



TEAM SPIRIT
SIDEN 1958

Indholdsplan

2019-2020

SKOLENS GRUNDLAG

Skolens formål

Institutionen er oprettet af KFUMs Idrætsforbund i Danmark, og har til formål at drive en idrætsefterskole inden for rammerne af de gældende regler om frie kostskoler.

I den udstrækning, det kan forenes med skolevirksomheden, benyttes institutionens anlæg fortrinsvis som et idræts- og ledercenter for KFUMs Idrætsforbund i Danmark samt øvrige KFUM og KFUK organisationer.

Hellebjergs mission

Vi udvikler hele mennesker

Hellebjergs vision

- Vi skal vælges af elever og forældre, fordi vi
 - o har et højt fagligt niveau og forbereder eleverne til det videre uddannelses-system
 - o er en moderne, dynamisk, innovativ og attraktiv efterskole og idrætsskole med gode faciliteter
- Vi skal være kendte for at fremme
 - o sundhed set i et bredt perspektiv
 - o etiske og menneskelige kvaliteter med udgangspunkt i vores grundholdning
- Vi skal tiltrække de bedste medarbejdere
- Vi skal være blandt de foretrukne samarbejdspartnere, når det handler om
 - o idrætsudvikling
 - o ungdomspædagogik

Skolens værdigrundlag

Hellebjerg Idrætsungdomsskole er en nutidig og åben kristen efterskole, der arbejder på Den danske Folkekirkes grundlag, og har følgende værdier:

- fællesskab og demokrati
- ansvarlighed
- dannelse og læring
- faglig dygtiggørelse
- idrætslig og kreativ udfoldelse

hvor skolen arbejder for elevernes udvikling og uddannelse, således at der sigtes mod det hele menneske.

Udgangspunktet

Alle frie skoler i Danmark – herunder også efterskoler – er blevet til, fordi en række mennesker har villet noget med disse skoler.

Hellebjerg Idrætsefterskole er oprettet af en kreds af mennesker, der som udgangspunkt har den danske folkekirke, og samtidig er aktive i KFUMs Idrætsforbund. Derfor er skolens repræsentantskab også i dag sammensat af folk hovedsagelig fra folkekirkelige organisationer, hvor tolv personer er udpeget af KFUMs Idrætsforbund, to udpeget af Indre Mission i Danmark, to udpeget af KFUM og KFUK i Danmark, otte udpeget af Vennekredsen for Hellebjerg Idrætsefterskole og endelig udpeger Juelsminde menighedsråd et medlem.

Af "efterskolelovens" §1 fremgår, at de frie kostskoler, såvel som folkehøjskoler, efterskoler, husholdningsskoler som håndarbejdsskoler "tilbyder undervisning og samvær på kurser, hvis hovedsigte er livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse".

Et godt alternativ

På Hellebjerg Idrætsefterskole vil man opleve en helt speciel skoleform, hvor begreber som ansvarsbevidsthed, ligeværdighed, tolerance, tillid, ærlighed, fællesskab og frihed får et virkeligt indhold. Her færdes elever og medarbejdere mellem hinanden i alle døgnets timer, hvilket giver unikke muligheder for undervisning, oplevelser og fællesskab.

Her vil man opleve en kvalificeret, engageret og vedkommende undervisning, som giver gode muligheder for personlig udvikling og modning. Kostskolemiljøet kræver, at den enkelte forstår at tage hensyn til helheden. Vi arbejder ud fra mottoet "Frihed under ansvar".

Skolen er en blanding af tradition og fornyelse. Vi tilstræber, at vi til stadighed skal være i udvikling. Men samtidig ønsker vi at fastholde vore gode traditioner, der er skabt igennem årtiers skolearbejde. Skolen ønsker at være dynamisk og at leve op til de krav samfundet, forældrene og eleverne stiller til skolen. I dag fremtræder vi som en moderne og veludbygget skole, der kan leve op til fremtidens udfordringer. I årenes løb har det flere gange været nødvendigt med udbygning og nybyggeri. I dag råder skolen derfor over tidsvarende og veludstyrede faglokaler, gode idrætsfaciliteter samt gode faciliteter i øvrigt til brug i undervisning og fritid.

Det mener vi med værdigrundlaget

Vi ønsker ud fra et kristent livssyn at tilbyde undervisning og samvær til unge fra alle samfundslag og miljøer. Livet på skolen vil naturligt være præget af dette tilhørsforhold, f.eks. deltager alle i fælles morgenandagt og aftensang, ligesom det er naturligt, at vi arrangerer og deltager i nogle gudstjenester. Men i øvrigt er vi åbne over for ting, som rører sig i tiden og blandt unge; og som de mennesker vi er, ønsker vi at gå ind i en dialog om disse ting.

Vi ønsker ikke at gøre eleverne til kopi af os, men vi ønsker at komme dem i møde med kvalificerede synspunkter om, hvad det er at være menneske.

Det hører med til den menneskelige udvikling, at man gerne i 14-18 års alderen vil opnå selvstændighed og personlig frihed. På Hellebjerg ønsker vi at skabe et miljø, hvori denne udvikling til personlig frihed, selvstændighed og tolerance over for hinanden og fællesskabet kan foregå.

I rigtig mange af skolens aktiviteter arbejdes i større og mindre fællesskaber. Fællesskabet er vigtigt i denne udvikling - et forpligtende fællesskab, hvor vi lærer eleverne det vigtige i fællesskabets spilleregler, og det ansvar der følger med. Vi arbejder også med det individuelle i forhold til fællesskabet. Dette sker på bo-afsnittet, i mentorgruppen og linjeholdet for at nævne nogle få.

På skolen etableres et elevråd - Hellebjerg Idrætsforening. Her udnytter vi bl.a. muligheden for at lære eleverne om foreningslivets virke og demokrati.

Der arbejdes med begrebet i den daglige kontakt til eleverne, i timerne – indflydelse på indhold og arbejdsformer – der arbejdes med at motivere eleverne til meningsdannelse og argumentation og i planlægningen af aktiviteter.

Vi ønsker, at eleverne på Hellebjerg får en undervisning af høj faglig kvalitet og således, at der også gives plads til eksperimenter! Desuden at undervisningen foregår, så der stilles krav til den enkelte elev under hensyntagen til den enkelte elevs niveau.

Med krav til den enkelte elev samt hensyntagen til den enkelte elev menes:

- at eleven udvikles til at tage ansvar i undervisningen
- at eleven mødes individuelt, og at der stilles krav i forhold til den enkelte

Vi ønsker, at eleverne får et skoleforløb, hvor idrætten har en væsentlig placering i den enkelte elevs ugeprogram.

Hermed menes:

- at der tilrettelægges forløb for den enkelte elev, både teoretisk og praktisk
- at der skal være gode muligheder for den spontane idrætsudfoldelse i fritiden

Vi ønsker at udfordre og inspirere den enkelte elev i sit linjefag, og samtidig give så bred en vifte af idrætsstilbud som muligt, hvor der med mellemrum gives plads til nye og alternative idrætsdiscipliner.

Herudover vil vi uddanne og inspirere til træner- og lederfunktion samt motivere til fortsat idrætsaktivitet på en sådan måde, at elevernes idrætslige og menneskelige adfærd og udvikling fremmes.

Livsoplysning, folkeoplysning og demokratisk dannelse

Hellebjergs fortolkning af hovedsigtet

Vi tilbyder eleverne en dagligdag med udfordringer og oplevelse, der er medvirkende til at øve elevernes ansvarlighed. Eleverne tilegner sig en udvidet erfaringshorisont, i kraft af at de er hjemmefra og skal lære at vise hensyn og tage ansvar.

Kvaliteten i skolens samlede tilbud underbygges af gode fysiske rammer samt engagerede og kvalificerede medarbejdere. Samværet på Hellebjerg Idrætsefterskole er præget af gensidig respekt og eleverne indgår i et forpligtende fællesskab, hvor samarbejde, den frie udfoldelse og ansvar står centralt.

Livsoplysning

Skolen udøver en værdibaseret ideologi. Nærhed, åbenhed, engagement og frihed under ansvar danner grundlaget for denne værdibaserede ideologi. Et fundament som tilstræbes at efterleve i hele skolens indhold.

Efterskolelivet giver mulighed for en form for levedaglig pædagogik, hvor medarbejdere kan være sammen med elever i mange aspekter af menneskets hverdag og dermed livet. Dette samvær giver mulighed for samtaler om det "at være" menneske i verden og livet generelt.

Livsoplysning finder sted på det personlige plan, det bygger på egne erfaringer, empati, refleksion og forståelse for andre menneskers liv og vilkår.

Vi arbejder aktivt med livsoplysning på daglige samlinger, i mentorgruppen og i samtaler mellem eleven og mentorlæreren/faglærere.

Folkelig oplysning

Vores værdigrundlag og målsætning udtrykker skolens betragtninger om folkelig oplysning.

På Hellebjerg Idrætsefterskole møder eleverne *Folkelig oplysning*, når de i undervisning og samvær får indsigt i og forståelse for de vilkår, der knytter mennesker sammen igennem kultur, historie og tradition.

Det sker bl.a. i skolefagene, på daglige samlinger og i samarbejdet mellem skolen og foreningslivet.

Demokratisk dannelse

På Hellebjerg møder eleverne *Demokratisk dannelse*, når de i samværet med andre mennesker lærer at anerkende demokratiske spilleregler – herunder respekt for forskellighed. Den demokratiske dannelse finder sted, når eleverne styrker deres kompetence til at være aktivt opsøgende og tage kritisk stilling med henblik på at kunne deltage som demokratiske medborgere.

Målet med arbejdet er betinget af potentialet i elevflokket. Ægte demokratiske bevægelser skal være funderet i elevens reelle ønsker og behov. Vi ønsker at lytte til elevernes behov og forventer dermed også at eleverne lytter til skolens behov og krav. Her skabes grundlaget for en dynamik, hvor man kan opnå indflydelse og medbestemmelse, hvis man samtidigt er ansvarlig bevidst.

Vi arbejder aktivt med demokratisk dannelse i skolens elevråd, i skolefagene og i familiegruppen.

Pædagogisk tilrettelagt samvær – undervisning

Undervisning

En kursusuge består af mindst 5 hele undervisningsdage, hvor der undervises mindst 21 timer eksklusive pauser. En hel undervisningsdag består af undervisning, pædagogisk tilrettelagt samvær eller begge dele i mindst to af flg. tre tidsrum: formiddag, eftermiddag og aften.

Pædagogisk tilrettelagt samvær

Herved forstås planlagte, målrettede og fremadskridende aktiviteter.

Eksempler på pædagogisk tilrettelagt samvær

- Fællesmøder
- Mentorgruppemøder
- Motion
- Rengøring
- Forældremøder og familiedage

Skolen og lærerne er ansvarlige både for undervisning og for det pædagogisk tilrettelagte samvær, også selvom det i praksis kan være styret af eleverne.

Af indholdsplanen fremgår det ved hver enkelt aktivitet om der er tale om *pædagogisk tilrettelagt samvær* eller *undervisning*.

SAMVÆRET

Hverdagen

Der er i vores dagsprogram – ud over undervisningen – lejlighed til aktiviteter og samvær. Eksempelvis formiddag, eftermiddag og aften, hvor eleverne kan være sammen og bruge f.eks. gymnastiksalen, idrætshallen, værksteder og opholdsrum. Endelig vil der være arrangementer, som enten skolen eller eleverne selv har programsat.

Men der er også pligter, som eleverne må gå ind i, fordi skolen også er et hjem, eksempelvis skal eleverne renholde deres værelse og nogle af vores fællesarealer.

Regler

Med så mange mennesker sammen i skole/hjem/arbejdsplads må der nødvendigvis være visse retningslinjer for samværet. Vi har nogle regler, som er absolut faste, men dertil kommer en del praktiske anvisninger, som gerne skulle få dagligdagen til at forløbe gnidningsløst.

Men det er ikke reglerne, som skaber et godt samvær. Skal vi have det rart med hinanden, må det bero på hjælpsomhed, åbenhed, tryghed, ærlighed og tillid til hinanden! Denne grundindstilling er en vigtig fællesnævner under alle regler og anvisninger!

Vi har tillid til, at de nødvendige regler, som på forhånd er fastlagt, og de aftaler, vi træffer i løbet af skoleåret, også overholdes!

Derfor har vi den forventning til eleverne, at når de har valgt et ophold på HELLEBJERG, vil de også være med til at yde en indsats for et godt og sundt miljø for eleven selv og sine kammerater.

Vi ønsker ikke at lave en liste over, hvad eleverne skal, og hvad de ikke må, men har forsøgt at sammenfatte de faste rammer for samværet i følgende:

Omgang med hash, narkotika, øl og spiritus er ikke tilladt på skolen, på ture ud fra skolen eller rejser til og fra skolen. Ingen form for mobning vil blive tolereret, ligesom det ikke er tilladt at ryge eller at dyrke sex. Omgåelse af disse regler kan medføre bortvisning.

ELEVERNE

Skolens elevgruppe

Hellebjerg Idrætsefterskole optager 216 elever fordelt med 106 piger og 110 drenge. Skolen er åben for alle elever, der er idrætsinteresserede og ikke vil modarbejde skolens grundlag. Skolen tilbyder undervisning på 9. og/eller 10. klassetrin. Eleverne kommer fra hele landet, dog med en overrepræsentation fra Horsens, Hedensted og Vejle kommuner.

Optagelsesprocedure

Når skolen har modtaget elevens ansøgningsblanket via hjemmesiden, bekræfter skolen modtagelsen. Godt et år før skolestart modtager ansøgeren enten en optagelse samt en anmodning om at indbetale et depositumbeløb eller en forespørgsel om, hvorvidt ansøgeren stadig er interesseret i et ophold på Hellebjerg Idrætsefterskole (venteliste). Sidstnævnte modtager medio juni et ventelistenummer, og vor erfaring siger, at der skal bruges mange fra denne liste inden skolestarten i august det efterfølgende skoleår. Eleverne optages i den rækkefølge de henvender sig til skolen, og fordeles på følgende linjer: Adventure & Fitness, fodbold, golf og håndbold.

Optagelse af bogligt resurssvage elever

Hellebjerg er ikke en efterskole, der giver specialundervisning, men kan i enkelte tilfælde give støtteundervisning. Hjemmet tager kontakt til skolen, således de specielle faglige problemer afdækkes med henblik på handling. I særlige tilfælde kan der laves skema for den enkelte elev, der levner plads til eksempelvis praktisk arbejde, praktik eller lignende.

HOLDDANNELSE

Mentorgruppe

Piger og drenge bor blandet på skolen. Hver mentorgruppe består af både piger eller drenge. Eleverne bor på 2-3-sengsværelser på 8 forskellige bo-afsnit, hvor der er tilknyttet lærere. Til hvert bo-afsnit er der et lille opholdsrum med tekøkken. Mentorlæreren har den daglige kontakt til sin gruppe og forsøger at sikre, at alle har det godt, og at det sociale og praktiske fungerer omkring eleven. Bolæreren følger op på oprydning og rengøring på værelset samt sikrer, at værelsets praktiske opgaver bliver løst tilfredsstillende. Det er primært mentorlæreren, der har kontakten til forældrene.

Linjefag

Linjefagene er sammensat af elever fra såvel 9. som 10. årgang ud fra deres valg af linjeidræt. Eleverne er kønsopdelte i holdidrætterne (fodbold, håndbold), adventure & fitness er kun for piger og i golf er de blandet.

ØKONOMI

Skolepenge

Skolepengene er prisen for 42 ugers undervisning, kost og logi samt nødvendige undervisningsmaterialer, træningsdragt, t-shirt, shorts, tøj til gymnastikopvisning, ekskursioner og linjetur og skitur.

Ud over skolepengene skal der kun betales for skolefoto samt evt. årstrøjer og blåbog, hvis dette bestilles.

Til nedbringelse af skolepengene ansøges der om statsstøtte. Ansøgningskema vil blive tilsendt fra skolen.

Egenbetalingen bliver opkrævet i 13 rater fra juni til juni.

Elevbetaling

Prisen for skoleåret 2019/2020 er
42 uger á 2550,- kr.

Herfra skal trækkes statsstøtten, der er indkomst bestemt.

LÆRERNE

Formål

For at sikre en dynamisk skole/organisation, skal fagteamstrukturen være en bærende og synlig faktor i dagligdagen. Samarbejdet skal være med til at skabe indsigt og forståelse, så der opnås helhed og sammenhæng mellem værdier, mål og handlinger. Ligeledes skal samarbejdet danne grobund for læring og udvikling i lærergruppen, teamene samt hos den enkelte.

På Hellebjerg skal vi møde eleverne i et ligeværdigt fællesskab, hvor lærerne er tydelige og troværdige.

Vi skal inddrage eleverne i et fællesskab, hvor de får opgaver og medansvar, og vi skal give dem brugbare færdigheder, som er til gavn for dem selv og andre

Når vi vil tiltrække de bedste medarbejdere, så mener vi bl.a. at det er høj faglighed, og der skal være plads til eksperimenter.

Med høj faglig kvalitet menes:

at lærerne er veluddannede, og at viden er ajourført. Det betyder, at der skal planlægges uddannelse for den enkelte lærer, således at der sikres et fagligt relevant efteruddannelses-forløb i lærergruppen generelt, og således at den enkelte lærer bliver rustet til nye tiltag.

Med plads til eksperimenter menes:

at der i undervisningen gives rum for pædagogisk nytænkning.

Mentorlæreren og faglæreren

Det er væsentligt, at mentorlæreren og de forskellige faglærere sammen med den enkelte elev er i løbende dialog omkring den faglige såvel som den sociale udvikling.

Specifikke mål i forhold til eleverne

- opnå et bredt kendskab til den enkelte elev
- opnå et fælles ansvar for opdragelsen af eleverne
- udvikle en hensigtsmæssig praksis på basisholdet over for enkelte elever
- udvikle faglige kompetente dialoger med elever
- at udnytte den øgede mulighed for differentiering

Specifikke mål i forhold til lærersamarbejdet

- at øge samarbejdet med henblik på udnyttelse af alle ressourcer
- at åbne for nye samarbejder
- at udvikle både faglighed og tværfaglighed på grundlag af faglighed
- at udvikle en kvalificeret refleksion og evaluering af undervisningsforløbene
- at skabe større klarhed og gennemsigtighed i skolen
- at højne det pædagogiske diskussionsniveau
- at være platform for yderligere udviklingsarbejder
- at skabe mulighed for "supervision"/"faglig optik"/"historiefortælling"/...

SKOLEVEJLEDNING

Formål

Målet er, at eleven får et godt kendskab til egne evner og øvrige forudsætninger for derigennem mere kvalificeret at kunne træffe egne valg på området.

Det er ligeledes målet, at den enkelte elev får et bredt kendskab til uddannelses- og erhvervsmuligheder efter endt grundskoleforløb.

Vejledningsansvarlige

Vejledningen foretages af skolens fire vejledere

Organisering

Vejledningen på skolen består af såvel kollektive som individuelle aktiviteter og er en integreret del af skolens hverdag og undervisning. Der er elementer, der er målrettet hhv. 9. og 10. klasse (se vejledningsaktiviteter). Hvad angår den individuelle vejledning har hver vejleder ansvaret for ca. 1/4 af eleverne, og en til to vejledere er tilknyttet 9. klasse-eleverne.

Individuelle vejledningssamtaler

Individuelle vejledningssamtaler er ikke obligatoriske for alle elever, men er primært tiltænkt elever, der er uafklarede hvad angår kommende valg af ungdomsuddannelse samt elever, hvor vejlederne skønner, at der kan være faglige eller andre mangler i forbindelse med gennemførelsen af den ønskede ungdomsuddannelse.

Der vil dog altid være et tilbud for alle elever om samtaler med en vejleder.

Frivillig praktik

Vi har ingen obligatorisk praktik, men kan være behjælpelige med at formidle praktik, hvis eleven ønsker dette. Praktikken skal primært afvikles i uge 42 eller 7 med mindre, at der er tale om en praktik som er led i en eventuel uddannelsesaftale.

Militærpraktik kan formidles, hvis en militær uddannelse indgår som en del af Uddannelsesplanen.

Faglig opfølgning

I samarbejde med mentorlærerne forestår vejlederne den faglige opfølgning over for elever og forældre. Faglærernes – herunder også linjeidrætslærernes – input er et væsentligt element i den faglige opfølgning. Det er vejlederens opgave at koordinere den samlede indsats på området.

Optagelse.dk og uddannelsesplan

Skolens vejledere faciliterer processen i forhold til elevernes ansøgninger om optagelse på ungdomsuddannelse. Her indgår ligeledes kommunikation med og informationer til forældrene. I forbindelse med processen er vejlederne ligeledes ansvarlige for udfærdigelse af UPV. Porteføljeskrivning til brug for uddannelsesplanen er ligeledes et element.

Diverse

Skolens vejledere deltager i efter- og videreuddannelse samt samarbejde med øvrige aktører.

På forældremøder i efteråret er der en gennemgang af skolens vejledningsaktiviteter, procedure i forbindelse med tilmelding til ungdomsuddannelserne samt ungdomsuddannelsernes opbygning.

Vejledningsaktiviteter

- Præsentation af ungdomsuddannelserne i efterårets løb. Foregår på fællesmøder for hele elevgruppen.
- Individuelle samtaler.
- Gruppevejledning, hvor stærke elever, der er/virker afklarede, udfordres på deres valg.
- Aktiviteter i mentorgrupperne, hvor der fokuseres på elevernes kompetencer og kompetencegab, og aktiviteter hvor eleverne inspirerer hinanden i forhold til valg af uddannelse og job.
- Mulighed for frivillig erhvervspraktik for alle. Skal primært afvikles i uge 42 eller uge 7, men i særlige tilfælde kan der også etableres aftaler på andre tidspunkter.
- Brobygning og OSO (obligatorisk selvvalgt opgave) for alle elever i 10. klasse.
- Mulighed for praktik (se under "Frivillig praktik")
- Introduktion af elektroniske vejledningsmuligheder, f. eks. www.ug.dk.
- Eleverne opfordres til at benytte sig af åbent hus-arrangementer på relevante uddannelsesinstitutioner i deres nærområde med henblik på valg af ungdomsuddannelse.
- Elevens udfærdigelse af uddannelsesplanen, som samtidig er tilmelding til ungdomsuddannelse. Dette sker med baggrund i en gruppevis introduktion, hvorefter den enkelte elev i samarbejde med forældre og vejleder færdiggør dette.
- Uddannelses- og jobaften, hvor vi gør brug af bl.a. forældre, der kommer og fortæller om deres uddannelser og job og vejen dertil.
- I 9. klasse undervises i det obligatoriske emne "Uddannelse og job", hvor målet er, at eleverne skal forstå betydningen af og opnå kompetencer til at træffe valg i forhold til job og uddannelse.

SKOLE-HJEM-SAMARBEJDET

På nye elevers dag i marts/april måned før skolestart, møder forældrene og eleven mentorlæreren. Det samme sker på ankomstdagen, hvorfor mentorlæreren oftest bliver den person, der har den største kontakt til hjemmet.

Der tilbyde to skole/hjem-samtaler med mentorlæreren i hhv. oktober og februar. Formålet med disse samtaler er opfølgning på trivsel både socialt, fagligt, personligt og idrætsligt.

Herudover har mentorlæreren ofte telefonisk kontakt med forældrene i mentorgruppen, det gælder almindelig udveksling af oplevelser, og specielt hvis der er "udfordringer" omkring eleven.

UNDERVISNINGEN

ÅRSAKTIVITETER

Årsplanen og ferier

Skoleåret indeholder 42 uger og følger i det store træk Undervisningsministeriets forslag til ferier.

I uge 42 er skolen lukket, hvor der er efterårsferie. Juleferien er afhængig af, hvordan kalenderen ser ud i den periode, men typisk afsluttes undervisningen fredag før den 24. december, og starter igen 13 dage efter. I uge 7 holder vi vinterferie.

Sommerferien begynder efter de mundtlige prøver er afsluttet, typisk den sidste fredag i juni.

Almindelige uger

Ud af skoleårets 42 uger afvikles det almindelige skema sammenlagt i 27 af disse uger for både 9. og 10. årgangs vedkommende. Resten består af forskellige andre tiltag: introduktionsdage, lejrskole, idrætsarrangementer, emne-/projektuger, prøver, afslutningsdage og meget andet. I en almindelig uge møder eleverne søndag inden kl. 22.00 og har fri fredag kl. 14.35. Man er altid velkommen til at blive på skolen i weekenderne.

Weekender

Vi opererer med 3 forskellige former for weekender.

Almindelige weekender, hvor eleverne frit kan vælge at blive på skolen eller tage hjem eller med en kammerat hjem.

Obligatoriske weekender, hvor eleverne skal blive på skolen og følge arrangementet eksempelvis gymnastikopvisning eller andre obligatoriske ting.

Udvidede weekender, hvor vi har forlænget weekenden enten med fri fredag eller mandag. Denne forlængelse indebærer, at der er obligatorisk undervisning eller samvær lørdag/søndag før eller efter.

I de almindelige weekender er der indlagt ca. 10 weekender med forskellige temaer eksempelvis drenge - pigeweekend, "Warrior"-weekend og søskende weekend. De øvrige weekender er eleverne selv med til at planlægge. Der vil også være tid til at lave lektier i weekenderne. Formålet med temaweekenderne er at give eleverne mulighed for at fordybe sig i et bestemt emne eller fag.

DAGSPROGRAM 2019-20**DAGSPROGRAM mandag, tirsdag og torsdag**

06.30	Stå op, praktiske opgaver og udluftning
07.00 – 07.40	Morgenmad
07.40 – 07.55	Andagt

08.00 – 09.30	1. lektion

09.30 – 10.15	Formiddagspause Sengeredning + oprydning
10.00 – 10.15	Tjek ved lærer

10.15 – 11.45	2. lektion

11.50 – 13.00	Middagspause

13.00 – 14.30	3. lektion
14.45 – 16.15	4. lektion

16.15 – 17.15	Oprydning, herefter fritid

17.15 – 18.00	Aftensmad

18.00 – 19.00	Studietime

19.00-19.15	Aftensang

21.00 – 21.30	Aftenforfriskning

22.00	Alle til boafsnit, oprydning på værelse og fællesområder +affald Klar til natten
22.30	Alle skal være i seng

DAGSPROGRAM onsdag

06.30	Stå op, praktiske opgaver og udluftning
07.00 – 07.40	Morgenmad
07.40 – 07.55	Andagt

08.00 – 09.30	1. lektion

09.30 – 10.15	Formiddagspause Sengeredning + oprydning
10.00 – 10.15	Tjek ved lærer

10.15 – 11.45	2. lektion

11.50 – 13.00	Middagspause

12.30 – 13.30	Lærermøde
13.15 – 14.15	Elevrengøring m. tjek ved bolærer
14.20 – 14.50	Mentormøde

15.00 – 16.30	3. lektion

17.15 – 18.00	Aftensmad

18.00 – 19.00	Studietime

19.00 - 19.15	Aftensang

21.00 – 21.30	Aftenforfriskning

22.00	Alle til boafsnit, oprydning på værelse og fællesområder + affald Klar til natten
22.30	Alle skal være i seng

DAGSPROGRAM fredag

07.00 – 07.40	Morgenmad
07.40 – 07.55	Andagt

08.00 – 09.30	1. lektion

09.30 – 10.00	Formiddagspause inkl. sengeredning + effektiv oprydning

10.00 – 11.30	2. lektion

11.30 – 12.30	Middagspause

12.30 – 13.45	3. Lektion

13.45 – 14.20	Fredagsrengøring m/tjek
14.20 – 14.35	Fredagsafslutning

Ugentlig og daglig rengøring **pædagogisk tilrettelagt samvær*

Eleverne skal dagligt holde orden på deres værelser. Der er et dagligt tjek heraf. Midt på ugen skal eleverne gøre rent på værelserne og områderne. De arbejder sammen med deres værelseskammerat om henholdsvis værelset og tekøkkenet/badeværelset. Mentorlæreren er sammen med deres egen gruppe og lærer eleverne de grundlæggende forhold i forbindelse med rengøringen.

Endvidere vil der være hovedrengøring 4 gange om året – op til efterårsferien, jul, påske og i afslutningsugen.

Studietime **pædagogisk tilrettelagt samvær*

Der er dagligt studietime ml. 18.00-19.00, hvor eleverne opholder sig på værelset. Hensigten med studietimen er at drosle ned. Tiden er også til lektie og forberedelse til kommende undervisningstimer. Vagtlærerne fordeler sig på bo-områderne og hjælper og snakker med eleverne. Efter studietimen tilbydes også lektiecafé, hvor en lærer er tilstede og hjælper eleverne med deres lektie.

Introduktionsdagene **pædagogisk tilrettelagt samvær*

Formål:

- At introducere eleverne for Hellebjergs værdier, hverdag, de voksne og måden vi er sammen på
- At møde sin boggruppe, bolærer, mentorgruppe, mentorlærer og linjehold for at begynde at lære hinanden at kende
- Gennem div. aktiviteter at fremme tryghed, lyst og mod til relationsdannelse og til at bringe sig selv i spil for derved at få en begyndende følelse af at blive set som den, man er og at høre til i små og store grupper

I løbet af den første uge på Hellebjerg laves et specielt program, der tager udgangspunkt i overstående formål. Indholdet i dagene er eksempelvis:

- Livet på Hellebjerg
- Aktiviteter, der tager udgangspunkt i at lære hinanden at kende
- Introduktion til undervisningen

Lejrskole **pædagogisk tilrettelagt samvær/undervisning*

I den anden skoleuge tager vi på lejrskole i Bjerre Herred. Det er en tre-dages tur, hvor eleverne bevæger sig rundt på cykel i Juelsmindehalvøen. Overnatningerne er på campingpladser eller spejderhytter, hvor overnatningen er enten i telt eller hytter, for at lære hinanden at kende i en anden sammenhæng end den daglige undervisning. Mentorgrupperne og deres lærere planlægger forløbet, lige fra planlægning af cykelrute, over aktiviteter til måltider.

Små prøvefag **undervisning*

I 9. klasse har eleverne små prøvefag: biologi, geografi, historie, kristendomskundskab, idræt og samfundsfag. Disse fag har ikke et stort ugentlig timetal, hvorfor det kan være svært at skabe kontinuitet ved f.eks. større emner. Derfor har vi valgt at disse fag får nogle flere sammenhængende timer. Vedr. fagindholdet henvises til de enkelte fags fagbeskrivelser.

Efterskolernes Dag **pædagogisk tilrettelagt samvær*

Sidste søndag i september måned afholder vi – som landets øvrige efterskoler – Efterskolernes Dag fra kl. 13.00 til 17.00. Dagen er obligatorisk for eleverne, og i en periode viser de gæsterne rundt på skolen og i en anden periode deltager de i deres linjefag.

Fællesaftner **pædagogisk tilrettelagt samvær*

Fællesaftner dækker over forskellige arrangementer. Både arrangementer, hvor forældrene er inviteret og arrangementer kun for eleverne. Disse arrangementer vil oftest afholdes om aftenen og der er mødepligt til disse arrangementer. Vi bestræber os på at give eleverne oplevelser, som de ikke umiddelbart ville få.

Julemåneden **pædagogisk tilrettelagt samvær*

I julemåneden prøver vi at holde flere traditioner i hævd, med bl.a. "Vi synger julen ind", adventskransen tændes under morgenandagten, Luciaoptog. Vi arrangerer også en juletur i løbet af december måned. Den sidste dag inden juleferien afslutter vi i kirken med en gudstjeneste.

Julemarked **pædagogisk tilrettelagt samvær/undervisning*

Juletid er gavetid og på Hellebjerg tænker vi ikke kun på vores egen gave under træet. Vi tænker også på de mennesker – og især de børn, der har svære levevilkår. Traditionen tro holder vi julemarked på Hellebjerg hvert år, hvor hele overskuddet går til støtteprojekter som SOS Børnebyerne, Dansk Børnefond, Fremtidsbørn gennem Danmission, Folkekirkens Nødhjælp og/eller Danmarksindsamlingen.

Et fælles projekt **pædagogisk tilrettelagt samvær/undervisning*

Julemarkedet finder sted en lørdag eftermiddag, men inden selve dagen deltager alle elever i forberedelserne. Det kan være, de er med til at fremstille gevinster til vores tombola eller er en del af Hellebjergservice, hvor vi laver serviceydelse for folk og virksomheder i Juelsminde og omegn. På dagen står eleven måske i tombola eller en salgsbod. Det kan også være, eleven er en del af bandet, der sørger for juleunderholdningen eller giver sit bidrag ved hjælp i en helt anden opgave. Uanset hvad man laver på dagen, vil indsatsen gå til et godt formål, og eleven kan være med til at sørge for, at pengene eksempelvis sendes afsted til diverse støtteprojekter rundt om i verden.

Juletur **pædagogisk tilrettelagt samvær/undervisning*

Op til jul arrangerer vi en fællestur til Århus, som bl.a. indeholder skøjteløb og besøg i Den Gamle By.

Afslutningsdagene **pædagogisk tilrettelagt samvær*

I den sidste uge har vi tre temadage, hvor der fokuseres på det sociale inden der siges farvel.

EMNEUGER OG DAGE**Linjefagsdage** **undervisning*

Linjefagsdage ligger spredt ud over skoleåret, hvor det giver mening i skoleårets kalender.

Disse dage kan der være forskellige fokuspunkter, f. eks. individuelle samtaler med linjelærere, fysiske test, kost og sundhed og/eller ekstra træning.

Brobygning i 10. klasse **undervisning*

Elever på Hellebjerg First skal en uge i brobygning. De har følgende muligheder i løbet af ugen: følge undervisningen på to ungdomsuddannelser, følge undervisningen på en ungdomsuddannelse og være i et praktikforløb, komme i to praktikforløb eller komme i et praktikforløb. De ungdomsuddannelser, de kan besøge, vil være beliggende i Vejle- og Horsens-området. Reglerne siger nemlig, at de skal bo på skolen, mens de er i brobygning, så derfor er det ikke sikkert, de kommer på den skole, hvor de måske kommer til at gå efter Hellebjerg. Eleverne kan vælge mellem diverse gymnasiale uddannelser og erhvervsuddannelser.

Obligatorisk selvvalgt opgave (OSO)

I forbindelse med brobygningsugen skal eleverne arbejde med den OSO. Her kommer de til at undersøge fremtidige jobønsker og se nærmere på, hvilken eller hvilke ungdomsuddannelser, der passer sig bedst, når de skal i gang med at realisere deres drømme.

Formålet med den opgaven er, at den skal hjælpe eleverne i deres afklaring med hensyn til valg af kommende uddannelse og job. Det kan være, de finder ud af, at den uddannelse og det job, de har beskæftiget sig med i opgaven, viser sig virkelig at være noget for dem, men det kan også være, at de skal i gang med en hel anden fremtid.

Elevernes opgave vil blive fremlagt for en gruppe elever og en lærer og bliver vurderet af læreren, der samtidig skal godkende gennemførelsen af opgaven.

Skilejrskole **undervisning*

Fælles ture er med til at skabe et godt sammenhold blandt eleverne, så derfor, en gang om året, som regel i januar, tager skolen på skitur med alle elever og så vidt muligt hele lærerpersonalet. Turen er de senere år gået til Østrig.

Formålet er, at eleverne stilles over for andre udfordringer end dem, den daglige undervisning tilbyder. Her tænkes også på udfordringer af personlig karakter, idet mange af eleverne for første gang via skolen får denne oplevelse. Her er chancen for at udfolde sig, også på det personlige plan, idet skiundervisningen, er holdopdelt efter den enkelte elev niveau.

Linjefagsture **undervisning*

De fire linjefagsidrætter tager i uge 11/12 2020 på linjefagstur til udlandet. Formålet med turene er såvel kulturel dannelse som idrætslig udvikling.

Der vil ikke være en fast skabelon for turene, men elementer som træning, kampe og udflugter etc. vil være en del af turene. Aktiviteterne kan være udelukkende for vores egne elever, og de kan også være sammen med idrætsudøvere eller andre unge fra de destinationer, vi besøger. Ligeledes kan undervisningen varetages af såvel egne undervisere som undervisere fra de pågældende destinationer.

Terminsprøver

Vi afholder skriftlige terminsprøver for 9. klasse i alle de prøveforberedende fag. Formålet er give eleven mulighed for at prøve sig selv af i prøvesituationen samt for at se på hvilket niveau, eleven befinder sig. I 10. klasse afholdes der terminsprøver i fagene dansk, matematik og engelsk.

Gymnastikdage **undervisning*

Gymnastikdagene er det tidspunkt, hvor vi har tid til at gå mere i dybden med alle de ting, vi har planlagt at have med i vores opvisningsprogram.

Det er halve og hele dage, hvor eleverne bliver presset fysisk såvel som mentalt, de skal lære meget nyt og det kræver stor koncentration og samarbejde fra deres side.

Gymnastikdagene er også det tidspunkt, hvor vi pudser de sidste ting af til vores opvisning, så den enkelte kan se det fælles mål, således det bliver nogle gode opvisninger.

Prøveugerne

I tiden med skriftlige prøver, skal eleverne på 9. og 10. årgang ud over prøvetiden deltage i et specielt tilrettelagt undervisningsforløb, hvor det primært er udarbejdelse af selvstændige prøveoplæg til de mundtlige prøver.

I de mundtlige prøveuger bliver dagene tilrettelagt med tidspunkter, hvor eleverne forbereder sig til deres prøver. I disse perioder går lærere rundt som konsulenter, og hjælper hvor der er behov for det. Herudover skal eleven deltage i mindst **x antal timer** om dagen.

FAGUDBUD

9. årgang

På Hellebjerg tager vi udgangspunkt i Undervisningsministeriets obligatoriske prøvfag for 9. klasse. For at leve op til disse krav har 9.-klasser-elever på Hellebjerg flg. obligatoriske fag:

Obligatoriske fag

Biologi	1 lektion
Dansk	6 lektioner
Engelsk	3 lektioner
Fysik/kemi	3 lektioner
Geografi	1 lektion
Historie	1 lektion
Kristendomskundskab	1 lektion (dele af året)
Matematik	4 lektioner
Samfundsfag	2 lektioner
Atletik/Gymnastik	2 lektioner
Idræt som prøvfag	2 lektioner (dele af året)
Idrætslinje	<u>8</u> lektioner
I alt	35 lektioner

Prøvfag

Tysk	3 lektioner
------	-------------

Biologi, dansk, engelsk, fysik/kemi, geografi, historie, kristendomskundskab, matematik, samfundsfag, tysk og idræt er prøveforberedende fag.

10. årgang – (Hellebjerg First)

Obligatoriske fag

Dansk	6 lektioner
Matematik	4 lektioner
Engelsk	4 lektioner
Øvrige kurser	4 lektioner
Kompetencer og event	4 lektioner
Atletik/Gymnastik	2 lektioner
Idrætslinje	<u>8</u> lektioner
I alt	32 lektioner

Valgfag 2-4 lektioner

Hellebjerg FIRST

På baggrund af ny gymnasireform 2018, ændrede vi vores Hellebjerg FIRST koncept fra skoleåret 2018-19. Det betyder bl.a. prøver – både skriftlig og mundtlig - i hhv. engelsk, matematik og dansk samt obligatorisk brobygning for alle vores 10. klasses elever.

Dansk – holddeling på forskellig vis (niveau, køn, interesse, ...) Prøveform B – synopsis – Hold A + B			
Matematik – holddeling og gruppearbejde Prøveform B – synopsis – Hold A + B			
Engelsk kursusform – niveaudeling. Prøve: Selvvalgt emne + lodtrukket område			
Fysik, tysk, andre fag Blok 3 - kursusform – niveauvalg/interesse Ingen prøve			
Hellebjerg Event			
Linjeidræt			
Atletik	Gymnastik		Atletik
Valgfag	Valgfag	Valgfag	Valgfag

Dansk

Læsning

Kompetenceområdet læsning omfatter seks færdigheds- og vidensområder:

Finde tekst fokuserer på søgning og udvælgelse af uddannelses- og erhvervsrelevant information.

Forberedelse fokuserer på at afgøre, hvilke informationer der skal undersøges nærmere.

Afkodning fokuserer på læsning af komplekse og lånte ord og regulering af læsehastighed.

Sprogforståelse fokuserer på sproglige virkemidler og ordenes betydning i en given kontekst.

Tekstforståelse fokuserer på elevernes sammenhængende og detaljerede tekstforståelse.

Sammenhæng fokuserer på sammenhængen mellem tekst og kontekst og kritisk vurdering af en udvalgt tekst i forhold til læseformål.

Fremstilling

Planlægning fokuserer på at tilrettelægge proces fra idé til færdigt produkt, selvstændigt eller sammen med andre.

Forberedelse fokuserer på at indsamle information og disponere indholdet, så det forbereder uddannelses- og erhvervsafklaring.

Fremstilling fokuserer på fremstilling af sammenhængende tekster, der har relevans for uddannelses- og erhvervsafklaring og/eller er rettet mod en bestemt modtager.

Respons fokuserer på at give skriver- og læserorienteret respons.

Korrektur fokuserer på at kunne foretage korrektur på formelle fejl og layout.

Præsentation og evaluering fokuserer på præsentations- og evalueringsformer.

Fortolkning

Kompetenceområdet fortolkning omfatter fem færdigheds- og vidensområder:

Oplevelse og indlevelse fokuserer på litteratur og andre æstetiske teksters værdi.

Undersøgelse fokuserer på at gå i dybden med en tekst.

Fortolkning fokuserer på at give et samlet bud på en fortolkning på et kvalificeret grundlag.

Vurdering fokuserer på vurdering af tekster ud fra egen og andres virkelighedsopfattelse.

Perspektivering fokuserer på at sætte teksten i relation til dens tid.

Kommunikation

Dialog fokuserer på at bruge dialog som et redskab til at opnå større viden og til præsentation.

Krop og drama fokuserer på at tilpasse kommunikation og kropssprog bevidst i forhold til situationen.

It og kommunikation fokuserer på at anvende og forholde sig til kommunikationsteknologier både personligt, socialt og samfundsmæssigt.

Sprog og kultur fokuserer på at bruge og tilpasse sit sprog, så man kan indgå som borger i samfundet.

Sproglig bevidsthed fokuserer på at karakterisere de sproglige ressourcer, der bruges i offentlige sammenhænge.

Engelsk

FIRST undervisningen i engelsk består af 4 temaer, hvor eleverne arbejder niveaudelt samt 2 perioder, hvor eleverne, efter interesse, vælger kurser under overskrifterne: World travelling, Hot topics, News, Get serious, Sports issues, Cities around the world.

Mundtlig kommunikation

Lytning fokuserer på talt engelsk i autentisk tempo.

Samtale fokuserer på spontane samtaler.

Præsentation fokuserer på kilder og præsentationsformer.

Sprogligt fokus fokuserer på ordforråd.

Kommunikationsstrategier fokuserer på fleksible valg af strategier.

Sproglæringsstrategier fokuserer på selvstændige arbejdsformer.

Skriftlig kommunikation

Kompetenceområdet skriftlig kommunikation omfatter fire færdigheds- og vidensområder:

Læsning fokuserer på selvstændig læsning af autentiske tekster i forskellige genrer.

Skrivning fokuserer på brug af skriftlighed, der passer til den kommunikative situation og med en rimelig sproglig præcision.

Sprogligt fokus fokuserer på sproglig præcision.

Sproglæringsstrategier fokuserer på anvendelse af sproglige hjælpemidler

Kultur og samfund

Kompetenceområdet kultur og samfund omfatter tre færdigheds- og vidensområder:

Interkulturel kontakt fokuserer på forståelse af karakteristika ved kulturmøder.

Engelsk som adgang til verden fokuserer på engelsk som internationalt kommunikationsmiddel.

Tekst og medier fokuserer på engelsksprogede medier.

It og medier

It og medier er en stor ressource til engelskundervisningen. Computeren og andre plat-

forme kan nærmest betegnes som sprogundervisningens lommeregner. It og medier giver adgang til sprogligt input, som er autentisk og aktuelt.

It- og mediekompetencer kan udskilles i fire elevpositioner, som i praksis vil have store overlap og sammenfald.

Matematik

Med udgangspunkt i 5 fordybelsesområder skal undervisningen deles op i niveauer. Her er en beskrivelse af formål og indhold.

Tal og algebra

Vi vil arbejde med tal, brøker, kvadratrods, kubikrods, potens og procent og regnearternes hierarki. Vi arbejder også med reduktion og kvadrattal.

Undervisningen i tal og algebra fokuserer på, at eleverne bliver i stand til at vælge passende grader af præcision i deres anvendelse af reelle tal.

Eleverne skal bl.a. kunne skelne mellem forskellige situationer og i deres beregninger, både med og uden digitale hjælpemidler, begrundet kunne vælge og anvende den grad af præcision, der er passende i situationen.

Funktioner og ligninger

Vi vil arbejde med i tegning af simple funktioner (rette linjer, hyperbler og parabler), hvor vi både tegner og beregner.

Vi ser også på 2. gradsligninger.

Undervisningen i ligninger fokuserer på elevernes valg af metoder til løsning af ligninger, uligheder og enkle ligningssystemer.

I forbindelse med løsningen skal de lære at vælge den eller de metoder, som er mest hensigtsmæssig i den konkrete situation.

Undervisningen i funktioner fokuserer også på ikke-lineære funktioner, bl.a. på enkle eksponentialfunktioner.

I arbejdet indgår eksponentiel- funktioners anvendelse samt muligheder og begrænsninger i beskrivelse af sammenhænge og vækst i omverdenen

Statistik og sandsynlighed

Vi arbejder med enkeltobservationer og grupperede observationer samt begreberne hyppighed, frekvens og summeret frekvens, største værdi, mindste værdi, middeltal, median, typetal og typeinterval. Vi tegner de tilhørende diagrammer.

Statistik

Undervisningen i statistik fokuserer på anvendelse af statistik.

Igennem forløbet skal eleverne blive i stand at vurdere anvendelse af statistik, herunder grafiske illustrationer og tolkninger af statistik. I arbejdet indgår fortsat viden om muligheder for manipulation med grafiske fremstillinger af data og viden.

Desuden indgår viden om statistiks muligheder og begrænsninger som beskrivelsesmiddel og beslutningsgrundlag.

Sandsynlighed

Der arbejdes med flere områder inden for kombinatorik og sandsynlighedsregning.

Undervisningen i sandsynlighed fokuserer på, at eleverne kan vurdere anvendelsen af sandsynlighed i omverdenen.

I omverdenen anvendes sandsynligheder både i uformelle og formelle situationer, fx i forbindelse med spil, risikovurderinger og tolkningen af statistiske undersøgelser.

Eleverne skal blive i stand til at vurdere, om sådanne anvendelser fx baserer sig på skøn, på statistiske undersøgelser eller på teoretiske beregninger.

I tilfælde, hvor angivelsen af sandsynligheder baserer sig på statistiske undersøgelser, skal eleverne kunne forholde sig til den usikkerhed, der kan være forbundet med sandsynlighedsangivelsen.

Geometri

Der arbejdes med opmåling og beregning af omkreds, areal og rumfang. Desuden arbejdes med diverse rummelige figurer og deres kendetegn, Pythagoras og trigonometri.

Undervisningen i geometriske egenskaber og sammenhænge fokuserer på geometriske figurers anvendelser i omverdenen.

Undervisningen i geometrisk tegning fokuserer på anvendelser af skitser og præcise tegninger i omverdenen.

Undervisningen i placeringer og flytninger fokuserer på beskrivelse af placering og bevægelse i omverdenen.

Undervisningen i måling fokuserer på anvendelser af målinger, på beregninger af mål og på angivelser af mål i omverdenen.

Økonomi

Vi arbejder med økonomiske begreber, som vi møder i hverdagen, såsom procent, rabatter, valuta, rente og sammensat rente.

Desuden at arbejder med rente og sammensat rente. Vi lærer at bruge formlerne for lån og opsparing, og hvordan de skal anvendes.

Begreber som handel/afsætning, resultatopgørelse, balance, moms, omkostninger, løn vil blive præsenteret

I arbejdet indgår eksponentiel- funktioners anvendelse samt muligheder og begrænsninger i beskrivelse af sammenhænge og vækst i omverdenen, herunder i tilknytning til privat-, erhvervs- og samfundsøkonomi. Eleverne undersøger eksponentialfunktioners matematiske egenskaber, bl.a. med brug af digitale værktøjer.

Matematiske kompetencer

Kompetenceområdet matematiske kompetencer omfatter seks færdigheds- og vidensområder:

Problembehandling vedrører løsning og opstilling af matematiske problemer, dvs. matematiske spørgsmål, der ikke kan besvares udelukkende med rutinemetoder.

Modellering vedrører dels processer, hvor matematik anvendes til behandling af situationer og problemstillinger uden for matematikken, dels analyse og vurdering af matematiske modeller, som beskriver forhold i virkeligheden.

Ræsonnement og tankegang vedrører matematisk argumentation og karakteristika ved matematisk tankegang.

Repræsentation og symbolbehandling vedrører anvendelse og forståelse af repræsentationer i matematik, herunder matematisk symbolsprog.

Kommunikation vedrører det at udtrykke sig med og om matematik og at sætte sig ind i og fortolke andres udtryk med og om matematik.

Hjælpemidler vedrører kendskab til, samt anvendelse og valg af relevante hjælpemidler i matematik.

Hellebjerg FIRST valgfag

Der tilbydes kurser i 6 perioder med en varighed på ca. 4 uger. I hver periode udbydes hhv. fysik/kemi, samfundsfag, historie, tysk, biologi/geografi og andre kurser, herunder Cambridge English (se beskrivelser nedenfor)

Elever vælger fag i august for periode 1-6

Fysik og kemi

1 Energi på lager

Vi ser på energisituationen i Danmark: Hvordan er den energi, vi bruger i dag dannet? Hvordan ser fremtidens energiforsyning ud?

Gennem hele forløbet arbejder vi med begreber som elektromagnetisme, induktion, transformation, forskellige former for energioverførsel, bevægelse og meget andet.

Vi kommer ind på hvordan fremtidens energiforsyning ser ud og kommer selv med mulige løsninger på disse.

2 Atomfysik

Vi arbejder med de tre kendte kilder: alfa, beta og gamma og repeterer deres egenskaber ved hjælp af

dataopsamling. Vi ser også på historierne bag atomets opdagelse, hvor stråling kommer fra og hvad der evt. udløser den. Vi skal se på radioaktive ting fra dagligdagen: radon, røg-detektorer, atomkraftværker, strålers indvirkning på frø/celler m.m. Emnet afsluttes med en fordybelse i et delvist selvvalgt emne godkendt af underviseren samt fremlæggelse af dette.

3 Kemi i dagligdagen

Har du brug for at kigge på kemien igen? Så det her kurset for dig: syrer, baser, neutralisering, salte, organisk – uorganisk kemi, atomets opbygning, sukker, alkohol og forbrænding. Vi kigger på vores mad og analyserer den for fedt, kulhydrat og proteiner.

Kurset vil delvis tage sit udspring i, hvad du (og de andre på holdet) ønsker at få gennemgået igen. Kurset afsluttes med mulighed for at fordybe sig i nogle udvalgte emner.

4 Lagkagekemi

Hvad er en emulgator? Hvorfor er fedt skadeligt for kroppen? Kan jeg selv lave en lagkagebund?

Der arbejdes med grundlæggende organisk kemi: hvad er det, hvad bruges det til, og hvor bruges det?

Hovedvægten lægges på emulgatorer samt dets anvendelse i hjemmet og industrien. Du udarbejder en

rapport og fremstiller en lagkagebund hjemme, der danner grundlag for et spændende og lærerigt besøg på en nærliggende virksomhed, der producerer emulgatorer.

5 **Astronomi**

Vi gennemgår universets opbygning samt atomets opbygning. Vi ser på jorden, månen, vores eget solsystem og vores egen galakse. Vi ser på stjernehimlen en mørk aften og lytter til nogle af de gode gamle historier om guderne. Vi ser på forudsætninger for liv på andre planeter. Vi tager på planetvandringstur og bliver klogere på vores tur i solsystemet. Emnet afsluttes med en fordybelse i et delvist selvvalgt emne godkendt af underviseren samt fremlæggelse af dette.

6 **Klar til fysik/kemi**

Dette kursus er til dig, som gerne vil være klar til næste års fysik. Hvis du skal til optagelsesprøve eller gerne vil genopfriske dine færdigheder, så skal du vælge dette kursus. Der vil arbejdes med begrebsafklaring, forsøg og eksempler på prøver. Kurset vil delvis tage sit udspring i, hvad du (og de andre på holdet) ønsker at få gennemgået igen

Samfundsfag

7 **Medier og sociale medier**

I dette forløb skal I arbejde med medier. Herunder en undersøgelse af politikernes og partiernes brug af medier og sociale medier. I kommer til at arbejde med mediernes rolle og magt i demokratiet.

I forløbet skal I blandt andet kigge på, hvordan ekkokamre opstår på Facebook og diskutere følgerne heraf. I skal udføre et eksperiment, hvor I følger en politiker på Facebook og analyserer, hvordan hun/han gør brug af de sociale medier.

8 **Mediernes magt**

I dette forløb skal I arbejde med mediernes betydning for det danske demokrati. I skal se, hvordan de fungerer som demokratiets vagthund, når de holder øje med magthaverne, og undersøge mediernes forskellige roller i den politiske debat.

I forløbet skal I blandt andet præsentere en journalistisk historie og lave et nyhedsindslag. I skal også se en politisk debat og diskutere politikernes brug af spindoktorer.

9 **Dansk politik**

Vi skal i dette kursus arbejde med rammerne for det danske velfærdssamfund politisk og historisk. Vi vil gå i dybden med ideologier, det politiske arbejde og hvordan det påvirker befolkningen. Vi vil gennem artikler, dokumentarprogrammer og nyhedsudsendelser arbejde hen mod en større forståelse for den danske model og dens styrker og svagheder.

Historie

10 **Koloniseringen af Afrika**

I dette historieførløb drager vi tilbage til 1800-tallet; i sporene på Dr. Livingstone, der udforskede det indre af Afrika. I årene herefter følger et kapløb om kolonier mellem de europæiske stormagter. Et kapløb, der trækker spor af blod og ødelæggelser henover det afrikanske kontinent.

Igennem fagtekster og dokumentarprogrammer kigger vi nærmere på baggrunden for, forløbet af og ikke mindst konsekvenserne af europæernes kolonisering af Afrika.

11 Folkedrab – fra Holocaust til Rwanda

Det anslås, at mere end 100 mio. mennesker har mistet livet som følge af folkedrab inden for de seneste 100 år. Hvad får mennesker til at slå deres medmennesker ihjel? I dette historieforbånd dykker vi ned i folkedrabsbegrebet og kigger nærmere på fænomenet ved hjælp af fagtekster, dokumentarprogrammer og spillefilm.

12 Historie – kildekritik

Kildekritik er den grundlæggende metode i historiefaget og handler om at stille kritiske spørgsmål til den kilde, man sidder overfor. I vil på dette kursus blive introduceret for spormetoden, der er et systematisk værktøj, som man med fordel kan benytte, når man læser fx dagbøger, breve og taler eller ser på fotos, malerier og plakater, der knytter sig til bestemte historiske perioder.

Kurset er særligt henvendt til dig, der skal have historie på STX eller samtidshistorie på HHX.

13 Israel og Palæstina - Konflikten uden ende?

Vi skal på dette historie- og samfundsfagskursus kigger nærmere på den tilsyneladende uløselige konflikt mellem Israel og Palæstina; en konflikt, der har præget det internationale samfund siden afslutningen på 2. verdenskrig. Vi skal gennem fagtekster, udpluk af skriftkilder, fotos, musikvideo og dokumentarprogrammer se nærmere på konfliktens opståen, dramatiske højdepunkter, løsningsforsøg samt den nuværende situation.

Tysk

Generelt

Alle tyskkurser indeholder grammatik samt fokus på både den mundtlige og skriftlige dimension

14 Was willst du werden?

Dette kursus handler om alle de muligheder, der er i fremtiden. Vi læser tekster og ser små film om studier, udlandsrejser og jobmuligheder.

Grammatikfokus: Sætningsanalyse og kasus

15 Ich bin jung

Dette kursus handler om forskellige ungdomsproblematikker og ungdomskultur. Vi læser tekster og ser små film om emner, der optager jer.

Grammatikfokus: verber, regelmæssige

16 Eine Reise nach Berlin und Hamburg

På dette kursus bliver du præsenteret for mange af de muligheder, der er som turist i Hamburg og Berlin. Masser er tysk historie og ungdomskultur

Grammatikfokus: Præpositioner

17 Sport

Dette kursus handler om sport og ungdomskultur. Vi læser tekster og ser små aktuelle film.

Grammatikfokus: verber, uregelmæssige + modalverber

18 Aktuelle Nachrichten – sproget i praksis

På dette kursus har vi fokus på nyhedsmediernes. I skal selv producere små nyhedsclip, podcasts og lave opslag til sociale medier.

Grammatikfokus: pronominer og adjektiver

19 Musik - officielle deutsche chart

På dette kursus skal vi lære sproget gennem masser af ny tysk musik. Vi lytter til musikken, læser teksterne og ser musikvideoer.

Grammatikfokus: Hovedsætninger/bisætninger

Biologi/geografi

20 Kroppen i fokus

Vi kigger på den arbejdende krop, dykker ned i hvad det er der holder den i gang og hvad det er for processer der gør at vi kan bevæge os. Vi skal blandt andet arbejde med: Celler, respiration, lunger, hjerte, muskler, nervesystem, blodsukker mm.

21 Katastrofer - Frygt og håb

Vi skal arbejde praktisk-undersøgende med temaet som tager udgangspunkt i natur- og menneskeskabte katastrofer. Kurset tager afsæt i viden og metoder fra 9. kl, men vi lægger et lag mere på. Du kan også blive udfordret med eks. gymnasie B-niveau hvis du ønsker det.

Andre kurser

22 Innovation

Dette kursus henvender sig til dig, der skal have faget Innovation på HHX, HTX eller HG. Du får en helt grundlæggende viden indenfor iværksætteri, og vi arbejder bl.a. med emner som: idégenerering, kundegrundlag, markedsundersøgelse, promotionsformer, resultatbudget og SWOT-analyse. Vi arbejder projektorienteret i mindre grupper.

23 Trænerrollen

Vi sætter fokus på trænerrollen, både som menneske, som ekspert i træningen, som motivator og som formidler.

Vi undersøger de forskellige træner typer, hvordan de agerer i rollen som træner samt hvilken betydning, dette har for den enkelte idrætsudøver.

Undervisningen vil være en blanding af både teori og praksis, hvor du blandt andet skal prøve kræfter med din egen trænerrolle i undervisning af børn indenfor idræt, leg og bevægelse.

24 Coaching og mental træning

Du kender måske begrebet "coach" fra sportens verden. Det er en person, der hjælper dig med at udvikle dit potentiale mest muligt. Lær hvordan du kan coache dig selv og dine kammerater til at sætte nye mål – faglige, sportslige, sociale eller personlige. Få viden om nogle grundlæggende principper inden for coaching. Lær at stille spørgsmål, øv dig i at sætte nye mål og at nå dem.

Kurset vil bestå af teori, refleksion, samtale og mange individuelle og parvise øvelser for at træne det i praksis. Derudover arbejder vi med din mentale robusthed og din evne til at holde fokus, finde ro og præstere bedre.

25 Styrk dit selvværd og mod til at stå frem

Hvorfor bliver de fleste af os nervøse, når vi skal stå frem i klassen eller gå til prøve? Få viden om, hvordan vore tanker styrer vore følelser og handlinger. Lær hvordan du kan styrke dit selvværd og dit mod til at stå frem foran andre og blive bedre til at håndtere præstations- og eksamensangst.

Kurset vil bestå af teori, film, refleksion, samtale, mindfulness øvelser samt mange individuelle og gruppevise øvelser, hvor du kan udfordre dig selv og dit mod.

26 Konfliktåndtering

Hvad gør du, når der er en, der overskrider dine grænser, gør dig ked af det eller beder dig om noget, du ikke har lyst til? Bider du det i dig, går du til angreb, eller gør du noget helt andet? Har du af og til konflikter med dine forældre?

Få viden om, hvordan konflikter kan opstå, og hvordan du kan blive bedre til at forebygge og håndtere dem. Vi bruger situationer fra din hverdag til at øve det i praksis, f.eks. hvordan du får sagt noget til din værelseskammerat, uden det fører til konflikt.

27 Sportspsykologi

Hvordan træner man den mentale side af sporten? Og har jeg mental styrke? Har jeg talent?

I dette kursus skal vi arbejde med hvordan du kan træne din mentale styrke i sport. Det handler bl.a. om at tackle situationer med modgang, at blive klar til at præstere, men i lige så høj grad om at blive afklaret med hvem du ønsker at være som sportsudøver.

28 Mindfulness og stresshåndtering

Bliv klogere på, hvad stress er, hvad der stresser dig, og hvordan du kan bruge mindfulness til at forebygge og mindske stress. Der arbejdes med teorierne bag gennem mange praktiske øvelser for at anvende denne viden i din hverdag.

29 Iværksætter - start din egen virksomhed

Tænker du, at handel/afsætning kunne være noget for dig? På dette kursus stifter du bekendtskab med begreber som resultatopgørelse, balance, moms, omkostninger, løn og lign.

Kurset afsluttes med et projekt, hvor der etableres en virksomhed.

30 Cambridge English

Niveau 2-3

Dette kurser vælges for periode 4-5 og 6. (januar – maj)

Hvorfor skal du vælge Cambridge English?

Du skal vælge Cambridge, hvis du er relativt god til engelsk og har mod på og lyst til at blive endnu bedre og at blive udfordret i engelsk. Vi forventer, at du normalt får 7 eller derover i engelsk, hvis du vælger Cambridge.

Du skal vælge Cambridge, hvis du kunne tænke dig at læse eller arbejde i udlandet i fremtiden. Cambridge-eksamen er en internationalt anerkendt eksamen, og du får et eksamensbevis, som du kan bruge til at søge uddannelser og jobs - både i udlandet og herhjemme.

Hvilke eksamener skal man op i til Cambridge English?

Der er tre eksamener i Cambridge English: lytte, læse/skrive og mundtlig.

- Lytteprøven varer 50 minutter og minder meget om den lytteprøve, du måske har været oppe til i 9. klasse, måske lidt sværere.
- Læse-/skriveprøven er en samlet prøve på 2 timer, som tester både læse- og skrivefærdigheder. Den består af 7 delopgaver om f.eks. skimning af tekst, udfyldning af formular, tage noter til tekst, skrive et resume, skrive et læserbrev.
- Den mundtlige prøve foregår som en samtale mellem lærer og elev. Til prøven får du et kort med et emne og nogle punkter, som vi skal snakke om. Emnerne er generelle og noget, alle kan snakke med om. Det er kun lærer og elev, der er til stede til prøven, men vi optager samtalen og sender optagelsen af sted til Cambridge, som skal bedømme elevens præstation.

Den mundtlige prøve afholdes i april, og de skriftlige er i starten af maj.

Hvad laver vi i Cambridge-timerne?

Vi skal selvfølgelig øve os til prøverne, hvilket vil sige, at vi gennemgår prøveformerne mange gange, så vi er godt forberedt.

Derudover øver vi på mange andre måder de ting, I bliver testet i. Det vil sige, at vi laver mange mundtlige øvelser, lytte-, skrive- og læseøvelser.

Nogle af de ting, vi laver, kan være:

- Læser autentiske artikler
- Ser nyhedsudsendelser
- Laver små præsentationer for hinanden
- Oversættelsesopgaver
- Mundtlige diskussioner og debatter
- Læser bøger
- Ser film og arbejder med dem
- Arbejder med grammatik
- Leger og spiller
-

Kompetencer og event

Formål:

- Vi skal igennem dette fag bidrage til at danne og uddanne eleverne til livsduelige og demokratiske medborgere.
- Eleverne skal udvikle og fremme medborgerskab og demokratisk dannelse ved at skabe aktivitet og nytænkning med event.
- Eleverne skal opnå større forståelse for vigtigheden af kommunikation.
- Eleverne skal have et indblik i foreningslivets unikke opbygning og betydning.
- Eleverne skal opleve, at de "flytter" sig på deres sociale og personlige kompetencer.

Mål:

- Eleverne skal opleve, at engagement i lokalsamfundet giver mulighed for fællesskab.
- Gennemføre aktiviteter med samarbejdspartnere i lokalsamfundet til udvikling af elevernes medborgerskab og demokratiske dannelse.
- At der implementeres et samarbejde mellem lokale interessenter.
- Eleverne skal tilegne sig kompetencer hvor de lærer at lede, samskabe og igangsætte projekter og events for borgere i lokalsamfundet.
- Udvikle elevernes handlekompetencer.
- Eleverne tilegner sig forståelse for demokrati og oplever at indgå som aktive medborgere.
- Eleverne tilegner sig viden og forståelse for foreningslivet unikke betydning for samfundet.
- Eleverne skal opleve, at deres egen ideer kan indgå i et samarbejde og vise give gode resultater i forhold til et formål og dermed give en værdi.
- Eleverne skal lære at reflektere over egne kompetencer og arbejde målstyret med dem
- Eleverne skal udvikle deres evner i kommunikation, herunder betydningen bl.a. af kropssprog, toneleje og ord.

Indhold:

- Skabe samarbejder mellem efterskole og lokalsamfundet.
- Udvikle netværk i lokalsamfundet.
- Lave interne og eksterne events på Hellebjerg
- Kommunikation (verbal og nonverbal)
- Coaching
- Frivillighed
- Foreningsliv
- Idegenrering
- Lederspiren certifikat
- Arbejde med personlige og sociale kompetencer
- Opponent - grupper (giver hinanden feedback på events)

COMPUTERE OG IT

Skolen har ikke et fag der hedder IT, EDB eller lignende. Men den moderne computerteknologi skal integreres i alle fag og i skolens hverdag.

Der er mulighed for at gå "på nettet" overalt på skolen og skolens undervisningslokaler er forsynet med Smartboards, projektorer m.m.

De allerfleste af vores elever medbringer selv en bærbar computer; og skolen har derudover stationære computere og printere til rådighed.

Skolen stiller Office 365 abonnement til rådighed til igangværende elever. Dette inkluderer hele officepakken og Onedrive for business.

Elever

Vi skal forberede vore elever til fremtiden, ved at give dem en god uddannelse og udvikle deres evner bl.a. med inddragelse af IT-teknologien i fagene (se fagmålene).

- Eleverne skal lære at vurdere og sortere informationer
- Lære at formidle informationer ved brug af IT-teknologien til andre
- Bruge IT-teknologien som kommunikation mellem mennesker

Medarbejdere

Medarbejderne skal være gode personlige brugere af IT.

I undervisningen skal lærerne pædagogisk kunne inddrage IT-teknologien i undervisningen.

- Den skriftlige kommunikation mellem medarbejderne vil stort set være IT-båret (dagsordener/referater/informationer/meddelelser/osv.)

Boglige fag 9.kl

Dansk

Fagformål

Eleverne skal i faget dansk fremme deres oplevelse og forståelse af litteratur og andre æstetiske tekster, fagtekster, sprog og kommunikation som kilder til udvikling af personlig og kulturel identitet. Faget skal fremme elevernes indlevelsessevne og deres æstetiske, etiske og historiske forståelse.

Stk. 2. Faget dansk skal styrke elevernes beherskelse af sproget og fremme elevernes lyst til at bruge sproget personligt og alsidigt i samspil med andre. Eleverne skal udvikle en åben og analytisk indstilling til samtidens og andre perioders og kulturers udtryksformer. Faget dansk skal udvikle elevernes udtryks- og læseglæde og kvalificere deres indlevelse og indsigt i litteratur og andre æstetiske tekster, fagtekster, sprog og kommunikation.

Stk. 3. Faget dansk skal give eleverne adgang til de skandinaviske sprog og det nordiske kulturfællesskab.

Tildelt tid og prøvestatus**9. klasse**

Obligatorisk fag – 6 lektioner á 45 min. pr. uge.

Faget er prøveforberedende.

Ved afslutningen af 9. klassetrin aflægger eleverne folkeskolens obligatorisk afgangsprøve (FP9) i faget dansk. Prøven består af en skriftlig og en mundtlig del. Den skriftlige del af prøven omfatter en opgave i *læsning og retskrivning* (dansk sprog og sprogbrug) og en opgave i *skriftlig fremstilling*. Folkeskolens afgangsprøve (FSA) er først aflagt, når eleven har gennemført alle dele af prøven.

Undervisningens indhold

Undervisningen er målrettet slutmålene for 9.-klassetrin samt de krav, der relaterer sig til folkeskolens afgangsprøve (FP9).

Danskfagets kompetenceområder:*Læsning*

Eleven kan styre og regulere sin læseproces og diskutere teksters betydning i deres kontekst

Fremstilling

Eleven kan udtrykke sig forståeligt, klart og varieret i skrift, tale, lyd og billede i en form, der passer til genre og situation

Fortolkning

Eleven kan forholde sig til kultur, identitet og sprog gennem systematisk undersøgelse og diskussion af litteratur og andre æstetiske tekster

Kommunikation

Eleven kan deltage reflekteret i kommunikation i komplekse formelle og sociale situationer

Danskfagets analytiske virksomhed fører frem mod, at eleverne kan diskutere, reflektere og vurdere.

Arbejdet med genrer står meget centralt, og eleverne skal kunne genkende, fortolke og reproducere de forskellige genrer.

Eleverne udvikler kompetencer til at kunne karakterisere, sammenligne, reflektere over og diskutere sprog og tekster.

Elevernes tilegnelse af et varieret og sikkert ord- og begrebsforråd står fortsat centralt.

Eleverne skal blive i stand til at læse mere og mere omfangsrige tekster, og der skal fortsat arbejdes med at fastholde og udbygge læselyst og læsevaner.

Eleverne skal læse og skrive tekster, som er stadigt mere komplekse og flertydige, og som kan lægge op til forskellige fortolkninger. De skal kunne fremstille større multimodale tekster, og de skal kunne begrunde deres fortolkninger med udgangspunkt i teksters ud-sagn.

Målet er, at eleverne skal udvikle en analytisk fortolkende og kritisk bevidsthed over for tekster.

Engelsk

Faget engelsk er opdelt i tre kompetenceområder, der ligesom på de øvrige klassetrin gælder for 9. klasse. Det drejer sig om henholdsvis mundtlig og skriftlig kommunikation samt viden om kultur- og samfundsforhold i engelsktalende lande. De tre områder understøtter hinanden og indgår samlet i en helhedsorienteret undervisning.

Tildelt tid

9. klasse: 3 lektioner om ugen
Faget er prøveforberedende.

Mundtlige kompetencer

Eleven kan deltage i længere spontane samtaler og argumentere for egen synspunkter på engelsk.

Lytning

Eleverne skal kunne forstå lyttetekster med naturligt taletempo. Der skal så vidt muligt anvendes autentiske tekster, der indeholder forskellige regionale og sociale varianter. Her skal eleverne kunne forstå hovedindhold og specifik information gennem brug af forskellige lytteteknikker.

Samtale

Eleverne skal kunne og have lyst til at udtrykke sig mundtligt på engelsk i meningsfulde sammenhænge med rimelig lethed og "fluency" afpasset situationen. Sproget som kommunikationsmiddel er fortsat i centrum, men med øgede forventninger til rimelig præcision, nuancering og større sproglig bevidsthed.

Præsentation

Eleverne skal kunne søge, udvælge, bearbejde og formidle informationer til forskellige grupper af modtagere. Undervisningen skal give eleverne mulighed for at præsentere emner på engelsk i forskellige kommunikative situationer. Her inddrages forskellige præsentationsformer, herunder kreative og it-baserede

Sprogligt fokus

Eleverne skal fortsat arbejde med at opbygge et tilstrækkeligt og forholdsvis præcist og nuanceret ordforråd, herunder hyppige idiomatiske vendinger og kollokationer.

Kommunikationsstrategier

Elevernes mundtlige færdigheder skal udvikles gennem brug af varierede og hensigtsmæssige strategier med fokus på at kunne fastholde emne og samtaleret. Eleverne skal kunne rette sig selv med det formål at reformulere en ytring for at blive forstået.

Sproglæringsstrategier:

Eleverne skal udvikle selvstændige arbejdsformer, både når de arbejder alene og i grupper. Eleverne skal arbejde med strategier til at finde, vurdere og anvende informationer fra internettet og engelsksprogede kilder, fx i forbindelse med fremlæggelser.

Skriftlige kompetencer

Eleven kan forstå og skrive længere sammenhængende tekster med forskellige formål på engelsk.

Læsning

Eleverne skal kunne læse, forstå og vurdere mere komplekse, autentiske tekster af varierende omfang om forskellige emner. Eleverne skal have fokus på, at alle tekster er udtryk for synspunkter og underliggende budskaber.

Skrivning

Eleverne skal have opmærksomhed på, at tekster skrives i en sammenhæng, hvor hensigt, modtager og situation danner en ramme for genre, struktur og sprog. Eleverne skal arbejde med struktur i hele teksten, i afsnit, i den enkelte sætning og i ord og fraser. Skrivningen bliver i dette forløb mere kompleks både sprogligt og indholdsmæssigt.

Sproglig fokus

Eleverne skal arbejde med funktionel grammatik ved at fokusere på sammenhængen mellem teksters formål og de sproglige valg. Eleverne skal arbejde med øget sproglig præcision både i forhold til ordforråd, grammatik og tekststruktur. Dette sker gennem brug af computerens stave- og grammatikkontrol, elektroniske ordbøger samt grammatiske oversigter til hjælp ved stavning og tegnsætning.

Sproglæringsstrategier

På vej mod en større selvstændighed i skrivningen er der som læringsstrategi fokus på samarbejdet mellem eleverne. Eleverne skal stadig have hjælp til at anvende ordbøger og andre ressourcer i arbejdet med skriftlig kommunikation, herunder it-baserede.

Kultur og samfund

Eleven kan agere selvstændigt i internationale kulturmøder på baggrund af forståelse af kulturelle og samfundsmæssige forhold.

Interkulturel kontakt

Eleverne skal arbejde med refleksion over kultur og kulturmøder, både de møder eleverne selv oplever, overværer og stifter bekendtskab med gennem tekster. På basis af den interkulturelle forståelse skal de til sidst kunne agere både selvstændigt og fleksibelt i mere spontane møder, som også omhandler viden om engelsksprogede kulturer og samfundsforhold.

Engelsk som adgang til verden:

Eleverne skal arbejde med flere typer af sproglige varianter. Eleverne skal kunne identificere de væsentligste sproglige træk, der kendetegner disse forskellige varianter. Til sidst skal eleverne kunne tale om, hvordan sproget farves af de sammenhænge, det indgår i, så mulige konfliktpunkter i kulturmøderne forstås og undgås.

Tekst og medier

Eleverne skal kunne vurdere teksterne i forhold til genre og sprogbrug gennem arbejdet med et alsidigt udbud af tekster om emner af personlig, kulturel og samfundsmæssig relevans. Eleverne

skal kunne søge og formidle information til forskellige modtagere i et sammenhængende sprog afpasset genren. Elevernes eget medieforbrug inddrages som en ressource i arbejdet.

Fysik/kemi

Formål for faget fysik/kemi

Formålet med undervisningen i fysik/kemi er, at eleven ud fra egne oplevelser og erfaringer tilegner sig viden og indsigt om fysiske og kemiske forhold. Undervisningen skal medvirke til udvikling af naturvidenskabelige arbejdsmetoder og udtryksformer hos den enkelte elev. Fysik/kemi skal i samspil med de øvrige naturfag bidrage til en forståelse af den verden, de selv er en del af.

Undervisningen skal give mulighed for at stimulere og videreudvikle elevens interesse og nysgerrighed over for naturfænomener, naturvidenskab og teknik med henblik på at udvikle erkendelse, fantasi og lyst til at lære. Undervisningen skal give eleven kendskab til grundlæggende fysiske og kemiske begreber og lovmæssigheder.

Undervisningen skal give eleven mulighed for at forstå naturvidenskabernes betydning for samfundsudviklingen samt at opbygge egen personlige holdning til naturvidenskabelige spørgsmål af personlig såvel som samfundsmæssig art, for derved at kunne få indflydelse på og tage medansvar for brugen af naturressourcer og teknik både lokalt og globalt. Undervisningen skal give eleverne mulighed for at erkende naturvidenskab og teknologi som en del af vor kultur og vort verdensbillede.

Tildelt tid

9. klasse: Obligatorisk prøvafag – 3 lektioner pr. uge

Undervisningens indhold

I fysik / kemi arbejdes med følgende hovedoverskrifter:

- * Fysikkens og kemiens verden.
- * Udviklingen i naturvidenskabelig erkendelse.
- * Anvendelse af fysik og kemi i hverdag og samfund.
- * Arbejdsmetoder og tankegange.

Emner som elektricitet, magnetisme, elektromagnetisme, induktion, vekselspænding, transformation, atom og kerne fysik, strålingsfare, lys og farver, syrer, baser, ioner, jordens salte, alkohol, den organiske kemi med olie og plastik, simple bindings former samt det periodiske system indgår i undervisningen.

I undervisningen anvendes IT til dataopsamling, data behandling samt formidling.

Der anvendes grundbøger suppleret med artikler, lærernes eget materiale og oplysninger hentet over Internettet.

Som en rød tråd indgår begrebet energi.

Praktiske øvelser indgår i videst muligt omfang i alle sammenhænge for at kæde det praktiske sammen med det teoretiske aspekt.

Faget koordineres med biologi og geografi så eleverne kan opnå en helhedsopfattelse af naturfagene.

I skoleåret 2016-2017 vil det primære udgangspunkt for undervisningen, i både Fysik-Kemi, Biologi og Geografi blive det online webbaserede materiale Ixplorer, som også dækker det tværfaglige naturfagselement.

Biologi

Formålet for faget biologi

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

Undervisningen skal i videst muligt omfang tage sit udgangspunkt i elevernes egne oplevelser, undersøgelser og opfattelser samt søge at fremme deres glæde ved naturen og lyst til at beskæftige sig med biologiske emner og problemstillinger.

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.

Tildelt tid og prøvestatus

Obligatorisk fag for 9. klasse – 1 lektion á 45 min./uge.

Faget er obligatorisk prøvfag (udtræksfag). Prøven er skriftlig og varer ½ time. Den er it-baseret og tester eleverne i, hvorvidt de uden hjælpemidler kan vise forståelse og anvendelse af faglige begreber inden for trin- og slutmålene.

UNDERVISNINGENS INDHOLD

De centrale kundskabs- og færdighedsområder er:

- De levende organismer og deres natur
- Miljø og sundhed
- Biologiens anvendelse
- Arbejds måder og tankegange.

Disse områder er grundlaget for tilrettelæggelsen, gennemførelsen og evalueringen af undervisningen, således at eleverne får mulighed for at

- bruge deres viden om de levende organismer og samspillet med omgivelserne til at sætte sig ind i forhold om natur, miljø, sundhed og praktisk anvendelse af biologi
- erkende og formulere biologiske problemstillinger samt gennemføre undersøgelser og eksperimenter
- forstå biologi som naturvidenskabeligt fag og dets anvendelse som en del af vores kultur og verdensbillede
- engagere sig i biologiske spørgsmål, som sætter dem i stand til at tage stilling og handle.

Undervisningen skal lede frem til, at eleverne har tilegnet sig kundskab og færdigheder, der sætter dem i stand til hvad angår 1. hovedområde at
kende og beskrive udvalgte organismer, deres livsytringer og tilpasninger til forskellige livsbetingelser
kende til opbygning og omsætning af organisk stof, stofkredsløb og energistrømme
redegøre for grundlæggende forhold i arvelighed og evolution

hvad angår 2. hovedområde at
beskrive og forklare væsentlige kropsfunktioner
kende forskellige faktorer, der påvirker menneskets sundhed

beskrive menneskers anvendelse af naturgrundlaget samt inddrage perspektiver for bæredygtig udvikling
forholde sig til aktuelle miljøproblemer og deres betydning for menneskets sundhed og den omgivende natur

hvad angår 3. hovedområde at
undersøge og forklare almene biologiske processer i fødevarerproduktionen
forklare forskellige biologiske principper i genteknologi
forholde sig til moderne bioteknologiers anvendelse og betydning for den enkelte, samfundet og naturen

hvad angår 4. hovedområde at
søge biologisk viden og forståelse gennem egne undersøgelser og eksperimenter i naturen og laboratoriet
undersøge udvalgte danske og udenlandske biotoper med deres biologiske mangfoldighed
kende til, hvordan biologisk viden bliver til gennem naturvidenskabelige arbejdsmetoder
genkende biologiske argumenter og modeller i samfundsdebatten samt overveje deres muligheder og begrænsninger
forholde sig til værdier og interesse modsætninger knyttet til problemstillinger med biologisk indhold.

Undervisningen i biologi bygger bl.a. på de kundskaber og færdigheder, som eleverne har erhvervet sig i natur/teknik. Derfor søges det udlevet, at praktiske og undersøgende aktiviteter kombineres med biologiske teorier og forklaringer og at det enkelte emne altid søges set i en biologisk sammenhæng og i et perspektiv, hvor økologiske, udviklingsmæssige, værdimæssige og samfundsmæssige elementer søges inddraget.

Der anvendes grundbøger og suppleres med artikler fra såvel aviser som fagtidsskrifter samt oplysninger hentet over Internettet. Skolen råder endvidere over en mindre biologisamling med udstoppede dyr, kranier, efterladenskaber, modeller af indre organer m.v., som benyttes i relevante sammenhænge.

Faget koordineres med fysik/kemi og geografi så eleverne kan opnå en helhedsopfattelse af naturfagene.

I skoleåret 2019-2020 vil det primære udgangspunkt for undervisningen, i både Fysik-Kemi, Biologi og Geografi blive det online webbaserede materiale Ixplora, som også dækker det tværfaglige naturfagselement.

Geografi

Formålet med undervisningen

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.

Undervisningen skal bygge på elevernes egne iagttagelser, oplevelser og undersøgelser og på geografiske kilder, så de udvikler interesse for selv at udbygge deres viden om omverdenen.

Undervisningen skal fremme elevernes forståelse af fremmede kulturer og give dem mulighed for at udvikle engagement, selvstændig stillingtagen til og ansvarlighed over for problemer vedrørende udnyttelse af naturgrundlag, ressourcer og den kulturskabte omverden og konsekvenserne for miljø og levevilkår.

Tildelt tid og prøvestatus

9. klasse: Obligatorisk fag – 1 lektion á 45 min. pr. uge samt ekstra timer i løbet af skoleåret. Faget er prøveforberedende og er jf. gældende love et udtræksfag.

Undervisningens indhold

Globale mønstre

Der lægges vægt på, at eleverne bruger deres viden til at sætte de forskellige naturgeografiske mønstre ind i større sammenhænge.

Gennem arbejde med enkeltregioner, naturgeografiske fænomener og kulturgeografiske emner, hvor eleverne bruger deres viden om klimazoner, råstoffordeling, industrilokalisering, befolkningsfordeling, landskabsdannelse m.m. øges deres forståelse af sammenhænge i de globale kredsløb.

Gennem hele forløbet er verdenskortet et centralt undervisningsmiddel. Gennem eksempler klargøres, hvordan de forskellige globale mønstre har indbyrdes betydning, så eleverne udbygger deres forståelse af enkeltstående natur- og kulturgeografiske fænomener, når disse kan perspektivere forskellige globale mønstre.

Naturgrundlaget og dets udnyttelse

Undervisningen tager udgangspunktet i elevernes forståelse af naturgrundlaget og de oplevelser, de har med menneskers udnyttelse deraf. Gennem tidligere opnået viden formulerer og forklarer eleverne deres forståelse af såvel naturlige som menneskeskabte ændringer af naturgrundlaget.

Undervisningen er så vidt muligt undersøgende.

Den viden, eleverne tidligere har tilegnet sig, sættes ind i en større forståelse af naturgeografiske ændringer i tid og rum.

Forståelse af fx højtryk og lavtryk og menneskers udnyttelse af naturgrundlaget indgår i forståelse af begreber som klima og klimaændringer.

Eleverne bruger deres viden om og indsigt i forskellige naturgrundlag rundt på jorden til at forklare de forskellige måder, mennesker er afhængige af og har indrettet sig i forhold til naturen.

Undervisningen skal give eleverne en oplevelse af, at de selv er med i og vil få et ansvar for udnyttelsen af naturgrundlaget.

Kultur og levevilkår

I undervisningen indgår kulturgeografiske fænomener og begivenheder, hvor eleverne kan bruge deres forståelse og viden til en forklaring af de kulturgeografiske sammenhænge og konsekvenser deraf.

Eleverne inddrager kendskab til forskellige kulturer og politiske forhold i arbejdet ned historiske og aktuelle geografiske emner, fx de forhold flygtninge og indvandrere kommer fra, baggrunden for deres nye situation, de værdier de bringer med sig, og de værdier de møder.

Eleverne har mulighed for at forholde sig til værdier i deres eget og andre samfund, og de konsekvenser samfundenes forbrugsmønstre har.

Arbejds måder og tankegange

Så vidt muligt analyserer og undersøger eleverne ved hjælp af passende redskaber og metoder geografiske fænomener i selvstændig formulerede opgaver.

Der lægges vægt på egne undersøgelser, målinger og registreringer i arbejdet med geografiske problemstillinger. Gennem fremlæggelse i klassen får de mulighed for at diskutere deres valg og konklusioner. Samtale om resultater af elevernes undersøgelser og konklusioner indgår som en del af undervisningen.

Egne iagttagelser i natur- og kulturlandskabet indgår som en baggrund for elevernes analyser.

Eleverne arbejder med forskellige korttyper og bearbejder geografiske oplysninger gennem elektroniske medier.

Slutmål efter 9. klassetrin

Globale mønstre

Undervisningen skal lede frem mod, at eleverne har tilegnet sig kundskaber og færdigheder, der sætter dem i stand til at

- give eksempler på globale naturgeografiske mønstre, kredsløb og sammenhænge
- beskrive den globale befolknings- og storbyfordeling
- give eksempler på globale mønstre i forbindelse med økonomi, produktion, resourceforbrug, miljø og forurening.

Naturgrundlaget og dets udnyttelse

Undervisningen skal lede frem mod, at eleverne har tilegnet sig kundskaber og færdigheder, der sætter dem i stand til at

- beskrive det geologiske kredsløb
- beskrive vigtige forhold bag vejr, klima og klimaforandringer på jorden
- beskrive, hvordan isen, vandet og vinden kan forme landskaber
- beskrive og forklare sammenhængen mellem landskab, klima, jordbund og vand som grundlag for levevilkår i verdens forskellige egne.

Kultur og levevilkår

Undervisningen skal lede frem mod, at eleverne har tilegnet sig kundskaber og færdigheder, der sætter dem i stand til at

- beskrive og forklare vigtige forhold, der påvirker befolknings- og byudvikling med udgangspunkt i danske forhold
- beskrive og forholde sig til menneskers levevilkår i eget og andre samfund
- give eksempler på årsager til internationale konflikter begrundet i geografiske forhold
- vurdere de miljømæssige konsekvenser af samfundenes udnyttelse af naturgrundlaget

Arbejds måder og tankegange

Undervisningen skal lede frem mod, at eleverne har tilegnet sig kundskaber og færdigheder, der sætter dem i stand til at

- gennemføre en analyse af globale mønstre, problemstillinger og regioner og samspillet mellem disse ved hjælp af geografiske kilder og hjælpemidler
- anvende globus, kort, fly- og satellitfotos samt elektroniske data som arbejdsredskaber til at skabe overblik og sammenhæng
- kende verdensdele, lande, byer m.m. på kort og globus, herunder navne på væsentlige danske lokaliteter og deres placering
- foretage undersøgelser, målinger og registreringer på grundlag af egne iagttagelser og oplevelser i natur- og kulturlandskabet
- anvende informationsteknologi i forbindelse med informationssøgning, undersøgelser, registrering, bearbejdning og fremlæggelse.

Naturfag 9. årgang

Samarbejde ml. fysik/kemi, biologi og geografi

Om prøven:

- Prøven er mundtlig
- Prøven aflægges individuelt eller i grupper med 2-3 elever
- Eleven/grupperne trækker et fokusområde og udvikler derefter selv en naturfaglig problemstilling med arbejdsspørgsmål udfra de 3 hovedfag.
- Fokusområdet trækkes i april måned og derefter skal eleverne så løbende arbejde med deres problemstilling - i samarbejde med de enkelte lærere for fagene
- Selve prøven tilrettelægges således, at op til 6 elever enten individuelt eller i grupper med 2-3 elever aflægger prøven samtidig i løbet af en 2-timersperiode inkl. Karakterfastsættelse. De grupper, der aflægger prøven samtidig, skal have forskellige trukne fællesfaglige fokusområder.

Formålet med dette tiltag

- at skabe større sammenhæng mellem fagene, således at eleven lærer at relatere det gennemgåede stof med virkelighedens verden.
- større mulighed for fordybelse
- samarbejds muligheder for lærerne

Undervisningen:

- Eleverne har fælles undervisningsemner i fysik/kemi/biologi/geografi i vekselvirkning med specifikke fag-faglige undervisningsemner
- Undervisningen sigter mod både at tilgodese den prøveforberedende undervisning til de enkelte fags FP9 og fagenes belysning af hinanden
- Eleverne skal arbejde med meningsfulde, naturfaglige helheder inden for de enkelte fokusområder
- Eleverne skal beskæftige sig med virkelighedsnære/praktiske naturfaglige emner/problemstillinger

Ofte arbejder vores elever i den enkelte klasse – men der er også forløb, hvor begge klasser arbejder sammen.

I skoleåret 2018-19 vil de tværfaglige emner være min 4 af følgende 6 emner:

- Produktion med bæredygtig udnyttelse af naturgrundlaget
- Bæredygtig energiforsyning på lokalt og globalt plan
- Drikkevandsforsyning fore fremtidige generationer
- Den enkeltes og samfundets udledning af stoffer
- Strålings indvirkning på levende organismers levevilkår
- Teknologiens betydning for menneskers sundhed og levevilkår.

Det forventes, at eleverne i løbet af 7.-8. klasse har modtaget undervisning i evt. lignende tværfaglige emner indenfor naturfaget.

Andre eksempler på tværfaglige emner kunne f.eks. være:

- Stofkredsløb i forskellige økosystemer
- Naturkatastrofer og deres betydning for mennesker og miljø
- Den naturfaglige dimension af kommunikationsformer (på tværs af grænser)
- Affaldsproduktion/- behandling og genbrug i forskellige samfund
- Jorden og livets udvikling
- Klimaforandringer
- Megabyer og deres forsyning
- Fødevarerproduktion lokalt og globalt
- Økologi og bæredygtighed i skolehaven
- En rejse ud i rummet.

Historie

Mennesker tager stilling og handler på baggrund af egne erfaringer og viden om fortiden, samt forestillinger om nutiden og forventninger til fremtiden. Med andre ord er et tidsperspektiv, dvs. historie, en forudsætning for, at man kan forstå sig selv og omverdenen i et, samt til at reflektere over handlemuligheder. Historie bruges også til at etablere og styrke sammenhængskraften i reelle og forestillede fællesskaber. Historie er således integreret i vores liv, og det er et eksistentielt grundvilkår, at vi er historieskabte og medskabere af historien.

Som fag beskæftiger sig med tolkninger af menneskers samfundsmæssige liv i et forandringsspektiv. Kronologi er således afgørende for, at eleverne erhverver sig indsigt i udvikling og sammenhænge. Undervisningen skal derfor styrke elevernes forståelse heraf ved gennem alle forløb visuelt at placere væsentlige begivenheder, der indgår i emner og temaer tidsmæssigt og geografisk.

I Folkeskolens historieundervisning anvendes et udvidet kildebegreb, hvor kilder forstås som spor, medier og andre udtryksformer, der kan bruges til at opnå viden om en historisk problemstilling. Derfor må eleverne fra begyndelsen øve sig i at arbejde med afpassede kildekritiske begreber og metoder. Kildekritik skal være en integreret og funktionel del af arbejdet med alle emner og temaer.

Historien forstået som den levede fortid er i sig selv forsvundet. For at kunne beskæftige sig med den må den konstrueres som fortalt historie. Historiske fortællinger er som regel konstrueret og brugt med bestemte formål for øje. Eleverne må arbejde med – og senere kunne analysere – eksempler på forskellige tiders produktion og brug af historie.

Undervisningen tilrettelægges med udgangspunkt i kompetenceområderne og under hensyn- tagen til de tværgående temaer. Læseplanen beskriver undervisningens progression i fagets trinforløb og danner grundlag for en helheds- orienteret undervisning.

Det er væsentligt, at der i det enkelte undervisningsforløb arbejdes med flere færdigheds- og vidensmål på tværs af kompetenceområderne. Det skal endvidere tilstræbes, at undervisningen tilrettelægges, så den vekselvirker mellem den enkeltfaglige fordybelse og det tværfaglige arbejde.

I undervisningen i historie skal inddrages punkter fra historie- kanonen. Kanonpunkter kan inddrages i emner/temaer, eller kanonpunkterne kan udfoldes i emner/temaer. Kanonpunkterne inddrages, hvor det skønnes hensigtsmæssigt med henblik på at støtte elevernes kronologiske overblik og sammenhængsforståelse. Der er således ikke krav om, at kanonpunkterne gennemgås i kronologisk rækkefølge.

TILDELT TID OG PRØVESTATUS

9. klasse: Obligatorisk fag - 1 lektion af 45 min. pr. uge. Samt ekstra timer i løbet af skoleåret. Faget er prøveforberedende og er jf. gældende love et udtræksfag.

UNDERVISNINGENS INDHOLD

Kronologi og sammenhæng

Kompetencemål: Eleverne kan på baggrund af et kronologisk overblik forklare, hvorledes samfund har udviklet sig under forskellige forudsætninger.

Kompetenceområdet kronologi og sammenhæng omfatter fire færdigheds- og vidensområder:

- **Kronologi, brud og kontinuitet** handler om, at elevernes indsigt i historiske sammenhænge styrkes.
- **Principper for overblik** handler om, at eleverne opnår grundlag for at anvende absolut kronologi til at inddele historien.
- **Det lokale, regionale og globale** handler om, at eleverne kan diskutere omverdens indflydelse på danske forhold politisk, kulturelt, økonomisk og socialt, samt dansk påvirkning af tilsvarende forhold i omverdenen.
- **Historiekanon** handler om, at der bygges videre på tidligere trinforløbs arbejde med historiekanon enten ved at inddrage nye kanonpunkter eller ved at arbejde med kendte punkter ud fra andre vinkler.

Kildearbejde

Kompetencemål: Eleven kan vurdere løsningsforslag på historiske problemstillinger.

Kompetenceområdet kildearbejde omfatter fire færdigheds- og vidensområder:

- **Historiske problemstillinger og løsningsforslag** handler om, at eleverne udarbejder problemstillinger og udvælger kilder til belysning heraf.
- **Kildeanalyse** handler om, at eleverne kan anvende og udvikle deres faglige og metodiske forudsætninger for at vælge, bruge og vurdere forskellige kilder.
- **Faglige begreber** handler om, at eleverne kan anvende faglige og relevante førfaglige begreber i diskussion af historiske emner og problemstillinger.

- **Teksters formål og struktur** handler om, at eleverne kan vælge og anvende hensigtsmæssige læsestrategier i afkodning og tolkning af kilder samt formidle tolkninger i skrift og tale.

Historiebrug

Kompetencemål: Eleven kan forklare samspil mellem fortid, nutid og fremtid.

Kompetenceområdet historiebrug omfatter tre færdigheds- og vidensområder:

- **Historiske scenarier** handler om, at eleverne kommer til erkendelser omkring forløb i historien ved at indgå i historiske scenarier.
- **Konstruktion og brug af historiske fortællinger** handler om, at eleverne kan undersøge historiske fortællinger og redegøre for ophavssituationens betydning for brug og funktion af fortællingerne.
- **Historisk bevidsthed** handler om, at eleverne får en forståelse for, at deres livsvilkår og samfund er formet af historiske udviklingsprocesser, og elevernes forudsætninger for refleksion over deres samtid og handlemuligheder styrkes fortsat.

Sproglig udvikling

Sproglig udvikling skal indgå i arbejdet med alle mål i historie. Sproglig udvikling har fokus på de fire dimensioner; samtale, lytte, læse og skrive. Eleverne skal lære fagets centrale begreber at kende med henblik på selv at kunne anvende dem i arbejdet med fagets områder.

IT og medier

It og digitale medier skal kontinuerligt være integrerede redskaber og læremidler i undervisningen. It- og mediekompetencerne kan udskilles i fire elevpositioner, som i praksis vil have store overlap og sammenfald.

Der arbejdes i historie med alle fire elevpositioner: Eleven som kritisk undersøger, eleven som analyserende modtager, eleven som målrettet og kreativ producent og eleven som ansvarlig deltager.

Eleven som kritisk undersøger står centralt i historiefaget.

Innovation og entreprenørskab

Innovation og entreprenørskab kan udskilles i fire komplementære og indbyrdes afhængige dimensioner: Handling kreativitet, omverdensforståelse og personlig indstilling. Eleverne skal opnå en forståelse af, at de selv og andre er historie-skabte og historie- skabende, og undervisningen skal styrke elevernes forståelse for deres handlemuligheder i forhold til at påvirke deres samtid og fremtid.

Samfundsfag

Samfundsfagets formål er at udvikle elevernes kompetence til aktiv deltagelse i et demokratisk samfund.

I samfundsfag skal eleverne udvikle kompetencer til udvikling af kritisk tænkning og deres eget værdigrundlag.

Samfundsfag er opdelt i fire kompetenceområder; politik, økonomi, sociale og kulturelle forhold samt samfundsfaglige metoder. Det er målet, at eleverne kan anskue problemstillinger ud fra politiske, økonomiske og sociologiske perspektiver, samt at de beskrevne metoder anvendes på tværs af fagets områder.

Undervisningen tilrettelægges med udgangspunkt i kompetenceområderne og under hensyn- tagen til de tværgående temaer. Det er væsentligt, at der i det enkelte undervisningsforløb arbejdes med flere færdigheds- og vidensmål på tværs af kompetenceområderne. Det skal endvidere tilstræbes, at undervisningen tilrettelægges, så den vekselvirker mellem den enkeltfaglige fordybelse og det tværfaglige arbejde.

TILDELT TID OG PRØVESTATUS

9. klasse: Obligatorisk fag - 2 lektioner af 45 min. pr. uge samt ekstra timer i løbet af skoleåret. Faget er prøveforberedende og er jf. gældende love et udtræksfag. *Eleverne går op til kulturprøven*

UNDERVISNINGENS INDHOLD

Politik

Kompetencemål: Eleven kan tage stilling til politiske problemstillinger lokalt og globalt og komme med forslag til handlinger.

Kompetenceområdet politik omfatter seks færdigheds- og vidensområder:

- **Demokrati** fokuserer på demokratiformer og andre styreformer.
- **Det politiske system, retsstat og rettigheder** fokuserer på det formelle demokrati og de politiske beslutningsprocesser samt sammenhænge mellem demokrati, retsstat og grundlæggende rettigheder.
- **Politiske partier og ideologier** fokuserer på, hvordan de politiske partier placerer sig i forhold til hinanden med udgangspunkt i ideologier og mærkesager.
- **Medier og politik** fokuserer på, hvordan forskellige aktører kan bruge medier til at påvirke den politiske dagsorden og beslutninger, og som arena for den demokratiske debat.
- **EU og Danmark** fokuserer på samspillet mellem beslutningsprocesser i EU og i Danmark.
- **International politik** fokuserer på Danmarks muligheder for at føre udenrigspolitik i en globaliseret verden.

Økonomi

Kompetencemål: Eleven kan tage stilling til økonomiske problemstillinger og handle i forhold til egen økonomi og samfundsøkonomien.

Kompetenceområdet økonomi omfatter fem færdigheds- og vidensområder:

- **Privatøkonomi og forbrugeradfærd** fokuserer på privatøkonomiske problemstillinger med udgangspunkt i elevernes egen økonomi.
- **Velfærdsstater** fokuserer på centrale velfærdsprincipper og velfærdsmodeller.

- **Samfundsøkonomiske sammenhænge** fokuserer på det økonomiske kredsløb, herunder erhvervsstrukturer i Danmark og i verden og globaliseringens betydning herfor.
- **Markedsøkonomi og blandingsøkonomi** fokuserer på udbuds- og efterspørgselsmekanismer, samt hvordan markeder virker.
- **Økonomisk vækst og bæredygtighed** fokuserer på sammenhængen mellem økonomisk vækst, bæredygtighed og innovation.

Sociale og kulturelle forhold

Kompetencemål: Eleven kan tage stilling til og handle i forhold til sociale og kulturelle sammenhænge og problemstillinger.

Kompetenceområdet sociale og kulturelle forhold omfatter tre færdigheds- og vidensområder:

- **Socialisering** fokuserer på, hvordan individer gennem socialiseringen påvirkes af at indgå i forskellige sociale grupper og fællesskaber.
- **Kultur** fokuserer på forskellige måder at beskrive og analysere kultur på, og at der er forskellige holdninger til den kulturelle udvikling.
- **Social differentiering** fokuserer på forskellige samfundsfaglige og politiske tilgange til spørgsmål om social og kulturel stratifikation.

Samfundsfaglige metoder

Kompetencemål: Eleven kan anvende samfundsfaglige metoder.

Kompetenceområdet samfundsfaglige metoder omfatter fem færdigheds- og vidensområder:

- **Undersøgelsesmetoder** fokuserer på, at eleverne kan anvende samfundsfaglige undersøgelsesmetoder og gennemføre undersøgelser.
- **Formidling** fokuserer på, at eleverne kan formidle resultater af gennemførte undersøgelser.
- **Sprog og skriftsprog** fokuserer på, at eleverne kan begå sig i skrift og tale inden for fagets områder.
- **Informationssøgning** fokuserer på, at eleverne kan finde relevante kilder til at belyse samfundsfaglige problemstillinger.
- **Statistik** fokuserer på, at eleverne kan tolke statistik inden for fagets områder.

Sproglig udvikling

Sproglig udvikling skal indgå i arbejdet med alle mål i samfundsfag. Sproglig udvikling har fokus på de fire dimensioner; samtale, lytte, læse og skrive. Eleverne skal lære fagets centrale begreber at kende med henblik på selv at kunne anvende dem i arbejdet med fagets områder.

IT og medier

It- og mediekompetencer kan udskilles i fire elevpositioner, som i praksis vil have store overlap og sammenfald.

I samfundsfag betyder det fx, at eleverne er kritiske undersøgere af faglige kilder, analyserende modtagere af fx politiske budskaber, anvender digitale medier til at kommunikere egne budskaber samt bruger digitale medier til at deltage i en demokratisk debat. Digitale og andre medier anvendes i alle fagets områder. Eleverne skal kunne søge faglig relevant viden og information kritisk, de skal kunne anvende digitale medier i deres arbejde individuelt og i samarbejdsprocesser, og de skal kunne anvende relevante medier til formidling og kommunikation. Dette kommer særligt til udtryk under det kompetenceområde, der hedder samfundsfaglige metoder, hvor eleverne skal formidle resultater af undersøgelser bl.a. igennem digitale medier og søge digitale kilder. Eleverne skal under kompetenceområdet kaldet politik diskutere medier som platform for politisk deltagelse samt aktørers brug af medier til at påvirke den politiske dagsorden.

Innovation og entreprenørskab

Innovation og entreprenørskab kan udskilles i fire komplementære og indbyrdes afhængige dimensioner: Handling, kreativitet, omverdensforståelse og personlig indstilling. Der er fokus på handling, omverdensforståelse og stillingtagen i alle fagets områder, idet eleverne skal tage stilling til udviklingsmuligheder og problemstillinger på baggrund af en forståelse af samfundsudviklingen i en globaliseret verden.

Kristendomskundskab

Formålet med undervisningen:

Formålet med undervisningen i kristendomskundskab er, at eleverne erkender og forstår, at den religiøse dimension har betydning for livsopfattelsen hos det enkelte menneske og for dets forhold til andre.

Undervisningen tager sit udgangspunkt i kristendommen, som denne fremtræder i historisk og nutidig sammenhæng.

Eleverne skal opnå kendskab til bibelske fortællinger og forståelse af kristendommens betydning for værdigrundlaget i vor kulturkreds. Derudover indgår ikke-kristne religioner og livsanskuelser med henblik på, at eleverne får forståelse af andre livsformer og holdninger.

Gennem mødet med de forskellige former for livsspørgsmål og svar, som findes i kristendommen samt i andre religioner og livsopfattelser, skal undervisningen give eleverne et grundlag for personlig og ansvarlig stillingtagen og handling over for medmennesket og naturen.

Tildelt tid og prøvestatus

9. klasse: Obligatorisk fag i 9. – 1 lektion á 45 min. pr. uge. (samt ekstra timer i løbet af skoleåret)

Faget er obligatorisk prøvafag i 9. Klasse som udtræksfag i den humanistiske pulje

Undervisningens indhold

Livsspørgsmål belyses gennem etiske og filosofiske problemstillinger. Arbejdet med grundlæggende tilværelsesspørgsmål udvikler sig til at få et mere alment og generelt perspektiv. Det skal lede hen mod, at eleverne kan diskutere og forholde sig til grundlæggende tilværelsesspørgsmål på et fagligt grundlag.

Eleverne skal arbejde med ikke –kristne religioner og andre livsopfattelser og blive i stand til at diskutere og sammenholde værdierne bag disse og deres betydning for de danske forhold.

Livsfilosofi og etik

Eleven kan forholde sig til den religiøse dimensions indhold og betydning ud fra grundlæggende tilværelsesspørgsmål og etiske principper

Bibelske fortællinger

Eleven kan tolke grundlæggende værdier ud fra centrale bibelske fortællinger

Kristendom

Eleven kan forholde sig til, hvad kristendom er og til hovedtræk i kristendommens historie, herunder folkekirkens betydning i Danmark

Ikke-kristne religioner og andre livsopfattelser

Eleven kan forholde sig til hovedtanker og problemstillinger i de store verdensreligioner og livsopfattelsers oprindelse, historie og nutidige fremtrædelsesformer
I undervisningen anvendes i så høj grad som muligt fagboglige kilder, kraftigt suppleret med fagartikler fra aviser, tidsskrifter mm. Film, musik, multimodale tekster og dokumentarudsendelser anvendes.

SH&K

SH&K for 9. årgang

- er tværfaglig undervisning i de humanistiske udtræksfag – samfundsfag, historie og kristendom.

Vi ønsker med dette tiltag

- at skabe større sammenhæng mellem fagene
- at skabe større mulighed for fordybelse for eleverne
- at skabe større mulighed for samarbejde for lærerne

Vi samarbejder, i forskellige perioder i løbet af året, omkring undervisningens indhold og fagenes prøveform, så vi stiller eleverne bedst muligt både i undervisningen og til den eventuelle prøve i slutningen af skoleåret.

Matematik

Matematik spiller en stadig større rolle i elevernes hverdag og det omgivende samfund. Det gælder både i forhold til hele den teknologiske udvikling, som i høj grad er betinget af udviklingen af matematisk viden, men også politiske og økonomiske beslutninger, som i stigende grad bygger på matematiske modeller. Elevernes tilegnelse af matematisk modelleringskompetence er derfor helt centralt i forhold til at forstå, anvende og forholde sig til matematikkens anvendelse i et demokratisk fællesskab.

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.

Tildelt tid:

Faget er obligatorisk med 4 lektioner pr. uge

Undervisningens indhold og form:

Faget består af fire kompetence- og stofområder:

1. Matematiske kompetencer
2. Tal og algebra
3. Geometri og måling
4. Statistik og sandsynlighed

Undervisningen tilrettelægges, så eleverne opbygger matematisk viden og kunnen ud fra egne forudsætninger – matematik skal være et redskab til problemløsning – et kreativt fag, der fremmer deres fantasi og nysgerrighed.

Undervisningen leder frem mod folkeskolens prøve i 9. klasse (FP9).

Matematiske kompetencer

Stofområdet omfatter fire områder:

- Matematik og IT

Igennem de seneste årtier er IT kommet til at spille en stadig større rolle i det danske samfund, i elevernes hverdag og i folkeskolens matematikundervisning. It-kompetencer er blevet en naturlig del af såvel den almene dannelse, som de krav, uddannelser og arbejdsliv stiller. Derfor indtager IT en central plads i matematikundervisningen.

IT indgår både som mål og middel i matematikundervisningen. Først og fremmest er IT et middel til, at eleverne opnår læringsmålene, fx kan forskellige digitale værktøjer anvendes som redskab i problemløsning og anden opgaveløsning og dermed give nye muligheder i arbejdet med matematik. Samtidig er det et mål, at eleverne opnår hjælpemiddelkompetence, således de kan anvende digitale værktøjer til undersøgelser, kan vælge hjælpemiddel og vurderer forskellige hjælpemidlers muligheder og begrænsninger. Det er imidlertid helt afgørende, at eleverne tilegner sig disse kompetencer i arbejdet med relevante matematiske stofområder, således at hjælpemiddelkompetencen ikke løsrives fra arbejdet med de matematiske stofområder.

- **Problembehandling**

Problembehandlingskompetence handler om at kunne opstille og løse matematiske problemer. Et matematisk problem er i denne forbindelse et problem, som ikke kan løses med rutineprægede færdigheder, men kræver en undersøgende virksomhed. Hvad der er et matematisk problem for én elev, er det således ikke nødvendigvis for en anden. Eleverne lærer selv at tilrettelægge, strukturere og vurdere større problemløsningsprocesser.

- **Repræsentation og symbolbehandling**

Mange matematiske begreber og sammenhænge kan beskrives med forskellige repræsentationer. En funktion kan fx beskrives med en graf, en forskrift, en tabel eller en sproglig beskrivelse. I matematik er brugen af symboler en specielt vigtig repræsentation. Repræsentation og symbolbehandlingskompetence handler om at kende og kunne betjene sig af forskellige repræsentationsformer, at kunne vurdere og derudfra vælge relevant repræsentationsform i en given sammenhæng samt at kunne oversætte mellem forskellige repræsentationsformer. Specielt er afkodning og brug af matematisk symbolsprog et centralt delelement i denne kompetence.

I udskolingen fokuseres der på brugen af mere avanceret matematisk symbolsprog, specielt brugen af variable, og eleverne vurderer og vælger repræsentationsform ud fra situationen.

- **Kommunikation**

Kommunikationskompetence handler om at kunne udtrykke sig og forstå andres kommunikation om matematikholdige emner, herunder mundtlige, skriftlige og visuelle kommunikationsformer.

I udskolingen øges denne grad af præcision yderligere, samtidig med at der kommer øget fokus på brugen af det matematiske fagsprogs begreber og notation, såvel skriftligt som mundtlig.

Tal og algebra

Omdrejningspunktet for arbejdet med tal og algebra er hele talområdet også irrationale tal, og arbejdet med algebra omfatter også funktioner.

Eleverne skal blive i stand til at anvende de reelle tal og algebraiske udtryk, regningsarternes hierarki, reduktion, potens som skrivemåde, brøker også i forbindelse med ligningsløsning og anvendelsen af variable.

Der arbejdes med:

- formler i forbindelse med rente og rumfang
- ligefrem og omvendt proportionalitet – i forbindelse med praktiske problemer i hverdagen
- funktioner – tabeller - grafer
- ligninger – grafisk løsning

Geometri og måling

Stofområdet geometri og måling omfatter disse områder:

- Geometriske egenskaber og sammenhænge, hvilket omhandler undersøgelser og beregninger af geometriske figurer. Der arbejdes bl.a. med Pythagoras læresætning og trigonometri.
- Geometriske tegninger, herunder også brug af digitale værktøjer.
- Placeringer og flytninger, som omhandler kurver i koordinatsystemet samt mønstre og symmetrier i omverdenen.
- Måling, hvilket indebærer beregning af omkreds, areal og rumfang, samt målestoksforhold.

Statistik og sandsynlighed

Stofområdet omfatter to områder:

- Statistik, som fokuserer på analyse af datasæt og på statistiske undersøgelser, herunder at kunne vurdere undersøgelser og data.
- Sandsynlighed, som fokuserer på statistisk og teoretisk sandsynlighed.

Tysk

Tildelt tid

9. klasse: 3 lektioner om ugen

Faget er prøveforberedende.

Kompetenceområder i tysk 9. klasse

Det overordnede formål for faget er delt op i tre kompetenceområder:

1. Mundtlig kommunikation
 - Kompetenceområdet mundtlig kommunikation omfatter fire færdigheds- og vidensområder:
 - **Lytning** fokuserer på elevernes lyttefærdighed.
 - **Samtale** fokuserer på elevernes mundtlige interaktion med andre.
 - **Præsentation** fokuserer på elevernes arbejde med sproglig fremstilling.
 - **Sprogligt fokus** fokuserer på elevernes bevidsthed om at kommunikere forståeligt.
2. Skriftlig kommunikation
 - Kompetenceområdet skriftlig kommunikation omfatter fire færdigheds- og vidensområder:
 - **Læsning** fokuserer på elevernes forståelse af budskaber og tekster på skrift.
 - **Skrivning** fokuserer på elevernes skriftlige udtryksfærdighed.
 - **Tekster og medier** fokuserer på elevernes anvendelse af digitale medier.
 - **Sprogligt fokus** fokuserer på elevernes begyndende sproglige viden.

3. Kultur og samfund

- Kompetenceområdet kultur og samfund omfatter tre færdigheds- og vidensområder:
- **Kulturforståelse** fokuserer på elevernes voksende indsigt i tysk kultur.
- **Kulturmøder** fokuserer på elevernes kommunikative adfærd i mødet med tysktalende kulturer.
- **Tysk som adgang til verden** fokuserer på elevernes forståelse af tysk i Europa.

Idrætsfag - overordnet

Formålet med undervisningen:

At motivere og inspirere til fortsat idrætsudøvelse på en sådan måde, at elevernes idrætslige adfærd samt fysiske, psykiske og sociale udvikling fremmes.

At eleverne udvikler individuelle/personlige samt relationelle kompetencer inden for deres linjeidræt og desuden får praktiske erfaringer med anden idræt via bl.a. anden obligatorisk idræt og idrætsvalgfag.

At motivere og inspirere til at indgå i idrætten som træner, leder og/eller dommer.

Undervisningen bygger på et helhedssyn og skal være i overensstemmelse med skolens værdigrundlag.

Træner- og lederuddannelse:

Den obligatoriske træner- og lederuddannelse er rettet mod børnetræning og foregår i forbindelse med elevens valgte idrætslinje. Der gives også mulighed for yderligere fordybelse i træner-/leder-/dommergerningen for særligt interesserede, primært på Hellebjerg First.

Prøven efter 9. klasse (FP9)

I "Idræt for 9. klasse" forberedes eleverne til prøven

Karakterer:

Der gives standpunktskarakterer i "Idræt for 9. klasse", mens der ikke gives karakterer i den øvrige idrætsundervisning

Idræt som prøviefag

Formålet med undervisningen

Eleverne skal lære at indgå i alsidige, idrætslige sammenhænge, hvor det er centralt, at eleverne opnår kropslige færdigheder og viden om fysisk aktivitet samt oplever glæde ved og lyst til at udøve idræt i mange forskellige arenaer.

Centralt i faget er en alsidig idrætspraksis, hvor alle tre kompetenceområder bliver sat i spil. Ud over arbejdet med de kropslige færdigheder er fagets kulturelle og dannelsesmæssige kvaliteter bærende for undervisningen.

Tildelt tid

9. klasse: 2 lektioner pr. uge i 13 uger i, der skal dække elementer, der ikke er med i den øvrige idrætsundervisning. Desuden 2 lektioner pr. uge i gymnastik (vinterhalvåret), 2 lektioner pr. uge i atletik (sommerhalvåret), 6 lektioner pr. uge i elevens linjefag samt 4 sundhedslektioner

Faget er prøveforberedende.

Undervisningens indhold

Der vil være fokus på en videreudvikling af elevernes tekniske og taktiske færdigheder, og hvor der specielt stilles større korrekthedskrav til de tekniske færdigheder hos eleverne. Fokus vil også være på varierede handlemåder inden for de enkelte idrætslige aktiviteter, discipliner og temaer, herunder træning, afprøvning, konkurrence, samarbejde og vurdering. Der arbejdes med normer, værdier og relationskompetence med hovedvægt på elevernes evne og vilje til at acceptere og erkende styrker og kvalitet hos sig selv og andre og derigennem på at kunne udvikle samarbejdsrelationer.

Der arbejdes også med at opnå et bredt og indgående kendskab til idrætskultur, hvor etiske og moralske spørgsmål er i centrum, lige som der arbejdes med sundhed og trivsel ud fra bl.a. det brede, positive sundhedsbegreb.

Undervisningen vil være praksisorienteret og blive understøttet af relevant teori.

Alsidig idrætsudøvelse

- **Redskabsaktiviteter** fokuserer på elevernes arbejde med at beherske sammensatte bevægelsesserier med og uden musik, herunder arbejdet med at analysere egne og andres bevægelser som led i udvikling af færdigheder.
- **Boldbasis og boldspil** tager sit udgangspunkt i, at eleverne kan beherske tekniske og taktiske elementer i en række boldspil og udvikle nye spil baseret på deres færdigheder og viden.
- **Dans og udtryk** omhandler elevernes arbejde med at beherske komplekse bevægelsesmønstre i koreografier, herunder analysere virkemidler i egne og andres bevægelsesudtryk.
- **Kropsbasis** tager sit udgangspunkt i, at eleverne kan fastholde koncentration og fokus i idrætsudøvelse, herunder udøve kropskontrol og opnå en kropsbevidsthed, der kan styrke en bred vifte af idrætsfærdigheder. Løb, spring og kast fokuseret på elevernes arbejde med at beherske en række atletikdiscipliner.
- **Natur- og udeliv** er centreret omkring, at eleverne skal planlægge og vurdere kvaliteterne ved friluftaktiviteter på land og i vand.

Idrætskulturer og relationer

- **Samarbejde og ansvar** fokuserer på elevernes forståelse og italesættelse af samspillet mellem individ og fællesskab i idrætsaktiviteter med fokus på konstruktive samarbejdsrelationer.
- **Normer og værdier** er centreret omkring elevernes vurdering af normer, værdier og etik i idrætskultur over tid.
- **Idrætten i samfundet** fokuserer på, at eleverne kan deltage i udvikling af idrætslige aktivitetstilbud og kan diskutere samspillet mellem samfund og idrætskultur.

- **Sprog og skriftsprog** er centreret omkring elevernes sproglige arbejde med at udtrykke sig nuanceret og med brug af fagbegreber.

Krop, træning og trivsel

- **Sundhed og trivsel** fokuserer på elevernes arbejde med at vurdere og analysere sammenhænge mellem levevilkår og idrætsvaners indflydelse på sundhed og trivsel.
- **Fysisk træning** er centreret omkring elevernes arbejde med at udføre egne og andres træningsprogrammer.
- **Krop og identitet** tager sit udgangspunkt i, at eleverne kan analysere fysiske og psykiske forandringer i forbindelse med, at kroppen udvikler sig i puberteten.

I undervisningen vil der også være fokus på den **sproglige udvikling** centreret omkring fagets særlige teksttyper, fagord/-begreber. **It og medier** vil blive anvendt, hvor det synes relevant, bl.a. i forbindelse med informationssøgning og produktion af materialer. Andre digitale medier, som video etc. vil også finde anvendelse, fx i arbejdet med dans og udtryk. **Innovation og entreprenørskab** vil være en naturlig del i forbindelse med fx fremstilling af egne boldspil, kreative løsninger omkring dans og udtryk mm.

Obligatoriske idrætsfag

Fodboldlinje

Formålet med undervisningen:

Formålet med undervisningen er, at eleverne:

- forbedrer deres tekniske, taktiske, fysiske og psykiske færdigheder i relation til spillet
- opnår en begyndende undervisningserfaring
- fortsat viser lyst og interesse for spillet samt for yderligere træner- og lederuddannelse
- får praktisk kendskab til anatomi, fysiologi og træningslære - ikke mindst på et idrætsspecifikt plan

Undervisningens indhold:

Træningen indeholder tekniske, taktiske, fysiske og mentale elementer med særlig vægt på det funktionelle princip. Eleverne udvikles såvel på det individuelle som på det kollektive plan, hvor fællesskabet i hele gruppen vægtes, samtidig med at træningen/undervisningen tilgodeser de forskellige niveauer, der er i elevgruppen.

Ligeledes deltager vi også i diverse turneringer og stævner med udgangspunkt i de forskellige niveauer, der er i elevgruppen således, at alle også på dette punkt udfordres. I undervisningen er der også fokus på træneruddannelse, primært i relation til at være børnetræner. Et væsentligt omdrejningspunkt er Hellebjerg Camp, hvor eleverne underviser/træner børn.

Tildelt tid:

9. og 10. klasse: Obligatorisk fag, 8 undervisningslektioner pr. uge

Golflinje

Træningen foregår i samarbejde med Juelsminde Golfklub og på deres bane, der er nabo til Hellebjerg.

Formålet med undervisningen:

Formålet med undervisningen er, at eleverne:

- forbedrer deres tekniske, taktiske, fysiske og psykiske færdigheder i relation til spillet
- opnår en begyndende undervisningserfaring inden for golf
- fortsat viser lyst og interesse for at dyrke spillet
- får såvel teoretisk og praktisk kendskab til anatomi, fysiologi og træningslære på både et alment og ikke mindst idrætsspecifikt plan (se afsnittet "Teori og fysisk træning")

Undervisningens indhold:

- Teknisk og fysisk træning
- Course management (taktik)
- Mental træning
- Individuel planlægning
- Regelgennemgang
- Lege og spilformer
- Begyndende børnetræning

I vintersæsonen vil eleverne, når det er muligt, også komme på golfbanen. En del af træningen vil dog foregå i vores store gymnastiksal, hvor vi har indrettet os med diverse træningsfaciliteter.

Ligeledes foregår en del af undervisningen i Hellebjerg Indoor Golf, hvor der bl.a. trænes i golfsimulator. Den fysiske træning vil også blive opprioriteret i denne periode.

Træningen/undervisningen tilrettelægges således, at eleverne kan udvikle sig med baggrund i de forskellige niveauer, der er i elevgruppen.

Vi spiller også matcher/deltager i turneringer med andre skolars golflinjer i løbet af sæsonen. Her tages der også udgangspunkt i de forskellige niveauer, der er i elevgruppen således, at alle udfordres i relation til dette.

I undervisningen er der også fokus på træneruddannelse, primært i relation til at være børnetræner. Et væsentligt omdrejningspunkt er Hellebjerg Camp, hvor eleverne underviser/træner børn. Børnetræneruddannelsen er med udgangspunkt i DGUs materiale.

Tildelt tid:

9. og 10. klasse: Obligatorisk fag, 8 undervisningslektioner pr. uge. Der tages dog hensyn til, at der i udesæsonen bruges mere tid på golfbanen således, at eleverne kan spille hele banen så vidt muligt ugentligt.

Håndboldlinje

Formålet med undervisningen:

- Formålet med undervisningen er, at eleverne:
- forbedrer deres tekniske, taktiske, fysiske og mentale færdigheder i relation til spillet.
- opnår en begyndende undervisningserfaring i håndboldspillet
- fortsat viser lyst og interesse for at dyrke spillet samt for yderligere træner- og lederuddannelse
- Får såvel teoretisk og praktisk kendskab til "fysisk træning" i dets brede forstand. Her vil eleverne bl.a. gennemgå styrketræning og dets teori/teknik, opnå forståelse for og afprøve forskellige former for intervaltræning, arbejde med skadesforebyggende træning og afprøve andre former for fysisk træning. Herudover vil de modtage oplæg omkring fysiologi, kost og kosttilskud.

Undervisningens indhold:

Træningen indeholder tekniske, taktiske, fysiske og mentale elementer med særlig vægt på det funktionelle princip. Eleverne udvikles såvel på det individuelle som på det kollektive plan, og der lægges vægt på en træning/undervisning, der tilgodeser de forskellige niveauer, der er i elevgruppen.

Ligeledes deltager vi også i diverse turneringer og stævner med udgangspunkt i de forskellige niveauer, der er i elevgruppen således, at alle elever får arbejdet med deres kompetencer mod jævnbyrdige modstandere i kampsituationer med henblik på videre udvikling af deres færdigheder.

I undervisningen er der også fokus på træneruddannelse, primært i relation til at være børnetræner. Et væsentligt omdrejningspunkt er Hellebjerg Camp, hvor eleverne underviser/træner børn på forskellige niveauer.

Der benyttes i børnetræneruddannelsen DIF/DHF-kurset "1-2-Træner". Der benyttes i undervisning relevant undervisningsmateriale fra DHF's BTU-uddannelse samt 1-2 træner og DGI - Lederspiren.

Tildelt tid:

9. og 10. klasse: Obligatorisk fag, 8 undervisningslektioner pr. uge.

Adventure & Fitnesslinje

Formålet med undervisningen:

Formålet med undervisningen er, at eleverne:

- forbedrer deres fysiske, tekniske og psykiske færdigheder i relation til forskellige aktiviteter indenfor såvel fitness- som adventureaktiviteter.
- afprøver forskellige træningstyper indenfor fitness samt en række forskellige adventureaktiviteter
- opnår en begyndende undervisningserfaring indenfor fitnessaktiviteter
- får såvel teoretisk og praktisk kendskab til anatomi, fysiologi og træningslære på både et alment og ikke mindst idrætsspecifikt plan (se afsnittet "Teori og fysisk træning")

Undervisningens indhold

I undervisningen vil der være fokus på den individuelle udvikling samt udvikling af fællesskabet i gruppen.

Derudover vil undervisningen indeholde:

- Fysisk træning
- Teknisk træning
- Kendskab til forskellige træningstyper inden for fitnessgenren, hvor både styrke og koordination vil være repræsenteret
- Kendskab til udendørs adventure aktiviteter, såsom MTB, klatreaktivering, kajak, adventure race, orienteringsløb samt teambuilding øvelser
- Individuelle udfordringer
- Begyndende træning af andre samt undervisningssekvenser inden for gruppen

I undervisningen er der også fokus på træneruddannelse, primært i relation til fitness-træning. Et væsentligt omdrejningspunkt er Hellebjerg Camp, hvor eleverne underviser/træner børn. Børnetræneruddannelsen er med udgangspunkt i DGI's efterskolemateriale omkring fitness-træning.

Tildelt tid:

9. og 10. klasse: Obligatorisk fag, 8 undervisningslektioner pr. uge.

Atletik

Formålet med undervisningen:

At eleverne tilegner sig grundlæggende færdigheder inden for de traditionelle discipliner.

Undervisningens indhold:

Atletik afløser gymnastik i de varme perioder. Der arbejdes med personlige færdigheder i

- løb
- spring
- kast

Der kan aflægges prøver til atletikmærket.

Tildelt tid:

9. og 10. klasse: Obligatorisk fag, 2 undervisningslektioner pr. uge i udesæsonen.

Gymnastik

Formålet med undervisningen:

I dette fag arbejder vi frem mod vores fælles gymnastikopvisning, hvor vi laver fællesserier, springserie, drenge-/pigeserie mm. Vi vil gerne vise eleverne, hvad det vil sige at være sammen om et fælles projekt og hvad denne idræt kan give af gode oplevelser til fællesskabet.

Undervisningens indhold:

Gymnastikundervisningen foregår i indesæsonen, dvs. fra efterårsferien – omkring påske. Der arbejdes med personlige færdigheder i

- alsidig rytmisk opvarmning
- at udvikle kropsbevidsthed
- lære forskellige spring (måtte- og redskabsspring)
- lære om modtagning i spring

Tildelt tid:

9. og 10. klasse: Obligatorisk fag, 2 undervisningslektioner pr. uge i indesæsonen. Derudover vil der være halve og hele undervisningsdage, hvor hele elevgruppen undervises i gymnastik, primært med henblik på gymnastikopvisningerne.

Valgfag

På Hellebjerg Idrætsefterskole undervises der i en lang række valgfag.

Valgfagenes overordnede formål er, at eleverne i mødet med faget tilegner sig erfaringer, oplevelse og færdigheder, der giver mulighed for personlig udvikling.

Eleverne får mulighed for at opleve glæde ved og lyst til at udforske et afgrænset fagområde og arbejde koncentreret i et kort veldefineret undervisningsforløb.

Eleverne vælger valgfag fire gange i løbet af skoleåret. Det er muligt at vælge to valgfag pr. uge (2-4 lektioner)

Valgfagsbeskrivelser

Badminton

Badminton er hurtighed, hastighedsskift, præcision og duellering med ketcher.

Det er spænding, når bolden svæver gennem luften og melder sin placering få sekunder før dit valg om at slå eller lade være – og – det er et valgfag på Hellebjerg.

Selve undervisningen:

Du kommer til at prøve forskellige former for funktionel opvarmning, smålege med og uden ketcher samt en gennemgang af spillets mange slagtyper og facetter. Der er naturligvis også stor fokus på både single og double kampe i alle lektionerne.

Basketball

I basketball sættes der fokus på det tekniske kombineret med spilforståelse. Vi starter med en grundig opvarmning hvor vi både sætter fokus på det skadesforebyggende og det fysiske. Der vil arbejdes med teknikken i kast og de forsvars samt angrebsmæssige elementer i spillet. Timerne afsluttes med spil.

Beachhåndbold

Beachhåndbold er et sjovt og udfordrende spil, hvor det kræver høj puls og trickskud. I faget bliver du introduceret til trickskud, taktiske og tekniske færdigheder i relationer til spillet. Der er fokus på, at spillet bliver spillet efter de grundlæggende regler. Vi er i sandet hele tiden og trodser både vind og vejr for at komme ud og spille.

Der er høj fokus på det færdige spil, da alle kan være med.

Beachvolley

Beachvolleyball er et sjovt og udfordrende boldspil. Det er meget populært som hyggeaktivitet i fritiden, men i undervisningen vil vi gerne løfte niveauet gennem spilrelaterede øvelser.

I faget får du et grundlæggende kendskab til spillet, dets regler, teknik og taktik, og du opnår grundlæggende tekniske og taktiske færdigheder. Du kommer til at opleve spillets muligheder – både som motions- og konkurrenceidræt.

Der vil være fokus på grundslagene indtil disse mestres, og herefter kan spillet udvikles, så vi ender med at spille 2 mod 2 som i "rigtig" beachvolleyball.

Vi trodser vejr og vind og spiller evt. med strømper/handsker/hue... så forbered dig på at vi er ude hver gang (dog kun august-oktober og april-juni).

"Bedre hukommelse"

Oplever du også at din hukommelse af og til svigter? Så frygt ej!

Vi skal i dette kursus lære at beherske teknikker til at huske bedre. Måske vil du gerne kunne huske hvad du vil sige, når du går til eksamen? Måske vil du gerne kunne holde en tale uden at læse op fra et papir? Måske vil du lære de første 100 decimaler af pi? Eller vil du bare gerne vinde i vendespil HVER GANG?

Begyndergolf

I begyndergolf kræves der ingen forudsætninger. Valgfaget henvender sig til elever der ønsker at stifte bekendtskab med golfspillet. Der arbejdes med teknikken og svingrytmen. Du vil i løbet perioden skiftevis få træning og vejledning og også mulighed for at prøve at spille på vores golfsimulator.

Bordtennis

Lær at spille verdens hurtigste boldspil.

Gennem tekniktræning, leg, sjov, masser af spil samt kampe sættes fokus på denne sportsgren. Du vil blive præsenteret for grundlæggende serve- og slag-teknikker samt arbejde med bevægelsesmønstre og evnen til at overvinde modstanderen såvel teknisk som mentalt.

Kort sagt en chance for at forbedre dit spil på alle felter. Rangliste kampe vil ligeledes være en væsentlig af undervisningen.

Crossfit

Crossfit er valgfaget til dig, som elsker at træne hårdt, styrke – såvel som konditionelt. Du bliver udfordret med en række anderledes træningsøvelser, hvor især fokus bliver på at træne og arbejde i de omgivelser man befinder sig i. Derfor vil vi både være ude og inde i forbindelse med faget.

Du får mulighed for at blive stærkere, du bliver mere eksplosiv og din generelle fysiske form vil blive forbedret. Din koordination og dine motoriske færdigheder vil blive udfordret, ligesom din balance, smidighed og andre elementer af den fysiske træning vil blive trænet.

Der vil indgå styrketræning med egen kropsvægt, løb med forskellige udfordringer og hvad vi ellers har i nærheden. Træningsformen bliver alsidig, varierende og udfordrende, og din primære konkurrent bliver dig selv – "Jeg vil gøre det bedre end sidste gang"! Faget er for alle, også selvom du aldrig har været i et fitnesscenter tidligere.

Escape Room

Et **Escape Room** er et "live adventure **game**", hvor en gruppe af mennesker bliver låst inde i et rum. Spillerne skal udforske rummet på alle mulige måder, og i fællesskab løse opgaver, knække koder og samarbejde for at finde vejen ud af rummet inden for en fastsat tidsramme.

Vi skal i valgfaget arbejde med at designe kreative Escape Room udfordringer til hinanden og måske til de andre elever. Det bliver sjovt og udfordrende. Her skal du tænke kreativt, ud af boksen og arbejde praktisk med design og udførelse af et escape room.

Floorball – hockey

Floorball – tæt på hockeyspil, men med lidt strammere regler.

Formålet med undervisningen:

Formålet med undervisningen er, at eleverne:

- forbedrer deres tekniske, taktiske, fysiske og psykiske færdigheder i relation til spillet
- fortsat viser lyst og interesse for at dyrke spillet

Fodbold

Har du fødderne godt skruet på? Ved du, hvordan du skal sparke rigtigt til bolden? Og drømmer du om at lære de berømte finter, fif og tricks? Så skal du måske vælge fodbold som dit valgfag.

Hver time begynder med fodboldrelevant opvarmning med og uden bolde, småspil, lege og lignende og gennem undervisningen træner og udvikler du dine evner inden for

Dribling/finter
Sparke/aflevere
Tømme
Tackle
Heade

Herudover får du også øvelse i taktisk træning, kendskab til overlap, boldovertagelse, bandespil, opbakning og kendskab til de vigtigste systemer. Spiltræning indgår i hver lektion, og her lægger vi stor vægt på spil til 2 mål. Spil og sjov for alle på kunstgræsbanen.

Førstehjælp

I dette valgfag sætter vi fokus på praktiske færdigheder i forbindelse med at yde førstehjælp og redde/hjælpe personer, der pludselig har brug for hjælp. Der arbejdes med hjerte-lunge redning, forbindelse af brækkede ben/arme, RICE principperne samt førstehjælpens 4 hovedpunkter. Der vil blive gennemgået teori, men fokus er, som tidligere nævnt at kunne bruge førstehjælp i praksis.

“Gone fishing” – faget med fokus, fangst og hygge

Elsker du at fiske, eller har du lyst at få en fed oplevelse i naturen, så er “Gone fishing” et godt valgfag for dig. Vi har fokus på fangst og hygge med naturen og jer i centrum. Som begynder lærer du det basale og får trickene, der virker, så dine chancer for at fange fisk kommer i top.

Har du fornemmelse og erfaring med fiskeriet, så arbejder vi med teknik samt metoder til at læse og forstå kysten. Du kan arbejde med spinde- eller fluefiskeri, her er valget dit. Undervisningen vil for det meste foregå i naturen og på tur. Det betyder, at vi indimellem flytter lidt rundt på timerne og forsøger at ramme de bedste forhold. Fiskeriet foregår ved kysten, på havnen og måske en tur til Put and Take. Vi slutter af med at varmryge fangsterne og lave en lille middag.

Guitar for begyndere og letøvede

Har du en drøm om at lære at spille og kunne det grundlæggende på guitaren, så er guitarvalgholdet noget for dig. Måske vil du gerne kunne spille til nogle fællessange eller måske skal det bruges til at imponere nogen du kender. Vi begynder fra bunden med de lette akkorder og bevæger os fremad alt afhængig af dit niveau og udvikling.

Hellebjergs store managerspil og FIFA Liga

I Hellebjergs store managerspil og FIFA Liga skal der nørdes Premier League, hvor vi duellerer i at sætte det bedste managerhold og lave de rigtige udskiftninger fra runde til runde. Hver uge vil der være en præmie til den elev, som laver flest point i hver runde og til slut kårer vi også den endelige vinder. Derudover laver vi også en FIFA Liga, hvor man dyster to-mod-to. Her kårer vi også en vinder, når valgfagsperioden er slut.

Hellebjergkoret

Er du også en af dem der synger i badet, men synes at x-faktor er lige selviscenesættende nok?

Måske har du allerede mærket det til fællessangtimerne, men det kan simpelthen give en helt særlig følelse, når man som elevflokk stemmer i kor. Her får du lov til at slippe din indre sangfugl løs og synge med andre, der er lige så glade for at synge, som dig selv. Nu er det ikke længere pinligt at synge igennem!

Med Nis ved klaveret og Mads som korleder, skal vi sammen forsøge at skabe en fælles klang og musik, der bevæger Hellebjerg. Og hvem ved, måske er der andre derude, der også har lyst til at lægge øre til Hellebjergkoret.

Håndbold

Formålet med undervisningen

Formålet med undervisningen er, at eleverne:

- forbedrer deres tekniske, taktiske, fysiske og psykiske færdigheder i relation til spillet
- fortsat viser lyst og interesse for at dyrke spillet

Undervisningens indhold

Basisfærdigheder (forsvar og angreb) med særlig vægt på tekniske elementer gennemgås. Det færdige spil prioriteres højt.

Klaver for begyndere og letøvede

Vil du lære at trykke på tangenterne? Måske har du en speciel sang i tankerne, som du godt kunne tænke dig at lære at spille? Vi finder nogle simple sange som vi øver os på, men tager også fat på den grundlæggende teori omkring nodelæsning og akkorder, så du selv har mulighed for at gå i gang, når du senere på året hører en god sang, du vil lære. Imellem timerne skal du selvfølgelig huske at øve dig på egen hånd.

"Kort og godt"

I dette valgfag spilles der kort. Hver uge afprøver vi et nyt kortspil. Vi skal prøve alt fra fisk til poker, kasino og mange andre gode spil. Hver gang skal vi samtidig afprøve/producere en ny form for godte, som selvfølgelig skal nydes, imens vi spiller kort.

Kreativt værksted

Loftet er et stort multiværksted indrettet til dig der kan lide kreativ udfoldelse.

-til dig der kan lide at pusle, sysle eller nørkle med små ting og give det et fedt DIY-udtryk (DoltYourself).

I kreativt værksted laver vi små opgaver som bliver præsenteret inden valgfaget starter
Vi laver f.eks.:

- ✓ forskellige tasker i voksdug og stof til skolebrug/shoppingtur.
- ✓ små multiposer der kan hænge på en krog eller stå på bordet
- ✓ punge af kaffeposer
- ✓ penalhuse/kosmetikpunge
- ✓ hæklete og knyttede armbånd
- ✓ puder til værelset efter eget design
- ✓ strikkede halstørklæder på store pinde

..... og mange andre ting

Vi vil også gerne lære dig både at strikke og sy på maskine

Lektiehjælp/studietid

Du medbringer dine egne lektier, sidder og arbejder med dem.

Der vil blive tilbudt hjælp efter behov

PS: Man kan også skrive et brev til sine forældre ;-)

Mad på bål

Vi tilbereder vores egen mad på et bål eller et Trangia

Vi sidder udenfor på bålpladsen, hygger os mens maden simrer i gryden eller steger på panden

Menuen bliver varieret og lavet fra gang til gang. Der bruges dobbelt lektion, så du får dobbelt tid – men kun det halve antal gange

Madlavning

Kan du lide at lave mad sammen med andre? Elsker du at prøve nye retter af, men også at tilberede livretterne?

Vi skifter mellem at lave simple retter og mellemmåltider i spisesalen på Hellebjerg og tilberede hele måltider i skolekøkkenet på Juelsminde Skole, hvorfor mødetidspunktet kan skifte fra uge til uge.

Mandehørm

Mandehørm og drengeting er i højsædet – og hvad vi skal lave afhænger af gruppen af drenge. Måske vi skal lære noget om det at være en gentleman og hvordan man opfører sig eksemplarisk. Hvad med et spil poker med drengene? Eller en omgang Fifa på en playstation hvor du viser dine talenter?

Derudover vil der muligvis også være ture ud fra huset, hvor vi ser hinanden an i anderledes rammer end hjemme på skolen.

Hvad vi ellers finder på kan man som deltager på holdet også selv være med til at bestemme.

Mindfulness, afspænding og massage

Afspænding, ro og berøring har fundamental betydning for vore helbred og kan styrke vores mentale og fysiske sundhed og være med til at forebygge stress. Lær af finde din åndehuller, at være fuldt til stede i nuet, at lave afspændingsøvelser, at give og få massage og bruge naturen til at give dig ro og fornyet energi.

Mountainbike

Introduktion til at køre på MTB hvor vi først arbejder med tilvænning til cyklen, hvorefter vi kører ud i skovene omkring Hellebjerg for at øve både den tekniske og fysiske del af MTB. Du kommer til at prøve kræfter med både hurtige nedkørsler og hårde opstigninger, hvor både adrenalinen og pulser kommer til at pumpe.

Multisport

Multisport er et valgfag for dem, der gerne vil prøve forskellige indendørs idrætsgrene, hvilket betyder, at vi laver forskellige ting fra gang til gang. Der kan altså være tale om alt fra badminton til basketball.

“Nak og æd”

Har du lyst til at udforske den danske naturs spisekammer? Har du lyst til at prøve kræfter med at flå og partere vildt og ikke mindst lave lækker mad over bål?

I “Nak og æd” forvandler vi på “primitiv” vis naturens råvarer til en lækker spise. Vi bruger timen på at lære om dagens dyr, hvordan det bearbejdes til at være spiseligt, og hygger omkring bålet.

Naturen lige nu

Er du til frisk luft og naturoplevelser? Vi skal opleve og opdage, hvad der sker i naturen på denne årstid i skov, ved strand og i søer og vandhuller. Vi skal lære at kende forskel på “fugl og fisk”, træer og blomster, finde forsteninger, fange forskellige vanddyr.

Jo mere, vi ved om naturen, des mere oplever vi, hvor fantastisk den er.

Rytme (kun for piger)

Rytmask gymnastik er for dig der:

- Kan lide at bevæge dig til musik
- Har lyst til at udvikle din kropsbevidsthed
- Har lyst til forskellige former for bevægelse

I undervisningen bliver du præsenteret for alsidig rytmisk gymnastik, små rytmiske sekvenser, dans, funk og forskellige håndredskaber mm. Vi bidrager med en sekvens til den store fælles gymnastikopvisning.

Spil “kun for nørder”

I dette valgfag kommer du til at møde alle mulige forskellige former for spil. Brætspil, konsolspil, computerspil osv. Du kommer selv til at have stor indflydelse på, hvilke former for spil du godt kunne tænke dig at lære og spille. Samtidigt vil du også blive introduceret til nye spil, som du muligvis aldrig har prøvet før.

Strategispil

I strategispil spiller vi brætspil af forskellig art, men der vil også være mulighed for at udfordre hinanden på PlayStation. Dette valgfag er fint, hvis du går op i at spille spil og samtidig har brug for at hvile benene lidt og hygge.

Springgymnastik

Valgfaget springgymnastik indeholder opvarmning til musik, statisk styrketræning træning af grundspring og sværere spring, med udgangspunkt i dit eget og holdets niveau. Der vil desuden blive arbejdet med springsammensætninger med henblik på at indgå i skolens opvisningsprogram.

Valgfag spring er for ALLE, uanset om man aldrig har lavet spring før og er nysgerrig, eller om man kan noget eller meget i forvejen.

Strikke/hækle (vinter)

Lad roen falde på dig for en stund. Det er sundt for sjælen. Lær at strikke eller hækle dine egne huer eller hyggesokker, alt imens du lytter til musik og får en snak med dine kammerater.

Styrketræning

Styrkevalgfaget er for dig, der gerne vil vide, hvordan du får mere ud af din egen træning. På Styrkevalgfaget vil du enten kunne komme i bedre form, få smidt et ekstra kilo eller få lagt grundstenene til at blive en god fitness træner.

Vi hjælper dig med at planlægge en træning, så den er målrettet dine mål og ønsker for træningen. Skal du bruge styrketræning ift. en specifik idrætsgren, for din sundheds skyld eller for at komme til at se godt ud. Vi hjælper gerne med alle dele.

- Almindelig styrketræning
- Funktionel træning
- Cirkeltræning
- Crossfit

Tennis

Vi benytter banerne ved golfbanen samt banen ved færgegården. Vi arbejder med grundslagene + serv og flugtninger og prøver det færdige spil. Det er vigtigt at du på banerne benytter tennisko med flad bund. Medbring gerne egen ketsjer.

Troubadurens spillemænd

Drømmer du om at blive spillemand?

I dette valgfag arbejder vi med sammenspil i små grupper, med henblik på at akkompagnere den fællessang, som vi holder så meget af på Hellebjerg. Vi opøver et lille repertoire af sange, som vi kan bidrage med til sangtimerne, så stemningen får et ekstra løft. Vi tager fat i nogle af de sange, som dit elevhold allerede holder af at synge, men har du selv en idé til en sang, kan vi også tage fat i den.

Det kan selvfølgelig være angstprovokerende at spille foran andre mennesker, men vi sætter niveauet efter det vi magter, og støtter hinanden, så du også kan være med, selvom du kommer til at spille forkert engang imellem. Du behøver altså ikke være en haj til musik, for at have noget at byde ind med – det vigtigste er at du har lysten!

Vi skal altså spille en masse, vi skal øve os på vores instrumenter og så skal vi lære lidt om den teori der ligger bag. Af instrumenter vil vi primært have fokus på klaver, guitar og cajón (rytmekasse), men spiller du allerede et helt fjerde instrument, skal vi selvfølgelig også have det bragt i spil!

Tøseting

Dette valgfag er kun for piger. Her lægges op til, at vi hygger os sammen om tøseting. Det kan være alt fra spil (lige fra brætspil til Pandoras æske), til hygge omkring en serie eller film, snakker om store og små ting, ser dokumentaren "de perfekte piger" og drøfter emner ud fra dokumentaren, lægger masker, laver afspænding og massage, går tur, snakker tøj og mode, laver cafémad/ laver sushi

"Ud i det blå med vandreskoene på"

Valgfaget er tænkt til dem, som nyder at bevæge sig til fods og i naturen. Vi tager ture af forskellige længder og varighed i naturen omkring Hellebjerg og Bjerre Herred. Forudsætninger er "gåpåmod" og et par fornuftige sko/støvler, der kan holde vand ude.

Ultimate

Ultimate er en gentlemansport, da spillet spilles uden en dommer. En dommer er ofte et almindeligt element i mange andre boldspil. Dette betyder, at der er fokus på et gensidigt samarbejde mellem de to konkurrerende hold. Det vil give en anderledes oplevelse af sportens konkurrenceverden, da reglerne i ultimate er bundet op på, at man skal kunne nå til enighed via dialog.

Endvidere er der fokus på at træne spilforståelse, hvor der både arbejdes med tekniske og taktiske elementer. Der arbejdes med teknikken i de forskellige kast og taktiske angrebsåbninger i det færdige spil.

“Up-cycling”

I dette valgfag giver vi gammelt porcelæn et nyt design, så vi leger med genbrugsideen i stedet for at købe nyt.

Vandaktivitet

I dette valgfag sætter vi fokus på havkajakroning, og der gives mulighed for at udfordre sig selv i en for de fleste ny sportsgren. Der arbejdes med tekniske færdigheder som bl.a. fremadroning, styretag, baglænsroning. Forudsætninger for valg af faget er at kunne svømme og være tryk i vand.

Vinterbadning

Du har mod på at flytte dine grænser. Har du lyst til at mærke det kolde gys og derefter hygge med lidt varmt til halsen? Hvis ja, så er du en kommende vinterbader.

Volleyball

Volleyball er et sjovt og udfordrende boldspil - og det er for alle. Samtidig er det et af de få holdspil, hvor drenge og piger faktisk kan spille på samme hold.

I faget får du et grundlæggende kendskab til volleyballspillet, dets regler, teknik og taktik, og du opnår grundlæggende tekniske og taktiske færdigheder. Du kommer til at opleve volleyballspillets muligheder – både som motions- og konkurrenceidræt.

Undervisningstimerne er tilrettelagt som et træningsforløb, hvor du kommer til at arbejde med udvikling af dine færdigheder. Først og fremmest lægger vi vægt på indføring i og træning af grundslagene – siden mere vægt på spiltræningen.

Gennem småspil og spilrelaterede øvelser arbejdes hen mod det endelige spil 6 mod 6.

Walk and Talk

Kombinationen af natur og motion styrker dig mentalt og fysisk.

Vi går mindst 5 km raskt trav i skov, ved strand eller på veje og stier.

Forskning viser, at gåture styrker

- din hjerne, kreativitet, hukommelse, indlæring og dit humør
- dit hjerte, kredsløb, blodsukker, din fedtforbrænding, dine muskler, knogler og led.

Yoga

Der vil blive lavet øvelser med udgangspunkt balance, bevægelighed, stabilitet og smidighed. Sværhedsgraden er tilpasset så ALLE kan være med. I afslutningen af hver lektion vil der være en kort afslapningsseance, så medbring et tæppe.