

Indholdsplan for Dansk, 2024/25

Formål:

At eleverne skal fremme deres oplevelse og forståelse af litteratur og andre æstetiske tekster, fagtekster, sprog og kommunikation, som kilder til udvikling af personlig og kulturel identitet. Faget skal fremme elevernes indlevelsessevne og deres æstetiske, etiske og historiske forståelse.

Eleverne skal styrke deres beherskelse af sproget og fremme deres lyst til at bruge sproget personligt og alsidigt i samspil med andre.

Eleverne skal udvikle en åben og analytisk indstilling til samtidens og andre perioders og kulturers udtryksformer.

Eleverne skal i faget dansk udvikle deres udtryks- og læseglæde og kvalificere deres indlevelse og indsigt i litteratur og andre æstetiske tekster, fagtekster, sprog og kommunikation.

Eleverne skal have adgang til de skandinaviske sprog og det nordiske kulturfællesskab.

Målet med undervisningen er, at de forskellige danskfaglige kompetencer er integreret i arbejdet med sprog, kommunikation og alle typer tekster og der rettes fokus på, at eleverne, udover fagligt, kan bruge deres almindannede kompetencer selvstændigt og reflekteret i deres personlige og sociale liv, bl.a. til valg af uddannelse og erhverv.

Eleverne udvikler i en gensidig vekselvirkning mellem læsning og fremstilling et fagligt begrebsapparat til at kunne indsamle, undersøge, uddrage og sammenligne informationer, samt diskutere, vurdere og reflektere over egne faglige, personlige og sociale forudsætninger både mundtligt og skriftligt.

Eleverne udvikler desuden en mere selvstændig og reflekteret tilgang til arbejdet med litteratur og andre æstetiske tekster. Den almene dannelse konsolideres ved at øge elevernes evne til med indsigt at analysere og bearbejde tekster, samt at have overblik over, vurdere og reflektere over tekster. Eleverne ser, at tekster og temaer kan have universel betydning, og de kan se forbindelser mellem det læste og deres eget voksen- og samfundsliv.

Elevernes kommunikative kompetencer styrkes, så eleverne bevidst kan begå sig i formelle og offentlige sammenhænge, samt på demokratisk vis kan deltage i den offentlige debat.

Mål:

Målet er, at eleverne udvikler indsigt og evne til refleksion og selvstændigt overblik over egne faglige, personlige og sociale forudsætninger.

Undervisere:

Mikkel Illum, Malene Marie Nicolaisen, Ditte Munk og Mette Fromberg

Indholdsplan for Matematik, 2024/25

Formål:

Formålet med undervisningen i matematik er, at eleverne udvikler matematiske kompetencer og opnår viden og kunnen således, at de bliver i stand til at begå sig hensigtsmæssigt i matematikrelaterede situationer vedrørende dagligliv, samfundsliv og naturforhold.

Eleverne skal erfare at matematik rummer redskaber til problemløsning, argumentation og kommunikation.

Forudsætninger:

På Gribskov Efterskole forudsætter vi at eleverne har fulgt undervisning i matematik fra 0 - 9. klassetrin. Det betyder at eleverne forud for sin 10. klasse har arbejdet med de for ministeriets 4 bestemte emner:

- *Matematiske kompetencer*
- *Tal og algebra*
- *Geometri og måling*
- *Statistik og sandsynlighed*

Mål:

Undervisningen skal lede frem mod at eleverne har tilegnet sig kundskaber og færdigheder til at kunne anvende matematik i alle hverdagens situationer og gøre eleven klar til videre uddannelse.

Indhold/emner:-

Tal og algebra.

- Geometri og trigonometri.
- Statistik og sandsynlighed.
- Økonomi

Materialer:

Der vil blive taget udgangspunkt i eget produceret materiale. Herudover bliver eleverne også undervist i GeoGebra, Excel & Wordmat. Endvidere har eleverne adgang til træningsopgaver på Matematikfessor. I undervisningen får eleverne afleveringsopgaver med hjælpemidler samt mundtlige prøveoplæg, som forberedelse til deres eksamen.

Undervisere:

Emil Hartoft & Rasmus Viggard

Indholdsplan for Engelsk, 2024/25

Formål:

Undervisningen i engelsk er, at eleverne opnår kundskaber og færdigheder, der gør dem i stand til at kommunikere på engelsk både mundtligt og skriftligt.

Undervisningen skal samtidig udvikle elevernes sproglige bevidsthed om engelsk sprog og om sprogtilegnelse. Undervisningen skal skabe rammer for oplevelse, fordybelse og aktiv medvirken for derved at fremme elevernes lyst til at bruge sproget personligt og i samspil med andre. Undervisningen skal bidrage til, at eleverne får tillid til egne evner og lyst til at beskæftige sig med engelsk sprog og kulturer til fremme af deres videre udvikling. Undervisningen skal give eleverne grundlæggende viden om kultur- og samfundsforhold i engelsktalende lande og derved styrke deres internationale og interkulturelle forståelse.

Mål:

Målet med undervisningen er at føre eleverne frem til den afsluttende prøve FP10.

Indhold:

Indholdet i engelskundervisningen vil bære præg af temaer der er virkelighedsrelevante. Derfor vil temaerne ændres hvert år. Et tema kunne være 'Culture around the World' eller 'Discrimination and Prejudice'.

Forudsætninger:

Eleverne skal have haft engelsk fra 1. klasse. Undervisningen tilrettelægges ud fra elevernes forudsætninger.

Undervisere:

Mette Fromberg og Malene Marie Nicolaisen

Indholdsplan for Idræt, 2024/25

Formål:

Formålet med undervisningen er, at give eleverne lyst til at lave idræt, at eleven tilegner sig viden om hvad idrætten gør for vores tilværelse i hverdagen og således at eleven får lyst til at være mere fysisk aktiv. Endvidere give dem folkelig oplysninger om de idrætslige fællesskaber på lokal og landsdækkende plan. Præsenterer eleverne for en bred platform af lege, sportsgrene og fysisk udfoldelse.

Mål:

Eleverne skal have forståelse for betydningen af livslang fysisk udfoldelse, igennem positive idrætsoplevelser. Eleverne skal opnå indsigt i og få erfaringer med adskillige nye aktiviteter.

Indhold/emner:

- Boldbasis og boldspil
- Dans og udtryk
- Kropbasis
- Løb, spring og kast
- Krop, træning og trivsel

Elevforudsætninger:

I og med at eleverne kommer fra forskellige skoler er elevens forudsætninger forskellige, dog regnes der med at eleverne har deltaget aktivt i undervisningen fra 0-9 klasse.

Materialer: Computer/Ipad/Telefon - Tjek på idræt - DGI idrætsbøger

Undervisere:

Kim Nielsen og Mads Amstrup

Indholdsplan for Medie, 2024/25

Formål:

at eleverne beskæftiger sig med forskellige mediegenre.

at eleverne fordyber sig i alle aspekter af arbejdet med kameraet og indgår i det teamarbejde som mange foto- og filmopgaver kræver.

at eleverne arbejder både foran bag kameraet for at bidrage til alles udvikling.

at eleverne opnår kundskaber og færdigheder indenfor fotografering med digital spejlreflekskamera, filmproduktion fra ide til produktion og digital billed- og lydredigering.

Indhold:

På medielinjen veksler vi mellem arbejdet med fotografiet og de levende billeder. Gennem hele året bliver eleverne udfordret på det niveau, de befinder sig på. Ligeledes opfordres eleverne til at bidrage til indholdet i undervisningen ved at lade sig inspirere af professionelle fotografer og filmfolk, hvis arbejde de forsøger at kopiere eller videreudvikle i undervisningen. Det er vigtigt gennem hele året at eleverne er opsøgende og nysgerrig i forhold til deres mediefaglige udvikling og læring.

Forudsætninger:

Medielinjen er for alle elever, der har lyst til at lære om fotografering og film. Man kan deltage i undervisningen uanset erfaringsniveau.

Dog kræver en udvikling og læring at man møder med en positiv indstilling og vilje til at fordybe sig i indholdet.

Undervisere:

Finn Brøndum, Marlene Zøllner-Manly, Søren Møller

Indholdsplan for Outdoor, 2024/25

Formål:

- At eleverne får gode oplevelser og udfordringer i og med naturen og dels, at eleverne får en lang række færdigheder og kundskaber, som sætter dem i stand til at udføre forskellige aktiviteter i og med naturen på fornuftig vis og med sikkerhed i fokus.
- At eleverne, med de værdier, der er i at færdes i naturen, kan udvikle sig selv som borgere i et demokratisk samfund og som verdensborgere.
- At eleverne opnår kundskaber og færdigheder indenfor en lang række aktiviteter i naturen fx kajak, kano, snorkling, MTB, klatring, lejrlev, orientering, adventure race, madlavning i naturen osv.
- Derudover er målet at give eleverne kundskaber og færdigheder, som gør dem i stand til:

At udfordre sig selv og sine grænser både fysisk og mentalt
At blive i stand til at klare sig i naturen under forskellige forhold
At planlægge og tage på tur med overnatning
At kunne samarbejde på trods af kulturelle og baggrundsmæssige forskelle
At bruge naturen som resurse på en bæredygtig måde
At opnå tillid til egen formåen i forhold til fysisk aktivitet

Indhold:

Kajak, klatring, snorkling/uv-jagt, førstehjælp, skitræning, MTB, mad over bål/trangia, træ- og vægklatring, orientering, teori, adventure race, skydning, dirt jump mv.

Forudsætninger:

Faget er for alle, som har interesse i at færdes i naturen. Man kan deltage i faget uanset færdighedsniveau, så længe man har en positiv indstilling og er klar på at blive udfordret.

Undervisere:

Mads Amstrup, Johanne Enemark og Kim Nielsen



Gribskov Efterskole
Stokkebrovej 33
3210 Vejby

+45 48 70 54 14
gribskov@gribskovefterskole.dk
www.gribskovefterskole.dk
CVR.: 72025628

Indholdsplan for Science, 2024/25

Formål:

Formålet med undervisningen er, at eleverne tilegner sig viden om vigtige fysiske og kemiske forhold i naturen og teknikken, med vægt på forståelse af grundlæggende fysiske og kemiske begreber og sammenhænge, samt viden om anvendelser af fysik og kemi i hverdagen.

Undervisningen skal medvirke til udvikling af naturvidenskabelige arbejdsmetoder og udtryksformer hos den enkelte elev, med henblik på at øge elevernes viden og forståelse af den verden, de selv er en del af. Undervisningen skal bidrage til, at eleverne erkender, at naturvidenskab og teknologi er en del af vores kultur og verdensbillede. Elevernes ansvarlighed overfor naturen og brugen af naturressourcer skal videreudvikles.

Undervisningen vil rumme varierende arbejdsformer i store og små grupper og i vidt omfang bygge på elevernes egne iagttagelser og undersøgelser, bl.a. ved laboratoriearbejde.

Undervisningen skal lede frem mod, at eleverne tilegnet sig kundskaber og færdigheder, der sætter dem i stand til at eksperimentere med relevant udstyr, anvende informationsteknologi i forbindelse med informationssøgning, dataopsamling, bearbejdning og formidling.

Indhold:

Lys

Sikkerhed omkring faget

Svingninger og bølger Lyd

Organisk kemi: Alkohol, fossile brændstoffer

Atomets og det Periodiske system

Energi og energiomsætning

Atmosfæren, de biologiske gasser, drivhuseffekt og den globale opvarmning.

Forudsætninger:

Undervisningen tilrettelægges ud fra elevernes forudsætninger, og vil altid tilstræbe at danne eleverne til engagerede medborgere med lyst og evner til at være aktive i vores demokratiske udvikling

Underviser:

Rasmus Viggaard

Indholdsplan for Krop og sundhed, 2024/25

Formål:

- At eleverne får forståelse for sundhedsbegrebet
- At eleverne tilegner sig viden om madens bestanddele
- At eleverne får viden om kroppens anatomi, fysiologi og træningsformer

Indhold:

Sundhedsbegrebet, kost, alkohol, euforiserende stoffer, livsstilssygdomme, kroppens anatomi og fysiologi, mental sundhed, social sundhed, positiv/negativ arv, dårlige sundhedsvaner mm.

Forudsætninger:

Faget er for alle eleverne på efterskole. Man kan deltage i faget uanset færdighedsniveau, så længe man har en positiv indstilling og er klar på at blive udfordret.

Underviser:

Kim Nielsen

Indholdsplan for Debat & Mening, 2024/25

Formål:

At eleverne lærer at debattere aktuelle emner fra ind- og udland

At forberede egne oplæg til efterfølgende debat

At kunne debattere demokratisk i en saglig og respektfuld tone

At forstå vigtigheden i at kunne lytte til andre holdninger end sin egen

Eksempler på indhold:

Me-Too, frigivelse af hash, klima, skattepolitik, vanvidsbilisme, stemmeret, abortlovgivning, atomkraft, kønsroller, økologi, fattigdom, fængsels- og dødsstraffe, EU, flygtninge/indvandrere.

Forudsætninger:

Faget læner sig op ad samfundsfag – dog med det twist, at det i Debat & Mening

er eleverne selv, der vælger de emner, som de brænder for.

Faget er for alle elever på efterskolen. Uanset om man følger meget eller lidt med i nyhedsstrømmen og samfundsdebatten, kan alle byde ind med egne holdninger og perspektiver.

Hvis man ikke er helt øvet i disciplinen, er dette fag stedet, hvor man i en tryk og respektfuld atmosfære kan øve sig i at udtrykke sine egne meninger udi til tider komplekse emner.

Underviser:

Mikkel Illum

Indholdsplan for Grænseland, 2024/25

Formål:

Formålet med faget er at eleverne får mulighed for at reflektere over, tale om og udforske emner vedrørende køn, normer, grænser, identitet og seksualitet.

Formål:

Formålet er at eleverne får en større bevidsthed omkring dem selv og deres tilstedeværelse i verden. Herudover bliver eleverne skarpere på at snakke om komplekse emner.

Indhold:

Indholdet i faget vil starte med et blik på normer og køn i vores samfund, herunder identitet, LGBTQ+ mm. Herefter vil vi bevæge os over i temaer som krop, seksualitet, grænser og samtykke. Indholdet er lærerstyret, men det har stort fokus på at eleverne selv arbejder med og snakker om de forskellige temaer, herunder vil der være flere kreative opgaver såsom videoer, podcasts, plakater osv.

Forudsætninger:

Faget er for alle eleverne på efterskole. Man kan deltage i faget uanset færdighedsniveau, så længe man har en positiv indstilling og er klar på at blive udfordret.

Underviser:

Mads Amstrup

Indholdsplan for Tysk, 2024/25

Formål:

Formålet er at tyskundervisningen skal danne grundlag for, at eleverne opnår kundskaber og færdigheder, der gør dem i stand til at kommunikere på tysk både mundtligt og skriftligt. Undervisningen skal samtidig udvikle elevernes sproglige bevidsthed om tysk sprog og om sprogtilegnelse. Undervisningen tager udgangspunkt i at fremme elevernes lyst til at bruge sproget personligt og i samspil med andre. Undervisningen skal bidrage til, at eleverne får tillid til egne evner og lyst til at beskæftige sig med tysk sprog og kulturer i deres aktuelle og fremtidige liv. Vi lægger vægt på, at undervisningen giver eleverne grundlæggende og relevant viden om kultur- og samfundsforhold i tysktalende lande og derved styrker deres internationale og interkulturelle forståelse.

Mål:

Målet med undervisningen er at vedligeholde og udbygge deres sproglige færdigheder.

Materialer:

Skrevne tekster Medier, lyd, film, billeder Ressourcer på Internettet Computer, mobil apps og programmer

Forudsætninger:

Eleverne skal have haft tysk fra 5.-9. klasse Undervisningen tilrettelægges ud fra elevernes forudsætninger.

Underviser:

Ditte Munk

Indholdsplan for Fysik/Kemi, 2024/25

Formål:

at eleverne tilegner sig viden om vigtige fysiske og kemiske forhold i naturen og teknikken, med vægt på forståelse af grundlæggende fysiske og kemiske begreber og sammenhænge, samt viden om anvendelser af fysik og kemi i hverdagen. Undervisningen skal medvirke til udvikling af naturvidenskabelige arbejdsmetoder og udtryksformer hos den enkelte elev, med henblik på at øge elevernes viden og forståelse af den verden, de selv er en del af. Undervisningen skal bidrage til, at eleverne erkender, at naturvidenskab og teknologi er en del af vores kultur og verdensbillede. Elevernes ansvarlighed overfor naturen og brugen af naturressourcer skal videreudvikles.

Undervisningen vil rumme varierende arbejdsformer i store og små grupper og i vidt omfang bygger på elevernes egne iagttagelser og undersøgelser, bl.a. ved laboratoriearbejde.

Undervisningen skal lede frem mod, at eleverne tilegnet sig kundskaber og færdigheder, der sætter dem i stand til at eksperimentere med relevant udstyr, anvende informationsteknologi i forbindelse med informationssøgning, dataopsamling, bearbejdning og formidling.

Indhold:

Sikkerhed omkring faget

Svingninger og bølger Lyd

Lys

Organisk kemi: Alkohol, fossile brændstoffer

Atomets og det Periodiske system

Energi og energiomsætning

Atmosfæren, de biologiske gasser, drivhuseffekt og den globale opvarmning.

Forudsætninger:

Undervisningen tilrettelægges ud fra elevernes forudsætninger, og vil altid tilstræbe

at danne eleverne til engagerede medborgere med lyst og evner til at være aktive i vores demokratis udvikling

Underviser:
Rasmus Viggaard



Gribskov Efterskole
Stokkebrovej 33
3210 Vejby

+45 48 70 54 14
gribskov@gribskovefterskole.dk
www.gribskovefterskole.dk
CVR.: 72025628

Indholdsplan for Podcastværksted, 2024/25

Formål:

Formålet med valgfaget er, at eleverne opnår forståelse for podcastgenren ved både at lytte til, analysere og forstå – og producere egne podcast.

Indhold:

Der lyttes til - og holdes oplæg fra læreren - om de forskellige genrer og koncepter inden for podcastens verden. Elevernes egne bud og ønsker kommer også i spil. Div. opgaver, der både er lærerbestemte, samt udarbejdet i samarbejde med eleverne, gør at der findes frem til nogle podcast, der skal produceres af eleverne selv.

Forudsætninger:

Valgfaget kræver ingen særlige forudsætninger, udover elevernes lyst til at lytte til forstå en podcast opbygning og herefter at prøve kræfter med at producere egne podcast.

Materialer:

Læreren bruger smartboard til afspilning af diverse podcast og eleverne bruger computere til at producere egne podcast. Skolen har to podcaststudier, hvor vi kan optage podcast.

Underviser:

Ditte Munk

Indholdsplan for Krea/creative space, 2024/25

Formål:

Formålet med valgfaget er, at eleverne udfordrer deres kreative evner – både ved bundne og frivillige opgaver.

Indhold: Div. kreative opgaver, der både er lærerbestemte samt udarbejdet i samarbejde med eleverne ud fra deres egen lyst og fantasi. Enkelte aktiviteter er fælles for alle, mens andre aktiviteter kan være baseret på noget eleverne også arbejder på i fritiden eksempelvis et maleri eller strikketøj.

Forudsætninger: Valgfaget kræver ingen særlige forudsætninger, udover elevernes lyst til at udfordre og udforske deres kreative evner.

Materialer: Div. kreative produkter såsom garn, broderi-grej, perler, smykkesnore, ler, maling, tegning samt tryk.

Undervisere:

Malene Marie Nicolaisen og Lone Jørgensen

Indholdsplan for Yoga, 2024/25

Formål:

Målet er at øge elevernes kropsbevidsthed og deres evne til afspænding og dermed indre ro. Det er et mål, at skabe en praksis, hvor eleverne oplever velvære gennem yogaen og lærer nogle klassiske yogaøvelser, som de kan vende tilbage til senere i deres liv.

Indhold:

Indholdet er både dynamiske og ikke-dynamiske klassiske yogaøvelser. Herunder mange øvelser, hvor der er fokus på åndedraget. Der er øvelser, der bidrager til styrke, smidighed og balance. Desuden indgår der par-øvelser og massage. Timen sluttet altid af med en afspænding.

Forudsætninger:

Eleverne behøver ikke have erfaringer med yoga, blot lyst til at udforske yogaen og mod til at prøve nyt.

Underviser:

Lise Tvorup

Indholdsplan for Musik, 2024/25

Formål:

At lære at spille, og synge alene og sammen med andre. Flerstemmig sang. Lettere akkorder og akkordskifte på guitar og klaver. At lære enkle rytmer og få en forståelse for musikkens opbygning.

Forudsætninger:

Man skal bare have lyst til at synge og spille sammen med andre.

Underviser:

Johanne Enemark

Indholdsplan for Massagekolen, 2024/25 **

Formål:

At eleverne får forståelse af massage og undervises i at give en problem løsende og afslappende massage af mindre områder, som fx ansigtet, hænder, arme og lægmuskler.

Indhold:

Vi starter med en kort introduktion til hvad massage er og hvor det kan bruges problemløsende. Dernæst lidt omkring en muskels opbygning og funktion, samt lidt alment om anatomi og fysiologi. Dernæst forvises forskellige massagegreb og eleverne arbejder nu sammen parvis for at træne og lærer at kunne give hinanden massage.

Der bliver lagt vægt på at eleverne forstår, at de skal være opmærksomme og nærværende, når de arbejder tæt på et andet menneske. Målet er at de selvstændigt kan give en mindre massage med forståelsen af at det kræver nærvær for at være en god massør.

Forudsætninger:

ingen specifikke forudsætninger, men interesse for sundhed og velvære anbefales. En åbenhed for at lære praktiske færdigheder og arbejde med andre mennesker. Nysgerrighed på kroppens funktioner og effekten af behandlinger.

Underviser:

Tina Klausen

Indholdsplan for Ketcherspil, 2024/25

Formål:

Formålet med undervisningen i ketcher-spil er at give eleverne lyst til at være fysisk aktive.

Mål:

Målet med undervisningen i ketcher spil er at give eleverne lyst til få noget motion og udvikle deres evner inden for de forskellige spil.

Indhold/emner:

Det vil være skumtennis, badminton og pickleball.

Elevforudsætninger:

Det kræver ingen særlige forudsætninger. Man skal have lyst til motion og lærer eller blive bedre til de forskellige ketcher spil. Alle niveauer kan være med.

Underviser:

Emil Hartoft

Indholdsplan for *De få rå*, 2024/25

Formål:

Formålet med undervisningen i "De Få Rå" er at give eleverne en livslang lyst til at være mere fysisk aktive. Eleverne skal selv opstille et mål om at løbe x antal kilometer i afslutningen af forløbet. Derfor skal eleverne kende til sammensætning af træningsprogram samt begrebet som hvilepuls, BPM, pace, slagvolumen, kondital og løbestil.

Forudsætninger:

Det kræver ingen særlige forudsætninger. Man skal have lyst til at udfordre sig selv fysisk og mentalt og i al slags vejr. Det kan være en fordel, hvis man har løbetrænet før, men vi skal alle starte et sted.

Indhold:

Løbetræning, cirkeltræning, bakketræning, trappetræning, beep test og teori.

Materialer/udstyr:

Et par gode løbesko er klart at foretrække. Ellers løbetøj til al slags vejr.

Mål:

Målet er, at eleverne får livslang lyst til at være mere aktive. Eleverne skal selv opstille et træningsmål for perioden.

Underviser:

Kim Nielsen

Indholdsplan for Pigesport/Hygge, 2024/25

Formål:

Formålet med valgfaget er at bevæge sig sammen og samtidigt have det sjovt.

Indhold:

Div. forskellige sportsgrene, inden/udendørs afhængigt af vejret – fx løb, gåtur, badminton, fitness, fodbold, håndbold, høvdingebold etc.

Forudsætninger:

Valgfaget kræver ingen særlige forudsætninger, udover elevernes lyst og gåpåmod.

Materialer:

Div. bolde og udstyr til de forskellige sportsgrene.

Underviser:

Mette Fromberg