

Indholdsplan 2025-26

Nordjyllands
Idrætsefterskole
Stidsholt

Skolens formål

Nordjyllands Idrætsefterskole Stidsholt er en uafhængig og selvstændig undervisningsinstitution. Skolen er oprettet den 3. november 1931 og har adressen Ørtoftvej 152, 9300 Sæby i Frederikshavn Kommune.

Skolens formål er at drive en efterskole for unge mellem 14 og 18 år og at tilbyde prøver som i folkeskolen inden for rammerne af de gældende regler om frie kostskoler.

Skolens værdigrundlag

Fællesskab

På Stidsholt er målet, at alle lærer at tage ansvar for sig selv, for sine medmennesker og for fællesskabet for derigennem at kunne fungere i et demokratisk samfund. Det betyder, at man respekterer hinandens forskelligheder, er åben, ærlig og konstruktiv, og at man både yder til fællesskabet og nyder af fællesskabet.

Udvikling

På Stidsholt er målet, at alle gennemgår en personlig, faglig og idrætslig udvikling. Vi arbejder på udvikling af det hele menneske ved i undervisning og fritid at tilbyde aktiviteter inden for det boglige, kreative, praktiske, musiske og idrætslige område.

Sundhed

På Stidsholt arbejder vi med et bredt sundhedsbegreb. Målet er at udvikle både social, mental og fysisk sundhed.

Eleverne

Skolen optager elever mellem 14 og 18 år. Eleverne kommer fra alle egne af Danmark, og enkelte elever kommer nogle år fra andre lande.

Undervisningsmæssigt fordeler skolens ca. 154 elever sig på en 9. klasse med 22 elever og seks 10. klasser med ca. 22 elever. Skolen tilbyder de samme prøver som folkeskolen.

Fra skoleåret 25/26 samles 9. og 10. klasse i dansk engelsk og matematik. Det sker for at skabe en endnu større sammenhæng på skolen uagtet hvilken årgang man er på.

Årsplan

Et kursusår består af 42 undervisningsuger med start i august og afslutning i juni. Se *Årsplan*

UU-vejledning

Individuel vejledning ved skolens vejledere. Nærmere beskrivelse af formål og indhold under fagene.

Lejrskoler

Skolen har i løbet af skoleåret to lejrskoler. Én indenlandsk og én til udlandet.

Den første lejrskole går til Landal Rønbjerg i uge 37. Her er fokus på det sociale på tværs af linjer og årgange. Eleverne bliver sat tilfældigt sammen i huse på ca. 6 personer, her står de selv for at købe ind og lave mad til ugen, samtidig med de selv skal fordele de huslige pligter.

Udenfor husene bliver eleverne delt i 14 nye hold med ca. 11- 12 elever pr. hold. I disse grupper skal eleverne løse en lang række opgaver. Temaet er fællesskab i farver.

Den anden lejrskole foregår i uge 4 på Hafjell i Norge. Her arbejder eleverne med at stå på ski. Eleverne deles i hold alt efter niveau og får de første 3 skidage instruktion i skiløb. Den 4. dag er der tid til selv at udforske pisterne ligesom det er muligt at løbe langrend eller stå på snowboard.

Emnedage og uger

I løbet af skoleåret er der indlagt et antal emnedage og uger.

- Introuge
- Idrætsstævner
- Fagdage i dansk og matematik
- Skriftlige og mundtlige prøver
- Outrouge

Placering og varighed: Se årskalender og hovedskema.

Skema/ugeplan

Hovedskemaet gælder hele skoleåret.

Skolens hovedskema er vedlagt som bilag.

I prøveperiode maj og juni laves særlige skemaer, der målrettes prøvfag, idræt og fællesskabende aktiviteter.

Personalemøder

Fem dage før skoleårets begyndelse er skolens personale på skolen for at færdiggøre tilrettelæggelsen af skoleåret, både hvad angår rent praktiske ting, men også for at gennemgå skolens formål, økonomi, ordensregler for eleverne og for at drøfte pædagogiske spørgsmål. Desuden holdes aften- og weekendmøder efter behov. I løbet af skoleåret bruges et antal timer til drøftelse af pædagogiske emner. Derudover holdes normalt 1 time personalemøde hver uge. Der afholdes desuden en temadag med bestyrelsen.

Skole-hjem-samarbejde

Kontaktlæreren (KL):

KL har 3 primære opgaver i forbindelse med sine kontaktelever:

1. At knytte kontakt til eleven
2. At knytte kontakt til hjemmet
3. At sikre trivsel for alle elever i kontaktgruppen

KL tilstræber at få en tæt personlig kontakt til eleven således, at læreren er bekendt med alle forhold omkring eleven af både personlig, undervisningsmæssig og social karakter. KL tager derfor kontakt til hjemmet inden eleven er startet på skolen, for at starte den gode dialog op. KL står til rådighed for eleven, hvis denne ønsker en personlig samtale. Det er ligeledes KL's opgave at vejlede eleven, såfremt der opstår generelle eller specifikke problemer i forbindelse med undervisningen, i forhold til andre elever osv. KL er det primære forbindelsesled til hjemmet under elevens ophold på skolen. KL opretholder en dialog til hjemmet i forbindelse med problemer, der måtte opstå i løbet af skoleopholdet, det være sig af personlig og/eller social karakter osv. KL og eleven vil i samarbejde med forældrene søge at løse sådanne problemer.

Forældresamtaler:

1. Forældresamtaler – september

Forældresamtalerne afholdes af KL. Indholdet i samtalen bygges især op om, hvorledes eleven fungerer socialt og det faglige kommer kun i spil, hvis det er relevant. Hvordan har opstarten på

efterskolen været? Er eleven faldet til? Hvordan fungerer eleven i timerne, i fritiden, med kammeraterne osv.?

2. Forældresamtaler – november

Forældresamtalerne planlægges af elevens KL. Her fokuseres især på den enkelte elevs faglige kunnen og planer for ungdomsuddannelse og uddannelsesparathed.

3. Forældresamtaler – januar/februar

Forældresamtalerne er frivillige og planlægges af KL i samarbejde med faglærerne på klassetrinet. Her fokuseres især på den enkelte elevs faglige kunnen og planer for ungdomsuddannelse og uddannelsesparathed. Samtalen er frivillig og efter behov.

Sygdom:

På Nordjyllands Idrætsefterskole Stidsholt melder eleverne sig syge til køkkenet i forbindelse med morgenmaden. Køkkenet har tilsyn med syge elever. Bestilling af tid hos lægen foregår på kontoret. Samarbejde med forældre/elever ang. helbredsproblemer foregår gennem KL eller køkkenlederen.

Kommunikation:

Skolens hjemmeside og Facebook-side opdateres løbende med hensyn til arrangementer, projekter, ekskursioner m.m. Ansvarlig herfor er administrationen, Kasper Kaptain og forstander Andreas Larsen.

Forældrebreve:

Ledelsen udsender forældrebreve fra skolen. I forældrebrevene orienteres der kort om den forgangne periode og om arrangementer i nærmeste fremtid, ligesom evt. problemstillinger kommenteres. Derudover benyttes skolens intrasystem Zenbi til orientering.

Fællesarrangementer med forældre/familie:

Ved skoleårets start:

Forældre og søskende inviteres til fælles skolestart i august, hvor skolens personale præsenteres og der orienteres om skolestarten og serveres lidt let fra køkkenet.

Forældrearrangement i september:

Forældrene inviteres i september til et forældrearrangement: Her er der tid til hyggeligt samvær over en stort anlagt buffet, samtidig med at forældrene giver en hånd med, med små projekter på skolen, eleverne viser rundt på værelserne og der afholdes samtale hos KL. Derudover arrangerer det enkelte værelse en samtale om, hvordan det er at bo på efterskolen.

Galla

I forbindelse med gallafesten inviteres forældre og bedsteforældre/søskende til at overvære elevernes afslutningsdans.

Dimission:

Dimissionsfesten er den fælles afslutning på skoleåret. Forældre, søskende og øvrig nærmeste familie inviteres. Her serveres brunch, der synges fællessang, holdes taler, der overrækkes prøvebeviser, og der gives informationer. Skoleåret afsluttes med, at hver enkelt elev og forældrene tager afsked med skolens personale.

Hverdagsbeskrivelse

Ugen er bygget op, så eleverne samles flere gange dagligt bl.a. ved fælles måltider og til morgensamlingerne. Det tilstræbes, at alle er i gang fra morgenstunden.

De forskellige kontaktgrupper har ansvaret for i løbet af skoleåret at lave et aftenarrangement. Det drejer sig om halloweenfest, Oscar Night, gallafest etc.

I fritiden har eleverne mulighed for at benytte de fleste af skolens faciliteter i den udstrækning, de er til rådighed. Det gælder bl.a. styrketræningslokalet, idrætshallen og de øvrige lokaler. Efter aftensmaden er vagtlærerne til rådighed for eleverne. Her er der mulighed for at få hjælp til lektier og bare at få en samtale med en voksen. Derudover sørger vagtlæreren for at der er mulighed for aktiviteter.

Ved de tre hovedmåltider, som er obligatoriske for alle elever, er der tilsyn. Til morgen- og middagsmad er det køkkenpersonalet, der har tilsyn. Til aftensmaden er det det pædagogiske personale, der har tilsynet.

Hver weekend har to lærere vagt på skolen. De tilrettelægger i samarbejde weekendens forløb.

Køkkenpraktik:

Formål:

Køkkenpraktikkens formål er at give den enkelte elev indblik i og forståelse for det arbejde og den mad, der laves i skolens køkken. Endvidere skal eleverne lære de hygiejneregler, som er nødvendige i et køkken.

Køkkenpraktikken er også en del af skolen værdigrundlag om det forpligtende fællesskab.

Indhold:

Køkkenpraktikken tager først og fremmest udgangspunkt i den daglige madlavning, borddækning, opvask og rengøring. Efter en kort introduktion vil forløbet være udpræget praktisk med instruktion/undervisning, efterhånden som det falder naturligt i forløbet. Eleverne deltager i klargøring af råvarerne og i mindre grad i den egentlige tilberedning af måltiderne.

Køkkenpraktikken har til formål at lære eleverne om processerne fra ”jord til bord” og derudover sætte fokus på en mere klimabevidst holdning til mad.

Køkkenpraktikken arrangeres i kontaktgrupperne således hver kontaktgruppe hjælper i køkkenet i ca. 2 uger. Efter endt køkkenpraktik får eleverne en evaluering.

Fagtilbud:

Der udbydes følgende typer fag:

1. Boglige fag herunder
2. Prøveforberedende fag
3. Linjefag
4. Inklusionstilbud (fagligt løft)
5. Valgfag
6. Aktiviteter (tilbud – frivillig deltagelse).
7. Kulturfag (fællessamling, fællesmøde, temaarrangementer o.l. – MED mødepligt)

Desuden tilbydes skolevejledning og lejrskoler.

1. Prøveforberedende fag

Vi tilbyder prøveforberedende fag som i folkeskolen. Dvs. vi tilbyder folkeskolens afgangsprøve FP9 og 10. klasses prøven FP10.

a) Obligatoriske fag:

- Dansk (på begge klassetrin)
- Matematik (på begge klassetrin)
- Engelsk (på begge klassetrin)
- Idræt (på begge klassetrin)
- Samfundsfag (i 9. klasse)
- Biologi (i 9. klasse)
- Geografi (i 9. klasse)
- Fysik (i 9. klasse)
- Tysk (i 9. klasse)
- Historie (i 9. klasse)
- Kristendomskundskab (i 9. klasse - ikke prøvefag)

b) Tilbudsfag 10. klassetrin

- Tysk
- Fysik
- Psykologi
- Spansk
- Musik
- Krea for piger
- Fysiologi, anatomi og træningslære
- Samfundsfag
- Basketball og volleyball (halvårsfag)
- Boldspil (halvårsfag)
- Fodboldpsykologi
- SoMe
- Gymnasieengelsk (halvårsfag)
- Fagligt løft i fagene dansk, engelsk og matematik

3. Linjefag:

Skolen har 5 primære idrætslinjer:

- Badminton
- Fitness
- Fodbold
- Håndbold
- Svømning

På linjerne undervises der min. 8 lektioner pr. uge.

Der deltages i stævner, turneringer, holdkampe og arrangementer i alle 5 linjefag.

4. Valgfag (inkl. kombifag)

Der udbydes en række valgfag (primært til 10. klasserne)

Beskrivelse af yderligere valgfag kan findes på: <https://stidsholt.dk/valgfag/>
Desuden gives mulighed for at kombinere flere linjefag.

UU-vejledning:

Formålet med skolevejledningen er, at den enkelte elev tilegner sig et bredt kendskab til uddannelses- og erhvervsmuligheder og derved får udvidet sit valgrum. Desuden er formålet, at eleven indser værdien af at gennemføre en uddannelse, så Nordjyllands Idrætsefterskole Stidsholt kan medvirke til at leve op til målsætningen om, at 95 % af en ungdomsårgang gennemfører en ungdomsuddannelse. UU-vejlederne har i samspil med faglærerne ansvaret for at lave uddannelsesparathedsvurdering af den enkelte elev.

9. klasse:

I 9. klasse skal eleven have udarbejdet en uddannelsesplan som et led i de samtaler, der føres med UU-vejlederen. Desuden vil der være fælles vejledningsaktiviteter med henblik på at foretage valget mellem de forskellige ungdomsuddannelser og 10. klasse.

I forbindelse med 10 klassernes brobygningsforløb arbejder 9. klasse ligeledes nogle af dage med deres uddannelsesplan og mulighederne for fremtiden efter Stidsholt.

Efterfølgende laver de en "Obligatorisk Selvvalgt Opgave"(OSO), hvori de arbejder med deres egne fremtidsplaner. Der afsættes yderligere et par dage til dette arbejde, hvorefter det bliver fremlagt som en jobsamtale.

10. klasse:

I 10. klasse skal eleven arbejde videre ud fra den allerede eksisterende uddannelsesplan med henblik på at foretage valg af ungdomsuddannelse. Dette vil ske gennem personlige samtaler med UU-vejlederen samt fælles vejledningsaktiviteter.

Desuden skal eleverne gennem et brobygningsforløb enten på en gymnasial uddannelse og/eller en erhvervsuddannelse. Dette varer en uge, og under brobygningsforløbet skal eleverne bo på skolen. Skolen sørger for transport både til og fra brobygningsstedet.

Samtidig med brobygningsugen skal eleverne lave en "Obligatorisk Selvvalgt Opgave"(OSO), hvori de arbejder med deres egne fremtidsplaner. Der afsættes yderligere et par dage til dette arbejde, hvorefter det bliver fremlagt som en jobsamtale.

Lejrskoler:

Skolen tager på 2 lejrskoler – én indenrigs og én udenrigs.

Formålet er at få rystet eleverne sammen, udvikle deres sociale kompetencer og give dem faglige relevante oplevelser udenfor skolen. Den første lejrskole foregår i efteråret og går til Landal Rønbjerg. Gennem teambuildingsopgaver opnår eleverne styrket fællesskab og tro på egne evner. Den anden lejrskole er en skitur. Her er formålet at give eleverne en tur med hovedvægten lagt på fællesskab og idræt.

Den udenlandske lejrstur går til Norge, hvor eleverne arbejder med både deres sociale færdigheder og idrætslige færdigheder. Turen går til Hafjell, hvor eleverne bor i egne hytter med egenansvar for at få dagen til at fungere. Fra 9 – 15 undervises eleverne i at køre på ski. Undervisningen tilrettelægges niveauinddelt, så alle elever får nye kompetencer.

Desuden arrangerer skolen en vinterferie til Club La Santa på Lanzarote. Turen er frivillig og afholdes i uge 8.

Fællessamling:

Formål: Formålet med fællessamlingerne er at give eleverne kendskab til et bredt udvalg af danske og udenlandske sange og give dem sangglæde ved at synge disse sange som fællessang med klaver og/eller guitarledsagelse. Der fortælles om sange og teksters oprindelse, og de sættes i et historisk perspektiv. Desuden tales der om samfundsrelevante emner.

Fællesskabstimen

Timen vil som fællessamlingen bestå af sang, men det primære formål vil være at arbejde med øvelser fra trivselsprojektet "Me&We". Derudover vil timen indeholde obligatorisk rengøring.

Aktivitetstimer og fritidsfag:

Både skemalagt og i fritiden er der mulighed for at benytte skolens hal, værksteder og andre faciliteter. Nogle gange tilrettelagt af lærer andre gange på eget initiativ.

Støtte i undervisningen og hverdagen samt inklusion:

På Stidsholt er målet, at alle elever gennemgår en udvikling både personligt, idrætsligt og fagligt. Eleverne kan tilbydes forskellige former for støtte, for at opnå dette.

Indholdet i denne støtte er forskelligt afhængigt af den enkelte elevs behov. I forbindelse med "Ny elevdag" er der en samtale mellem elev, forældre og skolens pædagogiske leder eller en anden udvalgt lærer. Her drøftes støttebehovet og skolens tilbud. Hvis eleven har brug for at være en del af Stidsholts inklusionstilbud udarbejdes en skriftlig handleplan. To gange årligt evalueres den faglige udvikling.

Lektiecafe: Hver aften er der et åbent tilbud om lektiehjælp i skolens lektiecafe. Dette tilbud er for alle elever. Det kan indgå i inklusionselevs handleplan at have faste dage, hvor eleven skal arbejde i lektiecafeen.

Ordblinde elever: Skolen laver en særlig introduktion til AppWriter og TxtAnalyser for ordblinde og læsesvage elever og hjælper i gang med brugen af programmer. Ordblinde og læsesvage elever kan få ekstra tid til prøver efter gældende regler og OCR-behandlede prøvematerialer.

Inklusion på Stidsholt kan tage forskellige former med udgangspunkt i den enkelte elevs behov:

- Supplerende undervisning. Her er det muligt at vælge faget fagligt løft, hvor hovedvægten lægges på dansk engelsk og matematik
- Individuel undervisning/tolærerordning i sjældne tilfælde
- Støtte i den almindelige undervisning
- Undervisning på særlige hold og andre ekstraordinære holddannelser
- Hjælp til strukturering af hverdagen, lektier og afleveringer

Prøvefrihed: Vi har valgt at være prøvefri i kristendomsundskab. Derudover kan evt. prøvefritagelse undtagelsesvis aftales med forældrenes skriftlige samtykke.