

# *INDHOLDSPLAN*

## *2011-12*



*Himmerlandscentrets Idrætsefterskole*  
*Jyllandsgade 10, Haverslev*  
*9610 Nørager*  
*Tlf. 98 65 43 30*  
*Fax.nr. 98 65 44 60*  
*E-mail: kontor@hci.dk*

INDHOLDSFORTEGNELSE

ORGANISATIONEN GENERELT.....	5
Baggrund.....	5
Formål .....	5
Holdning.....	6
Værdigrundlag.....	6
Pædagogik.....	7
Repræsentantskab og bestyrelse .....	7
Medarbejdergruppen.....	7
EFTERSKOLEARBEJDET.....	8
Tjenestetidsplan.....	8
Skema.....	8
Tilsynsarbejdet.....	8
Praktikpolitik - beskrivelse af HCI som praktiksted.....	9
EFTERSKOLELIVET .....	11
Hverdagen.....	11
Weekends .....	11
Elevråd.....	11
Praktisk arbejde.....	12
Rengøring af områder .....	12
Årets gang - kursusuger.....	12
ARRANGEMENTER.....	13
Ankomst- og indkøringsdagene.....	13
Dreng- og pigeture.....	13
Idrætsdag med Haverslev skole.....	13
Efterskolernes Dag.....	14
Kontaktgruppebesøg:.....	14
Temafester .....	15
Søskendeweekend .....	15
Første søndag i advent .....	15
Juleemnedage .....	16
Terminsuge og gymnastikuge .....	16
Skitur .....	16
Gymnastikopvisninger.....	17
Alternative dage og revyuge.....	17
Idrætsugen .....	18
Aktiviteter i mundtlig eksamensperiode .....	18
Afslutningsugen: .....	18
Stævner og turneringer i løbet af året .....	19
SKOLE-HJEM-SAMARBEJDE .....	20
Kontaktlærerfunktion.....	20
Forældrewekenden .....	20
Forældresamtaler: .....	20
FAG OG UNDERVISNINGEN .....	21

---

Fagene .....	21
Vejledning og uddannelsesplan .....	21
Obligatorisk Selvvalgt Opgave .....	21
Brobygning .....	22
Obligatoriske fag for 9. klasse .....	22
Valgfrie prøvefag for 9. klasse .....	22
Obligatoriske fag for 10. klasse .....	22
Valgfrie prøvefag for 10. klasse .....	23
Valgfrie idrætsfag for 9. og 10. klasse .....	23
Øvrige valgfag for 9. og 10. klasse .....	23
Undervisning af 2-sprogede .....	23
FAGBESKRIVELSER .....	24
Dansk .....	24
Matematik .....	25
Engelsk .....	26
Tysk .....	26
Fysik-kemi .....	27
Biologi .....	27
Geografi .....	28
Historie .....	28
Kristendomskundskab: .....	28
Samfundsfag .....	29
Gymnastik .....	29
Rytmask gymnastik .....	30
Springgymnastik .....	30
Fodbold .....	31
Håndbold .....	31
Volleyball .....	32
Basketball .....	32
Badminton .....	33
Tennis .....	33
Fællesidræt .....	34
Amerikansk Idræt .....	34
Step .....	34
Løb .....	35
Adventure .....	35
Sikkerhedsforskrifter i forbindelse med sejlads med kano og kajak som led i et pædagogisk tilrettelagt samvær .....	35
Specielt for kajak .....	36
Trivsel .....	37
Sang .....	37
Musik .....	37
Guitar .....	38
Billedkunst .....	38
Drama .....	38
Foto .....	39
Livsforståelse .....	39

Arrangementsfag.....	40
Madlavning .....	40
Instruktøruddannelse .....	41
BILAG .....	42
1. Skolens vedtægter pr. 27. maj 2008.....	42
2. Repræsentantskab pr. 1. maj og bestyrelse pr. 25. maj 2011 .....	42
3. Fortegnelse over personale - 1. august 2011 .....	42
4. Tjenestetid - aftaler pædagogisk personale.....	42
4. Tjenestetid - aftaler praktisk personale.....	42
5. Aktuelt skema.....	42
6. Kursusuger Skoleåret 2011-12.....	42
7. Fagbeskrivelser og vejledning 2011-12 .....	42
8. Arrangementskalender 2011-12 .....	42
9. Praktiske oplysninger .....	42
10. Indkvartering m/kontaktlærere 2011-12 .....	42
11. Rygepolitik .....	42
12. "Overblik" i 2011 .....	42
13. Omsorgsplan .....	42
14. HCI Vejviser .....	42
15. Sikkerhed og kriseberedskab på HCI .....	42
Underskrevet af skolens bestyrelse:.....	43

## **ORGANISATIONEN GENERELT**

### **Baggrund**

I 1976 blev der i Haverslev bygget en ny kommuneskole, og de himmerlandske amts-gymnastikforeninger - HG, ØHG og VGI - købte i fællesskab den gamle skole, byggede den om og tog i 1981 initiativ til oprettelsen af efterskolen Himmerlandscentrets Idrætsefterskole (HCI).

I det daværende kursuscenter mødte der den 1. august 1981 60 elever op til starten på det første skoleår. Skolen havde således sit udspring i den folkelige idræt og det frivillige foreningsarbejde, og markerede sig ved at være en af de første idrætsefterskoler i Danmark.

Senere er vi blevet selvejende. De tre amtsforeninger er fusioneret til én amtsforening nemlig DGI- Nordjylland. HCI's Venner, bestående af elev-forældre og andre med interesse for skolen samt HCI's Elevforening er blevet oprettet.

### **Formål**

HCI er en idrætsefterskole, som har til formål at tilbyde en undervisning, der såvel inden for de boglige som idrætslige fag tilbyder et højt fagligt niveau.

Fællesskabet på skolen er rummeligt og etableres under hensyntagen til individuelle forskelligheder, forudsætninger og behov. Eleverne får indflydelse på - og forpligtiges af fællesskabet med det formål at udvikle selvstændighed, ansvarlighed og tolerance.

Efterskoleopholdet skal øge elevernes evne til selvstændig stillingtagen, deres mod til at være sig selv - uden at være sig selv nok, deres vilje til at tage ansvar og del i et positivt fællesskab.

Skolens opgave er at bidrage til, at eleverne bliver aktive samfundsborgere. Skolen skal, med udgangspunkt i idrætten, udvikle elevernes forståelse for fællesskabets betydning for menneskets trivsel.

Skolen tilbyder eleverne boglig undervisning i de almindelige skolefag og afslutter året med aflæggelse af folkeskolens afgangsprøve eller 10. klasse-prøve.

Undervisningen skal styrke elevernes kompetencer, så de på bedst mulig vis bliver godt rustet til at starte på en ungdomsuddannelse. I undervisningen tages udgangspunkt i den enkelte elevs niveau og faglige standpunkt.

Formålet med idrætsundervisningen er at styrke glæden og fællesskabet i forbindelse med idrætsaktiviteter samt styrke elevernes idrætsfaglige færdigheder. Idrætsundervisningen skal være et bidrag til, at eleverne kan opleve sig som hele mennesker med krop og sjæl.

Gennem idrætsundervisningen tilbydes elever, med lyst og evner til at indgå i det frivillige foreningsarbejde, en lederuddannelse i flere forskellige idrætsgrene.

I vores hverdag kommer eleverne til at:

- dyrke gymnastik, hvor alle skal - og kan være med
- spille bold - og vinde med æren i behold - og tabe uden at tabe ansigt
- udvikle faglige og sociale evner, og dermed styrke selvtillid og mod
- opleve, at frihed og ansvar følges ad
- mærke, at vi har brug for hinanden
- opleve, at vi har konsekvens, bestemt ud fra den enkelte situation
- møde en skole, der vil dem, og stiller krav om, at de skal ville os

## **Holdning**

I skolens formålsparagraf står bl.a., at HCI er en efterskole for idrætsinteresserede elever.

Det er vores holdning, at vi med den fælles interesse, i ligeværdighed, vil skabe en bredere form for fællesskab, bl.a. ved

- at fastholde den enkelte elev på sit ansvar for vores fælles hverdag
- at udvikle selvstændighed og respekt for andres særpræg
- at udvikle selvtillid i forbindelse med dygtiggørelse
- at løse problemer ved samtale mellem de implicerede

Det er vort mål, at vi i højere grad bliver hele mennesker, hvor vi med både krop og tanke kan indgå i et forpligtende fællesskab.

## **Værdigrundlag**

Samvær på HCI skal være båret af ligeværdighed mellem mennesker, hvor samtalen er det væsentligste middel til at nå hinanden. Retten til forskellighed er grundlæggende og skal give fællesskabet substans, men stiller samtidig krav om tolerance og forståelse overfor andre.

## **Pædagogik**

Med udgangspunkt i vores værdigrundlag praktiserer HCI en pædagogik, som vi kalder "situationsbestemt konsekvens". Det betyder, at vi ikke bare per automatik følger regler og indgåede aftaler. Vi skal i stedet, i den enkelte situation, forbeholde os retten til at tænke os om en ekstra gang - forbeholde os retten til at bruge vores sunde fornuft.

Samtalen er vores væsentligste middel til at opnå forståelse.

## **Repræsentantskab og bestyrelse**

Repræsentantskabet består af 21 medlemmer, udpeget med 7 medlemmer fra hver af de tre foreninger - DGI-Nordjylland, HCI's Venner og HCI's Elevforening.

Repræsentantskabet vælger 7 af dets medlemmer til at være skolens bestyrelse.

- Se bilag 1 - Vedtægter for den selvejende undervisningsinstitution HCI
- Se bilag 2 - Oversigt over repræsentantskab og bestyrelse

## **Medarbejdergruppen**

Der er p.t. - udover forstanderen og viceforstander - ansat tolv lærere til at varetage den daglige undervisning og tilsynsopgaver.

Derudover er der ansat personale til at tage sig af de praktiske opgaver i forbindelse med skolens drift - bl.a. sekretær, bogholder, køkkenpersonale og servicemedarbejdere.

Se fortegnelse over ansatte på bilag 3.

## **EFTERSKOLEARBEJDET**

### **Tjenestetidsplan**

Ledelsen er ansvarlig for at der bliver udarbejdet en tjenestetidsplan for hver enkelt medarbejder. I tjenestetidsplanen vil der være en beskrivelse af følgende områder:

- Undervisningstid
- Tilsynstid
- Egen tid
- Individuel tid
- Fælles tid
- Ferie- og søgne-/helligdage

Tjenestetidsplanen vil blive udarbejdet så præcis som mulig.

Når skoleåret er slut evalueres de forskellige områder og eventuelle ændringer reguleres til næstkommende skoleår.

Tjenestetidsplanen skal være færdig og præsenteres inden sommerferien før det aktuelle skoleår.

Medarbejdernes tjenestetidsplaner findes som bilag 4.

### **Skema**

Skolen har nedsat et skemaudvalg, som med opbakning fra ledelsen tilrettelægger skemaet for skolens medarbejdere. Der tages udgangspunkt i at lave et skema som både tilgodeser den enkelte elev, medarbejderen og skolen.

Se aktuelt skema på bilag 5.

### **Tilsynsarbejdet**

I forbindelse med ansættelse på skolen, vil en væsentlig del af arbejdet være tilsynsopgaver.

Fælles for alle tilsynsopgaver er, at medarbejder og elev møder hinanden i et forum, som ligger udenfor undervisning og fag. Det skaber en række forskellige

opgaver og situationer, der ofte vil give medarbejderen rollen som hjemmets forlængede arm.

Der er følgende tilsynsopgaver:

#### Morgenvagt

- Sikre, at alle elever er mødt til morgenmad.
- Være med til at skabe en hyggelig stemning ved morgenmaden.
- Sygemelde elever samt bestille lægetider.

#### Aftenvagt

- Sikre, at alle elever er mødt til aftensmad.
- Være med til at skabe en hyggelig stemning ved aftensmaden.
- Tilbyde lektiehjælp.
- Være med som igangsætter/medhjælper i forbindelse med aktiviteter.
- Være til rådighed.
- Sikre at alle elever er på egne værelser kl. 22.30 og i den forbindelse sige godnat.
- Kontrollere at alle værelser er ryddelige ved godnatrunden.

#### Nattevagt

- Kontrollere at der er ro på skolen og at alle elever er på egne værelser.

#### Weekendvagt

- Tilbyde et inspirerende aktivitetsprogram senest tre dage inden weekenden.
- Være igangsætter/medhjælper i forbindelse med aktiviteter.
- Være med til at skabe en hyggelig weekend.
- Være til rådighed.

## **Praktikpolitik – beskrivelse af HCI som praktiksted**

HCI modtager hvert år et antal seminarie-praktikanter - fortrinsvis fra Aalborg Seminarium. Praktikanterne er på skolen i 7 uger og deltager i såvel undervisning som tilsynsarbejde.

#### Mål og intentioner:

- at de studerende føler sig velkomne, hurtigt integreres på skolen og i løbet af praktikperioden oplever sig selv som en kollega med det øvrige personale
- at de studerende i praktikperioden møder praktiklærere, som kan engagere sig i rollen som praktiklærer og lærerrollemodel
- at de studerende under praktikopholdet gives en høj grad af selvstændigt ansvar for planlægning og afholdelse af undervisningen
- at praktiklæreren under de studerendes undervisning i udgangspunkt indtager en iagttagende rolle

Forløb:

- at de studerende forud for praktikforløbet på skolen møder skolens leder eller praktikansvarlig og introduceres til skolen - herunder også en rundvisning og afgivelse af skemaønsker
- at de studerende oplever at de i god tid har kontakt med de praktiklærere, som de skal samarbejde med i praktikperioden
- at praktiklærerne og de studerende forud for praktiksamarbejdet orienterer sig om praktiksamarbejdets indhold og fokus
- at praktiklæreren og de studerende forud for praktiksamarbejdet laver klare aftaler omkring praktiksamarbejdets elementer, herunder aftaler om skriftliggørelse af planlægningen, vejledningstimmernes indhold og afholdelse, praktiklæreren rolle i de studerendes undervisning
- at praktiklæreren sammen med de studerende løbende og efter praktikperioden evaluerer praktikforløbet i en mundtlig samtale

Forventninger og krav til de studerende:

- at de er engagerede i at opleve "efterskolelivet" i sin helhed
- at de undersøger hvad skolen står for, inden de ønsker praktik her
- at de respekterer HCI's pædagogik og idégrundlag
- at de er loyale og engagerer sig
- at de møder velforberejede
- at de udnytter periodens muligheder aktivt og selvstændigt
- at de fagligt kan gå ind og undervise i emner indenfor vores pensum
- at de fungerer som en del af medarbejdergruppen og ikke i et område mellem elever og medarbejdere
- at de deltager i tilsyn (1 gang ugentligt + mindst 1 weekend)
- at de påtager sig lærerrollen og er en god rollemodel for eleverne
- at planen for undervisningen er skriftliggjort forud for undervisningen/ praktiktimerne, og at praktiklæreren er bekendt med denne plan
- at de er forberedte til vejledningstimerne og er aktive i forhold til at stille dagsordenspunkter for samtalerne med vejleder og medstuderende

## **EFTERSKOLELIVET**

### **Hverdagen**

Normalt vil hverdagen på HCI se ud som nedenstående:

07.15 - 08.00	Morgenmad og morgensamling
08.00 - 18.00	Undervisning efter skema
18.00 - 18.30	Aftensmad
18.45 - 19.30	Lektietime
19.30 - 22.00	Aften evt. med arrangementer eller aktivitet
22.00 - 22.30	Eleverne skal være på egen gang
22.30 - 07.15	Eleverne skal opholde sig på eget værelse

### **Weekends**

Formål:

- Eleverne skal opleve skolen i andre sammenhænge med andre krav og forventninger skal fremstå som en integreret del af efterskolelivet.

Indhold:

- Diverse aktiviteter

Omfang:

- Alle weekender i løbet af skoleåret, med undtagelse af weekender i forbindelse med ferier.

### **Elevråd**

Blandt elevgruppen vælges ca. 1. september 7 repræsentanter til elevrådet. Elevrådet holder møde ca. hver 14 dag sammen med en lærer-repræsentant.

Elevrådets arbejder kan spænde over meget. Der har b.l.a. været tradition for at elevrådet planlægger arrangementer, tager initiativ til Blå Bog og bestilling af årstrøjer til elevflokket.

2 repræsentanter fra elevrådet deltager ved medarbejdermøderne under punktet "Til og fra elevråd".

## **Praktisk arbejde**

Formål:

- at lære eleverne at være en del af det store fællesskab og kunne indgå i et team sammen med skolens faste praktiske medarbejdere - i såvel pedel, rengøring og køkken.

Indhold:

- Eleverne skal tage del i og lære om skolens praktiske opgaver, som f.eks. madlavning, rengøring af fællesområder og vedligeholdelse af skolens inventar.

## **Rengøring af områder**

Formål:

- at eleverne får indblik og undervisning i hygiejne omkring rengøring og tager del i det praktiske arbejde.

## **Årets gang - kursusuger**

Overordnet kursusplan som bilag 6.

## **ARRANGEMENTER**

### **Ankomst- og indkøringsdagene**

**Formål:**

- at ryste eleverne sammen, så de hurtigt føler sig hjemme på skolen - både blandt kammerater og personale.

**Indhold:**

- aktiviteter, som giver eleverne mulighed for at lære hinanden at kende, f.eks. forskellige idrætsaktiviteter. Rundvisninger på skolen og i byen, så eleverne bliver fortrolige med "nærmiljøet". Endvidere en række praktiske opgaver og informationer m.h.t. hverdagen på skolen, lægevalg, værelsesindretning o.l.

**Omfang:**

- 3 dage. Ankomstdagen - søndag - samt mandag og tirsdag i den første skoleuge.

### **Dreng- og pigeture**

**Formål:**

- at forene og bidrage til et godt sammenhold i elevflokket.

**Indhold**

- De mandlige lærere tager på tur i Rold skov med drengene, mens de kvindelige lærere indlogerer sig i en hytte med pigerne.

Indholdet spænder fra mange forskellige aktiviteter til hygge og samvær. Eksempler på dette kunne være en duathlon, orienteringsløb, madlavning og fællessang ved bålet.

**Omfang:**

- Turene starter en torsdag morgen i august og slutter hen mod eftermiddagen fredag.

### **Idrætsdag med Haverslev skole**

**Formål:**

- at eleverne får erfaring med at planlægge og gennemføre en idrætsdag for den lokale folkeskoles 4-7. klasser. Endvidere at elever i lokalsamfundet oplever livet på efterskolen.

Indhold:

- Indholdet består af idrætsaktiviteter af forskellig karakter. Programmet bestemmes af HCI-eleverne.

Omfang:

- Arrangementet strækker sig fra 8.30 - 13.00 en fredag i september.

## **Efterskolernes Dag**

Formål:

- at vise interesserede elever og forældre skolen - både fysiske rammer og et indblik i skolelivet.
- at få interesserede elever til at indskrive sig som elever sådan at årgangene bliver fyldt op.

Indhold:

- Rundvisning af elever
- Orientering om skolen v/forstanderen
- Orientering om økonomi, optagelse og venteliste på kontoret
- Mulighed for samtale med lærer i spisesal.
- Elever - aktive rundt omkring på skolen.

Omfang:

- Sidste søndag i september kl. 13.00 - 17.00

## **Kontaktgruppebesøg:**

Formål:

- at eleverne, via et besøg hos læreren, oplever denne i en situation udenfor undervisningslokalet, og som et familiemenneske.

Indhold:

- Socialt samvær

Omfang:

- 2 gange årligt á 2-3 timer.

## **Temafester**

**Formål:**

- at skabe en efterårs- og forårsfest, som er opbygget over et tema, der kræver elevernes aktive medspil og medvirken.

**Indhold:**

- Varierer afhængig af det valgte tema. Det kan f.eks. være et "sølvbryllup", som gennemføres med eleverne i rollerne som sølvbrudepar med familie og venner som gæster til fest. Eleverne laver gaver, skriver sange og kommer med taler og indslag til ære for sølvbrudeparret.

**Omfang:**

- En fest strækker sig over en hverdagsaften - fra spisning til sengetid. Eventuelt kan eftermiddagen tages i brug som optakt til festen.

## **Søskendeweekend**

**Formål:**

- at eleverne får lejlighed til at præsentere efterskolen og efterskolelivet for deres søskende. Endvidere at eleverne får sociale og positive oplevelser sammen med søskende.

**Indhold:**

- Arrangementet bærer præg af forskellige aktiviteter, socialt samvær og hygge.

**Omfang:**

- Søskende inviteres fra fredag omkring kl. 17 og arrangementet slutter lørdag middag.

## **Første søndag i advent**

**Formål:**

- Julehygge på skolen, inkl. udsmykning til værelser.
- Invitere/vise skolen for bedsteforældre
- Samarbejde med byen (Fakkeloptog + æbleskiver)

**Indhold:**

- Juleklip og juledekorationer i hallen
- Glögg og æbleskiver i hallen
- Fakkeloptog gennem byen kl. 16.00 sammen med Haverslevs Borgerforening

Omfang:

- 1. søndag i advent kl. 14.00 - 17.30

## **Juleemnedage**

Formål:

- at afholde alternative dage op til juleferien med anderledes aktiviteter.

Indhold:

Anderledes aktiviteter f.eks.:

- Juleløb
- Kreative værksteder
- Musical
- Boldspilsturneringer
- Fælles afslutning med forældre.

Omfang:

- 2-3 dage før juleferien. Eventuel forberedelse af musical i perioden op til.

## **Terminsuge og gymnastikuge**

Formål:

- afvikle terminsprøver og gymnastiktræning

Indhold:

- Terminsprøver i boglige fag med skriftlige prøver
- Gymnastiktræning

Omfang:

- 1 uge inden vinterferie.

## **Skitur**

Formål:

- at eleverne får erfaring, udfordring og hver især udvikler deres alpine skiløb.
- at eleverne får oplevelsen af, at turen bidrager til styrkelse af fællesskabet samt opdagelse af nye sociale relationer.
- at eleverne lærer at planlægge kost og trivsel i et hyttefællesskab, når vi bor i hytter.

Indhold:

- Indholdet består af niveaudelt undervisning i forskellige former for alpint skiløb.
- Der arrangeres sociale aktiviteter såvel for hele elevgruppen som i hytte-sammenhænge. I planlægningen af disse inddrager skiudvalget eleverne.

Omfang:

Skituren strækker sig over 7-8 dage, hvor de 5-6 dage er på ski.

## **Gymnastikopvisninger**

Formål:

- Give eleverne en fælles oplevelse
- Fremvisning af elevernes gymnastiske kunnen
- Vise skolens gymnastiske profil
- Pleje samarbejdspartnere i diverse foreninger

Indhold:

- Fremvisninger af rytmisk gymnastik og spring.

Omfang:

- 12 - 15 opvisninger fra slutning af februar til skoleårets afslutning.

## **Alternative dage og revyuge.**

Formål:

- at give eleverne anderledes udfordringer af forskellig karakter, som dagligdagen ikke levner plads til
- at eleverne oplever lærerne i nye situationer - på de skrå brædder.

Indhold:

- Dagene består dels af alternative aktiviteter for eleverne, f.eks. ekspressive aktiviteter i hallen, praktisk arbejde i lokalsamfundet m.m.

En del af lærerstaben er engageret med at skrive og øve en revy, som omhandler året der er gået på efterskolen. Dagene slutter med opførelse af revyen, hvortil forældrene inviteres.

Omfang:

Dagene strækker sig fra mandag-onsdag op til påske.

## **Idrætsugen**

### Formål:

- at eleverne får mulighed for at stifte bekendtskab med alternative idrætsgrene og -aktiviteter
- at eleverne får mulighed for at fordybe sig i allerede kendte idrætsgrene.

### Indhold:

- Indholdet består af forskellige alternative idrætsaktiviteter. Eksempler kan være triatlon, TRIM-løb, adventurerace, idrætsdag for himmerlandske efterskoler, besøg på fodboldakademi m.m.

### Omfang:

- Idrætsugen strækker sig fra lørdag-onsdag før Kristihimmelfartsdagen.

## **Aktiviteter i mundtlig eksamensperiode**

### Formål:

- at eleverne får mulighed for at forberede sig til den mundtlige eksamen
- at eleverne deltager i aktiviteter af undervisningsmæssig karakter.

### Indhold:

- Indholdet i perioden består dels af eksamenslæsning, repetition af eksamenspensum og dels forskellige aktiviteter af boglig og idrætslig karakter.

### Omfang:

- Perioden strækker sig fra den mundtlige eksamensperiode starter og 14 dage frem.

## **Afslutningsugen:**

### Formål:

- at elever og lærere får en god fælles afslutning på skoleåret.

### Indhold:

- Lærere og elever tager afsted på en fælles tur, som afslutning på skoleåret.
- Forskellige aktiviteter som f.eks bål, fællessang og afslutningsmiddag.

### Omfang:

- 3 dage.

## **Stævner og turneringer i løbet af året**

### Formål:

- at give eleverne en fælles oplevelse
- at deltage med god kampgejst, sejrsvilje og fairplay
- at lære at tabe uden at tabe ansigt

### Indhold:

- Der spilles efter turneringsplan.

### Omfang:

- NM for efterskoler i følgende idrætsgrene: fodbold, badminton, basketball, volleyball og håndbold.

Hvis evner og held tillader det, deltager vi i DM for efterskoler i samme idrætsgrene.

## **SKOLE-HJEM-SAMARBEJDE**

### **Kontaktlærerfunktion**

Det kan være svært at lære 116 elever og forældre godt at kende i løbet af et skoleår. Derfor bliver hver lærer tildelt 8-10 elever, som de specielt skal tage sig af. Det vil sige, at næsten al kontakt mellem skole/hjem - med hensyn til elevernes sociale og faglige liv på skolen - bliver varetaget af kontaktgruppelæreren.

Se bilag 10.

### **Forældreweekenden**

Formål:

- at forældrene får lejlighed til at opholde sig på skolen, møde de andre forældre og elever, opleve atmosfæren og se deres barn i efterskolesammenhæng. Weekenden skal også bidrage til et godt forhold og samarbejde lærer og forældre imellem.

Indhold:

- Fredag aften bærer præg af fælles aktiviteter og socialt samvær og hygge. Lørdag formiddag står på idrætslige aktiviteter og praktisk arbejde.

Omfang:

- Forældrene møder klokken 17.00 og bliver indlogeret. Efter frokost lørdag er arrangementet slut.

### **Forældresamtaler:**

Formål:

- at informere forældre og elev om sidstnævntes sociale velbefindende, faglige kompetencer og indsats.

Indhold:

- Elevens faglige standpunkter og øvrige indstilling til efterskolelivet uddybes.
- Samtaler bruges også til at aftale eventuelle fremadrettede tiltag.

Omfang:

- 2 gange årligt.

## **FAG OG UNDERVISNINGEN**

Skolen tilbyder et bredt udsnit af såvel boglige -, idrætslige - som kreative fag. Skolen vægter disse tre grupper af fag lige højt.

### **Fagene**

Fagene deles ind i følgende kategorier

- Obligatoriske fag
- Valgfrie prøvegivende fag
- Valgfag

Hver elev skal minimum have 35 lektioner ugentligt på sit skema.

Eleverne får en traditionel undervisning i de boglige fag, som niveaumæssigt svarer til folkeskolens. Skoleopholdet afsluttes med mundtlige og skriftlige prøver på lige fod med folkeskolens.

Beskrivelse af det enkelte fags formål og indhold findes i bilagsmappen.

### **Vejledning og uddannelsesplan**

Alle elever skal udfærdige en uddannelsesplan. I den skal den enkelte elev gøre sig nogle betragtninger om bl.a. uddannelsesønsker og uddannelsesvej. Planen skal udfærdiges i et samspil mellem elev, hjem og skole. I den forbindelse skal eleven til minimum 2 personlige samtaler hos skolevejlederen, der har til opgave at støtte eleven og hjemmet frem mod den rigtige uddannelse.

I øvrigt henvises til bilag om Vejledning.

### **Obligatorisk Selvvalgt Opgave**

I 10. klasse skal den enkelte elev lave en selvvalgt obligatorisk opgave. Opgaven er selvstændig og skal tage sit udgangspunkt i elevens handlingsplan/uddannelsesplan. Over en periode arbejder eleven med opgaven, der dels skal indeholde fakta om den ønskede uddannelse, dels personlige betragtninger/problemstillinger om eleven i den valgte uddannelse. Opgaven skal munde ud i et projekt samt en fremlæggelse, der vurderes samlet.

Formål:

- at eleverne gennem fordybelse opnår afklaring om deres videre uddannelse.

Indhold:

- Beskrivelse af fag og uddannelse.  
- Der skal fremstilles en rapport. Denne kan suppleres med en mundtlig fremlæggelse.

Omfang:

- Varighed - 5 dage.

## **Brobygning**

Regeringen har vedtaget, at alle elever i 10. klasse skal i obligatorisk brobygning i minimum 2 uger.

Det vil sige, at den enkelte elev skal vælge *enten* at følge 2 forskellige undervisningsforløb på en erhvervsuddannelse (Teknisk Skole, HG, HHX, HTX) *eller* 1 uges undervisningsforløb på en erhvervsuddannelse og 1 uges undervisningsforløb på en gymnasial uddannelse (HF, almen gymnasium).

## **Obligatoriske fag for 9. klasse**

Dansk, matematik, engelsk, fysik-kemi, biologi, geografi, samfundsfag, kristendom, historie, trivsel, sang, arrangementsfag, gymnastik og dans.

## **Valgfrie prøviefag for 9. klasse**

Tysk.

## **Obligatoriske fag for 10. klasse**

Dansk, matematik, trivsel, sang, arrangementsfag, gymnastik og dans.

## **Valgfrie prøvafag for 10. klasse**

Engelsk, tysk, fysik-kemi.

## **Valgfrie idrætsfag for 9. og 10. klasse**

Fodbold, håndbold, volleyball, basketball, badminton, tennis, rytmisk gymnastik, springgymnastik, amerikansk idræt og step og løb.

## **Øvrige valgfag for 9. og 10. klasse**

Adventure, billedkunst, musik, guitar, foto, livsforståelse, drama, madlavning, lederuddannelse og praktisk arbejde.

## **Undervisning af 2-sprogede**

Vi tilbyder i vis udstrækning specialundervisning for elever, som har dansk som andet-sprog og som ikke kan følge normal undervisning.

## FAGBESKRIVELSER

### Indledning

Vi samlæser 9. og 10. klasse undtagen i fagene dansk og fysik/kemi.

For elever i 10. klasse kan der skiftes niveau i løbet af skoleåret. Som elev i 9. klasse kan man dog kun gå op til afgangsprøve.

## Dansk

### Formål:

Formålet med undervisningen er, at eleverne styrker deres muligheder for at indgå i et mangesidigt sprogligt fællesskab. Undervisningen skal give eleverne et middel til:

- at vurdere deres egen og andre menneskers situation
- at kommunikere
- at erhverve viden
- at udvide begrebsdannelsen
- at beslutte og handle i fællesskab

Eleverne skal opnå en sådan færdighed i at lytte til, tale, læse og skrive sproget, at de bliver i stand til at opfatte og udtrykke sig sikkert og varieret.

### Indhold:

Der arbejdes med emner, på både 9. og 10. klassetrin, som søges integreret med samtidsorientering - se samtidsorientering. Det tilstræbes, at ethvert orienteringsemne indebærer forskellige dansk-aktiviteter, f.eks.

- diskussioner
- foredrag
- skriftlig rapport
- emnestil
- udvidelse af ordforråd
- træning i at udtrykke sig

Det tilstræbes at inddrage relevant skønlitteratur i de faglige emner. Der motiveres fortsat for selvstændig læsning af ungdomslitteratur og relevant "voksenlitteratur".

Arbejde med tekster. En tekst kan være:

- trykt tekst

- talt tekst (direkte eller på bånd)
- drama
- billedkunst (f.eks. maleri, collage)
- fotos, film og TV
- andre former for kommunikation.

Foruden med teksternes indhold arbejdes der med tekst-iagttagelse, sprog-iagttagelse og læsemåde. Arbejdet med tekster søges gjort så alsidig og afvekslende som muligt.

Teknisk dansk:

Det tilstræbes, at eleverne bliver i stand til at udtrykke sig i et klart, korrekt og varieret sprog, at de behersker ortografien rimeligt, samt at de i hovedtræk er fortrolige med sprogets "byggesten" (grammatik og syntaks).

Med udgangspunkt i forskellige undervisningsmaterialer arbejdes der med stilopgaver, stavetræning, notatteknik, tegnsætning, fremmedord m.v.

I øvrigt vil tema-dansk, teknisk dansk og arbejdet med tekster ofte optræde i en helhed og ikke som isolerede grene af faget.

Eleverne kan efter ønske aflægge Folkeskolens Afsluttende Prøver i dansk. Derfor vil undervisningen blive tilrettelagt således, at prøvekravene kan opfyldes.

Skrivning:

Skriveindlæringen skulle for denne aldersgruppe være afsluttet, men der kan gives individuel vejledning til elever med særlige skriveproblemer.

Der kan arbejdes systematisk med plakatarbejde, opsætning m.m. Der udvikles en hurtig, selvlæselig skrift i forbindelse med notatteknik.

Faget dansk er obligatorisk.

Omfang:

Timetal ugentligt: 5 lektioner a 45 minutter i perioder med normalt skema.

## **Matematik**

Formål:

Formålet med undervisningen i matematik er, at eleverne stifter bekendtskab med grundlæggende matematiske begreber.

Indhold:

Der henvises til fællesmål for matematik - vi bruger trinmål for 9. - og 10. klasse som udgangspunkt for undervisningen.

Omfang:

- Timetal ugentligt: 3 lektioner a 60 minutter i perioder med normalt skema
- Antal elever pr. hold 14-25.
- Der afsluttes med Folkeskolens Afsluttende Prøver

## Engelsk

Formål:

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

Undervisningen skal skabe rammer for oplevelse, indsigt og samarbejde samt styrke elevens lyst til at beskæftige sig med sprog og kultur til fremme af deres sproglige udvikling.

Undervisning skal give eleverne indsigt i kultur- og samfundsforhold i engelsktalende lande.

Indhold:

Se under fællesmål i engelsk - vi bruger trinmål for 9.kl. og 10.kl som ledetråd for undervisningen.

Omfang:

Eleverne skal klargøres til Folkeskolens Afsluttende Prøver. Se i øvrigt faghæftet for engelsk (fællesmål, herunder slutmål).

Timetal ugentligt: 4 lektioner a 45 minutter i perioder med normalt skema.

## Tysk

Formål:

- at eleverne bliver i stand til at forstå det talte tyske sprog
- at tale sproget
- at opfatte indholdet i en tysk tekst
- at give eleverne indblik i kultur- og samfundsforhold

Indhold

Vi vil i tysk lægge stor vægt på, at den enkelte elev udvikler sig fagligt. Vi vil gennem en differentieret og varieret undervisning - i henhold til "Fælles mål" - skabe et læringsrum, hvor eleverne har lyst til at lære.

Undervisningen viger en del fra den traditionelle tyskundervisning, da vi tager udgangspunkt i den enkelte elev og vægter højt, at eleverne har det sjovt, mens de lærer.

Omfang:

Timetal ugentligt: 4 lektioner a 45 min i perioder med normalt skema.

Eleverne skal klargøres til Folkeskolens Afsluttende Prøver. Se i øvrigt faghæftet for tysk (fællesmål, herunder slutmål).

## **Fysik-kemi**

Formål:

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

Indhold:

Der henvises til fællesmål for fysik/kemi - vi bruger trinmål for 9. og 10. klasse som udgangspunkt for undervisningen.

[http://www.faellesmaal.uvm.dk/fag/Fysik\\_kemi/trinmaal.html](http://www.faellesmaal.uvm.dk/fag/Fysik_kemi/trinmaal.html)

Omfang:

- Timetal ugentligt: 2 lektioner a 45 minutter i perioder med normalt skema
- Der er max. 15 elever pr. hold.
- Der afsluttes med Folkeskolens Afsluttende Prøver

## **Biologi**

Formål:

Formålet med undervisning i biologi er, at eleverne tilegner sig viden om de levende organismer og den omgivende natur, om miljø og sundhed samt om anvendelse af biologi. Vi tillægger stor værdi at undervisningen tager udgangspunkt i elevernes egne oplevelser, undersøgelser og opfattelser.

Indhold:

Se under fællesmål i biologi ( vi bruger trinmål for 9. klasse som ledetråd for undervisningen)

Omfang:

Timetal ugentligt: 1 lektion a 45 minutter i perioder med normalt skema.

Der afsluttes med Folkeskolens afgangsprøve, såfremt faget udtrækkes.

## **Geografi**

### Formål:

Formålet med undervisningen er at elever tilegner sig viden om naturgivende og kulturskabte forhold i Danmark og i andre lande. Undervisningen skal fremme elevens forståelse af fremmede kulturer og give dem mulighed for at udvikle selvstændig stillingtagen til globale problematikker.

### Indhold:

Tager udgangspunkt i 4 punkter:

- Globale mønstre
- Naturgrundlaget og dets udnyttelse
- Kultur og levevilkår
- Arbejds måder og tankegang.

### Indhold:

Timetal ugentligt: 1 lektion a 45 minutter i perioder med normalt skema.  
Der afsluttes med Folkeskolens afgangsprøve, såfremt faget udtrækkes.

## **Historie**

### Formål:

At styrke elevens historiebevidsthed og forståelse for historien og dens konsekvenser som identitetsskabende faktor.

### Indhold:

Indhold ifølge Fællesmål for historie - trinmål for 9.klasse.

### Omfang:

Timetal ugentligt: 1 lektion a 45 minutter i perioder med normalt skema  
Der afsluttes med folkeskolens afgangsprøve, såfremt faget udtrækkes.

## **Kristendomskundskab:**

### Formål:

At eleven gennem kendskab til biblen og dens fortællinger får en forståelse af at religionen har en betydning for det enkelte menneskes opfattelse af livet.

### Indhold:

Indhold ifølge Fællesmål for kristendomskundskab - trinmål for 9. klasse

Omfang:

Timetal ugentligt: 1 lektion a 45 minutter i perioder med normalt skema  
Der afsluttes med folkeskolens afgangsprøve, såfremt faget udtrækkes.

## **Samfundsfag**

Formål:

At udvikle elevens evner til at iagttage, analysere og vurdere aktuelle nationale og internationale emner og temaer, og dermed øge motivationen for aktiv deltagelse i et demokratisk samfund.

Indhold:

Indhold ifølge Fællesmål for samfundsfag - trinmål for 9.klasse.

Omfang:

Timetal ugentligt: 2 lektioner a 45 minutter i perioder med normalt skema.  
Der afsluttes med folkeskolens afgangsprøve, såfremt faget udtrækkes.

## **Gymnastik**

Formål:

- at motivere eleverne til fysisk aktivitet.
- at udbygge elevernes kondition og koordination gennem grundlæggende fysisk aktivitet.
- at give eleverne færdigheder og selvtillid.

Målet må endvidere være, at give eleverne indblik i forskellige gymnastikdiscipliner.

Indhold:

Der lægges vægt på, at hver enkelt time starter med en afvekslende opvarmning, og at der i timens lektion altid indgår styrketræning/konditionstræning, træning der udvikler koordinationen.

Øvelsesvalget skal afpasses, så alle kan deltage og få et udbytte af lektionen.

Undervisningen omfatter rytmisk gymnastik med og uden redskaber - der kan undervises med musikledsagelse. Af redskaber kan medtages tøndeband, vimpler, bolde, køller m.v.

Omfang:

Timetal ugentligt: 3 lektioner a 45 minutter i perioder med normalt skema.

## **Rytmik gymnastik**

### Formål:

- at skabe glæde ved at udfordre sig selv i arbejdet med kroppen og musikken i samspil.

### Indhold:

Der undervises i forskellige former for rytmisk gymnastik, f. eks. grundgymnastik, alternative bevægelser, håndredskaber (eks. bolde og sjippetøve), alternative redskaber (eks. borde, stole og bænke). Undervisningen vil også indeholde kreativ dans og danseformer, der er oppe i tiden.

Der arbejdes individuelt og i grupper. Der arbejdes med sammensatte øvelser og mere komplicerede serier. En serie indgår i den samlede gymnastikopvisning, som hele elevholdet deltager i.

Hovedvægten lægges på at udtrykke overensstemmelse mellem bevægelse og udtryk, musik og rytmik.

### Omfang:

Timetal ugentligt: 60 minutter i perioder med normalt skema.

## **Springgymnastik**

### Formål:

- at give eleven bevægelsesglæde
- at give eleven større bevægelseserfaring gennem indøvning af nye bevægemønstre
- at øge styrke, koordination, balance og timing hos eleven
- sammen at svede, grine og forbedre sig
- at give eleverne færdigheder, selvtillid og inspiration til at arbejde videre med spring på foreningsplan

### Indhold:

Undervisningen indledes med en rytmisk opvarmning. Der indgår i årets løb: leg, balanceøvelser, par-øvelser samt akrobatiske elementer.

Undervisningens hovedvægt er lagt på behændighedsøvelser, måttespring, redskabsspring samt kombinationer af forskellige spring.

### Omfang:

Timetal ugentligt: 60 minutter i perioder med normalt skema.

## **Fodbold**

### Formål:

- at udvikle egne grundlæggende fodbold-færdigheder - teknisk - taktisk og psykologisk.
- at opnå forståelsen af fodbold som et holdspil, hvor man er indbyrdes afhængige og ansvarlige.

### Indhold:

- Fysisk grundtræning/konditionstræning.
- Tekniske og taktiske øvelser.
- Småspil.
- Almindeligt spil.
- Træningen foregår på blandede hold, hvor der lægges vægt på høj intensitet, hvor alle skal have mulighed for at deltage

### Omfang:

Timetal ugentligt: 1 lektion a 75 minutter i perioder med normalt skema.

## **Håndbold**

### Formål:

At dygtiggøre den enkelte elev i selve spillet, således at der opnås et brugbart spil med hensyn til koordination, bevægelse og forståelse. Samspillet er her i højsædet, og det er vigtigt, at eleverne lærer at tage ansvar på holdet.

### Indhold:

Der lægges vægt på, at der sker en hensigtsmæssig opvarmning inden hver lektion. Ligeledes tages der også højde for elevernes fysiske form således at kondition og styrke øges i løbet af året.

### Derudover øves der:

- Forskellige skudformer
- Finter
- Målmændstræning
- Taktik
- Bevægelse på banen

### Omfang:

Timetal ugentligt: 2 lektioner a 45 minutter i perioder med normalt skema.

## Volleyball

### Formål:

Eleverne skal lære og beherske de mest almindelige grundslag. Der stiles efter stor sikkerhed i slagene, samt så stilrene slag så muligt. Slagene er som følger:

- fingerslag
- baggerslag
- overhåndsserv
- presslag
- smash

Der stræbes mod at eleverne oplever glæde ved spillet og får forståelse for nogle grundlæggende dele af spillet, såsom:

- indspil til hæver
- at hæve til smash
- modtagning
- evt. blokade
- den enkeltes rolle på holdet

### Indhold:

Timerne skal have høj intensitet, og eleverne skal opleve at de går fra timen med en fornemmelse af at være blevet bedre, samt at have brugt energi! Undervisningen indeholder øvelser der træner ovenstående. Samtidig deltager vi NM for efterskoler, samt en træningsweekend. Eventuelt også træningskampe.

### Omfang:

Timetotal ugentligt: 60 min i perioder med normalt skema.

## Basketball

### Formål:

Eleverne skal beherske de mest almindelige fundamentals. Der stiles efter stor sikkerhed og så stilrene fundamentals så muligt. Fundamentals som følger:

- Stil skud
- Hopskud
- Ballhandling
- Layup

Derudover skal eleverne opnå høj spilforståelse, herunder kunne gøre brug af følgende:

- Screeninger
- Block og rebound
- Forskellige angrebs- og forsvarssystemer

Indhold:

Undervisningen indeholder diverse øvelser der træner ovenstående og er præget af høj intensitet og eleverne skal opleve at de går fra timen, med en fornemmelse af at være blevet bedre, samt at have brugt energi ! Ligeledes deltager vi i forskellige turneringer og deltager i træningskampe.

Omfang:

Timetal ugentligt: 60 min i perioder med normalt skema.

## **Badminton**

Formål:

- at lære eleverne grundlæggende tekniske og taktiske elementer
- at skabe glæde og lyst til spillet

Indhold:

Den tekniske del omfatter indlæring af grundslag samt indarbejdning af hensigtsmæssig bevægelsesmønstre gennem slagtræningsøvelser og spil.

Den teoretiske del vedrører spiltaktik.

Omfang:

Timetal ugentligt: 60 minutter i perioder med normalt skema.

## **Tennis**

Formål:

- at eleverne lærer de forskellige grundslag samt spillets regler

Indhold:

Der undervises i grundslagene forhånd, baghånd, flugtninger og serv. Derudover vil der være mulighed for at lære loop og smash. Det færdige spil - herunder regler - indgår som en del af undervisningen.

Omfang:

Timetal ugentligt: 60 minutter i perioder med normalt skema i periode 1 og 4.

## **Fællesidræt**

**Formål:**

- at motivere eleverne til fysisk aktivitet
- at skabe glæde ved idræt bl.a. gennem leg.

**Indhold:**

Undervisningen omfatter en bred vifte af idrætsaktiviteter, såsom løb, cykling, svømning, leg og konkurrencer.

**Omfang:**

Timetal ugentligt: 1 lektion á 90 minutter i perioder med normalt skema.

## **Amerikansk Idræt**

**Formål:**

At få indsigt i de tre største amerikanske idrætsgrene: Football (flag football), Softball og Basketball.

**Indhold:**

Andre idrætsgrene - Ultimate - Football - Boomball og Rugby gennemgås ligeledes.

**Omfang:**

Timetal ugentlig: 60 minutter i perioder med normalt skema.

## **Step**

**Formål:**

- At motivere eleverne til fysisk aktivitet
- At skabe glæde ved at bevæge sig
- At skabe kendskab til én af de mange aktiviteter inden for fitness.

**Indhold:**

Undervisningen omfatter udholdenhedsøvelser, samt konditionstræning på stepbræt.

**Omfang:**

Timetal ugentligt - 1 lektion á 60 minutter i perioder med normalt skema.

## **Løb**

### Formål:

- At motivere eleverne til at kunne løbe og gennemføre kortere eller længere distancer.
- At udbygge elevernes kondition.
- At give eleverne løbefærdigheder og selvtillid.

### Indhold:

Undervisningen omfatter bl.a. løbeteknikker og intervaltræning. Eleverne løber i eget tempo eller sammen med en lærer, på den anviste rute.

Eleverne deltager forskellige motionsløb.

### Omfang:

Timetal ugentligt - 1 lektion á 30 minutter i perioder med normalt skema.

## **Adventure**

### Formål:

- at udfordre eleverne i relation til naturen

### Indhold:

Undervisningen tilrettelægges til dels som ture væk fra skolen med et varieret udbud af friluftaktiviteter samt med værkstedsundervisning.

### Omfang

Timetal årligt: 25 timer fordelt på forskellige ture.

## **Sikkerhedsforskrifter i forbindelse med sejlads med kano og kajak som led i et pædagogisk tilrettelagt samvær**

- Der skal anvendes sikkerhedsgodkendt udstyr
- Der skal sejles med minimum en svømmevest samt med fornuftig påklædning
- Der må sejles, hvis vandtemperaturen og de vejræssige forhold er forsvarlige (efter aftale med ledelsen)
- Der skal afleveres en deltagerliste til ledelsen inden afgang samt angivelse af sejladsområde og tidsplan

- Elever skal kunne svømme
- Der skal indhentes tilladelse fra forældre
- Deltagelse er frivillig
- Eleverne skal have sikkerhedsinstruks inden sejladsen:
  - Den ansvarlige lærers vejledning følges altid 100 %.
  - Alle skal bære redningsvest eller svømmevest under hele sejladsen.
  - Kanoerne er beregnet til 2 eller 3 personer (3 personer kun, hvis det er aftalt med den ansvarlige lærer og sæde er monteret midt i kanoen).
  - Behandl kanoen varsomt: kanoen er et forholdsvis spinkelt fartøj, som derfor skal behandles varsomt. Undgå sammenstød, grundstødning o.lign.. Vær specielt opmærksomme når kanoen skal i/op af vandet. På land ligget kanoerne altid med bunden opad.
  - Sejl aldrig alene. Hold jer indenfor se-afstand i den gruppe I sejler med.
  - Sejl altid tæt ved land. Når ikke andet er fastlagt betyder dette max. 100 m.
  - Stå aldrig op i kanoen. Kanoen er et let håndterbart fartøj, der aldrig kæntrer af sig selv. Det er enten hårdt vejr (så sejler vi ikke) eller de ombordværende, der forårsager evt. kæntring. Kanoen er især følsom overfor sidebevægelser. Derfor: - sid altid ned under sejlads - undgå pludselige uoverlagte bevægelser med kroppen - det er ikke tilladt, at bytte plads mens der sejles.
- Sejlads kan foregå i åer og på søer samt i Mariager Fjord. Sejlads skal altid foregå i nærheden af kysten
- Den ansvarlige lærer sikrer inden sejladsen at der i hver kano findes:
  - En ekstra paddel
  - En øse
  - Bugsérline
- Den ansvarlige lærer medbringer altid:
  - Mobiltelefon i vandtæt indpakning
  - Kniv og gaffatape
  - Førstehjælpsgrej

## **Specielt for kajak**

- Redningsprocedurer øves på lavt vand inden afgang. Ingen må sejle før den ansvarlige lærer vurderer, at det er forsvarligt.

## **Trivsel**

**Formål:**

- at skabe et godt fællesskab i elevholdet

**Indhold:**

- trivsel på skolen
- verden omkring os
- os selv, og den tid vi lever i
- vi skal lære hinanden at holde sammen, holde ud og holde af

**Omfang:**

Timetal ugentligt: 4 x 30 minutter i perioder med normalt skema.

## **Sang**

**Formål:**

- at præsentere eleven for et bredt udsnit af den danske sangskat.
- at eleven får viden om sang og musik som en væsentlig del af dansk kultur og historie.
- at opleve glæden ved at synge sammen med andre.

**Indhold:**

Indholdet er et varierende udbud af danske og udenlandske sange med tilhørende historier og anekdoter.

**Omfang:**

Timetal ugentligt: 30 minutter i perioder med normalt skema.

## **Musik**

**Formål:**

- at eleverne lærer at spille musik sammen med andre.
- at eleverne lærer at lytte, tilpasse og disciplinere sit eget instrument i forhold til helheden.

**Indhold:**

Der arbejdes med udgangspunkt i elevernes musiske færdigheder. Indholdet er rytmiske sange af nyere og ældre dato.

Omfang:

Timetal ugentligt: 60 minutter i perioder med normalt skema.

## **Guitar**

Formål:

- at eleverne lærer og udvikler deres evne til at spille guitar.

Indhold:

Der arbejdes hovedsageligt med akkorder, forskellige stilarter og fingerspil.

- Stemning af guitaren
- Transponering.

Omfang:

Timetal ugentligt: 30 minutter i perioder med normalt skema.

## **Billedkunst**

Formål:

Formålet med undervisning i billedkunst er, at give eleverne en oplevelse og følelse af at skabe noget med hænderne og at de tør bruge deres kreative sans. Et kreativt tilbud til den, som har lyst til at bruge sine hænder og skabe forskellige ting.

Indhold:

Der vil blive lagt vægt på at arbejde med forskellige områder indenfor billedkunst - både arbejde på flader og i former. Der arbejdes med meget forskellige materialer, som papir, papmache, træ og metal

Omfang:

Timetal ugentligt: 2 lektioner a 45 minutter i perioder med normalt skema.

## **Drama**

Formål:

- At udvikle elevernes lyst og færdighed i at bruge drama som udtryksmiddel.

Indhold:

Der arbejdes med skuespilsteknik og konkret småskuespil.

Omfang:

Timetal ugentligt: 60 minutter i perioder med normalt skema.

## Foto

Formål:

At give eleverne et indblik i fotografiets muligheder, både til almindelig registrering af begivenheder, men også som middel til kommunikation i medier o.l. Eleverne lærer om de tekniske begreber, om billedbehandling på computer samt om grundlæggende fotografiske virkemidler.

Indhold:

Grundlæggende kendskab til digitalkameraet og dets funktioner gennem praktiske opgaver. Digital billedbehandling på computer. Eleverne skal lære at forbedre deres optagelser ved hjælp af billedbehandling.

I billedbehandlingen arbejdes der også med opbygning af collager, manipulering af billeder, sammenkopiering m.m.

Præsentation af billeder i f.eks. lysbilledshows på DVD eller lignende.

Præsentation af andres billeder v.h.a. af internettet, som byder på en lang række hjemmesider med billeder optaget af såvel professionelle som amatører.

Omfang:

Timetal ugentligt: 60 minutter i perioder med normalt skema.

## Livsforståelse

Formål:

- at fremme elevernes forståelse af, og indsigt i den verden, der omgiver dem.

- at opmuntre eleverne til at forholde sig aktivt til omverdenen, livet og dem selv og dermed styrke dannelsen af deres egen identitet.
- at styrke elevernes evne til at argumentere, lytte og konkludere.

Indhold:

Der arbejdes med almene temaer af filosofisk, psykologisk og etisk karakter.

Omfang:

Timetal ugentligt: 60 minutter i perioder med normalt skema

## **Arrangementsfag**

Formål:

- at lære eleverne at planlægge, gennemføre, og evaluere arrangementer for skolens øvrige elever.
- at skabe et større engagement og udvikle unges evne til at tage del i og ansvar for det sociale liv.

Indhold:

Den teoretiske del indeholder idfase - planlægning og evaluering. Den praktiske del består i at afvikle arrangementer.

Omfang:

Timetal årligt: 60 minutter pr. uge i ca. 8 uger

## **Madlavning**

Formål:

At eleverne får et indblik i det finere franske køkken, samt lærer det grundlæggende i madlavning, men selvfølgelig også mad fra den danske kultur.

Man må rigtig gerne have lidt interesse for madlavning, da det er anderledes og nye ting, der skal afprøves.

Vi lægger stor vægt på, at eleverne får deres ønsker opfyldt i hvad de kunne tænke sig at arbejde med.

Indhold:

Undervisningen indeholder:

- tilberedning af mad samt levedsmiddelhygiejne
- de generelle ting omkring det at begå sig i et køkken samt de køkkenmæssige egenskaber i diverse madvarer
- samarbejde om forskellige temaer.

Det er en vigtig del, at man har nogle hyggelige stunder sammen og kan finde den gode stemning frem. Efter madlavning spiser vi sammen den hjemmelavede mad samt rydder op.

Der kan forekomme en prøve i madlavning.

Omfang:

Timetal ugentligt: 2 lektioner a 45 min. i perioder med normalt skema.

## **Instruktøruddannelse**

Eleverne kan påbegynde en instruktøruddannelse i fodbold, håndbold og gymnastik.

Ved kursets afslutning får eleverne et "Efterskolebevis", som er udarbejdet af DGI, som også forestår kurserne.

Kurserne placeres i weekends.

## **BILAG**

1. Skolens vedtægter pr. 27. maj 2008
2. Repræsentantskab pr. 1. maj og bestyrelse pr. 25. maj 2011
3. Fortegnelse over personale - 1. august 2011
4. Tjenestetid - aftaler pædagogisk personale
4. Tjenestetid - aftaler praktisk personale
5. Aktuelt skema
6. Kursusuger Skoleåret 2011-12
7. Fagbeskrivelser og vejledning 2011-12
8. Arrangementskalender 2011-12
9. Praktiske oplysninger
10. Indkvartering m/kontaktlærere 2011-12
11. Rygepolitik
12. "Overblik" i 2011
13. Omsorgsplan
14. HCI Vejviser
15. Sikkerhed og kriseberedskab på HCI

**Underskrevet af skolens bestyrelse:**

---

Mette Jensen

---

Anette Jessen

---

Lene Juel Petersen

---

Carsten Randers

---

Marianne Steffensen

---

Anna Marie Svenstrup

---

Jonna Tøttrup Andersen