

## **Indholdsplan for skoleåret 2019 – 2020**

Indholdsplan for skoleåret 2019 – 2020 .....	1
Om Københavns Idrætsefterskole .....	3
Værdigrundlag og nærmere formål .....	4
Mission på Københavns Idrætsefterskole Vi vil være den efterskole i Danmark, der tilbyder de mest optimale muligheder for håndbold-, fodbold- og danseelevs udvikling, kombineret med personlig udvikling og skolegang på 9. og 10. klassetrin!.....	5
Pædagogisk ståsted.....	5
Undervisningens indhold .....	8
Obligatoriske fag .....	8
Undervisning .....	8
Mål for undervisningen .....	9
It på KIES.....	9
Projektuger.....	10
Andre undervisningsformer .....	10
Skoletur .....	10
Linietur .....	10
Introuge og afslutningsuge .....	10
Elevens hverdag .....	11
Skemalægning på ugebasis .....	11
Undervisningslokaler.....	12
Muligheder for idrætsfaciliteter og udenomsplads.....	12
Fag på KIES .....	12
Elever i køkkent.....	13

## Om Københavns Idrætsefterskole

Skolekredsen til Københavns Idrætsefterskole havde stiftende generalforsamling den 30. august 2001. Forud havde gået et stort arbejde med at samle de tre foreninger, Boldklubben Frem, Boldklubben Fremad Valby og Håndboldklubben Ajax København. De tre foreninger havde et fælles ønske om at udvikle Valby Idrætspark og om at lave aktiviteter for børn og unge, herunder skoleaktiviteter.

I 2002 blev det første skoleprojekt forelagt kommunen, som havde vist interesse for projektet. Kommunen mente ikke, projektet havde den bygningsmæssige standard, som skal forventes af en skole, så derfor gik skoleprojekt 2 i gang sammen med arkitekt Ole Rosengren. Vi ønskede at bygge en skole med plads til 132 elever. Dette faldt desværre sammen grundet usikkerheden omkring bevarelsen af 10. klasse, så i august 2003 blev løsningen, at vi ændrede strategi og startede med en skole til 72 elever.

Byggeriet startede i april 2004, skolestart var 8. august 2004 og den endelige indvielse af skolen foregik i september, og hele skolen var klar til brug i nov. 2004 med liniefagene håndbold, fodbold og adventure.

Fra skoleåret 2006 valgte skolen udelukkende at fokusere på liniefagene håndbold og fodbold, for at danne de optimale rammer for håndbold- og fodboldelevers personlige og sportslige udvikling. Fra skoleåret 2017/2018 tilbydes der dans på Københavns Idrætsefterskole.

I skolekredsen spiller klubberne en stor rolle, de er det bærende element for skolens tilblivelse. Foreningslivets værdier er tydelige i skolens værdigrundlag og visioner. Skolen ønsker, at eleverne gennemgår en personlig og sportslig udvikling, så de får egenskaber, der skal til for at begå sig som leder i forenings- og klublivet.

Det er netop vigtigt, at skolen spiller en aktiv rolle i forhold til idræts- og skolelivet i lokalområdet og på den måde er med til at udvikle Valby Idrætspark. Det er skolekredsens ambition, at vi er synlige og aktive i samarbejde med de lokale organisationer.

KIES forener skolegang, klubliv og har en seriøs- og elitær indgangsvinkel til idrætskarrieren.

## Værdigrundlag og nærmere formål

Skolens formål er at drive en idrætsefterskole ud fra et socialt, humanistisk og demokratisk livssyn, med særlig fokus på idræt og andre fysiske udfoldelser.

Vi ser det humanistiske livssyn som et positivt syn på mennesker, og hvor udgangspunktet er, at mennesker lærer af hinanden i gensidig respekt og forståelse.

Vores hverdag er præget af at have mange bolde i luften, og derfor er kommunikation et vigtigt redskab i alle efterskolens rum for at give plads til hvert enkelt menneske. Vi væger et fornuftigt- og ordentligt sprog i alle relationer.

Københavns Idrætsefterskole vil være "Efterskolen for sportslig og personlig udvikling". For at opnå de bedste rammer for dette, har vi et stort fokus på, at den enkelte trives og har det godt. Et positivt sind er et godt udgangspunkt i ønsket om, at eleverne udvikles sportsligt og personligt.

**Den personlige udvikling** sker gennem det fællesskab som skoleliv, kostskoleliv og idrætsliv muliggør sammen med den mangfoldighed, som forskellige sociale grupper bidrager med. Vi ønsker derigennem, at eleven bliver afklaret med kompetencer og styrker samt får redskaber til at kunne håndtere personlige udfordringer fremover. Videre ønsker vi, at eleven får det mod, der skal til for at træffe personlige valg, der kvalitetssikrer deres fremtid.

Herudover er det vigtigt, at eleven styrkes i de store fællesskaber, så de lærer at kunne begå sig i et demokratisk- og digitalt samfund.

Af andre personlige egenskaber værdsætter vi som skole en positiv indstilling til livet, ærlighed og at man "gør det så godt man kan", samt at man besidder empati og er åben for at møde nye mennesker.

Ovenstående værdier lader sig komme til udtryk i vores hverdag; i elevernes huse, i vores undervisning og i vores fælles samvær i hverdagen.

## Den sportslige udvikling

Idrætten er central for Københavns Idrætsefterskole. Vi mener, at idrætten har værdier, som udvikler den enkelte elev i sociale sammenhænge.

- Idræt ses både som en fysisk og en mental samhørighed mennesker imellem.
- Idræt udvikler det gensidige samarbejde, som er vigtig for at kunne fungere i et fællesskab
- Idræt giver muligheden for at opleve kropsligt velvære
- Idræt åbner for udvikling i den kropslige og mentale bevidsthed
- I Idræt kan vi arbejde med målbare resultater
- Idræt rummer et etisk regelsæt med fairplay og sportsmanship

Skolen ønsker at udvikle elevernes idrætskompetencer på et bredt felt, her tænkes på den individuelle, fysiske, tekniske og taktiske udvikling – ud fra den enkeltes niveau. Skolen bakker op omkring, at eleverne udnytter sine særlige kompetencer inden for en idrætsgren, men vi ønsker også, at eleven får kendskab til flere og andre idrætskulturer.

Idrætten vil være gennemgående også i den almene undervisning, hvor idrætsrelaterede temaer vil blive prioriteret højt.

### **Mission på Københavns Idrætsefterskole**

Vi vil være den efterskole i Danmark, der tilbyder de mest optimale muligheder for håndbold-, fodbold- og danseelevers udvikling, kombineret med personlig udvikling og skolegang på 9. og 10. klassetrin!

Skolen drives inden for rammerne af de gældende regler om frie kostskoler.

### **Dannelse og livsoplysning**

Skolens formål er, at vi gennem daglig kontakt med de unge - i den almene undervisning og i de sociale rum på skolen og i de unges uddannelsesplanlægning – er med til at danne dig og ruste dem til et liv i det demokratiske samfund.

Gennem dette samspil af idrætslige oplevelser/erfaringer, praktiske og teoretiske fag ønsker vi, at eleverne får en større forståelse af sig selv og den livssammenhæng, de lever i. Vi ønsker at eleverne lærer at tage ansvar i nuet – være i nuet – og på den måde udvikles og modnes til hele mennesker.

### **Pædagogisk ståsted**

Det er vores opfattelse, at det er vigtigt, at vi udvikler os som mennesker og som skole, men hele tiden ser mulighederne for positiv udvikling omkring os, såvel på et alment menneskeligt plan som på et samfundsmæssigt.

Anerkendelse, relationer og nærvær er vigtige faktorer i vores samspil med de unge mennesker, og vi mener også, at det er vigtige grundstøtten at tage med sig videre i form af respekt, empati og ærlighed.

Vi har som udgangspunkt altid tillid til vores elever, og vi vægter dialogen, samarbejdet, ærligheden og empatien. Vi arbejder præventivt i vores pædagogiske arbejde og gør alt for at være på forkant med pædagogiske problemstillinger.



### **Elevgruppen**

I skoleåret optager skolen 124 elever. Der er 68 drenge og 56 piger fordelt på vores tre linjer: fodbold, håndbold og dans.

35 elever i 9. klasse, 89 elever i 10. klasse.

Vi tilstræber at optage lige mange piger og drenge, da vi ser denne deling som værende optimal for den samlede elevgruppe. Det giver en god stemning og er den bedste sammensætning for vores boform.

### **Personalegruppen**

Der er pt. ansat 5 kvindelige lærere på skolen – og 12 mandlige lærere. I køkkenet er ansat en kvindelig køkkenleder, to kvindelige assistenter og en mandlig assistent. På kontoret sidder en kvindelig sekretær og ude i marken arbejder vores praktiske mand.

Skolens ledelse består udelukket af forstander Thomas Yung.

### **Lærerrollen på skolen**

Lærernes job er inddelt i følgende områder:

1. Den almene undervisning, herunder idræt, linjeidræt, valgfag, skole- og studieture. Herudover indeholder denne del endvidere udarbejdelse af undervisningsplaner, mv.
2. Relationsarbejde med vejledning og rådgivning af elever, herunder kontaktlærerrolle for en kontaktgruppe for 10 - 12 elever i hver kontaktgruppe.
3. Aften- og weekendlærerfunktion med ansvar for aktiviteter i elevernes "frie perioder".

Skolen ansætter primært fuldtidsansatte lærere, da skolens ledelse vurderer, at dette er med til at skabe kontinuitet i dagligdag. Herudover er der et antal timelærere/tilkaldevikarer til fagspecifikke kompetenceområder.

## Undervisningens indhold

Vi følger lovgivningen på området og tilbyder de fag, som kræves for at gå til folkeskolens afgangsprøve, FS9 eller FP10. Vi har delt undervisningen ind i obligatoriske fag og linjefag.

Ved skoleårets start vælger eleverne i 10. klasse en studieretning med særligt fokus på de gymnasiale fag, de naturvidenskabelige fag eller de klassiske handelsfag. Alle retninger vil være adgangsgivende til den ungdomsuddannelse, eleven ønsker, hvis optagelseskravene er indfrie.

### Obligatoriske fag

Dansk  
 Engelsk  
 Matematik  
 Engelsk  
 Fællestimer  
 Naturfag 9. klasse  
 Historie 9. klasse  
 Samfundsfag 9. klasse  
 Kristendom 9. klasse  
 Idræt 9. klasse  
 Fremmedsprog, enten tysk eller fransk 9. klasse  
 Dannelse og livsoplysning 10. klasse

### Linjefag

Eleverne vælger fra skoleårets begyndelse optag på en af skolens tre linjer: håndbold, fodbold eller dans.

Der vil være 4 lektioners linjeundervisning ugentligt. En lektions varighed er halvanden time.

### Undervisning

Undervisningen vil være en blanding af projektorienteret undervisning og lærerstyret undervisning, hvor vægtningen af de to undervisningsformer veksler fra fag til fag. Dog ser vi kombinationen af de to undervisningsformer som den primære løsningsmodel med inddragelse af digitale læremidler og det 21. århundredes kompetencer.

Vi mener, den projektorienterede undervisningsform vil knytte sig til skolens værdigrundlag, om at styrke elevernes evner til at tage personlige beslutninger og udvikle en selvstændig identitet samtidig med, at de skal indgå i et forpligtende fællesskab. Vi vil udfordre eleverne til at tage medansvar for deres egen læring og vil arbejde hen imod, at eleverne deltager i alle arbejdsprocesserne i læringen. Det betyder, at eleverne skal deltage aktivt med alle dele af læreprocessen, fra den udvikles til den evalueres.

Vi mener, den lærerstyrede undervisning sikrer, at den nuværende FS9 og FP10 prøveform nås. Her tænkes der på auditive kompetencer i sprogfagene og de receptive discipliner, som eleverne testes i til prøverne.



### **Organisering og mål for undervisningen**

Eleverne er inddelt på stamhold i både 9. og 10. klasse. Som tidligere beskrevet, så vælger vores 10. klasses elever studieretning med henblik på mere målrettet forberedelse til ungdomsuddannelsen.

### **Mål for undervisningen**

- At undervisningen er vedrørende og anvendelig i dagligdagens praksisfelter
- At vi motiverer eleverne til videre uddannelse og give dem lyst til at lære mere
- At eleverne udfordres til selv at tage initiativ til undervisningens indhold og udformning
- At organiseringen tilpasses elevernes faglige behov

### **Mulighed for lektiehjælp**

På KIES er der hver dag mellem 16.00 – 17.00, hvor der er mulighed for lektiehjælp.

### **Social-pædagogisk indsats**

KIES indgår gerne i planlægningen af en særlig social-pædagogisk indsats med hjemkommunen. Det er dog en forudsætning, at hjemkommunen finansierer de nødvendige ressourcer for et særligt social-pædagogisk indsats.

### **Inklussionsaftale**

KIES overholder de retningslinjer, der er for inklussionsindsatsen på folkeskoleområdet, og der bliver indgået inklussionsaftaler med relevante elever og deres forældre i skoleårets start.

Inklusionseleverne kan til de skriftlige prøver få tildelt ekstra tid. Derudover er der i skoleåret 2019/2020 en inklusionslærer på skolen, som er rundt i de forskellige klasser som en ekstraressource i forhold til stilladsering af inklusionseleverne.

### **It på KIES**

It er en naturlig del på KIES, og det er en integreret del i undervisningen. "Bring your own device" er forudsætningen på KIES, og vi bruger Office-pakken i undervisningen. Printere er tilgængeligt for eleverne på skolen, og skolens trådløse WiFi slukkes mellem kl. 23.00 – 07.00 i hverdagene.

I hverdagen vil it være et redskab, som skal bruges af alle omkring skolen bl.a. intranet og mails. Derudover er it integreret i undervisningen, hvor det giver mening og understøtter elevernes lærerprocesser.

Vi arbejder ligeledes med elevernes digitale dannelse.

## Projektuger

Vi opererer med følgende projektuger:

- Obligatorisk selvvalgt opgave for 10. klasserne og projektopgaven for 9. klasse
- Brobygningsuge for 10. klasserne, hvor der er fokus på uddannelse
- Naturfagsuge for eleverne i 9. Klasse
- Studieuge, hvor eleverne selv vælger sig ind på fremmedsprogsfokus eller udeliv med fokus på ski.

Derudover er der i løbet af skoleåret fagdage, hvor undervisningen er problembaseret i forhold til løsning af opgaver

## Andre undervisningsformer

### Skoletur

Skoleturen er placeret fra den 1. – 8. september, hvor hele skolen og dets personale er på adventuretur i Toscana med bl.a. canyoning, kayak, pizzabagning, mountainbike etc.

Formål med turen er bl.a. at styrke det store fællesskab, som skaber grobund for resten af skoleåret.

### Linjetur

I marts måned tager linjerne på tur. Håndbold og fodbold tager til Barcelona, danserne tager til Los Angels.

### Introuge og afslutningsuge

De første to skoleuger vil ikke ligne nogle af de andre uger på skolen. Den har til formål at introducere skole og lærere til eleverne og at introducere elever til hinanden og til skolen. Skolen ønsker i denne uge at lægge grundstenene for det efterskoleophold, eleverne står overfor. Her tænkes på kommunikation og sprog, gensidig respekt og forståelse for hinanden, forventninger til hinanden om "at gøre det så godt man kan", mens man er elev på KIES.

Afslutningsugens mål er, at alle får en god afsked med hinanden, og mulighed for at samle op på de oplevelser eleverne har haft.

### **Uddannelsesvejledning**

Skolen har en uddannelsesvejleder. Hun har ansvaret for brobygningsugen for vores elever i 10. klasse og bistår vejledningen af vores elevernes uddannelsesvalg. Hun skal vejlede, guide og sørge for, at der bliver indtastet i optagelse.dk med forældreunderskrift.

### **Elevens hverdag**

På Københavns Idrætsefterskole starter hverdagen med morgenmad fra kl. 7.00 efterfulgt af "Morgensamling" og morgenoprydning inden dagsskemaet med lektioner går i gang kl. 8.00.

Vi forventer, at alle elever er aktive deltagere og overholder tidspunkter og aftaler i løbet af dagen.

Eleverne har nogle praktiske opgaver, som skal løses på skolen.

De skal selv stå for rengøring og oprydning i husene. Hver uge er der et værelse fra hvert hus, der er "husansvarlige", hvilket betyder, at de er ansvarlige for, at huset inden morgenmaden er ryddet op, samt, at de rydder op på husets bord efter hvert måltid.

### **Fritiden**

I fritiden kan eleverne deltage i foreningsaktiviteter. Vi forventer, at alle elever er aktive i en foreningsaktivitet, og skolen tilgodeser vigtige træninger, kampe eller opvisninger. Dog forventer vi som udgangspunkt, at alle elever er på skolen med mindre andet er aftalt.

Tidsrummet for at forlade skolen, hvis der ikke er klubtræninger er mellem 16.00 – 21.00, men dette skal meddeles til aftenlæreren.

### **Skemalægning på ugebasis**

Skemalægningen sker af den administrative koordinator, som også er ansvarlig for vikarlægningen og årskalenderen. Gennem skoleåret er der et fast grundskema.

Skemalægningen for de 42 uger.

Årskalenderen er på hjemmesiden.

## **Funktionsbeskrivelse af opholdsarealer og væresteder på KIES**

Elevboliger indeholder 4 dobbeltværelser, 2 badeværelser/toilet, entre og fællesstue. Værelserne har seng, arbejdsbord og skab til eleverne. Der vil være trådløst netværk i alle værelser og opholdsarealer, så eleverne har mulighed for at være mobile i arbejdet med computer.

Fællesstuen fungerer som grupperum i dagtimerne, hvor almen undervisning finder sted. I aftentimer og i weekends er der mulighed for, at den sociale gruppe i boligen har fælles initiativer, ligeledes er der mulighed for at elever på kryds af boliger finder sammen til forskellige arrangementer.

Elevboligen skal ikke være et sted, hvor eleverne isolerer sig, så derfor er der andre muligheder for ophold i fritiden.

I hovedbygningen er der fri adgang. Opholds- og spisesarealet, som er det centrale sted på skolen, vil i dagtimerne primært blive brugt til bespisning og gruppearbejde i forbindelse med den almene undervisning. I aftentimerne vil rummet blive brugt som værested, med spil, TV og mulighed for at spise et sent måltid.

Efterskolens egen sal er indrettet til danselektionerne og kan bruges til idræt og leg. Rummet er indrettet med musik og robust vægbeklædning, så det kan klare alle former for fysisk aktivitet.

## **Undervisningslokaler**

Dette er en beskrivelse af skolens undervisningslokaler som via deres forskellige indretning vil være med til at understøtte mangfoldigheden og rummeligheden i en moderne skole. Alle lokaler indeholder interaktive tavler og er udstyret med it. Undervisningslokalerne er indrettet, så de imødekommer nutidens krav til undervisningen og pædagogisk udvikling.

Derudover har skolen et auditorium, en foredragssal og et science-lokale.

## **Muligheder for idrætsfaciliteter og udenomsplads**

Københavns Idrætsefterskole ejer 4766 km<sup>2</sup>.

Nærmeste naboer er Bevægelseshuset, som er Fremad Valbys klubhus og Hafnia Hallen, hvor der er mulighed for fitness og alle andre sportslige aktiviteter.

## **Fag på KIES**

Fagene på KIES følger retningslinjerne fra Undervisningsministeriet, og undervisningen planlægges af faglærere, som har kompetencer i fagområdet. Undervisningen planlægges, gennemføres og evalueres af faglærerne.

Der vil i løbet af året være fagkonsultationer med elever og forældre samt løbende evalueringer. Faglærerne arbejder sammen om pensum, fagdage og planlægning i det omfang, det giver mening og er muligt.

Alle fag har udarbejdet årsplaner, som er delt med elever, forældre og skolens ledelse i den digitale læringsplatform Min Uddannelse.

Undervisningen tager udgangspunkt i det holistiske læringssyn, og eleverne træner såvel perceptive som produktive kompetencer i alle fag samt bliver præsenteret for det 21. århundredes kompetencer.

## **Elever i køkkenet**

### **Undervisningsform**

Undervisningsformen i køkkenet er mesterlæreformen (sideoplæring)

Eleverne skal i de 5 -8 dage de har køkkenvagt, gerne få kendskab til og viden om:

### **Planlægning**

Madplanen for de næste 5 dage planlægges i fællesskab, ud fra en grund skitse.

Eleverne skal sørge for at der er nogle bestemte krav opfyldt, så som, kød typer, fisk, vegetar og at kostprisen holdes, dette foregår med vejledning fra køkkenpersonalet.

### **Samarbejde**

Samarbejde imellem eleverne har høj prioritet i arbejdet. Eleverne skal lære at alle er nødt til at deltage i arbejdet, for at vi kan opfylde tidsrammen for færdiggørelse af maden. At andre er afhængige af deres arbejdsindsats. Det betyder at:

- Man skal kunne samarbejde, selvom man ikke er bedste venner.
- Der er visse retningslinjer og principper så som arbejdstid og lovgivningen på området som skal overholdes.
- Eleverne skal øve sig i at tage ansvar for egen læring.

### **Ergonomi**

Eleverne skal lære at være opmærksomme på, hvordan de bruger deres krop, i løft og stationære stillinger. Herudover hvordan de håndterer almindelige køkkenredskaber, så som knive, røremaskine, ovn mv.

### **Hygiejne**

Hygiejne har meget høj prioritet omkring madproduktion, og skolens køkken bliver vurderet på om vi følger reglerne. Derfor har det også en fremtrædende plads i køkkenundervisningen.

Eleverne skal lære de grundlæggende hygiejneregler på området. De skal vide, at der er en egenkontrol, som vi skal arbejde efter i køkkenet. Dette lærer de ved at være med til at måle temperaturer på retter (opvarmning og afkøling) og måle køleskabe.

### **Fagligt**

Indsigt i at planlægning af indkøb, tilberedning og madens indhold hører også med til køkkenet dagligdag.

- Eleverne skal have kendskab til årstidernes grønt, fisk, og frugt, da der tages hensyn til dette når der laves madplan.
- De skal have kendskab til hvad der skal tages højde for når man laver mad til mange. F.eks. Krydderier, mængder, anretning.
- De skal lære noget om hvor vigtigt det er at få variation i maden, i forhold til vitaminer, mineraler, farver og konsistens.

### **Personalets opgaver**

- Vores opgave er at være vejledere, igangsættere, opmærksomme på arbejdsprocesser.
- Vi skal hjælpe dem med at overholde de regler der er, vise dem hvordan man håndterer køkkenredskaberne og prøve at udfordre dem på smag, syn og lugt.
- Vi skal hjælpe dem med at gennemskue arbejdsprocesserne, og den tid det tager at udføre dem, så maden er færdig til tiden.
- Vi skal sørge for at vejlede eleverne så den mad de planlægger og laver er forsvarlig i forhold til energiindtag og lovgivningen på området.
- Vi skal hjælpe dem med at blive opmærksomme på, at man er nødt til at tage et ansvar for det arbejde man laver.
- Vi skal hjælpe dem med at skærpe deres opmærksomhed på deres egne ressourcer og kompetencer, og vække deres interesse for på sigt selv at kunne lave mad.
- Vores opgave er at motiverer eleverne til at få mest muligt ud af undervisningen
- At være opmærksom og hensynstagende over for de udfordringer den enkelte elev kan have i forhold til de arbejdsopgaver vi giver dem.

### **Evaluering**

Evalueringen vil finde sted sidste dag, de er i køkkenet, hvor vi vil tale om ugen, der gik.

Det vil være meget forskelligt hvad eleverne får lært på en uge i køkkenet, da det meget vil være op til den enkelte og deres engagement.