

## **Indholdsplan for Balle Musik- & Idrætsefterskole Udarbejdet 2019, redigeres løbende.**

### **Formål**

I henhold til skolens vedtægter er det BALLE's formål at drive skole indenfor gældende lovgivning.

### **Værdigrundlag**

BALLE er en Grundtvig/Koldsk skole, hvor trivsel, dialog og livsoplysning er i centrum. Vi prioriterer et fællesskab, der fremmer den enkeltes frihed og ansvarlighed. Initiativ, glæde og faglighed er for os vigtige faktorer til personlig udvikling af elever og medarbejdere.

### **Social Charter**

Balle Musik- & Idrætsefterskole er en efterskole, der er åben for alle, herunder fx socialt udsatte unge og unge med særlige udfordringer.

Vi har et tæt samarbejde med diverse kommuner, landet over, hvor vi særligt imødekommer unge, hvis forudsætninger for at gennemføre et efterskoleophold er udfordret. Her laver vi særligt tilrettelagte forløb for den unge med evt. familierådgiver, hvor vi både inden og under efterskoleopholdet afholder møder for at fremme samarbejdet og mødet med den unge.

Vi har på skolen kontaktlærerfunktion for alle elever og derudover bruger vi ekstra ressourcepersoner til at varetage særlig tilrettelagte forløb med den unge. Dette i et tæt samarbejde med skolens AKT medarbejder og det øvrige personale. En gruppe af vores lærere har været på ADHD kursusforløb for også at forstærke denne type elever som vi har flere og flere af hvert år. Ligeledes har vi som lærergruppe et øget fokus og vidensdeling omkring unges mistrivsel og angst. Her har vi også kursusforløb igangsat. Vi har desuden en procedure for tildeling af individuel supplerende elevstøtte.

### **Fællesskab**

Alle elever der starter på Balle, har pligt til at indgå i alle de facetter skoleåret indebærer. Man skal behandle andre som man selv ønsker at blive behandlet og møde kammeraterne med åbent og ærligt sind. Alle skal deltage i gymnastik, livsoplysning, fortælle-sangtimer. Dagen starter med morgenluft, morgenmad og morgensamling. Alle måltider og fællesarrangementer er obligatoriske for alle. I løbet af skoleåret laver vi introuge, udtrouge, terminsprøveuge, brobygning og projektuge, samt skilejrskole, der ligeledes er med til at styrke fællesskabet. Nedskevne rammer som mødepligt til måltider, timer og andre arrangementer forventes overholdt. Rygning er ikke tilladt, ej heller spiritus, e-cigaretter, snus, og andre euforiserende stoffer. Man skal sove i egen seng og man må ikke gå i seng med hinanden. Vi forventer, at alle bidrager med en almindelig god opførsel så der er plads både til dig og andre, en væsentlig del af fundamentet.

## Elever

Skolen optager 184 elever fordelt på 2 klassetrin, 1 stor 9. klasse med 2 lærersystem og 6-10. klasser. Eleverne optages på klassetrin og linjer i den rækkefølge de tilmelder sig. Der er så vidt muligt en ligelig fordeling af drenge og piger, der bor kønsopdelt, dog blandet på gangene. Eleverne inviteres inden skoleårets start på besøg på skolen til et kommende elevarrangement.

## Pædagogiske arbejde/tilsyn

Eleverne er delt op i kontaktgrupper med ca. 6-10 i hver, med ligeligt fordeling af drenge og piger. Endvidere er kontaktgrupperne "sammen" om at afholde elevarrangementer sammen. Der er 2 kontaktlærere pr. 12-20 elev, og dermed 2 forskellige lærere at gå til. Alle lærere har en kontaktgruppe og er primær kontakt til eleven og hjemmet. Der afholdes skole/hjem samtaler 2 gange om året ved forældredage, hvor der ligeledes laves forældremøder for forældrene, indeholdt relevante diskussioner. Et af vores fokuspunkter er fastholdelse af elever. Vi har elever og deres trivsel på ugens lærermøde, samt VIGGO, hvor der skal skrives til kontaktlæreren, hvis en af kontakteleverne ikke har det godt. VIGGO skal læses hver dag.

## Vejledning

Skolen har 3 vejledere der afholder uddannelsessamtaler med den enkelte elev. For eleverne i 10. Klasse er brobygning en del af skoleforløbet.

## Vejledningens formål

"Vejledningen om valg af uddannelse og erhverv skal bidrage til, at valg af uddannelse og erhverv bliver til størst mulig gavn for den enkelte elev og for samfundet"(jvf. Lov om vejledning om valg af uddannelse og erhverv kap.1§1)

## Strategiplan for vejledningen på Balle

Strategien for skolevejledningen på Balle er, at du som elev får klarhed over de muligheder, der er for fremtiden, samt at få skabt en sikkerhed i dit valg af ungdomsuddannelse. Der vil gennem dialog tages udgangspunkt i dine ønsker og muligheder for en ungdomsuddannelse og en videregående uddannelse.

I løbet af skoleåret skal alle elever have samtaler med vejlederen efter behov, som udgangspunkt min. 2 gange. Derudover vil der være mulighed for flere samtaler, hvis enten vi (som vejledere), dine forældre eller du selv ønsker det.

Eleven, forældrene og skolen er samarbejdspartnere, når det drejer sig om valg af uddannelse. Forældrene har en vigtig opgave ved uddannelsesvalget, og eleverne ønsker, at forældrene medvirker – gerne fra starten, da man så undgår pludselige uoverensstemmelser lige før deadline.

Det er vores strategi, at den enkelte får indsigt i egne muligheder og dermed et overblik over ungdomsuddannelserne. Det er vigtigt for os, at eleverne foretager bevidste valg og er opmærksomme på deres muligheder. I kan snakke om egne talenter, ressourcer og de menneskelige egenskaber. Livsmønstre og livskvalitet bliver vigtige emner også i andre sammenhænge end selve vejledningssamtalen.

Den individuelle samtale er vigtig og foregår løbende året igennem.

Uddannelsesplan: Alle elever i 9. og 10. klasse skal udfylde en uddannelsesplan, som sendes sammen med tilmeldingen til en ungdomsuddannelse. Denne plan indeholder en beskrivelse af, hvad eleven vil bruge sin uddannelse til, og hvordan eleven når frem til sit mål. Uddannelsesplanen udfyldes digitalt. Vejledningen foregår i et tæt samarbejde med eleven og forældrene.

### Undervisning

Balle er en boglig efterskole, hvor eleverne går op i folkeskolens afgangsprøver. Skemaet er delt op i 3 dele. Linjetimer, fællestimer og klassetimer. Skolen er delt op i 2 teams, et for hver årgang 9 og 10. Der undervises i de prøveforberedende fag, så de står mål med folkeskolen. Se under FAG:

Flere gange i løbet af året brydes den almindelige undervisning ned og erstattes af alternative fagdage og uger.

### En almindelig dag på Balle

Kl. 07:00 : Morgentur, morgenmad og morgenrengøring

Kl. 07:45 : Morgensamling

Kl. 08:20 : Undervisning

Kl. 09:50 : Pause med forfriskning

Kl. 10:20 : Undervisning

Kl. 12.00 : Frokost og pause

Kl. 12:40 : Undervisning

Kl. 13:40: Pause

Kl. 13:50 : Undervisning

Kl. 15:20 : Pause med forfriskning

Kl. 15.30 : Undervisning

Kl. 17.00 : Pause

Kl. 18:10 : Aftensmad

Kl. 18.30 : Områderengøring/Stillette tirsdag og onsdag, mandag og torsdag aktiviteter

Kl. 20.00 : Forskellige aktiviteter i fx. musiklokalet og hallerne

Kl. 21:30 : Aftendrik i spisesalen til dem, der har lyst

Kl. 21:45 : Områderengøring i halområdet

Kl. 22:00 : På egen gang

Kl. 22:15 : På eget værelse

Kl. 22:30 : Godnat - ZZZZ

## Samlinger

Vi afholder samlinger 4 gange om ugen. Varigheden er 25 min. Indholdet i samlingerne er sang, musik, fortælling og beskeder. Organiseringen: en lærer + en musiker har ansvaret for samlingen, og har forberedt fortælling for eleverne. Indholdet i fortællingerne tager udgangspunkt i "Livsoplysning og Folkelig oplysning", medborgerskab. Fortællingerne kan tage udgangspunkt i eget liv, hverdagen på skolen, lokale – eller globale problemstillinger. To dage i ugen har vi specielt fokus på at lære nye sange fra Højskolesangbogen. Disse samlinger har vi prioriteret at have to musikere der har ansvaret. De unge har valgt en Musik- & Idrætsefterskole, og derfor gør vi en ekstra indsats for, at alle skal mærke, opleve og deltage i musikken.

## Livsoplysning/Medborgerskab

Formål: At eleverne bliver inspireret gennem forskellige foredrag, workshops og lignende der giver inspiration til debat. Ledelsen og lærerne har samlinger, hvor de fortæller om ting de har oplevet, tager aktuelle emner op, fortæller om skolen og dens værdier, i det hele taget, tage nære ting op til debat med eleverne.

## Sang

Hver samling synger alle elever diverse sange fra højskolesangbogen og andre sange. 2 gange om ugen lærer eleverne en ny sang, så de efter endt ophold er kommet godt rundt i den danske sangskat. Formålet er, at eleverne lærer at synge og lærer nye sange.

## Efterskole og Musikaftener

I løbet af skoleåret organiserer vi aftener hvor eleverne optræder for hinanden, hvor foredragsholdere, musikere kommer på besøg og fortæller og spiller for eleverne.

## Anderledes dage

Formål: At bryde den vante hverdag op, og lave noget andet med eleverne på tværs af f. eks fagene. Dage med sprog, idræt, matematik, musik, fortælling og andet er inddelt på en måde, hvor undervisningen planlægges ad 3 perioder, formiddag, eftermiddag og aften, blandet med sociale samværsøvelser.

## Fagdage

Vi har i løbet af skoleåret flere fagdage i de forskellige boglige fag, hvor der tages emner op og her er der mulighed for fordybelse i de enkelte fag.

## Fag

I 9. klasse undervises der i dansk, tysk, engelsk, matematik, idræt, fysik, biologi, geografi, Naturfag, samfundsfag, historie, Kristendom.

I 10. klasse undervises der i dansk, tysk, engelsk, fysik og matematik.

Fælles undervises der i medborgerskab/Livsoplysning, sang, gymnastik og på tværs af årgangene undervises der på linjerne i håndbold, fodbold, rytme gymnastik, spring/Fitness og musik. Endvidere er der diverse valgfag som udspringer af de valg der udbydes og vælges af eleverne.

## Beskrivelse af Fag

På Balle Musik- & Idrætsefterskole følger vi folkeskolens formålsparagraffer og bekendtgørelser for fagene. Det vil sige, at vi forbereder eleverne til at aflægge prøverne FP9 og FP10.

### Dansk

Dansk er et dannelsesfag.

Dansk er almindendannende. Dansk er et fag, der, ud over at styrke dine færdigheder, udstyrer dig med redskaber til at få indsigt i din egen personlighed og verden omkring dig. At læse, at forstå det læste, at se igennem tekster, at analysere og fortolke, at fordybe sig. Alt dette bestræber vi os på at give dig tid og rum til.

At tage stilling, at diskutere, at argumentere, at fremlægge. Alt dette kræver sproglige færdigheder, og dem vil vi gerne give dig mulighed for at udvikle.

Du vil møde danske noveller og romaner, digte, artikler, spillefilm, dokumentarfilm, kortfilm, blogs, foredrag. Kort sagt forskellige danskfaglige genrer. Du vil få indblik i forskellige store danske forfatters forfatterskaber, og du vil få indsigt i og forståelse for litterære perioders sammenhæng med historie, kultur og samfund gennem tiderne.

Du vil blive konfronteret med temaer, som er udfordrende, givende, provokerende.

Den skriftlige del af danskundervisningen kommer i fokus året igennem.

Arbejdet med grammatik, retstavning og skriftlig formulering trænes løbende. At skrive varieret, personligt og korrekt er ikke kun en faglig, men også en personlig kompetence, og opgaver i modtagerrettet kommunikation kombineres med skrivning af forskellige genrer såsom fx erindringer, artikler, essays, kommentarer, debatindlæg, blogs, taler, dagbøger.

Både i det mundtlige og det skriftlige arbejde behandles stoffet multimodalt og digitale medier danner grundlaget for arbejdet.

Danskfaglige færdigheder er en forudsætning for at udtrykke sig, meddele sig, argumentere, give udtryk for sine holdninger, markere sig personligt, udtrykke følelser, få indflydelse.

På enhver ungdomsuddannelse er dansk et hovedfag, og vi vil gerne styrke dig og udvikle dine danskfaglige færdigheder, så du føler dig godt rustet til at gå videre i dit uddannelsesforløb.

Danskundervisningen afsluttes med FP9 og FP10.

Vi arbejder med forskellige genrer digte, noveller, eventyr, kortfilm og reklamer.

Herigennem udvikler vi dine færdigheder i at læse og tilegne dig viden og indsigt, øge opmærksomheden omkring sproglig korrekthed og udtrykke/formulere dig klart og forståeligt både mundtligt og skriftligt til forskellige modtagere.

Skolens elever er delt op i årgangsteams, hvor vi inden for den enkelte årgang periodevis arbejder på tværs af klasserne, og hvor faget dansk ligeledes indgår i tværfaglige forløb. Vi vægter at stimulere din selvstændighed og evne til at indgå i gruppearbejde.

Desuden er dansk på Balle et fag, du vil komme til at stifte bekendtskab med både nyere og ældre - især dansk - litteratur med hovedvægt på tekster fra den danske kulturkanon.

Med udgangspunkt i din personlige dannelse forsøger vi at opøve en bevidsthed og sikkerhed omkring dine egne holdninger. Det foregår bl.a. gennem debat og argumentation ud fra et givet stof eller emner.

### **Matematik**

Undervisningen er målrettet mod undervisningsministeriets prøver; FP9 og FP10.

Undervisningen sigter ligeledes mod at give dig et dannelsesmæssigt aspekt, hvor matematik i anvendelse og problemorienteret undervisning er i fokus.

For at imødekomme alles behov, undervises der efter forskellige metoder.

Herunder eksperimenterende og undersøgende matematik, hvor der er sammenhæng mellem praksis og teori.

Da efterskoleelever kommer fra mange forskellige skoler og dermed også med meget forskellige forudsætninger, lægger vi vægt på at undervisningen bliver differentieret.

Undervisningen er organiseret som klasseundervisning, derudover arbejdes der i perioder også med niveaudelt og kønsopdelt undervisning.

### **Engelsk**

Formålet med undervisning i engelsk er at fremme elevernes evne til at forstå engelsk tale og tekst samt øge deres evne til at udtrykke sig nuanceret på engelsk såvel mundtligt som skriftligt. Det er desuden formålet at give eleverne viden om kultur- og samfundsforhold i engelsktalende lande og derved styrke deres internationale forståelse set i lyset af deres egen kultur.

På Balle arbejder vi målrettet mod eksamen. Elevernes kommunikative færdigheder forbedres gennem en undervisning der veksler mellem klasseundervisning, gruppearbejde, fagdage og individuelt arbejde. Eleverne laver ligeledes flere fremlæggelser i løbet af året for på den måde at træne dem i eksamenssituationen. Vi afholder terminsprøver for alle klasser og afslutter året med henholdsvis FP9 og FP10

### **Tysk**

På Balle er tysk et obligatorisk fag. I 9. og 10. klasse er det eksamensfag. Der er mulighed for en mundtlig og/ eller en skriftlig eksamen i 9. og 10. klasse, FP9 og FP10

På alle klassetrin er der terminsprøver, som vil blive afholdt i starten af januar.

Der lægges vægt på et kreativt miljø, hvor der skal være mulighed for at udtrykke sig, såvel mundtligt som skriftligt. Der vil, ud over tekster, være smartboardundervisning, internetbaserede opgaver, musik og film som dele af undervisningen. Her arbejder vi især med at styrke din evne til at læse og forstå tysk samt at udtrykke dig mundtligt i samtale.

Desuden arbejdes intensivt med den tyske grammatik samt med skriftlige øvelser.

Vi prioriterer, at du får indblik i tysk kultur og historie og arbejder derfor med emner, der er aktuelle i din hverdag.

## Fysik/kemi

På Balle er fysik-kemi obligatorisk i 9. og 10. klasse.

Undervisningen sigter i 10. klasse mod den afsluttende praktisk-mundtlige prøve.

I 9. klasse sigter undervisningen både mod en eventuel udtræksprøve i faget og den fælles naturfaglige prøve. Undervisningen i 9. klasse suppleres med faget naturfag.

I den daglige undervisning arbejder vi med at give dig en grundlæggende teoretisk forståelse samt en naturvidenskabelig tilgang til problemstillingerne, så du bliver i stand til at planlægge, udføre og evaluere et forsøg.

Du får ved hjælp af forskellige arbejdsmetoder og udtryksformer mulighed for at udvikle erkendelse, nysgerrighed, fantasi og lyst til at lære. Det er målet, at undervisningen skal fremme din selvstændige stillingtagen og ansvarlighed overfor problemer, der vedrører miljø og levevilkår, og samspillet mellem menneske og natur.

De praktiske opgaver udføres i grupper for at fremme en aktiv dialog.

Vi tager så vidt muligt udgangspunkt i dagligdags fænomener for på den måde at styrke din motivation i fysik-kemi undervisningen gennem emner som f.eks. lyd, fødevarer, elektricitet og energi. Formålet er, at du bliver i stand til at forstå sammenhænge, der vedrører dagligliv, samfundsliv og naturforhold.

## Biologi

På Balle er biologiundervisningen obligatorisk i 9. klasse.

Undervisningen sigter både mod en eventuel udtræksprøve i faget og den fælles naturfaglige prøve og suppleres med faget naturfag.

Undervisningen i biologi skal give dig et bredt kendskab til naturens mangfoldighed, vores miljø og sundhed, samt give dem grundlæggende forudsætninger for at tage stilling til vigtige personlige og etiske spørgsmål. Dette sker gennem arbejdet med emner som bæredygtig udvikling, mad og sundhed, økologi og bioteknologi.

Undervisningen skal fremme din selvstændige stillingtagen og ansvarlighed overfor problemer der vedrører miljø og levevilkår, og samspillet mellem menneske og natur. Når det er muligt indgår et undersøgende element i arbejdet, og eleverne får ved hjælp af forskellige arbejdsmetoder og udtryksformer mulighed for at udvikle erkendelse, nysgerrighed.

## Geografi

**Demografi og erhverv:** Befolkningsudvikling i I og U-lande, samt by- og erhvervsudvikling.

**Jordkloden og dens klima:** Hvordan er jorden opbygget, og hvilke processer forgår, således at den kontant ændres? Hvordan fungerer jordens klima?

**Globalisering:** Hvad betyder det at leve i en globaliseret verden, hvilken betydning har det for os selv og vores samfund.

**Naturgrundlag og levevilkår:** Hvilke spor har istiderne efterladt i Danmark og hvilke landskaber og ressourcer har det givet til os. Hvilke muligheder og konsekvenser har det.

Den daglige undervisning i geografi, bliver herudover suppleret med faget naturfag. Udviklingen i erhvervene og erhvervsstrukturen i Danmark.

### Kristendom

På Balle har alle i 9. klasse i gennemsnit en times kristendomskundskab om ugen. Derudover bliver der arbejdet mere koncentreret med faget i en alternativ uge i november. I timerne bliver der arbejdet med de fire områder, som bliver gennemgået i "Fælles Mål", og som du skal have stiftet bekendtskab med, inden du evt. skal op i den mundtlige afgangsprøve i kristendom. Det er "Livsfilosofi og etik", "Bibelske fortællinger", "Kristendommen og dens forskellige udtryk i historisk og nutidig sammenhæng" og "Ikke-kristne religioner og andre livsopfattelser".

Undervisningen vil foregå som en vekslen mellem læreroplæg, dialog blandt læreren og eleverne på holdet, gruppearbejde, elevfremlæggelser og aktuelle sager, der bliver taget op og diskuteret. Der vil i hovedtræk blive arbejdet med kristendom, jødedom, islam, buddhisme og hinduisme, hvoraf kristendommen vil være den religion, vi går mest i dybden med, i overensstemmelse med "Fælles Mål". Derudover skal der arbejdes med livsfilosofi og etik, hvor eleverne bliver udfordret på deres holdninger og bliver øvet i at tage stilling og kunne ytre sig om det, de mener.

Du skal ved 9. classes afslutning gerne vide, hvad de fem hovedreligioner står for, hvilken indflydelse kristendommen har på deres hverdag, idet den har været hovedreligionen i Danmark i ca. 1000 år, og du skal gerne kunne tage stilling til eller kunne anskue diverse etiske og moralske dilemmaer fra forskellige sider. Undervisningen i kristendomskundskab bliver på den måde forhåbentlig oplysende og meningsdannende

### Historie

På Balle har alle i 9. klasse i gennemsnit en times undervisning i historie om ugen. Derudover bliver der arbejdet mere koncentreret med faget i en alternativ uge i november. Undervisningen vil foregå på hold af ca. 20 elever, og den vil veksle mellem læreroplæg, dialog blandt læreren og eleverne og gruppearbejde. Historie er et udtræksfag, hvilket betyder, at der er en mulighed for, at du skal op til 9. classes mundtlig afgangsprøve i historie, når vi når til juni.

Historieundervisningen skal gerne munde ud i, at du opnår en større forståelse for Danmarks og verdens historie, og at du kan sætte denne historiske indsigt i perspektiv til det samfund, vi lever i i dag - at verden af i dag er et produkt af den historie, der er gået forud. Der vil blive arbejdet med forskellige styreformere, med hovedvægten på demokratiet og den måde, hvorpå vi driver demokrati i Danmark. Det vil især ske ved at arbejde med Grundloven af 1849, udviklingen af den og ved at se på FN's menneskerettigheder. Derudover vil der bl.a. blive arbejdet med Danmarks grænser igennem tiden, samt hvilken indflydelse det havde på Danmarks selvforståelse.

Du vil arbejde projektorienteret og undersøgende i forhold til det historiefaglig i den daglige undervisning, ligesom du skal gøre til prøven til sommer. Du vil blive præsenteret for forskellige kilder, som de skal tage kritisk stilling til, og hvor de kan se, at historien bliver opfattet og beskrevet forskelligt ud fra den part i historien, der fortæller den.

### **Naturfag**

I naturfag vil du opleve at arbejde tværfagligt mellem fagene geografi, biologi og fysik/kemi. Her vil du i grupper komme til at arbejde selvstændigt og projektorienteret med de sammenhænge der er imellem de naturfaglige fag.

I løbet af året arbejder vi ud fra forskellige overordnede emner, hvor det, du har lært i de enkelte fag, kommer til at spille sammen.

### **Samfundsfag**

Der undervises i samfundsfag på 9. klassetrin i to lektioner pr. uge i perioden fra januar til juni. Undervisningen tager udgangspunkt i Fælles Mål, som beskriver:

"Formålet med undervisningen i samfundsfag er, at eleverne opnår viden om samfundet og dets historiske forandringer. Undervisningen skal forberede eleverne til aktiv deltagelse i et demokratisk samfund, jf. folkeskolelovens formålsbestemmelse."

Ud fra ovenstående arbejder du med 3 hovedemner i faget:

Politik: Magt, beslutningsprocesser og demokrati

Økonomi: Produktion, arbejde og forbrug

Sociale og kulturelle forhold: Socialisering, kultur og identitet

### **Idræt**

Idrætsfaget skal give eleverne erfaring med og indsigt i idrættens betydning for sundhed og trivsel samt i samspillet mellem samfund og idrætskultur. Eleverne skal gennem alsidig idrætspraksis have mulighed for at opleve glæde ved og lyst til at udøve idræt og udvikle forudsætninger for at forstå betydningen af livslang fysisk udfoldelse i samspil med natur, kultur og det samfund og den verden, de er en del af.

### **Skolens Linjer:**

#### **Ritmisk gymnastiklinje**

Har du lyst til at bevæge dig? Har du lyst til at arbejde koncentreret? Og ikke mindst: Har du lyst til at lære noget? Så er rytmelinjen for piger noget for dig!

I seks timer om ugen skal vi boltre os i vores haller.

Vi stiller ingen krav til hvad du kan når du kommer, men er helt sikre på, at du kan meget mere når du stopper. For at komme der til skal vi arbejde med grundgymnastikken, styrke- og konditionstræning, som er grundlag for at kunne arbejde videre med gymnastikken.

Endvidere vil vi arbejde med balance, smidighed, grounding, tyngde, spring over gulv og meget mere. Vi skal arbejde med forskellige udtryk; det feminine/bløde, det rå/funkede, det alvorlige og ikke mindst den søde og smilende efterskoleelev. Vi skal arbejde med forskellige genrer: Noget vil være blødt, andet markeret, noget med kontrol, andet helt afslappet, funk, håndredskaber, arbejde to og to sammen og meget mere.

Derudover tager vi workshopsturne og gymnastikkens instruktøruddannelse - Kursus 1, vil du løbende blive præsenteret for gennem året, så du sidst på skoleåret står med et bevis i hånden. Vi arbejder gennem hele sæsonen meget målrettet frem mod opvisningerne i foråret, da gymnastikopvisningerne er en vigtig brik i skoleåret på Balle.

### **Spring / Styrkelinjen**

"På spring-styrke linjen har vi fokus på, at du målrettet udvikler dig indenfor springgymnastik. Samtidig får du opbygget en stærk og spændstig krop, hvilket er afgørende for, hvor langt du vil nå med spring."

Spring: Gennem en udfordrende og målrettet undervisning får du rig mulighed for at dygtiggøre dig indenfor springgymnastik. Vi tager udgangspunkt i dit niveau og arbejder frem mod delmål og mål sat for dig. Med 4,5 times spring (3 træninger) på linje hver uge, er der masser af mulighed for, at du dygtiggøre dig.

I træningen vil vi bl.a. arbejde med:

- Springteknik
- Stortrampolin
- Minitrampolin
- Forlæns banespring
- Baglæns banespring
- Behændighedsøvelser
- Målsætning for den enkelte

Faciliteterne:

Vi har en veludstyret springhal med 2 stortrampoliner, 2 fastskumsspringgrave og en løsskumsspringgrav, samt flere springbaner, minitrampoliner, flikflak-bungee og videoforsinkelsesudstyr.

Styrke:

Vi tager udgangspunkt i den enkelte elev og laver træningsprogrammer, der rammer netop dig og dine mål. Vi har fuld fokus på styrke en gang om ugen (1,5 time), og de 3 andre ugentlige træninger slutter af med 20 min. styrke-/konditionstræning. I løbet af året arbejder vi med forskellige træningsformer og kommer bl.a. omkring:

- Styrketræning
- Crossfit
- TRX
- Styrkeløft
- Mountainbike
- Cirkeltræning
- Intervaltræning
- Spinning

### Faciliteterne:

Vi har et veludstyret og hyggeligt træningslokale, med en varieret sammensætning af styrke- og konditionsmaskiner. I løbet af 2016 udvider vi med et udendørs crossfit område. Omgivelserne omkring skolen giver endvidere gode muligheder for udendørs fitness. Derudover afholder vi, i løbet af skoleåret, linjedage, gymnastikcamp, workshops og meget mere.

På Balles Spring-styrjke linje er der plads og tid til den enkelte elev. Vi er 2 undervisere til 20 elever og det giver netop mulighed for, at du bliver set og får den bedste undervisning! På springlinjen arbejdes der målrettet med springgymnastik. Vi arbejder både med bane- og trampolin-spring og der ligger vægt på at de grundlæggende færdigheder bliver automatiseret i kroppen som et grundlag for de videre spring.

Vi har 3 ugentlige træninger af 1,5 timers varighed, og dermed er der god mulighed for at fordybe sig i gymnastikken og dygtiggøre sig!

Der ligger i undervisningen vægt på at alle skal udfordres på deres eget niveau og der er plads til alle, både nybegynderen som den øvede gymnast.

Vi har en veludstyret springhal med 2 stor-trampoliner, 2 fastskums-springgrave og en løsskums-springgrav.

Derudover har vi flere luft-springbaner og trampolin-springbane.

Har man lyst til endnu mere gymnastik, så er springhallen åbnet for brug de fleste aftner og der er ligeledes mulighed for at vælge op til 3 timers valgfagsspring om ugen.

### Musiklinjen

Vi arbejder med rytmisk musik i mange forskellige afskygninger. Vi forventer at man har en positiv indstilling til faget og at man brænder for at lære noget nyt og spille sammen med andre unge mennesker i alverdens forskellige sammensætninger.

I sammenspilssituationer lægger vi stor vægt på at lytte aktivt til hinanden og arbejder intensivt med tekniske instrumentale færdigheder.

Som musikelev på Balle vil du komme til at stifte bekendtskab med andre instrumenter end dit hovedinstrument. Vi bruger rotation som døråbner til en større forståelse af sammenhængen mellem sammenspil og musikalsk udtryk.

På Balle mener vi det er en uundværlig del af det at spille musik, at man kan synge. Derfor synger vi en masse. Vi arbejder både med teknik, klang og udtryk.

Vi arbejder med musikteori og hørelære. Både i form af rytmisk grundtræning/stomp og nodelære.

(Vi tilbyder instrumentalundervisning til elever på musiklinjen. Vi forventer, at man benytter sig af denne mulighed og gør en stor indsats for at dygtiggøre sig individuelt.)

Vi benytter os i vid udstrækning af vores lydstudie og der vil være mulighed for at modtage undervisning i brugen af dette.

Man må meget gerne benytte vores musiklokaler i fritiden og vi har stor glæde af de bands der opstår uafhængigt af undervisningen.

I løbet af året skal vi naturligvis på turné og ud at spille en masse koncerter, både med vores liniehold og bands.

## Fodboldlinjen

På fodboldlinjen er der plads til både drenge og piger!

Vi arbejder med 2 trupper - en drengetrup (30) og en pigetrup (15).

Formålet er, at den enkelte elev får mulighed for at træne med nogle på sammen niveau som en selv. Vi ønsker at skabe en optimal udvikling for den enkelte elev.

Vi vægter den enkeltes udvikling højt i træningen.

Vi arbejder med de grundlæggende fodboldmæssige færdigheder, som har fokus på den enkelte elevs personlige udvikling og spilforståelse.

Træningsemnerne er følgende:

Vi vil give jer en varieret træning hvor fokus områderne vil være:

-Teknisk træning

Pasninger, driblinger, finter, vendinger, afslutninger, tæmninger.

-Intervalspil

Defensiv organisation, opbygningsspil, omstillingsspil.

-Taktisk træning

Pladsbestemt træning

Der er mulighed for diverse kurser og uddannelser. Derudover deltager vi i forskellige turneringer og tager ud og ser professionelle fodboldkampe

## Håndboldlinjen

Håndboldlinjen er opdelt i en pige- og en drenge-linje, hvor du kommer til at træne 3-4 ugentlige hal-træningspas, samt 2 styrketræningspas.

Vi følger udviklingen i dansk håndbold, og forsøger at lave en undervisning der er tidssvarende med de tendenser vi ser udviklingsmæssigt på ungdomsområdet i dansk håndbold. Herunder blandt andet DHFs udviklingsprogram for talentspillere – The Danish way.

Udviklingshåndbold, frem for resultatorienteret håndbold - dog tager vi gerne gode resultater med som sidegevinst.

Vi brænder for håndbold og tager træningen seriøst. Vi forventer ligeledes at du brænder for håndbold og har en seriøs indstilling.

Blandt andet regner vi med at du møder op i en fornuftig fysisk og konditionel form. Du kan evt. følge håndboldlærernes sommer træningsprogram.

Skolen råder over fire nye beachhåndbold baner, som vi benytter ved enhver lejlighed når vejret passer til det.

På linien er der en individuel beachturnering, hvor vinderen kåres den sidste dag i skoleåret.

I løbet af året giver vi mulighed for at du kan tage et grundæggende instruktør kursus og et dommerkort.

## FÆLLES FAG:

### Obligatorisk gymnastik

Formål: Obligatorisk gymnastik på Balle fylder tre timer ugentligt, samt flere timer efter jul frem mod opvisningssæsonen. Nogle timer vil være pige/drenge- opdelt, mens andre vil være fællestimer.

Igennem året vil du blive præsenteret for en lang række af gymnastikkens grundelementer, såsom grundgymnastik, styrke og bevægelighed, koordinationstræning m.m. Alt sammen noget som vil gøre dig klar til at udføre sammenhængende sekvenser, der sidst på året vil munde ud i skolens traditionsrige gymnastikopvisning.

Du vil opleve samvær, fællesskab og at du er en vigtig brik i dette store projekt. I foråret turnerer vi rundt i hele landet med den årlige gymnastikopvisning. På drengesiden, vil der udover ovenstående blive arbejdet meget med springgymnastik i blandt andet vores nye multi-springhal.

### Spring

Der er mulighed for at vælge op til 2 timers valgfagsspring om ugen fra august til december for alle elever. I valgfagsspring arbejder vi bredt med springgymnastik og med både trampoliner og springbaner. Da mange af eleverne er nybegyndere indenfor springgymnastikken, ligges der stor vægt på en god introduktion til gymnastikken og indlæring af de basale færdigheder. Der arbejdes niveauopdelt i undervisningen for at tilgodese den enkelte elev, sådan at både nybegyndere samt de øvede gymnaster for en udfordrende undervisning og mulighed for at dygtiggøre sig. Der ligges stor vægt på at det skal være sjovt og udfordrende at have spring som valgfag. Da det er et populært valgfag, har vi ekstra timelærere på som underviser i valgfagsspring.

### Kor

Rytmaskor er et valgfag hvor alle kan deltage. Det eneste krav er at man har lyst til at synge.

Vi synger en masse gode sange i forskellige stilarter, lige fra gospel til pop. Sangene er både enstemmige og flerstemmige. Hvis man har en solist i maven er der også plads til det. Undervejs får man undervisning i at blive bedre til at synge: Hvordan trækker man vejret, hvordan skal man stå, hvordan lærer man at synge kraftigt o.m.a.

I løbet af skoleåret optræder koret til forældredage, efterskoleaftener, korstævner og afslutninger.

### Sammenspil

Har du lyst til at putte lidt mere musik i din hverdag, men har du ikke valgt musik som liniefag, så er chancen her.

Vi mødes 1 time om ugen og spiller nyere pop- og rocknumre. Man vil få mulighed for at stifte bekendtskab med mange forskellige instrumenter og genrer. Det eneste, der skal til, er lysten til at spille og synge.

Det vil være en fordel at have en lille smule kendskab til et instrument/sang, da det jo så går nemmere med at lære nye numre, men det er ikke et krav.

Vi skal naturligvis spille til de arrangementer hvor det kan lade sig gøre i løbet af året.

### **Køkkenuge for eleverne**

#### **Formål:**

Set i lyset af skolens kostpolitik, er det for os vigtigt at eleverne får indsigt i køkkenets dagligdag. Når den enkelte elev er i køkkenet, er undervisningsdelen baseret på madlavning, bagning, kostvejledning og hygiejne, hvor eleverne lærer vigtigheden af renlighed. I forhold til dagligdagen og respekt for maden og køkkenet, er denne del af skoleåret en meget lærerig del.

#### **Anderledes uger:**

Formålet med disse uger overordnet er, at eleverne skal møde nye venner i forskellige situationer, deres vante baner skal brydes. Endvidere møder de andre lærere i undervisningssituationer, så de bliver udfordret på en anden måde end i hverdagen

#### **Intro:**

#### **Formål:**

Det at starte i et forpligtende fællesskab, kræver åbenhed og læring. Det betyder at fokus i introugen er undervisning samt indføring i fællesskabet ved forskellige læringsituationer. Det vil igen sige at den enkelte dag er meget organiseret med en vekselvirkning af undervisning i fag, undervisning i fællesskab for alle og den individuelle tilgang til den enkelte elev. Formålet er at få den enkelte elev gjort bevidst om skolens dagligdag, dens forventninger og det at være en vigtig del af et stort lærende fællesskab.

### **10 klasse OSO/Brobygning**

#### **Obligatorisk Selvvalgt Opgave**

Retningslinier for Obligatorisk Selvvalgt Opgave i 10. klasse Formålet med Obligatorisk Selvvalgt Opgave er bl.a. at styrke dig i forhold til fremtidige uddannelsesvalg. Det er et krav, at alle 10. klasses elever skal aflevere og få godkendt en selvstændig Obligatorisk Selvvalgt Opgave. Den selvvalgte opgave for 10. klasser skal fremstå som et selvstændigt produkt. I arbejdsforløbet er det dog tilladt at samarbejde med andre opgaveskrivere omkring bl.a. interviews og besøg på virksomheder. Hvis du skal i 10. klasse, bruges uddannelsesplanen i forbindelse med den obligatoriske selvvalgte opgave (OSO), hvor den kommer til at være udgangspunkt for opgaven.

**Brobygning:** Elever i 10. klasse skal i brobygning på ungdomsuddannelser for at blive afklaret i forbindelse med fremtidige uddannelsesvalg. Der er her en forældrebetalt transportudgift.

### **9 klasse Projekt opgave**

#### **Projekt opgaven**

Retningslinier for Projekt opgaven i 9. klasse Formålet med Projekt opgaven er at styrke projekt opgaveformen og give den enkelte elev mulighed for fordybelse i tværgående problemstillinger. De tværgående problemstillinger skal som et minimum belyses gennem to fag. Der er mulighed for at arbejde selvstændigt såvel som i grupper.

Overskriften for projektopgaven er givet på forhånd, og det er så den enkelte elevs opgave at formulere delemner og problemstillinger, der ønskes belyst.

### **Skilejrskole**

#### **Formål**

1 uge om året flytter vi skolen til et andet land, for at udfordre eleverne i nye situationer. Pt tager vi til Østrig på skilejrskole. Hele ugen er eleverne delt op i hold, hvor de modtager undervisning af skolens lærere. Om aftenen er der fællesarrangementer hvor vi bruger det landskab vi bor i. Vi bruger tid før ugen på at lære om Østrig, samt at lave et rejsebureau. Formålet er at lære den enkelte elev at stå på ski, samt indføring i den østrigske kultur.

### **Gymnastikdage**

#### **Formål**

Gymnastikdagene kører med fokus på den obligatoriske gymnastik. Formålet er at klargøre og færdiggøre eleverne til et forår med opvisninger. Eleverne bliver udfordret fysisk med gymnastikprogrammet, hvor processen i udarbejdelse og deltagelsen i arbejdet har stor betydning. Derudover arbejdes der med formidlingen af gymnastikkulturen, at være en vigtig brik i den store sammenhæng, fællesskabet, og at repræsentere en skole.

### **Skriftlige prøver**

#### **Formål**

Eleverne tager folkeskolens afgangsprøver i 9 og 10 klasse. Perioden og de enkelte dage er delt op i prøver, undervisning og samvær. Formålet med ugen er, at eleverne får de mest optimale muligheder for at komme til prøve og at gøre det så godt som muligt.

### **Mundtlige prøver**

#### **Formål**

Eleverne tager folkeskolens afgangsprøver i 9 og 10 klasse. Perioden og de enkelte dag er delt op i lektiecafe, prøver, undervisning, idræt og samvær. Formålet med ugerne er, at eleverne får de mest optimale muligheder for at komme til prøve og at gøre det så godt som muligt.

### **Udtro**

#### **Formål**

Efter et år, er ugen overordnede sigte, at få sagt ordentligt farvel til eleverne og eleverne i mellem hinanden. Ugen indeholder undervisning, rengøring, tur til København hvor eleverne spiller musik og laver gymnastikopvisning på Rådhuspladsen, kontaktgruppeaften, caféaften og samvær.

Kurset starter søndag d. 11. august 2019 og slutter fredag d. 26. juni 2020.