INDHOLDSPLAN

Skoleåret 2025 | 2026

VEJSTRUP EFTERSKOLE

INDHOLDSFORTEGNELSE

1. SKOLENS PÆDAGOGISKE LINJE 6

1.1. Formål ifølge skolens vedtægter 6

1.2. Værdier ifølge skolens værdigrundlag 6

1.3. Mål med udgangspunkt i skolens formål og værdigrundlag 6

1.4. Vejstrups aktive læringsfællesskab 6

1.5. Medindflydelse og medansvar 7

1.6. Dannelsesperspektivet 7

1.7. Læringsperspektivet 8

1.8. Bevægelsesperspektivet 9

2. SAMVÆRSREGLER OG FORVENTNINGER 10

2.1. Ordensregler 10

2.2. Samværsregler 10

2.3. Mobning 11

2.4. Brud på skolens ordensregler 11

2.5. Brud på skolens samværsregler 11

2.6. Procedure i forbindelse med bortvisning af elever 11

2.7. Forældres afbrydelse af opholdet 11

3. ÅRSPLAN FOR VEJSTRUP EFTERSKOLE 12

3.1. Overblik 12

4. SKOLEÅRETS INDDELING I TRE PERIODER 12

4.1. De tre perioder 12

4.2. Første periode: Basis 12

4.3. Anden periode: Buffet 13

4.4. Tredje periode: Boost 13

4.5. Afslutning af skoleåret 13

5. VEJSTRUPS OBLIGATORISKE DAGSPROGRAM 14

6. TEAMSAMARBEJDE 15

6.1. Familieteamet 15

6.2. Gangteamet 15

6.3. Klasseteamet (dansk-, matematik- og engelsklæreren i klassen) 15
6.4. Fagteamet 16
6.5. Linjeteamet 16
6.6. Aktiviteter og opgaver i løbet af skoleåret 16

7. KOST 16
7.1. Den grønne kostpolitik 16
7.2. Vi bestræber os på at følge de 7 kostråd 17

8. ÆSTETISK LÆRINGSMILJØ 17

9. RYGEPOLITIK 18

10. ELEVGRUPPE OG INKLUSIONSTILBUD 18
10.1. Inklusionstilbud på Vejstrup Efterskole omfatter 18
10.2. Støtte til sårbare unge indbefatter 18

11. TILSYN 20
11.1. Tilsyn i hverdagen 20
11.2. Nattetilsyn 20
11.3. Weekendtilsyn 20

12. RENGØRING 21
12.1. Vedligeholdelse af bygninger og inventar 21
12.2. Køkkenarbejde 21

13. UNDERVISNINGSTILBUD 21
13.1. Undervisning på Vejstrup 21
13.2. Basisfag Obligatoriske – hele året 22
13.3. Boostfag – Min. 1 boostfag- intensiveres sidst på året 22
13.4. Linje Obligatorisk – hele året 22
13.5. Valgfag – vælges tre gange i løbet af skoleåret 22

14. ANDERLEDES DAGE OG UGER 22
14.1. Samtaler med familielærer/uddannelsesvejledning og uddannelsesplan 26
14.2. Introdage 26
14.3. Bliveweekend 26
14.4. Familiegruppedag 26
14.5. Individuelt fysisk barometer (IFB) 26
14.6. Linjedage 27
14.7. Klasseboost 27
14.8. Vejstrup Team Ironman 27

14.9. Projektdage 27
14.10. Forældre/søskendedag....27
14.11. Åbent hus/Efterskolernes Dag/Besøgsdage 27
14.12. Terminsprøver 28
14.13. Samtaler i klasseteams....28
14.14. 6-8 temadage/timer med gymnastik 28
14.15. Vejstrup Gym Show i Svendborg Idrætscenter og Køge Arena....28
14.17. Flytte værelse dage 28
14.18. Septemberrejser 29
14.19. Uddannelsesaften, voksen til ung 29
14.20. Obligatorisk brobygning....29
14.21. Obligatorisk selvvalgt opgave 29
14.22. Juleafslutningsdag....29
14.24. Forældresamtaler....30
14.25. Skilejrskoleuge....30
14.26. Vejstrup Gym og DanceEvent....30
14.27. Fastelavn 30
14.28. Opvisningsweekender 30
14.29. Ny Elevdag for kommende årgang....31
14.30. Gallafest 31
14.31. Bedsteforældredag....31
14.32. Generalprøve på Fyns Gymnastik Bombardement....31
14.33. Fyns Gymnastik Bombardement Arena Odense 31
14.34. Alternativ dag....32
14.35. Efterskole DM i Tumbling 32
14.36. Skriftlig prøveperiode 32
14.37. Efterskole DM i Grand Prix Rytme 32
14.38. Efterskole DM i TeamGym....32
14.39. Efterskole DM i dans 32
14.40. Efterskole DM i funktionel fitness....32
14.41.Samtaler i familiegrupper 33
14.42. Elevmøde....33
14.43. Mundtlig prøveperiode....33
14.44. Fælles rengøring....33
14.45. Outrodage 33
14.46. Sidste dag og afslutning for elever og pårørende 34

15. FAGBESKRIVELSER OG FÆLLESAKTIVITETER 34

15.1. Fag: Fællesgymnastik 34

15.2. Tematorsdag/dannelse 34

15.3. Fag: Fællessang 35

15.4. Fag: Formiddagssamling 35

16. OBLIGATORISKE BOGLIGE FAG 35

16.1. Fag: Dansk 35

16.2. Fag: Engelsk 36

16.3. Fag: Matematik 37

17. EKSTRA BUFFETTILBUD 38

17.1. Fag: Ekstra bogligt 38

18. BOOSTFAG (PERIODE 3) 39

18.1. Fag: Fransk boost 39

18.2. Fag: Naturfag boost 39

18.3. Fag: Spansk boost (begyndere) 40

18.4. Fag: Tysk boost 40

18.5 Gymnastikuddannelse boost 41

18.6 Hyg og byg – praktisk boost 41

19. LINJER 42

19.1. Fag: Dans 42

19.2. Fag: Funktionel Fitness 42

19.3. Fag: Tumbling 43

19.4. Fag: Rytmisk gymnastik 44

19.5. Fag: Spring 44

19.6. Fag: TeamGym 44

20. VALGFAG 46

20.1. Fag: Adventure 46

20.2. Fag: Dans/rytme 46

20.3. Fag: Krea 46

20.4. Fag: Fodbold, drenge 47

20.5. Fag: Musik/band (øvede) 47

20.6. Fag: Styrketræning 48

20.7. Fag: Alternativ bevægelse 48

20.8. Fag: Blokadespring 49

20.9. Fag: Dans 49

20.10. Fag: Fodbold, piger *49*
20.11. Fag: Foto og video *50*
20.12. Fag: Fysisk grundtræning *50*
20.13. Fag: Guitar/ukulele (Akustisk) *51*
20.14. Fag: Kreativ *51*
20.15. Fag: Mad Med Mere *51*
20.16. Fag: Sammenspil (begynder) *52*
20.17. Fag: Spring basis *52*
20.18. Fag: Spring gym øvet *53*

21. EKSEMPEL PÅ ELEVSKEMA 54

22. EKSEMPEL PÅ LÆRERSKEMA 55

1. SKOLENS PÆDAGOGISKE LINJE

1.1. 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.

1.2. Værdier ifølge skolens værdigrundlag

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

1.3. Mål med udgangspunkt i skolens formål og værdigrundlag

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

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

1.4. 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 med.

1.5. 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, hvor medarbejdere og elever samarbejder om planlægning og gennemførelse af skolens aktiviteter samt om 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.

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 muligt.

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

1. De deltager i efterskolens grundlæggende kerneaktiviteter og lærer at indgå som individ med respekt for fællesskabet. Dette vil herefter blive omtalt som **dannelsesperspektivet**.
2. De deltager i undervisningen og tilegner sig stærke studiemæssige færdigheder. Dette vil herefter blive omtalt som **læringsperspektivet**.
3. 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**.

1.6. 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.

1.7. 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.

1.8. 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 sundhed.

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

1. har tro på fremtiden og er klar til at være med til at skabe den,
2. er uddannelsesparate og i stand til at gennemføre den uddannelse, de ønsker og
3. forstår værdien af at samarbejde og i det hele taget at leve et aktivt og sundt liv.

Således er Vejstrups ideal for elevernes udvikling og trivsel begrebet ”**værdygtighed**”, 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*.

2. SAMVÆRSREGLER OG FORVENTNINGER

Alle elever deltager aktivt i undervisningen, da deltagelse er den væsentligste faktor for, at eleverne opnår det bedst mulige læringsudbytte, ligesom det er en vigtig faktor i forhold til fastholdelse. 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.

2.1. Ordensregler

Skolens ordensregler er:

- Opbevaring og brug af euforiserende stoffer, alkohol, nikotinprodukter (cigaretter, E-cigaretter, snus, puffbars eller lignende) er ikke foreneligt med skolens værdier og tolereres ikke.
- Tyveri er ulovligt og ikke foreneligt med skolens værdier og tolereres ikke.

2.2. Samværsregler

Skolens samværsregler er:

- Eleverne støtter op om og deltager i de obligatoriske aktiviteter på skolen.
- Eleverne er gode kammerater, respekterer hinanden, hjælper hinanden.
- Eleverne kommunikerer ordentligt og respektfuldt, også på de sociale medier. Mobning tolereres ikke.

- Eleverne respekterer hinandens og skolens ting og behandler de fysiske rammer ansvarsfuldt.
- Mellem kl 22.30 og 7.00 opholder eleverne sig på deres eget værelse.

2.3. Mobning

På Vejstrup tolererer vi jf. ovenstående ikke mobning. I tilfælde af mobning henvises til Vejstrups antimobbestrategi. Formålet med denne er at strukturere og tydeliggøre, hvordan vi arbejder både forebyggende og indgribende med problemer i undervisningsmiljøet, der har karakter af mobning eller lignende.

2.4. Brud på skolens ordensregler

Når en elev i en specifik situation overtræder skolens ordensregler, kan det medføre bortvisning.

2.5. Brud på skolens samværsregler

Når en elev ved gentagne lejligheder ikke lever op til skolens samværsregler, vil det medføre, at der sædvanligvis sættes en pædagogisk proces i gang, som har til hensigt at støtte eleven til at overholde reglerne. Hvis den ikke fører til forbedringer, kan det medføre bortvisning. Ved særligt grelle tilfælde, kan overtrædelse af samværsreglerne føre direkte til bortvisning.

2.6. Procedure i forbindelse med bortvisning af elever

I sager hvor skolen overvejer at opsige samarbejdet og bortvise en elev, skal både eleven og dennes forældre høres i sagen jf. FNs børnekonventionen. Dette sker i en proces, hvor såvel eleven som dennes forældre indkaldes til en høring (denne kan foregå online). På samme vis høres skolens pædagogiske medarbejdere, inden forstanderen i samråd med ledelsen træffer beslutning i den konkrete sag. Når beslutningen er truffet orienteres den pågældende elev og dennes forældre, hvorefter de øvrige elever og forældre orienteres.

Ved skolens afbrydelse af opholdet/bortvisning opkræves et afbrydelsesgebyr svarende til 4 ugers skolepenge uden fradrag for statslig elevstøtte.

2.7. Forældres afbrydelse af opholdet

Forældre kan afbryde efterskoleopholdet skriftligt ved mail til skolen. Afbrydes opholdet af forældrene, opkræves et afbrydelsesgebyr svarende til 4 ugers skolepenge uden fradrag for statslig elevstøtte

3. ÅRSPLAN FOR VEJSTRUP EFTERSKOLE

3.1. Overblik

1. Kurset varer 42 uger og går fra søndag den 10. august 2025 klokken 14.00 til torsdag den 25. juli 2026.
2. Der er efterårsferie i uge 42 fra fredag den 10. oktober kl. 15.00. Eleverne skal være på skolen igen senest søndag den 19. oktober mellem kl. 19.00 og 22.00.
3. Der er juleferie fra fredag den 19. december kl 15. De skal være på skolen igen senest fredag den 2. januar 2025 mellem kl. 19.00 og 21.00. Der er lørdagsundervisning lørdag den 3. januar.
4. Der er vinterferie i uge 7 fra fredag den 6. februar kl. 15.00. De kommer tilbage til skolen søndag den 15. februar mellem kl. 19.00 og 22.00.
5. Påsken: Undervisningen slutter onsdag den 1. april efter bedsteforældredagen, hvor eleverne må rejse hjem. Eleverne skal være på skolen igen 2. påskedag mandag den 6. april mellem kl. 19.00 og kl. 22.00.
6. Skoleåret slutter officielt torsdag den 25. juni hvor der vil være afslutning på skolen for elever, forældre og ansatte.

4. SKOLEÅRETS INDDELING I TRE PERIODER

4.1. De tre perioder

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

- I første periode benævnt ”basis” afdækkes elevernes faglige og personlige styrker og svagheder.
- I anden periode benævnt ”buffet” sættes målrettet ind ned udgangspunkt i den enkelte elevs styrker og udfordringer, så eleverne udvikler sig og når deres mål.
- I tredje periode benævnt ”boost” forberedes eleverne bedst muligt på at ikke kun at påbegynde deres ungdomsuddannelse men også til at gennemføre den. Det foregår både i de tre store boglige fag samt i specifikke boostfag, som skal understøtte eleven i overgangen til ungdomsuddannelsen.

4.2. Første periode: 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.

4.3. Anden periode: 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.

4.4. Tredje periode: 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 projektfremlæggelser. 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.

4.5. 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 ved:

- Gennemførelse af Folkeskolens 10. klasses eksamen eller
- 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 gennemføres 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 projektfremlæggelse og en efterfølgende skriftlig udtalelse.

5. VEJSTRUPS OBLIGATORISKE DAGSPROGRAM

07.40-08.10	| Morgenmad
08.10-08.20	| Evt. sygemelding på kontoret
08.20-09.40	| Undervisning
09.45-10.05	| Formiddagssamling med fortælling, info eller sang
10.05-10.30	| Områderegnøring (man, ons, fre)
	| Sangtime (tir, tor)
10.30-10.40	| Formiddagspause
10.40-12.00	| Undervisning (valgfag, boglig, gymnastik eller linje)
12.05-12.45	| Middagsmad
12.45-13.25	| Stilletime på værelset (man, tir, ons, tor)
	| Samling (fre)
13.25-14.55	| Undervisning (boglig)
	| Lang stilletime + familiemøde (ons)
14.55-15.10	| Eftermiddagsforfriskning
15.10-16.30	| Undervisning (valgfag eller linje)
16.40-18.00	| Undervisning (gymnastik, valgfag, linje eller dannelse)
18.00-18.30	| Aftensmad + beskeder i spisesalen
18.30-19.00	| Værelsesrengøring (1 gang om ugen – bestemt ud fra hvor man bor)
	| Fritid/Mulighed for aktiviteter
19.00-21.00	| Fritid/Mulighed for aktiviteter
21.00-21.30	| Forfriskning
21.45-22.15	| Egen gang
22.15-22.30	| Eget værelse
22.30-23.00	| Slukke lys og godnat (aftenvagter siger godnat til alle)
23.00-07.30	| I egen seng på eget værelse

6. TEAMSAMARBEJDE

På Vejstrup arbejder såvel de ansatte som eleverne i teams, fordi teamsamarbejde fører til større tryghed, større tilfredshed og bedre læring. De respektive teams er ansvarlige for nedenstående områder.

6.1. Familieteamet

1. Samarbejde i familiegrupper med ansatte, og har den tætte kontakt til eleven.
2. Den primære kontakt til hjemmet.
3. Gennemførelse af forældresamtaler.
4. Gennemførelse af tre vejledningssamtaler i løbet af skoleåret med hver sit fokus.
5. Gennemførelse af familiegruppemøder/gangmøder hver tirsdag og onsdag (den gode samtale, hygge, trivsel, løser eventuelle problemer, laver aktivitet etc.).
6. Uddannelsesplan og tilmelding til ungdomsuddannelse i samarbejde med uddannelsesvejlederne.
7. Tilsyn med elevernes værelser.
8. Deltagelse i familiegruppeteam, der er tilknyttet den gang, hvor familiegruppen bor.
9. Udtalelser til Obligatorisk Selvvalgt Opgave (OSO)
10. Afsluttende udtalelse.
11. Herudover har familielæreren ansvaret for specielle forløb med familieelever, som har behov for tættere kontakt og mere minutiøs sparring i tæt samarbejde med skolens trivselsudvalg

6.2. Gangteamet

1. Tilsyn med elevernes værelser.
2. Trivslen på gangen.
3. Værelsesflytning.

6.3. Klasseteamet (dansk-, matematik- og engelsklæreren i klassen)

1. Det overordnede overblik over klasseteamets elever, så eleverne fungerer sammen i de respektive klasser.
2. Den tætte kontakt til den enkelte elev, sætter sammen med eleven mål for dennes læring og tager medansvar for, at målene nås.
3. Positive og udviklende samtaler med alle elever.
4. Videreudvikling af arbejdsformer og indhold, så målene nås.

5. At såvel gode og dygtige elever som elever med boglige, sociale og adfærdsmæssige udfordringer når deres mål.
6. Samarbejde med familielæreren ved behov.
7. Beskrivelse af elevens tilgang til undervisningen.

6.4. Fagteamet

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

6.5. Linjeteamet

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

6.6. 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.

7. KOST

7.1. 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 idrætsudeøvere.

7.2. Vi bestræber os på at følge de 7 kostråd

De syv kostråd – godt for sundhed og klima

1. Spis planterigt, varieret og ikke for meget
2. Spis flere grøntsager og frugter
3. Spis mindre kød – vælg bælgfrugter og fisk
4. Spis mad med fuldkorn
5. Vælg planteolier og magre mejeriprodukter
6. Spis mindre af det søde, salte og fede
7. 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 synliggører 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.

8. ÆSTETISK LÆRINGSMILJØ

Det æstetiske læringsmiljø er vigtigt for elevers og medarbejderes 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

9. 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.

10. ELEVGRUPPE OG INKLUSIONSTILBUD

Vejstrup Efterskole har omkring 250 elever. Eleverne optages som udgangspunkt i den rækkefølge, de tilmelder sig. Der tages hensyn til en hensigtsmæssig fordeling på skolens linjer. 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. 160
- Drenge ca. 90

10.1. 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.

10.2. 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.

11. TILSYN

11.1. Tilsyn i hverdagen

Kl. 07.50-08.20 Morgentilsyn: To lærere deltager i morgenmad. Der tjekkes om alle elever er mødt kl. 08.05. Man melder sig syg på kontoret kl 8.10

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

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.

11.2. Nattetilsyn

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

11.3. Weekendtilsyn

Varetages af ca. 4 lærere pr. weekend. Hver af de 4 lærere arbejder ca. 20 timer. 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, bålaften, kreative værksteder og meget andet.

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

12. 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.

12.1. 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.

12.2. Køkkenarbejde

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

Eleverne deltager i køkkenarbejdet i familiegruppe på flg. måde: Køkkenvagten starter mandag morgen og slutter fredag middag. 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 tastes i SkolePlan senest torsdag. I weekenderne hjælper en gruppe elever køkkenet med madlavning, oprydning og opvask.

13. UNDERVISNINGSTILBUD

13.1. Undervisning på Vejstrup

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.

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.

13.2. Basisfag Obligatoriske – hele året

Dansk, Engelsk, Matematik, Gymnastik, Fællestimer, Familiegruppetimer, Sang.

13.3. Boostfag – Min. 1 boostfag- intensiveres sidst på året

Fysik/Kemi/Naturfag, Tysk, Spansk, Fransk, Træneruddannelse, Hyg og byg.

13.4. Linje Obligatorisk – hele året

Dans, TeamGym, Tumbling, Spring, Rytmisk Gymnastik eller Funktionel Fitness.

13.5. Valgfag – vælges tre gange i løbet af skoleåret

På Vejstrup udbydes en lang række valgfag. Valgfagene fremgår af fagbeskrivelsen. Hvis der er basis for det, kan der oprettes ekstra valgfag, ligesom nogle fag ikke oprettes, hvis der ikke er tilstrækkelig tilslutning. Valgfag udbydes og vælges tre gange i løbet af et skole

14. ANDERLEDES DAGE OG UGER

Vi har på Vejstrup nogle dage, eller uger, hvor aktiviteterne tilrettelægges anderledes end normalt. Datoer og beskrivelser kan ses herunder. Der tages forbehold for eventuelle ændring i nedenstående årsplan. Vi henviser derfor til skolens opdaterede årsplan i SkolePlan > Skema > Årsplan.

1. Halvår:

	august		september		oktober		november		december		januar
f1		m1	36 September-rejser	o1	Terminsprøver	1	Friweekend	m1	49 Brobygning Elever i brobygning på Sydfynske uddannelsesinstitutioner	t1	nytårsdag
2		t2	September-rejser	t2	Terminsprøver	2	Friweekend Elever retur mellem 19.00 og 21.00	t2	Brobygning	f2	Juleferie slut Ankomst for ALLE elever mellem kl. 19.00-21.00
3		o3	September-rejser	t3	Terminsprøver	m3	45	o3	Brobygning	3	Gymnastikdag
m4	32	t4	September-rejser	4		t4	Flytte værelsesdag Alle elever flytter værelser og får ny værelseskammerat	t4	Brobygning	4	Gymnastikdag
t5		t5	September-rejser Hjemkomst fredag . Mulighed for at blive sat i Odense, Nyborg og	5		o5		t5	Brobygning	m5	2 Sen morgenmad og undervisningen starter kl. 10.00
o6		6	Friweekend	m6	41	t6		6	Face-Off. Elever kan tage med skolen til FaceOff i Herning (valgfrit)	t6	Aftenarrangement En elevgruppe afholder et aftenarrangement
t7		7	Friweekend Elever retur mellem 19.00 og 21.00	t7		f7		7	Vejstrup TeamGymCup (obligatorisk for TeamGym linjen)	o7	
f8		m8	37	o8		8	Weekendarrangement - Børnefødselsdag	m8	50 OSO Eleverne skriver OSO-opgave på skolen	t8	
9		t9		t9		9		t9	Gymnastik eftermiddag	f9	
10	Ankomstdag Ankomst kl.14:00-14.30	o10		f10	Hjemrejse kl. 15.00 - god ferie	m10	46	o10	Aftenarrangement	10	Skilejrskole Skilejrskole i Hafjell (Norge). Afgang aften
m11	33 Introdage	t11	Ironman - Vejstrup Ironman i	11	Efterårsferie	t11		t11		11	Skilejrskole
t12	Introdage	f12		12	Efterårsferie	o12		f12	Fremlæggelse af OSO	m12	Skilejrskole
o13	Introdage	13		m13	42 Efterårsferie	t13	Linjefagsdage Linjedag - hele dagen	13		t13	Skilejrskole
t14		14		t14	Efterårsferie	f14	Linjefagsdage Linjedag - hele dagen	14	Forældresamtaledag Forældresamtaler 15:00-21:00	o14	Skilejrskole
f15	Eleverne bliver på skolen i den første weekend	m15	38	o15	Efterårsferie	15		m15	51 Gymnastik-Eftermiddag	t15	Skilejrskole
16	Bliveweekend	t16		t16	Efterårsferie	16		t16		f16	Skilejrskole Hjemkomst til formiddag . Afsætning udvalgte steder på Sjælland Nyborg undervejs.
17	Bliveweekend	o17		f17	Efterårsferie	m17	47	o17		17	Friweekend
m18	34	t18		18	Efterårsferie	t18		t18	Julemiddag	18	Friweekend Alle elever retur mellem kl. 19.00-21.00
t19		f19		19	Efterårsferie	o19	Fitness Cup Konkurrence for eleverne fra fitness	f19	Juleafslutning Juleafslutning for eleverne. Eleverne kan hentes 15:00-16:30	m19	4
o20		20		m20	43	t20	Gymnastikdag	20	Juleferie	t20	
t21	Familiegruppesamtaler Eleverne har fri kl. 16:00 - Mulighed for weekendbus hjem kl. 16:15	21		t21		f21	Bliveweekend - Generalprøve sammen med Lilleholdet	21	Juleferie	o21	
f22	Forlænget weekend	m22	39	o22		22	Vejstrup Gymshow GymShow i Svendborg. Alle elever bliver på skolen	m22	52 Juleferie	t22	Gymnastikdag
23	Forlænget weekend	t23	Projekt 1 - formiddag Projekt 1 formiddag	t23		23	Vejstrup Gymshow Gymshow i Køge. Alle bliver på skolen	t23		f23	Gymnastikdag + Elevfest 3. Elevfest
24	Forlænget weekend Elever retur mellem 19.00 og 21.00	o24	Gymnastikdag	f24		m24	48 Sen morgenmad - Timerne starter kl. 10:00	o24	juleaften	24	Friweekend
m25	35 IFB i linjetimerne	t25		25		t25		t25	1. juledag	25	Friweekend
t26		f26		26		o26		f26	2. juledag	m26	5 Friweekend Eleverne skal komme retur mellem kl. 19.00-21.00
o27		27	Bliveweekend Forældre/søskende dag - alle eleverne er på skolen	m27	44 Projekt 2 Projekt 2	t27	Julehyggeeftermiddag Julehyggeeftermiddag	27	Juleferie	t27	
t28		28	Efterskolernes dag Efterskolernes dag - eleverne er på skolen	t28	Projekt 2 Projekt 2	f28	OSO OSO / 2. Elevfest	28	Juleferie	o28	
f29		m29	40 Forskudt søndag Eleverne holder søndag på en mandag på skolen	o29		29	Friweekend	m29	53 Juleferie	t29	Gymnastikdag
30		t30		t30	Halloween - Husk udklædning hjemmefra	30	Friweekend	t30	Juleferie	f30	Gymnastikdag
31	September-rejser Elever retur senest kl. 18.00, hvis man har været hjemme. Afgang for rejser om aftenen			f31	Elevfest 1. elevfest			o31	nytårsaften Nytårsfest	31	Bliveweekend Gymnastikopvisning for alle elever til OD-dag. Mulighed for hjemrejse efter endt opvisning

2. Halvår:

	februar		marts		april		maj		juni		juli
1		1	Bliveweekend Gymnastikopvisnger for alle elever	o1	Bedsteforældredag Gymnastikopvisning og en dag sammen med elevernes bedsteforældre	f1	Efterskole DM TeamGym Teamgym til DM i Svendborg	m1	23 Linjefagsrengøring	o1	
m2	6	m2	10 Forskudt weekend Alle elever hjemme på weekend	t2	skærtorsdag	2		t2		t2	
t3		t3	Forskudt weekend Alle elever hjemme på weekend - retur tirsdag aften kl. 19.00-21.00	f3	langfredag	3		o3		f3	
o4		o4		4		m4	19	t4		4	
t5		t5		5	påskedag	t5		f5	Hovedrengøring formiddag. Blivewekeend indtil efter gymnastikopvisning lørdag	5	
f6	Hjemrejse kl. 15.00	f6		m6	15 2. påskedag	o6	skr. prøver FP10 Engelsk eftermiddag	6	Bliveweekend Elevmøde - Gymnastikopvisning for alle elever - Hjemrejse herefter	m6	28
7	Vinterferie	7	Bliveweekend Gymnastikopvisnger for alle elever	t7		t7	skr. prøver FP10 Matematik formiddag	7		t7	
8	Vinterferie	8	Bliveweekend Gymnastikopvisnger for alle elever	o8		f8	skr. prøver FP10 Dansk formiddag	m8	24 Mundtlige prøver / Projekt Teambuilding og Eksamensforberedelse	o8	
m9	7 Vinterferie	m9	11	t9		9		t9	Mundtlige prøver / Projekt	t9	
t10	Vinterferie	t10	Flytte værelsesdag Eleverne flytter værelser	f10		10		o10	Mundtlige prøver / Projekt	f10	
o11	Vinterferie	o11		11	Bryllupsweekend Elevgruppe arrangerer bryllup	m11	20 Projekt 4 - Idedag Projektelever har Idedag	t11	Mundtlige prøver / Projekt	11	
f12	Vinterferie	f12		12		f12	Gallaaften Stor gallafest med indslag, dans og taler	f12	Mundtlige prøver / Projekt	12	
f13	Vinterferie	f13		m13	16	o13	Familiegruppesamtaler Familielæreren afholder samtaler i familiegruppen	13		m13	29
14	Vinterferie	14	Bliveweekend Gymnastikopvisnger for alle elever	t14		t14	Kristi Himmelfartsdag	14		t14	
15	Vinterferie Eleverne skal komme retur mellem kl. 19.00-21.00	15	Bliveweekend Gymnastikopvisnger for alle elever	o15		f15	Kristi Himmelfartsdag	m15	25 Mundtlige prøver / Projekt	o15	
m16	8 Fastelavn Fastelavn afholdes om aftenen	m16	12 Forskudt weekend Alle elever hjemme på weekend	t16	Pædagogisk dag	16		t16	Mundtlige prøver / Projekt	t16	
t17	Gymnastikdag	t17	Forskudt weekend Alle elever hjemme på weekend - retur tirsdag aften kl. 19.00-21.00	f17		17		o17	Mundtlige prøver / Projekt	f17	
o18		o18	Aftenarrangement Der er en gruppe elever, der afholder et aftenarrangement	18		m18	21	t18	Mundtlige prøver / Projekt	18	
t19		t19		19		t19		f19	Mundtlige prøver / Projekt	19	
f20	Gymnastikdag Gym Dance-Event på Vejstrup Efterskole Alle elever skal blive på skolen	f20		m20	17	o20	Projekt 4 - Pitchdag Projektelever har Pitch-dag	20		m20	30
21	Bliveweekend Gymnastikopvisning for alle elever til Gym Dance-Event på Vejstrup	21		t21		t21		21		t21	
22		22		o22		f22		m22	26 Outrodage	o22	
m23	9	m23	13	t23		23		t23	Outrodage	t23	
t24		t24	Generalprøve på FGB Øve til Fyns Gymnastik Bombardement sammen Ringe og Berns	f24		24	pinsedag	o24	Outrodage Afslutningsaften for lærere og elever	f24	
o25		o25		25		m25	22 2. pinsedag	t25	Sidste skoledag Forældre ankommer fra 12.30	25	
t26		t26		26		t26	Hjem til foreningen - Aftenarrangement	f26		26	
f27		f27		m27	18	o27		27		m27	31
28	Bliveweekend Gymnastikopvisnger for alle elever	28	Bliveweekend Gymnastikopvisnger for alle elever	t28		t28		28		t28	
		29	Bliveweekend Fyns Gymnastik Bombardement i Odense - To gymnastikopvisninger for alle elever	o29		f29	Elevfest 4. Elevfest	m29	27	o29	
		m30	14 Alternativ dag	t30	Efterskole DM i Dans	30	Friweekend	t30		t30	
		t31	Ny elevdag Gymnastikopvisning og besøg af de kommende elever			31	Friweekend			t31	

14.1. Samtaler med familielærer/uddannelsesvejledning og 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/individuelsamtalen foregår i samarbejde mellem uddannelsesvejlederen og familielæreren, og den foregår i forbindelse med en dansktime.

1. Forventningssamtale med familielærer.

2. Opfølgnings- og uddannelsessamtale med familielærer.

3. Løbende samtaler om uddannelsesplan og tilmeldingsskema.

4. Evalueringssamtale med familielærer.

14.2. Introdage

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.

14.3. Bliveweekend

Formål: For at lære hinanden at kende bliver alle elever på skolen den 1. weekend.

14.4. Familiegruppedag

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

Indhold: Familigegrupperne arrangerer selv dagen.

14.5. Individuelt fysisk barometer (IFB)

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.

14.6. Linjedage

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

Indhold: Fællesskabende aktiviteter og info omkring forløbet på linjen.

14.7. Klasseboost

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.

14.8. Vejstrup Team Ironman

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

14.9. Projektdage

Formål: At involvere eleverne i skolens aktiviteter for at styrke deres deltagelse og medansvar for aktiviteteternes 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.

14.10. Forældre/søskendedag

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 familiegrupper.

14.11. Åbent hus/Efterskolernes Dag/Besøgsdage

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 undervisningsdag.

14.12. Terminsprøver

Formål: Med henblik på at udvikle elevernes eksamenskompetencer afvikle terminsprøver i dansk, matematik og engelsk

14.13. Samtaler i klasseteams

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

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

14.14. 6-8 temadage/timer med gymnastik

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

14.15. Vejstrup Gym Show i Svendborg Idrætscenter og Køge Arena

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

Indhold: Opvisninger af elevholdet sammen med Lilleholdet (skolens gl. elevhold).
Ca. 120 mini- og juniordrenge og piger fra gymnastikforeninger inviteres til at åbne showet.

14.17. Flytte værelse dage

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.

14.18. Septemberrejser

Formål: At stifte bekendtskab med andre kulturer og idrætskulturer og at styrke elevernes interkulturelle forståelse. Alle rejser foregår i bus og går til en skandinavisk/europæisk destination.

14.19. Uddannelsesaften, voksen til ung

Formål: Med henblik på at kvalificere elevernes uddannelsesvalg inviteres en række gæster til at fortælle om netop deres uddannelse.

14.20. Obligatorisk brobygning

Formål: At kvalificere elevernes valg af ungdomsuddannelse.

Indhold: 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.

14.21. Obligatorisk selvvalgt opgave

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

Indhold: 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.

14.22. Juleafslutningsdag

Formål: At blive bekendt med danske traditioner og normer.

Indhold: 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.

14.24. Forældresamtaler

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

14.25. Skilejrskoleuge

Formål: At styrke fællesskabet, møde en anden kultur og lære eleverne at stå på ski. Der undervises i alpint skiløb og enkelte grupper i snowboard.

14.26. Vejstrup Gym og DanceEvent

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

Indhold: Fredag aften kl. 19.30-22.00. Et danseevent for skolens elever samt andre inviterede hold.
Lørdag kl. 10.00 – 18.00. Et gymnastikevent for inviterede gymnastik hold samt skolens elever.

14.27. Fastelavn

Formål: At blive bekendt med danske traditioner og normer.

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

14.28. Opvisningsweekender

Formål: At udbrede kendskabet til dansk gymnastik ved deltagelse i gymnastikopvisninger

14.29. Ny Elevdag for kommende årgang

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

Indhold: 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.

14.30. Gallafest

Formål: At blive bekendt med danske traditioner og normer.

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

14.31. Bedsteforældredag

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

Indhold: 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.

Skolen præsenterer sin profil, og der arrangeres aktiviteter for kommende elever og forældre.

14.32. Generalprøve på Fyns Gymnastik Bombardement

Formål: At forberede eleverne til FGB og være en del af et stort gymnastik-arrangement.

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

14.33. Fyns Gymnastik Bombardement Arena Odense

Formål: At vise efterskolegymnastikken frem på Fyn på en anderledes måde end vanligt.

Indhold: En opvisningsevent i samarbejde med Ringe Efterskole og Bernstorffsminde Efterskole. Der køres to shows hhv. kl. 14.30 og kl. 19.00.

14.34. Alternativ dag

Formål: At give eleverne en anderledes skoleoplevelse ovenpå Fyns Gymnastik Bombardement

14.35. Efterskole DM i Tumbling

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

14.36. Skriftlig prøveperiode

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

14.37. Efterskole DM i Grand Prix Rytme

Formål: At opleve en konkurrence og få personlige erfaringer med at stå i en konkurrencesituation.
Vi deltager med 2-3 hold.

14.38. Efterskole DM i TeamGym

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.

14.39. Efterskole DM i dans

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

14.40. Efterskole DM i funktionel fitness

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

14.41.Samtaler i familiegrupper

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

14.42. Elevmøde

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

Indhold: 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.

14.43. Mundtlig prøveperiode

Indhold: 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.

14.44. Fælles rengøring

Formål: At eleverne lærer at rengøre og vedligeholde det sted, de bor og er en del af.

Indhold: 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.

14.45. Outrodage

Indhold: 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.

14.46. Sidste dag og afslutning for elever og pårørende

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.

15. FAGBESKRIVELSER OG FÆLLESAKTIVITETER

15.1. 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 timer pr. uge fordelt over 3 gange
Antal elever pr. hold: Alle
Prøveforberedende eller ej – Niveau: Ikke prøveforberedende
Obligatorisk eller valgfrit: Obligatorisk

15.2. Fag: Tematorsdag/dannelse

Formål: Gennem oplæg, drøftelser og gruppeaktiviteter over forskellige aktuelle emner at give lyst og redskaber til livet med udvikling af personlige og sociale kompetencer. Selvledelse, positiv kommunikation og positive relationer. Aktuelle nyheder. At skabe mulighed for refleksion over identitet og det at være en del af et fællesskab.

Timetal: 80 min.
Antal elever pr. hold: 250
Prøveforberedende eller ej – Niveau: Ikke prøveforberedende
Obligatorisk eller valgfrit: Obligatorisk

15.3. 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: ½ time pr uge.
Antal elever pr. hold: 250
Prøveforberedende eller ej – Niveau: Ikke prøveforberedende
Obligatorisk eller valgfrit: Obligatorisk

15.4. Fag: Formiddagssamling

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

Aktivitetsbeskrivelse: 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: 20 min pr dag.
Antal elever pr. hold: 250
Prøveforberedende eller ej – Niveau: Ikke prøveforberedende
Obligatorisk eller valgfrit: Obligatorisk

16. OBLIGATORISKE BOGLIGE FAG

16.1. 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 forståelse for omverdenen danne udgangspunkt for at arbejde med bredere sammenhænge og mere komplicerede

strukturer. Dette gøres 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 planlagt med forskelligt fokus:

- I første periode vil der være fokus på at afklare elevernes faglige styrker og udfordringer.
- 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.
- I den tredje periode er der fokus på skriftlige prøver for alle samt 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 deres evne til at lære at indgå i teamsamarbejde, at sætte mål og at arbejde vedholdende for at nå disse mål.

Prøveformer: Alle elever går til skriftlig eksamen i dansk.
Afslutning af skoleåret kan mundtligt foregå på 2 måder:

1. Eksamen, hvor de ministerielle retningslinjer for FP10 følges.
2. Vejstrupprøven, hvor eleverne i samarbejde med virksomheder/ foreninger m.m. løser konkrete og reelle udfordringer, som virksomheden m.m. har defineret.

Timetal pr. uge: 4 timer (3 x 80 min.)
Antal elever pr. hold: Cirka 24 elever
Prøveforberedende eller ej – niveau: Dansk FP10 og projekt
Obligatorisk eller valgfag: Obligatorisk

16.2. 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.

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, klasseteams og bevægelse i undervisningen.

Timetal pr. uge: 4 timer (3 x 80 min.)
Antal elever pr. hold: Cirka 24 elever
Prøveforberedende eller ej – Niveau: FP10 eller projekt.

- Både FP10 og VejstrupPrøve-elever går op til skriftlig FP10 i maj.
- Eksamensklasserne afslutter skoleåret med en mundtlig prøve i Engelsk i juni måned.
- VejstrupPrøve-klasserne afslutter skoleåret med en intern mundtlig projektbaseret prøve i kultur-og samfundsforhold samt grammatik.

Obligatorisk eller valgfrit: Obligatorisk.

16.3. Fag: Matematik

Formål: 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.

Aktivitetsbeskrivelse: I starten af skoleåret arbejder eleverne med basis for at finde frem til, hvad eleverne har med i værktøjskassen og hvad de mangler. Der tages udgangspunkt i de matematiske kompetencer; problembehandling, repræsentation, modellering, ræsonnement, kommunikation og hjælpemiddel. Gennem skoleåret udvides værktøjskassen med ny viden og udvikling af elevernes kompetencer. Eleverne arbejder løbende med forskellige projekter med matematisk indhold, hvor de skal samarbejde i grupper for at løse alsidige og varierende problemstillinger. Undervisningen har henblik på at styrke eleverne faglighed og forberede dem til deres kommende ungdomsuddannelser.

Timetal pr. uge: 4 timer (3 x 80 min.)
Antal elever pr. hold: Cirka 24 elever.
Prøveform:

- FP10: Eleverne skal til en skriftlig og mundtlig eksamen
- Vejstrupprøve: Eleverne skal til en afsluttede 24-timers projektprøve i matematik

17. EKSTRA BUFFETTILBUD

17.1. 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 pr. uge: 80 min./uge

18. BOOSTFAG (PERIODE 3)

18.1. 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: 160 min. pr. uge i tredje periode
Prøveforberedende eller ej – Niveau: Nej, men forberedende til ungdomsuddannelse
Obligatorisk eller valgfrit: Valgfrit

18.2. Fag: Naturfag boost

Formål: Formålet med undervisningen i naturfag er, at eleverne tilegner sig viden, indsigt og naturfaglige kompetencer om fysiske, kemiske og biologiske forhold. Der lægges særlig vægt på den grundlæggende forståelse af fysiske, kemiske og biologiske 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: 160 min.
Antal elever pr. hold: Ca. 40
Prøveforberedende eller ej: Ej men forberedende til ungdomsuddannelse
Obligatorisk eller valgfrit: Valgfrit

18.3. 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: 80 min. pr. uge i tredje periode NB 1 eller 2x/uge??
Prøveforberedende eller ej: Ej, men forberedende til ungdomsuddannelse
Obligatorisk eller valgfrit: Valgfrit

18.4. 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.

Aktivitetsbeskrivelse: 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: 160 min. pr uge i tredje periode
Prøveforberedende eller ej: Ej men forberedende til ungdomsuddannelse
Obligatorisk eller valgfrit: Valgfrit

18.5 Gymnastikuddannelse boost

Formål: Formålet med undervisningen er, at eleverne tilegner sig kompetencer indenfor didaktik og træningslære med fokus på udviklingen af motoriske færdigheder inden for gymnastik, der samlet set gør dem i stand til at planlægge og afvikle undervisning for gymnastikhold i forenings- og klubregi. Undervisningen skal desuden give eleverne et indblik i, hvilken betydning det frivillige foreningsliv har for danske børn og unge i forhold til sundhed og trivsel.

Aktivitetsbeskrivelse: Kommunikative færdigheder – verbale såvel som nonverbale. Kultur- og samfundsforhold. Planlægning og organisering.

Arbejdsformer: Undervisningen består af forskellige arbejdsmetoder såsom debat og dialogkort i par eller grupper indenfor kultur- og samfundsforhold i det danske foreningsliv, planlægningsopgaver og fremlæggelser individuelt eller i grupper, samt et individuelt e-læringsmateriale bestående af teori, opgaver, refleksionsøvelser og skriftlig aflevering.

Timetal pr. uge: 160 min. pr. uge i tredje periode
Prøveforberedende eller ej: Ej,
Obligatorisk eller valgfrit: Valgfrit

18.6 Hyg og byg – praktisk boost

Formål: Formålet med undervisningen er, at eleverne tilegner sig praktiske færdigheder samt at de får stimuleret interessen for det praktiske fagområde samt praktiske uddannelser.

Aktivitetsbeskrivelse: Eleverne deltager i samspil med undervisere og skolens praktiske medarbejdere i udvalgte byggeprocesser.

Arbejdsformer: Der er særligt fokus på håndværksmæssige arbejdsopgaver under vejledning af

såvel pædagogiske som praktiske medarbejdere og med udgangspunkt i rammer og lovgivning indenfor det praktiske område.

Timetal pr. uge: 160 min. pr. uge i tredje periode
Prøveforberedende eller ej: Ej, men forberedende til ungdomsuddannelse
Obligatorisk eller valgfrit: Valgfrit

19. LINJER

19.1. 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 pallette 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 pr. uge: 4 timer (3 x 80 min.)

19.2. Fag: Funktionel 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 Funktionel Fitness bliver eleverne præsenteret for et bredt spektrum inden for fitnessverdenen. Der gennemgås forskellige genre inden for fitness; styrketræning, crossfit, TRX mv. Der arbejdet både med funktionel 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 Funktionel 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 pr. uge: 4 timer (3 x 80 min.)

19.3. 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 pr. uge: 4 timer (3 x 80 min.)

19.4. 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, tøndeånd o.l.

Timetal pr. uge: 4 timer (3 x 80 min.)

19.5. 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 pr. uge: 4 timer (3 x 80 min.)

19.6. 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:

1. Styrke og smidighedstræning
2. Teknisk træning
3. Rytmisk træning herunder træning af momenter
4. Undervisning i reglement
5. Fokus på gruppedynamik og holdpræstationer
6. Fysisk screening målrettet TeamGym
7. Opfølgning på elevens individuelle mål og screeninger
8. 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 pr. uge: 4 timer (3 x 80 min.)

20. VALGFAG

20.1. 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 friluftsaktiviteter 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 pr. uge: 160 min./uge

20.2. 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 pr. uge: 80 min./uge

20.3. Fag: Krea

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

sluttes af med et selvstændigt projekt, hvor eleven i en længere periode skal udarbejde et hovedværk.

Timetal pr. uge: 80 min./uge

20.4. 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 Efterskolers 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: 160 min./uge

20.5. 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

Valgfaget kan også 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: 160 min./uge

20.6. 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:

1. de store muskelgrupper
2. hele Core delen
3. muskulaturen omkring de særligt udsatte led
4. elevernes kondition
5. elevernes glæde ved at opbygge og vedligeholde en sund og stærk krop

Aktivitetsbeskrivelse: Året er opdelt i træningsperioder og dertil hørende trænings fokuspunkter:

- 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 pr. uge: 80 min./uge

20.7. 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 pr. uge: 80 min./uge

20.8. 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.

Aktivitetsbeskrivelse: Der skal arbejdes med både det fysiske og det psykiske for, at man kan arbejde konstruktivt med en springblokade. 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 pr. uge: 80 min./uge

20.9. 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" indenfor dansens verden – så er dette faget for dig. Faget er både for drenge og piger.

Aktivitetsbeskrivelse: 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 pr. uge: 80 min./uge

20.10. Fag: Fodbold, piger

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

Aktivitetsbeskrivelse: 1 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 med spillet i fokus.

Timetal pr. uge: 80 min./uge
Antal elever pr. hold: 20

20.11. 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 pr. uge: 80 min./uge

20.12. 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:

1. de store muskelgrupper
2. hele Core delen
3. muskulaturen omkring de særligt udsatte led
4. elevernes kondition
5. elevernes glæde ved at opbygge og vedligeholde en sund og stærk krop

Aktivitetsbeskrivelse: Året er opdelt i træningsperioder og dertil hørende trænings fokuspunkter:

- 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 pr. uge: 80 min./uge

20.13. Fag: Guitar/ukulele (Akustisk)

Formål: At lære de mest almindelige akkorder på guitaren/ukulelen. 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 at et stempel som er stillet til rådighed

Timetal pr. uge: 80 min./uge

20.14. 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.

Timetal pr. uge: 80 min./uge

20.15. Fag: Mad Med Mere

Formål: At oplyse eleverne om sund livsstil og økonomisk bevidsthed. Disse kundskaber omhandler elementær madlavning, bagning, kostsammensætning, 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 pr. uge: 80 min./uge

20.16. 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 pr. uge: 80 min./uge

20.17. 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 pr. uge: 80 min./uge

20.18. 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 pr. uge: 80 min./uge

21. EKSEMPEL PÅ ELEVSKEMA

		Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
07.40	30 min.	Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad	Morgenmad
08.20	80 min.	Boglig	Boglig	Boglig	Fællesgymnastik	Fællesgymnastik
09.45	15 min.	Formiddagssamling	Formiddagssamling	Formiddagssamling	Familietid	Formiddagssamling
10.00	25 min.	Områderengøring	Sangtime	Områderengøring		Områderengøring
10.40	80 min.	Linjetræning	Valgfag	Boglig	Boglig	Linjetræning
12.05	40 min.	Frokost	Frokost	Frokost	Frokost	Frokost
12.45	40 min.	Stilletime	Stilletime	Stilletime	Stilletime	Samling
13.25	80 min.	Boglig	Boglig	Gang/sang/ fællesmøde	Boglig	Boglig
14.55	15 min.	Forfriskning	Forfriskning	Forfriskning	Forfriskning	Weekend
15.10	80 min.	Valgfag	Valgfag	Linjetræning	Valgfag	
16.40	80 min.	Fællesgymnastik	Valgfag	Valgfag	Dannelse	
18.00	30 min.	Aftensmad	Aftensmad	Aftensmad	Aftensmad	
18.30	30 Min.	Fritid på skolen	Værelsesrengøring	Fritid på skolen	Fritid på skolen	
19.00	120 min.	Fritid på skolen	Fritid på skolen	Fritid på skolen	Fritid på skolen	
21.00	30 min.	Forfriskning	Forfriskning	Forfriskning	Forfriskning	
21.45	30 min.	Egen gang	Egen gang	Egen gang	Egen gang	
22.15	15 min.	Eget værelse	Eget værelse	Eget værelse	Eget værelse	
22.30	15 min.	Godnat	Godnat	Godnat	Godnat	

22. EKSEMPEL PÅ LÆRERSKEMA

		Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
07.40	30 min.			Morgentilsyn		
08.20	80 min.	Boglig		Boglig	Gymnastik - piger	Fællesgymnastik
09.45	15 min.				Familietid	
10.00	25 min.	Rengøringstilsyn				
10.40	80 min.		Linjetræning		Gymnastik - drenge	
12.05	40 min.	Frokost	Frokost	Frokost	Frokost	
12.45	40 min.			Medarbejdermøde		
13.25	80 min.			Gang/Sang/ Fællesmøde	Boglig	
14.55	15 min.					Weekendtilsyn
15.10	80 min.	Linjetræning				
16.40	80 min.	Fællesgymnastik				
18.00	5-6 timer	Aftentilsyn				