



# Indholdsplan for Idrætsefterskolen Klintsøgaard skoleåret 2023/24

Redigeret d. 20. marts 2024

## Værdigrundlag og nærmere formål

Idrætsefterskolen Klintsøgaard bygger på et humanistisk menneskesyn. Vi ønsker at medvirke til, at eleverne udvikler sig til aktive og demokratiske mennesker. Gennem dialog, åbenhed og tolerance skaber vi rammer for, at eleverne bidrager til at opbygge et fællesskab, der bygger på ligeværd og medansvar. På skolen vægtes såvel de sociale som de faglige kvaliteter højt. Skolens boglige undervisning sigter mod at forberede eleverne på de krav, der stilles på en ungdomsuddannelse.

Dagligdagen bygger på en sund livsstil, hvor sund kost og et naturligt forhold til motion er en vigtig del af hverdagen. Der lægges vægt på, at eleverne lærer at forholde sig kritisk til sundhedsmæssige tendenser i det samfund, de er en del af.

Skolens idrætssyn udspringer af legen og glæden ved at bevæge sig og sidestilles med seriøsitet og konkurrence. Vi ønsker at styrke den enkelte elevs færdigheder samt forståelse af sig selv som en vigtig del af et hold både i den daglige træning og i konkurrencen.

På Idrætsefterskolen Klintsøgaard er samværets hovedsigte at fremme den enkelte elevs alsidige udvikling til et dannet og helt menneske.

Dannelsen består i bevidsthed om sig selv og det, der er en forudsætning for ens tilværelse. Den opstår i samværet mellem eleverne og de ansatte og udvikles gennem erfaringer og oplevelser med ansvarlighed og respekt for fællesskabet.

## Formål og hovedsigte

Formålet er at forberede eleverne til at leve og agere i et samfund med frihed og folkestyre samt udvikle og styrke elevernes kendskab til og respekt for grundlæggende friheds- og menneskerettigheder, herunder ligestilling mellem kønnene.

Friheden og det forpligtende fællesskab er tæt forbundet, fordi vi som individer har brug for at være en del af noget større. Og demokratiet ses som en styreform med valg af repræsentanter såvel som en måde at være sammen på kendetegnet ved ligeværd og medansvar.

Som elev på Idrætsefterskolen Klintsøgaard bliver man gennem hele skoleåret mødt af mange situationer, oplevelser og udfordringer, såvel i, som udenfor, undervisningen, der i praksis bygger på det danske samfundssyn med frihed, menneskerettigheder og ligestilling. Det sker i en ramme, hvor livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse er en naturlig og vedvarende del af efterskolelivet.

Livsoplysning løber som en rød tråd gennem efterskoleåret - det være sig på projektdage, i fagdelt undervisning, i pædagogisk tilrettelagt samvær og i elevernes frie tid. Det kan fx være gennem samarbejdsøvelser under alternative dage eller gennem temaer som "Culture & Identity" eller "Reklameprojekt" i de humanistiske fag. I linjefagene kan det være under konkurrence og kamp, når der er pres på og eleven får sat sig selv i perspektiv til noget større.

Det kan være i forbindelse med Me&We-arbejde og fælles refleksion over øvelserne, eller når almindelige problemstillinger opstår i elevernes sociale liv.

Folkelig oplysning møder eleverne bl.a. i de humanistiske fag under temaer som "Power of Words", "Romantikken" eller anden periodelæsning. De møder det i nutidens fællessange og vores fælles sangskat, højskolesangene. De arbejder med det i "Forsamlingshus" under temaer som "Efterskolens historie", "Frihed og Folkestyre", "Individ og fællesskab" (det nære, det nationale og det globale fællesskab), "Demokrati", "Klima" og "Tid".

Demokratisk dannelse gennemsyrrer skolens tilgang til eleverne og det levede liv på Klintsøgaard. Målet er, at eleverne videreudvikler lysten til, og erfaringen med, aktivt at tage del i de demokratiske processer. Det



gør de bl.a. ved at være medbestemmende i undervisningen, stå for planlægningen og gennemførelse af arrangementer og aktiviteter i den øvrige skoletid – om aftenen og i weekender, og i at tage ansvar på sig i mange andre sammenhænge i løbet af skoleåret.

Vi har et velfungerende elevråd, som med faste møder gennem hele året, spiller en stor rolle i, og har indflydelse på, de mange aktiviteter, som et efterskoleår byder på. Aktuelle problemstillinger vil ligeledes blive drøftet som en del af opdragelsen til medborgerskab.

### **Skolens pædagogiske linje**

Idrætsefterskolen Klintsøgaard har et værdigrundlag med fokus på at fremme den enkelte elevs alsidige udvikling til et dannet og helt menneske med en samtidig forpligtelse over for fællesskabet.

Dette med et humanistisk og anerkendende udgangspunkt, hvor vi tilgodeser, at den enkelte elev bliver hørt og set – men også har en forpligtelse til at vise respekt for sine medmennesker.

Vi ønsker at understøtte udviklingen af eleverne til aktive og positive unge, som udvikler deres samarbejdsevner og aktivt medvirker til opbygning af fællesskabet. Vi vægter højt, at de unge også udvikler deres tolerance og viser åbenhed for andre.

I fagene prioriterer vi aktiviteter, der styrker elevernes samarbejdsevner gennem holdøvelser og gruppeopgaver. I vores idrætsfag har vi en humanistisk tilgang, hvor vi vil sikre, at eleverne får mulighed for at blive hørt og set i/under træningen, samtidig med at vi opmuntrer til respektfuld adfærd overfor holdkammerater og modstandere. Eleverne skal ikke kun udvikle deres fysiske kompetencer/færdigheder, men også udvikle åbenhed og tolerance over for forskellige idrætsformer og individuelle- og holdpræstationer.

Eleverne kan deltage i forskellige aktiviteter i deres fritid, hvor de kan fortsætte med at udvikle deres samarbejdsevner og engagement i fællesskabet.

Eleverne deltager jævnligt i ture ud af huset. I et vist omfang er de med til at planlægge, organisere og gennemføre turene. Her lærer de at respektere hinandens behov og lærer om værdien af gensidig respekt og engagement i fællesskabet, hvilket er med til at styrke deres dannelse.

Det er muligt for eleverne at deltage i elevrådsaktiviteter, der også kan vedrøre skolens politikker, fx om aftaler for brug af mobiltelefon. De kan også deltage i planlægningen af arrangementer og besøgsdage og bidrage til planlægningen af disse, for at styrke deres ejerskab og engagement.

Gennem åben dialog i fx kontaktgrupper, elevråd og samtaler med kontaktlærer kan eleverne få mulighed for at styrke deres synspunkter og holdninger, som er medskabende til et miljø præget af gensidig respekt og forståelse mellem hinanden og mellem elever og personale.

Skolen har ikke et bestemt politisk eller religiøst ståsted.

### **Elever og elevoptagelse**

Idrætsefterskolen Klintsøgaard er en boglig idrætsefterskole med plads til 123 elever og en ligelig fordeling mellem piger og drenge.

Skolen har 42 skoleuger og tilbyder undervisning for alle elever på 10. klasses niveau.

Vi har ikke 9. klasse, og vi har ikke tradition for specialundervisning. Eleven kan indstille sig til 10. klasseprøve (eller folkeskolens afgangsprøve) efter bestemmelserne i folkeskoleloven.

Skolen niveaudeler ikke eleverne, men tager hensyn til elevernes individuelle forudsætninger gennem undervisningsdifferentiering og stilladsering, der i videst muligt omfang tilgodeser den enkelte elevs forudsætninger og understøtter læring og trivsel. Elever optages på skolen efter at have besøgt skolen til Efterskolernes dag eller Efterskolernes Aften, alternativt individuelt besøg på skolen en anden dag, og eleven deltager i besøgsdag to år før skolestart og igen 4 måneder, inden skoleåret starter. Ved evt. framelding af de først optagne elever, kan optagelse alternativt ske efter individuelt besøg på skolen og samtale med en lærer eller ledelse.



Besøgsdagene har til formål at give et indblik i skolens aktiviteter, værdier og forventninger, så man som elev, og forældre, kan træffe sit valg af efterskole på et kvalificeret grundlag. På besøgsdagene vil der være hhv. rundvisning på skolen ved elever, afprøvning af linjefag, oplæg om skolens historie og værdier ved forstander samt oplæg om skolens aktiviteter ved elever. Desuden vil det være muligt at tale med lærere om fagene og dagligdagen, ligesom man den sidste gang før skolestart vil møde sin kommende kontaktgruppe og kontaktlærer.

### Skole-hjemsamarbejde

Det tillidsfulde skole-hjem-samarbejde er en vigtig faktor for et godt efterskoleår. Derfor prioriterer vi, at elever og forældre har mulighed for at orientere sig om skolen allerede før skolestart. På besøgsdagene er der tid til, at elever og forældre tilbringer tid hver for sig og får et indblik i, hvad vi som skole forventer af dem hver især.

Når skoleåret er i gang, fungerer kontaktlæreren som bindeled mellem skolen og hjemmet. Som elev og forældre er man altid velkommen til at henvende sig til kontaktlæreren, og kontaktlæreren vil tage kontakt til forældrene, hvis denne vurderer det vigtigt. Alle lærere kan naturligt have samtaler med alle elever, men kontaktlæreren vil blive informeret og har derfor det højeste informationsniveau om eleven.

Vi har forældremøde i september med fællesmøde i kontaktgruppen og information om, hvad eleverne arbejder med i løbet af året, ligesom der er mulighed for, at kontaktlærer og forældre kan tale sammen. Endelig er der fællesspisning og fællessang på programmet. I november er der skole-hjem-samtaler med fokus på elevens trivsel og udbytte af undervisningen, og igen i marts er der forældrearrangement med kontaktgruppemøde og fælles aktivitet og/eller foredrag. Herudover kan der bl.a. være forældrebesøg til kampe, koncert med musikholdet, danseforestilling, mv.

### Lærerne

Der er 13 fastansatte lærere, som alle forestår undervisning, og som har tilsyn om aftenen og i weekender. Desuden deltager de fastansatte lærere i forskelligt omfang i fx intro, rejser, fælles projekter, osv, Efterskolernes Dag og lignende. Enkelte lærere er timeansatte og har fortrinsvis undervisning og deltager i begrænset omfang i øvrige aktiviteter.

Tilsynsvagten har tilsynspligten i elevernes frie tid, initierer aktiviteter og har ansvaret for, at tilsynet med eleverne foregår forsvarligt; herunder overholdelse af interne aftaler om, i hvilket omfang elever kan færdes alene, og hvordan eleven kan komme i kontakt med tilsynshavende lærer.

De fastansatte lærere fungerer som kontaktlærer for en mindre gruppe af elever gennem hele skoleåret. Kontaktlærer holder kontaktgruppetid, arbejder bl.a. ud fra Me&We-konceptet og de mange øvelser og refleksioner, der bl.a. bidrager til livsoplysning og demokratisk dannelse. Her drøftes også aktuelle temaer vedrørende efterskolelivet.

Kontaktlærer planlægger ligeledes storgruppearrangement sammen med eleverne samt kontaktgruppeaften. Kontaktgruppetid medgår til opfyldelse af kravet om fem hele undervisningsdage. På skolens hjemmeside er der en oversigt med de lærere, der varetager undervisningen. Se mere om lærerne her <https://klintsoegaard.dk/undervisere-personale/>

### Undervisningen

Vi har en god variation af linjefag, valgfag, prøveforberedende boglige fag, prøveforberedende valgfag og forskellige obligatoriske fællesfag; idrætsteori, fælles bevægelse, forsamlingshus og fællessang. Undervisningen har som helhed for øje, at hovedsigtet er livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse. Skolens undervisning fører frem de trin- og slutmål, der er gældende for de prøveforberedende fag på 10. klasses niveau i folkeskolen.

I fagene har vi ikke niveaudeling.



Ved skolestart tilbyder vi alle elever, at de kan få installeret AppWriter, som særligt kan hjælpe eleverne med læse- og skrivevanskeligheder. Dette vælger nogle af vores elever at tage mod. Det er muligt at få hjælp til AppWriter gennem hele skoleåret. Derudover tilrettelægges undervisningen i størst mulig grad, så den danner gode rammer for tydelige input, for interaktion mellem eleverne uanset deres faglige niveau og for forventninger om output. Der arbejdes for at undervisningsdifferentiere ud fra realistisk høje forventninger til den enkelte elev. Endelig har eleverne hver aften stilletime/lektiecafé i en time, hvor de tilbydes faglig støtte til skolearbejdet.

Vi vægter, at eleverne i undervisningen, i samarbejde med læreren, hjælper og støtter hinanden og kan samarbejde trods forskellige faglige færdigheder. I tiden efter efterskolen vil eleverne også møde og arbejde sammen med andre, der har forskellige baggrunde og færdigheder, og i vores ikke-opdelte undervisning kan de bl.a. forberede sig på dette møde.

Eleverne vil møde undervisning inden for nærmeste udviklingszone i forhold til, hvor de er, og der vil blive taget udgangspunkt i deres forskellige forudsætninger og potentialer. Det betyder, at eleverne i fagene får mulighed for at arbejde på forskellige måder, fx ift. tempo og indhold. Endvidere har vi både klasseundervisning, individuelt arbejde og arbejde i grupper og makkerpar. I fagene er der tydelige intentioner med undervisningen, og der samles løbende op på arbejdet. Desuden justerer lærerne undervisningen efter respons fra eleverne.

I dette skoleår tilbyder vi nedenstående fag:

### **Obligatoriske prøveforberedende fag**

Undervisningen står mål med, hvad der almindeligvis kræves i folkeskolen, jf. § 2, stk. 4, i bekendtgørelse af lov om efterskoler og frie fagskoler (efterskoleloven).

For uddybning kan årsplaner ses her <https://klintsoegaard.dk/praktisk/>

#### **Dansk**

##### **Formål**

Styrkelse af elevernes færdigheder inden for sprog, litteratur og andre udtryksformer. Gennem en bred vifte af tekster og aktiviteter udvikler eleverne deres læse-, skrive-, lytte- og talefærdigheder samt deres kritiske tænkning og analytiske evner. Faget skal fremme elevernes indlevelsesevne og deres æstetiske, etiske og historiske forståelse.

##### **Indhold**

Med udgangspunkt i overordnede temaer, genrer, mv. arbejdes der med centrale kundskabs- og færdighedsområder.

##### **Slutmål**

Eleverne skal kunne gå til folkeskolens afsluttende prøver, så derfor arbejdes der efter fagets slutmål efter 10. klasse som beskrevet i årsplanen ud fra Fælles Mål.

##### **Evaluering**

Formativ evaluering med individuel og fælles feedback og -forward. Løbende mundtlig evaluering af undervisningsforløbet.

##### **Omfang**

4 ugentlige lektioner og en uges danskprojekt på tværs af klasserne. Mandag til fredag kl. 8 - 16.



## **Engelsk**

### **Formål**

At eleverne tilegner sig sproglige og kulturelle færdigheder, så de på naturlig vis kan anvende engelsk i forskellige sammenhænge. Fokus på sprog- og sprogtilegnelse og forståelse for engelsksprogets rolle i et globalt samfund. Gennem varierede arbejdsmetoder skabes rammer for oplevelse, fordybelse og virkelyst, der fremmer elevens alsidige udvikling.

### **Indhold**

Med udgangspunkt i 4 overordnede temaer arbejdes der med følgende centrale kundskabs- og færdighedsområder: kommunikative færdigheder, sprog og sprogbrug, kultur og samfundsforhold samt sprogtilegnelse.

### **Slutmål**

Eleverne skal kunne gå til folkeskolens afsluttende prøver, så derfor arbejdes der efter fagets slutmål efter 10. klasse som beskrevet i årsplanen ud fra Fælles Mål.

### **Evaluering**

Formativ evaluering med individuel og fælles feedback og -forward. Løbende mundtlig evaluering af undervisningsforløbet.

### **Omfang**

4 ugentlige lektioner

---

## **Matematik**

### **Formål**

Af eleverne bl.a. opnår viden om, og kan anvende, basismatematik, førstegradsfunktioner, andengradsfunktioner og omvendt proportionalitet, statistik, økonomi og vækst samt Excel, geometri og trigonometri, kombinatorik og sandsynlighed.

### **Indhold**

Områder som variable, decimaltal/brøk/procent, ligninger, anvendelse af lineære funktioner, skæringspunkter, GGeoGebra, forståelse af forskrift for hyperblen, konstruktion og analyse af hyppighedstabel, forståelse af statistiske deskriptorer, sortering af rådata, budget, Pythagoras, mv.

### **Slutmål**

At eleverne bl.a. kan demonstrere anvendelse af basismatematik, første- og andengradsfunktioner, at de analyserer og forstår omvendt proportionalitet, konstruerer og analyserer statistisk materiale, kan opstille budget og lave dynamisk opsparingsmodel, kan omsætte en skitse til tegning i Geogebra og beregne ukendte sider i en trekant.

### **Evaluering**

Formativ evaluering med individuel og fælles feedback og -forward. Løbende mundtlig evaluering af undervisningsforløbet.

### **Omfang**

4 ugentlige lektioner

---



## **Valgfri prøveforberedende fag**

### **Tysk**

#### **Formål**

At opnå kundskaber og færdigheder, der gør eleverne i stand til at kommunikere på tysk både mundtligt og skriftligt. Udvikling af elevernes sproglige bevidsthed og om sprogtilegnelse. Eleverne beskæftiger sig med tysk sprog og kulturer til fremme af deres videre udvikling.

#### **Indhold**

Med udgangspunkt i 4 overordnede temaer arbejdes der med følgende centrale kundskabs- og færdighedsområder: kommunikative færdigheder, sprog og sprogbrug, kultur og samfundsforhold samt sprogtilegnelse.

#### **Slutmål**

Eleverne skal kunne gå til folkeskolens afsluttende prøver, så derfor arbejdes der efter fagets slutmål efter 10. klasse som beskrevet i årsplanen ud fra Fælles Mål.

#### **Evaluering**

Formativ evaluering med individuel og fælles feedback og -forward. Løbende mundtlig evaluering af undervisningsforløbet.

#### **Omfang**

4 ugentlige lektioner

### **Fransk**

#### **Formål**

At opnå kundskaber og færdigheder, der gør eleverne i stand til at kommunikere på fransk både mundtligt og skriftligt. Udvikling af elevernes sproglige bevidsthed og om sprogtilegnelse. Eleverne beskæftiger sig med fransk sprog og kulturer til fremme af deres videre udvikling.

#### **Indhold**

Med udgangspunkt i 4 overordnede temaer arbejdes der med følgende centrale kundskabs- og færdighedsområder: kommunikative færdigheder, sprog og sprogbrug, kultur og samfundsforhold samt sprogtilegnelse

#### **Slutmål**

Eleverne skal kunne gå til folkeskolens afsluttende prøver, så derfor arbejdes der efter fagets slutmål efter 10. klasse som beskrevet i årsplanen ud fra Fælles Mål.

#### **Evaluering**

Formativ evaluering med individuel og fælles feedback og -forward. Løbende mundtlig evaluering af undervisningsforløbet.

#### **Omfang**

4 ugentlige lektioner



---

## **Cambridge**

### **Formål**

At styrke elevernes sprogfærdigheder inden for læsning, skrivning, lytning og tale på engelsk. Gennem undervisningen, efter internationale læseplaner fra University of Cambridge, fokuseres der på at udvikle elevernes ordforråd og præcision på engelsk, samt at forberede dem til officielle Cambridge-eksamener.

### **Indhold**

Undervisningen foregår kun på engelsk og omfatter en række forskellige aktiviteter med høj elevaktivitet. Det kan bl.a. omfatte læse- og skriveøvelser, samtaleøvelser, genreskrivning, grammatik og brug af faste engelske vendinger. En styrkelse af sprogfærdigheder inden for forskellige områder.

### **Slutmål**

Eleverne opnår sproglig kvalifikation på et givent niveau og opnår et officielt certifikat fra University of Cambridge. Eleverne forventes at have styrket deres evne til at læse, skrive, lytte og tale på engelsk på en præcis og effektiv måde, hvilket vil være et godt supplement til deres sprogfærdigheder.

### **Evaluering**

Formativ evaluering med individuel og fælles feedback og -forward. Løbende mundtlig evaluering af undervisningsforløbet.

### **Omfang**

2 ugentlige lektioner

---

## **Linjefag**

### **Dans**

#### **Formål**

At styrke kompetencer inden for dansens forskellige stilarter og understøtte evne til også selv at skabe dansesekvenser. . At rumme og favne hinandens forskelligheder, at opleve at være en del af noget større og indgå i forestillinger, dansevideo og DM i dans for efterskoler.

#### **Indhold**

Primært hiphop og moderne dans, men andre genrer er også repræsenteret. Linjefagsdag med danseworkshops på fællesturen. Træning af dansesekvenser. Grundtræning, styrke, kondition. Deltagelse i danseforestillinger, dansevideo, DM og besøg på Danseuddannelsen v. Sara Gaardbo.

#### **Slutmål**

At have styrket elevens kompetencer inden for dansens udtryksformer og forbedret den fysiske form. At have deltaget i danseforestillinger og fået oplevelsen af fællesskabets betydning. At have udfordret egne grænser og udtryk samt oplevet et udsnit af varierende dansegenrer

#### **Evaluering**

Formativ evaluering med individuel og fælles feedback og -forward. Løbende mundtlig evaluering af undervisningsforløbet.



**Omfang**

6 ugentlige lektioner, linjefagsdag på fællesturen, forestillinger, tur til danseinstitut.

---

**Fodbold****Formål**

At opnå kompetencer til at kunne forholde sig til forskellige træningsmetoder, motivation, træningsfællesskaber, fysiologi, anatomi, målsætninger, opvarmning og skadesforebyggende indsatser.

**Indhold**

Fodbold er bygget op om: Teknisk-, taktisk-, fysisk og mentaltræning. Vi arbejder temabaseret ud fra vores spillestil, således at eleven målrettet kommer omkring alle fodboldspillets facetter.

**Slutmål**

At kunne forholde sig til de nævnte kompetencer på en evidensbaseret og reflekteret måde. At opnå indsigt i de forhold, der gør sig gældende i fodboldens univers og fremadrettet kunne træffe flere, bedre, kvalificerede og evidensbaserede valg teknisk, taktisk, fysisk og mentalt.

**Evaluering**

Formativ evaluering med individuel og fælles feedback og -forward. Løbende mundtlig evaluering af undervisningsforløbet.

**Omfang**

7 ugentlige lektioner, linjefagsdag på fællesturen, kampe ude og hjemme

---

**Outdoor/adventure****Formål**

At skabe glæde ved outdoor-aktiviteter og bevægelse. Bidrage til, at eleverne føler sig hjemme i naturen. At bryde grænser og få lyst til at prøve mere udfordrende aktiviteter. Desuden at udvikle kompetencer og viden inden for faget, samarbejde, opleve glæde ved bevægelse, ture og nye udfordringer.

**Indhold**

Vandtilvænnning, svømmeøvelser, kajak og redningsøvelser. Snorkling og undervandsjagt. Mountainbike, vandring og kendskab til planter, svampe, dyreliv. O-løb, kort, kompas. Klatring og bouldering. Overnatning ude. Bygning af bivouak, kuldeteori, fiskeri, adventure race, kano, Challenge., mv.

**Slutmål**

Tryghed ved at ro kajak, padle i kano, selvkontrol i vandet. Tekniske og fysiske færdigheder på mountainbike. Basisteknikker klatring og bouldering. Oplevelse af kroppen reaktion på kulde- og varmepåvirkning. Basal teknik til fiskeri, snitning, bål. Gennemføre udfordringer i løb/adventure race.

**Evaluering**

Formativ evaluering med individuel og fælles feedback og -forward. Løbende mundtlig evaluering af undervisningsforløbet.

**Omfang**





6 ugentlige lektioner, linjefagsdag på fællesturen, ture ud af huset

---

## Håndbold

### Formål

At opnå kompetencer inden for forsvarssamarbejde, angreb teknisk og taktisk, fysisk træning og pladsspecifik træning. Forståelse for holdånd, kommunikation, sociale relationer, lederfærdigheder.

### Indhold

I træningen er der fokus på den individuelle spiller, individuel træning og krav på de enkelte positioner. Teknisk, taktisk, fysisk træning. Teammanagement, samspil, forsvars- og angrebssamarbejde. Strandhåndbold. Eleven kommer gennem året målrettet omkring alle fodboldspillets facetter.

### Slutmål

At eleverne kan forholde sig til de nævnte kompetencer på en reflekteret måde. At opnå indsigt i de forhold, der gør sig gældende inden for håndbold og fremadrettet kunne træffe flere, bedre, kvalificerede valg teknisk, taktisk, fysisk, samarbejds-mæssigt og mentalt.

### Evaluering

Formativ evaluering med individuel og fælles feedback og -forward. Løbende mundtlig evaluering af undervisningsforløbet.

### Omfang

7 ugentlige lektioner, linjefagsdag på fællesturen, kampe ude og hjemme

---

## Valgfag

### SoMe Management

#### Formål

At opnå kompetencer for at kunne forholde sig til forskellige måder at lave SoMe til bestemte målgrupper. Desuden skal eleverne dygtiggøre sig i forhold, hvad der er et godt billede, en god video og redigering.

#### Indhold

Skolens strategiplan. Viden om det gode opslag og den gode præsentation. Fokus på start og slutning og den røde tråd. Selvstændighed i opslag og at kunne lave de skæve og sjove vinkler. Sørge for at dække skolens aktiviteter på de sociale medier.

#### Slutmål

Eleven skal i hvert forløb opnå indsigt i de forhold, der gør sig gældende i SoMe universet mht. billeder, video, tekst og andre virkemidler. Dette skal eleven kunne på en vidensbaseret og reflekteret måde.

#### Evaluering

Formativ evaluering med individuel og fælles feedback og -forward. Løbende mundtlig evaluering af undervisningsforløbet.

**Omfang**

2 ugentlige lektioner samt i løbet af ugen, når der fx er aktiviteter, der skal laves SoMe om.

---

**Musik/Rytmisk sammenspil****Formål**

At styrke elevernes instrumentale og vokale færdigheder samt deres evne til at samarbejde i musikalske sammenhænge. Der lægges vægt på at udvikle elevernes musikalske kunnen og forståelse.

**Indhold**

Sammenspil, teknikundervisning, øvelser i hørelære og studieteknik samt koncertforberedelse. Eleverne bliver introduceret til forskellige musikalske stilarter inden for diverse genrer. Der vil også være fokus på indspilning i skolens studie som en del af aktiviteterne.

**Slutmål**

Ved afslutningen af året forventes det, at eleverne har udviklet evner inden for instrumentale og vokale færdigheder samt deltagelse i musikalske samarbejder. De vil være rustede til at gå ind i musikalske projekter med en dybere forståelse for musikteori og praksis.

**Evaluering**

Formativ evaluering med individuel og fælles feedback og -forward. Løbende mundtlig evaluering af undervisningsforløbet.

**Omfang**

6 ugentlig lektioner

---

**Massage****Formål**

At introducere eleverne til fordelene ved massage som en alternativ metode til at bruge kroppen i forhold til mere konkurrenceprægede sportsgrene. En forståelse for kroppens restitution og positive virkninger af massage samt at styrke elevernes forhold til egen krop og til andre gennem berøring.

**Indhold**

Grundlæggende massagegreb og teknikker gennem praktiske øvelser. Her anvendes både redskaber som f.eks. massagebolde og manuel massage. En forståelse for musklernes virke og restitution.

**Slutmål**

Større kendskab til egen krop og dens generelle funktioner samt en forståelse for fordelene ved den rette massageteknik. Eleverne lærer at give og modtage massage på en sikker og hensigtsmæssig måde.

**Evaluering**

Formativ evaluering med individuel og fælles feedback og -forward. Løbende mundtlig evaluering af undervisningsforløbet.

**Omfang**

2 ugentlige lektioner

---

**SamHist A og B****Formål**

Opnå forståelse for samfund og styrende samf.mekanismer. Få historiebevidsthed, viden/færdigheder til reflekteret stillingtagen, kompetencer til deltagelse i demokratisk samf. Opnå kritisk tænkning og engagement i samf.livet. Få forståelse for politiske processer, økonomiske forhold, konflikter i samf.

**Indhold**

Læreroplæg, elevproducerede produkter, debatter, øvelser, samtaler, TV og video, podcast, mv. i forbindelse med bl.a følgende temaer: Ukraine konflikten, rumforskning, verdenspolitik og stormagter, klimaforandringer, 2. Verdenskrig, USA's historie og påvirkning, supermagter, TIK TOK, EU-valg.

**Slutmål**

Vise forståelse for sammenhænge i verdenssamf. og samfundets påvirkning af individer/grupper. Demonstrere historiebevidsthed, kritisk og reflekteret stillingtagen, deltage i demokratiske processer.

**Evaluering**

Formativ evaluering med individuel og fælles feedback og -forward. Løbende mundtlig evaluering af undervisningsforløbet.

**Omfang**

2 ugentlige lektioner

---

**Science****Formål**

At eleverne lærer at forholde sig nysgerrigt og undersøgende til den teknologiske udvikling og alle de muligheder, der åbner sig her. Med afsæt i grundlæggende viden inden for de naturfaglige områder, samt med inddragelse af teknologihistorie, at eleverne reflekterer over udviklingsmuligheder.

**Indhold**

Der arbejdes bl.a. med emnet radioaktivitet og Chernobyl, rummets udforskning og dagligdags teknologiudvikling samt følge heraf. Læring af månelandingen i 1969 og udfordringer, der skal overvindes for at komme til Mars.

**Slutmål**

At eleverne har øget indsigt i det naturfaglige område og forholder sig nysgerrigt, undersøgende og reflekterende til den teknologiske udvikling.

**Evaluering**

Formativ evaluering med individuel og fælles feedback og -forward. Løbende mundtlig evaluering af undervisningsforløbet.

**Omfang**

2 ugentlige lektioner

---

**Psykologi****Formål**

Ved at lære om psykologiske processer får eleverne en grundlæggende forståelse af sig selv og andre. En forståelse af, hvordan samfund og individ spiller sammen samt refleksion over egen rolle i dette.

**Indhold**

Menneskers adfærd, følelsesliv og tænkning berøres gennem emner som f.eks. kommunikation, personlig udvikling, kompetencer og kropssprog.

**Slutmål**

Eleverne lærer at indgå i menneskelige kontekster på en mere bevidst og hensigtsmæssig måde. En større forståelse af samspillet mellem teori og praksis i psykologi med udgangspunkt i egne følelser og oplevelser.

**Evaluering**

Formativ evaluering med individuel og fælles feedback og -forward. Løbende mundtlig evaluering af undervisningsforløbet.

**Omfang**

2 ugentlige lektioner

---

**Kommunikation og retorik****Formål**

Bruge grundlæggende retoriske elementer i kommunikation. Gennem analyse og præsentationer forfine eget udtryk. Være i stand til via retorikken og kommunikationen i forbindelse med egen og andres skriftlighed og mundtlighed.

**Indhold**

Teori og praksis med medier, formidlingsprodukter og målgrupper. Analyse, planlægning og produktion til forskellige medier. Samarbejdsøvelser, diskussioner, gruppearbejde. Argumentationsanalyse. Sprogets funktioner..

**Slutmål**

Kende målgrupper og viden om hvordan indhold kan målrettes disse. Producere indhold i relation til målgrupper og formidle budskaber via forskellige platforme. Kunne gennemføre en kommunikationssituation fra ende til anden.

**Evaluering**

Formativ evaluering med individuel og fælles feedback og -forward. Løbende mundtlig evaluering af undervisningsforløbet.

**Omfang**



2 ugentlige lektioner

---

### **Mindfulness**

#### **Formål**

Fokus på bevidsthed og opmærksomhed samt at skabe ro i sindet og tankerne. Gennem mindfulness-øvelser lærer eleverne at komme helt ned i gear i en tid, hvor teknologi og sociale medier konkurrerer om vores opmærksomhed.

#### **Indhold**

Eleverne deltager i forskellige meditationsteknikker og psykologiske øvelser. Aktiviteterne kan omfatte guidede meditationer, åndedrætsøvelser, kropsbevidsthed og refleksionsøvelser.

#### **Slutmål**

At opnå indre ro, større koncentrationsevne og afslappethed i forhold til stress, krav og travlhed. Gennem øvelserne lærer eleverne at forstå og håndtere deres tanker og følelser samt have fokus på velvære og balance i hverdagen.

#### **Evaluering**

Formativ evaluering med individuel og fælles feedback og -forward. Løbende mundtlig evaluering af undervisningsforløbet.

#### **Omfang**

2 ugentlige lektioner

---

### **Core og cirkel A og B**

#### **Formål**

At styrke kropsbevidstheden og opnå forståelse for, at en stærk "core" er afgørende for at opretholde en god kropsholdning, forbedre stabiliteten og reducere risikoen for skader. Udvikle hensigtsmæssig brug i løft og bevægelser.

#### **Indhold**

Teori om og præsentation af nye bevægelser. Opvarmning, fokus på korrekt og hensigtsmæssig træning af muskler i mave, ryg og bækkenopmåde. Derudover træning af hele kroppen, mens core inkorporeres i alle typer af øvelser.

#### **Slutmål**

At eleven har viden om, og kan demonstrere, hensigtsmæssig og korrekt brug af diverse løft og bevægelser. Har større kropsbevidsthed og kendskab til skader og forebyggelse af disse.

#### **Evaluering**

Formativ evaluering med individuel og fælles feedback og -forward. Løbende mundtlig evaluering af undervisningsforløbet.

#### **Omfang**



1 ugentlig lektion.

---

### **CrossTraining A, B og C**

#### **Formål**

Af eleven opnår forståelse af rygrad og mest hensigtsmæssig brug i løft og bevægelser. Forståelse for momentum og rotationer. Lave følgende øvelser med korrekt teknik: Air squat, push-up, deadlift, kettlebell, løb, hop, skub, snatch, clean, pull-up, ring-pull-up w. momentum og gå på hænder.

#### **Indhold**

Ofte inspireret af CrossFit med teori og præsentation af ny bevægelse. Opvarmning, WOD (workout of the Day), afløb og/eller udstrækning. Eksempelvis også EMOM (every minute on the minute), AMRAP (as many rounds as possible), Chipper, Ladder og mange flere.

#### **Slutmål**

At eleven har viden om, og kan demonstrere, hensigtsmæssig og korrekt brug af diverse løft og bevægelser. Kendskab til skader og forebyggelse af disse.

#### **Evaluering**

Formativ evaluering med individuel og fælles feedback og -forward. Løbende mundtlig evaluering af undervisningsforløbet.

#### **Omfang**

2 ugentlige lektioner

---

### **Slagsport**

#### **Formål**

At eleverne opnår forståelse for spillets opbygning og strategi. Lærer at udføre grundlæggende slagteknikker korrekt med præcision. At variere slagteknikker afhængigt af spilsituationen. Bliver stærkere i at kommunikere og samarbejde i spilsituationen for at styrke spil, fairplay og sociale færdigheder.

#### **Indhold**

Badminton og badmintons historie og udvikling. Skumtennis single og double, bordtennis single og double, turneringer og teknisk taktisk træning. Elevinvolvering i træningsplaner, turneringer og holdstrategier. Fair-play og sportsånd.

#### **Slutmål**

At eleverne viser strategisk overblik og er i stand til at udføre og variere grundlæggende slagteknikker korrekt ud fra spillets opbygning. At de kommunikerer aktivt og samarbejder under øvelser og spil.

#### **Evaluering**

Formativ evaluering med individuel og fælles feedback og -forward. Løbende mundtlig evaluering af undervisningsforløbet.

#### **Omfang**

2 ugentlige lektioner



---

## Løb

### Formål

Eleven skal opnå kompetencer til at kunne forholde sig til forskellige træningsmetoder, motivation, fysiologi, målsætninger, opvarmning, skadesforebyggende indsatser, udfærdige træningsplaner, mv. Udvikle evnen til at forholde sig til disse på en evidensbaseret måde.

### Indhold

Løbeteknik, styrke, koordination, korte intervaller, dross, løbestil, træningsprogrammer, tempoture, træningsplanlægning, fysiologi, lange intervaller, deltagelse i løb, udfærdigelse af bl.a. opvarmningsprogrammer.

### Slutmål

Eleven skal i hvert forløb opnå indsigt i de forhold, der gør sig gældende for løbere for fremadrettet at kunne træffe flere, bedre, kvalificerede og evidensbaserede valg.

### Evaluering

Formativ evaluering med individuel og fælles feedback og -forward. Løbende mundtlig evaluering af undervisningsforløbet.

### Omfang

2 ugentlige lektioner.

---

## Sport'n kort A og B

### Formål

Skabe glæde gennem bevægelse, spil og leg. Eleverne skal præsenteres for mange forskellige idrætsgrene og give indsigt i og styrke og udvide deres kendskab, viden og horisont om idræt, sport og bevægelse.

### Indhold

Både brede kendte idrætsgrene og nichesportgrene. Eleverne vil bl.a. møde disc golf, havsvømning, ultimate, fodbold, håndbold, padel, badminton, MTB, o-løb, triathlon, spring, Kin-Ball og yoga. Eleverne opfordres til at komme med forslag til idrætsgrene, som der kan arbejdes med i faget.

### Slutmål

Opleve glæden gennem forskellige idrætsgrene, spil og leg. Opnå indsigt i forskellige idrætsgrene og kulturer. Viden om teknikker ifm. med en given sportsgren. Udvikle konstruktive samarbejdsrelationer i idrætslige aktiviteter.

### Evaluering

Formativ evaluering med individuel og fælles feedback og -forward. Løbende mundtlig evaluering af undervisningsforløbet.

### Omfang

2 ugentlige lektioner





---

## **Brætspil**

### **Formål**

Eleverne skal opnå kompetencer til at kunne forholde sig til forskellige brætspil, deres kategorier og opbygning, spildesign og spilmekanikker.

### **Indhold**

Gateway spil, co-op, flerpersoners spil og spil til over 20 spillere. Spilmekanikker, klassikere, 2-personers spil, sportsspil og solospil. Fillers, produktion af egne spil, moderne kortspil, brætspil med oplevelser og historier, digitale brætspil og bucketlist.

### **Slutmål**

Med udgangspunkt i nævnte kompetenceområder skal eleverne kunne forholde sig til disse på en oplevelseserfaret og reflekteret måde.

### **Evaluering**

Formativ evaluering med individuel og fælles feedback og -forward. Løbende mundtlig evaluering af undervisningsforløbet.

### **Omfang**

2 ugentlige lektioner.

---

## **Volleyball**

### **Formål**

Indøvelse af teknik til udførelse af volleyballslag. Boldkontrol, oparbejdning af taktisk spilforståelse: Herunder rytme, flow og roller på banen.

### **Indhold**

Opvarmning, tekniske øveler, den øvede teknik i spilsituationer, spilforståelse og spil. Der arbejdes med baggerslag, fingerslag, smash, serv. For begyndere først med boldbasis og kroppens bevægelser. Herefter med udførelse af slaget med korrektion. For øvede med teknisk udførelse og boldkontrol samt korrektion.

### **Slutmål**

At eleven teknisk kan udføre volleyballslag med kontrol og har taktisk spilforståelse, så rytme, flow og roller på banen fungerer i små øvelser og i selve spillet eller kampen.

### **Evaluering**

Formativ evaluering med individuel og fælles feedback og -forward. Løbende mundtlig evaluering af undervisningsforløbet.

### **Omfang**

2 ugentlige lektioner.

---



## **Obligatoriske fælles fag**

### **Forsamlingshus**

#### **Formål**

Understøtte tematikkerne livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse. At eleverne drøfter og udvikler fællesskabet på efterskolen.

#### **Indhold**

Fortælling, diskussion, samtale, oplæg og sang er de bærende aktiviteter. Temaerne er bl.a. elevråd, skolens historie, værelsesværdier, venskaber, alkohol, mental sundhed, barmhjertighed, sociale medier, hvad er tid, menneskelige styrker, kammeratskab, søvn, overtænkning og aktuelle problemstillinger.

#### **Slutmål**

Indsigt i forhold, der gør sig gældende for os som mennesker for at kunne forstå sig selv og andre bedre. Kunne træffe bedre og mere kvalificerede valg i livet. Udvikle sig som menneske.

#### **Evaluering**

Formativ evaluering med individuel og fælles feedback og -forward. Løbende mundtlig evaluering af undervisningsforløbet.

#### **Omfang**

**1 ugentlig lektion**

---

### **Fælles bevægelse**

#### **Formål**

At udvide elevernes idrætslige horisont og understøtte deres udvikling af kropslige, personlige og sociale kompetencer gennem bevægelse og leg. Opleve glæde ved og lyst til at afprøve andre former for bevægelse, end de er vant til. Indgå i forpligtende fællesskab, hvor alle løfter sammen.

#### **Indhold**

Dansekoreografier i hiphop og moderne. Kendskab til fælles kulturarv som folkedanse og gymnastik. Kroppen som udgangspunkt for bevægelse, vægtforskydning, koordination. Sammenhæng ml. musik, rytme, bevægelse. Akrobatik, fysisk træning, lege, konkurrencer, mv

#### **Slutmål**

Kunne bruge sine kropslige, personlige og sociale kompetencer til at indgå kvalificeret i en fælles dansekoreografi, hvor fællesskabet løfter i flok. Vise glæde og lyst til bevægelse inden for et bredt spektrum af idrætsdiscipliner i samarbejde med hele elevholdet.

#### **Evaluering**

Formativ evaluering med individuel og fælles feedback og -forward. Løbende mundtlig evaluering af undervisningsforløbet.

#### **Omfang**

**1 ugentlig lektion**



---

## **Idrætsteori**

### **Formål**

Eleverne skal opnå kompetencer til at kunne forholde sig til forskellige træningsmetoder, motivation, træningsfællesskaber, fysiologi, anatomi, målsætninger, opvarmning, skadesforebyggende indsatser, udfærdige selvstændige træningsplaner.

### **Indhold**

Anatomi; kroppens sammensætning af knogler, muskler, sener og væv. Fysiologi. Restitution og udstrækning. Fysisk belastning og overbelastning: træningslære - hvordan kroppen fungerer, når vi er fysisk aktive. Idrætspsykologi: sundhed, optimale forhold for krop/hoved evt. også ved skade. Tapening.

### **Slutmål**

Med udgangspunkt i nævnte kompetenceområder skal eleverne kunne forholde sig til disse på en oplevelseserfaret og reflekteret måde.

### **Evaluering**

Formativ evaluering med individuel og fælles feedback og -forward. Løbende mundtlig evaluering af undervisningsforløbet.

### **Omfang**

1 ugentlig lektion

---

## **Fællessang**

### **Formål**

At opretholde og videreføre den danske kulturelle tradition. Et godt redskab til især folkelig oplysning og livsoplysning, hvor eleverne kan forholde sig til forskellige perspektiver af tilværelsen, både ældre og nyere.

### **Indhold**

Fællessangene udgør en blanding af kendte og ukendte sange, der afspejler forskellige temaer fra livet og samfundet. Sangene kan med deres forskellige budskaber lægge op til refleksion, debat og selvopdagelse.

### **Slutmål**

Fællessangen skaber et inkluderende fællesskab, hvor eleverne udvikler lydhørhed, fælles forståelser og forholder sig til deres egen identitet og samfundet.

### **Evaluering**

Formativ evaluering med individuel og fælles feedback og -forward. Løbende mundtlig evaluering af undervisningsforløbet.

### **Omfang**

1 ugentlig lektion

---



## **Andre fagområder**

### **Me&We**

#### **Formål**

At eleverne bliver opmærksomme på deres betydning for fællesskabet og styrke deres evne til at skabe og vedligeholde meningsfulde sociale relationer. Modvirke ensomhed. Opleve på egen krop hvad det betyder for ens overskud at tage en pause og få sin søvn.

#### **Indhold**

Temaerne er "Godt i gang", "Mig og min mobil", "Fællesskab", "Forstå dig selv og andre", "Søvn", "Kammeratskab" og "Efter efterskolen". Der arbejdes individuelt og i grupper af varierende størrelser. Samtale, diskussion, oplæg, refleksion og bevægelse.

#### **Slutmål**

Aktivt at kunne bidrage til fællesskabet og agere konstruktivt og fællesskabsfremmende i forskellige sammenhænge. At være klar over egen betydning i samværet med andre mennesker og have indsigt i og viden om, hvordan fællesskab udvikles og vedligeholdes og at kunne være med til at modvirke ensomhed hos sig selv og andre.

#### **Evaluering**

Formativ evaluering med individuel og fælles feedback og -forward. Der evalueres efter hver aktivitet; desuden løbende mundtlig evaluering af undervisningsforløbet.

#### **Omfang**

Der er ikke fast ugentligt lektionstal. Undervisningen foregår på skift i kontaktgruppetid, fælles bevægelse, forsamlingshus, idrætsteori samt om aftenen og i weekender.

---

### **CTU (Coaching, trivsel og udvikling)**

#### **Formål**

At styrke elevernes selvværd og følelsen af samhørighed blandt eleverne. Fokus på et socialt og tryghedsskabende miljø, hvor hver enkelt elev føler sig set, hørt og forstået. Individuel udvikling og trivsel.

#### **Indhold**

Programmet indebærer en række aktiviteter og øvelser, der fremmer samarbejde, kommunikation og personlig udvikling. Aktiviteterne kan omfatte gruppeøvelser, tillidsøvelser, teambuilding-aktiviteter og refleksionsøvelser. Der lægges vægt på at skubbe eleverne ud af deres komfortzone.

#### **Slutmål**

En styrkelse af selvværd samt en dybere forbindelse til fællesskabet. Eleverne føler sig understøttet og opmuntret til at tage ansvar for deres egen udvikling og trivsel.

#### **Evaluering**

Formativ evaluering med individuel og fælles feedback og -forward. Løbende mundtlig evaluering af undervisningsforløbet.

#### **Omfang**



6 gange af 4 timer fordelt over året - et frivilligt tilbud, man kan melde sig til.

---

### **Kontaktgruppetid**

#### **Formål**

At eleverne oplever kontinuerlig tryghed og nærhed i den lille elevgruppe. Et rum for dialog og medindflydelse, debattering af tanker og holdninger om, hvad der er på spil i efterskolelivet. At styrke relationsdannelse og fællesskab. At understøtte trivsel, livsoplysning og demokratisk dannelse.

#### **Indhold**

Værelsesværdier, betydningen af retningslinjer, omgangstone, kropssprog, og hvad der ligger i "gensidig hensyntagen" og "forpligtende fællesskab". Me&We og samarbejdsøvelser, refleksioner, der bidrager til sociale kompetencer, relationer og fællesskaber. Planlægning af storgruppearrangement for hele skolen.

#### **Slutmål**

At eleverne føler sig anerkendt og tør tage del i dialogen de demokratiske processer, samtidig med at de udviser respekt over for hinanden. At de viser ansvar, åbenhed og rummelighed ift. fællesskabet og dagligdagens udfordringer.

#### **Evaluering**

Formativ evaluering med individuel og fælles feedback og -forward. Løbende mundtlig evaluering af undervisningsforløbet.

#### **Omfang**

1 ugentlig lektion, som medgår til opfyldelse af kravet om fem hele undervisningsdage.

#### **Årsplaner**

Se årsplaner for alle fag her <https://klintsoegaard.dk/praktisk>



## Skema

Periode 1, uge 1

samlet		Idrætsefterskolen Klintsøgaard		
mandag	tirsdag	onsdag	torsdag	fredag
08:00-08:45 MatC Lok4 US, EngA Lok5 NS, EngC Lok6 HØP, MatE Mart MJU	08:00-08:45 DanC Lok5 KS, MatD Lok6 AH	08:00-08:45 Dans HAL CN, DanC Lok5 KS, DanE Lok6 HC, EngE Lok4 PK	08:00-08:45 Tys Lok5 HØP, Mus Lok3 BS, SpoB HAL AH, Mas Lok4 PJ, CrFB FR	08:00-08:45 FodPi Kuns HC NA, HånDr HAL PJ, EngB Lok4 FR, Out Stal AH MJU
08:45-09:30 EngA Lok5 NS, EngC Lok6 HØP, MatC Lok4 US, MatE Mart MJU	08:45-09:30 DanC Lok5 KS, MatD Lok6 AH	08:45-09:30 Dans HAL CN, DanC Lok5 KS, DanE Lok6 HC, EngE Lok4 PK	08:45-09:30 Tys Lok5 HØP, Mus Lok3 BS, SpoB HAL AH, Mas Lok4 PJ, CrFB FR	08:45-09:30 FodPi Kuns HC NA, HånDr HAL PJ, EngB Lok4 FR, Out Stal AH MJU
09:55-10:40 DanA Lok6 NS, EngD Lok5 PK, MatB Mart MJU, Tys Lok4 HØP, SpoA HAL FR	09:55-10:40 FodDr Kuns KS HC, Dans HAL CN, EngA Lok5 NS, MatE Lok6 MJU, CorB Styr AH	09:55-10:40 EngD Lok6 PK, MatA Lok4 BS, Fra Lok5 NS	09:55-10:40 EngC Lok5 HØP, MatD Lok6 AH, CrFA PJ, Sci Lok4 MJU	09:55-10:40 FodDr Kuns KS HC, HånPi HAL US, DanA Lok5 NS, MatB Lok6 MJU, CrFC FR
10:40-11:25 DanA Lok6 NS, EngD Lok5 PK, MatB Mart MJU, Tys Lok4 HØP, SpoA HAL FR	10:40-11:25 FodDr Kuns KS HC, Dans HAL CN, EngA Lok5 NS, MatE Lok6 MJU	10:40-11:25 EngD Lok6 PK, MatA Lok4 BS, Fra Lok5 NS, CorA HAL FR	10:40-11:25 EngC Lok5 HØP, MatD Lok6 AH, CrFA PJ, Sci Lok4 MJU	10:40-11:25 FodDr Kuns KS HC, HånPi HAL US, DanA Lok5 NS, MatB Lok6 MJU, CrFC FR
11:35-12:20 Fæll.id HAL US CN FR PK	11:35-12:20 Fors Lok4 BS HØP KS HB	11:35-12:20 Fæll.id HAL US CN FR PK	11:35-12:20 Idt. Lok4 PJ HC FR AH	11:35-12:20 Fæll BS GQ HØP NS BZ KS PJ US HB HC LK CN FR NA AH PK MJU
13:10-13:55 HånPi HAL PJ US, SoMe Lok6 NA, Mind Lok4 PK, Fys FR	13:10-13:55 Out Stal AH MJU, DanB Lok4 HØP, EngE Lok5 PK, MatA Lok6 BS	13:10-13:55 DanD Lok5 CN, MatC Lok4 US, Mus Lok3 BS, Komm Lok6 NA, Sla PJ	13:10-13:55 DanB Lok5 HØP, DanE Lok6 HC, EngB Lok4 FR, Vol HAL MJU, SamH B Fb KS	13:05-13:55 LæMo BS HØP NS KS PJ US HC CN FR NA AH PK MJU
13:55-14:40 HånPi HAL PJ US, SoMe Lok6 NA, Mind Lok4 PK, Fys FR	13:55-14:40 Out Stal AH MJU, DanB Lok4 HØP, EngE Lok5 PK, MatA Lok6 BS	13:55-14:40 DanD Lok5 CN, MatC Lok4 US, Mus Lok3 BS, Komm Lok6 NA, Sla PJ	13:55-14:40 DanB Lok5 HØP, DanE Lok6 HC, EngB Lok4 FR, Vol HAL MJU, SamH B Fb KS	13:55-14:05 ReTj BS HØP NS K 14:05-14:50 KonG BS HØP NS KS PJ US HC CN FR NA AH PK MJU
14:50-15:35 FodPi Kuns NA, HånDr HAL PJ, DanD Lok5 CN, Psy A Lok6 NS	14:50-15:35 Out Stal AH MJU, Løb Ude HØP, Cam Lok5 NS PK	14:50-15:35 HånDr HAL PJ US, FodPi Kuns NA	14:50-15:35 HånPi HAL US, FodDr Kuns KS HC	14:50-15:35 Fæl.s Lok4 BS NS NA
15:35-16:20 FodPi Kuns NA, HånDr HAL PJ, DanD Lok5 CN, Psy A Lok6 NS	15:35-16:20 Out Stal AH MJU, Løb Ude HØP, Cam Lok5 NS PK	15:35-16:20 HånDr HAL PJ US, FodPi Kuns NA	15:35-16:20 HånPi HAL US, FodDr Kuns KS HC	
16:30-17:15 Dans HAL CN, SamH A Lok5 AH	16:30-17:15 Bræt Lok5 HØP, Mus BS, Fra Lok4 NS	16:30-17:15 HånDr HAL PJ US, FodPi Kuns NA	16:30-17:15 HånPi HAL US, FodDr Kuns KS HC	
17:15-18:00 Dans HAL CN, SamH A Lok5 AH	17:15-18:00 Bræt Lok5 HØP, Fra Lok4 NS			



## Anderledes dage og uger

### Introprogram og bliveweekend

#### Formål

At introducere eleverne for et trygt og forpligtende fællesskab med en indsigt i skolen og dens værdier. Også et fokus på forskelligheder blandt eleverne og vigtigheden af at møde hinanden med respekt og interesse.

#### Indhold

Introprogrammet strækker sig over i alt 5 dage og indeholder også elevernes første bliveweekend. Fokus på at lære kontaktgrupperne at kende, teambuilding, linjefag, fællessang, skolens omegn, hverdagen, rutiner og individuelle samtaler. Første skoledag starter med en større fællessamling for elever, ansatte og forældre, hvor forstander byder velkommen, og man hilser på sin kontaktlærer.

#### Slutmål

At den enkelte elev har fået indsigt i efterskoleformen og har en idé om, hvordan det kommende efterskoleår kommer til at forløbe. Desuden mulighed for at have fået etableret de første gode relationer til elever og ansatte.

#### Evaluering

I slutningen af forløbet evalueres introdagene både i kontaktgrupper og i de individuelle samtaler med eleverne. Også med gode input til, hvordan næste års intro evt. kan tilrettelægges endnu bedre.

#### Omfang

Undervisning fra morgen til aften

### Kulturel cykeltur i lokalområdet

#### Formål

At styrke det sociale samvær og samarbejde i kontaktgrupper gennem en aktiv og fælles oplevelse i Odsherred. Kendskab til nærområdet med dets forskellige kulturelle og naturskønne seværdigheder.

#### Indhold

Cykelturen vil bl.a. indeholde besøg på forskellige poster af lokalhistorisk interesse i Odsherred, herunder bl.a. Ulkerupsjælene, Anneberg, Næsholm Borgruin, Skovkirkegaarden og kapellet ved Psykiarimuséet. En oplevelse af den smukke natur, historiske seværdigheder og kulturelle institutioner. Der vil være poster undervejs med info og aktiviteter omkring det område, der besøges.

#### Slutmål

Det overordnede slutmål med cykelturen er, at eleverne styrker deres relationer til hinanden i kontaktgruppen, udvikler deres evner til at samarbejde og tilegner sig viden om kulturelle og historiske steder i nærområdet. En større forståelse og værdsættelse af lokalasmfundet og dets værdier.

#### Evaluering

Undervejs på cykelturen spørger lærerne ind til, hvad hver kontaktgruppe har oplevet og lært fra sted til sted. Efter turen også en afsluttende evaluering med eleverne, hvor der bl.a. kigges på engagement, samarbejde og læring samt evt. forslag til justeringer.





## **Omfang**

Undervisning fra kl. 10 – 17

## **Odsherredstafetten**

### **Formål**

Fokus på fællesskab og samhørighed blandt eleverne i form af fysisk aktivitet og deltagelse som hold i et lokalt forankret stafetløb i Odsherred.

### **Indhold**

Eleverne skal i firepersoners hold gennemføre en løberute i Højby. De skiftes til at løbe ruten, og skal ved slutningen af en runde videregive depeche til den næste på holdet. Hver person skal løbe ruten to gange. Eleverne cykler værelsesvis til og fra Højby fra Klintsøgaard. Der deltager både lærere, ledelse og køkkenpersonale til arrangementet.

### **Slutmål**

Styrket fællesskabsfølelse blandt elever og ansatte. Eleverne skal opleve, at deres individuelle indsats har betydning for en større gruppe, og at vi er afhængige af andres indsats og forbundne med hinanden.

### **Evaluering**

Ugen efter Odsherredstafetten gennemføres en skriftlig evaluering for alle elever, og en mindre gruppe af elever evaluerer desuden mundtligt. Personalet evaluerer til et personalemøde i ugerne efter Odsherredstafetten. Resultaterne af evalueringerne indgår i planlægningen af kommende års deltagelse til Odsherredstafetten.

## **Omfang**

2-3 uger før Odsherredstafetten løbetestes eleverne i fælles bevægelse mhp. at danne hold baseret på gennemsnitsfart. På selve dagen cykler eleverne til Højby, laver fælles opvarmning med øvrige deltagere og gennemfører løbsruten. Der afsluttes med fælles spisning for alle elever og personale. Eleverne cykler til Klintsøgaard arrangementet slutter.

## **Fællestur med linjefag**

### **Formål**

At understøtte det store fællesskab via fysiske aktiviteter på tværs af linjefag og samtidig at styrke elevernes oplevelse af at være en del af et linjehold gennem specifikke linjefagsaktiviteter . Desuden er formålet at skabe nye relationer mellem eleverne indbyrdes og mellem lærere og elever.

### **Indhold**

Eleverne deltager dels i fælles fysiske aktiviteter på tværs af linjefag og får dels lejlighed til at dyrke deres linjefag særskilt. Fællesrejsen ligger i september, og alle tager til samme destination, som af tids- og bæredygtighedshensyn ligger i overskuelig afstand fra skolen.

### **Slutmål**

Eleverne oplever at have dannet nye relationer og lært flere bedre at kende på tværs af deres linjer. De udvikler sig fagligt i deres linjefag og mærker ligeledes et tættere fællesskab inden for den enkelte linje. Endelig stifter de bekendtskab med et nyt geografisk område og dets kultur.



### **Evaluering**

Løbende evalueres elevernes udvikling af de medrejsende lærere, og der evalueres mundtligt eller skriftligt efter hjemkomst - både på de forskellige linjer og i kontaktgrupper.

### **Omfang**

Undervisning formiddag og eftermiddag

### **Bliveweekend**

#### **Formål**

Fokus på fællesskab og samhørighed blandt eleverne i form af mange forskellige aktiviteter. Gennem rundvisning og interaktion med besøgende på Efterskolernes Dag, får eleverne mulighed for at udvikle kommunikations- og formidlingsevner samt sociale kompetencer.

#### **Indhold**

For eleverne vil der være forskellige aktiviteter formiddag og eftermiddag. Det kan bl.a. være stenmaling, cykeltur i lokalområdet, sportsaktiviteter i hallen, brætspil, konkurrencer, aftenarrangement..

Søndag d. 24. er Efterskolernes Dag, hvor besøgende kan komme på guidede rundvisninger med vores nuværende elever.

#### **Slutmål**

Styrket fællesskabsfølelse blandt elever og ansatte. Eleverne træner sig i og forbedrer præsentations- og formidlingsformer i forhold til at vise skolen frem. En opmærksomhed på den målgruppe, man skal forsøge at ramme i de forskellige rundvisninger.

### **Evaluering**

Feedback fra besøgende gennem direkte samtaler med nuværende elever og ansatte. Eleverne reflekterer selv over deres rolle som rundvisere og deres oplevelser i forhold til at interagere med forskellige målgrupper. Antallet af nye indmeldelser er også en indikator for, hvordan Efterskolernes Dag forløber.

### **Omfang**

Tilrettelagt program lørdag formiddag og eftermiddag samt evt. aftenarrangement.

### **Terminsprøve 1 og 2**

#### **Formål**

Evaluering af elevernes skriftlige, faglige niveau og progression inden for de centrale fagområder dansk, engelsk, matematik, tysk og fransk. Dette giver et overblik den enkelte elevs styrker og udfordringer samt mulighed for at tilpasse undervisningen efter behov.

#### **Indhold**

Opgaverne ligger i tråd med de afsluttende skriftlige prøver for FP10. Eleverne har på forhånd fået en grundig introduktion til rammerne, herunder gode råd samt tilladte hjælpemidler. Relevante færdigheder og viden anvendes inden for hvert fag.

#### **Slutmål**

At opnå en tilfredsstillende forståelse og beherskelse af de faglige emner og kompetencer på 10. klasses niveau. En måling af elevernes færdigheder og progression i forhold til at kunne arbejde mere målrettet med skriftligheden.



### **Evaluering**

En vurdering af elevernes præstationer i de forskellige fag holdt op mod de opstillede læringsmål. Dette foregår både individuelt, men også i mindre grupper, hvor eleverne får mulighed for at give hinanden feedback.

### **Omfang**

Fælles introduktion til prøveregler generelt og specifikt, gennemførelse og oprydning forløber over hhv. fem og fire timer hen over formiddag og eftermiddag.

### **Challenge og samarbejdsøvelser**

#### **Formål**

At styrke samarbejde, kommunikation og problemløsning blandt eleverne. Gennem en række udfordrende opgaver over et døgn skal eleverne lære at arbejde effektivt som et team under pres og tidsbegrænsninger. Her gælder det især om at være kreativ og idérig.

#### **Indhold**

Eleverne møder forskellige udfordringer af både fysisk, kreativ og intellektuel karakter. Grupperne samarbejder og kommunikerer tydeligt om at løse alle opgaver. Nogle opgaver præsenteres til fællessamlinger i løbet af døgnet, mens andre udstilles i lokaler, så alle elever og lærere har mulighed for at se og vurdere hinandens arbejde.

#### **Slutmål**

Forbedret teamwork og samarbejdsevner gennem løsning af meget forskellige udfordringer under pres. Udvikling af kommunikationsfærdigheder ved at dele idéer og strategier med hinanden. En forståelse for organisering, motivation og rollefordeling i grupperne.

### **Evaluering**

Evaluering sker både undervejs ved fremvisning af forskellige produkter, men også samlet til sidst, hvor grupperne sammen reflekterer over, hvordan det har været at arbejde koncentreret sammen om opgaveløsninger over et døgn.

### **Omfang**

Aktiviteter gennem et helt døgn uden søvn.

### **Brobygning**

#### **Formål**

Den obligatoriske brobygning i 10. klasse varer i fem dage, og hver elev stifter bekendtskab med mindst én erhvervsuddannelse eller erhvervsgymnasial uddannelse

Gennem deltagelse i den faglige undervisning og studiemiljøet på en ungdomsuddannelse, bliver eleverne afklaret om valg af ungdomsuddannelse efter 10. klasse.

#### **Indhold**

Eleverne oplever skole/studieformen på uddannelsesstedet ved deltagelse i forskellige typer af fag. Et møde med både elever og lærere på stedet, hvor der udveksles idéer og holdninger. Eleverne får i løbet af ugen indsigt i lektier, metoder, omgangsform, regler og skolemiljø.



### **Slutmål**

Motivation til at vælge og gennemføre en ungdomsuddannelse.  
En indsigt i egne faglige og personlige kompetencer set i forhold til det nye studiemiljø.  
Kendskab til krav og muligheder for senere uddannelse.  
Tilegnelse af oplysninger der kan bruges i den obligatoriske selvvalgte opgave (OSO).  
En kritisk stillingtagen og refleksion i forhold til indholdet.

### **Evaluering**

Efterfølgende drøftelse med studievejleder og kontaktgruppelærer om brobygningsugen samt inddragelse af refleksioner og læring i OSO-opgaven.

### **Omfang**

Eleverne transporteres til deres respektive uddannelsessteder i busser kl. 7 om morgenen og kommer hjem midt på eftermiddagen. Kl. 16 - 18 er der linjefagsundervisning.

### **Værelsesbytte 1 og 2**

#### **Formål**

At styrke fællesskabet og fremme elevernes evne til at kommunikere og samarbejde med forskellige personer. Eleverne øger deres bevidsthed om deres egne værdier og respekten for andre. At støtte elevens individuelle udvikling og trivsel gennem nye konstellationer.

#### **Indhold**

Introduktion til værelsesbytte med fælles forventninger. Eleverne laver værelsesvis deres eget værdisæt for "det gode værelse" og udveksler derigennem deres holdninger. Grundige snakke om, hvordan man håndterer evt. udfordringer på værelset og respekterer hinanden bedst muligt.

#### **Slutmål**

Eleverne udvikler evnene til at bo sammen med forskellige personligheder og lærer at forstå og respektere hinandens forskelligheder. Åben kommunikation og tryghed bliver en del af værelsesfællesskabet.

#### **Evaluering**

Feedback fra eleverne om deres oplevelse af værelsesbyttet både før og efter. Derudover en overordnet snak om de fælles værelsesværdier, hvert værelse er blevet enige om.

#### **Omfang**

Hele dagen pædagogisk tilrettelagt samvær. Formiddag/eftermiddag afsat til pakning, hovedrengøring, optakt om håndtering praktisk såvel som mentalt af tildeling af nye værelser, flytning, dialog om nye værelsesværdier, udpakning, opfølgning. Ekstra tilsyn om aftenen hjælper med opfølgning.

### **Danskprojekt**

#### **Formål**

Øge elevernes forståelse for reklamers virkemidler og strategier.  
Stimulere elevernes kreative tænkning og samarbejdsevner.  
Skabe en praktisk forståelse for markedsføring og reklamebranchen.

#### **Indhold**

Undervisning i reklamers genrer, målgruppe, psykologi og filmiske virkemidler..  
Eleverne arbejder gruppevis med at udvikle kreative reklameprodukter



Projektet afsluttes med en større fremvisning af alt det, der har været arbejdet med og produceret i løbet af ugen.

### **Slutmål**

Eleverne er i stand til at forklare og analysere forskellige reklamers formål og virkemidler. Gruppevis udvikler eleverne et kreativt reklamekoncept, som de er i stand til at præsentere for andre.

### **Evaluering**

Eleverne får feedback fra hinanden i forhold til originalitet, kreativitet og kommunikationsevner. Dansk lærerne evaluerer alle produkter og ser på de kreative evner i forhold til opgaveløsningen.

### **Omfang**

Undervisning i danskprojekt kl. 8 - 16 alle fem dage suppleret af linjefag kl. 16 - 18

### **Julehyggedag**

#### **Formål:**

At skabe en hyggelig og festlig atmosfære for elever og ansatte på skolen, hvor fællesskab, sjov og julestemning er i fokus. Samtidig giver arrangementet eleverne mulighed for at vise deres talent og engagement gennem organisering, optræden og deltagelse i forskellige aktiviteter.

#### **Indhold:**

Elevrådet har på forhånd planlagt forskellige aktiviteter som f.eks. konkurrencer, julelege, julesange og optrædener - bl.a. fremviser danselinjen det show, de igennem længere tid har arbejdet sammen om. Desuden julefrokost med traditionelle juleretter, fællessange, lege, underholdende indslag undervejs.

#### **Slutmål:**

Eleverne føler sig inkluderet og underholdt gennem diverse fællesskabende aktiviteter og optrædener. En god fælles afrunding på det første halve efterskoleår, hvor alle bidrager til en hyggelig dag.

#### **Evaluering:**

Mundtlig feedback fra elever og ansatte under og efter arrangementet. Især elevrådet kigger her på, hvordan deres planlægning og organisering af dagen er lykkedes.

### **Omfang**

Arrangementet forløber fra kl. 10 - 15

### **Skitur**

#### **Formål**

At skabe en stor, fælles oplevelse for alle elever på tværs af alle fag. At bidrage til, at både begyndere og øvede alpinister oplever progression og får en succesoplevelse i form af at mestre udvalgte pister. At danne nye relationer mellem eleverne indbyrdes og mellem elever og lærere gennem hele skoleåret.

#### **Indhold**

Hele skolen tager samlet på ski til Østrig i uge 2. Der er undervisning hver formiddag og eftermiddag i alpint skiløb på niveaudelte hold. Eleverne indkvarteres på et hotel med nye værelseskammerater organiseret af lærerne.



### **Slutmål**

At alle begyndere lærer at stå på ski, og at alle øvede oplever progression i deres skiløb. At der dannes nye relationer mellem eleverne indbyrdes og mellem lærere og elever.

### **Evaluering**

Elevernes niveau og progression evalueres sidst på eftermiddagen af lærerne med henblik på at niveaudele holdene til næste dag. Skituren som helhed evalueres af elever i kontaktgruppen og af lærerne på lærermøde efter hjemkomst

### **Omfang**

Skiundervisning formiddag og eftermiddag i minimum to timer. Obligatorisk aftenarrangement hver aften i 45 minutter

### **Obligatorisk selvvalgt opgave**

#### **Formål**

At give eleverne mulighed for at udforske og forholde sig til deres kommende ungdomsuddannelse, videregående uddannelse og arbejdsmarkedet. Dette tager udgangspunkt i elevens uddannelsesplan og valg af ungdomsuddannelse. Forskellige kompetencer som f.eks. research, skriftlig kommunikation og mundtlig præsentation kommer i spil.

#### **Indhold**

Opgaven er fordelt i forskellige kategorier. En rapport hvor eleverne forholder sig til kommende ungdoms- og videregående uddannelse. Udarbejdelse af ansøgning og CV til et specifikt job. Et afsluttende jobinterview for hver enkelt elev og evt. et kreativt konkret produkt.

### **Slutmål**

En dybere forståelse for den valgte ungdoms- og videregående uddannelse og dens relevans for et fremtidigt job. En evne til at reflektere over personlige mål og kompetencer i forhold til valg af uddannelse og job.

### **Evaluering**

Under hele forløbet modtager eleven vejledning fra en lærer med henblik på en kvalificering af arbejdet. Den endelige bedømmelse koncentrerer sig om valg og afgrænsning af emne, brug af arbejdsmetoder og undersøgelsesformer, brug af kilder og materialer, fremstilling af produkt og valg af udtryksform. OSO evalueres efterfølgende mundtligt med eleverne i mindre grupper.

### **Omfang**

Undervisning hver dag i fem dage kl. 8 - 16. Herefter linjefag 16 - 18

### **Blå bog**

#### **Formål**

At lade eleverne skabe en fælles mindebog, der foreviger de unikke personligheder og oplevelser, som eleverne har delt under deres tid på efterskolen. Værdsættelse og anerkendelse af den enkelte elev som en vigtig brik i det store fællesskab.



### **Indhold**

Blå Bog indeholder en hel side om hver elev, hvor der fokuseres på karaktertræk, interesser, sjove anekdoter og mindeværdige øjeblikke. Informationen om denne elev indsamles gennem research blandt kammerater for at sikre en bred og nuanceret beskrivelse. Desuden tages sjove og inspirerende billeder.

### **Slutmål**

At skabe en samling af personlige portrætter, der afspejler det unikke fællesskab og de individuelle bidrag fra hver elev på efterskolen. Eleverne arbejder sammen om at skabe disse fortællinger, der bliver et evigt minde fra året. Et fokus på tydelighed, skriftlighed og god kommunikation i det, der skrives.

### **Evaluering**

Hver enkelt side evalueres løbende af både elever og lærere, som også sikrer, at der er en respektfuld tone i det, der skrives om hver elev. Denne feedback bruges til at forbedre processen og sikre, at Blå Bog opfylder sit formål på bedst mulig vis i forhold til målgruppen.

### **Omfang**

Undervisning kl. 10 - 17

### **Galla og afslutningsdag før påske**

#### **Formål**

Gallafesten har til formål at skabe en mindeværdig aften for eleverne, hvor de sammen ser tilbage på året og oplever hinanden i en lidt anderledes form end normalt. Det er en dag/aften, der fremmer fællesskabet, samarbejdet og kreativiteten.

#### **Indhold**

Eleverne arbejder i løbet af dagen sammen om at forberede festen. Dette indeholder bl.a. madlavning, oppyntning, sangskrivning, taler, underholdning, dans osv. Alle elever og ansatte deltager i en fælles gallamiddag, hvor der undervejs er forskellige underholdende indslag.

#### **Slutmål**

Et styrket fællesskab og samhørighed blandt eleverne. En oplevelse af at samarbejde, kreativitet og fælles organisering kan kulminere i en stor fest.

#### **Evaluering**

En evaluering både blandt eleverne og lærerne, hvor der bliver kigget på i hvilket omfang de opstillede mål for dagen blev opnået. Gerne med gode idéer og evt. ændringer ved et evt. lignende arrangement for næste elevhold.

#### **Omfang**

Undervisning og pædagogisk tilrettelagt samvær formiddag og eftermiddag fra tirsdag kl. 10.30 til onsdag kl. 15.

### **Alternative dage (flygtningeprojekt)**

#### **Formål**

At skabe en større forståelse blandt eleverne for flygtninges situation og de udfordringer, de møder både





under flugten og ved ankomsten til et nyt land. Projektet sigter mod at fremme elevernes interkulturelle kompetencer.

### **Indhold**

Projektet består af undervisning og aktiviteter, hvor eleverne får et indblik i flygtninges liv gennem oplæg, diskussioner og praktiske øvelser. Eleverne deltager undervejs i refleksionsøvelser og værdipolitiske debatter. Afslutningsvis sendes eleverne i grupper af sted langt væk fra skolen, hvor de nu på egen hånd og med kun små fornødenheder selv skal finde hjem igen.

### **Slutmål**

Eleverne forventes at have udviklet en større empati og forståelse for flygtningesituationen og de udfordringer, flygtninge ofte står overfor. Eleverne reflekterer over deres egen situation i forhold til andres.

### **Evaluering**

Projektet evalueres løbende gennem deltagelse i diskussioner og refleksionsopgaver med feedback fra eleverne. En afsluttende evaluering foretages i de grupper, de har arbejdet i, samt på kontaktgruppemøder.

### **Omfang**

Undervisning og pædagogisk tilrettelagt samvær fra tirsdag kl. 10.30 til onsdag kl. 18.

### **Bliveweekend**

#### **Formål**

Formålet med bliveweekenden i april måned er at skabe en dynamisk og engagerende begivenhed, der forbinder tidligere elever med nuværende elever og lærere. Gennem denne weekend ønsker vi at styrke fællesskabet på skolen med sjove og meningsfulde aktiviteter.

#### **Indhold**

Tidligere elever inviteres på besøg og genforenes med deres årgangskammerater og lærere. Nuværende og tidligere elever dystes i forskellige linjefag, og der er opvisning/optræden. Derudover diverse aktiviteter for vores elever form af bl.a. sport i hallen, konkurrencer eller klatretur ud af huset.

#### **Slutmål**

Et inspirerende og motiverende møde mellem tidligere og nuværende elever, hvor der udveksles idéer og tanker blandet med fællessang, præsentationer og idrætslige aktiviteter. Også en styrkelse af fællesskabet blandt vores egne elever.

#### **Evaluering**

Feedback fra både tidligere og nuværende elever efter Gammel Elevdag. Især fokus på arrangementets organisering, nuværende elevs rolle og mulige forbedringsområder.

#### **Omfang**

Kl. 10 - 17

### **Skriftlige prøver**

#### **Formål**

At eleverne tilbydes og gennemfører Folkeskolens 10. klasseprøve - alternativt Folkeskolens afgangsprøve.



## **Indhold**

Indholdet fastlægges nationalt af Børne- og Undervisningsministeriet og gennemføres i det af ministeriet afsatte tidsrum.

## **Slutmål**

At eleverne gennemfører Folkeskolens 10. klasseprøve eller Folkeskolens afgangsprøve.

## **Evaluering**

Evalueringen består i, at eleverne modtager karakterer for de gennemførte prøver.

## **Omfang**

Nationalt fastsatte tidspunkter

## **Mundtlige prøver**

### **Formål**

At eleverne tilbydes og gennemfører Folkeskolens 10. klasseprøve - alternativt Folkeskolens afgangsprøve. At de fordyber sig i et emne, dygtiggør sig fagligt samt i mundtlig fremlæggelse og dialog. At de fortsat danner relationer på tværs af hold, klasser, værelser og linejfag.

## **Indhold**

De mundtlige prøver afvikles inden for den af ministeriet fastsatte tidsramme, som fortrinsvis er i juni måned. Der lægges særskilt skema, hvoraf fremgår, hvilke datoer eleverne skal til hvilke prøver, hvornår de kan prøveforberede sig med lærerstøtte, og hvornår de skal have undervisning. Der er ikke almindeligt skema, men undervisning i idræt på tværs, linjefagsaktivitet og praktisk/musiske fag.

## **Slutmål**

At eleverne gennemfører Folkeskolens 10. klasseprøve eller Folkeskolens afgangsprøve og har dygtiggjort sig fagligt og i mundtlig formidling og dialog.

## **Evaluering**

Mundtlig og skriftlig evaluering løbende.  
Eleverne modtager karakterer for de gennemførte prøver.

## **Omfang**

Daglig undervisning formiddag og eftermiddag for den enkelte elev, medmindre denne skal til prøve, og minimum 21 timer om ugen.

## **Outro og afslutning**

### **Formål**

At give eleverne en meningsfuld og mindeværdig afslutning på deres efterskoleår. Disse dage er designet til at skabe en følelse af samhørighed, hvor eleverne får mulighed for at reflektere over deres oplevelser og sige ordentligt farvel til hinanden og skolen.

## **Indhold**

Outroprogrammet strækker sig over i alt 7 dage og indeholder både elevernes sidste bliveweekend samt sidste dag med officiel afslutning for både elever, ansatte og forældre. Aktiviteterne i disse dage er planlagt



i samarbejde med elevrådet for at sikre, at de især afspejler elevernes ønsker og interesser. På programmet kan bl.a. være caféaften med fællessang og underholdning, tur ud af huset, nedpakning af værelser, idrætsaktiviteter, optrædener og teambuilding. Sidste aften på skolen er eleverne samlet til en hyggelig middag med indslag undervejs. Sidste skoledag er en officiel afslutning for både elever, ansatte og forældre.

### **Slutmål**

At eleverne har en følelse af at få sagt ordentligt farvel til hinanden og skolen. Et fokus på de sociale bånd og oplevelser, eleverne har haft i løbet af året, og som binder dem sammen i det store fællesskab.

### **Evaluering**

Evalueringen af outrodagene vil ske gennem feedback fra elever, lærere og eventuelt forældre. En vurdering af, om planlægning og gennemførelse har været tilfredsstillende i forhold til at skabe en god afslutning på året.

### **Omfang**

Undervisning og pædagogisk tilrettelagt samvær formiddag, eftermiddag og aften

### **Stillette og faglig støtte**

I stilletimen kl. 19-20 hver aften besøger tilsynslærerne værelserne og tilbyder lektiehjælp, eller den ene lærer arrangerer lektiecafé med målrettet faglig hjælp til mindre grupper af elever. Som elev kan man tilmelde sig lektiecaféen, fordi man ønsker faglig støtte, eller fordi man ønsker at samarbejde om en specifik opgave med elever, man ikke bor på værelse med. Man kan også have en aftale om, at man skal møde op, fordi man ikke har fået lavet lektier, eller fordi man har været ude af huset til kamp eller andet.

### **Uddannelsesvejledning**

En lærer og viceforstander forestår uddannelsesvejledningen og fordeler eleverne imellem sig. Vejlederne afholder minimum to vejledningssamtaler med hver elev med henblik på at hjælpe eleven til afklaring om valg af uddannelse og erhverv. Det er også vejlederen, der hjælper med at udarbejde en personlig studievalgportfolio.

Tidligt i skoleåret taler vejlederne med alle elever om deres individuelle mål for og ønsker til ungdomsuddannelse. Hvis enkelte elever har behov for ekstra fagligt fokus på nogle områder, samarbejder vejlederne med eleven, forældrene og lærerne om at planlægge en målrettet indsats for skoleåret med henblik på at understøtte elevens mulighed for at realisere sit mål om optagelse på ønskede ungdomsuddannelse.

Eleverne arbejder løbende med deres studievalgportfolio, og vejlederne informerer elever og forældre om deadline for ansøgningsfrist til ungdomsuddannelse.

I skoleåret kommer alle elever samtidigt på en uges brobygning på forskellige ungdomsuddannelser. Skolens vejledere sørger for tilmelding til brobygning i samarbejde med eleverne. Brobygningstilbuddene er placeret i umiddelbar nærhed af Idrætsefterskolen Klintsøgaard, som sørger for transporten. Hver dag efter brobygning kommer eleverne tilbage på efterskolen og deltager i linjefag og øvrige aktiviteter i løbet af ugen.

Efter brobygningsugen arbejder eleverne med obligatorisk selvvalgt opgave (oso) over én uges forløb. Her fungerer elevens kontaktlærer sammen med en anden lærer som vejledningsteam for eleven.

### **Pædagogisk virksomhed i forbindelse med kostskolearbejdet**



I løbet af skoleåret deltager eleverne i planlagte, målrettede og fremadskridende sociale aktiviteter, der inddrager dem i hele skolens dagligdag. Aktiviteterne er med til at styrke elevernes sociale kompetencer, samarbejdet, den personlige udvikling og sammenholdet i mindre og større grupper, såvel som hele fællesskab.

De pædagogiske aktiviteter bidrager overordnet til at opfylde efterskolens hovedsigte om livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse, og til at få eleverne til på egen krop at mærke betydningen af det forpligtende fællesskab. Et fællesskab, der er større end dem selv, og hvor 1 plus 1 er 3. Et fællesskab, hvor de som aktive og demokratiske mennesker oplever at være værdifulde og kunne gøre en forskel. Eleverne er indkvarteret på fire forskellige hovedområder og bytter værelse to gange i løbet af skoleåret. Dette ud fra et lodtrækningsprincip og en forventning om, at alle kan med alle. Ved evt. udfordringer følger kontaktlærer op med pædagogisk arbejde.

Formålet med værelsesbytte er at udvide elevernes horisont og forståelse af verden ved at møde og bo tæt med flere forskellige mennesker med hver deres baggrund, personlighed og interesser. Samtidig ønsker vi at styrke relationsdannelser på tværs af årgangen, således at også det store fællesskab bliver understøttet ved at eleverne får dannet flere relationer og styrket deres indbyrdes bånd.

### Dagsrytme

Der er undervisning hver dag i tidsrummet kl. 8 til kl. 18 kun afbrudt af spisepauser og kortere frikvarterer.

Kl. 7.10 er der morgenrengøring for nogle elever (turnus)

Kl. 7.10 møder køkkenholdet i køkkenet (turnus)

Kl. 7.10 - 7.20 kan man hente sin mobil på lærerværelset

Kl. 7.15 - 7.50 er der mødepligt til morgenmad

Kl. 9.30 - 9.50 er der formiddagspause med mulighed for en let servering

Kl. 12.25 - 13.10 er der mødepligt til frokost

Kl. 14.40 - 15 er der eftermiddagspause med mulighed for en let servering

Kl. 18.15 - 19 er der mødepligt til aftensmad

Kl. 19 - 20 er der stilletime/lektiecafé

Kl. 20 - 22 er der tilbud om lærerstyret aktivitet, mulighed for elevstyret aktivitet, mulighed for hygge og afslapning, eller en gang imellem obligatorisk aftenarrangement.

Kl. 21.15 er der mulighed for en let aftensservering

Kl. 21.45 skal alle elever aflevere deres mobil på lærerværelset

Kl. 22 - 22.30 er man enten på sit værelse eller til aftenrengøring (turnus)

Kl. 22.30 skal alle elever være i seng, og tilsynslærerne går rundt og siger godnat.

Kl. 23 skal der ro på skolen, og man skal blive på sit eget værelse til kl. 7.20

### Weekender

Senest mandag til frokost skal eleverne give besked om, hvorvidt de er på skolen eller hjemme i kommende weekend.

Weekender går fra fredag kl. 15.35 til søndag aften i tidsrummet kl. 19 til 22.

Eleverne kan vælge at være på skolen i alle weekender, men kan i de fleste weekender også vælge at tage hjem. Vælger man at være på skolen, skal man deltage i de obligatoriske aktiviteter og tjanser, lige som man opfordres til også selv at tage initiativ til aktiviteter, som tilsynslærerne kan medvirke til at understøtte. Udover det vil der også være tid til hygge og afslapning.

Som udgangspunkt vælger man for hele weekenden, om man er på skolen, eller om man er hjemme. Dog kan der gives fri i nogle få timer til kampe for at støtte foreningslivet og elevens tilknytning til dette.

Omkring fire weekender om året er der bliveweekend, hvor man skal være på skolen, og endelig er der power-weekender, hvor man på forhånd ved, at der vil være et ekstra højt aktivitetsniveau, typisk med temaarrangement.



## **Praktisk arbejde**

### **Køkkenarbejde**

Eleverne deltager ca. 2 x 3 dage om året, i 4-mandsgrupper, i madlavning og andet køkkenarbejde. I samarbejde med køkkenpersonalet har de ansvar for at lave maden og sørge for, at alle på skolen får en sund og næringsrig kost i forhold til deres høje aktivitetsniveau. Der er mødepligt til de tre hovedmåltider.

### **Formål**

At eleverne får indsigt i og erfaring med behandling og tilberedelse af sunde, gerne lokale fødevarer. Lærer om hygiejne, og opnår bevidsthed om årstidens råvarer og det at tilberede alt fra bunden. At undgå madspild for såvel bæredygtighedens som økonomiens skyld. At de også opnår varieret erfaring med fremstilling af sund og lækker vegetarisk kost, som indtages flere gange om ugen. At medvirke til at skabe sunde, bæredygtige kostvaner med henblik på sundhed og livskvalitet.

### **Indhold**

Eleverne introduceres løbende til ovennævnte områder, de hjælper med at tilberede dagens tre hoved- og mellemmåltider; fx bagning af langtidshævede boller, surdejsbrød, tilberedning af salater eller andet grønt, borddækning, rengøring af spisesal, opvask, præsentation af maden for elever og medarbejdere i spisesalen. Også i weekenderne hjælper eleverne på skift med at lave mad og vaske op.

### **Slutmål**

At have opnået praktisk erfaring med tilberedelse af sunde måltider. At være bevidst om bæredygtighed, årstidens råvarer - gerne lokale. At have fået erfaring med tilberedning af vegetarisk kost og at have videreudviklet sunde, bæredygtige kostvaner.

### **Evaluering**

Formativ evaluering med individuel og fælles feedback og -forward. Løbende mundtlig evaluering af arbejdet.

### **Omfang**

Elever er i køkkenet i nedenstående tidsrum inkluderet spisepauser

kl. 7.00 - 9.30

Kl. 10.30 - 14

Kl. 17.30 - 20

Kl. 21.00 - 21.15

Kl. 21.45 - 22.0

### **Rengøring**

#### **Formål**

At eleverne lærer at gøre rent, så de også selvstændigt kan stå for det og opleve et indbydende, sundt og rart indendørsmiljø. At de bliver bevidste om, at de gennem egen adfærd og løbende oprydning efter sig selv kan bidrage til, at vi på skolen har behagelige og hjemlige rammer at være i.

#### **Indhold**

Oplæring i rengøring af værelser og fællesområder foregår i introdagene, hvor eleverne lærer, hvor der er klude, svampe og rengøringsmidler, og hvilke redskaber og produkter der skal bruges til hvilke områder. Når hverdagen er i gang, introduceres eleverne igen til dagligdagens rytme med daglig morgen- og



aftenrengøring på fællesområder samt værelsesrengøring om fredagen. Rengøringsassistent, pedel og lærere følger op på dette.

### **Slutmål**

At eleverne har indsigt i rengøring og viser, at de kan rengøre såvel private som fælles områder med brug af de rigtige remedier. Er opmærksomme på og sørger for udluftning på værelserne. Løbende i dagligdagen medvirker til at skabe et sundt og hjemligt opholdsmiljø.

### **Evaluering**

Formativ evaluering med individuel og fælles feedback og -forward. Løbende mundtlig evaluering af arbejdet.

### **Omfang**

I turnus af 3-4 måneder har alle elever ansvar for rengøring af et fællesområde dagligt mandag til fredag. Værelsesrengøring 45 minutter om ugen.

### **Rundvisninger**

Tre-fire gange om året står eleverne for at lave rundvisninger til interesserede og evt. kommende elever og deres familier. Det sker ved Efterskolernes Dag, Efterskolernes Aften og infoaften for kommende elever. Desuden vil mange elever opleve, at de i løbet af året laver rundvisninger til elever og familier, der ikke har mulighed for at komme til skolen på de to førnævnte dage.

### **Elevråd**

I løbet af den første måned, hvor eleverne begynder på skolen, etableres et elevråd med hjælp fra to lærere. Alle interesserede elever har mulighed for at stille op. I opstarten holdes elevrådsmøder hver 14. dag, derefter hver måned resten af skoleåret, men der er altid mulighed for flere elevrådsmøder efter behov. Eleverne inddrages løbende i planlægningen af dagligdagens pædagogiske aktiviteter som storgruppearrangementer, fællesarrangementer, foredrag, julemiddag, projekter, idrætsdag, outrouge, etc., ligesom de altid kan tage emner op til videre drøftelse på lærermøde.

### **Kontaktgrupper**

Eleverne er inddelt i kontaktgrupper på 9-10 personer, som har ugentlig kontaktgruppetid. Her arbejdes bl.a. med Me&We og samarbejdsøvelser/refleksioner, der bidrager til elevernes sociale liv, fællesskabet og ud fra et overordnet perspektiv til livsoplysning og demokratisk dannelse.

I kontaktgruppetiden drøftes også aktuelle temaer vedrørende efterskolelivet. Det kan fx være om betydningen af skolens retningslinjer, omgangstonen, kropssprog, og hvad der ligger i "gensidig hensyntagen" eller "forpligtende fællesskab".

Der holdes storgruppemøde på tværs af 2-3 kontaktgrupper og planlægges storgruppearrangement fire gange årligt for alle elever på skolen. Eleverne er med i planlægning og afvikling af disse arrangementer samt med til evalueringen.

Kontaktgruppetid medgår til opfyldelse af kravet om fem hele undervisningsdage.

Udover kontaktgruppetiden afholder alle lærere systematisk individuelle samtaler med eleverne gennem skoleåret.

### **Tilsyn**

Tilsynslærerne står for afvikling af måltider; morgenmad, frokost og aftensmad.

Morgenvagten orienterer sig i vagtbogen og følger op på, at alle elever møder til morgenmad kl. 7.30, registrerer evt. syge elever og tager kontakt til forældre, hvis der er behov for, at eleven skal hjem.



Registrerer også elever, der evt. sover over sig. Afvikler måltidet.

Frokostvagten orienterer sig i vagtbogen og følger op på, at alle elever møder til frokost,, tilser evt. syge elever og tager kontakt til forældre, hvis der er behov for, at eleven skal hjem. Cirkulerer i spisesalen, hjælper køkkeneleverne med overblik, præsentation af maden og opfølgning på buffeten. Afvikler måltidet og styrer slagets gang ved meddelelser.

Aftenvagten starter kl. 18 med at låse af til cykelstalden og sætte alarm på. Orienterer sig i vagtbogen og følger op på, at alle elever møder til aftensmad. Cirkulerer i spisesalen, hjælper køkkeneleverne med overblik, præsentation af maden og servicering. Styrer slagets gang ved elev- og lærermeddelelser, tilbyder mindst én aftenaktivitet eller et obligatorisk fællesarrangement. Opmuntre til og understøtter elever til at tage initiativ til at planlægge og stå for aktiviteter.

Kl. 19 - 20 er der stilletime, hvor aftenvagterne går rundt og tilbyder lektiehjælp eller tilbyder lektiecafé med henblik på faglig støtte til elever, der har brug for det.

Mellem kl. 20 - 22 er der tilbud om aftenaktivitet, ligesom lærerne cirkulerer på skolen.

Mindst én tilsynslærer står sammen med køkkeneleverne for aftensservering i spisesalen kl. 21.15.

Kl. 22 sørger tilsynslærerne for, at alle elever kommer på værelserne med undtagelse af de få elever, som har aftenrengøring, der tjekkes af aftenvagten.

Kl. 22.30 går lærerne rundt på værelserne og siger godnat og tilser, at alle elever er på skolen, eller er registreret i vagtbogen.

Den ene aftenvagt fortsætter som tilsynsvagt kl. 23 - 07, hvor der tages hånd om evt. syge elever eller andet akut.

### **Specialundervisning**

Skolen har ikke tradition for specialundervisning.

Eleverne tilbydes generelt hjælp i form af undervisningsdifferentiering, faglig støtte i stillestunden hver aften og App-writer.

### **Elevernes udbytte af undervisningen**

Lærernes evaluering af elevernes udbytte af undervisningen er en integreret del af deres undervisningspraksis. Ud over fire skriftlige afleveringer svarende til hele skriftlige prøveopgaver vil der hovedsageligt være tale om formativ evaluering, hvor læreren undervejs giver feedback og -forward, der understøtter læring, opfyldelse af mål og fokus på videre læring og udvikling.

Evalueringen danner baggrund for tilrettelæggelsen af undervisningen og tilpasning ift. den enkelte elevs læringsudbytte. Den formative evaluering kan støtte undervisningen af en differentieret undervisning og baserer sig bl.a. på:

- Observationer af elevernes arbejde sammenholdt med lærer noter.
- Dialog med klassen, grupper, enkelte elever i undervisningssituationen.
- Elevfremstillede produkter – skriftligt eller i form af elevoplæg - virtuelle som fysiske.
- Video- og lydoptagelser – til elevens egen evaluering.

Der vil også i mindre grad, i nogle fag, forekomme summative evalueringer med henblik på at afgøre, om der er opnået en minimumskompetence inden for visse afgrænsede områder.

Uanset evalueringens udtryk og ramme skal den ses og opleves som potentiale for udvikling og læring for den enkelte elev.

Herudover gives der i de prøveforberedende fag skriftlige og mundtlige standpunktskarakterer og årskarakterer, som udleveres til eleven og sendes til forældrene.





Endelig er der minimum tre årlige møder med forældrene. Det første i september, hvor der dels er møde med kontaktlærer og 9-10 forældrepar og endvidere mulighed for individuel samtale mellem kontaktlærer og forældre efterfulgt af fællesspisning og fællesarrangement. Det andet møde ligger i november, hvor elev og forældre inviteres til individuel samtale med faglærere og/eller kontaktlærer om elevens faglige, personlige og sociale udvikling. Det tredje ligger i foråret, hvor der igen er møde mellem kontaktlærer og kontaktførelde i den lille gruppe efterfulgt af mulighed for individuel samtale og deltagelse i fællesarrangement. Alle tre møder er kendetegnet ved et meget stort fremmøde.

Skolen foretager regelmæssigt evaluering af skolens samlede undervisning og udarbejder en plan for opfølgning på evaluering. Nyeste resultat og opfølgingsplan kan ses på skolens hjemmeside <https://klintsoegaard.dk/praktisk/>. Samme sted findes også skolens selvevaluering.

### **Afbrydelse af ophold**

Der er generelt meget få elever, der forlader skolen undervejs inden skoleårets afslutning, men skulle dette være tilfældet, sørger skolen for underretning af elevens hjemkommune.

### **Afgangsprøver**

Elev kan indstille sig til 10. klasse-prøve (eller folkeskolens afgangsprøve) efter bestemmelserne i folkeskoleloven. For prøveperioden laves særskilt skema, hvor alle elever har undervisning formiddag og eftermiddag efter gældende regler

Underskrift

Bestyrelsesformand Stefan Ladeby