

INDHOLDSPLAN



vejstrup efterskole

2022 / 2023

Indholdsfortegnelse

Indholdsfortegnelse.....	2
Skolens pædagogiske linje.....	5
Formål ifølge skolens vedtægter	5
Værdier ifølge skolens værdigrundlag.....	5
Mål med udgangspunkt i skolens formål og værdigrundlag.....	5
Vejstrups aktive læringsfællesskab.....	5
Medindflydelse og medansvar	6
Dannelsesperspektivet:.....	7
Læringsperspektivet:	7
Bevægelsesperspektivet:.....	8
Samværsregler og forventninger	9
Årsplan for Vejstrup Efterskole:.....	10
Skoleårets inddeling i tre perioder	10
Periode 1: Basis	11
Periode 2: Buffet	11
Periode 3: Boost.....	11
Afslutning af skoleåret.....	11
Obligatorisk dagsprogram for Vejstrup Efterskole	12
Teamsamarbejde.....	13
Kost	15
De syv kostråd – godt for sundhed og klima.....	15
Æstetisk læringsmiljø.....	16
Rygepolitik.....	16
Elevgruppe og inklusionstilbud	16
Inklusionstilbud på Vejstrup Efterskole omfatter:	16
Støtte til sårbare unge indbefatter:	17
Tilsyn.....	17
Tilsyn i hverdagen.....	17
Nattetilsyn	17
Weekendtilsyn	17
Rengøring	18
Vedligeholdelse af bygninger og inventar	18
Køkkenarbejde.....	18
Undervisningstilbud.....	19
Obligatoriske fag.....	19
Buffetfag.....	19
Boostfag.....	19
Linje (Obligatorisk).....	19
Valgfag 1 gang/uge	20
Anderledes dage og uger	20
Samtaler med familielærer/uddannelsesplan.....	20
Introdage.....	20
Individuelt fysisk barometer	20
Linjedag	21
Klasseboost.....	21
Projektdage.....	21
Forældre/søskendedag.....	21
Åbent hus/Efterskolernes Dag.....	21

Samtaler i klasseteams	21
Temadage/timer med gymnastik	22
Gymnastikaften i Svendborg Idrætshal	22
Gymnastikdag i Køge Arena	22
Flytte værelse dage	22
Kulturrejse.....	22
Forældresamtaler.....	22
Obligatorisk brobygning.....	23
Obligatorisk selvvalgt opgave.....	23
Juleafslutningsdag.....	23
Åbent hus/Efterskolernes Aften.....	23
Skilejrskoleuge	23
Vejstrup DanceEvent og Vejstrup GymEvent	24
Fastelavn	24
Ny Elevdag for årgang 2023/2024.....	24
Gallafest.....	24
Bedsteforældredag.....	24
Generalprøve på Fyns Gymnastik Bombardement.....	24
Fyns Gymnastik Bombardement.....	24
Alternativ dag.....	25
Skriftlig prøveperiode.....	25
Efterskole DM i Tumbling	25
Efterskole DM i Grand Prix Rytme.....	25
Efterskole DM i TeamGym	25
Efterskole DM i dans	25
Ny elevdag for årgang 2024/2025	25
Mundtlig prøveperiode	26
Elevmøde	26
Fælles rengøring	26
Outrodage	26
Sidste dag og afslutning for elever og pårørende.....	26
Fagbeskrivelser Fællesaktiviteter	28
Fag: Fællesgymnastik.....	28
Fag: Horisont.....	28
Aktivitetsbeskrivelse: Mig selv og de andre	28
Fag: Fællessang	28
Fag: Formiddagssamling.....	29
Obligatoriske boglige fag.....	30
Boglige buffetfag (periode 2).....	32
Fag: Naturfagsnørd	32
Fag: Sprognørd	33
Fag: Ekstra bogligt.....	34
Fag: Engelsk med selvtillid	34
Boglige boostfag (periode 3)	34
Fag: Fransk boost.....	34
Fag: Fysik/Kemi boost.....	35
Fag: Spansk boost (begyndere).....	35
Fag: Tysk boost.....	36
Linjer	37

Fag: Dans.....	37
Fag: Fitness	37
Fag: Tumbling	38
Fag: Rytmisk gymnastik.....	38
Fag: Spring.....	38
Fag: TeamGym	39
Valgfag 2 gange/uge.....	40
Fag: Adventure	40
Fag: Dans/rytme	40
Fag: Design og Håndværk.....	40
Fag: Fodbold, drenge.....	41
Fag: Internationalt	41
Fag: Musik/band (øvede)	42
Fag: Springgymnastik	42
Fag: Styrketræning.....	43
Valgfag 1 gang/uge (der kan komme nye til, hvis der er ønske om yderligere) ...	44
Fag: Alternativ bevægelse	44
Fag: Basket/Volley	44
Fag: Bikes	44
Fag: Blokadespring	44
Fag: Dans.....	45
Fag: Fodbold, piger	45
Fag: Foto og video.....	46
Fag: Fysisk grundtræning	46
Fag: Guitar (Akustisk).....	47
Fag: Kreativ	47
Fag: Mad Med Mere.....	47
Fag: Sammenspil (begynder)	48
Fag: Spring basis	48
Fag: Spring gym øvet.....	49
Fag: Spring Undervisning	49
Fag: Tosset med sport.....	49
Fag: Triatlon	50
Fag: Træneruddannelse	50
Eksempel på elevskema	1
Eksempel på lærerskema.....	1

Skolens pædagogiske linje

Formål ifølge skolens vedtægter

- At øge eleverne lyst og interesse til at indgå som aktive deltagere i folkelige demokratiske fællesskaber.
- At udvikle elevernes faglighed og kreativitet.
- At udvikle den danske gymnastiktradition.

Værdier ifølge skolens værdigrundlag

- Med det forpligtende fællesskab som bærende element er vi en skole med rod i den grundtvigske skoletradition.
- For at give fællesskabet de bedste betingelser lægger vi vægt på respekt, ligeværd og ansvarlighed, således at den enkeltes lyst til livet styrkes.
- Vi forventer af hinanden et positivt engagement for at sikre kvalitet i efterskolelivet, såvel fagligt som medmenneskeligt.

Mål med udgangspunkt i skolens formål og værdigrundlag

Med udgangspunkt i loven og skolens formål og værdigrundlag arbejdes med tre sideordnede mål:

- Dannelsesmål: At styrke elevernes alsidige og personlige udvikling og lyst og interesse til at indgå som aktive deltagere i demokratiske fællesskaber.
- Læringsmål: At styrke elevernes faglighed og kreativitet og give dem lyst og mulighed for at gennemføre den uddannelse, de ønsker.
- Bevægelsesmål: At styrke elevernes fysiske formåen gennem gymnastik- og bevægelsesaktiviteter for herigennem at give dem forståelse for en aktiv og sund levevis.

Vejstrups aktive læringsfællesskab

Et skoleår på Vejstrup Efterskole skal give eleverne tro på fremtiden og redskaberne til at leve som aktive, engagerede og ansvarlige mennesker i en kompleks og foranderlig verden. Det gøres i et samspil mellem almene dannelsesaktiviteter for at styrke elevernes personlige udvikling, undervisnings- og læringsaktiviteter for at styrke elevernes faglighed og studiekompetencer samt gymnastik- og bevægelsesaktiviteter for at styrke elevernes sundhed gennem fysisk aktivitet.

Vi forventer, at alle elever og medarbejdere lever aktivt med i skolens liv og bidrager til fællesskabet. Det gør vi, fordi vi grundlæggende tror på, at ved at tage hensyn til

fællesskabet får man et bredere perspektiv, og ofte får man mere igen, end man bidrager med¹.

Medindflydelse og medansvar

Vi ønsker en skole med reel medindflydelse og elevdemokrati, hvorved eleverne forpligtes på at tage medansvar. Der sker blandt andet i familiegrupper, via elevråd og i det daglige samarbejde mellem, hvor medarbejdere og elever samarbejder om planlægning og gennemførelse af skolens aktiviteter samt ved udviklingen af nye aktiviteter.

Elever og medarbejdere er sammen hele dagen, i undervisningen, i spisesalen, i idrætslokalerne, på værelserne, i opholdsrum samt på ture. Det betyder, at man lærer hinanden at kende i mange forskellige situationer, og det giver mulighed for at skabe tætte relationer på tværs af andre elever og skolens medarbejdere.

Vi er en skole for de unges skyld med henblik på at udvikle og modne dem til at være aktive medborgere i en globaliseret verden, som er karakteriseret ved foranderlighed og kompleksitet. Vi vil vise en vej, der både er uddannelse og dannelse, der både retter sig mod kvalificering og mod almen dannelse og personlig modning og udvikling, og som tager udgangspunkt i den enkelte elev.

Kort formuleret er vores dannelsesideal, at man på Vejstrup lærer at håndtere de udfordringer, man møder, at have det godt med det og tro på fremtiden. Det kalder vi "væredygtighed".

Væredygtighed arbejder vi med ved, at alle elever og medarbejdere er aktive deltagere i Vejstrups professionelle læringsfællesskab². Det er altså både en kollektiv og en individuel proces, hvor den enkelte elevs viden, meninger og holdninger indgår i fællesskabet med fokus på, at eleven lærer at udnytte sit potentiale bedst muligt³.

Der arbejdes med elevernes væredygtighed ved, at de indgår i forpligtende aktiviteter indenfor tre områder:

¹ I forhold til dannelsesperspektivet tager vi udgangspunkt i den amerikanske sociolog Etienne Wengers definition af praksisfællesskaber, som har fokus på situeret læring, og hvor hver enkelt elev lærer og udvikler sig ved at være aktiv, central deltager i et praksisfællesskab.

² Professionelle læringsfællesskaber tager udgangspunkt i Michael Fullams forskning om, hvordan man skaber effektive skoler, hvor eleverne lærer mere og bedre, og hvor tilfredsheden blandt elever og medarbejdere er i top.

³ I forhold til at alle elever skal udnytte deres potentiale bedst muligt tager vi udgangspunkt i Kristoffer Henriksens omfattende arbejde med udvikling af talenter ud fra et økologisk holistisk perspektiv.

- De deltager i efterskolens grundlæggende kerneaktiviteter og lærer at indgå som individ med respekt for fællesskabet. Dette vil herefter blive omtalt som **dannelsesperspektivet**.
- De deltager i undervisningen og tilegner sig stærke studiemæssige færdigheder. Dette vil herefter blive omtalt som **læringsperspektivet**.
- De deltager i gymnastik og andre bevægelsesaktiviteter med henblik på at få en forståelse for vigtigheden af at være fysisk aktive og med henblik på at udvikle dansk gymnastik. Det vil herefter blive omtalt som **bevægelsesperspektivet**.

Dannelsesperspektivet:

At øge elevernes lyst og interesse til at indgå som aktive deltagere i demokratiske fællesskaber er fundamentet for hele skolens hverdag. Vi bygger på demokratiske grundprincipper, hvor det forpligtende fællesskab vægtes højt, og hvor man i samværet på skolen tager hensyn til alle de andre. Det gør vi med henblik på at styrke elevernes forståelse af sig selv og hinanden, herunder deres ansvarlighed, ærlighed, vedholdenhed, selvregulering, empati og hensyn til andre.

Verden i dag kan karakteriseres ved en global forbundethed og forpligtethed. Det forventes, at unge kan navigere i denne globale verden.

Det er i det univers, vi som efterskole skal bruge det Grundtvigske skolesyn og Kolds skoletanker i forhold til samtiden og med udgangspunkt i de specielle forhold, der skal til for at fungere som aktive medborgere med forståelse for både egen og andre kulturer og med forståelse for de globale udfordringer, som verden står overfor.

Vi skal oplyse eleverne og bidrage til, at de får deres egen identitet. Vi skal give dem værktøjer, så de lærer at respektere hinandens forskelligheder og andre kulturer med henblik på, at de bliver i stand til at trives og forpligtes i en kompleks, foranderlig og global verden. Derfor skal vi som skole, og som voksne personer på denne skole stå ved vores holdninger til tilværelsen. Disse holdninger er udgangspunktet for vores samvær med eleverne med henblik på at bidrage til deres personlige udvikling og dannelse.

Et år på efterskole skal bidrage til en forståelse af fællesskabets nødvendighed; at ved at bidrage til fællesskabet får man både som individ og som samfund mere igen.

Læringsperspektivet:

At udvikle elevernes faglighed og kreativitet betyder, at vi tilbyder boglige, idrætslige og kreative fag på et højt fagligt niveau og med udgangspunkt i hver enkelt elevs niveau og læringspræference.

Vi involverer eleverne i planlægning, gennemførelse og evaluering af undervisningen. Det gør vi for at styrke elevernes kreativitet, kritiske tænkning og problemløsning.

Vi fokuserer på en kommunikativ og aktiv undervisning, som understøttes af tidssvarende it-teknologi. Det gør vi for at styrke elevernes kommunikative kompetencer og IT-mæssige færdigheder samt for at understøtte dem i at finde deres personlige læringspræferencer.

Vi samarbejder i teams om at sætte mål for elevernes læring og udvikling, og vi samarbejder om, at eleverne når deres mål. Det gør vi for at lære eleverne at indgå i teamsamarbejde, at sætte mål og at arbejde vedholdende for at nå deres mål og bidrage til, at andre elever også når deres mål.

På den måde sikres elevernes deltagelse og et højt fagligt niveau, hvor eleverne sammen og hver for sig sætter sig mål for, hvad de skal lære med henblik på at nå deres uddannelsesmæssige mål. Herudover sikrer vi, at eleverne lærer at lære, hvorigennem vi forbereder dem til fremtidig uddannelse. Dette kalder vi at styrke elevernes selvregulering

Bevægelsesperspektivet:

Alle elever deltager i fællesgymnastik, og vi træner et opvisningsprogram, som vi i foråret tager rundt i landet med for at præsentere og bidrage til at udvikle dansk gymnastik. Når vi på denne måde fokuserer på at udvikle den danske gymnastik, er det fordi, vi grundlæggende tror på de værdier, der præsenteres gennem dansk gymnastiktradition med fokus på samvær, fællesskab og sundheden ved bevægelse, og at vi gerne præsenterer vores elever for disse værdier. Opvisningerne er et af de steder, hvor eleverne oplever fællesskabet, det at være fælles om et projekt, hvor alle er en vigtig brik for at få opvisningen til at fungere som en helhed.

Ud over gymnastikken arbejder vi også med andre former for idræt og bevægelse. Vi tilstræber et bredt bevægelsesperspektiv om, hvad der holder mennesker robuste og sunde, hvor der er fokus på at udvikle mestringsstrategier med henblik på at styrke elevernes handlekompetence. Læreprocesserne skal skabe en følelse af sammenhæng, hvor forudsigelighed lægger grunden til begribelighed, hvor den rette belastningsbalance lægger grunden til håndtérbarhed, og hvor delagtighed i processerne skaber meningsfuldhed. Herigennem styrkes elevernes handlekompetence og generelle sundhed⁴.

I relationen mellem dannelsesperspektivet, læringsperspektivet og bevægelsesperspektivet udvikles ”væredygtige” mennesker, som:

- har tro på fremtiden og er klar til at være med til at skabe den,

⁴ Skolens udgangspunkt for bevægelse og sundhed er Aaron Antonovskys holistiske sundhedsteori om salutogenese, altså hvad der holder mennesker robuste og raske.

- er uddannelsesparate og i stand til at gennemføre den uddannelse, de ønsker og
- forstår værdien af at leve et aktivt og sundt liv.

Således er vores ideal for elevernes udvikling og trivsel ”væredygtighed”, som vi definerer, som: *At man er i stand til at håndtere de udfordringer, man møder, sammen, at man har det godt med det, og at man tror på fremtiden.*

Samværsregler og forventninger

Alle elever deltager aktivt i undervisningen, da deltagelse er den væsentligste faktor for, at eleverne opnår det bedst mulige læringsudbytte. Der arbejdes varieret og med udgangspunkt i personlige målsætninger og løbende målopfølgning i fagene.

Der arbejdes med speciel fokus på udviklingen af karakteregenskaberne accept, empati, vedholdenhed og mod. Der skabes pædagogiske rammer, som understøtter udviklingen af disse karakteregenskaber. Arbejdet har til hensigt at styrke elevernes selvværd, livsglæde og livsduelighed.

Et ophold på Vejstrup indebærer gymnastik og megen fysisk aktivitet, som alle elever deltager i. Alle elevers fysiske tilstand kortlægges tre gange i løbet af skoleåret, og der er mulighed for fysisk vejledning. Herudover serveres sund og nærende kost til måltiderne.

Eleverne lærer at indgå i mange forskellige relationer. Dette indebærer blandt andet, at de i løbet af efterskoleopholdet skifter værelse og værelseskammerater to gange. Skolen foretager indkvarteringen.

De bedste muligheder for elevernes trivsel og udvikling skabes gennem præcise samværsregler og klare forventninger. Ved at leve op til disse lærer eleverne at tage ansvar for egen og kammeraternes udvikling, læring og dannelse.

Forbud

- Tyveri er ulovligt og accepteres ikke.
- For at få en god og sund livsindstilling, er opbevaring og brug af euforiserende stoffer, alkohol, rygning (inkl. E-cigaretter), snus, eller lignende forbudt.

Overtrædelse af disse forbud kan medføre bortvisning.

Samværsregler

- For at alle skal føle sig vigtige og medansvarlige, deltager eleverne aktivt i de obligatoriske aktiviteter på skolen.
- For at sikre gensidig respekt og god tone, hjælper eleverne hinanden og de kommunikerer i en god tone, både mundtligt og skriftligt – også på de sociale

medier.

- For at passe godt på skolens ting, behandler eleverne de fysiske rammer ansvarsfuldt.
- For at skabe tværgående læringsfællesskaber, må eleverne være på hinandens gange mellem kl. 8 og 22. Mellem kl. 22.30 og 7.00 opholder eleverne sig på eget værelse.
- For at sikre en ordentlig og sikker omgang med medicin, opbevares den som udgangspunkt ikke på værelserne (undtagelser er astma-, allergimedisin og lignende, hvor der laves aftale mellem forældre/elev og skolen).

Årsplan for Vejstrup Efterskole:

- Kurset varer 42 uger og går fra søndag den 7. august 2021 til torsdag den 22. juni 2022.
- Kurset begynder søndag d. 7. august med ankomst fra klokken 14.
- Der er efterårsferie i uge 42. Eleverne må rejse hjem fredag den 14. oktober efter undervisningen kl. 15.00. Eleverne skal være på skolen igen senest søndag den 23. oktober mellem kl. 19.00 og 22.00.
- Juleferie: Eleverne må rejse hjem onsdag den 21. december efter undervisning kl. 15.00. De skal være på skolen igen senest torsdag den 3. januar 2022 mellem kl. 15.00 og 16.00.
- Vinterferie i uge 7: Eleverne må rejse hjem fredag den 10. februar, når vi kommer hjem fra skole. De kommer tilbage til skolen søndag den 19. februar mellem kl. 19.00 og 22.00.
- Påsken: Undervisningen slutter onsdag den 5. april efter bedsteforældredagen, hvor eleverne må rejse hjem. Eleverne skal være på skolen igen 2. påskedag mandag den 10. april mellem kl. 19.00 og kl. 22.00.
- Skoleåret slutter torsdag den 22. juni 2022 senest kl. 18.

Skoleårets inddeling i tre perioder

Med henblik på at understøtte elevernes læring og udvikling bedst muligt inddeles skoleåret i tre perioder:

- I periode 1 – (Basis) afdækkes alle elevers faglige og personlige styrker og svagheder for herefter
- i periode 2 – (Buffet) at sætte målrettet ind, så eleverne udvikler sig og når deres mål, og for så
- i periode 3 – (Boost) at eleverne forberedes på at klare sig godt, når det gælder samt at være realistiske om egne styrker og svagheder

Periode 1: Basis

Introperiode og afdækning af elevernes faglige styrker og udfordringer – august til november

Skoleåret starter med en introperiode, hvor alle skal lære hinanden at kende, og hvor den gensidige tillid til hinanden etableres, som vi ønsker at drive skole på. Her ønsker vi ligeledes i fagene at blive bekendte med alle elevers faglige niveau i både de boglige fag og på linjerne. Med udgangspunkt i hver enkelt elevs faglige niveau, ambitioner og forventninger til skoleåret skabes grundlaget for, at alle elever kan tilvælge præcis de aktiviteter i periode to, som skal understøtte, at de når deres læringsmæssige mål.

Periode 2: Buffet

Intensiv læringsperiode og fokus på personlig udvikling – november til marts

Med udgangspunkt i hver enkelt elevs faglige niveau, ambitioner og læringspræferencer tilrettelægges i buffeten intensive læringsforløb i både de boglige fag og i linjefagene. Målet er, at alle elever bliver bekendte med egne styrker og udfordringer i forhold til at nå de mål, de sætter sig.

Periode 3: Boost

Mestrings- og vurderingsperiode med fokus på at gøre det godt, når det gælder og blive forberedt på det, der kommer – april til juni.

I boost perioden er der særlig fokus på at give eleverne en "forlomme" i forhold til at kunne mestre de situationer, de vil komme i. I den periode vil der være fokus på at forberede eleverne bedst muligt til prøver, konkurrencer og projektfremlægninger. Det gøres igennem en målrettet indsats, som tager udgangspunkt i hvad der skal til for at kunne sætte realistiske mål og leve op til egne forventninger i situationen og i fremtiden.

Afslutning af skoleåret

I løbet af skoleåret deltager alle elever i gennemførelsen af en række udviklingsprojekter i samarbejde med lærere og andre elever. De arbejder med udgangspunkt i en række projektledelsesværktøjer, og alle elever gennemgår herigennem en grundlæggende projektlederuddannelse baseret på teorier om aktionslæring.

Et efterskoleophold på Vejstrup afsluttes enten ved at gå op til Folkeskolens 10. klasses eksamen eller i kraft af gennemførelse og fremlæggelse af et selvvalgt afsluttende projekt, som eleverne selv vælger, og som gennemføres gruppevis i grupper a 2-4 elever.

Projekterne kan være af praktisk eller teoretisk karakter og skal udføres i samarbejde med eksterne partnere. Det kan være private virksomheder eller for eksempel gymnastikforeninger. Alle projekter vejledes af lærere på skolen med indsigt i det

pågældende fagområde. Alle projekter afsluttes med en projektfremlægelse og en efterfølgende skriftlig udtalelse.

Obligatorisk dagsprogram for Vejstrup Efterskole

- 07.30- 08.00: Morgenmad
- 08.00-08.10: Ordne værelse og tjek af værelse
- 08.10-09.40: Undervisning (boglig, gymnastik eller linje)
- 09.45-10.00: Formiddagssamling med fortælling, info eller sang
- 10.00-10.10: Formiddagspause
- 10.10-11.40: Undervisning (boglig, gymnastik eller linje)
- 11.55-12.10 Rengøring (man, ons og fre)
Familiegruppemøde (tirs og tors)
- 12.10-12.45: Middagsmad
- 12.45-13.30 Stilletime på værelset
- 13.30-15.00 Undervisning (boglig, gymnastik eller linje)
- 15.00-15.20: Eftermiddagsforfriskning
- 15.20-16.35: Valgfag
- 16.45-18.00: Valgfag
- 18.00-18.45 Aftensmad
- 19.30-21.00 Mulighed for aktiviteter
- 21.00-21.30 Forfriskning
- 21.45-22.15 Egen gang
- 22.15-22.30 Eget værelse
- 22.30-07.00 Godnat i egen seng (aftenvagter siger godnat til alle)

Teamsamarbejde

På Vejstrup arbejder såvel de ansatte som eleverne i teams, fordi teamsamarbejde fører til større tryghed, større tilfredshed og bedre læring.

Familielærerne er ansvarlige for:

- Samarbejde i familiegrupper med ansatte, og har den tætte kontakt til eleven.
- Den primære kontakt til hjemmet.
- Gennemførelse af forældresamtaler.
- Gennemførelse af tre vejledningssamtaler i løbet af skoleåret med hver sit fokus.
- Gennemførelse af familiegruppemøder/gangmøder hver tirsdag og onsdag (den gode samtale, hygge, trivsel, løser eventuelle problemer, laver aktivitet etc.).
- Uddannelsesplan og tilmelding til ungdomsuddannelse i samarbejde med uddannelsesvejlederne.
- Tilsyn med elevernes værelser.
- Deltagelse i familiegruppeteam, der er tilknyttet den gang, hvor familiegruppen bor.
- Udtalelser til Obligatorisk Selvvalgt Opgave (OSO)
- Afsluttende udtalelse.

Gangteamet er ansvarlige for:

- Tilsyn med elevernes værelser.
- Trivslen på gangen.
- Værelsesflytning.

Klasseteamet (dansk-, matematik- og engelsklæreren i klassen) er ansvarlige for:

- Det overordnede overblik over klasseteamets elever, så eleverne fungerer sammen i de respektive klasser.
- Den tætte kontakt til den enkelte elev, sætter sammen med eleven mål for dennes læring og tager medansvar for, at målene nås.
- Positive og udviklende samtaler med alle elever.
- Videreudvikling af arbejdsformer og indhold, så målene nås.
- At såvel gode og dygtige elever som elever med boglige, sociale og adfærdsmæssige udfordringer når deres mål.
- Samarbejde med familielæreren ved behov.
- Beskrivelse af elevens tilgang til undervisningen.

Fagteamet er ansvarlige for:

- Kvalificering og udvikling af faget.
- Fælles udvikling af fagets pædagogiske praksis
- Er forum for videndeling og udnyttelse af hinandens ressourcer og kompetencer.
- Er stedet for den interne faglige evaluering.
- Bruges som forum for debat om holdninger til faget.
- Kan bruges som forum for udvikling af tværfaglige forløb.
- Opdaterer hvert år læseplaner og slutmålene for FP9 og FP10.

Linjeteamet er ansvarlige for:

- Videreudvikling af linjens aktiviteter med udgangspunkt i nyeste viden.
- Tilrettelæggelse af linjens aktiviteter og personlige målsætninger sammen med den enkelte elev.
- Tilrettelæggelse og gennemførelse af den fysiske screening sammen med sundhedsteamet med henblik på at styrke elevernes fysiske udvikling og sundhed samt at forebygge skader.
- Understøttelse af elevernes fysiske træning.

Aktiviteter og opgaver i løbet af skoleåret

I løbet af skoleåret gennemføres en række aktiviteter og udviklingsopgaver. Størstedelen af disse udføres i samarbejde mellem elever og medarbejdere. For at sikre kvalitet i opgaveløsning og medarbejderinddragelse og medansvarlighed, organiseres opgaveløsningen i en række udvalg, som har ansvaret for aktiviteternes forberedelse, gennemførelse og evaluering.

Kost

Den grønne kostpolitik

På Vejstrup spiser vi en varieret og ernæringsmæssig god kost.

I køkkenet er der seks uddannede (køkkenassistenter/køkkenleder/kostvejleder). Kosten skal være et godt eksempel på sunde kostvaner, som de unge kan få under deres ophold her på skolen og tage med sig videre i livet. Vi spiser tre hovedmåltider, der indeholder morgenmad, varm middagsmad og det kolde bord til aftensmaden. Desuden får eleverne tre mellemmåltider om dagen, som kan bestå af forskelligt hjemmebag, snackgrønt eller frugt. Vi har særligt fokus på, at eleverne får den rigtige kost til netop elevernes alder og aktivitetsniveau, og læner os op den nyeste tænkning inden for kost for idrætsudøvere.

Vi bestræber os på at følge de 7 kostråd:

De syv kostråd – godt for sundhed og klima

- Spis planterigt, varieret og ikke for meget
- Spis flere grøntsager og frugter
- Spis mindre kød – vælg bælgrugter og fisk
- Spis mad med fuldkorn
- Vælg planteolier og magre mejeriprodukter
- Spis mindre af det søde, salte og fede
- Sluk tørsten i vand

To gange ugentligt vil der serveres vegetariske retter eller fiskeretter til middagsmaden. Vi er optagede af, at vores elever skal være nysgerrige på de nye kostråd, og derfor spiser vi ikke oksekød for bla. at værne om vores klima. Vi har en forventning om, at eleverne spiser, hvad vi serverer for dem og er derfor også opmærksomme på den gradvise omlægning i løbet af skoleåret, så den mad vi serverer for eleverne, giver mening for dem. Vi har i øjeblikket stort fokus på vores madspild, hvor vi er i gang med en udvikling, der synliggør elevernes madspild ved at veje den mad, vi smider ud. Dette er også et tiltag, som vi håber på, kan danne de unge mennesker i en mere klimabevidst retning.

Min. 50% af vores kost er økologisk og vi laver maden fra bunden, hvor vi har fokus på at bruge årtidens frugt og grønt. Igennem hele året bager vi selv alt vores brød og handler lokalt, når det giver mening.

Eleverne inddrages i køkkenarbejdet. De er i køkkenet to uger under deres ophold, hvor de hjælper med at tilberede maden til den pågældende dag og med øvrige praktiske gøremål i køkkenet.

Desuden deltager eleverne i oprydning og rengøring af spisesal i to uger under deres ophold.

Æstetisk læringsmiljø

Det æstetiske læringsmiljø er vigtigt for elevers og medarbejders trivsel og læring. Da skolen er elevernes hjem, forsøger vi at skabe et hjemligt udtryk i skolens fællesrum. Alle undervisningslokaler er indrettet med henblik på fleksible læringsformer og er indrettet med tidssvarende it faciliteter. Det er væsentligt at præsentere kunstens forskellige udtryk for såvel elever som personale.

Rygepolitik

Skolen er røgfri, da det er skolens holdning, at rygning ikke er forenelig med den sunde og idrætsorienterede levevis, vi gerne vil fremme blandt vores elever. Det betyder, at man under opholdet er ikke-ryger, både på skolen og til og fra skolen. Overtrædelse kan medføre hjemsendelse.

Elevgruppe og inklusionstilbud

Vejstrup Efterskole har omkring 250 elever. Eleverne optages i den rækkefølge, de tilmelder sig. Skolen anbefaler en rundvisning og en samtale med elev og forældre inden optagelse.

Eleverne fordeler sig fra hele Danmark og enkelte elever fra udlandet. Kønsfordelingen er følgende:

- Piger ca. 150
- Dreng ca. 100

Inklusionstilbud på Vejstrup Efterskole omfatter:

- Støtte til IT og til IT baserede hjælpeværktøjer.
- Lektiehjælp.
- Lektiecafé.

- Oprettelse af ekstra små valghold i dansk, matematik og engelsk.
- Mulighed for individuel tilrettelagt undervisning.

Støtte til sårbare unge indbefatter:

- Mentortimer til enkelte elever.
- Ekstern samtalecoach. Første samtale kan betales af skolen. Herefter egenbetaling.
- Familiegruppestruktur - (en fast lærer til 8-10 elever) sikrer tæt kontakt til hjemmet.
- Tæt opfølgning på elevens trivsel på værelset og på elevgangen.
- Gruppeaktiviteter til sorgbearbejdning etc.

Tilsyn

Tilsyn i hverdagen

Kl. 07.30-08.00 Morgentilsyn: To lærere deltager i morgenmad og modtager sygemeldinger fra syge elever. Der tjekkes, om alle elever er mødt kl. 07.45.

Kl. 12.00-13.30 Middagstilsyn: En lærer deltager i middagsspisning og har tilsyn i stilletimen.

Kl. 16.35-18.00 (ma, ti, to) Eftermiddagstilsyn: To lærere har ansvar for tilsyn og frivillige eftermiddagsaktiviteter.

Kl. 18.00-23.00(24.00) Aftentilsyn: Tre lærere deltager hver aften fra kl. 18.00-23.00, en lærer deltager hver aften fra kl. 18.00-24.00. Aftenens program indeholder forskellige aktiviteter såsom idrætslige aktiviteter, åbne værksteder, sangaftener, lektiecafé og enkelte aftener aftensamling.

Nattetilsyn

Der er konstant mulighed for at få fat på nattevagten på skolens vagttelefon. På udvalgte tidspunkter i løbet af skoleåret vil der herudover være vågne nattevagter

Weekendtilsyn

Varetages af ca. 4 lærere pr. weekend. Ver af de 4 lærere arbejder minimum 20 timer, som de selv fordeler. Weekendvagten starter fredag kl. 14.30 og slutter søndag kl 24.

Weekendlærerne planlægger i samråd med eleverne et program, der er obligatorisk for de elever, som er på skolen i weekenden. Den enkelte weekends program er præget af weekendlærernes kompetencer. Det kan være boldspil, idræt, gymnastik,

cykelture, dag- og nat orienteringsløb, blåaften, kreative værksteder og meget andet.

Weekendprogram og arbejdsfordelingsplan lægges i Teams, VejstrupInfo, Weekender. Evt. merforbrug af timer aftales med HK.

Rengøring

Rengøring af skolen er et fælles ansvar. Skolens elevgruppe varetager i samarbejde med tilsynslærerne rengøringen af skolen. Onsdag er der hovedrengøring, hvor eleverne rengør egne værelser. Mandag og fredag er der områderengøring. Skolens lærergruppe efterser de forskellige rengøringsområder dagligt. [SEP][SEP]

Vedligeholdelse af bygninger og inventar

Skolens inventar og bygninger vedligeholdes af skolens pedeller i samarbejde med lokale håndværkere i det omfang, det er nødvendigt. Pedellerne gennemgår værelsernes stand ifm. de to værelsesrokader.

Køkkenarbejde

Skolen har 7 ansatte i køkkenet, som alle er uddannede inden for køkkenfaget. [SEP][SEP]

Eleverne deltager i køkkenarbejdet i familiegruppe på flg. måde: [SEP]Køkkenvagten starter mandag morgen og slutter fredag middag. [SEP]Hele familiegruppen hjælper til ved alle måltider. Opgaverne kan være oprydning i spisesalen, opvask samt opdækning til næste måltid.

Herudover er der 3 elever med om formiddagen og 2 elever om eftermiddagen. De er behjælpelige med at bage, ordne grøntsager, vaske op og hjælper med øvrige praktiske gøremål i køkkenet.

Eleverne fordeles på familiegruppemødet ugen forinden og navnene testes i SkolePlan senest torsdag. I weekenderne hjælper en gruppe elever køkkenet med madlavning, oprydning og opvask.

Undervisningstilbud

Skolen tilbyder undervisning i 10. klasse omfattende obligatorisk Dansk, Matematik, Engelsk og Obligatorisk Selvvalgt Opgave med mulighed for at gå til 10. klasse prøve (FP10). Alternativt til 10. klasses prøven kan eleverne vælge at arbejde projektorganiseret og gå op til Vejstrup prøven, som tager udgangspunkt i et selvvalgt projekt i grupper.

Herudover tilbyder skolen såkaldte buffetfag (periode 2), som med udgangspunkt i hver enkelt elevs styrker og svagheder skal styrke elevernes samlede kompetenceprofil.

Desuden tilbyder skolen såkaldte boostfag (periode 3), som specifikt skal forberede eleverne til at lykkes på deres ungdomsuddannelse.

Eleverne deltager i løbet af ugen i alle skolens obligatoriske aktiviteter, som altid kan ses i skolens ugeskema.

Eleverne har i friweekender mulighed for at rejse hjem fra fredag kl. 15.00 og skal være tilbage på skolen søndag aften mellem kl. 19.00 og 22.00. Der er mulighed for at tilmelde sig weekendbussen.

På SkolePlan er der adgang til elev- og lærerskemaer, som også viser undervisningslokalers aktivitet dagen igennem.

Alle elever har individuelt tilrettelagte skemaer, som lægges tre gange årligt ud fra elevens personlige valg. Nogle fag er gennemgående hele skoleåret, mens andre vælges for hver periode.

Obligatoriske fag

Dansk, Engelsk, Matematik, Studietid, Gymnastik, Fællestimer, Familiegruppetimer, Sang, Linje A.

Buffetfag

Naturfagsnørd, Sprognørd,

Boostfag

Fysik/kemi, Tysk, Spansk, Fransk.

Linje (Obligatorisk)

Dans, TeamGym, Tumbling, Spring, Rytmisk gymnastik, Fitness,

Valgfag 2 gange/uge

Adventure, Band, Fodbold, International, Kreativt design, Rytmisk gymnastik/dans, Spring/tumbling, Styrketræning.

Valgfag 1 gang/uge

Alternativ bevægelse, Dans, Ekstra bogligt, Fysik/Kemi vedligehold, Girls' corner, Guitar, Foto/video, Jagttegn, Kørekort, Kajak, Krea, Mad med mere, Mountainbike, Spansk begynder, Spring basis, Triathlon, Tumbling/Spring, Tysk vedligehold, Styrketræning, Slagbold.

Anderledes dage og uger

Vi har på Vejstrup nogle dage, eller uger, hvor aktiviteterne tilrettelægges anderledes end normalt.

Samtaler med familielærer/uddannelsesplan

Formål: At give familielæreren samt uddannelsesvejlederen et stærkt grundlag for at vejlede de unge i forhold til at få det optimale ud af skoleåret samt at vælge den rigtige ungdomsuddannelse. De tre samtaler foregår individuelt mellem eleven og dennes familielærer. Der afsættes en ½ time pr. elev. De tre eftermiddage/ formiddage indeholder derfor for den enkelte elev ½ times samtale samt en fællestime eller en aktivitetstime. Gruppe/individuelt samtalen foregår i samarbejde mellem uddannelsesvejlederen og familielæreren, og den foregår i forbindelse med en dansktimer.

19. august: Forventningssamtale med familielærer.

November: Opfølgings- og uddannelsessamtale med familielærer.

25. november og 27. november trepartssamtaler med familielærer

December og januar: Løbende samtaler om uddannelsesplan og tilmeldingsskema.

25. maj: Evalueringssamtale med familielærer.

Introdage

uge 32, mandag, tirsdag og onsdag:

Formål: At eleverne lærer hinanden at kende og give eleverne kendskab til Vejstrup Efterskoles formål og værdigrundlag.

Der arbejdes i forskellige grupperinger: familiegrupper, ganggrupper samt klasser og teams.

Familiegruppedag

Fredag den 19. august:

Formål: At eleverne og familielæreren lærer hinanden bedre at kende med henblik på at sikre elevernes trivsel.

Familiegrupperne arrangerer selv dagen

Individuelt fysisk barometer

tirsdag den 23. august, torsdag den 13. december, onsdag den 31. maj:

Formål: At sikre at alle elever har bedst mulige forudsætninger for at gennemføre opholdet uden skader samt at skabe forudsætninger for sund og aktiv livsførelse

Indhold: Alle elever testes gennem fysiske og fysioterapeutiske test

Linjedag

fredag d. 27. august:

Formål: At skabe sammenhold på linjen ifm. fælles aktivitet.

Indhold: Fællesskabende aktiviteter og info omkring forløbet på linjen.

Klasseboost

uge 35: torsdag og fredag d. 1. og 2. september:

Formål: At gøre sammenholdet i klassen stærkt og være sammen på en anderledes måde.

Indhold: Temadage indeholdende en ekskursion med overnatning til forskellige steder i lokalområdet.

Vejstrup Team Ironman

Torsdag den 15. september

Formål og indhold: At styrke sammenholdet og den gensidige forpligtelse i familiegruppen ved sammen at gennemføre en Ironman.

Projektdage

Fredag den 16. september, torsdag den 13. oktober, fredag den 14. oktober

Formål: At involvere eleverne i skolens aktiviteter for at styrke deres deltagelse og medansvar for aktiviteternes gennemførelse samt at give eleverne en større forståelse for at gennemføre aktiviteter for herigennem at udvikle deres forståelse for hele arbejdsprocesser fra de første ideer og til projekter og aktiviteter er gennemført.

Forældre/søskendedag

Lørdag den 24. september:

Formål: At forældre og søskende denne dag får et indblik i deres barns hverdag.

Indhold: Dagen deles i tre, så alle eleverne og deres familier ikke møder samtidig, Dagen arrangeres i høj grad af de enkelte familiegupper.

Åbent hus/Efterskolernes Dag

søndag den 25. september:

Formål: At vise skolen frem for alle interesserede.

Indhold: En arrangementsdag for interesserede og for kommende elever.

Nuværende elever og personale er i dialog, viser rundt og fortæller om skolens hverdag og aktiviteter. Der er åbne værksteder, valgfagspræsentationer og gymnastikforevisning. Ikke en undervisnings dag.

Samtaler i klasseteams

Tirsdag den 8. november

Formål: En afklarende samtale af elevens oplevelse af undervisningen og egen rolle.

Indhold: Samtale med tre faglærere omkring trivsel og fagligt standpunkt.

Temadage/timer med gymnastik

I løbet af skoleåret afholdes 6-8 temadage med gymnastik

Formål: At udvikle gymnastikken og blive klar til forårets opvisninger gennem opvisningstræning for herigennem at styrke elevernes væredygtighed. Weekenden og temadagene er obligatoriske, og der er tilrettelagt træning hele weekenden og på temadagene fra 8.00-16.00.

Gymnastikaften i Svendborg Idrætshal

Lørdag den 12. november:

Formål: At give eleverne en første fælles gymnastikoplevelse og stifte bekendtskab med dansk gymnastikkultur.

En opvisning af elevholdet sammen med Lilleholdet (skolens gl. elevhold). Derudover er SG Dans 1 inviteret og der vil være en FACEOFF Demo. Ca. 120 mini- og juniordrenge og piger fra gymnastikforeninger inviteres til at åbne showet efter at have trænet lørdag eftermiddag på skolen.

Gymnastikdag i Køge Arena

Søndag den 13. november

Formål: At give eleverne en fælles gymnastikoplevelse og stifte bekendtskab med dansk gymnastikkultur.

En opvisning af elevholdet sammen med Lilleholdet (skolens gl. elevhold).

Ca. 120 mini- og juniordrenge og piger fra gymnastikforeninger inviteres til at åbne showet.

Flytte værelse dage

tirsdag den 15. november og tirsdag den 14. marts:

Formål: At danne vores elever til at være omstillingsparate og sikre, at de danner nye relationer i løbet af året.

Indhold: En dag hvor alle elever skal flytte til et nyt værelse. Formiddagen bruges på udflytning og rengøring af værelset. Eftermiddagen bruges til at offentliggøre de nye værelseskonstellationer, fællesskabende aktiviteter og indflytning på de nye værelser.

Kulturrejse

Mandag den 31. oktober til fredag den 4. november:

Formål: At stifte bekendtskab med andre kulturer og styrke elevernes interkulturelle forståelse

Eleverne har inden skoleårets start valgt, hvilken kulturrejse de ønsker at deltage på. Alle rejser går til en europæisk destination.

Forældresamtaler

fredag den 25. november og søndag den 27. november:

Formål: At give eleverne samt forældrene en status og et fremadrettet fokus på elevens faglige og sociale trivsel.

Fredag starter samtalerne kl. 15, søndag kl. 17. Der afsættes en time til en samtale mellem familielæreren, eleven og elevens forældre.

Obligatorisk brobygning

Uge 48:

Formål: At kvalificere elevernes valg af ungdomsuddannelse.

Eleverne deltager i brobygningsaktiviteter af en uges varighed jævnfør bekendtgørelsen.

Brobygning indeholder 2 eller 3 dage på Svendborg Erhvervsskole med HHX, HTX eller en

Erhvervs faglig grunduddannelse samt 2 eller 3 dage på Oure Gymnasium/Svendborg Gymnasium/Nyborg Gymnasium eller omvendt.

Man kan også vælge begge moduler på Svendborg Erhvervsskole. Enkelte erhvervsfaglige uddannelser tilbydes i Odense.

Enkelte elever har som et af modulerne valgt HF på Svendborg Gymnasium, SOSU eller landbrug på de respektive uddannelsessteder.

Obligatorisk selvvalgt opgave

Fredag den 25.11., mandag den 5.12.

Formål: Den obligatoriske selvvalgte opgave for 10. kl. jvf. lovbekendtgørelsen.

Alle elever bliver bedt om at finde et jobopslag på et job, de godt kunne tænke sig.

Herefter skriver de en ansøgning til jobbet, og i det medfølgende CV skal de redegøre for, hvordan de kan kvalificere sig til jobbet. Opgaven evalueres på baggrund af materialet og en fiktiv jobsamtale med deres OSO-vejleder.

Juleafslutningsdag

Onsdag d. 21. december:

Formål: At blive bekendt med danske traditioner og normer.

Forberedelse af dagens forældrearrangement, der indeholder sang, musik og Lucia.

I løbet af dagen julegudstjeneste i Vejstrup Valgmenighedskirke samt julefrokost med alle ansatte. Herefter arrangement med forældre.

Derudover gøres der rent til julen, hvor der undervises i rengøring og i rengøringens sociale og miljømæssige aspekt i, at man som hovedregel er medansvarlig for at vores omgivelser er hygiejniske og i orden.

Åbent hus/Efterskolernes Aften

onsdag den 11. januar kl. 17.00-21.00:

Formål: At give interesserede og kommende elever en rundvisning, dialog og orientering om den boglige profil samt hverdagen på Vejstrup, musikalske elevindslag, workshops og gymnastikopvisning.

Skilejrskoleuge

Søndag den 5. februar – Fredag den 10. januar:

Formål: At styrke fællesskabet, møde en anden kultur og lære eleverne at stå på ski.

Der undervises i alpint skiløb, enkelte grupper i snowboard.

Vejstrup DanceEvent og Vejstrup GymEvent

fredag den 24. og lørdag den 25. februar:

Formål: At styrke elevernes kendskab til dansk gymnastik- og dansekultur.

Fredag den 25. februar kl. 19.30-22.00. En danseevent for skolens elever samt andre inviterede hold.

Lørdag den 26. februar kl. 13.00 – 18.00. En gymnastik event for inviterede gymnastik hold samt skolens elever.

Fastelavn

mandag den 27. februar:

Formål: At blive bekendt med danske traditioner og normer.

En aften i fastelavnsfestens tegn med udklædninger, slå katten af tønden. Skolens elevråd står for arrangementet.

Ny Elevdag for årgang 2023/2024

Søndag den 16. april:

Formål: At give kommende elever og forældre i skoleåret et indblik i Vejstrup Efterskoles hverdag ca 4. mdr. før skolestart.

Skolen præsenterer sin profil, og der vælges linje for skoleåret.

Med udgangspunkt i skolens værdigrundlag fortælles der om hverdagen på Vejstrup.

De nuværende elever deltager i forskellige opgaver i løbet af dagen.

Gallafest

tirsdag den 4. april:

Formål: At blive bekendt med danske traditioner og normer.

En festaften hvor skolens elevråd står for hele arrangementet. Aftenen indeholder gallamiddag, lanciers og vals.

Bedsteforældredag

onsdag den 5. april:

Formål: At styrke elevernes relationer til deres bedsteforældre og øvrige familie og at give bedsteforældrene en enestående oplevelse.

Et bedsteforældrearrangement, hvor elevernes bedsteforældre møder nogle af hverdagens aktiviteter på skolen. Indhold: En dag på efterskole med samvær, sang, fortælling om skolens historie, dans og gymnastikopvisning.

Generalprøve på Fyns Gymnastik Bombardement

torsdag den 30. marts:

Formål: At forberede eleverne til FGB og være en del af et stort gymnastikarrangement.

De tre arrangerende efterskoler Ringe, Bernstorffsminde og Vejstrup mødes til gennemgang af FGB med opvisning, sang m.v.

Fyns Gymnastik Bombardement

søndag den 2. april, Jyske Bank Arena Odense:

Formål: At vise efterskolegymnastikken frem på Fyn på en anderledes måde end vanligt. En opvisningsevent i samarbejde med Ringe Efterskole og Bernstorffsminde Efterskole. Der køres to shows hhv. kl. 14.30 og kl. 19.00.

Alternativ dag

mandag den 3. april:

Formål: At give eleverne en anderledes skoleoplevelse

Gymnastikgallashow

Lørdag den 14. april i Forum Horsens:

Formål: At vise efterskolegymnastikken frem på en anderledes måde end vanligt. En opvisningsevent i samarbejde med Flemming Efterskole.

Skriftlig prøveperiode

mandag d. 1. maj til torsdag d. 4. maj:

Folkeskolens skriftlige prøver afvikles, og undervisning er koordineret i forhold til prøveafvikling.

Efterskole DM i Tumbling

Dato ukendt

Formål: At opleve en konkurrence og få personlige erfaringer med at stå i en konkurrencesituation.

Efterskole DM i Grand Prix Rytme

Torsdag den 11. maj:

Formål: At opleve en konkurrence og få personlige erfaringer med at stå i en konkurrencesituation.

Vi deltager med 2-3 hold.

Efterskole DM i TeamGym

fredag den 12. maj:

Formål: At opleve en konkurrence og få personlige erfaringer med at stå i en konkurrencesituation

Vi deltager med ca. 4 hold a ca. 10 elever.

Efterskole DM i dans

Torsdag den 27. april

Formål: At opleve en konkurrence og få personlige erfaringer med at stå i en konkurrencesituation. Vi deltager med 1-2 hold.

Ny elevdag for årgang 2024/2025

søndag den 8. maj:

Formål: At give kommende elever og forældre i skoleåret et indblik i Vejstrup Efterskoles hverdag ca. 16 mdr. før skolestart. Med udgangspunkt i skolens værdigrundlag fortælles der om hverdagen på Vejstrup. Skolen præsenterer sin profil, og der arrangeres aktiviteter for kommende elever og forældre.

Samtaler i familiegrupper

Torsdag den 25.5.:

Formål og indhold: Evaluerende samtaler med familiegruppelærere om hver enkelt elevs personlige udvikling i løbet af skoleåret

Mundtlig prøveperiode

Tirsdag den 5. juni til fredag den 16. juni:

Folkeskolens prøver og Vejstrupprøver for elever, som har valgt deres eget projekt afvikles. Uger med prøveforberedelse med lærervejledning, prøveafvikling, undervisning i gymnastik, valgfag og øvrige aktiviteter. 1 ½ times obligatorisk undervisning før og efter middag.

Elevmøde

Lørdag den 3. juni:

Formål: At vores elever lærer tidligere årgange på skolen at kende og bliver en del af Vejstrups fællesskab.

En obligatorisk dag for alle nuværende elever. Et arrangement for alle tidligere elever på skolen. Der er gymnastikopvisning samt andre fælles aktivitetstilbud i løbet af eftermiddagen. Om aftenen inviteres jubilarer til et jubilæumsarrangement. Skolen og Elevforeningen arrangerer i samarbejde programmet for dagen.

Fælles rengøring

tirsdag den 20. juni:

Rengøring af fælleslokaler:

Formål: At eleverne lærer at rengøre og vedligeholde det sted, de bor og er en del af. Der undervises i brug af rengøringsrekvisitter og rengøringsmidler.

Derudover det sundhedsmæssige aspekt i, at man som hovedregel er medansvarlig for at vores omgivelser er hygiejniske og i orden. Der arbejdes fra kl. 8.00 til kl. 16.00. Lærerne fungerer som undervisere og vejledere.

Outrodage

Mandag den 19. juni og onsdag den 21. juni:

Der arbejdes med at sikre en ordentlig afslutning af skoleåret med eleverne inklusiv en evaluering af elevernes oplevelse af, om forventningerne til opholdet er indfriet.

Sidste dag og afslutning for elever og pårørende

torsdag d. 22. juni:

Formål: At runde skoleåret af på en højtidelig og festlig måde.

Indhold: Praktisk forberedelse, forberedelse af musikalske indslag og gymnastikopvisning. Lærerne fungerer som undervisere og vejledere. Eleverne modtager efterskolebevis.

Forældre ankommer fra kl 14 med afslutning ca kl. 18.

Fagbeskrivelser

Fællesaktiviteter

Fag: Fællesgymnastik

Formål: At styrke elevernes fællesskabsfølelse og -ånd gennem fysisk aktivitet, leg og fælles udarbejdelse af elevernes opvisning. At styrke elevernes glæde ved bevægelse og udvikle deres kropslige færdigheder med henblik på at styrke deres kropsbevidsthed.

Aktivitetsbeskrivelse: Vi arbejder med fysisk træning, koordinationstræning, konditionstræning og bevægelighedstræning gennem rytmisk grundgymnastik og træning af koreografier, som tager afsæt i elevernes niveau med henblik på at udfordre og udvikle deres gymnastiske formåen.

Timetal pr. uge: 4,25 timer pr. uge fordelt over 3 gange

Antal elever pr. hold: Alle

Prøveforberedende eller ej – Niveau: Ikke prøveforberedende

Obligatorisk eller valgfrit: Obligatorisk

Fag: Horisont

Formål: Gennem oplæg, drøftelser og gruppeaktiviteter at give lyst og redskaber til livet. At skabe mulighed for refleksion over identitet og det at være en del af et fællesskab.

Aktivitetsbeskrivelse: Mig selv og de andre

udvikling af personlige og sociale kompetencer. Selvledelse, positiv kommunikation og positive relationer. Aktuelle nyheder, Danmarkshistorie, efterskolernes historie og personlig historie.

Timetal pr. uge: 60 min.

Antal elever pr. hold: 250

Prøveforberedende eller ej – Niveau: Ikke prøveforberedende

Obligatorisk eller valgfrit: Obligatorisk

Fag: Fællessang

Formål: At eleverne møder den danske sangskat- og kultur. Via den ugentlige fælles sangtime stifter eleverne bekendtskab med både danske og udenlandske sange. De vil opleve glæden og fællesskabet ved at synge sammen. Sangvalget er både lærerbestemt og et samarbejde med eleverne, hvor de har mulighed for at foreslå sange.

Timetal pr. uge: 30 min pr uge.

Antal elever pr. hold: 250

Prøveforberedende eller ej – Niveau: Ikke prøveforberedende

Obligatorisk eller valgfrit: Obligatorisk

Fag: Formiddagssamling

Hver formiddag hele skoleåret mødes elever og forskellige medarbejdere til formiddagssamling.

Indholdet er af forskellig karakter. Det kan f.eks. være to sange kombineret med en fortælling om et relevant emne. I forbindelse med formiddagssamlingerne kan der være forskellige meddelelser.

Timetal pr. uge: 30 min pr uge.

Antal elever pr. hold: 250

Prøveforberedende eller ej – Niveau: Ikke prøveforberedende

Obligatorisk eller valgfrit: Obligatorisk

Obligatoriske boglige fag

Fag: Dansk

Formål: Formålet med undervisningen i dansk er, at eleverne tilegner sig kundskaber og færdigheder, således at de kan forholde sig til og tale om kultur, identitet og sprog gennem undersøgelse og diskussion af litteratur og andre æstetiske tekster. Eleverne skal ligeledes kunne deltage reflekteret i kommunikation om danskfaglige emner.

Undervisningen skal samtidig udvikle elevernes bevidsthed om danskfagets betydning kulturelt og historisk, bl.a. gennem periodelæsning.

Aktivitetsbeskrivelse: I 10. klasse vil elevernes øgede modenhed og omverdensforståelse danne udgangspunkt for at arbejde med bredere sammenhænge og mere komplicerede strukturer for at styrke elevens forståelse af sig selv i spændingsfeltet "mig i verden" og "mig som menneske". Vi har fokus på at udvikle elevernes evne til at være studerende gennem selvregulerende læring og projektorienterede forløb.

Skoleåret er opdelt i tre perioder med forskelligt fokus.

Basis: I første periode vil der være fokus på at afklare elevernes faglige styrker og udfordringer.

Buffet: I anden periode vil der være plads og rum til fordybelse med udgangspunkt i den enkelte elev, hvor det er muligt at vælge sig på forskellige faglige forløb alt efter niveau og interesse.

Boost: I den tredje periode er der fokus på skriftlige prøver for alle. Eleverne vælger herudover, om de vil til den mundtlig prøve eller lave et afsluttende projekt, hvor sidstnævnte kan kombineres med at vælge boostfag som skal lette overgangen til ungdomsuddannelse.

Arbejdsformer: Vi fokuserer på en kommunikativ og aktiv undervisning for at styrke elevernes kreativitet, kritiske tænkning og formidlingsevne. Eleverne arbejder i skiftende teams for at styrke hinanden i at nå deres mål. Det gør vi for at lære eleverne at indgå i teamsamarbejde, at sætte mål og at arbejde vedholdende for at nå deres mål.

Timetal pr. uge: 255 min.

Antal elever pr. hold: 21-25

Prøveforberedende eller ej – Niveau: Dansk FP10 og projekt

Obligatorisk eller valgfag: Obligatorisk

Fag: 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 kan udtrykke sig mundtligt og skriftligt.

Undervisningen skal samtidig udvikle elevernes bevidsthed om engelsk sprog og sprogbrug samt om sprogtilegnelse.

Aktivitetsbeskrivelse: Eleverne arbejder med emner, der belyser hvordan mennesker tænker og lever i den engelsksprogede verden, så de kan blive fortrolige

med egen kultur i samspil med andre kulturer. Herigennem får eleverne mulighed for at udvikle deres forståelse for mennesker med forskellig kulturel baggrund og forberede sig til et liv i et globalt samfund. Fx igennem arbejde med emner som *human rights, consumerism og youth culture*.

Eleverne arbejder systematisk med at opbygge et præcist og varieret ordforråd, bl.a. gennem en ordforrådstest. Arbejdet med grammatik integreres så vidt muligt i både tekstarbejde og mundtlig og skriftlig fremstilling.

Skoleåret er opdelt i tre perioder med forskelligt fokus.

Basis: I første periode vil der være fokus på at afklare elevernes faglige styrker og udfordringer.

Buffet: I anden periode vil der være plads og rum til fordybelse med udgangspunkt i den enkelte elev, hvor det er muligt at vælge sig på forskellige faglige forløb alt efter niveau og interesse.

Boost: I den tredje periode er der fokus på skriftlige prøver for alle. Eleverne vælger herudover, om de vil til den mundtlig prøve eller lave et afsluttende projekt, hvor sidstnævnte kan kombineres med at vælge boostfag som skal lette overgangen til ungdomsuddannelse.

Arbejdsformer: Der er særligt fokus på de kommunikative færdigheder. Vi forsøger at udvikle elevernes sproglige, tekstmæssige og interkulturelle kompetencer via varierede arbejdsmetoder, som fx studiegrupper, cooperative learning, klassteams og bevægelse i undervisningen.

Timetal pr. uge: 200 min. ugentligt

Antal elever pr. hold: 21-25

Prøveforberedende eller ej – Niveau: FP10 eller projekt

Obligatorisk eller valgfrit: Obligatorisk

Fag: Matematik

Eleverne skal i faget matematik udvikle matematiske kompetencer og opnå færdigheder og viden, således at de kan begå sig hensigtsmæssigt i matematikrelaterede situationer i deres aktuelle og fremtidige daglig-, fritids-, uddannelses-, arbejds- og samfundsliv.

Elevernes læring skal baseres på, at de selvstændigt og gennem dialog og samarbejde med andre kan erfare, at matematik fordrer og fremmer kreativ virksomhed, og at matematik rummer redskaber til problemløsning, argumentation og kommunikation.

Faget matematik skal medvirke til, at eleverne oplever og erkender matematikkens rolle i en historisk, kulturel og samfundsmæssig sammenhæng, og at eleverne kan forholde sig vurderende til matematikkens anvendelse med henblik på at tage ansvar og øve indflydelse i et demokratisk fællesskab.

Gennem aktiviteter, der er relevante for eleverne, skal de opnå kompetencer i: At handle med dømmekraft i komplekse situationer med matematik.

At anvende reelle tal og algebraiske udtryk i matematiske undersøgelser.
At undersøge anvendelser af geometriske sammenhænge og måling i omverdenen.
At vurdere anvendelser af statistik og sandsynlighed.

Eleverne skal være i stand til at benytte IT hjælpemidler og vurdere i hvilke sammenhænge, det er hensigtsmæssigt at anvende dem ved problemløsning.

Undervisningen inddeles i 3 perioder.

Periode 1: Basis - afklaring af matematiske kompetencer og færdigheder. Hvad har jeg i min værktøjskasse, og hvad mangler jeg? Med udgangspunkt i de matematiske kompetencer problembehandling, repræsentation, modellering, ræsonnement, kommunikation og hjælpemiddel

Lære at lave problemformulering

Lære at samarbejde

Periode 2: Buffet – I buffetperioden tilbydes specielt tilrettelagte aktiviteter, som tager udgangspunkt i den enkelte elevs styrker og svagheder med henblik på at forberede eleverne bedst muligt på deres ungdomsuddannelser

Periode 3: Boost – I boostperioden kan alle elever vælge specielt tilrettelagte forløb rettet specifikt mod den ungdomsuddannelse, som den enkelte elev har valgt med udgangspunkt i at give alle elever en "forlomme" på deres ungdomsuddannelse

Timetal pr. uge:

255 min.

Antal elever pr. hold: 18-25

Prøveforberedende eller ej – Niveau: FP10 eller projekt

Obligatorisk eller valgfrit: Obligatorisk

Boglige buffetfag (periode 2)

Fag: Naturfagsnørd

Formål: Formålet med undervisningen i naturfag er, at eleverne tilegner sig viden og indsigt i forståelse af naturen, spillet mellem mennesker og dets omgivelser og af menneskets fysiologiske processer.

Aktivetsbeskrivelse: Undervisningen skal medvirke til udvikling af naturvidenskabelige arbejdsmetoder og udtryksformer hos den enkelte elev med henblik på at øge elevernes viden og forståelse af den verden, de selv er en del af. Undervisningen vil bestå af tværfaglige emner indenfor biologi, geografi og fysik/kemi.

Undervisningen skal give eleverne mulighed for at stimulere og videreudvikle deres interesse og nysgerrighed over for naturfag og naturvidenskabelige emner. Og undervisningen skal i videst muligt omfang tage udgangspunkt i elevernes egne oplevelser, undersøgelser og opfattelser. Endelig skal undervisningen bidrage til at

elevernes grundlag for at indgå i en bæredygtig brug af naturressourcer og teknik både lokalt og globalt.

Arbejdsformer: Undervisningen er kombineret af teoretisk og praktisk undervisning – såvel ude som inde. Undervisningen vil bestå af praktiske undersøgelser, teoretiske opgaver, samtaler og gruppearbejde i større og mindre grupper og der lægges op til en medinddragelse af eleverne i undervisningen. I løbet af året arbejdes der også projektorienteret, som optakt til den mundtlige prøve i naturfag.

Timetal pr. uge 90 min./uge

Antal elever pr. hold: 21

Prøveforberedende eller ej: Ikke prøveforberedende.

Obligatorisk eller valgfrit: Valgfrit

Fag: Sprognørd

Formål: Formålet med undervisningen er, at eleverne tilegner sig viden og indsigt om sprogets byggestene, så sprogtilegnelse styrkes med henblik på mundtlig og skriftlig kommunikation i såvel dansk som fremmedsprog.

Aktivetsbeskrivelse: Undervisningen skal medvirke til udvikling af elevernes kendskab til sproget fra ordniveau og til sætningsniveau og hele tekster og tager udgangspunkt i undervisning og praktiske aktiviteter vedrørende grammatik, herunder sætningsanalyse og ordbøjninger – alt sammen med henblik på en bedre forståelse af sprogets strukturer.

Undervisningen skal give eleverne mulighed for at udvikle deres sprogbevidsthed med henblik på at lette sprogtilenelsesprocessen og med henblik på, at eleverne bliver mere præcise i deres mundtlige og skriftlige sprogproduktion i både dansk og fremmedsprog.

Arbejdsformer: Undervisningen er kombineret af teoretisk og praktisk undervisning. Undervisningen vil bestå af praktiske øvelser, teoretiske opgaver, videopræsentationer, samtaler og gruppearbejde i større og mindre grupper og der lægges op til en medinddragelse af eleverne i undervisningen.

Timetal pr. uge 90 min./uge

Antal elever pr. hold: 21

Prøveforberedende eller ej: Ikke prøveforberedende

Obligatorisk eller valgfrit: Valgfrit

Fag: Ekstra bogligt

Formål: At styrke den enkelte elevs kompetencer inden for de boglige fag med størst vægt på dansk, matematik og engelsk.

Indhold: Individuelle forløb af kortere varighed for den enkelte elev, f.eks. udvalgte fagområder, lektiehjælp og metoder til læring.

Timetal: 90 min./uge

Fag: Engelsk med selvtillid

Formål: At give et tilbud til elever, der ønsker at arbejde yderligere med deres engelskkundskaber. Der arbejdes med elevernes individuelle behov og ønsker for udvikling. Begrebet nærmeste udviklingszone er centralt.

Aktivitetsbeskrivelse: Eleverne testes for deres individuelle niveau fra kursets begyndelse. Herefter lægges en plan sammen med eleven. Der er fokus på mundtlighed og orddforråd.

Arbejdsformer: Veksling mellem individuelle træningsøvelser og kommunikationsopgaver med fokuspunkter.

Timetal: 90 min./uge

Boglige boostfag (periode 3)**Fag: Fransk boost**

Formål: Formålet med undervisningen er, at eleverne tilegner sig kundskaber og færdigheder således, at de kan forstå talt og skrevet fransk og kan udtrykke sig mundtligt og skriftligt. Undervisningen skal samtidig udvikle elevernes bevidsthed om fransk sprog og sprogbrug samt sprogtilegnelse.

Aktivitetsbeskrivelse: Kommunikative færdigheder. Sprog og sprogbrug. Sprogtilegnelse. Kultur- og samfundsforhold.

Arbejdsformer: Der er særligt fokus på de kommunikative færdigheder med henblik på at udvikle deres sproglige, tekstmæssige og interkulturelle kompetencer via varierede arbejdsmetoder, som f.eks. fremlæggelse, cooperative learning, begrebskort, quizlet og bevægelse i undervisningen.

Timetal pr. uge: 180 min. pr. hold

Antal elever pr. hold:

Prøveforberedende eller ej – Niveau: Nej, men forberedende til ungdomsuddannelse

Obligatorisk eller valgfrit: Valgfrit

Fag: Fysik/Kemi boost

Formål: Formålet med undervisningen i fysik/kemi er, at eleverne tilegner sig viden, indsigt og naturfaglige kompetencer om fysiske og kemiske forhold.

Der lægges særlig vægt på den grundlæggende forståelse af fysiske og kemiske sammenhænge og de begreber der knyttes dertil.

Indhold: 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.

Undervisningen skal desuden give mulighed for at stimulere og videreudvikle elevernes interesse og nysgerrighed over for naturfænomener, naturvidenskabeligt og teknologisk indhold af betydning for den enkelte og samfundet.

Endelig skal undervisningen bidrage til at eleverne får et grundlag for at tage medansvar for brugen af naturressourcer og teknik både lokalt og globalt. Elevernes ansvarlighed overfor natur og miljø skal videreudvikles, og undervisningen skal bidrage til at skabe grundlag for stillingtagen og handlen i forhold til menneskets samspil med naturen.

Undervisningen skal i videst muligt omfang tage udgangspunkt i elevernes egne oplevelser, undersøgelser og opfattelser samt søge at fremme deres glæde ved naturen og lyst til at beskæftige sig med videnskabelige emner og problemstillinger. Undervisningen vil bestå af praktiske undersøgelser, teoretiske opgaver, samtaler og gruppearbejde i større og mindre grupper og der lægges op til en medinddragelse af eleverne i undervisningen.

Timetal pr. uge: 180 min.

Antal elever pr. hold: Ca. 40

Prøveforberedende eller ej – nej, men forberedende til ungdomsuddannelse

Obligatorisk eller valgfrit: Valgfrit

Fag: Spansk boost (begyndere)

Formål: at introducere eleven til spansk sprog, kultur og historie, så eleven tilegner sig egenskaber og færdigheder, der udvikler deres bevidsthed om spansk som verdenssprog og gør dem i stand til at begå sig i enkle hverdagssituationer.

Indhold: Mundtlige og skriftlige grammatik-øvelser. Historisk/kulturel introduktion og projektarbejde.

Timetal pr. uge: 90 min./uge

Antal elever pr. hold: 11

Prøveforberedende eller ej – nej, men forberedende til ungdomsuddannelse

Obligatorisk eller valgfrit: Valgfrit

Fag: Tysk boost

Formål: At gøre eleverne i stand til at udtrykke sig mundtligt og skriftligt i forskellige situationer. At fremme elevernes forståelse for de historiske og kulturelle forhold og lade dem opleve forskellige sider af tilværelsen i tysksprogede lande. Gennem læsning, film og brug af streaming-tjenester vil vi opbygge et positivt forhold til det tyske sprog.

Aktivetsbeskrivelse: Der vil blive arbejdet med forskellige tekster samt dagligdagssituationer, hvilke skal danne ramme om dialog- og samtaleøvelser. Ligeledes vil grammatik- og skriveøvelser blive en aktiv del af undervisning. Eleven skal desuden arbejde med frie skriftlige og mundtlige opgaver af forskellig sværhed og karakter. Der arbejdes med temaer, der kommer bredt omkring tysk og tysktalende lande (Sport, Jung sein; Kunst, Kultur und Medien, Reisen og Anders sein). Gennem disse temaer vil der blive givet et billede af det tyske "multi-kulti" samfund samt andre tysktalende lande.

Arbejdsformer: Der vil blive arbejdet på at videreudvikle elevernes evne til at kommunikere på tysk gennem samtaleøvelser, leg og forskellige gruppearbejder. Eleverne vil gennem varierede arbejdsformer arbejde på at udbygge ordforråd samt de grammatiske færdigheder. Dette arbejde vil være både mundtligt og skriftligt samt med elektroniske medier.

Timetal pr. uge: 180 min.

Antal elever pr. hold: 16

Prøveforberedende eller ej – Niveau: Ikke prøfefag men forberedende til ungdomsuddannelse

Obligatorisk eller valgfrit: Valgfrit

Prøveforberedende eller ej – nej, men forberedende til ungdomsuddannelse

Obligatorisk eller valgfrit: Valgfrit

Linjer

Fag: Dans

Formål: At skabe modige og nysgerrige danseelever, der har lyst til at dygtiggøre sig indenfor dans. At skabe indblik i, hvad det kræver at blive dygtig til at danse herunder at få kendskab til de mange forskellige stilarter. Vigtigst af alt: at have det sjovt og opleve fællesskabet i dansen.

Aktivitetsbeskrivelse: På Vejstrups danselinje er der stort fokus på at tilegne sig en bred palette af kompetencer inden for dansen. Undervisningen vil bestå af skiftende fokus og temaer, så vi kommer igennem de mange forskellige dansestilarter, fx hiphop, waacking eller moderne dans. På danselinjen vil der arbejdes med musikalitet, kropslig bevidsthed, teknisk forståelse og udtryk. Dans er en fest – det bliver danselinjen på Vejstrup i hvert fald! Udover almindelig danseundervisning vil der også være konditionstræning, smidighed og styrke, som er væsentligt for at blive en dygtig danser. Undervisningen uden for dansesalen kan bestå af danseteori og kreative processer.

Timetal: 270 min./uge

Fag: Fitness

Formål:

- At styrke eleverne kropsligt igennem en masse varieret træning; både konditions- og styrketræning.
- At give eleverne basal viden om træningsfysiologi, anatomi, biomekanik, holdundervisning og musikteori.
- At lære eleverne om programlægning af eksempelvis styrketrænings- og konditionspas.

I linjefaget Fitness bliver eleverne præsenteret for et bredt spektrum inden for fitnessverdenen. Der gennemgås forskellige genre inden for fitness; styrketræning, crossfit, TRX mv. Der arbejdes både med fitness i praksis og teoretisk. Yderligere rustes eleverne til at kunne varetage fitnessrelateret arbejde i deres forening derhjemme, da de oven i hatten får DGI's fitnessuddannelse. Man skal forvente, at der trænes hårdt, og at kroppen over tid gennemgår en stor fysiologisk udvikling. Vi tilstræber at Fitness-linjen skal deltage i eksempelvis Efterskole DM i crossfit.

Aktivitetsbeskrivelse: I teorimoduler kigger vi på teori relateret til undervisningsforløbet; eksempelvis styrketræningsteori. I powertræningsmodulet fyrer vi den max af og får sved på panden og ømme muskler. At arbejde på at presse kroppen udover komfortzonen er en fast del af træningen. Eleverne arbejder også med at sammensætte deres egne individuelle programmer under vejledning fra underviserne.

Timetal: 270 min./uge

Fag: Tumbling

Formål: At vi har det sjovt – samtidig med at eleverne udvikler sig som powertumblere. Derudover er det væsentligt, at alle eleverne lærer sporten rigtig godt at kende.

Indhold:

- Springtræning
- Styrke- og skadesforebyggende træning (fysiologi)
- Grundtræningsprogram udviklet specielt til PowerTumbling
- Teknikforståelse (biomekanik)
- Sportspsykologi
- Anekdoter
- Træneruddannelse
- Dommeruddannelse
- Konkurrencedeltagelse

I PowerTumbling er undervisning oftest lærerstyret. Der vil dog forekomme elevoplæg, videoanalyse og visualisering. Det er vigtigt, at den sundhedsmæssige udvikling er helt i top. Derfor skal der være tæt kontakt mellem linjelærere og elever i forhold til deres personlige udvikling. Både som støtte og som mentor.

Timetal: 270 min./uge

Fag: Rytmisk gymnastik

Formål: Fordybelse og udvikling indenfor gymnastikkens mange teknikker og bevægelser. Eleverne gennemgår også en rytmisk uddannelse, med det formål at give dem et godt indblik i de teoretiske og praktiske lag af den rytmiske gymnastik.

Indhold: På rytmisk linje vil der være fokus på kroppens mange muligheder inden for gymnastik og bevægelse. Vi vil – udover grundgymnastik forklædt med lækre øvelser – klæde eleverne godt på til at forsætte ude i lokalforeningerne. Hertil har vi lavet en rytmisk uddannelse som en del af linjen. Heri vil vi bl.a. arbejde med leg, bevægelse og musikforståelse samt gøre den enkelte klar til at undervise andre i rytmisk gymnastik. Derudover vil der blive lagt vægt på den enkeltes grundform gennem fysisk træning. Vi vil desuden komme igennem flere redskaber som bold, kølle, tøndebånd o.l.

Timetal: 270 min./uge

Fag: Spring

Formål: At dygtiggøre eleverne i egne springfærdigheder. Give dem basisviden om biomekanik og hvilke fysiske forudsætninger der er optimale i forhold til springindlæring. Give evner og lyst til at deltage med et eller flere spring i den fælles opvisning.

Aktivitetsbeskrivelse Eleverne deltager i opvarmning og klargøring til hoveddelen. Hoveddelen vil være springindlæring af forskellige spring på bane og i trampet. Der vil i undervisningen blive arbejdet på at sætte mål og delmål i forskellige springgenrer. Viden om generel springteori og biomekanik vil være bærende i undervisningen.

Arbejdsformer: Der er særlig fokus på elevflokkens forskellige niveauer. Der laves arbejdsstationer for at tilgodese alle, og det er via vejledning, video og praktisk erfaring at eleverne udvikler springfærdigheder.

Timetal: 270 min./uge

Fag: TeamGym

Formål: At udvikle den enkeltes forudsætninger og forståelse for den gode træning og holdpræstation. Herunder tekniske, fysiske og mentale faktorer i en holdsport, der er båret af individuelle mål. Vi har en helt klar vision: At Vejstrup Efterskole har det bedste tilbud til TeamGym gymnaster fra begynder til elite i Danmark.

Indhold: Eleverne skal lære om forudsætningen for den gode træning, den gode præstation, teamspirit og de individuelle mål. Disse mål opnås gennem fysiske tests og træning, klare procesmål for holdet og den enkelte og øget indsigt i egne forudsætninger på de mentale, fysiske og tekniske områder.

Timerne kommer til at bestå af:

- Styrke og smidighedstræning
- Teknisk træning
- Rytmisk træning herunder træning af momenter
- Undervisning i reglement
- Fokus på gruppedynamik og holdpræstationer
- Fysisk screening målrettet TeamGym
- Opfølgning på elevens individuelle mål og screeninger
- Indførelse af træningsdagbog

Arbejdsformer: Der vil i undervisningen blive lagt vægt på individuel fysisk, teknisk og mental træning i henhold til at nå egne mål. Derudover vil vi arbejde med holddynamik og procesmål gennem træning i homogene grupper. Gennem teoretisk undervisning på holdet vil vi skabe forståelse for opbygning af konkurrencereglement og dermed skabe baggrund for konstruktive gymnast- og trænervalg til træning og i konkurrencesituationer.

Timetal: 270 min./uge

Valgfag 2 gange/uge

Fag: Adventure

Formål: At tilbyde et fag, der kan tilbyde et alsidigt program, hvor eleverne kan få gode naturoplevelser, og hvor elevernes fysik udfordres. Der tages udgangspunkt i friluftslivet, som flytter elevernes grænser og formåen i naturen.

Indhold: Et fag hvor vi tager udgangspunkt i vandaktiviteter, så som kajak, surf, snorkling. Almindelige natur- og frilftsaktiviteter vil også indgå i faget. En eller to gange i løbet af året vil vi lave overnatningstur, hvor vi bygger en lejrplads og sover under åben himmel. Cykling vil indgå i faget både på egne og på skolens mountainbikes, både som transport og som udfordring.

Timetal: 180 min./uge

Fag: Dans/rytme

Formål: Fordybelse og udvikling indenfor gymnastikkens og dansens mange teknikker og bevægelser. Med inspiration fra både dans og gymnastik får eleverne en alsidig undervisning med indblik i begge bevægelsesformer.

Indhold: I fokusfaget dans/rytme vil der være fokus på at definere dans og rytme hver for sig, men også deres muligheder for at komplimentere hinanden. Dette vil udarbejdes i form af alsidige opvarmninger, leg med forskellige sekvenser og udforskning af forskellige stilarter. Eleverne vil blive undervist i genrer som hiphop og house, samt udforske de forskellige facetter af den rytmiske gymnastik. Derudover vil der blive lagt vægt på den enkeltes grundform gennem fysisk træning og leg.

Timetal: 180 min./uge

Fag: Design og Håndværk

Formål: At eleverne udvikler deres skabertrang i løbet af året og være villig til at blive skubbet til deres kreative basis.

Indhold: Linjen sætter fokus på fordybelse og på at øge elevernes evne til at skabe en kreativ proces. Vi vil gennem 7 perioder præsentere eleverne for forskellige materialer og håndværk. Året slutes af med et selvstændigt projekt, hvor eleven i en længere periode skal udarbejde et hovedværk.

Timetal pr. uge: 180 min./uge

Fag: Fodbold, drenge

Formål: At tilbyde fodbold som fokusfag. At styrke glæden ved holdidræt og sammenhold.

Aktivitetsbeskrivelse: 2 gange ugentlig træning medfokus på teknik og taktik og kondition. Desuden deltages der i Fynske Efterskolars fodboldturnering. 6 kampe i efteråret og 3 i foråret, plus div. træningskampe.

Arbejdsformer: Øvelser, såvel tekniske, taktiske og konditionsfremmende foregår med bold og med legen og glæden ved spillet i fokus.

Timetal pr. uge: 180 min./uge

Fag: Internationalt

Formål: Formålet med undervisningen er, at eleverne tilegner sig kundskaber og færdigheder, således at de kan begå sig interkulturelt med afsæt i engelsk. Undervisningen skal samtidig udvikle elevernes bevidsthed om engelsk som verdenssprog, hvor den kulturelle dimension er læringsbasis.

Indhold: På det internationale fokusområde bliver man fagligt udfordret. Der arbejdes emne- og projektorienteret og målrettet mod forårets udveksling og forsommerens FCE eksamen. Undervisningen vil indebære træning af ordforråd, diskussion, tekstforståelse, skriftlighed, grammatik via et kulturelt og samfundsmæssigt fokus.

En FCE-eksamen bedømmer ens sproglige niveau. Den indebærer 4 eksamener, hvor der gives 1 karakter. (egenbetaling)

Eleverne vil kommunikere med og deltage i en udveksling med klasser fra udlandet

Sprog og sprogbrug:

Eleverne arbejder med særligt fokus på ordforråd, lingvistiske strategier og færdigheder.

Arbejdsformer:

Vi arbejder varieret med tilegnelse af sprogfærdigheder, ordforråd og kulturforståelse, bl.a. gennem frilæsning, samtale/diskussioner og CL-strategier. Når vi forbereder os til FCE-eksamen undervises der med udgangspunkt i et bogmateriale.

OBS! Flere efterskoler udbyder en IGCSE Cambridge-eksamen. Det er ikke det samme som FCE. Læs mere på www.cambridgeenglish.org.

Timetal: 180 min./uge

Antal elever pr. hold: 4

Niveau: Eksamensforberedende. Niveau: FCE – First Certificate English (B2)

Fag: Musik/band (øvede)

Formål: At give eleverne mulighed for at spille i band samt opleve, når musikken rigtig "spiller".

Indhold: Repertoiret er typisk pop, funk og rockmusik og som oftest coversange. Der opbygges et musikalsk program, som kan bruges som indslag ved diverse lejligheder på skolen.

Det er som udgangspunkt Band Fokusfag som skal kunne optræde.

Men hvis det er muligt er det sjovt hvis Band Valgfag også kan nå dertil at de kan optræde, men det er ikke en målsætning for dette fag.

Efterhånden som begge bands bliver sammenspillet, får eleverne mulighed for at byde ind med forslag til numre, der skal spilles.

Arbejdsformer: Når vi starter op på en ny sang, øver hver enkelt elev lidt for sig selv i musiklokalet, typisk med hovedtelefoner, så man kan fordybe sig "alene".

Musiklæreren hjælper hver elev. Derefter bliver instrumenterne sat sammen og vi får sat det op så instrumenterne/eleverne bliver til at spillende band. Skolen har et velfungerende musiklokale, hvor der er mange gode instrumenter. Der er endvidere mulighed for at lave indspilninger. Blæseinstrumenter skal selv medbringes.

Timetal pr. uge: 180 min./uge

Fag: Springgymnastik

Formål: At dygtiggøre eleverne i egne springfærdigheder. Give dem basisviden om biomekanik og hvilke fysiske forudsætninger der er optimale i forhold til springindlæring. Give evner og lyst til at deltage med et eller flere spring i den fælles opvisning.

Aktivitetsbeskrivelse Eleverne deltager i opvarmning og klargøring til hoveddelen. Hoveddelen vil være springindlæring af forskellige spring på bane og i trampet. Der vil i undervisningen blive arbejdet på at sætte mål og delmål i forskellige springgenrer. Viden om generel springteori og biomekanik vil være bærende i undervisningen.

Arbejdsformer: Der er særlig fokus på elevflokkens forskellige niveauer. Der laves arbejdsstationer for at tilgodese alle, og det er via vejledning, video og praktisk erfaring at eleverne udvikler springfærdigheder.

Timetal: 180 min./uge

Fag: Styrketræning

Formål: Vi skal i faget skabe fundamentet for, at kroppen er sund og stærk nok til at præstere optimalt og holde sig skadesfri. Der er derfor fokus på at styrke:

- de store muskelgrupper
- hele Core delen
- muskulaturen omkring de særligt udsatte led
- elevernes kondition
- elevernes glæde ved at opbygge og vedligeholde en sund og stærk krop

Aktivitetsbeskrivelse: Året er opdelt i træningsperioder og dertil hørende træningsfokuspunkter:

August – oktober: Basistræning med stor fokus på kondition, det neuromuskulære system, teknik og teori ift. at eleverne bliver i stand til, at lave individuelle træningsprogrammer.

November – december: Grundtræning med særlig fokus på at styrke elevens særlige fokuspunkter på baggrund af IFB. Blanding af konditionstræning og styrketræning.

Januar – februar: Specifik træning med fokus på at gøre kroppen optimalt fit til opvisningerne i marts og april.

Marts – juni: Vedligeholdelses træning med særlig fokus på potentielle skadesudfordringer.

Arbejdsformer: I styrketræning er undervisning oftest lærerstyret. Målet er at eleverne bliver i stand til selv at sammensætte relevante træningsprogrammer. Det er fokus på, at der er høj intensitet, høj stemning og fuld hammer på. Derfor er underviserne oftest aktivt med til træningen og forsøger hele tiden at udfordre og udvikle eleverne. Både som støtte og som vejleder.

Timetal: 180 min./uge

Valgfag 1 gang/uge (der kan komme nye til, hvis der er ønske om yderligere)

Fag: Alternativ bevægelse

Formål: At eleven får en bedre kropsbevidsthed gennem en række øvelser, der træner og styrker krop og sjæl. Eleven skal opnå en større forståelse for kroppens formåen.

Aktivitetsbeskrivelse: Afspænding, udstrækning, muskeløvelser, smidighed, yoga, callanetics, stangøvelser.

Timetal: 90 min./uge

Fag: Basket/Volley

Formål: Få kendskab til både indendørs alm. Volley og basket - og når vejret er til det at få kendskab til beachvolley og udendørs basket. At lære og få forståelse for teknikkerne i spillet.

Evt. deltager vi i 1 eller 2 turneringer.

Aktivitetsbeskrivelse: Vi varmer op med bolden, så fingre og arme bliver klar til det mere tekniske spil. Der arbejdes med forskellige opvarmnings teknikker, hvor vi spiller ene mand mod væggen, 2 og 2 eller flere. Efterfølgende spiller vi, og der gøres brug af de teknikker, vi har brugt i opvarmningen. Oftest spiller vi kampe i niveau opdelte hold af 6-7 personer.

Timetal pr. uge: 90 min./uge

Fag: Bikes

Formål: At dyrke motion og nyde naturen.

Aktivitetsbeskrivelse: Der køres fortrinsvis på single track på anlægget ved Oure Sport og Performance, samt i sporet i Hallindskoven i Svendborg.

Arbejdsformer: Der arbejdes med grundlæggende mountainbiketeknik – fortrinsvis sikkerhed i op-og nedkørsler, bremseteknik og balance.

Timetal: 90 min./uge

Fag: Blokadespring

Formål: At give tid og rum til springgymnaster med springblokader. Der arbejdes individuelt med hver enkelt gymnasts behov for at komme tættere på nedbrydning

af springblokaden samt tilegnelse af værktøjer til fremadrettet arbejde med sådanne udfordringer.

Aktivetsbeskrivelse: Der skal arbejdes med både det fysiske og det psykiske for, at man kan arbejde konstruktivt med en springblokada. Det fysiske tager udgangspunkt i at man arbejder med den fysiske udfordring gennem step-by-step øvelser. Det psykiske arbejde tager udgangspunkt i gode dialoger og samtaler individuelt såvel som på hele holdet.

Timetal: 90 min./uge

Fag: Dans

Formål: formålet er at blive udfordret inden for dansens verden, som er en anden indgangsvinkel til bevægelse end gymnastikken. Giv dig selv en udfordring, der vil udvikle dig til at blive dygtigere. Få forståelse for dansens teknik, musikalitet og forskellige udtryk. Hvis du har mod på at kaste dig ud i kampen med de nyeste "bevægelser" inden for dansens verden – så er dette faget for dig. Faget er både for drenge og piger.

Aktivetsbeskrivelse: Mest fokus på Street Dance så som forskellige typer af Hip Hop og House. Derudover arbejdes der med Girly og Dancehall, og der kan være timer, der indeholder moderne.

Timetal: 90 min./uge

Fag: Fodbold, piger

Formål: At tilbyde fodbold som fokusfag. At styrke glæden ved holdidræt og sammenhold.

Aktivetsbeskrivelse: 2 gange ugentlig træning med fokus på teknik og taktik og kondition.

Arbejdsformer: Øvelser, såvel tekniske, taktiske og konditionsfremmende foregår med bold og med legen og glæden ved spillet i fokus.

Timetal: 90 min./uge

Antal elever pr. hold: 20

Fag: Foto og video

Formål: Formålet med undervisningen i fotolære er, at eleverne i arbejdet med at se og vælge motiver skal udvikle deres fotografi som et personligt meddelelses- og udtryksmiddel. Eleverne skal udvikle færdighed i at analysere, vurdere og præsentere egne og andres fotografiske udtryk.

Aktivitetsbeskrivelse: Eleverne arbejder med emner og tekniske problemstillinger, der forbedrer deres evne til at analysere og vurdere billeder.

Arbejdsformer: Der er særlig fokus på de kommunikative færdigheder. Eleverne arbejder i grupper omkring et givet emne. Der arbejdes også med opnåelse af tekniske færdigheder. Eleverne skal opnå kendskab til, og have mulighed for at arbejde med forskellige digitale fotografiske teknikker og få forståelse af deres betydning i et samfundsmæssigt og historisk perspektiv.

Timetal: 90 min./uge

Fag: Fysisk grundtræning

Formål: Vi skal i faget skabe fundamentet for, at kroppen er sund og stærk nok til at præstere optimalt og holde sig skadesfri. Der er derfor fokus på at styrke:

- de store muskelgrupper
- hele Core delen
- muskulaturen omkring de særligt udsatte led
- elevernes kondition
- elevernes glæde ved at opbygge og vedligeholde en sund og stærk krop

Aktivitetsbeskrivelse: Året er opdelt i træningsperioder og dertil hørende træningsfokuspunkter:

August – oktober: Basistræning med stor fokus på kondition, det neuromuskulære system, teknik og teori ift. at eleverne bliver i stand til, at lave individuelle træningsprogrammer. November – december: Grundtræning med særlig fokus på at styrke elevens særlige fokuspunkter på baggrund af IFB. Blanding af konditionstræning og styrketræning.

Januar – februar: Specifik træning med fokus på at gøre kroppen optimalt fit til opvisningerne i marts og april.

Marts – juni: Vedligeholdelses træning med særlig fokus på potentielle skadesudfordringer.

Arbejdsformer: I styrketræning er undervisning oftest lærerstyret. Målet er at eleverne bliver i stand til selv at sammensætte relevante træningsprogrammer. Det er fokus på, at der er høj intensitet, høj stemning og fuld hammer på. Derfor er underviserne oftest aktivt med til træningen og forsøger hele tiden at udfordre og udvikle eleverne. Både som støtte og som vejleder.

Timetal: 90 min./uge

Fag: Guitar (Akustisk)

Formål: At lære de mest almindelige akkorder på guitaren. Vi laver en sangmappe, som stille og roligt bliver bygget op, så man på den måde har mulighed for at spille til lidt fællessang, eller bare kunne hygge sig med det for sig selv.

Indhold: Sangvalget varierer mellem sange valgt af læreren og sange valgt af eleverne.

Arbejdsformer: Vi sidder sammen rundt om et bord, så vi kan se hinanden. Inden vi begynder at spille, starter vi med at stemme guitarerne, og vi bruger elektroniske tunere til det. Der uddeles et stykke papir med hver sang, hvor tekst og akkorder er sat på. Derudover har man mulighed for at tegne fingersætningerne ind ved hjælp af et stempel som er stillet til rådighed

Timetal pr. uge: 90 min./uge

Fag: Kreativ

Formål: At arbejde med fælles og individuelle projekter, hvor den kreative proces er i centrum. Eleverne får mulighed for fordybelse og vejledning på egne selvstændige større projekter.

Indhold: Eleven præsenteres for forskellige teknikker inden for akryl og akvarel maling. Decoupage samt porcelænsmaling introduceres for alle elever. Eleverne vælger selv flere store projekter, som de får tid til at fordybe sig i og færdiggøre. Dette kan være lige fra at hækle til at bygge møbler af paller. Pinterest er en fælles ide site, som bruges løbende igennem hele året.

Arbejdsformer:

Timetal: 90 min./uge

Fag: Mad Med Mere

Formål: At oplyse eleverne om sund livsstil og økonomisk bevidsthed. Disse kundskaber omhandler elementær madlavning, bagning, kotsammensætning, rengøring. Eleverne undervises i bl.a. indkøb og budget.

Indhold: Eleverne kan lære de basale teknikker indenfor madlavning og bagning. Desuden skal de bibringes forståelse for rigtig sammensat kost samt lære om køkkenhygiejne. Desuden skal eleverne forholde sig til fornuftigt indkøb og budgetlægning.

Timetal: 90 min./uge

Fag: Sammenspil (begynder)

Formål: At give eleverne mulighed for at spille i band samt opleve, når musikken rigtig "spiller".

Indhold: Repertoiret er typisk pop, funk og rockmusik og som oftest coversange. Der opbygges et musikalsk program, som kan bruges som indslag ved diverse lejligheder på skolen.

Det er som udgangspunkt Band Fokusfag som skal kunne optræde.

Men hvis det er muligt er det sjovt hvis Band Valgfag også kan nå dertil at de kan optræde, men det er ikke en målsætning for dette fag.

Efterhånden som begge bands bliver sammenspillet, får eleverne mulighed for at byde ind med forslag til numre, der skal spilles.

Arbejdsformer: Når vi starter op på en ny sang, øver hver enkelt elev lidt for sig selv i musiklokalet, typisk med hovedtelefoner, så man kan fordybe sig "alene".

Musiklæreren hjælper hver elev. Derefter bliver instrumenterne sat sammen og vi får sat det op så instrumenterne/eleverne bliver til at spillende band. Skolen har et velfungerende musiklokale, hvor der er mange gode instrumenter. Der er endvidere mulighed for at lave indspilninger. Blæseinstrumenter skal selv medbringes.

Timetal: 90 min./uge

Fag: Spring basis

Formål: At give nybegyndere mulighed for at prøve kræfter med springgymnastikken.

Indhold: Opvarmning med fokus på fysisk og mental klargøring til indlæring af nye gymnastiske færdigheder. Der vil blive lagt vægt på tilegnelse af grundlæggende gymnastiske færdigheder som senere sættes sammen til færdige spring.

Arbejdsformer: Vi vil styrke elevernes grundlæggende gymnastiske færdigheder gennem holdtræning. Derudover vil vi udfordre eleverne med udgangspunkt i deres individuelle niveau ved niveauopdelt gruppetræning samt individuel træning.

Timetal: 90 min./uge

Fag: Spring gym øvet

Formål: At dygtiggøre eleverne i egne springfærdigheder. Give dem basisviden om biomekanik og hvilke fysiske forudsætninger der er optimale i forhold til springindlæring. Give evner og lyst til at deltage med et eller flere spring i den fælles opvisning.

Aktivitetsbeskrivelse Eleverne deltager i opvarmning og klargøring til hoveddelen. Hoveddelen vil være springindlæring af forskellige spring på bane og i trampet. Der vil i undervisningen blive arbejdet på at sætte mål og delmål i forskellige springgenrer. Viden om generel springteori og biomekanik vil være bærende i undervisningen.

Arbejdsformer: Der er særlig fokus på elevflokkens forskellige niveauer. Der laves arbejdsstationer for at tilgodese alle, og det er via vejledning, video og praktisk erfaring at eleverne udvikler springfærdigheder.

Timetal: 90 min./uge

Fag: Spring Undervisning

Formål: At give springnørderne mulighed for at få et stærkt kendskab til det teoretiske aspekt indenfor springgymnastikken. Derudover vil man tilegne sig redskaber, så man kan bruge sin teoretiske viden til at arbejde konstruktivt med sin fortsatte gymnastiske udvikling.

Aktivitetsbeskrivelse: Faget tager udgangspunkt i en teoretisk tilgang til springgymnastikken. Enkelte springelementer bliver opdelt og analyseret med udgangspunkt i videomateriale, og med udgangspunkt i dette vurderes fokuspunkter i forskellige springkombinationer. Denne viden bruges efterfølgende i centeret, når gymnasternes egne springelementer skal studeres.

Timetal: 90 min./uge

Fag: Tosset med sport

Formål: At få kendskab til og samtidig blive udfordret i alsidige sportsdiscipliner. Eleverne vil lære at forstå spillenes regler og arbejde/diskutere teknik og taktik i forhold til de enkelte spil. Der vil både være fokus på sport som individuel udøver og holdsport.

Aktivitetsbeskrivelse: Først opvarmning, der bl.a. består af lege, konkurrencer, tekniske/taktiske øvelser, småspil med/uden makker, småspil med/uden modstand, før-færdigt spil. Efterfølgende spiller vi kampe i turneringsform eller ud fra anden organisering. Til sidst afrunding af timens gang. Eleverne vil have medindflydelse på, hvilke sportsdiscipliner vi arbejder med i undervisningen.

Timetal pr. uge: 90 min./uge

Fag: Triatlon

Formål: At træne eleverne i de 3 discipliner svømning, cykling og løb, således at de er forberedte og i stand til at deltage i Efterskolernes DM til foråret.

Aktivitetsbeskrivelse: Træningen i svømning er med fokus på primært teknik ift til crawl. Cykling og løb er på fokus på kondition og kredsløbstræning. Det er et hårdt fysisk krævende fag, men der er plads til alle niveauer. Fælles for alle er ønsket om fed og hård træning og et ønske om at kunne kalde sig en sej triatlet.

Timetal: 90 min./uge

Fag: Træneruddannelse

Formål: At give didaktiske værktøjer og gymnastiske redskaber, så eleven efterfølgende kan påtage sig en trænerrolle i lokalforeningen.

Aktivitetsbeskrivelse: Faget tager udgangspunkt i en teoretisk og praktisk indgangsvinkel. På holdet bliver eleverne introduceret til didaktiske værktøjer samt gymnastiske grundprincipper, der danner fundament for en undervisningstime. Efterfølgende skal eleverne tilegne sig kompetencerne ved at øve sig med hinanden.

Timetal: 90 min./uge

I løbet af skoleåret kan der komme andre valgfag til, enten hvis der er specielle ønsker fra eleverne, eller hvis der af forskellige andre årsager opstår et ønske eller behov.

Eksempel på elevskema

	ma 24	ti 25	on 26	to 27	fr 28
hele dagen					
6					
7	Morgenmad mandag BCP -JF 07:30-08:00	Morgenmad tirsdag IF JL 07:30-08:00	Morgenmad onsdag CAP 07:30-08:00	Morgenmad torsdag FF SA 07:30-08:00	Morgenmad fredag SB -MM 07:30-08:00
8	Værelsestjek 08:00-08:15 Engelsk 10H Jylland forrest TR 08:15-09:30	Værelsestjek 08:00-08:15 Dansk 10H Pavillon 1 SB 08:15-09:30	Værelsestjek 08:00-08:15 Matematik 10H Jylland forrest CAP 08:15-09:30	Værelsestjek 08:00-08:15 Gymnastik 3 Gym3 Hal FF SA KL EK SS 08:15-09:30	Værelsestjek 08:00-08:15 Linje Powertumbling Springcenter (HK) MM 08:15-09:30
9	Formiddagssamling -AKK HK Formiddagssamling	Formiddagssamling Formiddagssamling	Formiddagssamling AKK HK Formiddagssamling	Formiddagssamling TR Formiddagssamling	Formiddagssamling HK -IF - Formiddagssamling
10	Formiddagssamling 09:50-10:00 Gymnastik 1 Gym1 Hal FF - SA KL EK SS 10:00-11:30	Formiddagssamling 09:50-10:00 Matematik 10H Jylland forrest CAP 10:00-11:30	Formiddagssamling 09:50-10:00 OSO -AK BCP BLH HK -IF - CAP JL SK JN AF -JF TR SA SB -MH -MM AH -SKS MBO	Formiddagssamling 09:50-10:00 Dansk 10H Pavillon 1 SB 10:00-11:30	Formiddagssamling 09:50-10:00 Aikido p2 Sal TJ 10:00-11:15
11	Områderengøring man -AK	Familiegruppemøde -AK -AKK	Områderengøring alle onsdag - AK BCP BLH -IF -CAP JL JV - LKK MS SK PP JN FF AF -JF	Familiegruppemøde AK AKK	Områderengøring/weekendklarg -IF SK AF -JF SA SB -MM
12	Middag 12:00-12:45	Middag 12:00-12:45	Middag 12:00-12:45	Middag 12:00-12:45	Middag 12:00-12:45
13	Stilletime 12:45-13:30	Stilletime 12:45-13:30	Stilletime/studietid 12:45-14:00	Stilletime 12:45-13:30	Fællestime AKK HK -MB
14	Dansk 10H Pavillon 1 SB 13:30-15:00	Linje Powertumbling Springcenter JN -MM 13:30-15:00	Sang Foredragssal -IF JV PP -	Engelsk 10H Jylland forrest TR 13:30-15:00	Gymnastik 4 Gym4 Hal AS SA LB EF SS 13:30-15:00
15	Eftermiddagsforfriskning Foto video p2 GI Foredragssal TJ 15:20-16:35	Eftermiddagsforfriskning Faceoff p2 Springcenter FF 15:20-16:35	Linje Powertumbling Springcenter -IF JN 14:50-16:20	Eftermiddagsforfriskning	Eftermiddagsforfriskning
16					
17	Linje+ Tumbling H2 Spisesal IF -MM KL 16:45-18:00	Drenge dance p2 Sal SS 16:45-18:00			
18	Aftensmad 18:00-18:45	Aftensmad 18:00-18:45	Aftensmad 18:00-18:45	Aftensmad 18:00-18:45	Aftensmad 18:00-18:45

Eksempel på lærerskema

	ma 24	ti 25	on 26	to 27	fr 28
hele dagen					
6					
7					
8	Værelsestjek 08:00-08:15 Engelsk 10H Jylland forrest TR 08:15-09:30	Værelsestjek 08:00-08:15	Værelsestjek 08:00-08:15 Engelsk 10C Pavillon 1 TR 08:15-09:30	Værelsestjek 08:00-08:15	Værelsestjek 08:00-08:15
9					
10	Formiddagspause 09:50-10:00	Formiddagspause 09:50-10:00 Engelsk 10C Pavillon 1 TR 10:00-11:30	Formiddagspause 09:50-10:00 OSO -AK BCP BLH HK -IF - CAP JL SK JN AF -JF TR SA SB -MH -MM AH -SKS MBO	Formiddagssamling TR Formiddagspause 09:50-10:00	Formiddagspause 09:50-10:00
11	Områderengøring man -AK	Familiegruppemøde -AK -AKK	Områderengøring alle onsdag - AK BCP BLH -IF -CAP JL JV - LKK MS SK PP JN FF AF -JF	Familiegruppemøde AK AKK	
12	Middag 12:00-12:45	Middag 12:00-12:45	Middag 12:00-12:45	Middagstilsyn TR 12:00- 13:30	Middag 12:00-12:45
13	Stilletime 12:45-13:30	Stilletime 12:45-13:30	Lærermøde - AK AKK BCP BLH HK -IF - CAP JL JV - LKK MS SK	Stilletime 12:45-13:30 Engelsk 10H Jylland forrest TR 13:30-15:00	
14					
15	Eftermiddagsforfriskning	Eftermiddagsforfriskning		Eftermiddagsforfriskning Linje B Fodbold drenge p2 Boldbaner TR 15:20-16:35	Eftermiddagsforfriskning
16					
17					
18	Aftentilsyn JV TR -MM Aftensmad 18:00-18:45	Aftensmad 18:00-18:45	Aftensmad 18:00-18:45	Aftensmad 18:00-18:45	Aftensmad 18:00-18:45