

Indholdsplan

Ølgod

Efterskole

Redigeret juli 2025

Indholdsfortegnelse

0.1) Skolens hovedsigte	4
0.2) Livsoplysning	5
0.3) Folkelig oplysning	5
0.4) Demokratisk dannelse	5
1.14) Samling hver morgen fra 7.45-8.00	9
1.15) Sangtime	10
1.1) Dansk, prøveforberedende til FP9 og FP10	11
1.2) Dansk 8. klasse	14
1.3) Matematik - prøveforberedende til FP9 og FP10	14
1.4) Matematik 8. klasse	15
1.5) Engelsk – prøveforberedende til FP9 og FP10	15
1.6) Engelsk 8. klasse	16
1.7) Fysik/kemi FP9	17
1.8) Fysik/kemi i 8. klasse	18
1.9) Fysik/kemi 10 kl.	18
1.10) Biologi, prøveforberedende til FP9	19
1.11) Geografi, prøveforberedende til FP9	20
1.12) Historie, prøveforberedende FP9	21
1.12) Samfundsfag, prøveforberedende til FP9	22
1.13) Kristendomskundskab, prøveforberedende til FP9	24
1.14) Tysk, prøveforberedende til FP9 og FP10	24
2) Bevægelsesfag	27
2.2) Idræt, 9.kl	27
2.3) Gymnastik	27
4.7) Gymnastikdage	28
2.4) Kontaktgruppe	28
4) Øvrige arrangementer	33
4.1) Brobygning	33
4.2) Bedsteforældredag	33
4.7) Gymnastikdage	34

5) Rejseuger	35
5.1) Ski lejrskole.....	35
6) Liniefagsbeskrivelser	37
6.1) Adventure.....	37
6.2) Fodbold.....	38
6.3) Medie	39
6.4) Musik.....	41
6.6) Spring.....	43
Forventninger.....	43
Træn, træn, træn.....	43
Uddannelse.....	43
6.7) Rytmisk Gymnastik og dans.....	44
6.8) E-Sport	45
6.9) Ridning.....	46
8) Vejledning	48
Særlige pædagogisk tilrettelagte dage.....	49
4.3) Intro.....	49
4.4) Outro uge.....	50

Folkeoplysning og Demokratiskdannelse

0.0) Indledning

Med udgangspunkt i skolens vedtægter samt gældende lovgivning har Ølgod Efterskole formuleret følgende indholdsplan.

0.1) Skolens hovedsigte

Som efterskole er vi forpligtet på at tilbyde undervisning og samvær, hvis hovedsigte er livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse. Skolen skal gennem sit tilbud af undervisning og samvær bidrage til elevens eksistentielle-, kulturelle- og politiske dannelse; – dette skal ske i overensstemmelse med skolens værdigrundlag. Skolen tilbyder et samlet særligt undervisningstilbud.

Skolens undervisning sigter på at fremme elevens personlige udvikling. Det sker gennem

- Oplevelser, som giver stof til eftertanke og refleksion

- Udfordringer, som kræver initiativ, mod og ansvarsfølelse
- Samtale, diskussioner og opgaver, som træner tolerance og accept af forskellighed

Vi lægger vægt på, at eleverne udvikler evne og vilje til at deltage i det sociale liv. Vi vil hjælpe eleven med at skabe overblik og gennemskuekonsekvenser af egne valg og handlinger. Skolegangen kræver den enkeltes personlige engagement, hvilket medvirker til øvelse i håndtere demokrati i hverdagen.

0.2) Livsoplysning

I alle skolens fag arbejdes der med emner og begreber, som handler om mennesket og dets livsvilkår. Ud af undervisningssituationen springer så at sige samtalen. Der stilles spørgsmål fra eleven, – det ene ord afløser det andet, fordi interessen hos eleven vækkes. Lærer og elever er på opdagelse sammen, fordi samtalen fører/kan føre mange steder hen. Undervisningen og det pædagogiske samvær på skolen åbner og giver mulighed for, at der sættes fokus på menneskelivet. Det handler om, at læreren griber situationen, hvor emnet betyder noget for en elev eller to, nu og her, og derfor åbner for forestillinger hos eleven. Læreren skal altid have målet med undervisningen for øje, men der kan være mange veje at nå til målet. Livsoplysningen opstår, når tilværelsen kommer til drøftelse, og med udgangspunkt i elevens erfaringer bliver undersøgt med ord, fag og handlinger. Eleven støttes i at skabe overblik, herunder at forstå og gennemskue afledte konsekvenser af egne valg og handlinger.

0.3) Folkelig oplysning

I undervisning såvel som i det pædagogisk tilrettelagte samvær indgår eleven i fællesskaber på skolen, som afspejler samfundet som helhed. Der arbejdes med, at eleven møder udfordringer med hensyn til at agere i forhold til andre. Alene i kraft af skolefællesskabet spejles eleven på og i egne sine handlinger og lærer herigennem, at korrigere adfærd i forhold til gældende normer for almindelig gængs omgang med andre.

Skolefællesskabet tager bevidst udgangspunkt i ,at udvikle elevens medansvar i forhold til et positivt og udbytterigt samspil med andre. Overordnet set ,arbejder skolen for at udvikle elevens sociale kompetencer og handlekompetencer.

0.4) Demokratisk dannelse

Skoledagen fordrer den enkeltes personlige engagement. I undervisningen såvel som i det pædagogisk tilrettelagt samvær præsenteres eleven for valg, der kræver stilling tagen. Herved trænes de unge i de demokratiske principper, der gælder i et samfund som det danske. Eleverne opmuntres og støttes til at øve sig i demokratiets muligheder bl.a. gennem elevrådsarbejde. Eleverne inddrages i beslutninger i forhold til indretning af lokaler, samt udformning af "spilleregler" i omgangen med skolens ting. Oplevelsen af at blive hørt, udvikler engagerede elever, med lyst og engagement til at handle til det fælles bedste.

Elevinddragelse i dagligdagen

Eleverne inddrages i det daglige arbejde, gennem bl.a. elevråd, fokusgrupper omhandlende relevante emner og praktiske opgaver.

0.6)Køkken

På Ølgod Efterskole har vi fokus på bæredygtighed og den korte afstand, fra jord til bord.

Med det som mål for øje, har vi anlagt køkkenhave og orangeri, hvor eleverne inddrages i dyrkning af råvarer, der anvendes direkte i skolens køkken.

En af de store "syndere" i bæredygtighedssnakken er kødproduktion. Derfor med blik for bæredygtighed, er der fra sommeren 2022 sat mål om nedbringelse af den kødmængde, der anvendes i dagligdagen.

Den daglige kost vil flere gange om ugen være erstattet af grønsagsbaserede retter.

Skolen har udarbejdet et madmanifest, som køkkenets arbejde tager udgangspunkt i:

Madmanifest for Ølgod Efterskole

1.januar 2020 skete der en omstilling mod et sundere og mere økologisk køkken.

Processen har været opdelt i trin, der nu er udrullet med få ændringer.

Der arbejdes ud fra følgende kodex:

Der ændres på alle måltider, mod et sundere og mere kostpyramide rigtigt kost .

Vi fremstiller så meget som muligt i køkkenet, herunder også det brød vi spiser.

Mest synlige fikspunkter:

Kun en formiddags og eftermiddags buffet: Her spiser vi sammen både voksne og unge

1 kød fri dag og en suppe dag.

Elever deltager i madlavningen og er ikke "opvaskere".

Udtrykket "du er i køkkenet" ændres til "du har køkkentjansen".

Køkkenpersonalet arbejder bevidst på at inddrage elever i alle arbejdsopgaver.

Vi ved hvad der er sund kost og snack, derfor stilles der altid sunde mellemmåltider til rådighed.

Hver uge vil 4 elever deltage i køkkentjansen, hvor de vil være fritaget fra det almene skema. Her vil de indgå som en del af køkkenpersonalet og assistere i alle arbejdsopgaver. Formålet med køkkentjansen er at introducere de unge for fremstilling af sund og alsidig kost, råvarer og arbejdsopgaver i et køkken. Elevernes deltagelse skal fremme forståelse for anvendelse af råvarer, med særlig blik på bæredygtighed.

Alle elever indgår i skoleårets køkkentjans.

0.5) Rengøring

Formål:

Eleverne står for rengøringen af elevværelser og fløje. Formålet er at sikre, at eleverne lærer at gøre rent.

Indhold:

I introugen instruerer fløjlærerne eleverne i rengøring.

Der foretages daglig rengøring i huset, hvor der er afsat 15 minutter. Hver fredag er der afsat 45 minutter til fløj- og værelsesrengøring.

Fløjlærerne er rengøringsansvarlige og udarbejder en mindstestandard for rengøringen på Ølgod Efterskole. I fællesskab med eleverne organiserer og beslutter lærerne, hvordan der skal gøres rent i det enkelte hus. Lærerne deltager i rengøringen.

Lærerne tjekker rengøringen dagligt. Kontaktlæreren følger op med de enkelte elever.

Mål:

At skabe mulighed for tilegnelse af alm. færdigheder så som rengøring.

0.6) Elevråd

Der gives mulighed for nedsættelse af et elevråd i forbindelse med skolestart.

Elevrådet består af 1 medlem fra hvert undervisnings stamhold. Elevrådet har mulighed for at få en repræsentant i skolens bestyrelse.

Folkeoplysning og Demokratiskdannelse

1.14) Samling hver morgen fra 7.45-8.00

Formål:

Formålet med samlingerne er at oplive og oplyse eleverne om diverse relevante emner. Samt opleve fællesskabet gennem morgensang.

Indhold:

Som udgangspunkt er samlingen en lyttetime, hvor læreren snakker og eleverne lytter. Indimellem vil det være relevant at bringe elevernes egen viden frem og inddrage dem i en diskussion om dagens emne.

Der kan fortælles en god historie, - fiktiv eller fra det virkelige liv. Der tages ofte fat i relevante emner, som rører sig i elevflokket eller i dagens Danmark.

Fortællertimen vil i mange tilfælde overlappende andre fag som dansk, historie, religion osv.

Emner som kan inddrages i fortællertimen:

- Etik/moral
- mobning
- hvad kan jeg blive
- livshistorier

- "gamle dage"
- klima/miljø
- andre kulturer
- ungdomskulturer

Der synges efter højskolesangbogen ved samlingerne.

Mål:

At eleverne tilegner sig en basisviden om diverse områder. At eleverne lærer noget fra andres erfaringer, oplevelser eller livshistorier.

1.15) Sangtime

Formål:

Formålet med sangtime er, at eleverne kommer til at kende til den danske sangskat og oplever glæden ved at synge sammen.

Indhold:

Hver uge har eleverne en sangtime, hvor alle synger sammen. Eleverne bliver præsenteret for et bredt udsnit af hovedsaglig danske, men også udenlandske sange i flere forskellige genrer. Nogle sange øves linje for linje, hvis det skønnes at kun få kender sangen i forvejen, men de fleste sange synges der bare med på. Vi tager udgangspunkt i Højskolesangbogen og supplerer med forskellige andre sange, som udleveres og sættes i mappe fra gang til gang. Vi lægger vægt på, at eleverne kommer til at kende gode traditionelle sange, morgensange, folkelige sange, fædrelandssange og ikke kun de mest populære sange.

Mål:

- at eleverne bliver bedre til at synge
- at eleverne oplever fællesskab ved at synge sammen
- at eleverne lærer at følge en sangdirektion og prøver at optræde for andre
- at de føler de kender et bredt udvalg af gode danske sange, da det er en stor del af det at være dansk

BOGLIGE FAG

1.1) Dansk, prøveforberedende til FP9 og FP10

Formål:

Formålet med undervisningen i dansk er at fremme elevernes oplevelse af sproget som en kilde til udvikling af personlig og kulturel identitet, der bygger på æstetisk, etisk og historisk forståelse.

Undervisningen skal fremme elevernes lyst til at bruge sproget personligt og alsidigt i samspil med andre.

Eleverne skal styrke deres bevidsthed om sproget og udvikle en åben og analytisk indstilling til deres egen tids og andre perioders udtryksformer. De skal opnå udtryks- og læseglæde og øge deres indlevelse og indsigt i litteratur og anden fiktion.

Undervisningen skal give eleverne adgang til det nordiske sprog- og kulturfællesskab.

Indhold:

Det talte sprog

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

- bruge talesproget sikkert og varieret i samtale, samarbejde og diskussion
- udtrykke sig med personlig sikkerhed og selvstændighed
- fremlægge og formidle stof med indsigt i, hvilken form der passer til situationen, og hvilke
- hjælpemidler der bedst støtter hensigten

- udtrykke fantasi, følelser, tanker, erfaringer og viden i en sammenhængende og veldisponeret form
- bruge kropssprog og stemme som udtryksmiddel afpasset efter genre og kommunikationssituation
- lytte aktivt og forholde sig åbent, analytisk og vurderende til andres mundtlige fremstilling i samtale og dialog

Det skrevne sprog - læse

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

- læse sikkert og med passende hastighed i både skønlitterær og faglig læsning
- benytte varierende læsemåder afpasset efter formålet - oversigtslæse, punktlæse og nærlæse
- fastholde det væsentlige i en tekst ved hjælp af understregning, mindmap, referat, resumé og notater
- læse op
- Det skrevne sprog - skrive
- Undervisningen skal lede frem mod, at eleverne har tilegnet sig kundskaber og færdigheder, der sætter dem i stand til at vælge den fiktive eller ikke-fiktive genre, der passer bedst til skriveformålet
- skrive til en defineret modtager som fx offentlige myndigheder og private virksomheder
- skrive sammenhængende, sikkert og varieret om fantasi, følelser, tanker, erfaringer og viden i en form, der passer til situationen
- skrive refererende, beskrivende, berettende, kommenterende, argumenterende og reflekterende
- indsamle stof, skabe sig overblik og disponere et indhold på en måde, der fremmer hensigten med kommunikationen
- styre skriveprocessen selvstændigt fra idé til færdig tekst
- forholde sig til formel sproglig korrekthed og variation i egne og andres tekster
- bruge ordbogens opslagsdel og indholdsdel og bruge stavetkontrol og autokorrektur på computer
- bruge nyt afsnit, sætte tegn og markere replikker i egne tekster med sikkerhed
- layoute og bruge billeder i egne tekster, så det fremmer tekstens kommunikation
- skrive en læselig, personlig, rytmisk håndskrift med passende hastighed eller skrive på computer med hensigtsmæssig skriveteknik
- give respons på andres tekster og modtage respons på egne tekster
- bruge færdigheder og erfaringer fra responsarbejdet bevidst ved individuelt arbejde
- bruge skrivning bevidst og reflekterende som hjælpemiddel i andre sammenhænge som logbog og hurtigskrivning og i forbindelse med notatteknik
- Sprog, litteratur og kommunikation

- Undervisningen skal lede frem mod, at eleverne har tilegnet sig kundskaber og færdigheder, der sætter dem i stand til at
- bruge og gøre rede for sproget som middel til konfliktløsning, overtalelse, underholdning,
- argumentation, manipulation, formidling af viden samt sprogets poetiske funktion
- gøre rede for samspillet mellem sprog, tekst, genre, indhold og situation
- forholde sig analytisk og vurderende til sprog, sprogbrug og sprogrigtighed i deres egne og andres tekster
- vise indsigt i og gøre rede for betydningen af sproglige virkemidler og bruge dem bevidst
- vise indsigt i forskellige sætningstyper og sætningsled samt ordklasserne og deres funktion i sproget
- anvende viden om litteraturens foranderlighed gennem tiderne og om, at litteraturen afspejler den tid, den er blevet til i
- kende til det danske sprogs udvikling og mangfoldighed
- vurdere og perspektivere værdier og værdiforestillinger i andres udsagn samt i tekster og andre udtryksformer fra forskellige tider
- deltage aktivt i valg af stof, herunder nyere og ældre litteratur, som har betydning for deres egen personlige udvikling
- fortolke, vurdere og perspektivere tekster og andre udtryksformer ud fra såvel umiddelbar oplevelse som analytisk fordybelse
- vise indsigt i forskellige genrer og deres blandingsformer inden for fiktion og ikke-fiktion
- gøre rede for genre, kommunikation, komposition, fortælleforhold, fremstillingsform, tema og motiv, sprog og stil samt meningen i tekster og andre udtryksformer selvstændigt og i samspil med andre
- forholde sig til tekster og andre udtryksformer, herunder samspillet mellem litteraturen og andre kulturudtryk, og til litteraturens og forskellige mediers stilling i samfundet og betydningen for den enkelte og for fællesskabet
- udtrykke sig i billeder, lyd og tekst i såvel enkle som mere komplekse produktioner i en form, der passer til situationen, samt i dramatisk form
- søge informationer på forskellige måder og i forskellige medier samt vælge den informationskilde, der er mest hensigtsmæssig

Mål:

Da faget er prøveforberedende og står mål med folkeskolens prøveforberedende undervisning, henvises der til <http://www.faellesmaal.uvm.dk> for fagets slutmål. Faget er obligatorisk.

1.2) Dansk 8. klasse

Formål:

Formålet med danskundervisningen er:

- at udvikle elevernes læse-, stave- og evt. sprogevner
- at styrke deres selvværd
- at gøre dem bedre rustet til at gennemføre et uddannelsesforløb
- at gøre dem i stand til læsemæssigt at følge med i dagligdagens samfundsmæssige forhold
- at blive klar til at følge 9. klasses pensum med den efterfølgende prøve

Indhold:

Arbejde med:

- læsestrategier
- læseforståelse
- frie skriftlige opgaver

Der anvendes såvel skønlitterære som faglige tekster samt dagligdags tekster som eksempelvis aviser og ugeblade.

Mål:

At forbedre sine kundskaber i dansk.

1.3) Matematik - prøveforberedende til FP9 og FP10

Formål:

Formålet med undervisningen er, at eleverne bliver i stand til at forstå og anvende matematik i sammenhænge, der vedrører dagligliv, samfundsliv og naturforhold. De skal kunne analysere og argumentere matematisk i arbejdet med forskellige emner og problemstillinger.

Indhold:

Undervisningen tilrettelægges, så eleverne opbygger matematisk viden og kunnen ud fra egne forudsætninger. Selvstændigt og i fællesskab skal eleverne erfare at matematik er et redskab til problemløsning og et kreativt fag. Undervisningen skal fremme nysgerrigheden, fantasien og indlevelsen.

Den daglige undervisning skal sikre at eleverne kan leve op til målene beskrevet i faghæftet matematik.

Undervisningen vil være tavlegennemgang, individuelt arbejde samt arbejde i grupper.

Emner:

- Matematik i anvendelse
- Økonomiske forhold
- Matematik som beskrivelsesmiddel

- Sandsynlighed og kombinatorik
- Faglige begreber og metoder
- Funktioner
- Ikke lineære sammenhænge
- Geometriske beskrivelser
- Statistiske beskrivelser

Der evalueres ved 2 årlige 4-timersprøver.

Mål:

Da faget er prøveforberedende og står mål med folkeskolens prøveforberedende undervisning, henvises der til <http://www.faellesmaal.uvm.dk> for fagets slutmål. Faget er obligatorisk.

1.4) Matematik 8. klasse

Formål:

Formålet med undervisningen er at fastholde og forbedre elevens regnemæssige og matematiske færdigheder, samt at give eleven tro på "at kunne matematik".

Indhold:

Grundlæggende regnemæssige færdigheder i:

- Geometri
- Problemregning
- Matematikken omsat til praktisk anvendelse

Materialer og metoder:

Materialerne hentes typisk fra gængse matematiksystemer, bøger og opgaver fra kommende uddannelsessteder (teknisk skole samt handelsskolen), It-baserede undervisningsprogrammer og selvproducerede materialer.

Undervisningen tager udgangspunkt i den enkelte elevs funktionsniveau og særlige vanskeligheder.

Mål:

At forbedre sine kundskaber i matematik og blive klar til prøvekrav i 9. klasse.

1.5) Engelsk – prøveforberedende til FP9 og FP10

Formål:

Formålet med undervisningen er, at videreudvikle elevens kommunikative kompetencer; såvel skriftligt som mundtligt, således at eleven er i stand til at afslutte 9. eller 10. klasse med prøve.

Indhold:

Undervisningen er emnebaseret, således at væsentlige aspekter af den engelsktalende verdens mangfoldige kulturer og samfundsforhold inddrages og er med til at underbygge elevens forståelse af det engelske sprogs nuværende udbredelse og anvendelse.

Gennem arbejdet med forskellige skønlitterære og faglitterære genrer, som noveller, uddrag af romaner, poesi, avisartikler, almen faglitteratur og gennem lytteøvelser i form af radioudsendelser, musik og film maksimeres elevens kendskab til og bevidsthed om det engelske sprogs grundlæggende strukturer og den engelske sprogbrug, således at eleven kan fremsætte egne synspunkter og indgå aktivt i en diskussion om et givent, relevant emne.

Gennem de skriftlige afleveringer opøves elevens evne til at udtrykke sig præcist og nuanceret om relevante emner og abstrakte begreber, der har betydning for og berøring med de engelsksprogede landes egenart, ungdomskulturer eller andre centrale emner.

Undervisningen foregår i videst mulige omfang på engelsk, gennemgangen af grammatiske emner undtaget.

Tilrettelæggelsen af undervisningen bliver foretaget med største mulig hensyntagen til den enkelte elevs evner og kompetencer. Det vil sige at undervisningen tager udgangspunkt i den enkelte elevs faglige niveau. Eleverne er fra skolestart med til at bestemme hvilke overordnede emner, der arbejdes med i løbet af skoleåret, ved dette menes at eleverne får medbestemmelse og derved forøget motivation. Tillige er engelskundervisningen tilpasset så den indfrier seneste krav fra *Fælles Mål*.

Mål:

Målet med undervisning er, at eleven bliver i stand til at forstå læst og talt engelsk, samt beherske den basale fonetik og intonation og opnå et relevant ordforråd, som sætter eleven i stand til at udtrykke sig nuanceret gennem elevoplæg, almen samtale og længere fremlæggelser.

Da faget er prøveforberedende og står mål med folkeskolens prøveforberedende undervisning, henvises der til <http://www.faellesmaal.uvm.dk> for fagets slutmål.

Faget er obligatorisk.

1.6) Engelsk 8. klasse

Formål:

At eleverne udvikler deres engelske sprogkunderskaber både skriftligt og mundtligt.

Indhold:

- Grammatikøvelser

- Korte film
- Lytteøvelser
- Enkle tekster på engelsk
- Træning i at tale på engelsk

Mål:

At eleverne bliver i stand til at klare sig på engelsk - både mundtligt og skriftligt. At eleverne forberedes på prøvekravene i 9. klasse.

1.7) Fysik/kemi FP9

Formål:

- at eleverne tilegner sig viden om fysiske og kemiske forhold og udvikler naturvidenskabelige
- arbejdsmetoder og udtryksformer, samt at eleverne øger deres viden om og forståelse af den verden de selv er en del af
- at elevernes interesse og nysgerrighed overfor naturfænomener stimuleres, at eleverne opnår tillid til egne muligheder for at forholde sig til problemstillinger med naturvidenskabeligt indhold af betydning for den enkelte og samfundet
- at bidrage til elevernes evne til at tage medansvar og få indflydelse på brugen af naturressourcer og teknik, lokalt såvel som globalt.
- at give eleverne mulighed for at erkende naturvidenskab og teknik som en del af vor kultur og vort verdensbillede

Indhold:

Undervisningen vil veksle mellem samtaler på klassen, korte læreroplæg og praktiske eller teoretiske øvelser med tilknytning til det stof, der arbejdes med. I forbindelse med disse øvelser lægges der i videst muligt omfang vægt på par- eller gruppearbejde og den deraf følgende dialog imellem eleverne. Af praktiske årsager vil øvelserne dog enkelte gange være fælles demonstrationsforsøg, der udføres af læreren. Der lægges vægt på at gøre indholdet af undervisningen relevant for elevernes hverdag, samtidig med at det tilstræbes at give eleverne forståelse af, at de enkelte problemstillinger indgår i en større sammenhæng.

Materialer:

Der vil tages udgangspunkt i allerede udarbejdede bøger og øvelsesvejledninger, men ofte suppleres dette med tekster og øvelser fundet andre steder, samt øvelser udarbejdet eller tilpasset til klassen af læreren.

Mål:

Da faget er prøveforberedende og står mål med folkeskolens prøveforberedende undervisning, henvises der til <http://www.faellesmaal.uvm.dk> for fagets slutmål.

Faget er obligatorisk og prøveforberedende.

Faget samlæses med biologi og geografi under faget Natur.

1.8) Fysik/kemi i 8. klasse

Formål:

- at træne eleverne i at arbejde undersøgende og videnskabeligt
- at bygge på deres grundviden omkring almindelige fysiske fænomener i hverdagen.

Der arbejdes ud fra Fælles Mål.

Indhold:

- Grundstoffer
- Det periodiske system
- Kemisk binding
- Elektricitet/spændingsrækken/elektronik
- Naturens kredsløb
- Syrer og baser
- Salte og metaloxider
- Alkohol
- Magnetisme
- Årstiderne (sol/måne)
- Vedvarende energi
- Affald
- Navigation (GPS)

Mål:

At eleverne opnår kompetencer og viden indenfor fysik/kemi, så de er rustet til at fortsætte med 9. klasses pensum.

Faget samlæses med biologi og geografi under faget Natur.

1.9) Fysik/kemi 10 kl.

Eleverne skal i faget fysik/kemi udvikle naturfaglige kompetencer og dermed opnå indblik i, hvordan fysik og kemi – og forskning i fysik og kemi – i samspil med de øvrige naturfag bidrager til vores forståelse af verden. Eleverne skal i fysik/kemi tilegne sig færdigheder og viden om grundlæggende fysiske og kemiske forhold i natur og teknologi med vægt på forståelse af grundlæggende fysiske og kemiske begreber og sammenhænge samt vigtige anvendelser af fysik og kemi.

Kompetencemål:

Kompetenceområde	Efter 10. klassetrin
Undersøgelse	Eleven kan designe, gennemføre og evaluere undersøgelser i fysik/kemi
Modellering	Eleven kan anvende og vurdere modeller i fysik/kemi
Perspektivering	Eleven kan perspektivere fysik/kemi til omverdenen og relatere indholdet i faget til udvikling af naturvidenskabelig erkendelse
Kommunikation	Eleven kan kommunikere om naturfaglige forhold med fysik/kemi

1.10) Biologi, prøveforberedende til FP9

Formål:

- at eleverne tilegner sig viden om biologiske forhold og udvikler naturvidenskabelige arbejdsmetoder og udtryksformer samt at eleverne øger deres viden om levende organismer og den omgivende natur samt om miljø og sundhed,
- at elevernes interesse og nysgerrighed overfor biologiske fænomener og sammenhænge stimuleres, at eleverne opnår tillid til egne muligheder for at forholde sig til problemstillinger med biologi-relateret indhold af betydning for den enkelte og samfundet.
- at bidrage til elevernes evne til at tage medansvar og få indflydelse på brugen af natur og
- miljøressourcer samt menneskets samspil med naturen, lokalt såvel som globalt.
- at give eleverne mulighed for at erkende naturvidenskab og biologi som en del af vor kultur og vort verdensbillede

Indhold:

Undervisningen vil veksle mellem samtaler på klassen, korte læreroplæg og teoretiske eller praktiske øvelser med tilknytning til det stof, der arbejdes med. I forbindelse med disse øvelser lægges der i videst muligt omfang vægt på par – eller gruppearbejde og den deraf følgende dialog mellem eleverne. Af praktiske årsager vil de praktiske øvelser oftest være fællesforsøg, der udføres af lærer. Der lægges vægt på at gøre indholdet af undervisningen relevant for elevernes hverdag, samtidig med at det tilstræbes, at give eleverne forståelse af, at de enkelte problemstillinger indgår i en større sammenhæng.

Materialer:

Der vil tages udgangspunkt i allerede udarbejdede bøger og øvelsesvejledninger, men ofte suppleres dette med tekster og øvelser fundet andre steder, samt øvelser udarbejdet eller tilpasset til klassen af læreren.

Mål:

Da faget er prøveforberedende og står mål med folkeskolens prøveforberedende undervisning, henvises der til <http://www.faellesmaal.uvm.dk> for fagets slutmål. Faget er obligatorisk.

Faget samlæses med fysik/kemi og geografi under faget Natur.

1.11) Geografi, prøveforberedende til FP9

Formål:

Eleverne skal opnå viden, færdigheder og arbejdsmetoder, der er en forudsætning for stillingtagen og holdningsdannelse i forhold, der vedrører naturgrundlaget og menneskers forskellige levevilkår og kulturer i verden.

Indhold:

Undervisningen i geografi foregår dels ved digital fremvisning samt tavleundervisning. Derudover skal eleven selv undersøge forskellige emner indenfor geografifaget og fremlægge det for klassen, således at den indsamlede viden deles i en vidensbank. Dette forgår enten som selvstændigt arbejde eller i grupper. I løbet af skoleåret gennemgår eleven en undervisning, der indfrier kravene fra *Fælles Mål*.

Geografi kan inddeles i følgende områder:

- Naturgeografi (klima, vulkaner, jordskælv, erosion, bjergdannelse og vands kredsløb)
- Kultur og levevilkår (befolknings- og byudvikling, levevilkår og erhvervsmæssig udvikling, internationale konflikter og samarbejde i forhold til produktion og miljø).
- Globalt overblik og mønstre
- Navnestof og geografiske undersøgelser

Fagligt indhold:

Der arbejdes med følgende emner:

- Brug af kort og navnestof
- Jordens opbygning, materialer, bjergdannelse og erosion
- Vandets kredsløb
- Vejr, klima og forandring
- Istidslandskaber
- Kultur og levevilkår
- Rig og fattig, levevilkår, produktion, handel og kultur
- Demografi om befolkningsudvikling, urbanisering og erhverv

Evaluering:

Vi evaluerer to gange årligt med skriftlige prøver.

Mål:

Da faget er prøveforberedende og står mål med folkeskolens prøveforberedende undervisning, henvises der til <http://www.faellesmaal.uvm.dk> for fagets slutmål.

Faget samlæses med biologi og fysik/kemi under faget Natur.

1.12) Historie, prøveforberedende FP9**Formål:**

Målet med undervisningen er, at eleverne bliver i stand til at berette om historiske begivenheder, formulere historiske problemstillinger og give eksempler på samfundsforandringer, der kan forklares ud fra nuværende værdier og holdninger. Derudover skal de kunne forklare samfundsændringer i Danmarkshistorien, der knytter sig til ændringer i hverdagen for den almindelige borger, samt beskrive forholdet mellem Danmark og andre områder i verden, politisk såvel som kulturelt.

Indhold:

Undervisningen vil foregå som tavleundervisning, understøttet af skriftlige opgaver. Der vil af og til blive taget aktuelle emner op, derfor vil historieundervisningen være meget fleksibel.

Fagligt indhold/temaer:

- Opdagelserne
- Oplysning og revolution
- Vejen til demokrati
- Moderne tider
- Europa i verden
- To verdenskrige og en halvleg
- Den kolde krig
- Danmark i verden efter 1989

Materialer:

- Clio Historie
- Tilhørende opgaver
- Diverse aktuelle artikler, tv-udsendelser mm.

Evaluering:

Der vil udover den løbende evaluering blive evalueret 2 gange årligt med skriftlige opgaver.

Mål:

Da faget er prøveforberedende og står mål med folkeskolens prøveforberedende undervisning, henvises der til <http://www.faellesmaal.uvm.dk> for fagets slutmål.

1.12) Samfundsfag, prøveforberedende til FP9

Formål:

Formålet med undervisningen i samfundsfag er, at eleverne udvikler lyst og evne til at forstå hverdagslivet i et samfundsmæssigt perspektiv og til aktiv medleven i et demokratisk samfund.

Undervisningen skal medvirke til, at eleverne udvikler historie- og samfundsbevidsthed, kritisk sans og færdighed i at iagttage, analysere og vurdere nationale og internationale samfundsforhold og konflikter.

Undervisningen skal bidrage til, at eleverne på baggrund af et personligt tilegnet værdigrundlag deltager aktivt i samfundsudviklingen. Den enkelte elev skal udvikle ansvarlighed for løsningen af fælles opgaver og erhverve viden om samfundet og dets historiske forudsætninger.

Indhold:

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

- redegøre for hovedlinjerne i det danske demokratiske system og dets historie, herunder forskellen mellem den lovgivende, den udøvende og den dømmende magt
- give eksempler på interesseorganisationer og græsrodsbevægelser
- redegøre for og forholde sig til hovedprincipperne i den danske velfærdsstat
- beskrive samspillet mellem stat, amt og kommune
- beskrive de store linjer i EU's historie og opbygning
- kende til Danmarks placering i Norden, EU, FN og NATO.
- beskrive, hvordan det enkelte menneske indgår i forskellige grupper og fællesskaber
- give eksempler på, hvordan gruppetilhørsforhold danner grundlaget for det enkelte menneskes normer og værdier
- gøre rede for hovedtræk i udviklingen fra landbrugssamfund over industrisamfund til videnssamfund
- gøre rede for, hvordan samfundet, herunder arbejdsmarkedet, forandrer sig og stiller krav til nye kompetencer og videreuddannelse
- beskrive forskellige politiske partiers synspunkter
- give eksempler på, hvordan unge kan deltage i demokratiske processer i hverdagen, først og fremmest i klubber, i skolen og i kommunen
- kende til det globale medieudbud
- give eksempler på unges hverdag i Europa.
- kende forskellige kulturer, deres værdier og normer
- give eksempler på forskellige kulturmøder og tage udgangspunkt i de værdier, der ligger til grund for religioner og normer

- beskrive forskellige livsformer
- give forklaringer på nationalisme, herunder fremtrædelsesformer og historiske baggrunde
- give eksempler på, hvordan hverdagen i forskellige typer af samfund præges af globalisering.
- beskrive naturen som ressource
- give eksempler på naturforvaltning og positive og negative reaktioner fra borgere
- vurdere økologiske problemstillinger
- gøre rede for menneskers brug af naturen

Metode:

Gennem undersøgelser af samfundsfaglige temaer på skrift og film øver eleverne sig i at udbygge deres færdigheder i at udarbejde fagligt relevante problemstillinger.

Der skabes situationer, hvor eleverne i stadig større omfang anvender og udvikler deres kritiske sans og forudsætninger for at bruge og bedømme forskellige informationskilder – herunder Internettet og andre elektroniske medier.

Undervisningen lægger op til, at eleverne kontinuerligt og med større kompleksitet diskuterer og evt. efterprøver forskellige hypotesers holdbarhed. Det sker fx gennem bevidst brug kontra faktisk metode.

Mål:

Da faget er prøveforberedende henvises der til <http://www.faellesmaal.uvm.dk> for fagets slutmål.

PASE 10 kl.

PASE 1. Identitet og formål 1.1 Identitet PASE (privatøkonomi, arbejdspladslære, samarbejds-lære og erhvervs-lære) handler om privatøkonomi og læren om at kunne indgå, kollegialt og professionelt, på en arbejdsplads. Faget skal give en forståelse for vigtigheden af, at eleven dels bliver selvforvaltende, og dels kan samarbejde og indgå på en arbejdsplads eller et videre uddannelsesforløb. I faget indgår små teoretiske oplæg, gruppearbejde, virksomhedsbesøg, projekter og praktiske øvelser.

yi PASE indgår grundlæggende dele af privatøkonomiske områder, kommunikation og samarbejde, arbejdsmarkedets muligheder inden for elevens beskæftigelsesprofil, samt virksomhedsforlagt undervisning og erhvervstræning. Den praktiske del af PASE kan med fordel integreres i den øvrige undervisning.

PASE sigter mod at styrke elevernes forståelse for betydningen af grundlæggende kompetencer som f.eks. mødestabilitet, kommunikation og samarbejde, arbejdsmarkedsforhold, samt at eleven skal kunne forvalte problemstillinger inden for privatøkonomiske områder så som egen økonomi, skatteforhold, løn- og ansættelsesforhold og forsikringer. Desuden skal arbejdet med faget udvikle elevens faglige, personlige og sociale kompetencer, og derved øge elevens lyst, motivation og forudsætning for videre uddannelse eller beskæftigelse med selvforsørgelse som mål.

1.13) Kristendomskundskab, prøveforberedende til FP9

Formål:

Formålet med undervisningen i kristendomskundskab er, at eleverne erkender og forstår, at den religiøse dimension har betydning for livsopfattelsen hos det enkelte menneske og for dets forhold til andre.

Indhold:

Undervisningen skal lede frem mod, at eleverne har tilegnet sig kundskaber og færdigheder, der sætter dem i stand til inden for alle temaerne, at lave en outline som skal præsenteres ved den mundtlige prøve.

Der arbejdes med forskellige emner eller temaer indenfor de fire hovedemner:

- Moral og Etik
- Bibelske fortællinger
- Kristendommen og dens forskellige udtryk i historisk og nutidig
- Ikke-kristne religioner og andre livsopfattelser

Mål:

At eleverne dannes til at være oplyste individer, som kender og har taget stilling til kristendommen som er vores fælles religion. At eleverne er bevidste om kristendommens betydning, både historisk set og i vores nutidige samfund.

Da faget er prøveforberedende henvises der til Fælles Mål.

1.14) Tysk, prøveforberedende til FP9 og FP10

Formål:

Formålet med undervisningen i tysk er, at eleverne tilegner sig kundskaber og færdigheder, så de kan forstå talt og skrevet tysk, og kan udtrykke sig mundtligt og skriftligt.

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

Undervisningen skal skabe rammer for oplevelse, indsigt og samarbejde samt styrke elevernes aktive medvirken. Herved skal undervisningen bidrage til, at eleverne bevarer lysten til at beskæftige sig med sprog og kultur til fremme af deres videre udvikling

Undervisningen skal give eleverne indsigt i kultur- og samfundsforhold i tysktalende lande og derved styrke deres internationale forståelse og forståelse af egen kultur.

Indhold:

Der arbejdes med alle 4 kundskabs- og færdighedsområder med udgangspunkt i forskellige emner som skønnes interessante for aldersgruppen og klassetrinet, fx Jung Sein, Sport, Geschichte og Märchen.

- Kommunikative færdigheder
- Sprog og sprogbrug
- Sprogtilegnelse
- Kultur og samfundsforhold

Vægtning af den mundtlige kommunikation (forstå – tale) prioriteres højest. Der sigtes på dette hold mod et praktisk brugssprog mere end sproglig korrekthed.

Materialer:

Der arbejdes med skønlitteratur, eventyr, film, prosa, tegneserier, aviser, ungdomsmagasiner og relevant materiale fra internettet. Den musiske del som sang og musikgrupper i forskellige genrer vægtes højt.

Computer indgår som en naturlig del af informationssøgningen og skriveprocessen i undervisningen.

Prøveform:

Faget er udtræksfag for 9. Klasse. Prøven består af to dele: et selvvalgt emne med en tilhørende disposition samt en besvarelse af prøvespørgsmål til et af årets emner. For 10. Klasse består prøven af en skriftlig og en mundtlig del ifølge Undervisningsministeriets bekendtgørelse.

Evaluering:

- Elevernes målsætning for faget
- Ud fra fagets krav og mål for undervisningen på disse trin
- Elev-lærer samarbejdet samt undervisningsforløb

Mål:

Da faget er prøveforberedende, henvises der til Fælles Mål.

2) Bevægelsesfag

2.2) Idræt, 9.kl

Formål:

At alle elever får kendskab til deres egen krop, hvad de kan udrette med den og hvordan de passer på den. At de får en naturlig glæde ved bevægelse og udfordres i alle mulige idrætslige discipliner.

Indhold:

Undervisningen i idræt er tilrettelagt således, at eleven kommer igennem en bred række af fysiske aktiviteter. I løbet af skoleåret kommer eleven igennem opvarmning, grundtræning, motionscykling, boldspil, slagboldspil, dans, styrketræning, motionsløb, orienteringsløb, krybe/kravle og hænge/hæve-øvelser, samt marchtræning. Undervisning er tilpasset kravene fra *Fælles Mål*.

Undervisningen foregår primært udendørs, så vidt muligt, ellers i skolen idrætshal. Det tilstræbes at idrætsundervisningen i løbet af skoleåret, giver eleven større indblik i kroppen og dens muligheder samt at eleven får udvidet sine egne, tænkte, fysiske grænser.

Mål:

At eleverne er i stand til at lave en god fremlæggelse til en prøve i idræt. At eleverne bliver bevidste om vigtigheden af motion og idræt i forhold til at leve et godt, sundt liv.

Der henvises til Fælles Mål for faget idræt.

2.3) Gymnastik

Formål:

At styrke den enkelte elevs motoriske udvikling samt understøtte fællesskabsoplevelsen på Ølgod Efterskole.

At understøtte læring gennem en vekslen mellem boglig og fysisk aktivitet

At understøtte samarbejdsevner

At udvikle elevernes evne til at tænke helheder og samle fragmenter i undervisningen til en samlet helhed

At skabe forståelse for forenings sammenhænge

Mål:

Målet med fællesgymnastik på Ølgodefterskole munder ud i et fælles opvisningsprogram til foråret, eleverne er ude og fremføre dette program både som elevgruppe men også som ambassadører for skolen.

Derudover har fællesgymnastik også et bærende element i at styrke sammenholdet på elevholdet, samt skabe relationer imellem de mange forskellige elever som kommer og er på efterskolen.

Gymnastikken har også til formål at styrke elevens selvbillede igennem større indsigt i egen kropsbasis samt udvikle af egen kropserfaring.

4.7) Gymnastikdage

Formål:

At gennemarbejde de enkelte detaljer i årets gymnastik opvisninger.

At samle fragmenter til en helhed og herved skabe sammenhæng for den enkelte elev

Indhold

Årets opvisningsprogram

Mål: Opvisninger skoleåret 25/26

2.4) Kontaktgruppe

Formål:

At skabe et tilhørsforhold for den enkelte elev under efterskoleopholdet samt skabe en tættere relation mellem den enkelte elev og en lærer.

Indhold:

- der arbejdes med ugentlige kontaktgruppemøder, hvor alle mødes omkring et emne/arrangement/tema/sociale fora
- 3 individuelle trivelsamtaler hvor elevens individuelle mål og målopfyldelse drøftes
- Samarbejde omkring elevens trivsel og fag-faglige udvikling
- Forældresamarbejde i dagligdagen

Mål:

Fokusering på den enkelte elevs trivsel under efterskoleopholdet. Der arbejdes ud fra et dialogisk grundlag.

3) 8 klasse Bundne valgfag

3.1) Indholdsplan for valgfaget musik 8.kl

Formål:

- I valgfaget musik skal eleverne udvikle kompetencer til at opleve musik og udtrykke sig i og om musik. Faget vil give eleverne forudsætninger for livslang og aktiv deltagelse i musiklivet og kunne forholde sig til samfundets mangeartede musiktilbud.
- Eleverne skal beskæftige sig aktivt og skabende med musik. Faget skal medvirke til elevernes følelsesmæssige og intellektuelle udvikling, udvikling af koncentration og motorik samt øge deres forståelse af sig selv som en del af et fællesskab.
- I faget musik skal eleverne udvikle forståelse af dansk og udenlandsk musiktradition som en del af kulturlivet, dels således som den indgår i det aktuelle samfundsliv, dels i dens historiske perspektiv.

Mål og udtryksformer:

- I forhold til musikudøvelse skal eleven lære at udtrykke sig musikalsk i fællesskab med andre. Fokus vil være på sang, instrumentale færdigheder, fremførelse og musikudstyr.
- I forhold til musikalsk skaben skal eleven lære at arbejde eksperimenterende med kreative processer i musik. Fokus vil være på sangskrivning, digital produktion, komposition og arrangement.
- I forhold til musikforståelse skal eleven lære at forholde sig kvalificeret til musikalsk skaben og musiks betydning. Fokus vil være på musikoplevelse, musikliv, musikhistorie, musikanalyse og musik i medier.

3.2) Håndværk og design

Formål:

Eleverne skal gennem faget lære gennem praktiske erfaringer udvikle deres håndværksmæssige kompetencer ved at idegenerere, designe, fremstille og vurdere produkter.

Eleverne skal få viden og færdigheder om forarbejdning, materialer, håndværk, design og designprocesser gennem det praktiske arbejde.

Vi skal igennem faget have fokus på følgende materialer som træ, tekstil og metal.

Mål:

- Eleverne skal kunne anvende/målrette redskaber, værktøjer og maskiner i faget.
- Eleverne skal kunne arbejde selvstændigt med materialerne i faget.
- Eleverne skal kunne arbejde og udvikle designprocesser til at fremstille produktets design

Der gives værkstedets undervisning i håndværk og design.

Valgfag 25/26

1. periode: Uge 33-44 (forslag)

Personale	Fag/Valgtilbud	Antal elever	Beskrivelse
MB & SA	Spring	15 +	I spring-valgfaget arbejder vi med teknik, kropskontrol og springglæde – både for begyndere og øvede. Vi bruger airtrack, minitramp og stor trampolin til at øve alt fra grundspring til mere avancerede springkombinationer. Undervisningen fokuserer på sikkerhed, progression og fællesskab, så alle kan udvikle sig i eget tempo og samtidig have det sjovt.
Mo & Si	Svømning	15	I dette fag får du mulighed for at afprøve dine evner som hjælpeinstruktør i svømning. Du vil blive medinstruktør på et børnehold under Ølgod Svømmeklub. Her skal vi lege og træne med børn i alderen 7-10 år. Du vil blive hjulpet med at lave svømmeprogrammer og selv få mulighed for at få udviklet dine svømmefærdigheder. Faget tager udgangspunkt i DGI's svømmeuddannelser.
LA	Strik	8	I begynderstriklærer du de grundlæggende teknikker som at slå masker op, strikke ret og vrang og læse enkle strikkeopskrifter. Vi starter med små projekter som klude, huer eller halstørklæder. Du behøver ikke have strikket før – her handler det om at lære i dit eget tempo og finde ro og fordybelse med garn og pinde.
MF	Boldspil	20	I dette valgfag spiller vi en masse forskellige boldspil – både klassiske og nyere. Du kan prøve kræfter med pickleball, badminton, volleyball, høvdingebold, stikbold og mange andre sjove spil. Fokus er på bevægelse, fællesskab og spilleglæde – og alle kan være med, uanset niveau.
JO	KREA	16	Et valgfag kun for piger, hvor vi laver lidt af det hele: krea-projekter, ture ud af huset, træning, bading, hygge og gode snakke. Her handler det om at være sammen, have det sjovt og lære hinanden bedre at kende på kryds og tværs – i et trygt og hyggeligt fællesskab.
LN & JA	Kridt og farver	12	Vi maler i lange baner med kridt og farver på alt fra asfalt til papir. Her handler det om kreativitet, store

			armbevægelser og at give fantasien frit spil – ude og inde, alene og sammen med andre.
FN	Begynderklaver	12	Vi øver os i at spille akkorder til sange og lærer lidt om klaverets opbygning samt, hvordan melodier og akkorder fungerer sammen. Du kan også komme med egne ønsker til melodier, du gerne vil lære at spille.
MA	Crossfit	16	I CrossFit-træningen arbejder vi med styrke, kondition og funktionelle bevægelser i varierende og udfordrende træningspas. Fokus er på at forbedre din generelle form, teknik og udholdenhed – alt sammen i et sjovt og motiverende fællesskab.
SJ	Fiskeri	8	I fiskeri-valgfaget lærer du om fiskeriens teknik og udstyr, prøver kræfter med fiskestangen og tager på ture ved sø, å eller kyst. Det handler om tålmodighed, naturforståelse og glæden ved at være ude i det fri.
JC	Begynderguitar	8	Her lærer du de grundlæggende greb, rytmer og akkorder på guitaren. Vi spiller sange sammen, og du får mulighed for at øve dig på både melodier og komp. Du behøver ikke have spillet før – vi starter helt fra bunden.
AH	Fitness	15	Et helårligt valgfag, med styrke- og cirkeltræning. På valgfaget fitness arbejder vi med styrke, kondition, funktionel træning og sund livsstil. Du lærer at træne effektivt og sikkert, sætter personlige mål og får indsigt i kost, restitution og motivation. Vi kombinerer individuel træning med fællesskab, så alle kan udvikle sig – uanset niveau. Der medfølger et medlemskab til BankenFitness - Det kræver dog at du er fyldt 15 år ved skolestart.
KL	Run4Life	20	I løbevalgfaget træner vi både kondition, udholdenhed og løbeteknik. Vi varierer mellem rolige ture, intervaller og sjove løbelege – så alle kan være med og blive bedre i eget tempo. Fokus er på glæden ved at løbe sammen og udvikle sin form.hvis der er stor interesse.
LJ	Golf	8	I begynderGolf lærer du de grundlæggende teknikker som at slå, putte og læse banen. Vi øver os i de forskellige slag og regler, og du får mulighed for at spille på golfbanen i et afslappet og sjovt miljø – perfekt for dig, der vil prøve golf for første gang.
Emma	Rytmask redskabstræning	10+	I dette valgfag leger vi med forskellige håndredskaber fra rytmisk gymnastik, som kegler, bånd, bolde og tov. Vi øver teknikker, koordinering og bevægelsesflow, så

			du bliver bedre til at håndtere redskaberne – alt sammen med fokus på leg og kreativitet.
--	--	--	---

4) Øvrige arrangementer

4.1) Brobygning

Formål:

Formålet med brobygning er at lave den obligatoriske 10. klasses-opgave og komme i obligatorisk brobygning 1 uge.

Indhold:

Eleverne i 9 og 10. klasse vælger mellem hvilken eller hvilke ungdomsuddannelser de vil i brobygning i. Alternativt kan de vælge erhvervsrettet praktik et sted, som skolens vejleder eller eleven selv tager kontakt til. Brobygningsforløbet varer 1 uge + 1 uge opgaveskrivning. Inden for disse uger skal Den Obligatoriske Selvvalgte Opgave skrives.

Umiddelbart i forlængelse af disse to uger fremlægger eleverne deres opgaver for de involverede lærere og evt. de andre elever.

Mål:

At eleverne kan undersøge forskellige uddannelsesmuligheder og blive afklaret med, hvad de skal tilmelde sig året efter.

4.2) Bedsteforældredag

Formål:

Formålet med bedsteforældredag er:

- at eleverne viser skolen frem for deres bedsteforældre
- at give bedsteforældrene indsigt i elevernes hverdag
- at tilbringe nogle hyggelige og lærerige timer i selskab med elevernes bedsteforældre

Indhold:

- rundvisning og velkomst
- fortælletime
- hjemmelavet frokost
- sangtime
- gymnastik

Mål:

At give de unge og deres bedsteforældre en fælles oplevelse, der kan være udgangspunkt for fremtidige samtaler.

4.7) Gymnastikdage

Formål:

At gennemarbejde de enkelte detaljer i årets gymnastik opvisninger.

At samle fragmenter til en helhed og herved skabe sammenhæng for den enkelte elev

Indhold

Årets opvisningsprogram

Mål: Opvisninger skoleåret 25-26 fremviser "når vi bliver til os".

5) Rejseuger

5.1) Ski lejrskole

Formål:

Formålet med ski lejrskole er:

- at blive fysisk og mentalt udfordret (korte og længere ture på langrend, alpint skiløb, snowboard, lege i sneen mm)
- at få anderledes og udfordrende naturoplevelser
- at styrke det sociale fællesskab ved at være på tur sammen
- at møde og stifte bekendtskab med en anderledes kultur

Indhold:

Om eleverne har stået på ski før eller er nybegynder er underordnet, da de allerede hjemmefra bliver niveauinddelt.

Skiaktiviteterne krydres i løbet af ugen med anderledes vintersportsaktiviteter såsom: kælkning, airboard, isbadning, overnatning i lavoo og forskellige skilege.

Eleverne bor i hytter, hvor de selv står for madlavning, opvask og rengøring.

Aftener bruges til samvær og hygge. Derudover tilbydes der skiaktiviteter, som er frivillige.

Skituren er som oftest en af de ture, som står tilbage som et af de største højdepunkter i løbet af året.

Mål:

Målet med skilejren er:

- at alle elever, der ikke kan i forvejen, lærer at stå på ski, og at alle elever, der kan stå på ski, løfter deres niveau
- at bo i hytter med selvforplejning, hygge og samvær om aftenen
- at få mulighed for at skabe mange og nye kammeratskaber

5.2) Linjefagsrejser (bliver beskrevet når destinationerne fastlægges)

I skoleåret 25-26 organiseres linjefagsrejserne, så de tager udgangspunkt i 3 destinationer. Destinationerne fastlægges medio september.

6) Liniefagsbeskrivelser

6.1) Adventure

Formål:

- Eleverne kommer til at arbejde med sociale kompetencer, både individuelt men også i teams. Her er det et fælles mål, for alle medlemmer, at de gennem en indbyrdes afhængighed og fællesskab får opfyldt individuelle mål og udviklet egne kompetencer. Det gælder både i gruppen og for den enkelte.

Indhold:

Friluftaktiviteter i naturen

- motion/krop, naturinteresser, socialt samværmestring af teknik/specialviden indenfor klatring, MTB, Kano, kajak og vinterfjeld.
- instruktør - guide

Udfordringsaktiviteter i naturen

- personlig læring eller udvikling af relationer i grupper
- overskride grænser, det ekstreme, risiko
- instruktion, eksperter og ansvarlighed.

Adventure race

- sports-konkurrence i naturen (tider, placering, præmier)
- friluftsteknikker (orientering m.m.)
- træning og samarbejde individuelt og i hold (teamwork).

Rejser

- Rejsen går hvert forår til et sted, hvor de kompetencer, eleverne har tilegnet sig eller videreudviklet, bliver sat i spil. Det gælder sig indenfor de områder, der er beskrevet i indhold.

Udtryksformer

- Vi deltager i forskellige aktiviteter i løbet af året, det kan være adventurerace, MTB-race eller Kajakaktiviteter

Færdighedsmål:

At kunne mestre teknikker, indenfor de områder der er beskrevet i indhold.

- Klatring, sikrer, førstemandsklatring og dialog.
- Kajak og kano, styretag, redning og pakning
- MTB, Sving- og styreteknik, vedligehold og kondition
- Vinterfjeld, basis friluftsliv og gruppedynamik

6.2) Fodbold

Formål:

- Vi arbejder i 3 facetter af fodbolden; på banen, på sidelinjen og på tribunen.
- At give eleverne mulighed for at udvikle sig, både i spillets individuelle facetter, men også som holdspiller. Samtidig med at de også kommer på den anden side af linjen som træneraspirant og helt ud på tribunerne, hvor de vil lære om fodboldkulturen i Danmark og i udlandet.

Indhold:

- Der trænes på færdigheder igennem 3 overordnede træningsformer; teknisk, taktisk og fysisk træning
- Eleverne vil i løbet af året gennemgå flere af DBU's C træner kurser, således at de selv bliver i stand til at varetage træningssessioner
- Fodboldkulturen bruger vi til at skabe sammenhold både til træning og kamp. Samtidig med at vi giver mulighed for at fordybe sig i den fankultur der hersker både i Danmark og i resten af verden. i løbet af skoleåret vil vi besøge stadions både i indland og udland.

Rejser:

Linjefagsrejsen organiseres så den arbejder ud fra de 3 facetter. Turen er en træningslejr, her er fokus på at give den enkelte en oplevelse hvordan det er at leve med fodbold, hver dag og flere gange om dagen. Samtidig ligger der også et fokus på international fodboldkultur via stadion besøg, samt kampe imod udenlandske modstandere. Sidste fokus er sammenhold vi er et hold på tur og derfor har hver enkelt et ansvar for at alle får mest muligt ud af opholdet.

Udtryksformer

- Der ligger stor exponering i at være deltagende i DBU's turnering. Her viser vi os frem både ved at være synlige i DBU regi, men også ved at være ude i det lokale område og vise holdet og skolen frem til kampe.

Færdighedsmål

- Eleven kan anvende komplekse bevægelsesmønstre i udvikling af en alsidig idrætspraksis
- Eleven kan vurdere idræts kulturelle normer, værdier og relationer i et samfundsmæssigt perspektiv
- Eleven kan vurdere samspil mellem krop, træning og trivsel i et aktuelt og fremtidigt perspektiv

6.3) Medie

Formål:

- Formålet med Ølgod Efterskoles medielinjefag er at give eleverne en bred introduktion til forskellige medieformer og de kommunikative og æstetiske aspekter, der knytter sig til dem.
- Derudover er det et udtalt mål enten at fodre en allerede eksisterende interesse for området eller tænde en ild i eleverne, som giver dem lyst til at søge produktionen og brugen af medier fremadrettet.

Indhold:

I løbet af efterskoleåret vil eleverne arbejde med en bred vifte af medieformer, som bl.a. inkluderer film, fotografi og webdesign. Den første halvdel af skoleåret vil typisk gå med, at eleverne introduceres for flere medieformer, hvorefter der sidst på året vil være mulighed for at dykke ned i netop dét, man synes er allermest spændende. Arbejdsformen vil både være på individuel, på klasseplan og i fællesskab med mindre grupper.

Undervisningsformer

Undervisningen i medielinjefaget er som udgangspunkt tredelt. Eleverne skal på et efterskoleår arbejde med flere forskellige medieformer, men fremgangsmåden vil ofte være den samme, når der skal arbejdes med elevernes udvikling og læring inden for en ny form for medieprodukt.

Først og fremmest er det vigtigt, at eleverne bliver ordentligt klædt på, når de introduceres for den specifikke medieform. Denne teoretiske introduktion vil typisk bestå af klassisk "tavleundervisning", hvor medielærerne fortæller om de vigtigste elementer, teorier og analysemodeller, som knytter sig til mediet. Dernæst vil holdet se nærmere på, hvad andre, mere kendte/øvede personer har gjort med mediet, for derefter at tale om, hvad som er vellykket, og hvad der kunne være gjort bedre. Arbejdes der f.eks. med billeder, vil holdet se nærmere på etablerede fotografers projekter og drage inspiration og læring fra deres arbejde. Vi vil på klassen, i fællesskab, gennemgå disse medieproduktioner.

Når eleverne har fået bedre styr på den bagvedliggende teori skal de i gang med selv at producere noget. I den forbindelse vil lærerne give en introduktion til de tekniske aspekter ved produktionsfasen samt give eleverne øvelser, som kan supplere og forstærke forståelsen for udarbejdelsen af deres egne produkter. Når holdet f.eks. skal producere kortfilm, vil der indledningsvis være en præsentation af udstyr og derefter forskellige små øvelser, som kan hjælpe elevernes udvikling bedst muligt på vej.

Før et emne/medieområde afsluttes vil der være en evaluering. Her vil eleverne vise hinanden, hvad de har produceret. Der vil blive givet feedback og diskuteret arbejdsprocesser således at der drages mest mulig læring ud af et givent forløb. Det er altså i høj grad op til eleverne selv at kunne stå til ansvar for det produkt de har lavet og det arbejde, de har lagt i udarbejdelsen.

Rejser:

På Ølgod Efterskoles medielinjefag har vi en årlig studierejse, hvor linjefagets elever og lærere rejser til en europæisk storby. Det primære formål med denne studierejse er, at eleverne kan opleve en anderledes storby og se, hvad den har at byde på kulturelt og historisk – set ud fra et medierelateret perspektiv. Turen vil tilstræbe at introducere eleverne for mediekunst fra byen, landet og/eller området, samt ligeledes ligge op til, at eleverne selv skal producere dokumenterende/fri mediekunst i form af billeder, tekst og/eller film.

Udtryksformer

Eleverne vil tidligt udarbejde en online portefølje, som de i løbet af skoleåret kan opdatere i takt med, at de får produceret mere og mere. På den måde får de en platform, hvor billedserier, kortfilm og lignende kan uploades og præsenteres ud af til. I januar deltager efterskolen i Dolly Awards, som er en dansk kortfilmsfestival kun for efterskoler. Her kan eleverne også få lov til at vise deres film frem, hvis de får produceret noget, som de har lyst til at andre skal se. Turen til Dolly Awards er ligeledes noget, vi er fælles om på medielinjefaget.

Færdighedsmål:

Efter et endt skoleår med medielinjefag bør eleverne være i stand til at analysere og producere en bred vifte af medieformer. Eleverne skal have en viden om de kommunikative og æstetiske aspekter ved vellykket fotografi, film og webdesign, samt have evnerne til at planlægge og udarbejde medieproduktioner, som opfylder disse krav.

6.4) Musik

Formål:

- at dygtiggøre sig gennem sammenspil og fordybelse
- blive bevidst omkring forskellige musikgenrer og -historie
- opleve fællesskabet gennem sammenspil, hvor du skal prøve dig selv af sammen med andre

Indhold:

- Nodelære - At kunne læse noder, tabs åbner nye muligheder for at spille musik, og den mulighed skal du have. Du vil opleve den største frihed, når du først forstår sproget musik. Hvis du allerede kan læse noder eller tabs, vil du kunne blive udfordret med harmoniforståelse og hørelære.
- Band/sang - Sammen med jeres lærer vil I spille alt fra Michael Jackson, ACDC til god dansk pop. Du kommer til at opleve den unikke følelse af at producere musik sammen og der vil være mulighed for at få styr på teknikken omkring musikindspilningen og gør dig klar til at optage din egen eller andres musik.
- Musical - Når skolens musical bliver slået an, er det med tonerne fra bandet. Der bliver øvet intensivt i ugerne op til premieren, og her får eleverne en fornemmelse af at være et rigtigt band som mærker et live publikum.

Undervisningsformer:

- Teori - giver dig kendskab til noder, tabs, akkordopbygning, rytmelære og musikforståelse (sangens dynamik og opsætning)
- Fordybelse - giver eleven god tid til at nørde og dygtiggøre sig på sit valgte instrument eller sang
- Band - Blive bevidst om sin rolle i bandet, lære at spille sammen med andre og opretholde den disciplin der er nødvendigt i et band.
- Eleverne har stor indflydelse på valg af numre og instrumenter. Genrerne vil mange gange blive introduceret gennem koncerter eller musikfilm.

Rejser:

Med musikrejsen ønsker vi at vise eleverne steder, der har haft betydning for musikkens historie. Vi har tidligere besøgt London, som har budt på store shows samt den mere uforpligtende gade musik. Eleverne får herigennem indsigt i musikkens mange facetter. Der bliver også tid til at være turist og suge storbylivet til sig på denne tur, hvor eleverne styrkes i fællesskabet.

Udtryksformer:

Musikholdet spiller til skolens musical, til forskellige arrangementer på skolen og på en festival med andre efterskoler.

Færdighedsmål:

- Eleven kan udtrykke sig i musikalsk fællesskab med andre
- Eleven kan deltage i sammenspil
- Eleven kan i samarbejde med andre arrangere og komponere musik
- Eleven kan fremføre musik for andre
- Eleven kan betjene teknisk musikudstyr

6.6) Spring

Tør du bevæge din krop i helt nye højder?

Løb hurtigere, og spring højere. Det er din unikke mulighed for at lære noget, som er unikt og ret sejt. Du kan have helt op til 8 timer om ugen, hvor du får målrettet undervisning mod de mål, du har sat.

Skolen råder over stortrampoliner, airtracks og minitrampoliner samt et hav af andre redskaber, måtter & træningsudstyr.

I undervisningen vil du opleve at få både individuel feedback så du ved hvad du skal forbedre, og hvilke udviklingspunkter og potentiale netop du har. Disse revideres løbende gennem skoleåret, så du altid har nye mål at arbejde med.

Forventninger

hvad kræver det at være springer på ØE?

Mod, fokus, vilje, teknik, styrke & nysgerrighed

Vi forventer af dig, at du ikke er bange for at bruge dig selv som redskab eller at lære nye bevægelser. Til dem med mod på nye og anderledes oplevelser og indlæring. I stedet for at begrænse os breder vi også feltet ud og forsøger os med flere genrés. F.eks. Dans, Parkour, Jonglering, Slackline, udtryk samt spring. Som springer på ØE forventer vi af dig, at du har en interesse i også at stifte bekendtskab med resten af gymnastikverdenen. Det betyder at du også kommer til at lave lidt rytmisk gymnastik og Bevægelse.

Træn, træn, træn

Det handler om at udvikle sig, når der er så store kræfter på spil, så kræver det sin krop. Du vil på spring linjen ugentligt også arbejde med din krops styrke, smidighed og fleksibilitet. Du vil blive undervist i hvordan man træner, plus hvad har din krop behov for når du er så aktiv. Alt sammen med det formål at du altid rent fysisk er to skridt foran din udvikling.

Du har altid mulighed for at bruge hallen om aftenen. Er der en gymnastiklærer på arbejde om aftenen, bliver faciliteterne ofte åbnet, hvem siger man kun skal træne i undervisningen? Du vil hurtigt finde ud af at din egen indsats er afgørende, for hvor meget du udvikler dig. Så tør du bevæge din krop i helt nye højder?

Uddannelse

Linjefaget udbyder Kursus 1

Igennem linjefaget vil du blive undervist i første del af instruktøruddannelsen, Kursus 1. Her vil du få udleveret materiale og lære om opbygning af en gymnastiktime, med lege, opvarmning og modtagning.

6.7) Rytmisk Gymnastik og dans.

Vi vil på linjefaget arbejde med basale grundelementer inden for gymnastik og krydre det med moderne input. Her er plads til både den øvede gymnast/danser såvel som dig der ikke har prøvet kræfter med gymnastikken før. Vi kommer til at arbejde med musikalitet, rytmik, teknik og forskellige genre og bevægelsesmønstre. Du vil på linjefaget lære at bevæge dig i takt til musikken, og desuden arbejde med forskellige håndredskaber.

Fysisk træning

Vi vil bruge 2 ud af 6 lektioner på fysisktræning, da en god grundform er vigtigt ift. at kunne klare opvisninger mm. Vi vil arbejde med udholdenhed og styrke, både ved brug af fitness men også gennem sjove og anderledes aktiviteter. Vi skal udfordre os selv og hinanden og på denne måde opbygge et tættere fællesskab.

Kursus 1

Igennem linjefaget vil du blive undervist i første del af instruktøruddannelsen, Kursus 1. Her vil du få udleveret materiale og lære om opbygning af en gymnastiktime, med lege, opvarmning og modtagning.

Forventninger:

Forventningerne er gensidige, så såvel som du forventer noget af os forventer vi noget af dig. Du skal have lyst til at bevæge dig og have mod på at blive udfordret. Du vil opleve et kreativt miljø hvor der er mulighed for nye ideer og hvor du også vil blive inddraget.

6.8) E-Sport

CS:GO

Formål:

- Vi arbejder, med på fokus på samarbejde, individuel træning og kommunikation, på at dygtiggøre os inden for CS:GO og holdspil.
- At give eleven kompetencer inden for tekniske og taktiske facetter af spillet, samt at give eleven redskaber, til at kunne udvikle sig kommunikativt og sin evne til samarbejde.
- At give eleven en forsmag på, hvad det vil sige at være CS:GO-spiller, hvad der kræves individuelt og holdmæssigt.

Indhold:

- Vi kører cirka lige dele teori og spil i undervisningstimerne.
- Vi gennemgår basale elementer af spillet.
- Vi gennemgår de syv baner, som findes i spillet og drøfter taktiske muligheder.
- Vi holder os up-to-date med metaen, som hele tiden skifter, men som er meget relevant ift. at kunne præstere bedst muligt.
- Vi deltager og spiller turneringer - både skoleturneringer, LAN-turneringer og online-turneringer.
- Vi evaluerer og finpudser vores taktiske aftaler løbende.
- Vi forbereder os på modstandere - snakker om tendenser, signaler osv.

Udtryksformer:

- Vi deltager i mange online-turneringer, hvor vi bliver vist frem og skrevet om.
- Vi deltager til flere fysiske events - både som deltager og som tilskuer.

Færdighedsmål:

- Eleven skal have mulighed for at udvikle sig og tage et skridt op ad efter endt ophold, såfremt at eleven ønsker dette.
- Eleven skal kunne forstå taktiske overvejelser i spillet og skal med baggrund af viden og erfaring kunne tilpasse sit spil til hvad der er brug for.
- Eleven skal have redskaber til at kunne udvikle sig. Eleven skal vide, hvad det kræver, hvis han vil blive bedre.

6.9) Ridning

Ridning

Formål:

* Vi arbejder med fokus på grundridning, sikkerhed i omgang med heste, samt i hestens rygt og pleje, herunder foderplaner, træningsplaner og daglig pasning.

* At give eleverne mulighed for at udvikle sig, både som rytter, men også som ansvarlig rollemodel i omgangen med hestene, samt med et fundamentalt kendskab til hestens sundhed. Hermed blive i stand til at tage ansvar for træning og pasning af en hest.

Indhold:

* Der trænes på færdigheder igennem 3 overordnede emner; rideteknisk, sikkerhed og hestens fysiske og psykiske sundhedstilstand.

* Eleverne vil i løbet af året gennemgå DRF's ryttermærke materiale. (der er mulighed for aflæggelse af prøve ved DRF og derved erhverve mærkerne samt rytterlicens)

* Hesteverdens forskellige fokusområder bruger vi til at præsentere de mange facetter der findes inden for interessen for heste. Anerkendelse af forskellige kompetenceområder i arbejdet med heste, samt forståelse for samspillet mellem disse for at opnå den bedst mulige udvikling for hest og rytter. Derfor vil vi også i løbet af skoleåret besøge et dyrehospital, besøge en beslagsmed, besøge et stutteri samt søge at inddrage andre hestefaglige kompetencer i undervisningen.

Rejser: Linjefagsrejsen planlægges så den arbejder ud fra de 3 facetter. Turen er en rejse, hvor der fokuseres på at give den enkelte en rideoplevelse, der er forskellig fra den ridetræning, der praktiseres i dagligdagen. Hvordan det er at have med heste at gøre, hver dag og hele dagen. Samtidig lægges der vægt på det ansvar, der ligger i at rejse med hest, både for rytter og hest. Sidste fokus er sammenhold, vi er et hold på tur og derfor har hver enkelt et ansvar og en forpligtelse for, at alle får mest muligt ud af opholdet.

Udtryksformer

Der ligger exponering i at være deltagende i ØOR's stævner, som er organiseret under DRF. Her viser vi os frem både ved at være synlige i DRF regi, men også ved at være ude i det lokale område og vise rytterne og skolen frem ved stævner.

Færdighedsmål

* Eleven kan anvende komplekse bevægelsesmønstre i udøvelse af ridediscipliner.

* Eleven kan vurdere hestens sundhedstilstand ud fra et dyreetisk samt ridefagligt perspektiv.

* Eleven kan vurdere samspil mellem egen krop, hestens bevægelser og derved opnå en korrekt rideperformance.

8) Vejledning

Uddannelsesvejledning på Ølgod Efterskole

Formål:

Uddannelsesvejledningen skal bidrage til at skolens elever bliver i stand til aktivt at tage stilling til og handle individuelt på valget af deres ungdomsuddannelse.

Indhold:

Igennem skoleåret præsenteres eleverne for forskellige aktiviteter som skal bidrage til at eleverne bliver mere afklarede i deres fremtidige uddannelsesvalg.

- Udviklingssamtaler med kontaktlæreren
- Forældresamtaler
- Vejledningsaften med vejledere fra ungdomsuddannelser
- Mulighed for praktikforløb

Mål:

Eleverne skal fremme deres viden og dermed få størst mulig sikkerhed i valget af deres ungdomsuddannelse.

Eleverne bliver bevidste om hvad en ungdomsuddannelse indeholder og hvorledes de bedst gennemfører denne.

Særlige pædagogisk tilrettelagte dage

Dagene beskrives efterhånden som de bliver tilrettelagt. Denne procedure er benyttet, da vi ikke kender årgangens behov. Beskrivelserne findes herunder, inddelt månedsvis, som afviklingen finder sted.

Intro tur 8+9.kl. (sættes ind august)

Intro tur (ØE10) (sættes ind august)

4.3) Intro

Formål:

Formålet med introforløbet er at skabe en fællesskabsfølelse på elevholdet, der gør, at hver enkelt elev føler sig godt tilpas blandt de andre, samt at eleverne respekterer hinanden trods forskelligheder.

Indhold:

Introforløbet består af en hel uges introduktion til det at være på efterskole. Eleverne lærer skolen, området og hinanden at kende gennem forskellige lege, løb og aktiviteter, og de præsenteres for dagligdagen på efterskolen med det forpligtende fællesskab.

Introugen afsluttes med en intro tur af to dages varighed, og det tilstræbes, at der cycles til og fra lejren, så eleverne allerede i den første uge erfarer, at det gælder om at bruge kroppen så meget som muligt.

Udover introugen består introforløbet af ni dobbelttimer fordelt over tre uger.

Undervisningen i disse timer omhandler elevens faglige niveau i de obligatoriske fag.

Evaluerings: Evaluering foregår løbende i samtale med elever, i kontaktgruppen og evalueres på lærermøde, som bruger erfaringerne herfra i tilrettelæggelsen af næste års introuge.

Mål: Der opbygges relationer elev-elev, elev-kontaktlærer, elev-fløj lærer

4.4) Outro uge

Formål:

Formålet med outro ugen er, at elevernes fornemmelse af og forståelse for det at være en del af et fællesskab skærpes, og at give eleverne gode betingelser for at få taget afsked med kammeraterne og efterskolen på en positiv og konstruktiv måde.

Indhold:

Ugen består af forskellige praktiske gøremål så som rengøring, pakning mm. Derudover arrangeres der en hyttetur, hvor vi leger, spiller og i øvrigt er sammen omkring at sige farvel.

Evaluering: Outro ugen evalueres på evalueringsdagene i slutningen af året, og ligger til grund for næste års planlægning.

Mål: At tydeliggøre den enkelte elevs udvikling, individuelt og i fællesskab.