

## Indholdsplan

Højskole: Idrætshøjskolen Ikast

Kurstitel: Langt højskoleophold

Kursusperiode: den 3/1 2010 – den 22/5 2010. Godkendt af: Bestyrelsen, den 17/12 2009, bestyrelsesprotokol side: 3

EMNE/OMRÅDE	BESKRIVELSE	Se vedlagte bilag nr:
<b>1. Skolens værdigrundlag og evt. formål</b>	Idrætshøjskolen Ikast bygger på en grundtvigsk tankegang og ånd. Det enkelte menneske skal udfordres og tage ansvar for egen tilværelse, finde plads i et forpligtende fællesskab og opøve evnes til at træffe kvalificerede valg i menneske- og samfundslivet. Idrætshøjskolen vil udvikle og støtte elevernes modenhed gennem undervisningen både i almindelige fag samt idrætsfag.	
<b>2. Hovedsigte</b> - livsoplysning - folkelig oplysning - demokratisk dannelse	Med udgangspunkt i idrætshøjskolens formål og værdigrundlag arbejder vi en vekselvirkning mellem alment dannende fag og idrætsfagene, der i den traditionelle kostskoleform som ramme, fremmer eleverne udvikling med livsoplysning, folkelig oplysning og demokratisk dannelse.	
<b>3. Undervisningen (ugevis)</b>	Kurset indeholder et grundskema, som er gennemgående i hele kursusperioden. Eleverne vælger først deres valgfag, når de er startet på idrætshøjskolen.	Skema forår 2010 (1)
<b>4. Fagbeskrivelser</b>	Linjeidræt: Håndbold, fodbold, golf og ”fit for fight” Stabilitetstræning Pro-aktivist Valgfag: Musik, massage, coaching/psykologi, ”kom i form”, idrætsskader, IT, ”ud i naturen” Fællesidræt Horisont Sang Morgensamling Svømning Events Fordybelsesfag	Bilag. Håndbold (2), fodbold (3), golf (4), fit for fight (5), stabilitetstræning (6), pro-aktivist (7), musik (8), massage (9), coaching/psykologi (10), ”kom i form” (11), idrætsskader (12), IT (13), ”ud i naturen” (14), fællesidræt (15), Horisont (16), Sang (17), morgensamling (18), svømning (19), events (20), fordybelsesfag (21)
<b>5. Særlige uger, fx ekskursioner og studieture</b>	I foråret 2010 er der særlige skemaer for: intro ugen, skituren, uge 12, påsketræningslejr samt afslutningsugen 2010.	Intro skema (22) Skema skitur (23) Skema uge 12 (24) Skema påsketræningslejr (25) Skema afslutningsugen (26)
<b>6. Vejledning (kun et krav på kurser på min. 12 uger)</b>	På Idrætshøjskolen hjælper vi eleverne med at blive afklaret, når de skal videre efter deres højskoleophold. I løbet af de første kursusuger taler eleverne med en underviser om forventninger til højskoleopholdet, sig selv og fremtidsplaner. Cirka halvvejs i opholdet er der igen en samtale med en underviser, hvor snakken er mere målrettet på fremtidsplaner samt en konkret afsøgning/vejledning af studie- og erhvervs muligheder. Inden opholdet slutter, er der en afsluttende samtale, hvor lærer og elev ser bagud og fremad og reflekterer over om målsætninger er blevet opfyldt og om	

	<p>fremtidsplanerne holder? Alle elever på Idrætshøjskolen deltager i ovennævnte forløb. Samtalerne foregår i en anderledes og mere uformel stil end vanligt. Alle elever på Idrætshøjskolen Ikast, er altid velkommen til at få en snak med en af skolens undervisere om uddannelsesmuligheder og/eller jobsøgning.</p>	
<b>7. Samværsaktiviteter</b>	<p>På Idrætshøjskolen Ikast er der dagligt en lærer til rådighed i tidsrummet fra kl. 17.00 – 22.00, der arrangerer forskellige aktiviteter sammen med eleverne. Det kan eksempelvis være: idrætsaktiviteter, foredrag, biograftur, quiz &amp; spil og almindeligt samvær. I nogle weekender er der undervisning og efterfølgende fest om aftenen. Andre weekender er der forskellige aktivitetstilbud til eleverne og når eleverne har en weekend med mulighed for lang hjemrejse er der en lærer tilstede omkring måltiderne.</p>	
<b>8. Ansvar/ medvirkende lærere</b>	<p>Jesper Johnsen Klaus Almind Jonas Dal Andersen Ulla Bæk Charlotte Amrani Svend Åge Sørensen Martin Eskesen Majken Lykke Larsen Jette Gøth</p>	