

Indholdsplan

for

Vedersø Idrætsefterskole

2020/2021

Indledning

På Vedersø Idrætsefterskole lever alle de fag, som er prøvefag, op til folkeskolens slutmål. Derudover har vi vores egne ekstra mål for både prøvefag og andre fag.

Fortællertime, morgen- og aftensang

Det ugentlige timetal er 4,33 timer, i alt 140 timer pr. år.
Undervisningen er ikke prøveforberedende.

Formål:

Formålet med fortællertimerne, morgensang og aftensang er, at give eleverne en fælles fortælleoplevelse og opfylde skolens formål om at bibringe eleverne de værdier, der er overleveret os i dansk kultur.

Det sker gennem fortællinger, hvor eleverne kan møde værdier, livstolkninger og erfaringer, sådan som det kan opleves i historiske beretninger, litteratur, mytologi og den folkelige overlevering. Indlevelsen i andre menneskers verden i fortid og nutid vægtes højt.

Indhold i fortællertimer:

- a) Historiske fortællinger fra især Danmark, Norden og Europa.
- b) Fortælling af og om litterære og mytologiske værker og strømninger.
- c) Aktuel orientering om bl.a. politiske, kulturelle og religiøse emner.
- d) Orientering om verdenshistoriske brændpunkter.
- e) Fællessang.
- f) Erhvervsorientering.
- h) Hygiejne, ernæringslære og seksualoplysning.

Undervisningsformen er fortælling/foredrag ved efterskolens lærere suppleret med gæstelærere.

Indhold i morgensang:

Nyhedsudsendelse med det formål at skabe overblik, følge den aktuelle samfundsdebat og lægge op til refleksion. Desuden morgensang fra enten DGI-Sangbogen eller Højskolesangbogen.

Indhold i aftensang:

Ud fra det overordnede formål fortælles der om vedkommende emner til oplysning om menneskelivet. Dvs. at læreren fortæller noget, som læreren synes er væsentlig i forståelsen og tolkningen af tilværelsen som menneske.

Dansk / FP10 Dansk

Faget er obligatorisk.

Det ugentlige timetal er 2 timer á 75 minutter og 1 time af 40 min for FP9, samt 3 timer á 75 minutter for FP10. Det årlige timetal er 100 timer for FP9, og 120 timer for FP10.

Faget er prøveforberedende til FP9 og FP10.

Formål:

Formålet med undervisningen i dansk er at fremme elevernes oplevelse af sproget som en kilde til udvikling af personlig og kulturel identitet, der bygger på æstetisk, etisk og historisk forståelse.

Undervisningen skal fremme elevernes lyst til at bruge sproget personligt og alsidigt i samspil med andre.

Eleverne skal styrke deres bevidsthed om sproget og udvikle en åben, kritisk og analytisk indstilling til deres egen tids og andre perioders udtryksformer. De skal opnå udtryks- og læseglæde og øge deres indlevelse og indsigt i litteratur og andre udtryksformer.

Indhold:

Danskundervisningens grundlæggende færdigheder er at læse, lytte, tale, skrive og se.

Dansk sprog og litteratur er kernen i arbejdet med at udvikle elevernes færdigheder i at forstå, udtrykke sig ved hjælp af, eksperimentere med, og argumentere om sprog, tekster og andre udtryksformer.

Undervisningen omfatter kundskaber om samspillet mellem udtryk og indhold, mellem sprog og litteratur og om kommunikation.

Elevernes færdighed i at bruge sproget bevidst og varieret både mundtligt og skriftligt udvikles, og der arbejdes med at øge elevernes ordforråd og begrebsverden.

Eleverne udvikler deres færdighed i at give sprogligt udtryk for fantasi, følelser, tanker, erfaringer og viden.

Gennem arbejde med ældre og nyere litteratur skal eleverne tilegne sig kundskaber om dansk litterær og kulturel tradition og udvikling.

Arbejdet med dansk og udenlandsk litteratur omfatter såvel umiddelbar oplevelse som færdigheder i fortolkning, vurdering og perspektivering på baggrund af analytisk fordybelse.

Vi arbejder med forståelse, indlevelse og indsigt i forskellige teksters og teksttypers egenart og virkemidler.

Der arbejdes med skønlitterær og faglig læsning og med forskellige læsemåder afhængigt af formålet med læsningen. Undervisningen omfatter kundskaber om trykte og elektroniske medier, billedkunst, film og drama. Eleverne udvikler færdigheder i at iagttage og anvende forskellige udtryksformer.

Matematik

Faget er obligatorisk.

Det ugentlige timetal er 2 timer à 75 min., i alt 80 timer årligt.

Faget er prøveforberedende til FP9 og FP10. Eleverne er niveaudelte på tværs af klassetrin.

Formål:

Formålet med undervisningen i matematik er, at eleverne bliver i stand til at forstå og anvende matematik i sammenhænge, der vedrører dagligliv, samfundsliv og naturforhold. Analyse og argumentation skal indgå i arbejdet med emner og problemstillinger, således at eleverne kan forholde sig vurderende til matematikkens anvendelse.

Undervisningen tilrettelægges, så eleverne, selvstændigt og i fællesskab, opbygger matematisk viden og kunnen ud fra egne forudsætninger. Derudover skal undervisningen medvirke til at fremme elevernes fantasi og nysgerrighed.

Indhold:

Der arbejdes med følgende 3 hovedområder:

- a) Tal og algebra
- b) Geometri
- c) Statistik og sandsynlighed

Ud fra analyse af data og informationer skal eleverne kunne formulere og løse problemer ved brug af matematikken. De skal kunne benytte ræsonnementer og give faglige begrundelser for de fundne løsninger. På grundlag heraf skal de kunne vurdere og tage stilling til de betragtede problemer i den sammenhæng, hvori de indgår.

Eleverne skal opnå et handleberedskab over for problemer, der ikke er af rutinemæssig art, og de skal stifte bekendtskab med eksperimenterende arbejdsformer. I elevernes selvstændige arbejde og gennem samtaler skal de kunne benytte sproglige beskrivelser, hvori indgår faglige udtryksformer med forskellig grad af præcision.

I arbejdet med faget skal eleverne kunne veksle mellem praksis og teori og opnå erfaring om matematikkens muligheder og begrænsninger i praktiske situationer.

Engelsk

Faget er obligatorisk.

Det ugentlige timetal er 1 time á 75 minutter + 1 time á 50 minutter for FP9, samt 2 timer á 75 minutter for FP10. Det årlige timetal er 60 timer for FP9, og 80 timer for FP10. Faget er prøveforberedende til FP9 og FP10. 10 klasserne er niveaudelte i undervisningen.

Formål:

Formålet med undervisningen i engelsk er, at eleverne tilegner sig kundskaber og færdigheder, således at de kan forstå talt og skrevet engelsk og kan udtrykke sig mundtligt og skriftligt.

Undervisningen skal samtidig udvikle elevernes bevidsthed om engelsk sprog og sprogbrug samt om sprogtilegnelse. Undervisningen skal skabe rammer for oplevelse, indsigt og samarbejde samt styrke elevernes aktive medvirken. Herved skal undervisningen bidrage til, at eleverne bevarer lysten til at beskæftige sig med sprog og kultur til fremme af deres videre udvikling.

Undervisningen skal give eleverne indsigt i kultur- og samfundsforhold i engelsktalende lande og derved styrke deres internationale forståelse og forståelse af egen kultur.

Indhold:

Med udgangspunkt i samtale får eleverne mulighed for at tilegne sig viden om det engelske sprogs funktion og opbygning, herunder regler om udtale og grammatik.

Det grundlæggende indhold i fremmedsprogundervisningen er at opøve elevens færdigheder i at lytte, læse, tale og skrive.

Undervisningen skal medføre, at eleven tør anvende sproget og tør gøre forsøg med det.

Endvidere skal undervisningen være kulturformidlende gennem varieret tekst- og medievalg fra forskellige engelsktalende lande, således, at eleven orienterer sig om omverdenen, og derved mere generelt udvikler deres forståelse for egen og andres kultur.

Tysk

Faget er obligatorisk.

Det ugentlige timetal er 1 time á 75 minutter + 1 time á 50 minutter for FP9, samt 2 timer á 75 minutter for FP10. Det årlige timetal er 60 timer for FP9, og 80 timer for FP10.

Faget er prøveforberedende til FP9 og FP10.

Formål:

Formålet med undervisningen i tysk er, at eleverne tilegner sig kundskaber og færdigheder, således at de kan forstå talt og skrevet tysk og kan udtrykke sig mundtligt og skriftligt.

Samtidig skal undervisningen udvikle elevernes bevidsthed om tysk sprog og kultur.

Ligeledes skal undervisningen give eleverne indblik i kultur og samfundsforhold i de tysktalende lande for derved at styrke deres internationale forståelse. Samtidig håber vi, at undervisningen vil bidrage til, at eleverne får lyst til fremover at beskæftige sig med fremmed sprog og kultur.

Indhold:

Eleverne skal med undervisningen lære at arbejde med det talte og skrevne sprog. Samtidig skal de lære at udtrykke sig præcist, varieret og sammenhængende. Dette opnås bl.a. ved et varieret tekst og medievalg hvorigennem eleverne bliver præcenteret for sprogets forskellige virkemidler.

Fysik (10.kl)

Faget er for 10. klasse valgfrit.

Det ugentlige timetal er 2 timer à 75 min., i alt 80 timer pr. år.

Faget er prøveforberedende for FP10.

Formål:

Formålet med undervisningen i fysik/kemi er, at eleverne tilegner sig viden og indsigt om fysiske og kemiske forhold. Undervisningen skal medvirke til udvikling af naturvidenskabelige arbejdsmetoder og udtryksformer hos den enkelte elev med henblik på at øge elevernes viden om og forståelse for den verden de selv er en del af.

Undervisningen skal give mulighed for at stimulere og videreudvikle elevernes interesse for naturfænomener, naturvidenskab og teknik med henblik på at udvikle erkendelse, fantasi og lyst til at lære. Eleverne bør opnå tillid til egne muligheder for at forholde sig til problemstillinger med naturvidenskabeligt og teknologisk indhold af betydning for den enkelte og samfundet.

Undervisningen skal bidrage til elevernes grundlag for at få indflydelse på og tage medansvar for brugen af naturressourcer og teknik både lokalt og globalt. Undervisningen skal give mulighed for at erkende naturvidenskab og teknologi som en del af vor kultur og vort verdensbillede.

Indhold:

Fysik/kemi er som skolefag både teoretisk og praktisk. Den viden og de teorier der lægges ind i undervisningen, skal have brugsværdi for eleverne. Undervisningen skal tilrettelægges, så den inddrager elevernes erfaringer og hverdagsviden. Eleverne skal opleve, at mange problemer af fysisk/kemisk art kan belyses gennem enkle forsøg.

Der skal arbejdes på at skabe kobling mellem dagligsprog og fagsprog, således at eleverne får mulighed for at tilegne sig fagenes begreber og udtryksformer.

Arbejdet skal give eleverne baggrund for kritisk stillingtagen og refleksion.

Undervisningens indhold findes inden for følgende fem grupper.

- Fagets arbejdsmetoder og betragtningsmåder.
- Stoffer og fænomener omkring os.
- Det naturvidenskabelige verdensbillede.
- Liv og miljø.
- Teknologi.

Naturfag (9.kl)

Faget er for 9. klasse obligatorisk.

Det ugentlige timetal er 2 timer à 75 min., i alt 80 timer pr. år.

Faget er prøveforberedende for FP9, og består af fagene Fysik, Kemi, Geografi og Biologi

Fysik/kemi-delen:

Formålet med undervisningen i fysik/kemi er, at eleverne tilegner sig viden og indsigt om fysiske og kemiske forhold. Undervisningen skal medvirke til udvikling af naturvidenskabelige arbejdsmetoder og udtryksformer hos den enkelte elev med henblik på at øge elevernes viden om og forståelse for den verden de selv er en del af.

Undervisningen skal give mulighed for at stimulere og videreudvikle elevernes interesse for naturfænomener, naturvidenskab og teknik med henblik på at udvikle erkendelse, fantasi og lyst til at lære. Eleverne bør opnå tillid til egne muligheder for at forholde sig til problemstillinger med naturvidenskabeligt og teknologisk indhold af betydning for den enkelte og samfundet.

Undervisningen skal bidrage til elevernes grundlag for at få indflydelse på og tage medansvar for brugen af naturressourcer og teknik både lokalt og globalt. Undervisningen skal give mulighed for at erkende naturvidenskab og teknologi som en del af vor kultur og vort verdensbillede.

Indhold:

Fysik/kemi er som skolefag både teoretisk og praktisk. Den viden og de teorier der lægges ind i undervisningen, skal have brugsværdi for eleverne. Undervisningen skal tilrettelægges, så den inddrager elevernes erfaringer og hverdagsviden. Eleverne skal opleve, at mange problemer af fysisk/kemisk art kan belyses gennem enkle forsøg.

Der skal arbejdes på at skabe kobling mellem dagligsprog og fagsprog, således at eleverne får mulighed for at tilegne sig fagenes begreber og udtryksformer.

Arbejdet skal give eleverne baggrund for kritisk stillingtagen og refleksion.

Undervisningens indhold findes inden for følgende fem grupper.

- Fagets arbejdsmetoder og betragtningsmåder.
- Stoffer og fænomener omkring os.
- Det naturvidenskabelige verdensbillede.
- Liv og miljø.
- Teknologi.

Geografi-delen:

Formålet med undervisningen i geografi er, at eleverne tilegner sig viden om og forståelse af de naturgivne og kulturskabte forudsætninger for levevilkår i Danmark og i andre lande samt samfundenes udnyttelse af naturgrundlag og ressourcer.

I undervisningen tilstræbes det at pirre elevernes nysgerrighed, således at de selv får lyst til at være opsøgende i bestræbelserne på at indhente information, samt give dem et fælles forståelsesgrundlag for omverdenen.

I arbejdet med faget, bruges IT og andre elektroniske medier som vigtige redskaber, ligesom undervisningen er en vekselvirkning mellem gruppearbejde, individuelle opgaver, elevfremlæggelse og fortælling.

Biologi-delen:

Formålet med undervisningen i biologi er, at eleverne tilegner sig viden om de levende organismer og den omgivende natur, om miljø og sundhed samt om anvendelse af biologi. Der lægges særlig vægt på forståelsen af sammenhænge.

Undervisningen tager i videst mulig omfang sit udgangspunkt i elevernes egne oplevelser, undersøgelser og opfattelser samt søger at fremme deres glæde ved naturen og lyst til at beskæftige sig med biologiske emner og problemstillinger. På grund af tidspres, er det svært at få mulighed for at tilrettelægge undervisningen i naturen. Derfor er vi nødsaget til at bringe naturen ind i lokalet. Elevernes ansvarlighed over for natur og miljø skal videreudvikles, og undervisningen skal bidrage til at skabe grundlag for stillingtagen og handlen i forhold til menneskets samspil med naturen.

Kulturfag (9. klasse)

Faget er obligatorisk for 9. klasse. 10. klasse har det ikke som klasseundervisning men stifter bekendtskab med det igennem fortællertimerne.

Det ugentlige timetal er 2 timer à 80 min., i alt 80 timer pr. år.

Faget er prøveforberedende for FP9 i fagene Kristendom, Historie og Samfundsfag

Kristendom-delen:

Formålet med undervisningen i kristendomskundskab er, at eleverne opnår kundskaber til at forstå den religiøse dimensions betydning for livsopfattelsen hos det enkelte menneske og dets forhold til andre. Undervisningen tager udgangspunkt i kristendommen, som den fremtræder i historisk og nutidig sammenhæng, så eleverne derved får en viden om, hvor stor en betydning de bibelske fortællinger har for værdigrundlaget i vores kulturkreds.

Ligeledes skal eleverne undervises i ikke-kristne religioner og livsanskuelser med henblik på, at eleverne får indblik i andre livsformer og holdninger, som i dag har stor betydning for det samfund, vi lever i.

Historie-delen:

Formålet er at styrke elevernes historiebevidsthed og identitet og sammen med andre fag at øge deres lyst til og motivation for aktiv deltagelse i et demokratisk samfund. Det sker ved at fremme deres indsigt i, at mennesker er historieskabte såvel som historieskabende.

Mål: At arbejde med elevernes kendskab til samspillet mellem fortid, nutid og fremtid. Herved skal de videreudvikle deres forståelse af og holdning til egen kultur, andre kulturer og menneskers samspil med naturen, miljøet og det samfund vi lever i.

Undervisningen skal bygge på og stimulere elevernes evne til indlevelse, analyse og gennem kritisk vurdering at fremme deres lyst til at videregive og skabe historiske fortællinger på baggrund af tilegnet viden.

Der arbejdes både mundtligt og skriftligt således, at eleverne har mulighed for at kunne tage folkeskolens skriftlige afgangsprøve.

Samfunds-delen:

Formålet med undervisningen i samfundsfag er, at eleverne udvikler lyst og evne til at forstå hverdagslivet i et samfundsmæssigt perspektiv og til aktiv medleven i et demokratisk samfund. Undervisningen skal medvirke til, at eleverne udvikler historie- og samfundsbevidsthed, kritisk sans og færdighed i at iagttage, analysere og vurdere nationale og internationale samfundsforhold og konflikter.

Undervisningen skal bidrage til, at eleverne på baggrund af et personligt tilegnet værdigrundlag deltager aktivt i samfundsudviklingen. Den enkelte elev skal udvikle ansvarlighed for løsningen af fælles opgaver og erhverve viden om samfundet og dets historiske forudsætninger.

Sang

Faget er obligatorisk med 30 minutter ugentligt, i alt ca. 20 timer pr. år.
Faget er ikke prøveforberedende.

Formål:

Formålet med undervisningen er, at eleverne får et bredt kendskab til sang, og at de som elevhold får oplevelsen af fællessang.

Indhold:

Repertoiret omfatter sange, salmer, viser m.m.. Vi vil anvende tekster med et bredt indhold – også periodemæssigt, samt nye og gamle melodier.

Gennem sangundervisningen vil vi gerne motivere elevernes lyst til at synge, og arbejder på at lysten forbliver iboende, også når de har forladt vores skole.

Gymnastik

Det ugentlige timetal er 2 time à 90 + 1 time à 85 minutter samt nogle gymnastikformiddage/ - eftermiddage, i alt ca 125 timer årligt.

Faget er ikke prøveforberedende.

Formål.

I gymnastik trænes der med den hensigt, at kroppen udvikles i en sund og alsidig retning, bygget på viden om kroppens funktion og opbygning. Derudover vil det æstetiske og det formgivende være væsentlig. Endvidere vil glæden ved sund bevægelse og opgaven ved at træne til og fremvise et opvisningsprogram i et skabende fællesskab med andre være af stor betydning.

At eleverne oplever bevægelsesglæde både fysisk, psykisk og socialt, og øger lysten til at arbejde med den folkelige gymnastik. Den ene grundlæggende idé med gymnastikken er at øge elevens bevidsthed om sin krop og kroppens muligheder, at give dem en oplevelse af ikke at have en krop, men at være en krop – altså et helt menneske. Den anden idé er at gøre den enkeltes fysiske indsats værdifuld og

nødvendig. Der stiles ikke efter laveste, men højeste fællesnævner, hvilket kræver stor indsats og ikke mindst viljen fra den enkelte og fra fællesskabet.

Der lægges vægt på, at eleverne oparbejder kendskab til kroppen og dens bevægемuligheder, og at eleverne oplever et fællesskab samtidig med, at den enkelte får mulighed for dygtiggørelse.

Indhold.

- grundtræning (kondition, koordination, styrke og bevægелighed)
- rytmiske sammensætninger og sekvenser
- håndredskabsteknikker
- udtryk
- akrobatik
- traditionelle redskabsspring og behændighedsøvelser
- et fælles opvisningsprogram à 1/2 time, som viser et bredt udsnit af det eleverne har arbejdet med i skoleårets gymnastiktimer.

Lederuddannelse 10.kl P1

Det ugentlige timetal er 1 timer à 75 minutter, i alt ca 15 timer årligt.

Faget er ikke prøveforberedende.

Formålet med faget er at styrke elevernes lederuddannelse inden for det frivillige foreningsarbejde. I periode 1 skal alle 10. kl. Elever snuse til elementer af foreningsarbejdet, som er nævnt herunder.

I P2+3 vælger eleverne efter interesse følgende spor: Gymnastik – Fodbold eller Idræt. De elever der vælger at spore sig ind på gymnastikleder eller fodboldleder får en bred lederuddannelse. Dette skulle gerne ruste eleverne til arbejdet i de frivillige foreninger, og skærpe deres lyst til selv at undervise i fritiden.

Indhold og emner:

- Børns motoriske udvikling
- Anatomi – de grundlæggende ting om knogler/led, muskler, nerver, blod, hjerte og hjerne.
- Fysiologi – de grundlæggende ting om kondition, muskelarbejde og forskellige træningsformer.
- Ledelsesteori
- Opvarmning – teori (den generelle + den specielle) + praksis
- Træning og leg for børn (teori + praksis): grundtræning, behændighed, lege med og uden bold.
- Organisering (igangsætning af aktiviteter, indledning og afslutning, forberedelse, oprydning, efterbehandling)
- Almen foreningslære (hvad er en forening, hvordan kører den, hvilke problemer kan man let komme ud for osv. osv.)
- Idrætskultur (det gamle østeuropa, sundhed/sport, penge/folkelighed/leg, doping, fankulturen, elite/bredde, medier/folkelig gym og idræt m.m.)
- Idrætsskadekursus

Lederuddannelse 10. kl P2+3 - boldspil (DBU børnetræner/ungdomstræner)

Det ugentlige timetal er 1 timer à 90 minutter, i alt ca 27 timer årligt.

Indhold

DBU C1-træner er første trin i den UEFA godkendte C-træneruddannelse målrettet børne- og ungdomstrænere.

Kurset tager udgangspunkt i træneren som hjælper for spilleren, så hun/han lærer at løse spillet på egen hånd. I DBU tror vi på, at du bliver en bedre træner af at øve dig i at være træner. Derfor vil du tidligt i forløbet blive involveret på banen under praktikken, som udgør en stor del af det samlede kursus. Det, mener vi, er relevant og brugbart nu og her for alle trænere på begynderniveau.

Kurset har stort fokus på de pædagogiske redskaber og værktøjer, du som træner kan bruge for at lave en god træning.

Kompetence og bevis

Gennemførelse af kurset giver mulighed for at benytte titlen ”DBU C1-træner”. Kursisten modtager et DBU C1-trænerbevis efter endt forløb, såfremt kurset er gennemført uden fravær. DBU C1-træner er et nødvendigt grundlag for optagelse på DBU C2-træner.

Formål C1

På C1 får du blandt andet viden om:

- Fodbold som et kaosspil, der skal løses (af spilleren)
- Det gode fodboldmiljø – træning og kamp
- Principper og aftaler
- Individet som person og som fodboldspiller
- Når træneren hedder far eller mor
- Forudsætninger for udvikling og læring
- Trænerens egen adfærd
- Observation
- Læringsværktøjerne “stop/frys” og “vis–forklar–vis”

Indhold

C2 er opdelt i tre aldersrelaterede forløb; U5-U9, U10-U12 og U13-U19, som du vælger dig ind på. Hvert forløb beskæftiger sig dybdegående med muligheder og udfordringer ved at træne spillere i netop den aldersgruppe. Du må gerne tage flere C2-kurser, hvis du ønsker det, men det er ikke et krav.

På kurset vil der være rig lejlighed til at diskutere fodbold med ligesindede, som træner på nogenlunde samme alderstrin som dig selv. Samtidig indeholder kurset fortsat en stor del praktisk undervisning på fodboldbanen.

Formål C2

På C2-kurset får du blandt andet viden om:

- Involvering af træningsressourcer
- ATK – Aldersrelateret Trænings Koncept
- Børn og unges udvikling
- Træningsøvelser – Øvelsesgeneratoren

- Træningsformer – organisering
- Trænerkompetencer – viden om træning af den specifikke aldersgruppe (U5-U9, U10-U12 eller U13-U19)
- Det gode fodboldmiljø – træning og kamp

Kompetence og bevis

Gennemførelse af kurset giver mulighed for at benytte titlen ”DBU C2-træner”. Kursisten modtager et DBU C2-trænerbevis efter endt forløb, såfremt kurset er gennemført uden fravær.

Efter C2-kurset kan du gennemføre en test. Når testen er bestået, modtager du et certifikat på, at du er DBU Børnetræner eller DBU Ungdomstræner.

For at erhverve sig UEFA C-licens, skal kursisten efter C1 og C2 gennemføre en test, DBU B1-træner samt en eksamen.

Lederuddannelse 10. kl P2+3 - gymnastik

Faget er for de 10.kl. elever, der ikke vælger at lederuddannelse i fodbold eller at have almen idræt. Det ugentlige timetal er 1 time af 90 min. i vinter- og forårsperiode P2+3, i alt ca. 27 timer pr. år. Faget er ikke prøveforberedende

Formålet med undervisningen i idræt er at prøve en masse praktisk, mens eleven også får teori om vigtige temaer som fx legeudvikling, opvarmning, spring, modtagning og redskabsopstilling, kropssprog samt musik.

Faget har desuden også til formål at forberede eleverne på at gennemføre et SpringSikker-BASIS kursus, som har til formål at give eleven tre vigtige værktøjer, som man kan bruge hjemme i foreningen:

- Grundlæggende viden om biomekanikken i spring (de fysiske kræfter, som er relevante i forhold til springgymnastik).
- Modtagerfærdigheder, så spring og modtagning kan foregå på en sikker og forsvarlig måde.
- Metodisk viden til at kunne planlægge og afvikle en springtræning, hvor der arbejdes med grundlæggende spring.

Derudover vil faget forberede eleverne på kreationen af rytmiske sekvenser, teamsamarbejde, ideudvikling, ideudveksling m.m.

Lederuddannelse – DGI’s gymnastikuddannelse (10.kl.)

Faget er et valgfag med et omfang à 2 timer ugentligt = 60 timer.

Formål.

Formålet med faget er at skabe interesse for - og øge lysten til arbejdet med den folkelige gymnastik, og animere eleverne til videreuddannelse og dygtiggørelse indenfor det frivillige foreningsarbejde.

Indhold.

Undervisningen vil indeholde både praktiske og teoretiske elementer af gymnastikken som:

- indledende og afsluttende aktiviteter
- opvarmning
- leg og samarbejde
- rytmiske serier
- springopstillinger, teknikker og modtagning
- musikteori og rytmik
- anatomi, fysiologi, motorisk udvikling og træningslære.
- undervisningslære og lederrolle
- foreningsliv.

Der bliver inddraget børn i undervisningen i samarbejde med den lokale idrætsforening, og der bliver arrangeret aktivitetsdage for børn.

Idræt 10. kl

Faget er for de 10.kl. elever, der ikke vælger at lederuddannelse i DBU fodbold eller gymnastik. Det ugentlige timetal er 1 time af 90 min. i vinter- og forårsperiode P2+3, i alt ca. 27 timer pr. år. Faget er ikke prøveforberedende

Formålet med undervisningen i idræt er, at eleverne gennem alsidige idrætslige oplevelser, erfaringer og refleksioner opnår færdigheder og tilegner sig kundskaber, der giver mulighed for kropslig og almen udvikling.

Eleverne skal have mulighed for at opleve glæde ved og lyst til at udøve idræt og udvikle forudsætninger for at forstå betydningen af livslang fysisk udfoldelse i samspil med natur, kultur og det samfund, de er en del af. Eleverne skal opnå indsigt i og få erfaringer med vilkår for sundhed og kropskultur.

Undervisningen skal give eleverne forudsætninger for at tage ansvar for sig selv og indgå i et forpligtende fællesskab. Vigtige elementer i undervisningen er fair play og en sund konkurrenceånd, hvor "det ikke gælder om at vinde for enhver pris", og hvor alle kan være med. Desuden motiveres til fortsat fysisk aktivitet.

Indhold: Eleverne vil blive præsenteret for og få gennemgået atletik og boldbasisspil samt de etablerede boldspil.

Idræt 9. kl

Faget er obligatorisk for 9.kl

Det ugentlige timetal er 1 time af 80 min., i alt 40 timer pr. år.

Faget er prøveforberedende til FP9.

Formål.

Formålet med undervisningen i idræt er, at eleverne gennem alsidige idrætslige oplevelser, erfaringer og refleksioner opnår færdigheder og tilegner sig kundskaber, der giver mulighed for kropslig og almen udvikling.

Eleverne skal have mulighed for at opleve glæde ved og lyst til at udøve idræt og udvikle forudsætninger for at forstå betydningen af livslang fysisk udfoldelse i samspil med natur, kultur og det samfund, de er en del af. Eleverne skal opnå indsigt i og få erfaringer med vilkår for sundhed og kropskultur.

Undervisningen skal give eleverne forudsætninger for at tage ansvar for sig selv og indgå i et forpligtende fællesskab.

Vigtige elementer i undervisningen er fair play og en sund konkurrenceånd, hvor "det ikke gælder om at vinde for enhver pris", og hvor alle kan være med.

Desuden motiveres til fortsat fysisk aktivitet.

Indhold: Eleverne vil blive præsenteret for og få gennemgået atletik og boldbasisspil samt de etablerede boldspil.

Løb

Faget tilbydes som valgfag.

Det ugentlige timetal er 1 time af 75 min., i alt 40 timer pr. år.

Formålet med undervisningen i løb er, at eleverne gennem alsidige løbsmæssige oplevelser, erfaringer og refleksioner opnår forbedret kondition, løbefærdigheder og tilegner sig kundskaber, der giver mulighed for kropslig og almen udvikling.

Der undervises i løbeteknik, løbestil og træningsteori. Selve træningen består af konditionstræning, kort-, mellem- og langdistancetræning (2 - 11 km), intervaltræning, løbetest, opgaveløb, duathlon og lign.

Spring og tumbling

Faget tilbydes som valgfag.

Det ugentlige timetal er 1-4 timer à 75 min., i alt 40 - 160 timer pr. år.

Formål:

Med undervisningen tilsigtes, at give eleverne en oplevelse af personlig dygtiggørelse og samarbejde, samt at gøre eleverne motorisk bevidste for derigennem at udvikle springene.

Indhold:

Indholdet i spring er opvarmning til musik, træning af grundspring og sværere spring, afhængig af det pågældende holds niveau. Der vil desuden blive arbejdet med rytmiske springsammensætninger med henblik på opvisning.

Rytmisk gymnastik

Faget er et valgfag med timetal på 1-3 timer a 75/90 min, i alt 40-130 timer pr år.

Formål:

Som valgfag er formålet i rytmisk gymnastik først og fremmest at opøve elevernes egne gymnastiske færdigheder.

Indhold:

- forskellige former for opvarmning og grundtræning.
- bevægelser over gulv, små sammensætninger og rytmiske serier, hvor der fokuseres på forskellige rytmer (brug af varieret musik), tempi, kropsudtryk samt udnyttelse af rum og planer.
- brug af forskellige håndredskaber.
- leg og samarbejde.
- udstrækning og afspænding.

Dance / Dans

Faget er et valgfag med timetal på 2 time à 90 min, i alt 85 timer pr år.

Formål:

Som valgfag er formålet i dans er først og fremmest at opøve elevernes egne danse-mæssige færdigheder.

Indhold:

Eleverne vil i undervisningen møde mange forskellige genrer og stilarter inden for både moderne og ballet samt de fede streetsyles. Hiphop, jazz, lyrical, funk og locking, moderne, house, impro, waacking and the list goes on! Der vil i undervisningen løbende indgå teoretiske oplæg om dansens historie og sammenhænge, og der arbejdes med koreografiske sammensætninger og mindre shows.

Dance for dummies

Faget er et valgfag med timetal på 1 time à 50 min i P1, i alt 11 timer pr år.

Formål:

Som valgfag er formålet i dans er først og fremmest at opøve elevernes egne danse-mæssige færdigheder.

Indhold:

Dance for dummies er for alle de elever, der er vilde med at danse, men som ikke har mod på at stå skulder om skulder med dygtigste og erfarne elever.

Det er et lille valgfag på 50 minutter én gang om ugen, så det er overskueligt selv for boldspillere, og vi skal danse fordi det er sjovt!

Eleverne kommer igennem mange forskellige stilarter – både de meget genrebestemte men også motionsdansen, pardans mv.

Fodbold

Faget tilbydes som et valgfag.

Det ugentlige timetal er 1-3 timer af 75/90 min. i alt 40 - 115 timer årligt.

Undervisningen består primært af:

- teknisk træning, som kan være 1. berøringer, sparketeknik og afslutninger.
- taktisk træning, som kan være forsvar, angreb og forskellige spilsystemer.
- footwork med og uden bold, som skal gøre spillerne hurtigere på fødderne og mere sikre på bolden.

Træningen foregår som en vekselvirkning mellem formel og funktionel træning.

- der vil indgå fodboldrelevant konditions- og fysisk træning.
- der deltages i turneringer og der spilles andre kampe.

Håndbold

Faget tilbydes som et valgfag.

Det ugentlige timetal er 1 time á 80/90 min. i alt 40 - 45 timer årligt.

Undervisningen kan bestå af:

- teknisk træning, som kan være skudformer, finter og kaste/gribe øvelser.
- taktisk træning, som kan være løbebaner, angreb og forsvar.
- der vil indgå håndboldrelevant konditions- og fysisk træning.
- der deltages i turnering og der spilles andre kampe.

Volleyball

Faget tilbydes som et valgfag.

Det ugentlige timetal er 1 time á 75/90 min. i alt 40 - 45 timer årligt.

Følgende elementer kan indgå i undervisningen:

- teknisk træning, som kan være fingerslag, baggerslag og serv.
- taktisk træning, som kan være servemodtagning, forsvarsopstilling og opbygning af angreb.
- volleyballrelevant konditions- og fysisk træning.
- formel såvel som funktionel træning.

Herudover kan der ud over undervisningstiden bruges tid på deltagelse i turneringer samt venskabskampe mod andre efterskoler.

Street basket

Faget tilbydes som et valgfag.

Det ugentlige timetal er 1 time á 75/90 min. i alt 40 - 45 timer årligt.

Følgende elementer kan indgå i undervisningen:

- teknisk træning, som kan være layup, skud og straffe.
- taktisk træning, som kan være forsvarsopstilling og opbygning af angreb.
- basketballrelevant konditions- og fysisk træning.
- formel såvel som funktionel træning.

Herudover kan der ud over undervisningstiden bruges tid på deltagelse i turneringer samt venskabskampe mod andre efterskoler.

Badminton

Faget tilbydes som et valgfag.

Det ugentlige timetal er 1-4 timer af 75/90 min. i alt 40 - 150 timer årligt.

Undervisningen kan bestå af:

- teknisk træning, som benarbejde, forhånd, baghånd, serv, smash og andre slag samt finter mm.
- taktisk træning, som kan være double eller single baseret
- små-spil, som er relaterede til badminton
- der vil indgå badminton relevante konditions- og fysisk træning
- der veksles mellem formel og funktionel træning.

Herudover kan der ud over undervisningstiden bruges tid på deltagelse i turneringer samt venskabskampe mod andre efterskoler.

Massage-sundhed

Faget tilbydes som et valgfag.

Det ugentlige timetal er 1 time á 75/90 min. i alt 40 - 45 timer årligt.

Massage og sundhed er valgfaget, hvor eleverne tilegner sig viden om kroppens muskler og dens funktioner. Vi kommer rundt om de basale og grundlæggende ting, hvor de fx lærer:

- at lægge is på en skadet ankel
- at massere en øm lægmuskel, skulder eller nakke
- viden om muskler
- at tape en fod ind

Det er et afslappende og afstressende valgfag, som eleverne skal vælge, hvis de vil forkæle deres krop samtidig med, at de lærer en masse om kroppens anatomi.

Team-Gym

Faget tilbydes som et valgfag.

Det ugentlige timetal er 1 time á 75/90 min. i alt 40 - 45 timer årligt. Timerne ligger i primært i vinter og forårsperioderne + aftentræninger.

Hele træningen og faget er bygget op fra DGFs tre-benede konkurrence, hvor vi laver en gymnastisk rytmisk serie, springer på bane, og springer i trampet, hvoraf det ene spring er over Pegasus. I undervisningen bliver der lagt vægt på teknik, sværhedsgrad og sammenhold. Der arbejdes med koncentration og de psykiske aspekter der opstår i en konkurrencesituation. Træningen har fokus på koordination, rytme og kraft.

Herudover kan der ud over undervisningstiden bruges tid på deltagelse i konkurrencer samt træning sammen med andre efterskoler.

Mountainbike

Faget tilbydes som et valgfag.

Det ugentlige timetal er 1 time á 75/90 min. i alt 40 - 45 timer årligt.

Undervisningens formål er, at lære efterskoleeleverne glæden ved at cykle i naturen.

Undervisningen kan indeholde:

- Køreteknikker
- Vedligeholdelse, rengøring og viden om cyklen
- ture på landevejen og i terræn
- socialt samarbejde og holdoplevelse
- spinning

Indoor bike

Faget tilbydes som et valgfag.

Det ugentlige timetal er 1 time á 75/90 min.

Formålet med valgfaget er at eleverne får udfordret sig selv på styrke, kondition og udholdenhed ved hjælp af cykling på indoor bikes. De skal opnå bedre bevidsthed om deres egen krop, og de skal opleve at presse sig selv samtidig med at det skal være sjovt at træne.

Indhold

Eleverne har hver sin indoor bike, som de kører på. Holdet kører til musik instrueret af læreren, som har tilrettelagt et program, hvor der køres i forskellige tempi og med forskellig belastning. Der varmes op og køles ned, samt strækkes ud i slutningen af timen

Indoor bike instuktør

Faget tilbydes som et valgfag i vinterperioden, 20 timer samlet.

Det ugentlige timetal er 1 time á 75/90 min.

En international anerkendt instruktøruddannelse i samarbejde med Bike Academy, under den forudsætning, at eksamen bliver bestået. Undervejs i uddannelsen skal eleverne undervises i musikkendskab, anatomi & fysiologi, træningslære, softwarekendskab og instruktørens rolle.

Forløbet er praktisk og teoretisk.

Under forløbet vil eleverne skulle deltage i større events i Danmark, som primært ligger i weekender.

Yoga

Faget tilbydes som et valgfag.

Det ugentlige timetal er 1 time á 75/90 min. i alt 40 - 45 timer årligt.

Valgfaget Yoga er inspireret af et 5000 år gammelt træningssystem for krop og sind. Undervisningen vil være sammensat af yogaøvelser og åndedrætsøvelser, yogalege og vil altid slutte af med en afspænding, hvor man finder roen på sin egen yogamåtte.

Det er en indadvendt form for fysisk og psykisk aktivitet, der også styrker kroppens muskler og bidrager til øget kropsbevidsthed.

Fokus ligger således på smidighed, stræk, styrke, stilhed, balance, afspænding, på at være til stede i sig selv med overskud og energi og på at dyrke fællesskabet i timerne.

Friluftsliv

Friluftsture er en obligatorisk del af efterskoleopholdet, og derudover udbydes friluftsliv som valgfag. Faget er ikke prøveforberedende, og består af ture á 1-5 dage.

Formål.

Gennem oplevelser i og med naturen får eleverne mulighed for at få et personligt forhold til naturen.

Viden og indsigt skal medvirke til, at eleven udvikler forståelse for samspillet mellem menneske og natur, og derved skabe en ansvarlighed overfor naturen.

Fællesoplevelser styrkes i kraft af vores gensidige afhængighed i naturen.

Indhold.

Med udgangspunkt i "oplevelsen", arbejder vi alsidigt med naturen, men altid ud fra den holdning, at vi arbejder med og ikke mod naturen.

Forskellige færdigheder indlæres som en naturlig del af friluftaktiviteter.

Turforberedelser og overnatning i det fri, motiverer og inspirerer eleverne til at færdes i naturen og giver dem en grunderfaring.

Aktiviteterne kan være: vandreture, cykelture, pionering, lave mad udendørs, undersøge vandløb, ridning, kano, tømmerflåder, lytte til fuglesang, rapelling m.m.

Musik

Faget tilbydes som valgfag.

Det ugentlige timetal er 1 lektion à 75/90 min pr. hold. I alt 40 - 50 timer pr. år. Der er mulighed for at deltage på op til 2 musikhold. Faget er ikke prøveforberedende.

Formål:

Formålet med undervisningen er at give eleverne mulighed for oplevelser og personlig udvikling på det musikalske område.

Endvidere at eleverne oplever nogle af musikkens muligheder og motiveres til yderligere musikalsk aktivitet, som udøver og som lytter.

Indhold:

Indholdet i undervisningen er hovedsagelig kor og rytmisk sammenspil, men indeholde også musikteori og musikorientering.

Kreativt værksted / Crea

Faget tilbydes som et valgfag.

Det ugentlige timetal er 1 time á 75/90 min. i alt 40 - 45 timer årligt.

Formål:

Da faget er et valgfag, er formålet først og fremmest, at eleverne gennem selvvalgte opgaver erhverver sig kendskab til fremgangsmåder, som kan anvendes ved arbejdet med fremstilling af produkter i henholdsvis, ”kreativ” og ”design”, samt viden om redskaber og materialer som benyttes.

Indhold:

Kreativ:

Gennem undervisningen udvikles elevernes praktiske færdigheder, indsigt, materialekendskab og kritiske sans omkring faget. Der arbejdes hovedsagelig med tekstiler fx fremstilling af beklædningsgenstande samt med fremstilling af malerier på lærred.

Design:

Gennem undervisningen udvikles elevernes praktiske færdigheder, indsigt, materialekendskab og kritiske sans omkring faget. Der arbejdes hovedsagelig med fremstilling af beklædningsgenstande og brugsgenstande ud fra elevens eget design. I dette fag er der fokus både på processen og produktet.

Billedkunst

Faget tilbydes som et valgfag.

Det ugentlige timetal er 1 time á 75/90 min. i alt 40 - 45 timer årligt.

Formål:

Formålet med undervisning i billedkunst er, at eleverne ved at skabe, opleve og analysere, tilegner sig lyst og grundlag for at udtrykke sig i og med billeder. (Fagets billedbegreb omfatter to- og tredimensionale billeder.)

Indhold:

Gennem arbejdet skal eleverne lære at bruge og forstå billedsproget som et personligt meddelelses- og udtryksmiddel.

Eleverne skal stifte bekendtskab med dele af kunsthistorien.

Der arbejdes med tegne-, male- og skulpturopgaver for der igennem at få indsigt i og kendskab til materialer og arbejdsmetoder.

Gør-noget-godt

Faget tilbydes som et valgfag.

Det ugentlige timetal er 1 time á 75/90 min. i alt 40 - 45 timer årligt.

Valgfaget hedder ”gør noget godt”... for andre, dig selv, for Vedersø, for naturen eller noget helt andet. Det kan være en time med høj puls og sved på panden - fordi det netop er dét, vi trænger til den dag.

Eller det kan være en cykeltur til havet for at blive blæst igennem, hvis hovederne trænger til det. Samtidig kan det også være, at vi tager en skraldesæk i hånden og samler affald langs vejen, hvis vi vil gøre noget godt for andre.

Eller luger ukrudt hos en borger i Vedersø, der ikke selv kan. Hver gang valgfaget kører har vi ”jathatten” på. Så bliver det altid godt

Girl power

Faget tilbydes som et valgfag.

Det ugentlige timetal er 1 time á 75/90 min. i alt 40 - 45 timer årligt.

Girl power er et valgfag for piger, der har lyst til at brænde noget krudt af sammen med andre piger. Vi kommer til at lave forskellige former for træning, både i naturen og indendørs, og de får en masse inspiration til egen træning og steder, hvor man kan træne.

Ung mad

Faget tilbydes som et valgfag.

Det ugentlige timetal er 1 time á 90 min. i alt ca. 45 timer årligt.

Ung mad er for dig, som gerne vil lære at lave små fikse retter fra bunden af, som du kan imponere forældre og venner med.

Herudover vil du lære om god køkkenhygiejne, at være kreativ i køkkenet, reducere madspild og være miljøbevidst samtidig med, at du sparer penge på madbudgettet.

Lyder dette som noget for dig, så er det Ung mad valgfaget, som du skal vælge.

Girls' Corner

Faget tilbydes som et valgfag.

Det ugentlige timetal er 1 time á 75/90 min. i periode 2, i alt ca. 15 timer årligt.

Girls' corner er et valgfag for piger, hvor der lægges vægt på ægte tøsehygge. Vi skal blandt andet lære at drikke kaffelatte og hækle, og derudover lære os selv bedre at kende, og have en masse snakke om dilemmaer, efterskole og andre pigede ting.

Salsation

Faget tilbydes som et valgfag.

Det ugentlige timetal er 1 time á 75/90 min. i alt 40 - 45 timer årligt.

Navnet Salsation – er skabt ud fra et mix af ordene: SALSA og SENSATION:

SALSA, ikke som stilartern, men fra det spanske ord, som betyder 'sovs', derved et mix af forskellige rytmer, kulturer og en blanding af functional training, lyrical expression og musicality - den måde koreografiene er bygget op og vi både følger og føler musikken.

SENSATION, den følelse, der bliver skabt med musikken, dansen og hele blandingen, der udgør Salsation. The whole experience!

Formål:

Eleverne skal stifte bekendtskab med Salsation, som er inspireret af forskellige kulturer, danse (stilarter) og fitnessprogrammer og lægger stor vægt på musikalitet og 'spillet' mellem instruktør og deltagere. Det er god motion for både krop og sind, hvor energien er høj uden, at det føles hårdt.

FLEX timer

FLEX-timerne har en varighed af 75 min. og varierer mellem følgende 4 aktiviteter, som kører i et rul.

Kompetencetime

Eleverne arbejder typisk sammen i mindre grupper f.eks. værelser, mentorgrupper, familiegrupper eller klasser. Det kan også være hele elevholdet sammen. Formålet er at udvikle elevernes kompetencer indenfor flere forskellige områder. Det kan bl.a. være sociale kompetencer, at føle ansvar for sig selv og andre, at udvise respekt og accept af andre. Det kan være udvikling af samarbejdskompetencer og teambuilding. Formålet er at eleverne får noget at reflektere over og arbejde med i den udvikling og dannelse de gennemgår og tilegner sig på Vedersø Idrætsefterskole.

Mentoraktivitet

En mentorgruppe består af to-tre værelser, der har tilknyttet én lærer. Formålet med mentoraktiviteterne er at styrke relationen i mentorgruppen både blandt eleverne, men også blandt eleverne og den lærer, der er tilknyttet.

Familieaktivitet

En familiegruppe består af to-tre værelser, der har tilknyttet én lærer. Formålet med familieaktiviteterne er at styrke relationen i familiegruppen både blandt eleverne, men også blandt eleverne og den lærer, der er tilknyttet.

VI-TI møder

Et møde vore hele skolens personalen gennemgår de kommende måneders kalender og større begivenheder. Eleverne har fri aktivitet disse gange, hvor der evt. kan være springtilbud med en timelærer.

Lektietime - aften

Der er på skemaet fast afsat 1 time om dagen til lektielæsning. Eleverne har her mulighed for at sidde i lektiecafé eller på værelset.

Formålet er at give eleverne mulighed for at tilegne sig gode studiemønstre og rutiner, bl.a. gennem selvopsøgende vejledning og tid til faglig fordybelse. Eleverne skal lære at tage ansvar for egen forberedelse til undervisningen.

I lektiecaféen er der mulighed for individuel undervisning og vejledning.

Uddannelsesvejledning

Formål:

Formålet med uddannelsesvejledningen er, at den enkelte elev tilegner sig et bredt kendskab til uddannelses- og erhvervsmuligheder og indser værdien af at gennemføre en uddannelse.

Gennem orientering og vejledning skal eleven opnå mulighed for at forberede sit uddannelses- og erhvervsvalg ud fra egne forudsætninger, behov, holdninger og samfundsmæssige muligheder.

Personlig rådgivning og vejledning, fra henholdsvis kontaktlærer og uddannelsesvejleder, skal medvirke til, at eleven opnår erkendelse af egne forventninger og kompetencer og med baggrund i disse bliver i stand til at udarbejde en personlig uddannelsesplan.

Indhold:

Vejledningen foregår i en vekselvirkning mellem fælles orientering og personlig samtale, samt besøg på og af ungdomsuddannelsesinstitutioner. På baggrund af dette udarbejdes en personlig uddannelsesplan. Endvidere gennemføres der på 10. klassetrin en projektuge som tager sit udspring i elevens fremtidige erhvervsvalg. Den såkaldte ”selvvalgte opgave”.

Inklusion

I henhold til lov nr. 1350 af 21. december 2012 tilbyder Vedersø Idrætsefterskole supplerende undervisning og anden faglig støtte til elever, der har brug for støtte, og som ikke alene kan

understøttes ved brug af undervisningsdifferentiering og holddannelse, med henblik på elevens inklusion i den almindelige undervisning.

Vi tilbyder de omtalte elever supplerende undervisning eller anden faglig støtte samt personlig assistance, hvis der er behov for det.

Tilbuddet kan bestå af:

1. Supplerende undervisning enkeltvis eller på mindre hold
2. 2-lærer ordning i niveaudelte klasser, hvor den ekstra lærer specifikt hjælper de omtalte elever.
3. Desuden lektiehjælp, personlig vejledning og coaching

Elevens faglærer evaluerer løbende det supplerende tilbud, både sammen med eleven og med forældrene. Evaluering sammen med eleven foregår 1 gang om måneden eller ved logiske overgange til nye fagområder. Evaluering med forældrene foregår ved forældresamtaler, som er planlagt til ca. 3 gange pr. skoleår.

Rengøring

Rengøring er obligatorisk, med 20 + 20 min. hver dag, samt 2 timer pr. uge til ugentlig rengøring af værelse og område.

Formål:

At eleverne får forståelse for betydningen af hygiejne, og at eleverne gennem rengøring og vedligeholdelse af skolen udvikler deres ansvarsfølelse over for stedet og de ting, de omgås. Desuden vil eleverne gennem ovenstående også erhverve sig kendskab til og færdighed i brug af almindelige rengøringsmetoder, kendskab til forskellige rengøringsmidler og deres anvendelse, indarbejde hensigtsmæssige arbejdsstillinger, samt erhverve sig kendskab til rengøringsmidlers påvirkning af miljøet.

Indhold:

Daglig og en grundig ugentlig rengøring af både elevværelser og skolens lokaler. Dette foregår i små hold, som skifter område hvert kvartal.

Eleverne bliver både undervist fælles, i grupper samt individuelt omkring indhold og formål.

Køkkenpraktik

Formålet med undervisningen er, at eleverne opnår viden og indsigt i kostplanlægning, ernæringslære, madlavning og hygiejne.

Det tilstræbes, at eleverne lærer praktiske færdigheder inden for madlavning, bagning og rengøring.

Eleverne bliver oplært i at arbejde selvstændigt og der søges opnået en respekt og forståelse for det daglige arbejde i et køkken.

Eleverne deltager i hold á 2-3 i arbejdet i skolens køkken i en uge i løbet af skoleåret.

Praktisk projekt

Faget er obligatorisk for de, som ikke har tysk eller fysik.

Det ugentlige timetal er 2-4 timer á 75 min., i alt 80-160 timer árligt.

Formål:

Formålet med undervisningen er at give elever med mindre boglig interesse mulighed for at udvikle de praktiske færdigheder. Samtidig støttes udviklingen af det ansvar og den glæde, der ligger i at klare praktiske opgaver.

Indhold:

Undervisning og praktisk erfaring i brug af værktøj, materialelære, plantelære, havepasning m.m. Arbejdet planlægges i samarbejde med pedellen.

Obligatorisk Selvvalgt Opgave (10. klasse)

Selvvalgt opgave er et selvstændigt arbejde med en problemformulering ud fra et overordnet emne.

Arbejdet tager udgangspunkt i den enkelte elevs uddannelsesplan og erhvervsbesøg, og produktet skal inkludere en messestand på skolens uddannelses-messe.

Den selvvalgte opgaves indhold præsenteres for andre elever ved en mundtlig præsentation på uddannelsesmessen, og bliver i gennem hele processen fulgt og vurderet af minimum to vejledningslærere.

Derudover skal eleven mindst aflevere en dagbog over forløbet.

Opgaven bliver til i et arbejdsforløb på 5 skoledage samt i fritiden.

Dansk som 2. sprog

Faget tilbydes som et valgfag.

Det ugentlige timetal er 2 timer á 75/90 min. i alt 80 - 90 timer árligt.

Skolen tager udgangspunkt i undervisningsministeriets fælles mål om faget.

Formålet med undervisning er, at tosprogede elever skal udvikle sproglige kompetencer med udgangspunkt i deres samlede sproglige forudsætninger, sådan at eleverne kan forstå og anvende talt og skrevet dansk. Undervisningen skal fremme elevernes lyst til at bruge dansk, og den skal udvikle deres bevidsthed om dansk kultur, sprog og sprogbrug samt om sprogtilegnelse.

Stk. 2. Faget dansk som andetsprog skal gøre eleverne bevidste om sprog og sprogtilegnelse med henblik på en aktiv og ligeværdig deltagelse i skole og samfund samt forberede til videre uddannelse.

Stk. 3. Faget dansk som andetsprog skal styrke elevens følelse af selvværd og fremme deres oplevelse af sprog som kilde til udvikling af personlig identitet.

Kulturelle forhold

Det kulturelle aspekt udgør en vigtig del af undervisningen for tosprogede elever på begge afdelinger. For at forstå og leve i det danske samfund er der en masse kulturelle ting, som det er en fordel at vide noget om. Dette gør hverdagen nemmere, og man undgår dermed ellers problematiske situationer.

Undervisningens organisering

Undervisningen gives i den valgblok, hvor faget er placeret. Undervisningen kan foregå både på små hold og som eneundervisning.

På idrætsefterskolen foregår alt undervisning undtagen fremmedsprogsundervisning på dansk. Vi tilbyder også eleverne, ud over den generelle sproglige hjælp disse elever har behov for, at der nogle bestemte tidspunkter i ugeplanen kan få hjælp til lektierne hos en lærer. Ordningen fungerer som ekstra undervisning i faget dansk.

Derudover vil elever i mødet med de danske elever gennem efterskoleopholdet, vil de uundgåeligt blive bedre til at forstå, tale og skrive dansk i forskellige situationer.

IGCSE English

Faget er obligatorisk for TI-eleverne

Det ugentlige timetal er 2 lektioner à 75 min pr. hold. I alt ca 80 timer pr. år.

Engelsk som andetsprog

Formålet med faget er at eleverne tilegner sig nok viden og kompetencer til at bringe deres engelsk op på et niveau, hvor de kan bruge det aktivt, både skriftligt og mundtligt, i senere studie- og arbejdsmiljøer, hvor engelskkundskaber på et højt niveau er påkrævet.

Indhold:

Der benyttes i undervisningen autentiske kilder, som eleverne selv har indflydelse på, og der veksles mellem læsning, skrivning, lytning og tale i timerne. Undervisningen foregår udelukkende på engelsk.

Der gennemgås ikke et specifikt pensum og der fokuseres i stedet på opbygningen af særlige kompetencer, der er nødvendige for at opfylde formålet såsom et avanceret ordforråd, evnen til at føre samtaler på et højt plan og klar og effektiv skriftlig kommunikation.

Engelsk som førstesprog

Formål:

Generelt ligesom ovenstående, men her arbejdes der specifikt mod at finpudse og forbedre allerede meget gode engelskkundskaber for elever, der enten allerede har bestået engelsk som andetsprog tidligere eller som har engelsk som modersmål.

Indhold:

Igen som engelsk som andetsprog, bortset fra at alle aspekter af undervisningen trækkes op på et højere niveau end tilfældet er med engelsk som andetsprog. Kravene if. m. prøverne er også skærpede og der arbejdes derfor endnu mere med finpudsningen af de eksisterende engelskkundskaber for at øge chancerne for et godt resultat.

Ekstra engelsk

Der tilbydes ekstra engelsk både for første og andetsprogs elever ved siden af den almindelige engelsk undervisning for elever, der har behov for særlig hjælp med specifikke dele af det gennemgåede materiale eller som ønsker at yderligere udvikle deres engelskkundskaber.

IGCSE Science

Faget er obligatorisk for TI-eleverne

Det ugentlige timetal er 3 lektioner à 75 min pr. hold. I alt ca 120 timer pr. år.

Combined Science

Formål:

Formålet for faget er at øge elevernes viden om biologi, fysik og kemi, jf. et omfattende pensum, gennem både teori og praksis.

Ligeledes, så er formålet at give eleverne en forståelse for de grundlæggende principper bag de tre fagområder, så de får de nødvendige naturvidenskabelige kundskaber for at kunne fortsætte med lignende studier på næste uddannelsestrin, hvad enten det er det almene gymnasium eller IB.

Indhold:

Der følges et nøje tilrettelagt pensum, der er udarbejdet af Cambridge International Examinations. Der kan læses mere om indholdet i pensum via dette link:

<http://www.cambridgeinternational.org/programmes-and-qualifications/cambridge-igcse-science-combined-0653/>

Der tilbydes ekstra “sciences” for elever som enten har brug for yderligere støtte eller som ønsker endnu større udfordringer end faget i forvejen tilbyder.

Co-ordinated Science

Der tilbydes yderligere “co-ordinated science”, hvor pensum og indhold er på et endnu højere niveau end det normale pensum. Dette fag er kun for de allerdygtigste elever, og her arbejdes der på at udbygge i forvejen meget gode færdigheder inden for faget.

IGCSE French

Faget tilbydes som et af tre sprogvælgfag, hvoraf det ene kan vælges.

Det ugentlige timetal er 2 timer á 90 min. i alt 90 timer årligt.

Formål:

Formålet med faget er at lære eleverne grundlæggende fransk uanset deres tidligere erfaringer med sproget. Der arbejdes frem mod en mundtlig eksamen i faget, og frem mod at gøre eleverne i stand til at følge mere avanceret franskundervisning på uddannelsestrin.

Indhold:

Der arbejdes med grammatik og kilder, der afspejler de enkelte elevers niveau, og der veksles mellem læsning, skrivning, lytning og tale. Der følges ikke et specifikt pensum, men i stedet arbejdes der på tilegnelsen eller forbedringen af specifikke sproglige kompetencer, der skal udgøre fundamentet for senere franskundervisning.

Der tilbydes desuden begynderfransk for elever helt uden forudgående franskundervisning.

IGCSE German

Faget tilbydes som et af tre sprogvagfag, hvoraf det ene kan vælges.

Det ugentlige timetal er 2 timer á 90 min. i alt 90 timer árligt.

Formål:

Formålet med faget er at tilbyde et indhold, der afspejler elevernes divergerende niveauer i tysk, så de alle kan øge deres viden og kompetencer inden for mundtlig og skriftlig tysk, da der specifikt arbejdes hen mod en klargøring til tyskundervisning på højere niveauer på næste uddannelsestrin.

Indhold:

Der følges ikke et specifikt pensum i tysk, så der arbejdes gennem læsning, skrivning, lytning og tale målrettet mod tilegnelsen af kompetencer, der er nødvendige for en senere udbygning af tyskkundskaberne eller for sprogets brug i arbejds- eller fritidsmæssige sammenhænge.

IGCSE Spanish

Faget tilbydes som et af tre sprogvagfag, hvoraf det ene kan vælges.

Det ugentlige timetal er 2 timer á 90 min. i alt 90 timer árligt.

Formål:

Formålet med faget er at tilbyde et indhold, der afspejler elevernes divergerende niveauer i spansk (fra begynder-, andetsprogs- og til første-sprogsniveau), så de alle kan øge deres viden og kompetencer inden for mundtlig og skriftlig spansk, da der specifikt arbejdes hen mod en klargøring til spanskundervisning på højere niveauer på næste uddannelsestrin.

Indhold:

Der følges ikke et specifikt pensum i spansk, så der arbejdes gennem læsning, skrivning, lytning og tale målrettet mod tilegnelsen af kompetencer, der er nødvendige for en senere udbygning af spanskundskaberne eller for sprogets brug i arbejds- eller fritidsmæssige sammenhænge.

TI project

Faget er obligatorisk for TI-eleverne som ikke har valgt et af sprogfagene French, Spanish eller German

Det ugentlige timetal er 2 timer á 75 min. i alt 60 timer árligt.

Målet med TI Project er at give eleverne nogle faglige og personlige kompetencer således det kan gøre dem til aktive medspillere i deres kommende uddannelse og arbejdsliv. Når året er omme, er det vores klare mål, at eleverne skal kunne håndtere følgende områder:

- lytte og respektere hinanden
- tage initiativ og ansvar
- give og modtage kritik
- udfordre sig selv og turde møde det ukendte
- finde kreative indfaldsvinkler til at løse opgaver
- finde, håndtere og formidle viden, på både traditionelle og utraditionelle måder

Arbejdsformer vil primært være gruppeprojekter, hvor den enkelte elevs ansvar for sig selv og gruppen vil være i højsæde. Det er i disse situationer, eleverne lærer at forholde sig kritisk til hinanden. Denne arbejdsform er både funktionel og relevant i vores moderne samfund og vil stille meget store krav til elevernes selvdisciplin og arbejdsindsats. Alle projekter tager udgangspunkt i reelle situationer, og disse formidles videre til relevante brugergrupper. Der vil derfor også blive arbejdet med forskellige måder at fremlægge på.

IGCSE Maths

Faget er obligatorisk for TI-eleverne

Det ugentlige timetal er 3 lektioner á 75 min pr. hold. I alt ca 120 timer pr. år.

Formål:

Niveauerne i faget veksler fra dansk 9. klasse til dansk 1. g, og faget er derfor inddelt i flere klasser efter netop niveau, så formålet om at gøre alle eleverne klar til videre læring på højere uddannelsestrin opnås bedst muligt.

Indhold:

Der følges et af Cambridge International Examinations fastsat pensum.

For at læse mere om indholdet, følg dette link:

<http://www.cambridgeinternational.org/programmes-and-qualifications/cambridge-igcse-mathematics-0580/>

Der tilbydes også ekstra matematik for både svage og stærke elever i faget, hvor der arbejdes specifikt med det indhold som den enkelte elev har det svært med eller hvor elever søger yderligere udfordringer.

IGCSE Global Perspectives

Faget er obligatorisk for TI-eleverne

Det ugentlige timetal er 2,5 lektioner à 75 min pr. hold. I alt ca 100 timer pr. år.

Formål:

Formålet med faget er at give eleverne viden om globale problemstillinger, perspektiver og evnen til at tænke kritisk og analytisk om verden og dens udfordringer og dynamikker.

Derudover er formålet at lære eleverne god, professionel research og at give dem evnerne til at skrive velformulerede og velargumenterede opgaver samt at lave gennemarbejdede, velforberejdede projektlejede gruppeopgaver – og hvor begge typer opgaver bygger på fakta, og velbalanceret analyse efter grundig indledningsvis og løbende instruktion om opbygning og opgaveteknikker.

Indhold:

Gennem oplæg, klassediskussioner, selvstændig research, udfærdigelsen af forskningsrapporter og samarbejde med andre elever fra skolen og med mennesker fra andre lande, opbygges der specifikke, for faget, kompetencer; kompetencer som eleverne bruger til at undersøge og analysere selvvalgte underemner indenfor lærervalgte emner.

Disse lærervalgte emner er valgt ud fra en liste af emner, som er stipuleret af Cambridge International Examinations - disse emner introduceres og gennemgås ved hjælp af “case studies”, hvor der gives kontekst for emnerne ved hjælp af virkelige eksempler.

Der er ikke et fast pensum for faget som sådan men nærmere fastsatte rammer for indholdet – det specifikke indhold og måden det formålet opfyldes på er primært sammensat af den enkelte faglærer.

Der kan læses mere om rammerne for faget her:

<http://www.cambridgeinternational.org/images/252230-2018-2020-syllabus.pdf>

International relations

Faget er obligatorisk for TI-eleverne

Det ugentlige timetal er 1 lektion à 75 min pr. hold. I alt ca 45 timer pr. år.

Formål:

Formålet med dette fag er at gøre eleverne i stand til at agere og navigere i og blandt andre kulturer på en respektfuld og professionel måde. Desuden er formålet med faget at øger eleverne kulturelle empati til gavn for sammenholdet og kulturen på den internationale afdeling, hvor eleverne kommer fra hele verden.

Der arbejdes med praktiske eksempler, “case studies”, teori og rollespil for at giver eleverne de nødvendige kompetencer for at kunne begå sig i en interkulturel verden.

Faget er obligatorisk for 9.kl

Exercise

Det ugentlige timetal er 1 time af 60 min., i alt 40 timer pr. år.

Formålet med undervisningen i idræt er, at eleverne gennem alsidige idrætslige oplevelser, erfaringer og refleksioner opnår færdigheder og tilegner sig kundskaber, der giver mulighed for kropslig og almen udvikling.

Eleverne skal have mulighed for at opleve glæde ved og lyst til at udøve idræt og udvikle forudsætninger for at forstå betydningen af livslang fysisk udfoldelse i samspil med natur, kultur og det samfund, de er en del af. Eleverne skal opnå indsigt i og få erfaringer med vilkår for sundhed og kropskultur.

Undervisningen skal give eleverne forudsætninger for at tage ansvar for sig selv og indgå i et forpligtende fællesskab.

Vigtige elementer i undervisningen er fair play og en sund konkurrenceånd, hvor "det ikke gælder om at vinde for enhver pris", og hvor alle kan være med.

Desuden motiveres til fortsat fysisk aktivitet.

Indhold:

Eleverne vil blive præsenteret for og få gennemgået atletik og boldbasisspil samt de etablerede boldspil. Derudover vil springgymnastik være en del af undervisningen.

Assembly, storytelling - morgen, middag og aften

Det ugentlige timetal er 4,33 timer, i alt 129,9 timer pr. år.

Undervisningen er ikke prøveforberedende.

Formålet med fortællertimerne, morgensang og aftensang er, at give eleverne en fælles fortælleoplevelse og opfylde skolens formål om at bibringe eleverne de værdier, der er overleveret os i dansk kultur.

Det sker gennem fortællinger, hvor eleverne kan møde værdier, livstolkninger og erfaringer, sådan som det kan opleves i historiske beretninger, litteratur, mytologi, fremmede kulturer og den folkelige overlevering. Indlevelsen i andre menneskers verden i fortid og nutid vægtes højt.

Indhold i storytelling:

- a) Historiske fortællinger fra især Europa.
- b) Fortælling af og om litterære og mytologiske værker og strømninger.
- c) Aktuel orientering om bl.a. politiske, kulturelle og religiøse emner.

- d) Orientering om verdenshistoriske brændpunkter.
- e) Fællessang.
- f) Erhvervsorientering.
- h) Hygiejne, ernæringslære og seksualoplysning.

Undervisningsformen er fortælling/foredrag ved efterskolens lærere suppleret med gæstelærere.

Indhold i morgensamling:

International nyhedsudsendelse med det formål at skabe overblik, følge den aktuelle samfundsdebat og lægge op til refleksion.

Indhold i aftensamling:

Ud fra det overordnede formål fortælles der om vedkommende emner til oplysning om menneskelivet. Dvs. at læreren fortæller noget, som læreren synes er væsentlig i forståelsen og tolkningen af tilværelsen som menneske. Derudover synger vi fællessange.

Sing-Along

Faget er obligatorisk med 40 minutter ugentligt, i alt ca. 20 timer pr. år.

Faget er ikke prøveforberedende.

Formålet med undervisningen er, at eleverne får et bredt kendskab til sang, og at de som elevhold får oplevelsen af fællessang.

Repertoiret omfatter sange, salmer, viser m.m.. Vi vil anvende tekster med et bredt indhold – også periodemæssigt, samt nye og gamle melodier. Sangene vil primært være på engelsk, men eleverne skal også støde på danske og andre sprog.

Gennem sangundervisningen vil vi gerne motivere elevernes lyst til at synge, og arbejder på at lysten forbliver iboende, også når de har forladt vores skole.

Mandatory Study Hall

Det ugentlige timetal er 2,5 time á 75 min. i alt 100 timer årligt.

Formålet:

Denne obligatoriske lektiecafé foregår i klasserne, så eleverne kan koncentrere sig om de lektier, de skal have gennemarbejdet. Der er faglærere til stede, og der tilbydes derfor hjælp indenfor alle fagområder.

Model United Nations + event

Faget tilbydes som et valgfag.

Det ugentlige timetal er 1 time á 75/90 min. i alt 40 - 45 timer årligt.

Dette fag bygger på det verdensomspændende scenarie-koncept, hvorved eleverne får mulighed at indgå i et simuleret spil, der i så stor grad som muligt giver eleverne mulighed for at agere som FN-ambassadører indenfor en valgt problemstilling.

Selve faget gør eleverne i stand til at forstå globale problemstillinger og øge deres viden om FN-parlamentarisk arbejde samt forbedrer deres kompetencer inden for forhandling og offentlig tale.

Sociology / Psychology

Faget tilbydes som et valgfag.

Det ugentlige timetal er 1 time á 75/90 min. i alt 40 - 45 timer årligt.

Formål:

Formålet med faget er at lære eleverne at forholde sig til sig selv og omverdenen gennem udforskningen af psykologiens grundelementer i samspil med sociologiens dynamikker i relation til disse.

Indhold:

Der gennemgås emner indenfor psykologi såsom personlighed, udvikling, det kognitive og det sociale aspekt og inden for sociologi indgår der emner, der relaterer sig direkte til det personlige plan og hvordan psykologi og sociologi påvirker hinanden i begge retninger.

Der følges ikke et specifikt pensum.

Film Art

Faget tilbydes som et valgfag.

Det ugentlige timetal er 1 time á 75/90 min. i alt 40 - 45 timer årligt.

I dette fag ses og analyseres diverse film, der i indhold og udtryk har særlig karakter og værdi som kunst, nu og i fremtiden. Gennem analysen får eleverne mulighed for at give deres ud på, hvordan og hvorfor filmene adskiller sig fra andre lignende film.

Creative Writing

Faget tilbydes som et valgfag.

Det ugentlige timetal er 1 time á 75/90 min. i alt 40 - 45 timer årligt.

I dette fag får eleverne mulighed for at lære at skrive kreativt, teknisk korrekt og underholdende indenfor flere teksttyper, så deres skriftlige sprog udvikles til gavn for senere skriftlige opgaver og/eller egne, fremtidige værker.

Der arbejdes med gennemgang af diverse teksttyper, deres særegenhed og hvordan eleverne selv kan tilegne sig de færdigheder, der er nødvendige for at kreere lignende tekster og indhold.

E-sport

Faget tilbydes som valgfag.

Det ugentlige timetal er 1 time á 150 min. i alt 80 timer årligt.

E-sport skal give eleverne mulighed for udvikle deres evner inden for samarbejde og strategisk tænkning indenfor gaming ved at deltage i de spil og aktiviteter, der optager deres hverdag på et højere socialt, og kommunikativt niveau.

Indhold:

I den praktiske vil eleven lære om spilviden og dygtiggørelse af sine skills indenfor spil.

Eleverne skal i forbindelse med undervisningen arbejde med og dygtiggøre sig indenfor holdsamarbejde, taktisk tænkning, problemløsning og kommunikation samt respektere andre gamere ud fra begrebet Fair Play.

Eleverne vil skulle lære at analysere, vurdere og evaluere egen kunnen og indsats i forhold til de spil de er med i, derved vil de kunne opnå et højere erkendelsesniveau, som også vil kunne komme dem til gavn i den øvrige undervisning, hvilket også er kompetencer som man senere i arbejdslivet vil få brug for.

Eleven vil i løbet af undervisningen lære om teori, teknik og strategi for at øge deres kompetencer inden for spillet.

Eleverne vil i løbet af året stifte bekendtskab med det konkurrencemæssige ift fx netparty på skolen og evt. turneringer mod andre efterskoler som fx til Ulfborgstævnet. Deltagelse og resultatet af disse turneringerne vil i sig selv være en god indikation af elevernes kunnen.

Undervisningen i E-sport skal dermed lede frem mod, at eleverne tilegner sig kundskaber og færdigheder, der sætter dem i stand til at:

- Identificere egne styrker og svagheder, for efterfølgende at kunne arbejde målrettet med disse
- Forstå fællesskabets styrker og gøre brug af disse
- Turde fejle og søge udfordringer i spillet
- Udøve fair play
- Udvikle sit individuelle niveau inden for håndbold
- Udvikle sig i samspillet med andre

Body Weight Training

Faget tilbydes som et valgfag.

Det ugentlige timetal er 1 time á 75/90 min. i alt 40 - 45 timer årligt.

Kropsvægt-stræning indebærer fysisk træning uden brug af vægte men i stedet med fokus på manuel styrke, hvorved eleverne lærer at bruge deres egne kroppe som

træningsredskab. Fokus er på styrkelsen af kroppen kerne og dermed at forbedre kropsholdning, manuel styrke i dagligdagen og det generelle konditionsniveau.

Mud Run

Faget tilbydes som et valgfag.

Det ugentlige timetal er 1 time á 75/90 min. i efterårsperioden P1 – dvs et timetal på ca. 13 timer.

Et fysisk krævende valgfag, der involverer primært interval træning samt funktionel styrketræning i skov og på strand , hvor eleverne, udover at opnå en væsentlig forbedring af deres form, trænes op til en konkurrence i adventure race/mud run.

Chinese for beginners

Faget tilbydes som et valgfag.

Det ugentlige timetal er 1 time á 75/90 min. i alt 40 - 45 timer årligt.

Formål:

Formålet med faget er at lære eleverne grundlæggende kinesisk uanset deres tidligere erfaringer med sproget.

Indhold:

Der arbejdes med grammatik og kilder, der afspejler de enkelte elevers niveau, og der veksles mellem læsning, skrivning, lytning og tale. Der følges ikke et specifikt pensum, men i stedet arbejdes der på tilegnelsen eller forbedringen af specifikke sproglige kompetencer, der skal udgøre fundamentet for senere undervisning i kinesisk.

Climate

Faget tilbydes som et valgfag.

Det ugentlige timetal er 1 time á 75/90 min. i alt 40 - 45 timer årligt.

Formålet med undervisningen i er, at eleverne udvikler lyst og evne til at forstå hverdagslivet i et samfundsmæssigt perspektiv og til at øge bevidstheden om klimaspørgsmål og lære mere om de globale udfordringer.

Undervisningen skal medvirke til, at eleverne udvikler samfundsbevidsthed, kritisk sans og færdighed i at iagttage, analysere og vurdere nationale og internationale klima udfordringer.

Den enkelte elev skal udvikle ansvarlighed for løsningen af fælles opgaver og projekter, og dermed kunne være med til at træffe foranstaltninger for være en del af løsningen.

Exploring Denmark

Faget tilbydes som et valgfag.

Det ugentlige timetal er 1 time á 75/90 min. i alt 40 - 45 timer årligt.

Dette valgfag skal give de studerende mulighed for at lære om dansk kultur, skikke og rejser rundt i Danmark for at udforske landet og få en bedre forståelse af dansk livsstil.

Media

Faget tilbydes som et valgfag.

Det ugentlige timetal er 1 time á 75/90 min. i alt 40 - 45 timer årligt.

Faget er sammensat af elementerne: **Foto, Video, Journalistik**

Foto-delen

Indenfor fotografi lærer eleverne de tekniske færdigheder, der er nødvendige for at tage levende, smukke og professionelle billeder og efterfølgende bearbejde dem i PhotoShop. I løbet af skoleåret får eleverne muligheder for at bruge deres færdigheder i forbindelse med arrangementer og dagligdagen på skolen.

Skolen har professionelt udstyr til rådighed som eleverne kan benytte sig af, og de lærer, desuden, at benytte deres eventuelle eget udstyr bedst muligt.

Video-delen

Indenfor video lærer eleverne de tekniske færdigheder, der er nødvendige for at optage levende, smukke og professionelle film og redigere dem efterfølgende i software-programmer. I løbet af skoleåret får eleverne muligheder for at bruge deres færdigheder i forbindelse med arrangementer og dagligdagen på skolen.

Skolen har professionelt udstyr til rådighed som eleverne kan benytte sig af, og de lærer, desuden, at benytte deres eventuelle eget udstyr bedst muligt.

Journalistik-delen

Du vil lære om og arbejde med kreativ kommunikation og digitale medier. Vi skal arbejde med forskellige skriveformer og modtagerrettet kommunikation. Vi skal arbejde med artikelformidling henvendt mod de digitale medier, samt interviewteknikker.

Enterprise and Skills

Faget tilbydes som et valgfag.

Det ugentlige timetal er 1 time á 75/90 min. i alt 40 - 45 timer årligt.

Enterprise & færdigheder er et valgfag designet til at udvikle færdigheder er nødvendige for at køre en lille virksomhed, kombineret med drama og interkulturelle færdigheder.

Hovedformålet er at give den studerende en bedre forståelse af arbejdspladsen i en global verden, lederevner og praktiske forretningsmæssige færdigheder.

Golf

Faget tilbydes som et valgfag.

Det ugentlige timetal er 1 time a 150 min. i alt 100 timer årligt.

Formål:

At forbedre den enkelte elevs tekniske evner inden for golfens forskellige områder /færdighedsområder. Dette vil ske ved praksis på skolen grunde med brug af video analyse, når det er relevant.

Studerende vil også få mulighed for hele året at spille på en golfbane, hvor de vil lære reglerne og etikette af spillet.

De vil også lære at evaluere forskellige situationer, de står over for på golfbanen, og hvad der skal påvirke køllevalg, når du slår til bolden.

Study Skills

Gode studieteknikker er essentielle for at opnå akademisk succes, og faget indeholder teknikker og forslag til hvordan læsning, lektie-lavning, opgaveskrivning, o. lign. kan optimeres.

Eksempler på gennemgåede studieteknikker er research, kildehenvisninger, effektiv læsning, og notetagning.

Corridor Meeting

Gangmødernes primære formål er at opbygge eller forbedre sammenholdet og det positive samarbejde på beboelsesgangene.

Dette foregår gennem teambuilding, gruppeopgaver og undervisning i blandt andet konfliktløsning og samtaleteknikker.

Team-building

Formålet i dette fag er at øge sammenholdskraften blandt eleverne gennem gruppeopgaver, der tvinger eleverne til at tænke empatisk, kreativt og socialt.

Gruppeopgaverne inkluderer hjernevrider, problemstillinger, kreative udfordringer, og rollespil.

Anderledes dage:

Skilejrscole

Skilejrscole er obligatorisk og har en uges varighed.

Formål:

Formålet er tredelt - den ski-mæssige side, den sociale side og den naturmæssige side.

Formålet er at eleverne bliver bedre til at stå på langrend og alpine discipliner. Alle skal have lært de basale teknikker i begge skidiscipliner. Formålet er ikke at køre stærkt, men at køre teknisk korrekt. Derudover skal eleverne opnå forståelse for, hvordan man klæder sig på i koldt vejr. Endelig skal eleverne lære de grundlæggende færdselsregler på pisten.

Eleverne bor i hytter af varierende størrelse. De skal inden for hytten få det hele til at fungere med hensyn til mad, samvær, rengøring o. lign.

Eleverne skal animeres til at have alle sanserne åbne på turene/ i naturen generelt, både for den naturmæssige oplevelse, men også for at lære at tyde vejrliget på vinterfjeldet.

Indhold:

Eleverne har 5 dage på ski, 2 langrendsdage og 3 alpin.

Langrend vil bestå af undervisning i de grundlæggende teknikker og ture ud på fjeldet.

Slalom vil bestå af undervisning i de grundlæggende teknikker og derefter en teknisk dygtiggørelse samtidig med at udfordringerne stiger mht. løjpernes sværhedsgrad.

Eleverne bliver fordelt i hytter og hver hytte skal få det til at fungere mht. det sociale, spisning og rengøring. Hver hytte får en vis mængde mad med fra skolen. Den skal tilberedes og afpasses, så der er nok til hele ugen. Socialt skal hytten fungere som en lille familie med alt hvad det indebærer af hygge og pligter. Mht. rengøring skal hytten hele tiden være ryddet op og slutrengøringen skal hytten selv klare.

Herudover vil der være fællessamlinger, lærerbesøg m.m.

Velkomstdag

Formålet med dagen er at byde nye elever og forældre velkommen og introducere dem til livet på efterskolen. Dernæst aktiviteter for eleverne af social karakter, hvor man lærer hinanden at kende.

Introuge

Eleverne præsenteres for klassen, kontakthold samt får kendskab til området omkring skolen. De får de første timer i de obligatoriske fag samt introduceres til valgfag. Eleverne oplever gennem turnusordning både boglige, kreative samt idrætslige fag. Ligeledes undervises de i de praktiske gøremål her på skolen så som rengøring, køkkenpraktik samt affaldssortering.

I denne uge begrænses elevernes egen fritid og organiserede aktiviteter vægtes, som har til formål at styrke elevernes sociale relationer.

Friluftstur

Formålet med turen er at udbygge samt styrke sociale relationer og undervise eleverne i friluftsliv.

Undervisningen består af hvordan man klarer sig i naturen, herunder bivuakbygning, madlavning over bål, færdsel i naturen, påklædning, kortlæsning, færdselslære, fællessang.

Styrkelse af de sociale relationer består af samarbejdsøvelser bl.a. omkring de praktiske opgaver. Der lægges vægt på fælles fritid med organiserede aktiviteter bl.a. bålaften, lege, aktivitetsløb.

Gymnastiktrænings- og terminsprøveugen

Formålet er at forberede eleverne til de afsluttende prøver. Prøverne forløber efter de af ministeriet foreskrevne retningslinjer omkring skriftlige prøver.

Gymnastikdelen består af undervisning og træning i de øvelser der leder frem til et fælles opvisningsprogram. Gennem gymnastiktimerne oplever og lærer eleverne at fælles resultat er afhængig af den enkeltes indsats undervejs.

Udlandslejrskole

Lejrskolen foregår i udlandet. Formålet er, at eleverne stifter bekendtskab med andre landes kultur og historie. Endvidere er det et formål at udbygge den tætte sociale kontakt og elevernes sociale kompetencer. Teambuilding er ligeledes et vigtigt element af indholdet.

Afslutningslejrskole

Lejrskolen foregår herhjemme og er obligatorisk.

Formålet er, at vi afslutter skoleåret med en tur væk fra skolen, hvor indholdet er fælles aktiviteter med lege, sang, dyste, samarbejde, spisning under lidt primitive forhold, brug af nærområdets muligheder for overnatning, sejlads, vandreture, seværdigheder

Endvidere er det et formål at udbygge den tætte sociale kontakt mellem eleverne som fælles afslutning på skoleåret.

Ulfborgstævne

Formålet med stævnet er, at eleverne afprøver de opnåede færdigheder inden for atletik og boldspil. Eleverne dystes med fem andre skoler ved stævnet. Alle elever deltager i minimum to aktiviteter på dagen, og den resterende tid bruges til opbakning og anerkendelse af andre deltagers præstationer.

Stævnedage/besøgsdage

Formålet med stævnedage, hvor eleverne både oplever rollen som værter og gæster, er at give eleverne et indblik i andre efterskoleers hverdag og værdier.

Mødet omkring idrætslig, eller anden aktivitet med andre efterskoleelever, er med til at give eleverne fællesskab – især i egne rækker, men også på tværs af skoler.

Stævnedagene giver eleverne indblik i hvordan efterskolelivet også kan formes, med alt hvad det indebærer af samvær, glæder, pligter, fag, osv.

UN/GP day

Denne dag er en projektdag, hvor eleverne opdeles alt efter hvor de skal hen på deres verdensrejser. For hver gruppe tildeles der en særlig relevant og aktuel problemstilling, som grupperne skal forsøge at adressere – dette gør de gennem research og udfærdigelsen af løsningsforslag til problemstillingerne.

Dagen afsluttes med gennemførelsen af paneldebatter, hvor de enkelt grupper skal argumentere professionelt og faktabaseret for deres respektive løsningsforslag. Disse paneldebatter er overhørt af samtlige elever samt et ekspertpanel – både elever og eksperter kan stille kritiske spørgsmål til de enkelte grupper, som skal forsøge at svare rationelt og udførligt.

De andre elever stemmer om vinderen, som vælges baseret på den bedste argumentation.

GP study days

Disse dage giver eleverne mulighed for at skrive på deres Global Perspectives-opgaver i flere timer ad gangen, hvorved de kan benytte sig af det momentum, de har opbygget i starten. De arbejder her frem mod deadline for den skriftlige opgave og dagene er vigtige for at sikre gennemarbejdede, kvalitative produkter.

Brobygning hos IB skoler

Mange af eleverne har eller får engelsk som deres foretrukne studiesprog, og derfor vælger mange at fortsætte på en engelsksproget uddannelsesinstitution på det næste uddannelsestrin.

Derfor tager vi på besøg hos nærliggende IB-skole, hvor de introduceres til indholdet, dagligdagen og strukturen på skolerne samt muligheden for at indgå i og overvære undervisningen på skolerne.

Sports Day

Den årlige sportsdag er en konkurrence mellem forskellige hold fra skolen, og der indgår både atletik og boldspil som en del af konkurrencerne. Formålet er at give eleverne en dag udenfor, hvor de kan være sammen i mere uformelle rammer men med samtidig fokus på fysisk aktivitet og sammenhold.

Outro Week

Outro-ugen indeholder et væld af sjove aktiviteter for eleverne med fokus på sammenhold og sjove oplevelser. Ugen fungerer som en positiv og aktiv afslutning på året. Programmet for ugen varierer fra år til år.

Young Enterprise Week

Formålet med denne projektuge er at give eleverne mulighed for at benytte de kompetencer og den viden de har tilegnet sig i faget Business Studies gennem opbygningen og ledelsen af diverse firmaer og organisationer.

Innovation og udvikling er en stor del af ugen, og de gruppebaserede projekter stiler mod at opfinde og udvikle produkter og firmaerne bag; og ugen afsluttes med en expo, hvor de forskellige firmaer og produkter udstiller for besøgende på skolen.

Super Bowl

I forbindelse med den årlige Super Bowl i amerikansk fodbold, lærer eleverne om reglerne, kulturen og dynamikkerne bag sporten og begivenheden. Det hele afsluttes med afholdelsen af et arrangement på skolen med amerikansk-inspireret mad, udsmykning og selve Super Bowl-finalen.

World Trip

Der udbydes hvert år 3 forskellige destinationer for verdensrejserne, som eleverne kan tilmelde sig. Turene fokuserer på interkulturel læring, og det overordnede formål er at lære om landet på et dybere niveau end blot det turistmæssige – derfor indgår der både historiske, kulturelle og samfundsrelevante indslag på turene, der typisk varer 2 uger.

European Exchange Trip

Formålet med den europæiske rejse er at lære om et andet lands kultur gennem indkvartering og oplevelser med lokale værtsfamilier. Der tilbydes 3 forskellige destinationer (1 for hver klasse), og der indgår både kulturelle, samfundsmæssige og sproglige oplevelser og udfordringer i løbet af den uge turene varer.

Tour of Denmark

Det overordnede formål med denne tur er sammenhold og at få en god, positiv afslutning på skoleåret samtidig med at eleverne får mulighed for at opleve lokale seværdigheder og særegenheder. Derudover er formålet at eksponere både danske og udenlandske elever for dansk historie og den kontekst det giver til dagen Danmark.

Showcase uger

Disse projektuger giver eleverne mulighed for at være kreative i et tæt samarbejde med andre elever om projekter, hvor der arbejdes tværfagligt og selvstændigt frem mod et endeligt, fælles resultat - et resultat, der via forskellige udtryksformer som for eksempel dans, kunst og multimedie viser inviterede gæster og familie hvad eleverne har lært i løbet af projektugerne og året, der gik.

CAS week

Community Action Service er en projektuge, hvor eleverne får mulighed for at indgå i humanitære projekter, der fokuserer på for eksempel, internationale eller lokale behov. Eleverne får flere valg, både geografisk og indholdsmæssigt og skal selvstændigt planlægge, forberede og udføre deres respektive humanitære projekter.

International Week

I forbindelse med verdensrejserne, får eleverne her, inden afgang, mulighed for at fordybe sig i de lande, hvor deres respektive rejser går til. De arbejder med attraktioner, kulturelle særegenheder og landefakta.

I løbet af ugen producerer eleverne kunst og multimedieprodukter, der indgår i en udstilling, der er besøgt af deres familier og andre elever.

GP Week

Denne projektuge har faget Global Perspectives som tema, og der arbejdes i dybden med højaktuelle emner. Eleverne arbejder med disse emner i grupper, som hver især har en specifik indgangsvinkel og et specifikt perspektiv på de valgte problematikker indenfor emnerne.

Det er projektbaseret arbejde, hvor eleverne opretter fiktive organisationer, der med hjælp fra eksterne eksperter (inviteret til skolen) opbygger deres organisation og planlægger samt udfører deres valgte projekter, som præsenteres for de andre elever sidst på ugen.

VidaRace

Formålet med dette event er at udfordre eleverne fysisk og mentalt, samt at tilbyde teambuilding gennem et opgave- og adventureløb. Der trænes til løbet i månederne op til løbsdagen, og der indgår både løb, cykling, forhindringer og hjernevrider i løbet.

Juledagene

Formål

Gennem juletraditioner vil vi med oplevelser og erfaring arbejde med at lade dem opleve samværet som en erfaringslæring men også med refleksiv læring ved gennem danske og kristne traditioner at arbejde med julen.

Mål:

At opleve glæden ved at gøre sig umage samt værdsættelse i forbindelse med julepynt, dekorationer mv.

At aktivt deltage og opleve dansk kultur som julelege, hygge, måltiderne. Gennem kirkegang, julesange og salme at vise og opleve dansk kristen kultur. Vedligeholde, samarbejde, ansvar i forbindelse med oprydning og rengøring samt undervisning heri. At give gode vaner til et liv efter skolen.

Gallafest / Prom

Gennem lancier og gallafesten vil vi vise forskel på hverdag og fest. Vi vil arbejde med påklædning og adfærd for at kunne begå sig i forskellige kulturer.

Skriftlige prøvedage

Formålet er, at eleverne her i gennem får mulighed for at kvalificere sig til deres videre vej i uddannelsessystemet. Prøverne forløber efter de af ministeriet foreskrevne retningslinjer omkring skriftlige prøver. (FP9 og FP10)

I den resterende tid indlægges der undervisningstimer, hovedsagelig i idrætslige og praktiske fag.

Mundtlige prøvedage

Formålet er, at eleverne her i gennem får mulighed for at kvalificere sig til deres videre vej i uddannelsessystemet. Prøverne forløber efter de af ministeriet foreskrevne retningslinjer omkring mundtlige prøver. (FP9 og FP10)

I den resterende tid indlægges der undervisningstimer i boglige, idrætslige og praktiske fag. Der tilbydes i moduler mulighed for individuel undervisning og vejledning i fagene som forberedelse til prøverne. Desuden har eleverne her mulighed for at fordybe sig i prøvefagene. I andre moduler har eleverne på skift til opgave at tilrettelægge og gennemføre aktiviteter for de øvrige elever. Hver dag indlægges to timers obligatorisk fælles undervisning, hovedsagelig af idrætslig karakter.

Fritid

Formålet er, at eleverne på eget initiativ bliver i stand til at begå sig i sociale sammenhænge. Fællesrummet skaber rammerne for aktiviteter af forskellig slags, både sociale, idrætslige, musiske og kreative. Aktiviteterne kan både være lærer- og elevstyret. Målet er, at eleverne i årets løb udvikler egenskaber og lyst til selv at være igangsættere.

Ovenstående indholdsplan for skoleåret 2020-21 er godkendt af skolens bestyrelse den 1-6-2020

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Else Trabjerg', is written over a horizontal line.

Else Trabjerg
formand