

### **Linjens formål:**

- At eleven får indsigt i og gør sig erfaringer med naturens muligheder for oplevelser.
- At give eleven forudsætninger for at tage ansvar for sig selv og indgå i et forpligtende fællesskab gennem samarbejde og fysisk udfoldelse.
- At eleven opnår forståelse for, hvad en sund krop er og betydningen af at holde den i god fysisk form, samt mærker sammenhængen mellem fysisk og mental velvære

### **Mål:**

- Eleverne skal udvikle kropslige, idrætslige, sociale og personlige kompetencer.
- Eleverne skal opnå kendskab til alsidig idrætskultur og udvikle lyst til bevægelse.
- Eleverne skal have erfaring med og indsigt i idrættens betydning for sundhed og trivsel samt i samspillet mellem samfund og idrætskultur.
- Eleverne skal tilegne sig færdigheder til at færdes i naturen.
- Eleverne skal tilegne sig almen viden om naturen, dens kredsløb og ressourcer.
- Eleverne skal udvikle forudsætninger for at tage ansvar for sig selv og indgå i et forpligtende fællesskab.

### **Indhold:**

På Idræt- og friluftslivslinjen lægger vi vægt på, at udbuddet af aktiviteter er så alsidigt som muligt afhængig af årstiden. Eksempler på aktiviteter på linjen kan være:

**Vand:** Kano, kajak, fiskeri, vandkraft, svømning, vandaktiviteter

**Ild:** Bål, primitiv madlavning, trangia, trækending, svedehytte.

**Luft:** Klatring, vindmøller, vejret, meteorologi, kondition, 1. hjælp, bue og pil.

**Jord:** Mad, planter, natur, geologi, biologi.

**Energi:** Idræt, boldspil, mountainbike, råstoffer, motorik, mini adventure race, formidling, kost og energi.

### **Pædagogisk praksis**

På friluftsholdet arbejder eleverne oftest sammen i teams og oplever fordelene ved og nødvendigheden af, at kunne samarbejde. Eleverne får lov til at prøve deres grænser af, alene og sammen med andre.

Eleverne kommer til at opleve friluftslivets glæder i den nære natur omkring skolen og på ture med mulighed for overnatning i det fri. Aktiviteterne følger årstidernes skifte.

Idrætsdelen vil foregå i naturen og i skolens veludstyrede idrætshal. Vi samarbejder med andre skolen, f.eks. ved idrætsstævner. For at opnå den fornødne viden, skal eleverne gennem praktiske forsøg og eksperimenter tilegne sig viden inden for faget geografi

.

### **Til det ”fælles bedste”**

- Arrangere idrætsdag, skolernes motionsdag, fælles idrætsoplevelser, friluftsansatte for hele skolen.
- Vedligeholde vores mountainbikebane og forhindringsbane.

### **Almene skolefag:**

Idræt, geografi, engelsk, dansk og matematik

## Indholdsplan for valgperiode 1

### 1. Mål:

<b>At eleverne tilegner sig færdigheder inden for idræt og friluftsliv gennem undervisning i:</b>	<b>At eleverne tilegner sig færdigheder indenfor dansk, matematik og engelsk gennem undervisning i:</b>
<p>Friluftsliv:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Færdsel og regler i naturen.</li><li>• Madlavning i det fri.</li><li>• BasislejrLiv.</li><li>• Adventure race</li><li>• Orientering og kortlære.</li><li>• Fiskeri.</li><li>• Vinterbadning</li><li>• Bygning af bålhytte</li></ul> <p>Idræt:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Mountainbike.</li><li>• Boldspil</li><li>• Skydning.</li><li>• Orienteringsløb</li><li>• Lege</li><li>• Battle/Spejder paintball</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Anatomi</li><li>• Fysiologi</li><li>• Orientering og kortlære.</li><li>• Fysisk aktivitet som boldspil, gymnastik, mv.</li><li>• Naturlære (den lokale natur).</li><li>• Kost i forbindelse med idræt og friluftsliv.</li><li>• Fra jord til bord.</li><li>• Konstruktionslære</li></ul>

## 2. De almene skolefag (svarende til ½ time daglig undervisning)

Fag	Emne	Indhold	Placering
Dansk	Mundtlig fremstilling. Skriftlig fremstilling Sproglig udvikling. Ordkendskab. Analyse og fortolkning. Kildekritik. IT og medier.	<p>Vi skal udfordres i orientering i naturen, hvor vi blandt andet skal lære at læse og bruge forskellige slags kort, og vi prøve forskellige slags kompas.</p> <p>Vi skal med udgangspunkt friluftsture have undervisning i turmad, mad fra naturen og "fra jord til bord". Vi skal snakke om, hvad fordele og ulemper er ved forskellig turmad: Tørkost, frysetørret mad, almindelig mad og mad fra naturen.</p> <p>Eleverne skal fx inden for kompetenceområdet idrætskultur og relationer kritisk kunne gøre brug af digitale medier til at undersøge information om idrætsgrene, normer i idræt eller et helt tredje undersøgelsesfelt.</p> <p>Eleverne skal udfordres til at deltage aktivt i diskussioner og refleksioner omkring forskellige temaer. Vi har blandt andet oprettet en Facebook-gruppe til linjen, hvor eleverne kan skrive til hinanden. Her er fokus hvornår det er relevant at skrive til hinanden gennem denne gruppe, og hvordan man holder en god tone på skrift.</p> <p>Eleverne skal forholde sig kritisk og analyserende til kropsidealer, som de fremstår i forskellige medier.</p>	Onsdag
Matematik	Tal & algebra. Geometri og måling. Statistik.	Eleverne skal øve at orientere sig i naturen og byområdet ved hjælp af kort og kompas. De skal lære om afstande ved blandt andet at gætte hvor langt, der er fra A til B, for derefter at regne efter ved hjælp af håndholdt Gps, internettet (Google maps, Krak).	

	Procentregning.	<p>I forbindelse med vores madlavning, skal vi tale om forskellige former for tur mad, primært frysetørret mad, mad fundet i naturen og medbragt mad. Her skal eleverne opnå kendskab til fordele og ulemper ved de forskellige former for kost: vægt, kalorier, fylde osv.</p> <p>Eleverne skal udfordres med forskellige former for boldspil, hvor de blandt andet skal måle diverse boldbaner op, de skal undersøge diverse boldes størrelser i forhold til hinanden og holdstørrelser for derigennem blandt andet at reflektere over, hvorfor der er forskel på størrelserne.</p> <p>Eleverne skal analysere idrætslige resultater, herunder overførsel og bearbejdning af informationer fra f.eks. puls ur, skridttæller og GPS.</p> <p>Eleverne arbejde med brænde, hvor vi skal arbejde med rumfang, samt brændværdi.</p>	
Engelsk	Kommunikation	Vi skal via boldspil, film og dokumentarprogrammer om idrætsudøvere opnå kendskab til forskellige engelske gloser i idræt og friluftsliv.	

### 3. De praktiske skolefag

Fag	Emne	Indhold
Praktisk linjeundervisning	Friluftsliv Vandreture	Teoretisk og praktisk gennemførelse: <ul style="list-style-type: none"><li>• Kortlære</li><li>• Kost</li><li>• Pakning</li><li>• Påklædning</li></ul>
Praktisk linjeundervisning	Fysisk træning	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kroppen</li><li>• Udstyr</li><li>• Cirkeltræning</li></ul>
Praktisk linjeundervisning	Ultimate/discgolf	<ul style="list-style-type: none"><li>• Teori</li><li>• Kasteteknik</li><li>• Gribeteknik</li><li>• Taktik</li><li>• Gennemførelse</li></ul>
Praktisk linjeundervisning	Kinball	<ul style="list-style-type: none"><li>• Teori</li><li>• Slag</li><li>• Modtagning</li><li>• Serveteknik</li><li>• Gennemførelse</li></ul>

## 4. Organisering af undervisningen

<b>De almene skolefag.</b>	Eleverne undervises i de almene skolefag en formiddag pr. uge. Dansk, engelsk, matematik: Teoretisk oplæg, dokumentarfilm, medier.
<b>Den praktiske undervisning</b>	Vi starter fælles i hallen eller skovhytten, hvor vi gennemgår dagens program. Undervisningen foregår i en vekselvirkning mellem teori og praksis. Her indgår f.eks. kortlæsning, information om områder, afstandsmåling og lign. Eleverne undervises ude og inde i en blanding af små og store hold.

## 5. Evaluering med eleven

Evalueringen foregår mundtligt sammen med eleven.

Elevens udbytte af undervisningen belyses bl.a. gennem 3 faste spørgsmål:

- Hvad har du lavet?
- Hvad har du lært?
- Kunne du tænke dig at vælge linjen igen?