

Outdoor/Adventure - Årsplan 2023/24

Klintsøgaard	Undervisere: Anders Helvig og Mikkel Justesen
Elev- forudsætninger	Eleverne kommer med vidt forskellige forudsætninger til faget. Nogle har dyrket/prøvet en del outdoor såsom kajak, mtb, klatring m.m., imens andre kun har prøvet få aktiviteter som fx fiskeri og sovet udenfor få gange.
Fagets rolle	<p>Faget skal skabe lyst og glæde hos eleverne ifm. de mange forskellige outdooraktiviteter, og de skal føle sig hjemme i naturen og se fordelene ved brugen af naturen til disse aktiviteter. Eleverne skal bryde grænser på personligt plan og opnå lyst til at prøve nye og mere udfordrende aktiviteter (<i>åbne nye døre</i>).</p> <p>Det overordnede mål med Outdoor/Adventure er at eleverne udvikler kompetencer og viden indenfor fagets mange discipliner samt at eleverne oplever glæde ved både bevægelse, nye udfordringer og at være på ture.</p> <p>I faget fokuseres der på samarbejde, og der tages højde for den enkeltes styrker, svagheder og grænser.</p> <p>Gruppen skal lære at arbejde som helhed og i mindre grupper, og opnå fælles glæde og sammenhold samt støtte og påvirke hinanden i en positiv retning.</p> <p>Undervisningen i outdoor/adventure foregår hovedsageligt udendørs, og der lægges vægt på at fagets aktiviteter er praktiske og med bevægelse.</p>
Undervisnings- aktiviteter	<p>Nogle aktiviteter og forløb egner sig bedre til de varmere måneder, som vandaktiviteter med kajak og snorkling m.m., hvor bouldering og klatring kan foregå om vinteren, hvor vi kan være indendørs. Nogle aktiviteter, som mountainbike, kan foregå hele året.</p> <p>Aktiviteter</p> <ul style="list-style-type: none">• Vandtilvæning med svømmeøvelser ved stranden.• Kajaksejls og redningsøvelser i kajak (solo- og makkerredninger).• Snorkling og undervandsjagt.• Mountainbike: Teknikøvelser, kørsel på skolens spor, i alm. skov og på rigtige mtb-spor/single tracks i skoven.• Vandring - herunder natursyn og kendskab til enkelte planter, træer, svampe og dyreliv.• O-løb, kompas og kort.• Klatring (reb) og bouldering.• Bygge bivakker og overnatning i alm. shelter.• Bålaktiviteter, bålmad, finde og kløve brænde og snitte i træ.• Påklædning og kuldeteori.• Fisketure.• Adventure Race (triathlon).• Kanotur til Susåen.• "Challenge": To dage med overnatning på Faxehus efterskole med mange forskellige aktiviteter og konkurrencer med andre efterskoler.• Tur til klatrebane.• Ture til Jylland og Østrig (mtb, klatring og skateboard i sept. og skitur i jan.).• Øvrige ture: Varierer fra år til år (fx Blocs & Walls i Kbh, Mølleåen eller Møn). <p>Eleverne skal også selv være med til at forberede nogle af aktiviteter i grupper og i samarbejde med lærerne.</p>

Kompetence-områder og læringsmål	<ul style="list-style-type: none"> • Eleven opnår tryghed ved at ro i kajak samt mestrer basale teknikker - herunder solo- og makkeredninger. • Eleven opnår tryghed med at padle i kano samt mestrer basale teknikker. • Eleven opnår selvkontrol i vandet og kan trykudligne. • Eleven opnår tekniske og fysiske færdigheder samt tryghed på mountainbike. Eleven bliver i stand til at vedligeholde en mountainbike på basisniveau. • Eleven får basisteknikker til klatring og bouldering på en klatrevæg - og at være i stand til at klatre i højder. • Eleven oplever kroppens reaktion på kulde- og varmpåvirkning. Eleven opnår viden om behandling af nedkøling (hypotermi). • Eleven bliver sikker i brugen af kort og kompas, og kan i samarbejde med andre skabe egne O-løb. I denne sammenhæng opnås kendskab til det lokale naturlandskab og dets skabelse. • Eleven får basisteknikker til overlevelse i naturen (at holde sig varm, mæt og tør), naturkendskab, madlavning, overlevelse igennem tiden med fortællinger om opdagelsesrejsende m.m. • Eleven opnår basal teknik og kendskab til fiskeri. • Eleven opnår basal teknik og kendskab til snitning. • Eleven opnår basal viden om at tænde bål. • Eleven gennemfører udfordringer i forbindelse med deltagelse i forskellige løb (fx adventure race). Eleven formår at samarbejde i et team om planlægning og gennemførelse af et løb (fx med poster).
Evaluering	<p>Der vil løbende blive evalueret gennem observationer af eleven på de enkelte undervisningsgange og længere forløb - herunder gennem samtaler i undervisningen og på ture. Dette vil blive brugt fremadrettet i tilrettelæggelsen af undervisningen i forhold til valg af aktiviteter og niveau.</p> <p>Der vil være enkelte teoretiske gennemgange som en del af læringen, som der også vil blive evalueret på i løbet af skoleåret.</p> <p>Der vil foregå en evaluering af eleven og faget 1-2 gange i løbet af året. Her kan eleven både se sin egen udvikling og faget i et bredere perspektiv.</p> <p>Eleverne har fra skoleårets start kommet med ønsker til aktiviteter og på den måde fået medindflydelse, hvilket der også vil blive evalueret på senere på året.</p>
Vejr, sikkerhed og principper	<p>Vejrforholdene har afgørende betydning for en stor del af fagets aktiviteter. Ændringer kan og vil ske i løbet af året.</p> <p>I aktiviteter hvor der indgår et sikkerhedsaspekt, som eksempelvis kajak og klatring, vil underviseren indtage en overvejende instruerende rolle, for at sikre at regler om sikkerhed overholdes. I andre dele af faget sigtes mod at underviseren overvejende fungerer som vejleder for eleverne.</p> <p>Den praktiske undervisning udendørs understøttes med teori i umiddelbar forbindelse med denne praktiske undervisning.</p>