

Indholdsplan

**Bernstorffsminde Efterskole
10/11**

Undervisning



Indholdsfortegnelse

Historie.....	4
Skolens formål.....	4
Skolens elevgruppe.....	4
• Skolens fag.....	5
Obligatoriske fag.....	7
Gymnastik.....	7
Gymnastik.....	7
Obligatorisk svømning.....	9
Folkedans.....	10
Samlinger.....	12
Sang.....	13
Vejledning.....	14
Bogligefag.....	15
Dansk.....	15
Matematik.....	17
Engelsk.....	19
TYSK.....	20
Biologi.....	24
Fysik / kemi.....	25
Geografi.....	27
Samfundsfag.....	29
Kristendom.....	30
Historie.....	31
Fokusfag.....	32
Fokusfag - Rytmisk gymnastik og dans.....	32
Fokusfag – Spring.....	33
Fokusfag - svømning.....	34
Fokusfag – Fodbold drenge og fodbold piger.....	36
Fokusfag - Musik/sammenspil.....	37
VALGFAG.....	38
Musical og performance.....	38
Spring.....	41
Volleyball.....	42
Håndbold.....	43
Fodbold.....	44
Svømmetræning.....	45
Dykning.....	46
Udspring.....	47
Yoga.....	48



<i>Flexkunst</i>	49
<i>Træ og metalsløjde</i>	50
<i>Guitar</i>	51
<i>Musik/sammenspil</i>	52
<i>Videoredigering</i>	53
<i>Praktisk håndværk</i>	54



Historie

På Bernstorffsminde Efterskoles grund blev det første provinsseminarium oprettet i 1795 med tilhørende øvelsesskole.

I 1926 blev der friskole og der har været efterskole siden 3. november 1960.

Skolens formål

Formål: Bernstorffsminde Efterskoles **formål** er inden for rammerne af **Lov om folkehøjskoler, efterskoler, husholdningsskoler og håndarbejdsskoler** samt dertil hørende bekendtgørelse og cirkulærer, at drive en efterskole på det Grundtvig-Koldske idégrundlag.

Skolens opgave er gennem undervisning og samvær at fremme elevernes tilegnelse af kundskaber og færdigheder, der tager sigte på den enkeltes hele menneskelige udvikling. Eleverne skal gøres fortrolige med dansk kultur, samt bibringes forståelse for, at den er en ligeværdig del af en forpligtende sammenhæng med andre kulturer, hvor såvel det samfund, vi er en del af, som den enkelte har et medansvar for andres

Skolens elevgruppe

**Elevernes antal,
køn og alder:**

Bernstorffsminde Efterskole har plads til 220 elever.
Der forsøges at opretholde en ligelig kønsfordeling.
Der optages elever i 9. og 10. klasse.

Elevoptagelse:

Eleverne kan optages på Bernstorffsminde efterskole, når de har været til et møde med en lærer eller en fra ledelsen.

På mødet fortælles, hvilken skole vi er, og hvilke tilbud vi giver, sådan at eleven kan gøre et kvalificeret valg af efterskole.

Denne samtale forsøger vi at afvikle i efteråret forud for skolegangs begyndelse den følgende sommer.

I foråret før skolestart er der kommende elevdag, hvor de kommende elever får endnu et indblik i skolens liv.

En samtale indeholder tre elementer:

1. Fælles oplæg ved forstander eller viceforstander
2. Rundvisning
3. Mulighed for samtale med lærer eller ledelse.

Det fælles oplæg er oplysning om skolens historie, struktur, rammer og aktuelle skoletilbud såsom obligatoriske fag, boglige fag, fokusfag, valgfag, fritid og samvær

Rundvisningen foretages af elever, og der er her mulighed for at høre om skolens undervisning og hverdag anskuet fra elevsynspunkt.



Samtalen handler bl.a. også om:

- elevens baggrund privat og skolemæssigt
- fritidsaktiviteter med særlig henblik på det idrætslige
- ønske om at blive elev på Bernstorffsminde Efterskole

Formålet med denne optagelsesprocedure er, så vidt som muligt at sikre, at eleven og dennes forældre har gjort sig klart, hvad et ophold på Bernstorffsminde Efterskole indebærer.

For skolen er det vigtigt at opleve, at eleven selv ønsker et efterskoleophold og har gjort sig overvejelser om, hvorfor det netop skal være Bernstorffsminde Efterskole.

Hvis ikke disse forhold gør sig gældende, føler skolens sig forpligtet til at rådgive elev og forældre om at genoverveje ansøgningen om optagelse på Bernstorffsminde Efterskole.

Skolens fag

Fagenes opdeling:

Fagene på Bernstorffsminde Efterskole kan opdeles i følgende grupper:

- **Obligatoriske fag**
- **Boglige fag**
- **Fokusfag**
- **Valgfag**
- **Anderledes uger og dage**
- **Køkkenarbejde**
- **Rengøring**

Obligatoriske fag:

- **Sangtimer**
- **Samlinger**
- **Gymnastik**
- **Folkedans**
- **Svømning**
- **Vejledning**

De obligatoriske fag gælder for alle og kører hele året.

Skolefag, boglige fag:

- **Dansk**
- **Matematik**
- **Engelsk**
- **Tysk**
- **Fysik/kemi**

Kun for 9 kl.

- **Biologi**



- Geografi
- Historie
- Samfundsfag
- Kristendom

For 10. kl. gælder, at de kan fravælge tysk og/eller fysik/kemi.

Dette sker efter samtale med faglærer, forældre og evt. skolevejleder for at sikre optagelse på den ønskede ungdomsuddannelse.

Eleverne som har fravalgt tysk og/eller fysik/kemi får ekstra valgfag.

På Bernstorffsminde Efterskole er der en række fag og aktiviteter, der ligger udenfor de obligatoriske fag og boglige fag. Disse fag har deres rod i den frie skoles tradition og værdier. Formålene med fagene er overordnet set at give eleverne almen dannelse og livsoplysning, samt at være fællesskabsdannende.

Eleverne bliver undervist efter gældende bestemmelser fra ministeriet.

Hvert lærerteam udarbejder årsplaner for de enkelte fag.

Fokusfag:

Alle elever skal vælge et af følgende fag, som de har 2x1½ time om ugen hele året.

- Spring
- Gym and dance
- Svømning
- Fodbold for drenge
- Fodbold for piger
- Musik

Disse fag er en vigtig del af skolens profil, og derfor vil de alle deltage i konkurrencer, stævner og events som kan styrke kvaliteten og målet med fagene

Valgfag:

Valgfagene udbydes i to perioder: Efterår og forår.

Valgfagene er følgende:

- Fodbold
- Håndbold
- Musical dans
- Spring – tumbling, team Gym, springkoncept, trampet og trampolin, begynderspring, pigespring
- Yoga
- Svømmetræning
- Dykning
- Udspring
- Volleyball
- Flexkunst

- Træ- og metalsløjde
- Guitar
- Musik
- Adventure/klatring
- Videoredigering

Eleverne kan godt have det samme valgfag hele året.

Boglige fag og fokusfag vælges i løbet af året inden skoleårets start.
Valgfag vælges efter ankomst til skolen og for en periode ad gangen.
Fagvalget tilrettelægges således, at hver enkelt elev får et skema med et godt aktivitetsniveau.

Obligatoriske fag

Gymnastik

Gymnastik

Formål:

At danne fællesskab gennem fælles oplevelser og erfaringer – for alle skolens elever.

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

At danne grundlaget i den fysiske grundtræning for de andre idrætsfag på skolen.

At udvikle sociale kompetencer.

At udvikle alsidige kropslige færdigheder, de vil få glæde af fremover.

At udvikle større selvtillid og selvværd.

At give eleverne mulighed for gennem refleksion og erfaringer at opnå indsigt i begreber som sundhed og kropskultur.

At eleverne opnår større indsigt i hvordan den fysiske og psykiske udvikling spiller ind i forhold til idrætten/gymnastikken. (Specielt fokus på puberteten)

At give redskaber og motivation til at holde sig i god form i livet frem over.

Livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse i faget

Eleverne skal gennem undervisningens forskellige elementer have *livsoplysning og folkelig oplysning* tæt på kroppen ved oplysning om almenmenneskelige problemstillinger, eksempelvis via dialog omkring etik og morale bl.a. via kroppens udtryksmuligheder.

De skal lære omkring store og små fællesskaber, samt om det at være et individ i et forpligtende fællesskab



- Endvidere skal de møde *demokratiet* gennem undervisningen! Hver elev skal føle sig værdifuld for og som en central del af holdet, og via dialog og inspiration skal eleverne have oplevelse og indtryk af, at indflydelse og engagement går hånd i hånd for at skabe det bedste udgangspunkt for noget stort.

Indhold:

Grundtræning:

Koordinations-, styrke-, bevægeligheds- og konditionstræning

Opvarmning:

Bevidsthed om betydningen af en god opvarmning. Viden om, hvordan enkle former for opvarmning kan sammensættes.

Bevægelse til musik:

Spænde, slappe af, tyngde, kropsspænding, musikfornemmelse, brug af takter og pulsslag mm. Kunne lave rytmiske serier og forholde sig til æstetikken ved gymnastikkens udtryk

Spring:

Afsæt, rotation, landing, kropsspænding, kropskontrol, tyngdepunkt, tempo, rytme, mod, personlige sejre og overskridelse af grænser

Samtidig med at de selv lærer at springe, skal de lære hvordan man laver nogle sikre opstillinger, og tager imod hinanden.

Kunne forholde sig til det æstetiske ved springgymnastik.

Opvisningstræning:

At træne til en opvisning kræver fordybelse og vedholdenhed. Man skal fokusere på detaljerne og samtidig forstå og respektere, at man er en del af helheden.

At eleverne lærer at kunne forholde sig til nogle værdier som tolerance og Fairplay, ved at være en del af en lang proces.

Lege:

Giver glæde, styrke og bringer eleverne tættere sammen.

Samt bevidstheden om at det er vigtigt at kunne lege – uanset alder, da der er meget læring i lege.

Metode:

Opgaveløsning, følg mig, hel – del – hel, eksperimenter.

Alt efter opgavens form løses denne alene eller i grupper. Gruppens størrelse kan variere fra 2 til alle skolens elever.

Organisation:

Eleverne har 2 x 75 min i mindre grupper, og som oftest delt drenge og piger, og 105 min. sammen alle skolens elever.

I løbet af året har alle 13 halve emnedage med gymnastik pr.

Vi laver 20-25 opvisninger på skolen og rundt omkring i landet.

Fællesweekend:

Vi har en fællesweekend i marts 2010, hvor vi har opvisninger. Der er undervisninger både lørdag og søndag efter Undervisningsministeriets gældende regler.

Slutmål: At eleverne opnår fællesskabsfølelse og får færdigheder der giver øget selvværd.

Obliqatorisk svømning

Formål: Målet er, at eleverne opnår glæde og tryghed ved at være i vand, samt at den enkelte får indblik i det hav af muligheder elementet rummer. Gennem alsidige aktiviteter udvikles elevernes færdighedsniveau i de fire grundlæggende færdigheder, som tilsammen vil sikre, at den enkelte elev gennemgår en udvikling i forhold til dennes forudsætninger ved skoleårets begyndelse.

Livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse i faget

Eleverne skal gennem undervisningens forskellige elementer have *livsoplysning og folkelig oplysning* tæt på kroppen ved oplysning om almenmenneskelige problemstillinger, eksempelvis via dialog omkring etik og morale.

De skal lære omkring store og små fællesskaber, samt om det at være et individ i et forpligtigende fællesskab

- Endvidere skal de møde *demokratiet* gennem undervisningen! Hver elev skal føle sig værdifuld for og som en central del af holdet, og via dialog og inspiration skal eleverne have oplevelse og indtryk af, at indflydelse og engagement går hånd i hånd for at skabe det bedste udgangspunkt for noget stort.

Organisation: Alle elever har en ugentlig undervisningstime i obligatorisk svømning. Holdene er niveaudelt med holdstørrelser på 14-25 elever i skolens egen svømmehal. En svømmelærer varetager undervisning for et svømmehold.

Indhold: I undervisningen tages udgangspunkt i de fire grundlæggende færdigheder; elementskift, vejtrækning, balance og bevægelse. Færdigheder er unikke og dækkende for alle aktiviteter i vand.

Fagets almene perspektiver:

Svømning er den eneste idræt, man kan dø af ikke at kunne. Det er således en menneskeret at lære at svømme, mens man er ung. Danmark er overalt omgivet af vand, hvilket er et naturligt incitament til at lære at beherske elementet.

Endvidere spiller svømning set i et sundhedsmæssigt perspektiv en væsentlig rolle. Alle kroppens muskler bevæges, og da kroppen kun vejer cirka en tiendedel i vand i forhold til på land, er belastningen tilsvarende lav og risikoen for skader meget lille.

Middel

Med udgangspunkt i de fire grundlæggende færdigheder arbejdes med alle tænkelige aktiviteter i vand eksempelvis stilarter, boldspil, udspring og dykning. Alle kroppens sanser bliver udsat for store påvirkninger, når en svømmer springer i vandet. Følelsen af vægtløshed, de anderledes lyde, det nye univers under overfladen og lugten og smagen af klor er blot nogle af de sansepåvirkninger, svømmeren udsættes for i mødet med vandet.

Materiale

Undervisningen tager udgangspunkt i principperne fra bogen »Moderne Svømning«, 2001.

Øvrigt

Eleverne har ud over den obligatoriske svømning mulighed for at vælge ekstra svømning i fritiden og/eller på hele emnedage.

Slutmål:

At eleverne har gennemgået en svømmemæssig og personlig udvikling.

Folkedans

Folkedans er et ugentligt obligatorisk fag, som vægtes lige så højt som de boglige fag.

Samtlige elever deltager aktivt.

Formål:

Målet med undervisningen er at give eleverne en anderledes oplevelse af den idrætslige udfoldelse.

At give eleverne kompetencer og erfaringer inden for dans og musik.

At udvikle deres motorik og krydskoordinerings evner.

At give eleverne indblik i kulturelle og historiske idrætsudfoldelser.

Eleverne skal blive i stand til at beherske alle trin der undervises i. De skal kunne koordinere dem i nye sammenhænge. At give mulighed for videre udviklingen inden for det praktisk musiske felt.

At udvikle elevernes overordnede rytmiske sans i samspil med musik.

Livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse i faget.

Eleverne skal gennem undervisningens forskellige elementer have *livsoplysning og folkelig oplysning* tæt på kroppen ved oplysning om almenmenneskelige problemstillinger, eksempelvis via dialog omkring etik og morale.



De skal lære omkring store og små fællesskaber, samt om det at være et individ i et forpligtigende fællesskab

- Endvidere skal de møde *demokratiet* gennem undervisningen! Hver elev skal føle sig værdifuld for og som en central del af holdet, og via dialog og inspiration skal eleverne have oplevelse og indtryk af, at indflydelse og engagement går hånd i hånd for at skabe det bedste udgangspunkt for noget stort.

Indhold:

Vi starter undervisningen med lette trin, eleverne kommer hurtigt i gang med at danse færdige danse. De får en følelse af at de kan følge med på det pågældende stadie, og at de nu er del i et større fællesskab som styrkes ved den enkeltes tilstedeværelse.

Vi udvikler gradvist sværhedsgraden. Arbejder med hurretrin, gangtrin, sideløbstrin, polka, totrin osv.

Der er stor opmærksomhed på den enkelte elev, og vedkommendes niveau. Den enkelte instrueres evt. i de pågældende trin.

Til hvert trin hører som oftest en historisk og kulturel historie – som eleverne får fortalt.

De færdige danse øves ofte for at opnå et tilfredsstillende resultat.

Eleverne laver opvisninger for hinanden, forældre og ved arrangementer på og uden for skolen.

For at styrke de sociale relationer vælger eleverne selv deres dansepartner, og bytter fra gang til gang. Eleverne udstråler glæde og engagement for den idrætslige udfoldelse.

Metode:

Vi ønsker at give eleverne forudsætninger for at indgå i sociale forpligtende fællesskaber, deres sociale og kognitive kompetencer skal styrkes så det giver mulighed for selvudvikling og en god selvfølelse. Eleverne skal opleve medansvar og medindflydelse for egen læring.

Elevernes følelse af resultater som produkt af hårdt arbejde vil blive tilgodeset.

De kommer ud af huset, og optræder ved forskellige arrangementer.

Ved hjælp af undervisningsdifferentiering udvikles af den enkelte elevs personlige kompetencer.

Eleverne lære dansens traditioner og funktioner igennem tiderne.

Organisation:

Eleverne er i første halvdel af året inddelt på 3 hold hvor der ikke er niveau forskel. 98 % af eleverne har ikke danset folkedans før, og derfor bliver holdene sammensat vilkårligt, dog prøver vi at tilgodeset at der er lige mange drenge og piger på hvert hold. I anden halvdel af året vælger eleverne selv hvilket hold/niveau de ønsker at undervises på, og holdene sammensættes så herefter. Niveau forskellen på de 3 hold er nu ikke så stor, og alle elever udfordres selvfulgelig på deres respektive niveau. Hold 3, "de bedste" er dog som oftest dem der ønsker at lave flest opvisninger, og danse i traditionelle folkedanse dragter. Der bruges "live" musik til undervisningen, da dette give en bedre mulighed for at fokusere på enkelte passager i dansen, og elever fra

sammenspils holdene er nogle gange med til at spille når der skal laves opvisninger.

Alle elever har 1 lektion folkedans undervisning om ugen, udover dette er der mulighed for aftenaktiviteter hvor folkedansen også kan være på programmet.

Lærere: Torben Nikolajsen – Musikkonservatorium uddannet, 30 års erfaring som folkemusiker

Thomas Nikolajsen – Seminarium uddannet, idræt som liniefag, 11 års erfaring som folkedanser.

Slutmål: At eleverne har lært nogle danse og fået et større fællesskab.

Samlinger

Formål: Formålet for samlinger er at give eleverne dannelse og folkelig oplysning. Formålet er endvidere at give eleverne en oplevelse af fortællingen som formidling af livsoplysning. Gennem fortællertimerne skal eleverne møde fortælling om såvel historiske som aktuelle emner. I fortællertimerne skal eleverne endvidere møde holdninger og synspunkter, som de i frihed kan tage stilling til og derved danne deres egne holdninger. Derved opnås en større forståelse af sig selv og sin egen tilværelse. Ligeledes skal fortællertimerne bruges til at begrunde skolens indlæring af elevernes ansvar for sig selv, hinanden og fællesskabet. Slutmålet er, at eleverne kan og tør debattere emner i større forsamlinger, hvor de giver deres mening tilkende ved hjælp af argumentationens kunst.

Livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse i faget

Eleverne skal gennem undervisningens forskellige elementer have *livsoplysning og folkelig oplysning* tæt på kroppen ved oplysning om almenmenneskelige problemstillinger, eksempelvis via dialog omkring etik og morale.

De skal lære omkring store og små fællesskaber, samt om det at være et individ i et forpligtigende fællesskab

- Endvidere skal de møde *demokratiet* gennem undervisningen! Hver elev skal føle sig værdifuld for og som en central del af holdet, og via dialog og inspiration skal eleverne have oplevelse og indtryk af, at indflydelse og engagement går hånd i hånd for at skabe det bedste udgangspunkt for noget stort.

Indhold: Fortællertimerne vil komme omkring forskellige emner.

Metode: Fortællertimerne går på tur ml. nogle af skolens lærere og ledelsen



Organisation: Hver mandag har drengene 30 min og pigerne 30 min. Det foregår i skolens samlingsalen.

Slutmål: At eleverne er blevet oplyste.

Sang

Formål: Undervisningen tilrettelægges således at eleverne videreudvikler stemmen som instrument. Udviklingen og forståelsen af de forskellige genre, -historiske sange, -årstidsbestemte sange, er med til gennem daglig træning, at indføre eleven i vores kulturelle traditioner.

Livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse i faget

Med afsæt i vores fortolkning af hovedsigtet bidrager sangtimen til:

- Livsoplysning, gennem aktiv deltagelse i, og erkendelse af de kulturbårne værdier der ligger i sangtraditionen .
- Folkelig oplysning, gennem sangstoffets indhold af såvel ældre som nyere danske og udenlandske sange og viser..
- Demokratisk dannelse, når eleven deltager i en tradition, der viderebringer respekten for sangen, den fælles forståelse og den selvstændige kritiske stillingtagen, og refleksion.

Indhold: I sangtimerne indføres eleverne i mange forskellige stilarter, som hver har deres egen typiske melodi, -rytme og frasestruktur. I sangtimen er det vigtigt at eleverne føler sig trykke, ved netop at søge efter hver enkelt stemmes klangfarve, for at få det bedste ud af fællessangen. Stemmen er menneskets fineste instrument, så vigtigheden af en korrekt stemmebrug, bør vægtes meget højt.

Metode: Livsglæden i sangen skal være med til at smitte omgivelserne, så en sangtime/fællessang kræver at der sker en nøje planlægning af metoden Til indlæring af såvel nye som gamle sange. Når sang skal udvikles i unge menneskers bevidsthed, skal der altid tages hensyn til at det sociale element og den gode stemning findes frem. Metoden til indlæring af fællessang kan også foregå som udenadslære, hvilket giver stor frihed og overskud til at arbejde mere nuanceret med dynamik, udtale, rytme, klangbillede og fraseringer.

Organisation: Alle elever deltager i minimum 2*30 min. Fællessang pr. uge. I fællessangen kræves der ingen forudbestemte kvalifikationer. Fællessangen er organiseret således at mange lærere deltager i disse samlinger, og dette medvirker til en stor fællesskabende interesse for sangen som også et oplevende og fortællende fag.



Slutmål: At eleverne har oplevet glæden ved at synge og gennem sangen er blevet bibragt yderligere dannelse.

Lærer:

Torben Nikolajsen-statsprøvet musikpædagog. DFMK

Næsten alle lærere ved Bernstorffsminde efterskole deltager

Vejledning

Formål: Vejledningen skal medvirke til, at eleven opnår erkendelse af egne forventninger og forudsætninger og bliver i stand til at udarbejde en personlig uddannelsesplan. Gennem vejledningen skal eleven opnå mulighed for at forberede sit uddannelses- og erhvervsvalg og forstå valget som en række beslutninger, der må træffes ud fra egne forudsætninger, behov, holdninger og de samfundsmæssige muligheder.

Livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse i faget

Livsoplysning kommer til udtryk i skolevejledningen gennem elevens bevidstgørelsen af personlige kompetencer – socialt som fagligt - for herigennem at træffe det rigtige valg af videreuddannelse.

Folkelig oplysning kommer til udtryk i skolevejledningen gennem refleksion over de givne muligheder sat ind i et samfundsperspektiv enten lokalt, regionalt eller globalt.

Demokratisk dannelse kommer til udtryk i skolevejledningen ved aktiv deltagelse i samtale/diskussion om arbejdsmarkedet/uddannelsesmulighederne og refleksion herover – samt respekt for at der findes forskellige ligeværdige muligheder.

Indhold: Vi arbejder med følgende områder i skolevejledningen:

- Vejledningssamtaler
- Uddannelsesplaner
- Uddannelsesdag
- Uddannelsesmesse
- Åbent hus arrangementer
- FTU – skema
- Uddannelsesparathed

Metode:

Vejledningssamtaler: Vi er tre skolevejledere på skolen. Eleverne bliver tilknyttet en vejleder, som i løbet af året har samtaler med den enkelte elev. Samtalen tager udgangspunkt i eleven selv. Der drøftes baggrund, skolekundsaber, interesser og fremtidsplaner. Herefter vejledes eleven om valg af ungdomsuddannelse



Uddannelsesplaner:	Der arbejdes videre med den uddannelsesplan, som eleverne har med fra tidligere skoleforløb. Inden den Fælles koordinerede tilmelding, i starten af marts måned, gøres uddannelsesplanerne færdige og sendes til godkendelse hos forældrene. Herefter sendes den videre sammen med elevens FTU-skema til det kommende uddannelsessted
Uddannelsesdag:	Forældrene samt eleverne bliver hvert år inviteret til en uddannelsesdag, hvor de forskellige ungdomsuddannelser bliver præsenteret. Der er elevrepræsentanter fra STX, HTX, Handelsskolen og erhvervsskolen, disse holder hver deres oplæg. Efter foredragene er der mulighed for at stille individuelle spørgsmål og opnå yderligere information
Uddannelsesmesse:	I februar skal eleverne deltage i en stor uddannelsesmesse i Odense Congress Center. Her skal eleverne indhente mere viden om forhold og vilkår, der er knyttet til forskellige uddannelser og erhverv
Åbent hus arr.:	Eleven kan til enhver tid deltage i relevante åbent hus arrangementer
FTU-SKEMA:	I samarbejde med skolevejlederen og forældrene udfylder eleverne et FTU-skema, som sendes videre til den skole, som eleven skal gå på til næste år.
Organisation:	Vi er tre skolevejledere på skolen, som hver især forestår en personlig vejledning af den enkelte elev. Hver enkelt vejleder har 3-4 danskklasser, hvor der vejledes såvel klassevis, gruppevis som individuelt. Vi har samarbejde med vejledere fra de videregående uddannelser og fra de lokale UU-centre.
Vejledere:	Rasmus Ørnberg, Helle Graff, Anne Thrysoe
Slutmål:	At eleverne får valgt så rigtigt som muligt

Bogligefag

Dansk

Formål:

Undervisningen i dansk skal fremme elevernes oplevelse af det danske sprog og være inspirationskilde til udvikling af den enkelte elevs personlige og kulturelle identitet. Således skal den enkelte elev igennem sproget tilegne sig en æstetisk, etisk og historisk/samfundsorienteret forståelse.



Undervisningen skal fremme elevernes lyst til at bruge sproget personligt og styrke deres bevidsthed om sproget. Endvidere skal eleverne igennem faget opnå kendskab til egen tid samt andre perioders udtryksformer. De skal opnå udtryks- og læseglæde. I undervisningen stiftes kendskab med de andre nordiske sprog.

Livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse i faget

I faget dansk kommer livsoplysning til udtryk gennem udvikling af elevens personlige og kulturelle identitet og af egne værdier og ståsteder.

I faget dansk kommer folkelig oplysning til udtryk gennem arbejde med litteratur, der afspejler forskellige historiske perioder, for derved at udvikle elevens indlevelsesevne og historiske, etiske og æstetiske forståelse.

I faget dansk kommer demokratisk dannelse til udtryk gennem samtale/analyse/diskussion og aktiv deltagelse i forskellige samarbejdsrelationer.

Dette bidrager til at udvikle elevens evne til refleksion og kritisk stillingtagen og det at stå ved egne værdier og holdninger såvel som at respektere andres.

Indhold:

Dansk på 9. og 10. klassetrin.

Der undervises i skriftlig fremstilling, mundtlig fremstilling samt læsning af såvel nyere som ældre litteratur relateret til den fælles kanon.

I læsningen af danskfagets forskellige genrer indgår alt fra romaner, noveller til digte, eventyr, sagaer og saglige tekster.

Med udgangspunkt i elevernes oplevelse og forståelse af teksterne lægges der vægt på samspillet imellem teksten og den enkelte læser og samspillet mellem de litterære perioder.

Med udgangspunkt mellem form og betydning arbejdes der bl.a. med kommunikationsbegrebet, -former og mediebegrebet. Der tages udgangspunkt i film, dokumentarprogrammer, billeder, reklamer og IT.

Metode:

I arbejdet med den skriftlige fremstilling lægges vægt på at eleven skal lære at udtrykke sig i et klart og forståeligt sprog inden for forskellige genrer/problemstillinger. Desuden opøves evnen til at udtrykke følelser, fantasi samt at argumentere for egne holdninger og erfaringer.

I skriveprocessen integreres bevidstgørelse og brug af forskellige skriftformer, layout og redigering samt at indsamle stof og disponere et indhold på en måde, der fremmer kommunikationen.

I mundtlig fremstilling arbejdes med at udvikle den enkelte elevs



evne til at fortælle samt præsentere, argumentere og debattere ud fra et givent emne. Der lægges vægt på at bruge talesproget klart, forståeligt og varieret i samtale, diskussion og samarbejde.

Endvidere skal eleverne kunne lytte aktivt og forholde sig åbent, analytisk og vurderende til andres mundtlige fremstilling. Med udgangspunkt i elevens forståelse af tekster og andre udtryksformer arbejdes således med analyse, fortolkning, perspektivering og vurdering af indhold og udtryk. Arbejdet foregår såvel individuelt som i små eller større grupper.

Organisation: Timetal: 10. kl. 15 kvarter i 25 uger hertil flere emnedage
9. kl. 12 kvarter i 25 uger hertil flere emnedage

Danskholdene arbejder ofte på tværs på emnedage samt i de almindelige lektioner.

Slutmål: Undervisningen i dansk skal lede frem mod de i "Fælles Mål" fastsatte slutmål efter 9. og 10. klasse inden for det talte sprog, det skrevne sprog – læse & skrive samt sprog, litteratur og kommunikation.

Matematik

Formål: Formålet med matematik på Bernstorffsminde Efterskole er at eleverne bliver i stand til at forstå og anvende matematik i sammenhænge, der vedrører dagligliv, samfundsliv og naturforhold. Eleven skal øves i problemløsning, at kunne argumentere og analysere matematiske problemstillinger. Undervisningen skal tilrettelægges så eleverne opbygger matematisk viden og kunnen ud fra egne forudsætninger.

Eleverne skal lære at forstå at matematikken er et redskab til problemløsning, og at det ligeledes er et kreativt fag.

Matematikken har en afgørende rolle, kulturelt, samfundsmæssigt og historisk og det er vigtigt at eleverne erkender denne sammenhæng. Desuden skal undervisningen give eleverne mulighed for indlevelse og fremme deres fantasi og nysgerrighed.

Livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse i faget

Livsoplysning opstår bl.a. når eleverne erfarer, at matematiske redskaber og modeller kan hjælpe dem med at træffe de rigtige valg i deres videre livsforløb

- Den folkelige oplysning opstår bl.a. når eleverne erfarer, at matematikken også vedrører dagligliv, samfundsforhold og naturforhold
- Den demokratiske dannelse i faget matematik opstår bl.a. når eleverne selvstændigt og i samarbejde med andre erfarer, at matematik rummer redskaber og systemer til problemløsning, kommunikation og argumentation

Indhold (ifølge fælles mål):

Gennem forskellige aktiviteter skal undervisningen lede frem mod, at eleverne har tilegnet sig kundskaber og færdigheder der sætter dem i stand til at arbejde med:

- Tal og algebra, ex: anvende tal i forskellige sammenhænge.
- Geometri, ex: benytte geometriske metoder og begreber til beskrivelse af ting fra dagligdagen
- Matematik i anvendelse, ex: vælge hensigtsmæssig regningsart i givne situationer
- Kommunikation og problemløsning, ex: erkende, formulere og løse problemer ud fra data og informationer.

Metode:

Anvendelsen af matematik i mange forskellige sammenhænge indgår i den daglige undervisning. Eleven skal lære at systematiseringer, undersøgelser og ræsonnementer er grundlaget for matematisk viden og kunnen.

Der undervises i mundtlig og skriftlig fremstilling, herunder såvel problem – som færdighedsregning. Der arbejdes med diverse problemstillinger, der berører dagligliv, samfundsliv og naturforhold. Dette skal få eleverne til at kunne formulere sig matematisk såvel mundtligt som skriftligt, i et klart og forståeligt sprog ved hjælp af matematikkens forskellige begreber og udtryk.

Matematisk argumentation og analyse er en del af den daglige undervisning. Eleven skal lære at tage stilling til udregningsmetoder, eksperimentere med beregninger, analysere resultater/tal, analysere data og informationer og kunne argumentere og ræsonnere over diverse løsningsforslag.

Gennem beskæftigelse med det matematiske modelbegreb opnås erfaringer om matematikkens muligheder og begrænsninger i praktiske situationer. Der arbejdes med matematikken historisk og fagets betydning for samfundets udvikling belyses.

Undervisningen er en vekselvirkning mellem tavleundervisning, individuelt arbejde, gruppearbejde og arbejde i praktiske situationer. Diverse hjælpemidler tages i brug til at anskueliggøre matematiske sammenhænge. Vi anvender forskellige matematiksystemer (ex: Faktor og Sigma) samt diverse selvudviklede matematikopgaver, afhængig af niveau og differentiering for den enkelte elev.

Som et led i den daglige undervisning anvender vi IT. Eleverne skal kunne anvende computere og desuden kunne vurdere hvornår det er hensigtsmæssigt at anvende dem ved matematisk problemløsning.



Organisation: Undervisningen er differentieret og der undervises med henblik på at alle kan tage prøve efter såvel 9. som 10. klasse.

Slutmål: Undervisningen i matematik skal lede frem mod de i "Nye fælles mål 2009" fastsatte slutmål efter 9. og 10. klasse inden for arbejde med tal og algebra, arbejde med geometri, matematik i anvendelse og kommunikation og problemløsning.

Engelsk

Formål: Formålet med undervisningen i engelsk på Bernstorffsminde Efterskole er, at eleverne tilegner sig kundskaber og færdigheder, der gør dem i stand til at forstå talt og skrevet engelsk. De skal forbedre deres mundtlige og skriftlige engelskkundskaber uanset niveau. Dette foregår gennem en undervisning, som udvikler elevernes kendskab til og bevidsthed om det engelske sprog, sprogbrug samt sprogtilegnelse. Undervisningen skal give eleverne indsigt i kultur- og samfundsforhold i engelsktalende lande, hvorved de får styrket deres internationale forståelse og forståelse af egen kultur.

Livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse i faget

Undervisningen i engelsk på vores efterskole bidrager til livsoplysning ved gennem emnevalg og litteraturlæsning at opstille spejlinger til elevens personlige ståsted og derigennem at styrke bevidstheden herom. Folkelig oplysning kommer til udtryk, når eleven stifter bekendtskab med levevilkår, historie, værdier og normer i de engelsktalende lande. Her tilstræbes det, at eleven får en interkulturel forståelse, som kan danne spejl for elevens egne kulturelle erfaringer. Demokratisk dannelse formidles gennem samtale, analyse, diskussion og aktiv deltagelse i forskellige samarbejdsrelationer. Dette bidrager til at udvikle elevens evne til refleksion og kritisk stillingtagen og det at stå ved egne værdier og holdninger såvel som at respektere andres.

Indhold: Emner og tekster, der arbejdes med i løbet af skoleåret, er dels lærerbestemte og dels elevbestemte for at sikre den fornødne indholdsmæssige bredde og variation. Teksterne, der arbejdes med, hentes fra lærebogsmateriale, internet, aviser, blade, magasiner, lyd- og billedmedier.

Følgende er eksempler på emner, der arbejdes med i 9. og 10. kl.:

- Menneskerettigheder, fx apartheid, diskrimination, racisme
- Levevilkår, fx rig/fattig, livsstile, kærlighed
- Natur, fx miljø, forurening, naturkatastrofer
- Historiske forhold, fx immigration, den australske urbefolkning, slaveri
- Aktualitet, fx politiske valg, olympiske lege, nye musikudgivelser

Det er på baggrund af sådanne emner, at der arbejdes med:

- Kommunikative færdigheder:
Lyttefærdighed, mundtlig sprogfærdighed, læsning og bearbejdning af forskellige typer tekster, forskellige medier, skrivning af længere sammenhængende tekster samt forskellige præsentationsformer
- Sprog og sprogbrug:
Udvikling af sproglig bevidsthed fx i forbindelse med ordforråd, forskelle på tale og skriftsprog samt teksters opbygning, sammenhæng og disponering. Der arbejdes desuden med centrale grammatiske områder
- Sprogtilegnelse:
Udvikling af elevernes evne til at tilegne sig engelsk gennem mundtlig kommunikation, læse- og lyttestrategier i forbindelse med tekstarbejde og informationssøgning, skriveprocesser samt at bruge ordbøger, grammatiske oversigter og andre hjælpemidler
- Kultur- og samfundsforhold:
Udbygning af elevernes viden om værdier og normer i engelsktalende lande igennem skønlitteratur, sagprosa, musiktekster, blade og medier. Der fokuseres på både historiske, geografiske og nutidige forhold. Perspektivering til egne kultur- og samfundsforhold indgår som en naturlig del af arbejdet. Det tilstræbes, at eleverne får mulighed for at anvende engelsk som kommunikationsmiddel i mødet med udlændinge, på udenlandsrejser og elektroniske medier

Metode:

Vi lægger stor vægt på, at eleverne opnår de kommunikative færdigheder og det mod, der skal til for at kunne begå sig på et fremmedsprog, og at de får et øget nuanceret brug af og bevidsthed om sproget. Undervisningen veksler mellem at være lærer- og elevstyret. Der arbejdes i grupper, par og individuelt. Det tilsigtes, at eleverne derigennem lærer at arbejde selvstændigt og med ansvar for egen læring.

Organisation:

Undervisningen er differentieret. På både 9. og 10. årgang bliver eleverne delt i niveau. Elever i 9. kl. undervises 9 kvarter om ugen fordelt over 2 gange i 25 uger. Derudover er der emnedage. Elever i 10. kl. undervises i 8 kvarter om ugen i 25 uger fordelt over 2 gange om ugen. Derudover undervises eleverne 8 kvarter i 2 ud af 8 uger. For elever i 10. kl. er der også emnedage.

Slutmål:

Undervisningen i engelsk skal lede frem mod de i "Fælles Mål" fastsatte slutmål efter 9. og 10. klasse inden for kommunikative færdigheder, sprog og sprogbrug, sprogtilægnelse og kultur- og samfundsforhold.

TYSK

Formål:

Formålet med undervisningen i tysk er, at eleverne opnår kundskaber og færdigheder, der gør dem i stand til at kommunikere på tysk både mundtligt



og skriftligt. Undervisningen skal samtidig udvikle elevernes sproglige bevidsthed om tysk sprog og omsprogtilegnelse.

Livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse i faget

Undervisningen i tysk på vores efterskole bidrager til livsoplysning ved gennem emnevalg og litteraturlæsning at opstille spejlinger til elevens personlige ståsted og derigennem at styrke bevidstheden herom. Folkelig oplysning kommer til udtryk, når eleven stifter bekendtskab med levevilkår, historie, værdier og normer i de tysktalende lande. Her tilstræbes det, at eleven får en interkulturel forståelse, som kan danne spejl for elevens egne kulturelle erfaringer.

Demokratisk dannelse formidles gennem samtale, analyse, diskussion og aktiv deltagelse i forskellige samarbejdsrelationer. Dette bidrager til at udvikle elevens evne til refleksion og kritisk stillingtagen samt det, at stå ved egne værdier og holdninger såvel som at respektere andres.

Indhold og metode:

Kommunikative færdigheder: Eleverne skal arbejde med at lytte og læse længere tekster med evt. støtte i form af tekst og billeder, øve mundtlig udtryksfærdighed, hvor de udtrykker egne følelser og meninger samt refererer og kommenterer. De skal spørge om og videregive informationer om dagligdags forhold, læse og bearbejde forskellige typer af tekster såsom nyhedstekster, reklamer, noveller, digte, sangtekster mv. uddrage informationer fra forskellige typer af billedtekster, fx illustrationer, billedmedier og andre elektroniske medier, udtrykke sig skriftligt, hvor indhold og stil søges afpasset efter læser og formål.

9. klasses trin:

Kommunikative færdigheder

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

- forstå hovedindholdet og væsentlige detaljer af talt tysk om centrale og nære emner
- læse og forstå hovedindholdet og væsentlige detaljer i forskellige typer skrevet tekst inden for centrale og nære emner
- deltage i samtale om centrale og nære emner
- redegøre for hovedindholdet og væsentlige detaljer i forbindelse med centrale og nære emner på baggrund af forskellige typer tekst, lyd og billeder og personlige erfaringer
- udtrykke sig skriftligt i et forståeligt og sammenhængende sprog om centrale og nære emner.

Sprog og sprogbrug

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

- udtrykke sig med en udtale og intonation, der gør sproget klart og forståeligt



- udtrykke sig med et grundlæggende ordforråd inden for centrale og nære emner
- anvende ofte forekommende faste vendinger og kulturbundne udtryk
- anvende relevante lytte- og læsestrategier
- anvende relevante kommunikative strategier i forbindelse med samtale og redegørelse
- anvende grundlæggende sprogbrugs- og retstavningsregler, så kommunikationen lykkes.

Sprogtilegnelse

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

- vide, hvordan man bedst tilegner sig tysk
- udnytte viden om ligheder mellem tysk og andre sprog
- vælge relevante lytte- og læsestrategier
- vælge relevante kommunikationsstrategier
- udnytte de muligheder, der er for at anvende tysk i og udenfor skolen, heriblandt ved hjælp af internettet
- anvende it og mediers muligheder i forbindelse med tekstproduktion, kommunikation, informationssøgning og i forbindelse med netværk
- uddrage og anvende informationer af forskellige typer tekster
- vælge praktisk-musiske udtryksformer, herunder it baserede udtryksformer, der understøtter det sproglige udtryk
- vælge relevante skrivestrategier, herunder anvendelse af viden om skriveprocessens faser
- anvende ordbøger, grammatiske oversigter, stave- og grammatikkontrol.

Kultur- og samfundsforhold

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

- anvende grundlæggende viden om geografi og historie og om levevilkår, værdier og normer i tysktalende lande
- drage sammenligninger mellem tysksprogede kulturer og egen kultur
- anvende tysk som kommunikationsmiddel i mødet med tysktalende
- vise forståelse for andres levevis og deres kulturer.

Organisation:

Der undervises i tysk
Tidetal: 10 kvarter i 25 uger
Derudover undervises der også i tysk på emnedage

10. klasse

Eleverne skal have mulighed for at møde et udbud af alderssvarende tekster, emner og aktiviteter. Undervisningen skal tilgodese en større modenhed i elevgruppen og lægge op til, at eleverne får mulighed for at fordybe sig og arbejde mere selvstændigt.

Kommunikative færdigheder



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

- forstå hovedindholdet og væsentlige detaljer af talt tysk om kendte emner
- læse og forstå hovedindholdet og væsentlige detaljer af forskellige typer tekster
- deltage i samtaler om kendte emner
- fremlægge et forberedt emne og redegøre for, kommentere og udtrykke synspunkter
- udtrykke sig skriftligt i et forståeligt og sammenhængende sprog om kendte emner.

Sprog og sprogbrug

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

- udtrykke sig med en udtale og intonation, der gør sproget klart og forståeligt
- udtrykke sig med et centralt ordforråd inden for kendte emner
- anvende ofte forekommende faste vendinger og kulturbundne udtryk
- anvende relevante lytte- og læsestrategier
- anvende relevante kommunikative strategier i forbindelse med samtale og redegørelse
- anvende grundlæggende sprogbrugs- og retskrivningsregler, så kommunikationen lykkes.

Sprogtilegnelse

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

- vide, hvordan man bedst tilegner sig tysk
- udnytte deres viden om ligheder mellem tysk og andre sprog
- udnytte deres viden om lytte- og læsestrategier og om kommunikative strategier
- udnytte de muligheder, der er for at anvende tysk i og udenfor skolen, heriblandt ved hjælp af internettet
- anvende it og mediers muligheder i forbindelse med tekstproduktion, kommunikation, informationssøgning og i forbindelse med netværk
- uddrage og anvende informationer af forskellige typer tekster
- vælge praktisk-musiske udtryksformer, herunder it baserede udtryksformer, der understøtter det sproglige udtryk
- vælge relevante skrivestrategier, herunder anvende viden om skriveprocessens faser.
- anvende ordbøger, grammatiske oversigter samt stave og grammatikkontrol

Kultur- og samfundsforhold

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



- anvende grundlæggende viden om geografi og historie og om levevilkår, værdier og normer i tysktalende lande.
- sammenligne og perspektivere til egen kultur inden for kendte emner
- anvende tysk som kommunikationsmiddel, fx i internationale projekter og i mødet med tysktalende i og uden for skolen
- vise forståelse for andres levevis og deres kulturer.

Organisation:

Der undervises i tysk:
Tidetal: 11 kvarter i 25 uger
Derudover undervises der også i tysk på emnedage

Slutmål:

Undervisningen i tysk skal lede frem mod de i "Fælles Mål" fastsatte slutmål efter 9. og 10. klasse inden for kommunikative færdigheder, sprog og sprogbrug, sprogtilegnelse og kultur- og samfundsforhold.

Biologi

Formål:

Formålet med undervisningen i biologi er, at eleverne tilegner sig viden om organismer, natur, miljø og sundhed med vægt på forståelsen af grundlæggende biologiske begreber, biologiske sammenhænge og på vigtige anvendelser af biologi. Undervisningen skal give eleverne fortrolighed med naturvidenskabelige arbejdsformer og betragtningsmåder og indblik i, hvordan biologi – og biologisk forskning – i samspil med de andre naturfag bidrager til vores forståelse af verden.

Undervisningen skal anvende varierede arbejdsformer og i vidt omfang bygge på elevernes egne iagttagelser og undersøgelser, bl.a. ved laboratorie- og feltarbejde. Undervisningen skal udvikle elevernes interesse og nysgerrighed over for natur, biologi, naturvidenskab og teknik og give dem lyst til at lære mere.

Undervisningen skal bidrage til, at eleverne erkender, at naturvidenskab og teknologi er en del af vores kultur og verdensbillede. Elevernes ansvarlighed over for natur, miljø og sundhed skal videreudvikles, så de får tillid til egne muligheder for stillingtagen og handlen i forhold til spørgsmål om menneskets samspil med naturen – lokalt og globalt.

Livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse i faget

- Med afsæt i vores fortolkning af hovedsigtet, bidrager faget biologi til.
- Livsoplysning gennem erfaring om og erkendelse af naturgivne vilkår og diskussion af det rimelige i menneskets kulturskabte forandringer af naturen.
 - Folkeoplysning gennem oplysning om samt stillingtagen til forhold omkring natur, sundhed og miljø.
 - Demokratisk dannelse gennem viden og kendskab til de muligheder og



begrænsninger naturen giver, gennem den fælles forståelse, selvstændige kritiske deltagelse og refleksion, samt elevernes mulighed for at påvirke beslutninger om natur, sundhed og miljø. Således bidrager faget biologi til elevens hele menneskelige udvikling og modning, samt den almene opdragelse

Indhold:

Faget Biologi omfatter 4 hovedområder:

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

Disse 4 områder er grundlaget for tilrettelæggelsen, gennemførelsen og evalueringen af undervisningen, således at eleverne får mulighed for at:

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

Metode:

Undervisningen foregår i skolens biologi lokale, hvor undervisningen veksler mellem praktisk arbejde samt teori. Emnerne i biologi skal være nærværende for eleverne og have et samfundsmæssigt indhold.

Organisation:

Der undervises i biologi på stamklasserne.
Timetal: 3 kvarter i 25 uger, samt en emnedag á 12 kvarter.

Slutmål

Undervisningen i biologi skal lede frem mod de i "fælles mål" fastsatte trin- og slutmål inden for biologi efter 9. klasse. Eleverne skal have en oplevelse i faget og være i stand til at tage stilling til biologiske og miljømæssige områder.

Fysik / kemi

Formål:

Formålet med undervisningen i fysik/kemi er, at eleverne tilegner sig viden om vigtige fysiske og kemiske forhold i naturen og teknikken med vægt på forståelse af grundlæggende fysiske og kemiske begreber og sammenhænge samt viden om anvendelser af fysik og kemi. Undervisningen skal give eleverne fortrolighed med naturvidenskabelige arbejdsformer og betragtningsmåder og indblik i, hvordan fysik og kemi – og forskning i fagene – i samspil med de øvrige naturfag bidrager til vores forståelse af verden.



Undervisningen skal anvende varierede arbejdsformer og i vidt omfang bygge på elevernes egne iagttagelser og undersøgelser, bl.a. ved laboratoriearbejde. Undervisningen skal udvikle elevernes interesse og nysgerrighed over for fysik, kemi, naturvidenskab og teknologi og give dem lyst til at lære mere.

Undervisningen skal bidrage til, at eleverne erkender, at naturvidenskab og teknologi er en del af vores kultur og verdensbillede. Elevernes ansvarlighed over for naturen og brugen af naturressourcer og teknik skal videreudvikles, så de får tillid til egne muligheder for stillingtagen og handlen i forhold til spørgsmål om menneskets samspil med naturen – lokalt og globalt.

Livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse i faget

Undervisningen i fysik og kemi på vores efterskole lægger vægt på:

- Fysikken og kemiens verden således at eleven bliver i stand til at benytte fysiske, kemiske begreber og enkle modeller til at forklare fænomener og hændelser.
- Udvikling af naturvidenskabelig erkendelse med udgangspunkt i beskrivelse af grundstoffer og kemiske forbindelser, universets opbygning og den teknologiske.
- Anvendelse og forståelse for fysik og kemien i det moderne samfund ved at kunne redegøre for, tage stilling til samfundets naturvidenskabelige ressourcer.
- Arbejds måder og tankegange der skal give eleven redskaber til at identificere og formulere naturvidenskabelige spørgsmål og opstille enkle hypoteser.

Undervisningsformen for fysik og kemi lægger op til:

- Et kreativt og levende undervisningsmiljø der lægger vægt på et positivt samspil mellem lærer og elev.
- At være eksperimenterende og undersøgende for at skabe en nysgerrighed hos eleverne.
- Den gode historie omhandlende naturvidenskabelige fænomener og opdagelser.
- At være opdateret i forhold til fagets udvikling – både emne- og udstyrmæssigt.

Indhold:

Faget fysik/kemi omfatter fire hovedområder:

- Fysikkens og kemiens verden, dvs.:
Benytte fysiske og kemiske begreber og enkle modeller til at beskrive og forklare fænomener og hændelser.
Kende til vigtige stoffer og materialer og deres egenskaber.
Kende til udvalgte stoffers kredsløb i naturen.
- Udvikling i naturvidenskabelig erkendelse, dvs.:
beskrive udviklingen i forestillingen om grundstoffers og kemiske forbindelsers opbygning.
Give eksempler på forskellige tiders forestillinger om universets opbygning og udvikling.
Give eksempler på væsentlige træk ved den teknologiske udvikling.
Kende til forskning, der har udvidet vores erkendelse.
- Anvendelse af fysik og kemi i hverdag og samfund
Gøre rede for, diskutere og tage stilling til samfundets ressource- og energiforsyning.
Beskrive og forklare eksempler på energiomsætninger.



Beskrive og forklare eksempler på fremstilling af produkter samt vurdere produktionsprocessers belastning af miljøet.

Beskrive hverdagslivets teknik og dens betydning for den enkelte og samfundet.

- Arbejds måder og tankegange
Identificere og formulere relevante spørgsmål, samt opstille enkle hypoteser.
Planlægge, gennemføre og vurdere undersøgelser og eksperimenter med relevant udstyr.
Anvende et hensigtsmæssigt fagsprog.
Læse, forstå og vurdere informationer i faglige tekster.
Formidle resultatet af arbejdet med fysiske, kemiske og tekniske problemstillinger.
Anvende informationsteknologi i forbindelse med informationssøgning, dataopsamling, bearbejdning og formidling.
Skelne mellem baggrund for og hensigt med forskellige digitale informationer.

Metode: Undervisningen foregår i skolens fysik/kemi lokale samt et midlertidigt indrettet fysik lokale, hvor undervisningen veksler mellem praktisk arbejde samt teori. Emnerne i fysik/kemi skal være nærværende for eleverne og have et samfundsmæssigt indhold. Hvor det er relevant, opfordres eleverne til at søge yderligere viden via Internettet.

Organisation: I 9. klasse undervises der i fysik/kemi på stamklasserne.
I 10. klasse undervises der i fysik/kemi på 4 hold dannet ud fra 7 stamklasser.
Timal: 8 kvarter om ugen i 25 uger

Slutmål: Undervisningen i fysik/kemi skal lede frem mod de i "Nye Fælles Mål 2009" fastsatte trin- og slutmål for 9. henholdsvis 10. klasse inden for fysikken og kemiens verden, udvikling i naturvidenskabelig erkendelse, anvendelse af fysik og kemi i hverdag og samfund og arbejds måder og tankegange.

Geografi

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

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

Undervisningen skal fremme elevernes forståelse af fremmede kulturer og give dem mulighed for at udvikle engagement, selvstændig stillingtagen til og ansvarlighed over for problemer vedrørende udnyttelse af naturgrundlag,



ressourcer og den kulturskabte omverden og konsekvenserne for miljø og levevilkår.

Livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse i faget

Undervisningen i geografi på vores efterskole forholder sig til og tager afsæt i lovens hovedsigte om livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse.

Livsoplysning finder sted, når eleven erkender og forstår sig selv som ansvarlig for og afhængig af fortsatte gunstige levevilkår såvel natur – som kulturskabte.

Folkelig oplysning finder sted når eleven erkender og får indsigt i historik og tradition bag kulturskabte konsekvenser for miljø og levevilkår.

Demokratisk dannelse øves ved kritisk stillingtagen til de politiske dagsordener der sættes eller undlades at sættes for fortsatte levevilkår.

Indhold:

Undervisningen skal lede frem mod, at eleverne har tilegnet sig kundskaber og færdigheder om:

- Globale mønstre
- Naturgrundlaget og dets udnyttelse
- Kultur og levevilkår
- Arbejds måder og tankegange

Metode:

En af fagets arbejds metoder er iagttagelse og indsamling af data og prøver. Herefter skal disse registreringer, prøver og data bearbejdes, struktureres og evt. suppleres med oplysninger fra Internettet. Undervisningen veksler derfor mellem teorier, elevernes undersøgelser og eksperimenter, besøg uden for skolen, elevens arbejde individuelt og i grupper og planlægning af fremlæggelse af arbejdet.

Formidlingen af det indhold, der har været arbejdet med i den konkrete undervisning er en vigtig del af læringen om geografiske redskaber, metoder og begreber. Her får eleverne mulighed for at øve sig i at formulere sig i faglige termer, afprøve forskellige fremlæggelses- og formidlingsformer og samtale om resultater af deres undersøgelser og konklusioner.

Organisation: emnedage

Der undervises i geografi 4 kvarter i 25 uger i 9.kl. Derudover har eleverne



Samfundsfag

Formål: Undervisningen i samfundsfag skal fremme elevernes lyst og evne til at forstå hverdagslivet i et samfundsmæssigt perspektiv og til at tage aktiv del i et demokratisk samfund. De skal erhverve en viden om samfundet og dets historiske forudsætninger. Desuden skal undervisningen medvirke til, at eleverne udvikler historie- og samfundsbevidsthed, kritisk sans og færdighed i at iagttage, analysere og vurdere nationale og internationale samfundsforhold og konflikter. Også på det personlige plan skal undervisningen i samfundsfag bidrage til at den enkelte elev tilegner sig et værdigrundlag for at kunne deltage aktivt i samfundsudviklingen. Eleverne skal også opnå en ansvarsfølelse i forhold til at få løst fælles samfundsmæssige opgaver.

Livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse i faget

Livsoplysning kommer til udtryk gennem udvikling af elevens personlige og kulturelle identitet og af egne værdier og ståsteder.

Folkelig oplysning kommer til udtryk gennem arbejde med samfundets forskellige instanser. Herved opnår eleven forståelse for, at det enkelte menneske altid er indfældet i et fællesskab, som bygger på ligeværdighed og respekt for forskellighed.

Demokratisk dannelse formidles gennem samtale, analyse, diskussion og aktiv deltagelse i forskellige samarbejdsrelationer. Dette bidrager til at udvikle elevens evne til refleksion og kritisk stillingtagen og det at stå ved egne værdier og holdninger såvel som at respektere andres.

Samfundsfag på 9. klassetrin.

Samfundsfag deles op i 3 områder:

1. Politik. Magt, beslutningsprocesser og demokrati:

Her skal eleverne beskæftige sig med emner som det danske demokrati, politiske beslutningsprocesser, den danske stats rolle i forhold til økonomisk udvikling, staten som rammesætter for landets borgere, og den danske stats rolle i et internationalt, globaliseret samfund.

2. Sociale og kulturelle forhold. Socialisering, kultur og identitet:

Her skal eleverne beskæftige sig med det enkelte menneske i grupper og fællesskaber, deriblandt kønsrollemønstre, arbejdsmarkedsudvikling, krav og kompetencer i et dynamisk samfund, sammenhængen mellem indkomst, skat, velfærd og forbrug, unge mennesker i Europa.

Eleverne skal desuden beskæftige sig med menneskets relationer til kultur, herunder normer og værdier i et multikulturelt, globaliseret samfund. Desuden handler dette område om at forholde sig til og sætte sig ind i værdier der ligger til grund for forskellige religioner, normer og livsformer.

3. Økonomi. Produktion, arbejde og forbrug:



Her skal eleverne beskæftige sig med det økonomiske kredsløb og markedsmekanismen. Belyse bæredygtig udvikling i forhold til økonomisk vækst og miljø.

Metode: Der arbejdes på klassen, i mindre grupper og individuelt.

Organisation: Eleverne undervises 4 kvarter i 25 uger. dertil kommer enkelte emnedage

Slutmål Undervisningen i samfundsfagskal lede frem mod de i "Nye Fælles Mål" fastsatte slutmål efter 9. klasse

Kristendom

Livsfilosofi og etik

Undervisningen leder frem mod, at eleverne tilegner sig kundskaber og færdigheder, der sætter dem i stand til at:

- diskutere og forholde sig til udvalgte almene tilværelsesspørgsmål
- anvende relevante faglige begreber
- reflektere over og forholde sig til tilværelsens trosvalg
- diskutere og forholde sig til forskellen mellem religiøst og naturvidenskabeligt sprog
- forholde sig til forskellige menneskesyn
- forholde sig til sammenhænge mellem forskellige normer, etikker og bagvedliggende værdier
- give udtryk for og samtale om egen og andres livsforståelse

Bibelske fortællinger

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

- udtrykke sig om bibelske fortællingers sammenhæng med værdier i dansk og europæisk kultur
- forholde sig til de bibelske fortællinger i samtaler om tydning af tilværelsen

Kristendommen og dens forskellige udtryk i historisk og nutidig sammenhæng

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

- reflektere over og diskutere kristendommens rolle i kultur og samfund
- have indsigt i og forholde sig til kirkelige synspunkter samt deres betydning i samfundet
- forholde sig til sammenhænge mellem tid, rum og betydning i forskellige ritualer
- genkende kristne symboler samt diskutere deres funktioner, når disse indgår i kunstneriske udtryk

Ikke-kristne religioner og andre livsopfattelser

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

- kende og forholde sig til centrale dele af udvalgte religioner
- diskutere forskellige religioners rolle i samfundet - lokalt og globalt
- reflektere over og diskutere udvalgte temaer på tværs af religionerne
- samtale om udvalgte religioners kunstneriske og symbolske udtryk.



Livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse i faget

Livsoplysning kommer til udtryk gennem arbejdet med etik og moral, som ligger i alle religioner, for derved at finde egne værdier og ståsteder.

Folkelig oplysning kommer til udtryk gennem arbejde med kristendommen og andre religioner, idet eleven får en forståelse for, at det enkelte menneske altid er indfældet i et fællesskab, som bygger på ligeværdighed og respekt for forskellighed.

Demokratisk dannelse formidles gennem samtale, analyse, diskussion og aktiv deltagelse i forskellige samarbejdsrelationer. Dette bidrager til at udvikle elevens evne til refleksion og kritisk stillingtagen og det at stå ved egne værdier og holdninger såvel som at respektere andres.

Slutmål

Undervisningen i Kristendom skal lede frem mod de i ”fælles Mål” fastsatte slutmål efter 9.klasse.

Historie

Fortid og nutid

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

- forklare udviklings- og forandringsprocesser fra Danmarks historie, som knytter sig til samfundsborgernes tilværelse under eneherre og folkestyre.
- danne forståelse for og forklare om positive og negative følger af europæisk udvandring til andre verdensdele.
- arbejde med emner der beskriver det internationale samfunds håndtering af krigsforbrydelser.
- arbejde med sammenhængen mellem samfund og produktionsformer.

Tid og rum

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

- demonstrere overblik over længerevarende tidsforløb
- kende og anvende romertal som årstal
- drøfte forskellige former for konfliktløsning i fortidens og i nutidens samfund
- give eksempler på nyhedsmediers vurderinger af aktuelle begivenheder og redegøre for, hvordan de er bundet til den tid, vi lever i.

Fortolkning og formidling

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

- berette sammenhængende om historiske begivenheder på baggrund af indsamlede oplysninger fra flere kilder
- formulere historiske problemstillinger som udgangspunkt for projektarbejde
- tage stilling til pålideligheden af kildemateriale, bl.a. fra Internettet
- give eksempler på begivenheder og samfundsforandringer, der kan forklares ud fra værdier og holdninger, som er fremherskende i en tidsepoke
- forholde sig kritisk til samfunds brug af historiske symboler og fortællinger



- forsøge at rekonstruere historiske genstande og begivenheder, som kan indgå i en præsentation af et projekt med historisk perspektiv.

Livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse i faget

Eleverne skal gennem den temaorienterede undervisning med vekslende læreroplæg og gruppearbejde som udgangspunkt for indgående diskussioner in plenum have kendskab til *livsoplysning* via forståelsen af sig selv og fortiden som historieskabt og derigennem udvikle forudsætninger for at blive historieskabende.

Folkeoplysningen møder eleverne via almenmenneskelige problemstillinger i undervisningen, og herved tilegner de sig erfaringer der giver mulighed for at handle ud fra en større viden end tidligere.

Derudover skal de møde *demokratiet* gennem undervisningen! Hvad demokratiet har gjort for den verden som de nu engang vokser op i, og samtidig skal de have kendskab til og forståelse af ikke-demokratiske samfund, og derigennem danne deres egen stillingtagen til historiske og nuværende problemstillinger i Danmark og i resten af verden.

Slutmål: Undervisningen i historie skal lede frem mod de i "Fælles Mål" fastsatte slutmål efter 9 kl.

Fokusfag

Fokusfag - Rytmisk gymnastik og dans

Formål: I faget rytmisk gymnastik og dans er formålet, at eleverne tilegner sig bevægelsesglæde, -erfaring og udvikling.

Livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse i faget

- Eleverne skal gennem undervisningens forskellige elementer have *livsoplysning og folkelig oplysning* tæt på kroppen ved oplysning om almenmenneskelige problemstillinger, eksempelvis via dialog omkring etik og morale. De skal lære omkring store og små fællesskaber, samt om det at være et individ i et forpligtigende fællesskab
- Endvidere skal de møde *demokratiet* gennem undervisningen! Hver elev skal føle sig værdifuld for og som en central del af holdet, og via dialog og inspiration skal eleverne have oplevelse og indtryk af, at indflydelse og engagement går hånd i hånd for at skabe det bedste udgangspunkt for noget stort

Desuden:

- Udføre og begrunde bevægelsesforløb til musik i samspil med udtryk form og rytme



- Være medskabende i egne og fælles bevægelsesforløb
- Erkende samspil mellem egne bevægelser og andres bevægelser
- Udvide sikkerhed i gymnastiske færdigheder

Indhold og mål:

Der tages udgangspunkt i den enkelte elevs kropslige/motoriske kompetencer. Alsidigheden er i fokus. Med afsæt i grundgymnastikken og igennem mødet med forskellige bevægelsestyper, ofte inspireret af dansens verden, får eleven mulighed for fordybelse og dygtiggørelse. I faget bliver der lagt vægt på at give eleven "redskaber" til at vise kreativitet og personlighed, og at turde udtrykke dette med kroppen igennem dansens og gymnastikkens rytmer.

Organisation:

Eftersom færdighedsniveauet er meget forskelligt for vores elever, prøver vi igennem holdinddeling og gruppeinddeling inden for holdet at differentierer undervisningen. Dette skaber et trygt læringsmiljø og en udfordrende undervisning for alle niveauer. Lektionerne er bygget op af en opvarmning efterfulgt af en hoveddel, hvor man går i dybden med en af de rytmiske facetter. Der undervises 2 lektioner af 90 minutters varighed om ugen i fokusfaget rytmisk gymnastik og dans.

Slutmål

Give eleverne en personlig udvikling og færdigheder i gymnastik og dans

Fokusfag – Spring

Formål:

- Udvikle alsidige bevægelsesmønstre og bevægeerfaring.
- Gennem nuanceret metodiktilgange at udvikle kropsforståelsen.
- Udvide sikkerhed i gymnastiske springfærdigheder og erkende samspillet mellem kropsbevægelse og redskaberne.
- Mestre forskellige teknikker og færdigheder.
- Sammensætte, mestre og erfare grundlæggende bevægelser og bevægelsesmønstre.
- Kende til elementær opvarmning og bevægelighedstræning.
- Indgå i et socialt miljø med modtagning, opbakning og forståelse af andres bevægelses kvaliteter.

Livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse i faget

• Eleverne skal gennem undervisningens forskellige elementer have *livsoplysning* og *folkelig oplysning* tæt på kroppen ved oplysning om almenmenneskelige problemstillinger, eksempelvis via dialog omkring etik og morale. De skal lære omkring store og små fællesskaber, samt om det at være et individ i et forpligtigende fællesskab



- Endvidere skal de møde *demokratiet* gennem undervisningen! Hver elev skal føle sig værdifuld for og som en central del af holdet, og via dialog og inspiration skal eleverne have oplevelse og indtryk af, at indflydelse og engagement går hånd i hånd for at skabe det bedste udgangspunkt for noget stort

Indhold:	Springgymnastik er ligesom byggeklodser. Der er et antal klodser - grundelementer - som fx kropsspænding, håndstand og afsæt som fundament. Dertil bliver der metodisk bygget ovenpå med forlæns og baglæns salto, skruer, flik-flak og kraftspring til sværere springkombinationer. Igennem tons og teknisk træning vil de få opbygget deres egen springpyramide. Undervisningen fokuserer gennem træning, afprøvning, konkurrence og samarbejde på videreudvikling af den enkelte elevs bevægelsesmæssige springfærdigheder.
Metode:	Selvom fokusfag spring er niveaudelt har vores elever stadig væsentligt forskel i færdigheder. Vi prøver igennem holdinddeling og gruppeinddeling inden for holdet at differentierer undervisningen. Dette skaber et trygt springmiljø og en udfordrende undervisning for alle niveauer. Lektionerne er bygget op af en opvarmning på, med og rundt om redskaberne, så eleverne bliver trygge og vante med disse. Dertil kommer en stationstræning med 3-4 springopstillinger, som eleverne fordyber sig i med mange gentagelser. Disse stationer kan være en forøvelse til flik-flak eller det færdige spring. Det afhænger af gruppens niveau. Parallelt med træningen vil der være løbende teori og metodikundervisning til de forskellige grupper. Til sidst er der mulighed for at prøve de færdige spring af på forskellige springbaner.
Organisation:	Eleverne vælger spring som fokusfag for et år af gangen. Der laves 2 hold som niveaudeles på baggrund af en træning til kommende elevdag, en kort samtale med en gymnastiklærer og et spørgeskema. Der er tilknyttet 2 springlærer pr. hold, og der trænes 2 x 1½ time pr-uge i 25 uger. Det er ene hold deltager i DM i spring rytme
Slutmål	Give eleverne en personlig udvikling og færdigheder i spring.

Fokusfag - svømning

Rammer:	Faget er for svømmere med forskellige forudsætninger. Holdet består af 20-25 svømmere med vidt forskellige forudsætninger; fra begyndere til øvede svømmere og landsholdssvømmere. Eleverne vælger fokusfaget svømning i foråret inden skolestart. Undervisningstiden er 2x90 minutter. Der er to fokushold, som er niveaudelte, og en underviser tilknyttet hvert hold.
----------------	--

Indhold: Eleverne får indblik i fysiologiske og simple biomekaniske principper i svømning. I undervisningen søges mod en specialisering af de fire grundlæggende færdigheder i relation til svømning. De fire stilarter, de forskellige distancer til svømmekonkurrencer, og de dertil hørende krav, er de centrale omdrejningspunkter. Der undervises også i andre aktiviteter som for eksempel forskellige boldspil.

Livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse i faget

Eleverne skal gennem undervisningens forskellige elementer have *livsoplysning og folkelig oplysning* tæt på kroppen ved oplysning om almenmenneskelige problemstillinger, eksempelvis via dialog omkring etik og morale.

De skal lære omkring store og små fællesskaber, samt om det at være et individ i et forpligtigende fællesskab

- Endvidere skal de møde *demokratiet* gennem undervisningen! Hver elev skal føle sig værdifuld for og som en central del af holdet, og via dialog og inspiration skal eleverne have oplevelse og indtryk af, at indflydelse og engagement går hånd i hånd for at skabe det bedste udgangspunkt for noget stort.

Fagets almene perspektiver:

Svømning er den eneste idræt, hvor piger og drenge træner på lige fod. Det betyder, at svømmetræning set i et socialt perspektiv giver eleverne fælles referencerammer og oplevelser. Konkurrencen med sig selv og andre er direkte målbar i svømning.

På grund af vandets densitet, som er cirka 800 gange højere end luft, er fornemmelsen af fart i vand enestående. Svømmes der i verdensrekordtempo (cirka 2 m/s), svarer følelsen til at køre 150-200 km/t på motorcykel – vel at mærke kun iført badetøj.

Mål: I fokusfaget svømning får eleverne mulighed for, uanset forudsætninger, at blive bedre til at svømme stilarter.

Målet er desuden udvikling af såvel svømmerens færdigheder som kundskaber i relation til konkurrencesvømning.

Middel: Gennem traditionel svømmetræning og meget avancerede og specialiserede træningsmetoder, som fx video-undervandsoptagelser og analyse af svømmerens teknik, er målet at optimere og højne svømmerens præstationsniveau. Undervisningen tilrettelægges med programmer til tre til fire forskellige træningsniveauer.

Øvrigt:

Som supplement til faget har alle elever mulighed for at vælge svømning som valgfag alle ugens dage og konkurrencesvømmere tilbydes ekstra træning i fritiden.



Alle elever på holdet har mulighed for deltagelse i forskellige svømmestævner. Der afholdes mindst et større svømmestævne årligt på skolen.

Slutmål Elevernes personlig udvikling og færdigheder i svømning.

Fokusfag – Fodbold drenge og fodbold piger

Formål:

- At eleverne gennem fodbold opnår glæde ved fysisk udfoldelse, samt videreudvikler fodboldmæssige kompetencer.
- At den enkelte spiller udover sin egen spillemæssige udvikling, bidrager til holdets opbygning og aftalte spillestil.

Herunder:

- At udvikle sociale kompetencer.
- At give eleverne forudsætninger for at tage ansvar for sig selv samt indgå i et forpligtende fællesskab.
- At den enkelte elev får større tro på egne evner.
- At alle, både øvede og begyndere, opnår kendskab til regler og træningsmetoder.
- At den enkelte elev opnår en udvikling indenfor det tekniske, taktiske, fysiske og psykiske område.

Livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse i faget

Eleverne skal gennem undervisningens forskellige elementer have *livsoplysning og folkelig oplysning* tæt på kroppen ved oplysning om almenmenneskelige problemstillinger, eksempelvis via dialog omkring etik og morale.

De skal lære omkring store og små fællesskaber, samt om det at være et individ i et forpligtende fællesskab

- Endvidere skal de møde *demokratiet* gennem undervisningen! Hver elev skal føle sig værdifuld for og som en central del af holdet, og via dialog og inspiration skal eleverne have oplevelse og indtryk af, at indflydelse og engagement går hånd i hånd for at skabe det bedste udgangspunkt for noget stort.

Indhold:

Teknisk træning: Eks. Fodboldkoordination, 1.berøring og vendinger.

Taktisk træning: Eks. Kendskab og evne til at indgå i forskellige spillestile og systemer.

Fysisk træning: Eks. Kredsløbstræning og mere fodboldspecifikke former for intervaltræning

Metode:

Opvarmning: Hovedsageligt med bold.

Træningsøvelser. Eks. Fokus på def./off. omstilling, possession, 1v1 etc.



Tekniske øvelser udføres både formelt og tænkes ind i spiltaktiske sekvenser, så indlærte færdigheder opleves funktionelle.

Spil: Elementer af det færdige spil. 4v4.....11v11

Nedvarmning og strækøvelser

Træningskampe mod andre efterskoler samt evt. klubhold - tilpasset efter niveau.

Kampe / stævner, både inde og ude, om FM og DM for skoler og efterskoler.

Organisation: Der undervises to gange ugentlig á 90 minutters varighed.
Holdene er opdelt efter køn.

Slutmål At eleverne udover en personlig udvikling opnår spillemæssige færdigheder og sociale kompetencer, som tilsammen forbedrer elevernes fodboldfaglige niveau.
At den enkelte elev gennem en forbedring af tekniske, taktiske og fysiske kompetencer opnår motivation for ny læring.

Fokusfag - Musik/sammenspil

Formål: Undervisningen tilrettelægges med henblik på at videreudvikle elevernes motoriske / tekniske og musikalske færdigheder. Vi ønsker at udvikle den enkelte elevs færdigheder og kompetencer såvel kognitivt, socialt som emotionelt.

Livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse i faget

Eleverne skal gennem undervisningens forskellige elementer have *livsoplysning og folkelig oplysning* tæt på kroppen ved oplysning om almenmenneskelige problemstillinger, eksempelvis via dialog omkring etik og morale.

De skal lære omkring store og små fællesskaber, samt om det at være et individ i et forpligtigende fællesskab

- Endvidere skal de møde *demokratiet* gennem undervisningen! Hver elev skal føle sig værdifuld for og som en central del af holdet, og via dialog og inspiration skal eleverne have oplevelse og indtryk af, at indflydelse og engagement går hånd i hånd for at skabe det bedste udgangspunkt for noget stort.

Indhold: Ved sammenspillet indføres eleverne i mange forskellige stilarter, som hver har deres egen typiske rytme, - melodi og frasestruktur. Der praktiseres musik teori som bliver sammenholdt – med de pågældende stilarter/genre. Der

undervisningsdifferentieres så hver elev får udleveret en opgave som er specielt fremstillet til den enkelte. Vi arbejder med improvisation – som giver eleverne lov til at udfolde deres egne kreative ideer, såvel som solo og egne kompositioner. Gennem arbejdet med den årlige musical oplever eleverne den proces det er at lave en musical, de får en forståelse af hvordan der arbejdes, de er en del af et større fællesskab, og netop den enkeltes tilstedeværelse har stor betydning for det samlede resultat.

Metode:

Vi lægger stor vægt på det sociale aspekt i musikken, en vigtig opgave er at skabe et godt miljø for at skabe en optimal læring. Livsglæden i musikken skal være med til at smitte omgivelserne, og dette sker ofte når eleverne optræder i forbindelse med arrangementer, - koncertvirksomhed, hvilket styrker og motiverer den enkelte elev til at yde sit bedste, også i en presset situation. Vi bruger forskellige udtryksformer da en enkelt udtryksform ikke nødvendigvis er den rigtige for alle. En anden grund er også at udvide elevernes horisont i forhold til det praktisk/musiske aspekt..

Organisation:

Eleverne undervises på musikhold 1 eller 2 evt. efter forskellige niveauer, og musiske forudsætninger, hvert musikhold tildes, et ugentligt timetal på 4 lektioner af 45 min. I fokusfag og 2 lektioner af 45 min. I alm. sammenspil. Derudover er der tilbud om musikundervisning/vejledning om aftenen, og – eller i fritimer. Disse tilbud er som ofte mere specifikke ønsker fra eleverne som så giver mulighed for at dyrke f.eks. rock – klassisk – jazz.. Eleverne opfordres derudover til i deres fritid at danne grupper og bands.

Slutmål

Give eleverne en personlig udvikling og færdigheder i musik

Lærere:

Følgende lærer underviser i musik:
Torben Nikolajsen – statsprøvet musikpædagog. DFMK
Thomas Nikolajsen – MGK – Musiklæreruddannelsen
Anders Pedersen - Musiklæreruddannelse

VALGFAG

Musical og performance

Formål:

Formålet med undervisningen i drama er at udvikle elevernes lyst til og færdighed i at bruge drama som udtryksmiddel. Undervisningen skal udvikle elevernes forståelse for, og lære dem at bruge det dramatiske udtryk som en mulighed for at forstå, og indleve sig i andre mennesker, historiske tider/epoker, andre kulturer osv.

I et samarbejde med skolens kor, musikhold, dansere m.fl. arbejder vi på at lave en musical efterårshalvåret. I forårshalvåret arbejdes der hen mod at lave en til to forestillinger.

Eleverne oplever her, hvor vigtigt det er at samarbejde, at alle har brug for alle, samtidig med at de får en fornemmelse for hvordan man arbejder professionelt, hvilke virkemidler, man som instruktør, skuespiller og tekniker har at arbejde med.

Livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse i faget

Eleverne skal gennem undervisningens forskellige elementer have *livsoplysning* og *folkelig oplysning* tæt på kroppen ved oplysning om almenmenneskelige problemstillinger, eksempelvis via dialog omkring etik og morale.

De skal lære omkring store og små fællesskaber, samt om det at være et individ i et forpligtigende fællesskab

- Endvidere skal de møde *demokratiet* gennem undervisningen! Hver elev skal føle sig værdifuld for og som en central del af holdet, og via dialog og inspiration skal eleverne have oplevelse og indtryk af, at indflydelse og engagement går hånd i hånd for at skabe det bedste udgangspunkt for noget stort.

Indhold:

Eleven skal gennem forløbet arbejde med personlige grænser.
Eleven lærer at udtrykke sig både kommunikativt og kropsligt.
Eleven får indsigt i teatrets dramatiske begreber og virkemidler.

Metode:

Undervisningen tager udgangspunkt i elevernes kunnen/forkundskaber, idet eleverne bliver inddraget i beslutningsprocesseerne, og bliver opfordret til selv at deltage med ideer og forslag til hvordan de forskellige opgaver/problemer skal løses.

Netop i drama har eleverne meget forskellige forudsætninger, og det gælder om at drage nytte af den enkeltes kunnen/kundskaber. Derfor vil det ikke kun være produktet der skal fokuseres på, men i høj grad på processen frem til produktet.

Oplevelse og analyse af dramatiske udtryk:

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

- analysere og vurdere eget og andres dramaudtryk
- omsætte analyse af dramaudtryk i ny dramapraksis



- vurdere professionelt teater.

Indblik i forskellige teatermiljøer:

Undervisningen skal lede frem mod, at eleverne har tilegnet sig kundskaber og færdigheder. Eleverne skal arbejde med at:

- få erfaring med nogle af teatrets grundelementer og dramaturgiske valg
- få indblik i forskellige teatertraditioner gennem egne eller andres teaterproduktioner
- udforske de forskelligartede opgaver, der er forbundet med at opsætte et teaterstykke
- afprøve både klassiske og moderne teaterformer

Musical dans

Formål:

I faget musical dans er formålet at eleverne tilegner sig nye bevægelser og opnår øget kontrol og kendskab til deres krop. At elever får trænet hen i mod danse der skal bruges i årets musical

Livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse i faget

Eleverne skal gennem undervisningens forskellige elementer have *livsoplysning og folkelig oplysning* tæt på kroppen ved oplysning om almenmenneskelige problemstillinger, eksempelvis via dialog omkring etik og morale.

De skal lære omkring store og små fællesskaber, samt om det at være et individ i et forpligtigende fællesskab

- Endvidere skal de møde *demokratiet* gennem undervisningen! Hver elev skal føle sig værdifuld for og som en central del af holdet, og via dialog og inspiration skal eleverne have oplevelse og indtryk af, at indflydelse og engagement går hånd i hånd for at skabe det bedste udgangspunkt for noget stort.

Desuden:

- Udføre og begrunde bevægelsesforløb til musik i samspil med udtryk form og rytme
- Være medskabende i egne og fælles bevægelsesforløb
- Erkende samspil mellem egne bevægelser og andres bevægelser
- Udvide sikkerhed i gymnastiske færdigheder

Indhold og mål:

Der tages udgangspunkt i den enkelte elevs kropslige/motoriske kompetencer. Alsidigheden er i fokus. Med afsæt i grundgymnastikken og igennem mødet med forskellige bevægelsestyper får eleven mulighed for fordybelse og dygtiggørelse.

I faget bliver lagt vægt på at give eleven "redskaber" til at vise kreativitet og personlighed, og at turde udtrykke dette med kroppen igennem dansens og gymnastikkens rytmer.

Organisation: Der undervises 2 lektioner af 45 minutters varighed om ugen i valgfaget rytmisk gymnastik og dans. Eleverne lærer en rytmisk sekvens som indgår som en del af forårets opvisningsprogram.

Slutmål Give eleverne en personlig udvikling og færdigheder i gymnastik og dans

Spring

Formål:

- Udvikle alsidige bevægelsesmønstre og bevægeerfaring.
- Gennem nuanceret metodiktilgange at udvikle kropsforståelsen.
- Udvide sikkerhed i gymnastiske springfærdigheder og erkende samspillet mellem kropsbevægelse og redskaberne.
- Mestre forskellige teknikker og færdigheder.
- Sammensætte, mestre og erfare grundlæggende bevægelser og bevægelsesmønstre.
- Kende til elementær opvarmning og bevægelighedstræning.
- Indgå i et socialt miljø med modtagning, opbakning og forståelse af andres bevægelses kvaliteter.

Livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse i faget

Eleverne skal gennem undervisningens forskellige elementer have *livsoplysning og folkelig oplysning* tæt på kroppen ved oplysning om almenmenneskelige problemstillinger, eksempelvis via dialog omkring etik og morale.

De skal lære omkring store og små fællesskaber, samt om det at være et individ i et forpligtigende fællesskab

• Endvidere skal de møde *demokratiet* gennem undervisningen! Hver elev skal føle sig værdifuld for og som en central del af holdet, og via dialog og inspiration skal eleverne have oplevelse og indtryk af, at indflydelse og engagement går hånd i hånd for at skabe det bedste udgangspunkt for noget stort.

Indhold:

Springgymnastik er ligesom byggeklodser. Der er et antal klodser - grundelementer - som fx kropsspænding, håndstand og afsæt som fundament. Dertil bliver der metodisk bygget ovenpå med forlæns og baglæns salto, skruer, flik-flak og kraftspring til sværere springkombinationer. Igennem tons og teknisk træning vil de få opbygget deres egen springpyramide. Undervisningen fokuserer gennem træning, afprøvning, konkurrence og samarbejde på videreudvikling af den enkelte elevs bevægelsesmæssige springfærdigheder.

Metode:

Eftersom færdighedsniveauet er meget forskelligt for vores elever, prøver vi igennem holdinddeling og gruppeinddeling inden for holdet at differentierer undervisningen. Dette skaber et trygt springmiljø og en udfordrende undervisning for alle niveauer. Lektionerne er bygget op af en opvarmning på,

med og rundt om redskaberne, så eleverne bliver trygge og vante med disse. Dertil kommer en stationstræning med 3-4 springopstillinger, som eleverne fordyber sig i med mange gentagelser. Disse stationer kan være en forøvelse til flik-flak eller det færdige spring. Det afhænger af gruppens niveau. Parallelt med træningen vil der være løbende teori og metodikundervisning til de forskellige grupper. Til sidst er der mulighed for at prøve de færdige spring af på forskellige springbaner.

Organisation: Springholdene er sammensat af ca. 25-30 elever med begge køn repræsenteret. Lektionerne kalder vi springmoduler og er af 1,5 times varighed. Skolen tilbyder 6 springmoduler om ugen. Skolen har fire springlærere til rådighed. Der er tilknyttet to springlærere pr. hold.

Slutmål Give eleverne en personlig udvikling og færdigheder i spring.

Volleyball

Formål: Formålet med volleyball på Bernstorffsminde Efterskole er at:

- Give eleverne mulighed for at udvikle deres boldfærdigheder
- Give eleverne en oplevelse af samt indsigt i et specifikt boldspil
- Udvikle elevernes tekniske kundskaber
- Udvikle elevernes forståelse for selve spillet
- Udvikle elevernes forståelse for en holdsport

Livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse i faget

Eleverne skal gennem undervisningens forskellige elementer have *livsoplysning og folkelig oplysning* tæt på kroppen ved oplysning om almenmenneskelige problemstillinger, eksempelvis via dialog omkring etik og morale.

De skal lære omkring store og små fællesskaber, samt om det at være et individ i et forpligtigende fællesskab

• Endvidere skal de møde *demokratiet* gennem undervisningen! Hver elev skal føle sig værdifuld for og som en central del af holdet, og via dialog og inspiration skal eleverne have oplevelse og indtryk af, at indflydelse og engagement går hånd i hånd for at skabe det bedste udgangspunkt for noget stort.

Indhold: Undervisningen sigter mod, at eleverne slutteligt bliver i stand til at begå sig i turneringer og spille kampe, f.eks. ved:

- Træningskampe mod andre skoler og klubhold
- Dansk Skoleidræt
- FM for efterskoler
- DM for efterskoler



I denne sammenhæng bliver eleverne delt efter niveau, og der tilmeldes hold i flere rækker.

Metode:

Et undervisningsforløb er bygget op således, at elementær teknisk træning vægtes højt. I arbejdet med teknisk træning gennemgås og vises udførelsen af eksempelvis:

- Fingerslag
- Baggerslag
- Smash
- Blokade
- Serv

Efterhånden sættes der også fokus på taktik, og der arbejdes frem imod, at eleverne lærer alle spillets facetter at kende. Endvidere præsenteres eleverne for spillets regler og det at dømme en volleyballkamp.

Organisation:

Der undervises på valghold, og lektionerne har en varighed af 1½ time. En valgturnus forløber fra sommer til jul samt fra jul til sommer. I hver valgturnus undervises der i 13 uger. Derudover er der mulighed for, at den enkelte elev kan vælge volleyball på emnedage, hvor der undervises i 4 lektioner om formiddagen og 4 lektioner om eftermiddagen. På sådanne dage er der mulighed for i endnu højere grad at arbejde med eksempelvis individuel teknisk træning, diverse spillesystemer, taktik samt mental træning.

Slutmål

Give eleverne en personlig udvikling og færdigheder i volleyball

Håndbold

Formål:

Formålet med undervisningen i håndbold er:

- At styrke og udvikle den enkelte elevs kompetencer og færdigheder i håndbold.
- At udvikle elevens forståelse for kollektivets betydning
- At deltage i forskellige turneringer bl.a. for at se resultatet af træningen og repræsentere skolen.
- Prøve de forskellige former for håndbold: Håndbold i hal, håndbold på græs samt strandhåndbold.

Livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse i faget

Eleverne skal gennem undervisningens forskellige elementer have *livsoplysning og folkelig oplysning* tæt på kroppen ved oplysning om almenmenneskelige problemstillinger, eksempelvis via dialog omkring etik og morale.

De skal lære omkring store og små fællesskaber, samt om det at være et individ i et forpligtigende fællesskab



- Endvidere skal de møde *demokratiet* gennem undervisningen! Hver elev skal føle sig værdifuld for og som en central del af holdet, og via dialog og inspiration skal eleverne have oplevelse og indtryk af, at indflydelse og engagement går hånd i hånd for at skabe det bedste udgangspunkt for noget stort.

Indhold:

Undervisningen indeholder:

- Individuel teknisk træning
Afleveringer – skudformer – finter – driblinger - forsvar
- Taktik, spillestil og diverse åbninger
- Fysik: koordination, bevægelighed, hurtighed, kondition, springstyrke
- Mental træning
- Træningskampe mod andre efterskoler samt klubhold
- Deltagelse i stævner

Metode:

Undervisningen foregår i skolens egen hal. Der veksles mellem individuel og kollektiv træning samt mellem lukkede og åbne træningsøvelser.

Organisation:

I håndbold drenge, håndbold piger og håndbold mix er der én gang ugentlig træning af 1½ time.

Slutmål

Give eleverne en personlig udvikling og færdigheder i håndbold

Fodbold

Formål:

- At eleverne gennem fodbold opnår glæde ved fysisk udfoldelse, samt opnår grundlæggende fodboldmæssige færdigheder.
- At eleverne opnår indsigt i holdidrættens forpligtelser og muligheder.

Herunder:

- At udvikle sociale kompetencer.
- At give eleverne forudsætninger for at tage ansvar for sig selv samt indgå i et forpligtende fællesskab.
- At den enkelte elev får større tro på egne evner.
- At alle, både øvede og begyndere, opnår kendskab til regler og træningsmetoder.
- At den enkelte elev opnår en udvikling indenfor det tekniske, taktiske, fysiske og psykiske område.

Livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse i faget

Eleverne skal gennem undervisningens forskellige elementer have *livsoplysning* og *folkelig oplysning* tæt på kroppen ved oplysning om almenmenneskelige problemstillinger, eksempelvis via dialog omkring etik og morale.



De skal lære omkring store og små fællesskaber, samt om det at være et individ i et forpligtigende fællesskab
Endvidere skal de møde *demokratiet* gennem undervisningen! Hver elev skal føle sig værdifuld for og som en central del af holdet, og via dialog og inspiration skal eleverne have oplevelse og indtryk af, at indflydelse og engagement går hånd i hånd for at skabe det bedste udgangspunkt for noget stort.

- Indhold:** Teknisk træning: Eks. Fodboldkoordination og sparketeknik.
Taktisk træning: Eks. Kendskab til forskellige spilsystemer.
Fysisk træning: Minimalt omfang af fysisk træning, da denne søges indeholdt i spilrelaterede øvelser.
- Metode:** Opvarmning: Hovedsageligt med bold.
Træningsøvelser. Fokus på elevernes grundlæggende tekniske færdigheder.
Spil: Elementer af det færdige spil. 4v4.....11v11
Nedvarmning og strækøvelser

Valgfagsholdet deltager hovedsageligt i endagsstævner

- Organisation:** Der undervises en gang ugentlig á 90 minutters varighed.
Fodbold valgfag udbydes kun for Drengene.
- Slutmål** At eleverne udover en personlig udvikling opnår spillemæssige færdigheder og sociale kompetencer.
At eleverne erfarer fodboldfællesskabets forpligtelser og muligheder.

Svømmetræning

- Rammer:** Faget er både for begyndere og tidligere eller nuværende konkurrencesvømmere. Svømmetræningsholdet består af 12-24 svømmere med vidt forskellige forudsætninger; fra let øvede svømmere til landsholdssvømmere. Eleverne vælger svømmetræning for et halvår ad gangen. Undervisningstiden er 75 eller 90 minutter pr. gang. Der er en underviser tilknyttet svømmetræningsholdet.

Livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse i faget

Eleverne skal gennem undervisningens forskellige elementer have *livsoplysning* og *folkelig oplysning* tæt på kroppen ved oplysning om almenmenneskelige problemstillinger, eksempelvis via dialog omkring etik og morale.

De skal lære omkring store og små fællesskaber, samt om det at være et individ i et forpligtigende fællesskab



- Endvidere skal de møde *demokratiet* gennem undervisningen! Hver elev skal føle sig værdifuld for og som en central del af holdet, og via dialog og inspiration skal eleverne have oplevelse og indtryk af, at indflydelse og engagement går hånd i hånd for at skabe det bedste udgangspunkt for noget stort.

Indhold:

Eleverne får indblik i fysiologiske og simple biomekaniske principper i svømning. I undervisningen søges mod en specialisering af de fire grundlæggende færdigheder i relation til konkurrencesvømning. De fire stilarter, de forskellige distancer til svømmekonkurrencer, og de dertil hørende krav, er de centrale omdrejningspunkter.

Fagets almene perspektiver:

Svømning er den eneste idræt, hvor piger og drenge træner på lige fod. Det betyder, at svømmetræning set i et socialt perspektiv giver eleverne fælles referencerammer og oplevelser. Konkurrencen med sig selv og andre er direkte målbar i svømning.

På grund af vandets densitet, som er cirka 800 gange højere end luft, er fornemmelsen af fart i vand enestående. Svømmes der i verdensrekordtempo (cirka 2 m/s), svarer følelsen til at køre 150-200 km/t på motorcykel – vel at mærke kun iført badetøj.

Mål:

I valgfaget svømmetræning tilbydes eleverne, uanset forudsætninger, at blive bedre til at svømme stilarter.

Målet er desuden udvikling af såvel svømmerens færdigheder som kundskaber i relation til konkurrencesvømning.

Middel:

Gennem traditionel svømmetræning og meget avancerede og specialiserede træningsmetoder, som fx video-undervandsoptagelser og analyse af svømmerens teknik, er målet at optimere og højne svømmerens præstationsniveau. Undervisningen tilrettelægges med programmer til tre til fire forskellige træningsniveauer.

Øvrigt:

Som supplement til faget svømmetræning tilbydes konkurrencesvømmere ekstra træning i fritiden.

Alle elever på svømmetræningsholdet har mulighed for deltagelse i forskellige svømmestævner. Der afholdes mindst et større svømmestævne årligt på skolen.

Slutmål

Give eleverne en personlig udvikling og færdigheder i svømning

Dykning



Formål: Give eleverne oplevelser og udfordringer nede i vandet. Opøve tekniske færdigheder og en tryghed ved at færdes nede i vandet.

Livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse i faget

Livsoplysning ved: at undervisningen og samværet skal bidrage til den enkeltes kulturelle dannelse.

Folkelig oplysning ved:

- at eleven skal lære, at det enkelte menneske altid er indfældet i et fællesskab, gennem kulturelle erfaringer og med respekt for forskelligheder i de menneskelige fællesskaber.

Demokratisk dannelse ved at:

- eleven skal lære at anerkende og respektere beslutninger som tages i fællesskab, samt tage ansvar for hinanden

Indhold: Undervisningen indeholder arbejde med forskellige elementer som: vandføling, ABC-udstyr, finneteknik, åndedræt mm. Der indgår også teori om vandets tryk og dets indflydelse på mennesket.

Metode: De forskellige elementer sammensættes til forskellige øvelser og lege nede i vandet. Færdighederne kan efterhånden bruges til UV-rugby og forskellige lege i svømmehallen. Endelig giver færdighederne mulighed for at udforske livet ude i vandet.

Organisering: Der undervises på valghold af 1½ time og vælges for et halvt år ad gangen. Der tages hensyn til elevernes forskellige niveauer.

Slutmål Give eleverne en personlig udvikling og færdigheder i dykning.

Udspring

Formål: Give eleverne en oplevelse og udfordre dem på deres niveau, så alle bliver bedre. Opøve tekniske færdigheder og en tryghed ved at turde give slip.

Livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse i faget

- Eleverne skal gennem undervisningens forskellige elementer have *livsoplysning og folkelig oplysning* tæt på kroppen ved oplysning om almenmenneskelige problemstillinger, eksempelvis via dialog omkring etik og morale. De skal lære omkring store og små fællesskaber, samt om det at være et individ i et forpligtigende fællesskab

- Endvidere skal de møde *demokratiet* gennem undervisningen! Hver elev skal

føle sig værdifuld for og som en central del af holdet, og via dialog og inspiration skal eleverne have oplevelse og indtryk af, at indflydelse og engagement går hånd i hånd for at skabe det bedste udgangspunkt for noget



stort

- Indhold:** Undervisningen er opdelt i elementer som: Tilløb, svæv, nedslag, rotation mm. Efter indlæring af et springs elementer sættes de sammen til det færdige spring. Når et spring er indlært, arbejdes der videre på næste trin.
- Metode:** Der undervises individuelt, da eleverne er på forskelligt niveau. Hvis der er mange på holdet, bliver det niveaudelt. Trinopbygning er på flere niveauer en naturlig del af undervisningen.
I den daglige undervisning bruges forevisning af indlærte spring og video, som fører frem til en opvisning for forældre.
- Organisering:** Der undervises på valghold af 1½ time som vælges for et halvt år ad gangen.
- Slutmål** Give eleverne en personlig udvikling og færdigheder i udspring.

Yoga

- Formål:** Gennem enkle øvelser arbejdes der med at skabe en forståelse for forholdet mellem krop og sjæl og hvordan de virker ind på hinanden, således at man bliver bedre til at håndtere en stresset hverdag.

Livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse i faget

- Eleverne skal gennem undervisningens forskellige elementer have *livsoplysning og folkelig oplysning* tæt på kroppen ved oplysning om almenmenneskelige problemstillinger, eksempelvis via dialog omkring etik og morale. De skal lære omkring store og små fællesskaber, samt om det at være et individ i et forpligtigende fællesskab
- Endvidere skal de møde *demokratiet* gennem undervisningen! Hver elev skal føle sig værdifuld for og som en central del af holdet, og via dialog og inspiration skal eleverne have oplevelse og indtryk af, at indflydelse og engagement går hånd i hånd for at skabe det bedste udgangspunkt for noget stort

- Varighed:** Kurset varer et halvt år, dvs.ca 15 gange à 90 min.

Indhold:

- Åndedrætsøvelser.
- Stående øvelser.
- Siddende øvelser.
- Liggende øvelser.
- Omvendte stillinger.
- Drejninger.
- Kort gennemgang af den menneskelige anatomi.



- Afspændingsteknikker.
- Visualiseringsøvelser.
- Let meditationsteknik.
- Massage.
- Rygøvelser.

Organisering:

Eleverne medbringer liggeunderlag og tæppe og starter timen med at lægge sig på ryggen og lave åndedrætsøvelser, hvorved de tvinges til at fokusere på deres tilstedeværelse. De første 5 min. går med at give slip på det, der var og være til stede her. Det er vigtigt for effekten af undervisningen, at der er nogenlunde ro, ellers er det umuligt, at koncentrere sig om sin egen krop. Efter den indledende afslapning følger ca. 55 minutters øvelser. Disse tilstræber at komme hele kroppen igennem, men af og til er der akutte behov, som gør at et enkelt område prioriteres. De sidste 30 min. bruges på afspænding og meditation. I perioder med megen gymnastiktræning eller andre "strabadser", som giver meget ømme muskler, indlægges massage. Massagen er foruden de andre discipliner med til at øge elevernes bevidsthed omkring deres egen krop.

Slutmål:

Det er mit mål at eleverne ved kursets slutning vil være bedre i stand til at tage vare på både deres fysiske og psykiske velbefindende gennem de enkle teknikker der har været arbejdet med i timerne, De skal have erhvervet en indsigt i hvordan krop og psyke hænger sammen og være blevet bevidste om, at de har et valg i forhold til hvad de udsætter deres krop for.

Flexkunst

Formål:

I faget Håndarbejde har vi som mål, at eleverne tilegner sig kompetencer til at kunne:

- Skelne mellem materialer og kvaliteter.
- Vurdere design og pris / ressource forbrug.
- Mestre grundlæggende syteknik /strikketeknik.
- Endvidere er der mulighed for at arbejde med forskellige dekorationsteknikker så som: broderi, patchwork, stoftryk, filtning.

Livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse i faget

Eleverne skal gennem undervisningens forskellige elementer have *livsoplysning* og *folkelig oplysning* tæt på kroppen ved oplysning om almenmenneskelige problemstillinger, eksempelvis via dialog omkring etik og morale. De skal lære omkring store og små fællesskaber, samt om det at være et individ i et forpligtigende fællesskab

- Endvidere skal de møde *demokratiet* gennem undervisningen! Hver elev skal føle sig værdifuld for og som en central del af holdet, og via dialog og inspiration skal eleverne have oplevelse og indtryk af, at indflydelse og engagement går hånd i hånd for at skabe det bedste udgangspunkt for noget stort



Indhold:

- Samarbejde og hjælpe hinanden.
- Anvende hjælpemidler og opskrifter og bruge fagudtryk.
- Lave hensigtsmæssige overvejelser om form og funktion i designprocessen.
- Præsentere og fremlægge et produkt.
- Planlægge og gennemføre en arbejdsopgave.
- Tematiske, fælles forløb hvor der fastsættes rammer for opgaverne.
- Endvidere er der mulighed for at arbejde med forskellige dekorationsteknikker så som: broderi, patchwork, stoftryk, filtning, hækling. Både på nye produkter eller som re'design af ældre tekstile produkter.

Metode:

Den primære metode er "learning by doing"
Eleverne undervises individuelt, da de har meget forskellige forudsætninger og ønsker for hvad de skal fremstille.

Organisation:

Valgfagsperioden er på ½ år.
Der undervises 1 ½ time pr. uge.

Slutmål

Give eleverne en personlig udvikling og færdigheder indenfor det kreative.

Træ og metallsløjd

Formål:

Give eleverne færdigheder til at arbejde med træ og metal ud fra egne ideer.
De skal opøve evner til at vurdere form og funktionalitet.

Livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse i faget

- Eleverne skal gennem undervisningens forskellige elementer have *livsoplysning* og *folkelig oplysning* tæt på kroppen ved oplysning om almenmenneskelige problemstillinger, eksempelvis via dialog omkring etik og morale. De skal lære omkring store og små fællesskaber, samt om det at være et individ i et forpligtigende fællesskab
- Endvidere skal de møde *demokratiet* gennem undervisningen! Hver elev skal føle sig værdifuld for og som en central del af holdet, og via dialog og inspiration skal eleverne have oplevelse og indtryk af, at indflydelse og engagement går hånd i hånd for at skabe det bedste udgangspunkt for noget stort

Indhold:

Efter introduktion af værktøj udarbejdes tegninger, og eleverne går i gang med arbejdet. De støttes i formgivning og fremstillingen med hensyntagen til den enkelte elevs evner.
I træsløjd arbejdes der i forskellige træsorter afhængig af opgaven, og i metal arbejdes der mest i jern, men kobber og messing indgår også.

- Metode:** Eleverne arbejder ud fra egne ideer og tegninger. Træ og metal ligger som selvstændige fag med mulighed for tværfaglige arbejdsopgaver. De færdige produkter bruges endvidere til små udstillinger ved semestrets afslutning.
- Organisering:** Fagene ligger som 1½ times valgfag, som vælges for et halvt år ad gangen og som hele emnedage, hvor der er mulighed for fordybelse. På sådanne dage undervises der 4 lektioner både formiddag og eftermiddag.
- Slutmål:** At give eleverne en personlig udvikling og færdigheder i træ og metal.

Guitar

Guitar (begynder guitar) er et tilbud til de elever som ønsker at lære at spille guitar. Man behøver ingen forudsætninger for at deltage i undervisningen.

- Formål:** Det overordnede formål med undervisningen er at give eleverne en mulighed for at lære at spille et instrument, at indvie dem i musisk aktivitet, hvor de lytter, lærer, praktisere og oplever.
- At spille guitar kræver blandt andet - koncentration, fin motorik, sociale og kognitive kompetencer.
- Disse er vigtige at udvikle, da de gerne skulle fører til en større forståelse og indlevelse af musiske kompetencer – kultur og samfund. Det er vores mål at eleverne vil kunne spille til fælles/solo sang fra stort set hvilken sangbog der måtte være tilgængelig. At give eleverne forudsætninger og lyst til videreudvikling af deres musiske kompetencer. At spille sammen med musikere i andre sammenhænge – at udøve musiske aktiviteter i deres fritid.

Livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse i faget

- Eleverne skal gennem undervisningens forskellige elementer have *livsoplysning* og *folkelig oplysning* tæt på kroppen ved oplysning om almenmenneskelige problemstillinger, eksempelvis via dialog omkring etik og morale. De skal lære omkring store og små fællesskaber, samt om det at være et individ i et forpligtigende fællesskab
- Endvidere skal de møde *demokratiet* gennem undervisningen! Hver elev skal føle sig værdifuld for og som en central del af holdet, og via dialog og inspiration skal eleverne have oplevelse og indtryk af, at indflydelse og engagement går hånd i hånd for at skabe det bedste udgangspunkt for noget stort

- Indhold:** Vi starter helt fra bunden, hvor vi lære simple ting. Så som D - A – G dur, med disse få akkorder kan eleverne allerede spille en hel masse sange. Det at starte med noget simpelt giver eleverne en lyst til at lære mere og sværere ting. Vi spiller simple sange som musisk og kulturelt er meget varierende. Der arbejdes nu videre med nye og sværere ting. Eleverne får kendskab til node/becifring lære – tempo – stilart og rytme.



Når vi er nået godt igennem akkorderne arbejdes med fingerspil, eleverne skal kunne kontrollere deres fin motorik så som kryds koordinering. Vi arbejder i starten mest med reproduktion – som sætter store krav til udførelsen og håndteringen af sit instrument og stemme. Når eleverne har tilegnet sig en hvis mængde kompetencer inden for faget – arbejder vi videre med improvisation og komposition – som sætter store krav til eleverne fantasi, deres musik forståelse og teoretiske viden.

- Metode:** Ved hjælp af undervisningsdifferentiering, at udvikle eleverne sociale og kognitive kompetencer – som kan have indflydelse på deres emotionelle selvværd.
At give elevernes en oplevelse af medansvar og medindflydelse.
At arbejde med skabende musisk aktivitet, både som improvisation, reproduktion og komposition.
At skabe et godt arbejdsmiljø som giver plads for dybelse og personlig udvikling. Vi arbejder ud fra et humanistisk/behavioristiske synspunkt, hvor den enkelte elev tilgodeses, på deres respektive niveau. Hårdt arbejde belønner sig ved at man får mulighed for at indgå i nogle af skolen andre musiske aktiviteter, så som sammenspil – og optræden ved arrangementer.
- Organisation:** Holdene er inddelt efter eget ønske fra eleverne. Der er selvfølgelig niveau forskel på den enkelte elevs færdigheder og musiske overskud, dette tilgodeses i klasseundervisningen. Den dygtige elev hjælper de mindre dygtige, og hver enkelt får forskellige udfordringer.
Der er ca. 20 elever på hvert hold, og de har 2 lektioner af 45 min om ugen.
- Slutmål:** At give eleverne en personlig udvikling og færdigheder i at spille guitar

Musik/sammenspil

- Formål:** Undervisningen tilrettelægges med henblik på at videreudvikle elevernes motoriske / tekniske og musikalske færdigheder. Vi ønsker at udvikle den enkelte elevs færdigheder og kompetencer såvel kognitivt, socialt som emotionelt.

Livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse i faget

Eleverne skal gennem undervisningens forskellige elementer have *livsoplysning og folkelig oplysning* tæt på kroppen ved oplysning om almenmenneskelige problemstillinger, eksempelvis via dialog omkring etik og morale. De skal lære omkring store og små fællesskaber, samt om det at være et individ i et forpligtigende fællesskab

- Endvidere skal de møde *demokratiet* gennem undervisningen! Hver elev skal føle sig værdifuld for og som en central del af holdet, og via dialog og inspiration skal eleverne have oplevelse og indtryk af, at indflydelse og

engagement går hånd i hånd for at skabe det bedste udgangspunkt for noget stort

Indhold: Ved sammenspillet indføres eleverne i mange forskellige stilarter, som hver har deres egen typiske rytme, - melodi og frasestruktur. Der praktiseres musik teori som bliver sammenholdt – med de pågældende stilarter/genre. Der undervisningsdifferentieres så hver elev får udleveret en opgave som er specielt fremstillet til den enkelte. Vi arbejder med improvisation – som giver eleverne lov til at udfolde deres egne kreative ideer, såvel som solo og egne kompositioner. Gennem arbejdet med den årlige musical oplever eleverne den proces det er at lave en musical, de for en forståelse af hvordan der arbejdes, de er en del af et større fællesskab, og netop den enkeltes tilstedeværelse har stor betydning for det samlede resultat.

Metode: Vi lægger stor vægt på det sociale aspekt i musikken, en vigtig opgave er at skabe et godt miljø for at skabe en optimal læring. Livsglæden i musikken skal være med til at smitte omgivelserne, og dette sker ofte når eleverne optræder i forbindelse med arrangementer, - koncertvirksomhed, hvilket styrker og motiverer den enkelte elev til at yde sit bedste, også i en presset situation. Vi bruger forskellige udtryksformer da en enkelt udtryksform ikke nødvendigvis er den rigtige for alle. En anden grund er også at udvide elevernes horisont i forhold til det praktisk/musiske aspekt..

Organisation: Eleverne undervises på musikhold 1 eller 2 evt. efter forskellige niveauer, og musiske forudsætninger, hvert musikhold tildes, et ugentligt timetal på 4 lektioner af 45 min. I fokusfag og 2 lektioner af 45 min. I alm. sammenspil. Derudover er der tilbud om musikundervisning/vejledning om aftenen, og – eller i fritimer. Disse tilbud er som ofte mere specifikke ønsker fra eleverne som så giver mulighed for at dyrke f.eks. rock – klassisk – jazz.. Eleverne opfordres derudover til i deres fritid at danne grupper og bands.

Slutmål Give eleverne en personlig udvikling og færdigheder i musik

Videoredigering

Formål: Formålet med undervisningen i filmkundskab er, at eleverne skal styrke deres indlevelse og udtryksfærdighed i film- og tv-mediet som led i deres personlige udvikling. Ved at udtrykke sig gennemlevende billeder skal eleverne opnå indsigt i filmmediernes virkemidler og produktionsforhold samt færdighed i at analysere og vurdere film.

Livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse i faget

Eleverne skal gennem undervisningens forskellige elementer have livsoplysning og folkelig oplysning tæt på kroppen ved oplysning om

almenmenneskelige problemstillinger, eksempelvis via dialog omkring etik og morale. De skal lære omkring store og små fællesskaber, samt om det at være et individ i et forpligtigende fællesskab

Endvidere skal de møde demokratiet gennem undervisningen! Hver elev skal føle sig værdifuld for og som en central del af holdet, og via dialog og inspiration skal eleverne have oplevelse og indtryk af, at indflydelse og engagement går hånd i hånd for at skabe det bedste udgangspunkt for noget stort

Indhold:

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

- fortælle en historie med levende billeder ud fra egne ideer og anden inspiration
- kunne anvende formsprog og faglige funktioner, som er knyttet til film og tv
- samarbejde om en enkel film- og tv-produktion fra ide til færdigt produkt
- formidle og præsentere egne film- og tv-produkter.

Metode:

Gennem udarbejdelse af forskellige filmproduktioner opnår eleverne erfaringer med teknik, håndværk og æstetiske virkemidler inden for filmmediet.

Eleverne skal arbejde med at

- tilrettelægge film- og tv-produktion i samarbejde med andre
- benytte dramaturgiske og filmsproglige begreber
- betjene teknisk udstyr til henholdsvis optagelse og redigering
- tilrettelægge og gennemføre præsentation af egne produktioner.

Organisation:

Der undervises 6 kvarter i 13 uger

Slutmål:

Give eleverne en personlig udvikling og færdigheder indenfor film og filmproduktion

Praktisk håndværk

Formål:

Give eleverne færdigheder til at arbejde med varierede praktiske opgaver.

Livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse i faget

- Eleverne skal gennem undervisningens forskellige elementer have *livsoplysning* og *folkelig oplysning* tæt på kroppen ved oplysning om almenmenneskelige problemstillinger, eksempelvis via dialog omkring etik og morale. De skal lære omkring store og små fællesskaber, samt om det at være et individ i et forpligtigende fællesskab
- Endvidere skal de møde *demokratiet* gennem undervisningen! Hver elev skal føle sig værdifuld for og som en central del af holdet, og via dialog og inspiration skal eleverne have oplevelse og indtryk af, at indflydelse og engagement går hånd i hånd for at skabe det bedste udgangspunkt for noget stort



- Indhold:** I løbet af året finder vi forskellige praktiske opgaver som skal løses. Det er vigtigt at opgaverne har en stor praktisk værdi, og noget der gør en forskel, meget gerne noget meget konkret og noget visuelt. Det er også vigtigt at opgaverne er af en så forskellig art som muligt, så eleverne oplever mange forskellige måder at arbejde på.
- Metode:** Vi tager udgangspunkt i en konkret opgave, og fordeler opgaverne efter interesse og evne. Den enkelte elev får et ansvarsområde, og en opgave som kun han/hun løser, dog gerne i samarbejde med andre.
- Organisering:** Fagene ligger som 1½ times valgfag, som vælges for et halvt år ad gangen og som hele emnedage, hvor der er mulighed for fordybelse. På sådanne dage undervises der 4 lektioner både formiddag og eftermiddag.
- Slutmål:** At give eleverne en personlig udvikling og færdigheder i forskellige praktiske håndværk, så som tømrer, maler og lettere smedearbejde.

