer tid til aktiviteter og samvær. Flere foreldre rapporterer også at barna har bedre trivsel, mindre slitenhet og mer overskudd etter skoletid.

Mer tid til fritid og aktiviteter. Det er et stort fokus på at leksefri skole gir barna mer tid til lek og sosialt samvær, noe som anses som viktig for deres utvikling og velvære.

Bedre motivasjon og skoleglede. Flere mener at barna har blitt mer positive til skolen og skolearbeid uten presset fra lekser. Det er også flere som bemerker at barna har mer motivasjon til å gjøre skolearbeid på egen hånd uten det eksterne presset som lekser kan innebære.

Sosiale og emosjonelle fordeler. Foresatte påpeker også at barna får mer tid til å være sammen med venner og familie, noe som gir bedre mental helse og økt trivsel i hverdagen. På den annen side er det flere foreldre som opplever mangel på innsikt i den faglige utviklingen til barnet og at de har mistet en struktur som hjalp dem med å bygge opp under elevenes ansvarsfølelse.

Mangel på innsikt i faglig utvikling. Mange foresatte savner muligheten til å følge med på hva barna lærer og hvordan de presterer faglig. Det er flere som uttrykker bekymring over at de ikke har oversikt over barnas faglige progresjon og hva de eventuelt trenger hjelp med.

Mangel på struktur og ansvar. Enkelte foreldre mener at barna ikke får øvd på det de lærer når de ikke har lekser, og savner muligheten til å utvikle gode arbeidsvaner og disiplin. De er bekymret for barnas fremtidige skolegang, særlig overgangen til ungdomsskolen.

Mindre læring på hjemmebane. Flere foresatte peker på at hjemmet har en viktig rolle i barnas læring og at leksefri skole reduserer muligheten for samarbeid mellom skole og hjem der hjemmet brukes som læringsarena.

Usikkerhet om langtidseffektene. Det er flere som uttrykker usikkerhet om hva de mener er de langsiktige konsekvensene av en leksefri skole. De er bekymret for at barna ikke får utviklet ferdigheter som vil være nødvendige i ungdomsskolen og videre utdanning. Mange foresatte ønsker en mellomløsning med noen lekser, spesielt for eldre elever, for å bygge ansvar og struktur. De foreslår at det kan innebære korte lese- eller matteleksjoner for å gi barna øvelse uten å skape stress. Foresatte etterspør også mer detaljert informasjon om hva barna lærer på skolen, for eksempel gjennom ukebrev eller rapporter som kan gi et klarere bilde av barnas faglige fremgang.

Resultatene viser at foresatte opplever leksefri skole veldig forskjellig og at en gruppe foreldre har liten tillit til læringsarbeidet som skjer på skolene. Det er et klart skille mellom familier som ser store fordeler med leksefri skole, og de som ønsker mer struktur og repetisjon gjennom lekser. Mange foresatte er bekymret for overgangen til ungdomsskolen, da de frykter at mangel på lekser på barneskolen kan føre til vanskeligheter med å tilpasse seg det høyere kravet til selvstendighet og struktur på ungdomsskolen.

Elevers opplevelse av overgangen fra lekser på mellomtrinn og ungdomstrinn

For å finne ut hvordan elever har opplevd overgangen fra barneskole til ungdomsskole har jeg gjennomført en brevundersøkelse blant alle elever på åttende trinn ved Haugjordet og Fløysbonn ungdomsskole. Elevene kommer fra Sofiemyr, Vevelstadåsen, Østli, Bøleråsen eller Langhus. Sofiemyr og Vevelstadåsen var leksefrie. Langhus og Østli var med i ILP prosjektet og Bøleråsen var en leksebevisst skole. I brevundersøkelsen kom det inn 57 brev hvor elevene kommenterer overgangen til ungdomsskolen med tanke på lekser. Det korteste brevet var av typen: «Mye mer lekser. Hater det.» som en elev fra Langhus skrev. Vi skal snart se nærmere på noen av de lengre brevene jeg fikk.

Brevundersøkelsen viser at overgangen fra barneskole til ungdomsskole med tanke på lekser har vært krevende for mange av elevene. De som kom fra de leksefrie skolene opplevde

overgangen som brå og utfordrende. Mange beskriver en tydelig økning i både mengde og vanskelighetsgrad på lekser, noe som for enkelte har ført til stress, redusert motivasjon og i noen tilfeller negativ påvirkning på psykisk helse. Samtidig er det flere elever som rapporterer at overgangen har gått fint når de fikk vent seg til det nye. Flere elever uttrykker at lekser i fag som matematikk oppleves nyttig, mens lekser i andre fag i større grad sees som belastende og lite læringsfremmende. Flere argumenterer for at ungdomsskolen også bør være leksefri.

Her er noen eksempler på brev:

«Jeg syns det var litt rart å begynne med lekser igjen på ungdomsskolen. Dette er fordi vi hadde leksefri det siste året på barneskolen. Etter ett år på ungdomsskolen er jeg blitt vant til det. Jeg tenker at det var en litt brå overgang, men det er bare fordi vi ikke hadde lekser året før vi startet på ungdomsskolen. Jeg syns lekser er dumt fordi man miste mye fritid og det blir ekstra mye stress.» Elev fra Sofiemyr

«Vi hadde ikke lekser på Sofiemyr i sjuende fordi vi var med på et prosjekt som gjorde overgangen litt større. Jeg synes fortsatt ikke vi har så mye lekser og det meste er å bli ferdig med oppgaver som man ikke ble ferdig med i timen som lekser. Men jeg syns egentlig at det eneste faget man trenger lekser i er matte fordi i motsetning til andre fag er matte et fag man bør friske opp en gang i blant for å huske de forskjellige tingene. Ellers mener jeg at lekser kan være veldig slitsomt og jeg liker ikke ideen om å gjøre skolearbeid hjemme fordi man har allerede nok å stresse med på fritiden som fritidsaktiviteter, lekser og kanskje øving til prøver. Lekser i fag som norsk og naturfag og sånne ting mener jeg er unødvendig fordi det er lettere å huske enn alle regnemethodene og det tar bare opp tid. Noen mener at hvis man ikke skal ha lekser så må man ha lengre skoletid, men jeg synes vi har mer enn lange nok skoledager. Jeg er uansett bare sliten og trøtt på slutten av dagen og får ofte ikke med meg så mye i siste time.» Elev fra Sofiemyr

«Jeg syns det var ganske stor endring siden vår skole ikke hadde lekser. Det er mye mer lekser her og det kan bli litt mye til tider, men jeg syns det er veldig greit at vi har ukeslekser og ikke dagslekser. Før vi hadde leksefri hadde vi dagslekser og det var veldig stressende for da måtte vi gjøre det den dagen og vi hadde som regel trening.

Nå er det ganske greit med lekser siden det er eksamensuker og da har vi nesten ikke lekser.» Elev fra Vevelstadåsen

«Det var mye bedre på barneskolen for siste året der hadde vi leksefri skole. Det er mye styr og ting man skal gjøre i hverdagen fra før. Da er det ikke alltid man får tid til lekser. Og når man ikke får gjort lekser så blir man straffet med anmerkninger.» Elev fra Sofiemyr

«Jeg syntes det er unødvendig med lekser på ungdomsskolen etter ett år uten det i sjuende klasse pga et prosjekt. Lekser er generelt ganske ubrukelig i nesten alle fag bortsett fra matte, fordi der er det viktig å huske ting som er lett å glemme og mang trenger å friske opp et par ganger. Noen ganger er det fort gjort, men hvis man har mye lekser kan det bli mye stress i hverdagen med skole, fritidsaktiviteter og lekser som jeg selv har opplevd mye.» Elev fra Sofiemyr.

«Jeg syntes det har vært litt rart å gå fra barneskole til ungdomsskole. Det har vært mye mer slitsomt fordi vi har lekser og mange vurderinger så man får ikke så mye tid til være med venner spesielt hvis man driver med sport i tillegg til skolearbeidet. Jeg syns det kan bli veldig stress å med å få gjort ferdig leksene når jeg også må øve til to prøver man skal ha samme uka. Jeg syntes at man ikke burde ha lekser, men bare gjøre arbeid på skolen.» Elev fra Sofiemyr.

«I starten syntes jeg det var veldig stor overgang fra å gå fra ingen lekser til lekser hver uke. Men nå som jeg har gått på Fløysbonn i ett år har jeg blitt vant til det, men jeg skulle ønske at det ikke var så mye lekser, fordi på barneskolen fikk jeg mye mer tid til å være med venner, mens nå har jeg mindre tid, og må sitte lenge med leksene hver dag.» Elev fra Sofiemyr.

«Det siste året på barneskolen hadde vi leksefri, fordi skolen vår skulle prøve det ut i to år. Det var veldig rart å komme på ungdomsskolen med lekser da, når vi ikke hadde hatt lekser i fjor. Det var ikke mye lekser, men det var vanskelig å huske det siden vi var så vant til leksefri. Vi hadde i tillegg IPad på barneskolen og vi fikk PC på ungdomsskolen, så det var vanskelig å finne fram på PC-en. Jeg har blitt vant til det etterhvert, men det har tatt tid å bli vant til lekser igjen.» Elev fra Vevelstadåsen

«Det var like mye lekser på barneskolen, som det er nå på ungdomsskolen. Bare at det har blitt mye vanskeligere. Jeg og mange andre stresser med å få gjort det ferdig, og da lærer man ikke noe. Derfor synes jeg det bør bli leksefri. Og at man heller bør få i lekse å øve til prøve.» Elev fra Bøleråsen

«Overgangen har ikke vært så ille. Det har vært ille fra starten. Lekser er noe jævla bullshit som er den mest unødvendige og tidssløsende oppfinnelsen jeg noen gang har hørt om. For å være ærlig har det blitt mindre lekser på ungdomsskolen enn på barneskolen. Lekser tar en seriøs toll på min og mange andres mentale helse. Man lærer nok på skolen.» Elev fra Bøleråsen

«Jeg syns overgangen var helt ok. Vi hadde lekser på Bøleråsen skole, noe som Vevelstadåsen og Langhus skole ikke hadde. Jeg ville egentlig ikke ha lekser og jeg var litt misunnelig på de som hadde mindre eller ingen lekser, men nå er jeg glad for at vi hadde lekser siden det ikke ble like stor overgang. Det var fortsatt en overgang da, og det var vanskelig å plutselig ha det meste av ansvaret for å øve til prøver i tillegg til leksene. Noen ganger ble det litt for mye lekser fortsatt, og når vi hadde mange prøver å øve til i tillegg til leksene følte jeg at jeg ikke hadde så mye tid til å være med venner. Jeg følte også at jeg ikke alltid hadde nok tid til å slappe av og lade meg selv opp før en ny skoledag. Det føltes litt slitsomt.» Elev fra Bøleråsen

Disse brevene viser tydelig hvordan elever opplever lekser og overgangen. Jeg vil invitere alle som er opptatt av inkluderende opplæring til å reflektere over hvordan vi kan sikre at overgangen fra barneskole til ungdomsskole blir mest mulig skånsom, spesielt med tanke på økt mengde lekser. Det er viktig å reflektere over hvordan ulike lekseerfaringer påvirker elevers motivasjon, mestring og trivsel. Videre er det viktig å reflektere over hvordan elevers rett til fritid hvile og deltakelse i fritidsaktiviteter kan ivaretas på gode måter. Et annet viktig spørsmål er om ungdomsskolen også kan fungere med mindre eller ingen lekser? Finnes det for eksempel måter å flytte leksearbeid inn i skoletiden på?

Elevers erfaringer med inkluderende leksepraksis

Svarene fra elevene i dette forsøksprosjektet gir verdifull innsikt i hvordan leksepraksisen ved skoler med inkluderende leksepraksis faktisk oppleves i hverdagen. Flere elever trekker frem

positive erfaringer med leksehjelp på skolen og opplever i noen grad at leksene er tilpasset. Samtidig viser funnene at leksepraksisen i sin nåværende form ikke oppleves som fullt ut inkluderende. Enkelte elever uttrykker frustrasjon over å måtte jobbe alene, uten støtte hjemme, og flere stiller spørsmål ved hensikten med leksene. Opplevelsen av ulikhet er særlig tydelig når det gjelder tilgang på hjelp, både hjemme og på skolen. Dette understreker betydningen av å gi alle elever tilgang til støtte i leksearbeidet, uavhengig av hjemmesituasjon. Elevstemmen viser tydelig at inkludering i leksearbeidet ikke bare handler om å ha like muligheter til å gjøre leksene, men også om å ha like forutsetninger for å lære av dem. For å skape en mer inkluderende leksepraksis anbefales sørge for at lekser kan gjennomføres uten hjemmestøtte, og gi elevene en klar forståelse av formålet med leksene. I tillegg bør elevene selv involveres mer i utformingen og vurderingen av leksepraksisen, for å sikre at deres behov og erfaringer tas på alvor.

Her er noen eksempler på hva elever har svart når de har fått spørsmål om hva de tenker om lekser:

- «Jeg tenker at det er unødvendig fordi vi lærer de samme på skolen.»
- «Jeg tenker at det er nødvendig men at det burde være valgfritt. Fordi jeg vet at det er noen som føler at de kanskje vil lære mer og noen som tenker at det ikke hjelper. Fordi hvis det er valgfritt så kan de som har lyst til å lære og gjøre det bra på skolen kan gjøre det selv. Fordi hvis man er NØDT er det jo mange som bruker chatgpt eller andre apper. Så da tenker jeg at det er bedre å ha valgfritt eller lite lekser.»
- «Lekser er kjedelig og meningsløst. Lærere og foreldre påstår at det er repetisjon men det hjelper isåfall ikke så mye»
- «Jeg syntes det er bra at man har lekser siden da lærer man noe utenfor skolen»
- «Jeg synes det er ganske kjedelig fordi vi har sittet i en stol i 5 timer så kommer jeg hjem og må gjøre lekser.»
- «Jeg synes det kan være litt slitsomt av og til hvis jeg har mye å gjøre og heller vil gjøre noe annet, men ellers synes jeg lekser er ganske bra og det har blitt en vane nå.»
- «Jeg tenker at lekser er bra for meg fordi da kan jeg repetere det jeg har lært på skolen og bli enda bedre i det vi jobber med.»
- «Det er kjedelig og jeg bruker opp for mye tid på ting jeg kan.»
- «Jeg tenker at det er litt kjedelig »

Elevers erfaringer med leksefri skole

Et stort flertall av elevene på de leksefrie skolene liker veldig godt at skolen er leksefri. De nevner mer fritid, mindre stress og mer tid til venner og fritidsaktiviteter som de viktigste fordelene. Mange av disse elevene understreker også hva de mislikte med lekser og omtaler lekser generelt i negative ordelag.

- «Jeg synes det er bra at vi ikke har lekser fordi når vi har vært på skolen lenge og kommer hjem har vi mere skole, jeg syns vi trenger egentid hjemme.»
- «Jeg tenker at det er veldig fint fordi vi lærer nok på skolen.»
- «At det er fint og at vi får mere fritid og tid til annet. Jeg føler også at jeg lærer uten lekser, så jeg synes at jeg ikke trenger lekser.»
- «Bra det gjør som jeg får mere tid å gjøre ting som leke med venner spille fotball det gir meg mere tid.»

Elever som er negative til leksefri skole uttrykker bekymring for overgang til ungdomsskolen og bekymring for at de ikke lærer nok på skolen eller blir dummere av å ikke ha lekser. Noen hadde erfart at de lærte av å ha lekser.

- «Jeg tenker at vi burde ha mere lekser fordi jeg hvil bli smart i ungdomsskolen.»
- «Jeg tenker at vi må ha det (lekser). Jeg følte at jeg lærte mye mere når vi hadde lekser!»
- «Jeg tror vi burde ha litt mer lekser.»
- «Det er ok, men med lekser er bedre.»

En del elever uttrykker også blandede følelser om det å være leksefri. De liker for eksempel fritiden, men er bekymret for å om det er bra for dem.

- «Jeg syns det er både bra å dårlig fordi jeg har ikke egentlig tid til å gjøre lekser, men jeg hadde også lært mye mer med lekser tror jeg 😊😊😊😊»
- «Det går greit men når jeg kjeder meg så vil jeg gjøre noe, så lekser er greit»
- «Ok, men jeg vil kanskje ha lekser en gang i uken for eksempel.»

- «Bra, men jeg tror at det er best at det er lekser fordi jeg føler at jeg ville ha lært mye mer.»

Det viktigste vi kan trekke ut av disse elevsvarene er at en fastlåst løsning ikke vil være bra for alle. Elevene uttrykker forskjellige behov og forskjellige opplevelser av lekser og leksefri. Fleksibel og inkluderende leksepraksis der leksefri er en like god løsning som lekser vil være det beste.

Avsluttende kommentar og anbefalinger

Erfaringene fra forsøket med inkluderende leksepraksis i Nordre Follo kommune viser tydelig at det er behov for en mer fleksibel og elevnær tilnærming til lekser. Hovedkonklusjonen er at leksefri bør være et reelt alternativ, og at elevmedvirkning er avgjørende for at leksepraksisen skal oppleves som meningsfull, rettferdig og i tråd med lovverket. Ifølge opplæringsloven skal elever som pålegges skolearbeid etter skoletid, få ivaretatt sin rett til hvile og fritid – en rettighet som må tas på alvor.

Basert på uttalelser fra elever, foresatte og lærere peker prosjektet på flere tiltak som kan styrke en inkluderende leksepraksis:

- **Økt fleksibilitet i lekseordningene:** Innføring av ukeslekser, ulike arbeidsformer (muntlig, praktisk, digitalt), og mulighet for leksefri kan bidra til bedre balanse i elevenes hverdag og redusere stress.
- **Tilpasning etter elevenes behov:** Lekser må tilpasses elevenes faglige nivå og individuelle behov for hvile og fritid. Formålet med leksene må være tydelig og oppleves som meningsfullt av elevene.
- **Bedre skole–hjem-samarbeid:** Tydelig kommunikasjon, ukebrev og forutsigbare rutiner styrker foreldrenes mulighet til å støtte barnas læring.
- **Styrket elevmedvirkning:** Elever bør få mulighet til å påvirke lekseordningene og velge hvordan de ønsker å arbeide, noe som kan øke engasjementet og eierskapet.
- **Fokus på psykisk helse og trivsel:** Lekser må ikke gå på bekostning av elevenes velvære. Skolen bør ha en åpen dialog med elevene om hvordan skolearbeid etter skoletid påvirker dem.

- **God overgang til ungdomsskolen:** For elever fra leksefrie barneskoler bør overgangen forberedes gradvis, med opplæring i selvstendig arbeid og studieteknikk.

Anbefalinger fra skoleledere og lærere

Det finnes ikke én fasit for å få til god utvikling av inkluderende leksepraksis, men ledere og lærere i dette prosjektet har gjort noen erfaringer som de kan anbefale videre.

Start med å avklare begreper og formål: Hva mener dere med "inkluderende leksepraksis"? Hva ønsker dere å oppnå?

Kartlegg eksisterende praksis og ulikheter: Det er ofte store forskjeller i leksepraksis på en og samme skole – start med innsikt før endring.

Bygg kultur før struktur: Verdiforankring og medvirkning fra ansatte, elever og foresatte er en forutsetning for varig endring. Ta et oppgjør med trosoppfatninger som hindrer utvikling.

Lag enkle og tydelige rammer: Maler, prinsipper og retningslinjer hjelper lærere og foreldre å navigere den nye praksisen.

Hold blikket på elevens beste: Alle endringer bør måles på om de fremmer læring, trivsel og mestring for *alle* elever.

Vær forberedt på motstand – og vær tålmodig: Det er umulig å gjøre *alle* fornøyde, men det går an å finne en praksis som flertallet opplever som hensiktsmessig og rettferdig. Gå dialog med de som uttrykker misnøye og finn ut hvilke grunnleggende behov som ikke er møtt. Kanskje kan de møtes med enkle tiltak.

Anbefalte prinsipper for inkluderende leksepraksis

Fra mitt ståsted vil jeg anbefale å følge disse prinsippene for inkluderende leksepraksis som er utviklet på grunnlag av erfaringene fra dette prosjektet.

Prinsipper for inkluderende leksepraksis

1. Faglig relevans og støtte.

Lekser gis der det fremmer faglig utvikling, og læreren/skolen skal tilby støtte og veiledning for oppfølging.

2. Rett til fritid og hvile.

Lekser skal aldri gå på bekostning av elevers rett til fritid, hvile og deltakelse i fritidsaktiviteter.

3. Tilpasset mengde og vanskelighetsgrad.

Mengden lekser skal være realistisk og tilpasset elevers ulike behov og livssituasjoner.

4. Ingen straff for manglende lekser.

Elever skal ikke sanksjoneres med anmerkninger eller kjeft. Manglende lekser skal møtes med nysgjerrighet og kommunikasjon.

5. Elevmedvirkning.

Elevene skal ha mulighet til å gi tilbakemelding på lekser.

6. Skolearbeid i skoletid.

Skolen bør tilrettelegge for at mest mulig læringsarbeid skjer i skoletiden. Alternativer til hjemmelekser skal vurderes jevnlig.

Anbefaling til skoleeier

Skoleeier har en nøkkelrolle i å sikre at innsikten fra forsøket blir fulgt opp i hele kommunen. Det anbefales at skoleeier:

- Tilrettelegger for systematisk erfaringsdeling og kompetanseheving i alle skoler.
- Forankrer prinsippene om fleksibilitet, elevmedvirkning og tilpasset leksepraksis i kommunens utviklingsstrategier.
- Følger opp skolene med støtte og veiledning i videre utvikling av inkluderende leksepraksis.

Ved å implementere disse anbefalingene, vil kommunen kunne utvikle en leksepraksis som både fremmer læring, ivaretar elevenes rettigheter og støtter deres trivsel og utvikling.

Litteraturliste

Ainscow, M., & Sandill, A. (2010). Developing inclusive education systems: the role of organisational cultures and leadership. *International Journal of Inclusive Education*, 14(4), 401–416. <https://doi.org/10.1080/13603110802504903>

- Bembenutty, H. (2011). Meaningful and Maladaptive Homework Practices: The Role of SelfEfficacy and Self-Regulation. *Journal of Advanced Academics*, 22(3), 448-473.
<https://doi.org/10.1177/1932202X1102200304>
- Cooper, H., Robinson, J. C., & Patall, E. A. (2006). Does Homework Improve Academic Achievement? A Synthesis of Research, 1987–2003. *Review of Educational Research*, 76(1), 1-62. <https://doi.org/10.3102/00346543076001001>
- Djupedal, E. F. (2022) På skuldrene til de minste – grunnskolens timefordeling som verktøy for å skape framtida. Nytt norsk tidsskrift 39/1 <https://doi.org/10.18261/nnt.39.1.4>
- Galloway, M., Conner, J., & Pope, D. (2013). Nonacademic effects of homework in privileged, high-performing high schools. *The journal of experimental education*, 81(4), 490510.
- Gustafsson, J.E., Nilsen, T. & Hansen, K. . (2016). School characteristics moderating the relation between student socio-economic status and mathematics achievement in grade 8. Evidence from 50 countries in TIMSS 2011. *Studies in Educational Evaluation*
- Hampden-Thompson, G., Guzman, L., & Lippman, L. (2013). A cross-national analysis of parental involvement and student literacy. *International Journal of Comparative Sociology*, 54(3), 246-266. <https://doi.org/10.1177/0020715213501183>
- Hattie, J. & Yates, G. C. R. (2012) Visible Learning and the Science of How We Learn <https://doi.org/10.4324/9781315885025>
- Hoem, T. F. og Wagner, Å. K. H. (2022) Leseleksenes plass i norskfagets begynneropplæring. Nordiv Journal of Literacy Research 8/1 s. 189-207
[file:///Users/klh/Downloads/NJLR_3672_Web%20\(1\).pdf](file:///Users/klh/Downloads/NJLR_3672_Web%20(1).pdf)
- Holte, K. L. (2016). Homework in primary school: Could it be made more childfriendly?. *Studia paedagogica*, 21(4), 13-33.
- Holland, M., Courtney, M., Vergara, J., McIntyre, D., Nix, S., Marion, A., & Shergill, G. (2021, August). Homework and children in grades 3–6: Purpose, policy and non-academic impact. In *Child & Youth Care Forum* (Vol. 50, pp. 631-651). Springer US.
- Nilsen, T. Og Bergem O. K. 2016 Hjemmebakgrunn i Vi kan lykkes i realfag resultater og analyser fra TIMSS 2015. (red) Bergem, O.K., Kaarsteing, H. Og Nilsen T. (2016)
<https://doi.org/10.18261/97882150279999-2016>
- Nygren, G. (2023) Jag vill ha bra betyg. En etnologisk studie om höga skolresultat och högstadiееlevers praktiker. Uppsala Universitet. <https://uu.diva-portal.org/smash/get/diva2:1545142/FULLTEXT01.pdf>
<https://uu.diva-portal.org/smash/get/diva2:1545142/FULLTEXT01.pdf>
- Mjaavatn, P. E., Frostad, P., Haugan, J. A. og Johansen, V. (2021) Til lags åt alle kan ingen gjera – en rapport om prosjektet Lekser i skolen i Trondheim. NTNU. Institutt for pedagogikk

og livslang læring. IIPs rapportserie Nr 3. 2021. <https://gemini.no/wp-content/uploads/2022/08/rapport-nr--3-endelig-rapport-10-03-21.pdf>

Utdanningsforbundet (Hentet 2025) Dette er god praksis for lekser.
<https://www.utdanningsforbundet.no/var-politikk/utdanningsforbundet-mener/artikler/dette-er-god-praksis-for-lekser/>

Østrem, S. (2021). *Lekser*. Cappelen Damm Akademisk.

Vedlegg 1 Eksempel på ukebrev i Sway



Uke 3



Viktig info denne uken:

- iPaden må lades hver mandag.
- Husk innesko og klær etter vær
- Elevene må ha med blyant , viskelær, linjal og egen lesebok.
- Ny timeplan gjelder fra denne uken. Den største endringen er at elevene slutter kl.

13.00 på torsdager.

- Onsdag 23.01.24 vil det være vinteraktivitetsdag. Nærmere info kommer.
- Minner om at det ikke er Fysak på torsdag.



Denne uken begynner vi med tema "**Tidsmaskin**" vi skal ha fokus på tidslinje. Vi skal innom steinalderen, bronsealderen og jernalderen.

I matte jobber vi med sannsynlighet. Vi bruker mest brøk, men også noe prosent når vi ser på sannsynligheten. Her blir det flere praktiske oppgaver og spill.

I naturfag har vi om "Kjemiens verden". Vi snakker om ulike begreper og skal denne uken se på faseoverganger. De tre fasene vi skal se på er fast stoff, væske og gass. Vi skal både tegne, snakke og se.



*Ukens **try hard** er nettopp det det høres ut som. Vi prøver litt ekstra på en utfordring.*

Denne ukens utfordring er:

Finn en mestringsstrategi kan du bruke når du blir sint.



Her kommer tips til ukens samtale:

Snakk om hvordan det var på skolen da dere var små. Hva likte dere best på skolen? Hva var favorittfaget?



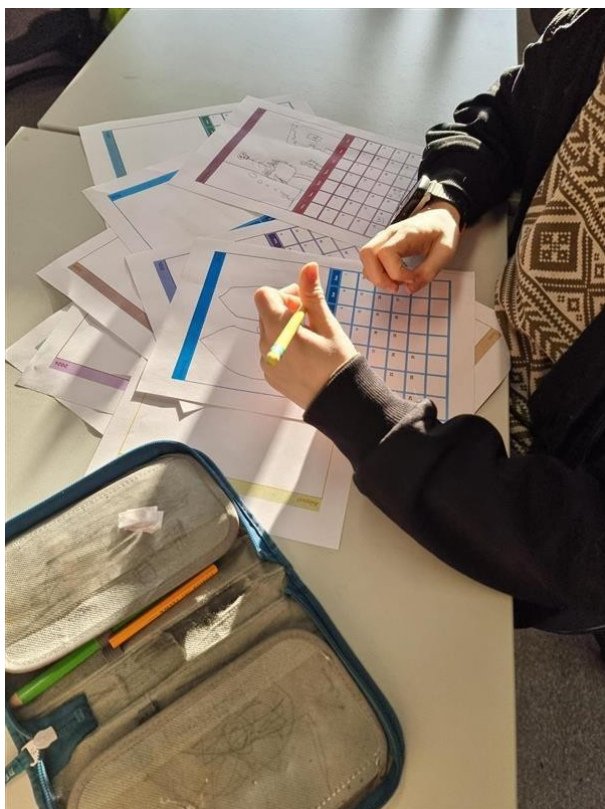
I kunst og håndverk har vi begynt å lage kalendere. Vi startet med det viktigste, som er å plote inn viktige datoer som bursdager og fridager.

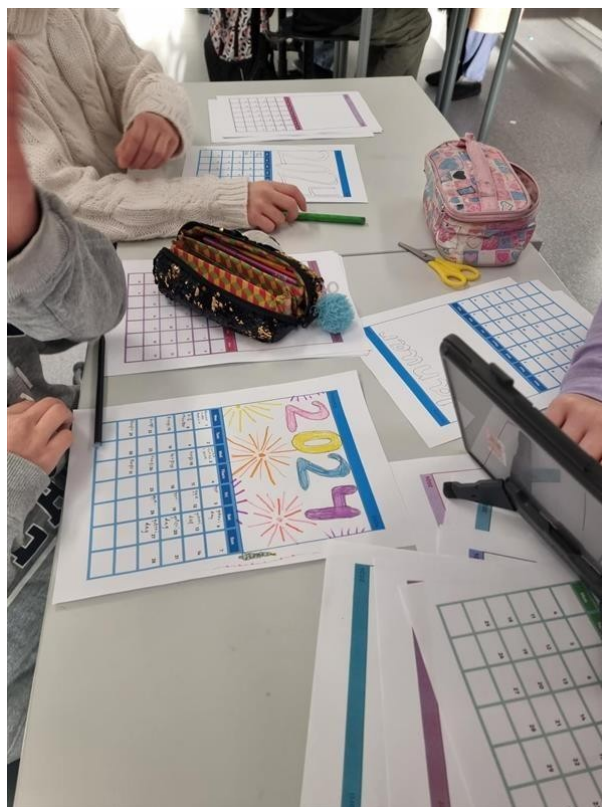
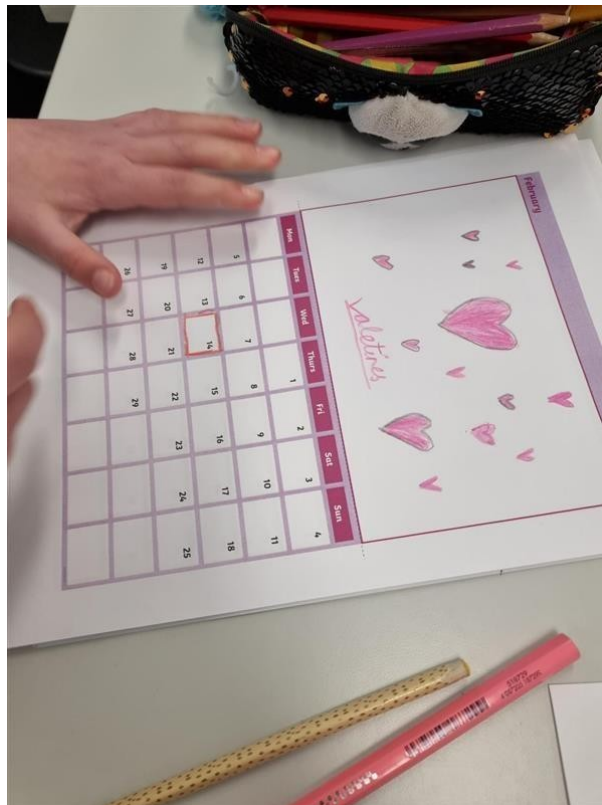
I matte har vi startet med sannsynlighet. Vi har lekt en lek hvor de skal velge seg et tall mellom 2 og 12, lærer slår to terninger og de som har valgt seg summen av de to tallene må sette seg ned. Vinneren er de som står igjen til slutt. Vi skrev opp alle summene på tavla. I første runde var det mange som valgte yndlingstallet sitt, men så fort at noen tall var det større sannsynlighet for å få. De mest populære tallene ble etter hvert 2, 3 og 11. Spør gjerne barna deres om hvorfor :)

Vi blåste såpebobler ute på mandag. Vi fikk se at væske gikk over til fast form da såpeboblene frøs til is. Vi fikk også se at varm luft stiger da flere av såpeboblene fløy langt opp i lufta. Det var gøy. Se bilder.

Vi starter fredagen med en nydelig himmel, det var det flere som ble fascinert av. Så vi måtte ta et bilde for å vise dere også. God måte å starte dagen på 😊









Hvis det er noen elever som ønsker å arbeide med mer skole hjemme så har vi laget et hefte. I dette hefte finner dere repetisjons oppgaver fra både matte, norsk og engelsk som elevene kan ta med seg hjem. Dette er helt frivillig.

Ellers oppfordrer vi alle til å:

- Lese sammen hjemme, gjerne på morsmål
- Lage mat sammen. La barna bake eller lage middag
- Være med i butikken, de kan regne overslag
- Dra på biblioteket og låne bøker

Nettsider:

Salaby

Kikora

Multi

Mattelabbens mester

Skorestudio

Om dere lurar på noe ta kontakt på IST eller send mail til

Malene: malene.bystrom@nordrefollo.kommune.no

Marte: marteiselin.arnes@nordrefollo.kommune.no

