



LEVVRING

EFTERSKOLE

Indholdsplan

2025-26

Indholdsfortegnelse

Indholdsfortegnelse	2
Bestyrelsens godkendelse af indholdsplan 2025-26.....	3
Grundskema	4
Kostpolitik.....	4
Brug af kosttilskud	5
Undervisningsplan for køkkentjans.....	5
Medbestemmelsespolitik	8
Skolens overordnede pædagogik.....	9
Krav og forventninger	9
Skolens hverdag	10
Obligatoriske fag og prøver.....	10
Timeløse fag.....	11
Studieretninger.....	11
Linjefag	14
Valgfagsbeskrivelser	17
Emneuger	20
Udenlandsture.....	21
Bliveweekender.....	21
Arrangementer.....	21
Vejledning 25-26.....	21
Special pædagogisk støtte	21
Familielærer	22
Storfamilie.....	22
Life Performance.....	22

Bestyrelsens godkendelse af indholdsplan 2025-26

Godkendt den: 24/9 '25



Formand, Carl-Ejnar Sørensen



Annette Støvring

X

Ejnar Pedersen



Lars Kjær Rasmussen



Hanne Bach Lorentzen



Lars Hansen

Grundskema

Skema 2025/26 - 1. periode (18. august - 14. november)																							
Mandag				Tirsdag				Onsdag				Torsdag				Fredag							
8 - 9.30				8 - 9.30				8 - 9.30				8 - 9.30				8 - 9.30							
9.a	nat	bth/cs	fys	9.a	dan	rl/nct	9	9.a	dan	rl/nct	9	Gymnastik alle: shp,jhv,nct,jkf,nib	9.a	eng	rbm/cej	9	9.a	eng	rbm/cej	9			
10.a	eng	svm	1	10.a	mat	vta	1	10.a	dan	ct	1		10.a	dan	ct	1	10.a	dan	ct	1			
10.b	eng	ens	2	10.b	mat	jhv	2	10.b	dan	tob	2		10.b	dan	tob	2	10.b	dan	tob	2			
10.c	dan	ri	3	10.c	eng	cej	3	10.c	eng	cej	3		10.c	dan	ri	3	10.c	dan	ri	3			
10.d	dan	nct	4	10.d	eng	jsf	4	10.d	eng	jsf	4		10.d	dan	nct	4	10.d	dan	nct	4			
10.e	dan	rbm/mka	5	10.e	mat	cs/bth	5	10.e	dan	rbm/mka	5		10.e	eng	jls/jsf	5	10.e	eng	jls/jsf	5			
10.f	dan	ha	6	10.f	dan	ha	6	10.f	eng	ens	6	10.f	dan	ha	6	10.f	dan	ha	6				
10.g	dan	ri	7	10.g	dan	ri	7	10.g	eng	svm	7	10.g	dan	ri	7	10.g	dan	ri	7				
Samling 9.30-9.45 (jls, kt, jv) og pause 15 minutter																9.45 - 10.00							
10.00 - 11.30																Rengøring opstart							
9.a	dan	rl/nct	9	9.a	fys	cej/bth	9	9.a	mat	sa/bth	9	9.a	eng	rbm/cej	9	10.00 - 11.20							
10.a	dan	ct	1	10.a	eng	svm	1	Valgfag	svm, cej, mka, jhv/shp, ens, se, lb	10.a	mat	vta	1	Lærermøde/rengøring									
10.b	dan	tob	2	10.b	eng	ens	2			10.b	mat	jhv	2										
10.c	mat	ulk	3	10.c	mat	ulk	3			10.c	dan	ri	3										
10.d	mat	jls	4	10.d	mat	jls	4			10.d	dan	nct	4										
10.e	mat	cs/bth	5	10.e	dan	rbm/mka	5			10.e	eng	jls/jsf	5										
10.f	eng	ens	6	10.f	mat	cs	6			10.f	mat	cs	6										
10.g	eng	svm	7	10.g	mat	sa	7	10.g	mat	sa	7	10.g	mat	sa	7	11.25 - 11.45							
Rengøring/ Middagsmad 11.45																Rengøring/stjek							
Rengøring/ Middagsmad 11.45																							
12.30 - 14.00				12.30 - 14.00				12.30 - 14.00				12.30 - 14.00				12.30 - 13.00							
9.a	ldant	mka/tob	9	Adm.ansvar	ha, sa, tob	ldant		Rengøring/stjek				Adm.ansvar	ha, sa, tob	ldant		ugeafslutning kt, jv, jls							
SR	K&F	jls/cej	n.o.	Dans	sv, tob	demot		9.a	nat	bth/cs	fys	9.a	eng	rbm/cej	9	15 minutter							
SR	I&F	vta/bth	fys+	styrelse	sv, tob	demot		10	Studietid	bth/cs	vær	10.a	mat	vta	1								
Gymnastik shp, jhv, nct, jkf, nib				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10.b	mat	jhv	2								
				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10.c	dan	ri	3								
				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10.d	dan	nct	4								
				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10.e	eng	jls/jsf	5								
20 minutter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10.f	mat	cs	6	13.15 - 14.45							
14.20 - 15.50				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10.g	mat	sa	7								
Gymnastik shp, jhv, nct, jkf, nib				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær					10	Studietid	bth/cs	vær
				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær					10	Studietid	bth/cs	vær
				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær					10	Studietid	bth/cs	vær
				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær					10	Studietid	bth/cs	vær
SR	Tysk	bth/cej	4	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
SR	Science	cs/ens	fys	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
SR	I&F	ulk/ri	n.o.	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
0/20 minutter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
16.00-17.30/16.10-17.10				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
9.a	mac	sa/bth	9	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Valgfag: cs, nct, jsf				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær	10	Studietid	bth/cs	vær				
Aftenvagter				10	Studietid	bth/cs	vær	10</															

Skoleåret 25/26 er inddelt i 3 forløb:

1. forløb: 18.08-25-14.11.25
2. forløb: 17.11.25-13.03.26
3. forløb: 16.03.26-29.05.26

Grundskemaet er ens i de tre forløb, men bl.a. placering af studieretning og valgfag påvirker elevernes skema i de tre perioder.

Kostpolitik

På Levring Efterskole stræber vi efter at forpligte os på at spare på fedtet, saltet og sukkeret samt at få indarbejdet flere fibre og fuldkorn i de sammensatte retter. Derved sikrer vi, at eleverne får en god, sund og nærende kost, der både fordrer elevernes fysiske udvikling og deres evne til at tage imod læring fagligt såvel som personligt.

Vi bager det meste brød selv og laver generelt maden fra bunden af, hvor vi bruger færrest mulige forarbejdede madvarer. Desuden serveres der hver dag forskelligartede sammensatte salater og frugt.

Det er hovedsigtet, at måltidet skal give eleven energi til den daglige oplevelse og indlæring

Der kan tilbydes vegetarretter, hvis man er vegetar, inden man kommer på skolen. Der kan desuden laves diætmad, hvis der foreligger en aftale med hjemmet. Det samme gør sig gældende for troende muslimer, der ikke ønsker at spise svinekød. Disse retter vil anrettes separat på et andet bord ved alle måltider.

Eleverne har ikke altid forudsætninger for at kunne vurdere den rette kstsammensætning. Derfor har vi pligt til dels at undervise i dette, og dels at forsøge at påvirke deres valg på kostområdet.

Undervisningen i kostsammensætning er lagt ind i vores køkkentjansordning, 1,5 time om ugen, hvor eleverne undervises i hygiejne, råkostforarbejdning, madfremstilling og –opbevaring. Seks elever er med i køkkenet, alle elever er med i ca. 6 dage på et skoleår.

Det er vigtigt for os at indprente almene forhold vedr. bordskik og holde eleverne op på deres ansvar for sig selv og hinanden. Der er mødepligt til de tre hovedmåltider. Der er faste pladser til alle måltider.

Eleverne sørger selv for at møde op til morgenmaden kl. 7.25/7.35. Det faste bord, de sidder ved, har fælles ansvar for, at alle er mødt op. Morgenmaden serveres som et tag-selv- bord. (Havreflakes, havregryn, A-38, ymerdrys, brød, knækbrød, pålæg, ost, Kærgaarden, minimælk, kaffe og the, vand, en gang imellem havregrød og øllebrød mm.)

Der serveres formiddagsforfriskning i formiddagspausen, som er et tilbud om rugbrød med pålæg og/eller gulerødder. Der vil også være dage med alternativ forfriskning.

Middagsmaden kl. 11.45-12.15. Her serveres varm mad på tag-selv-borde og frugt til dessert. Der drikkes vand til den varme mad.

Eftermiddagsforfriskningen serveres i eftermiddagspausen. Den består typisk af friskbagte boller og frugt. Onsdag er der kage, som medbringes af familielæreren til den ugentlige familielærertime.

Aftensmaden er tag-selv-bord. Der er faste pladser. Spisetid kl. 17.50 til 18.20. Maden består af rugbrød, grovbrød, pålæg og en lun ret, der kan bestå af rester fra middagsmaden, gulerødder, tomater, agurk m.m. Der drikkes vand. Herefter samles på normal vis, hvorefter der kan gives besked.

Aftensservering er i spisesalen og er som regel et tilbud. Der serveres typisk brød, kiks, knækbrød. Ca. en gang ugentligt afholder vi caféaften, hvor der serveres saft og kage.

I weekenden serveres normalt brunch kl. 10 og efter aftale noget om eftermiddagen. Kl. 18.00 serveres der aftensmad. Der er mødepligt til måltiderne, også i weekenden.

Udenfor spisesalen hænger kontrolrapporten fra levnedsmiddelkontrollen, så man kan se den seneste rapport.

Af hensyn til risikoen for tyveri og alm. dansk lovgivning er det ikke tilladt for eleverne at handle indbyrdes. Og eleverne opfordres til udelukkende at have varer på værelset til eget brug.

Brug af kosttilskud

Det er ikke en nødvendighed at benytte kosttilskud, da vores kostpolitik sørger for den rette sammensætning af maden på Levring Efterskole. I forbindelse med træningen og de personlige målsætninger for enkelte elever, kan der med linjefaglærerne aftales et moderat, kontrolleret brug. Vi forbeholder os retten til at ændre ordningen og i yderste konsekvens forbyde indtaget på skolen.

Undervisningsplan for køkkentjans.

Køkkentjansens varighed er 5 + 2 dage. Undervisningen planlægges i henhold til skolens kostpolitik.

Undervisningens indhold tager udgangspunkt i følgende:

Generelle forhold omkring:

Hygiejne:

Personlig renlighed i alle sammenhænge.

Hvilke redskaber bruger vi til de forskellige råvarer? Anretning af buffet m.m. – hvordan omgås maden (skeer, gafler, hænder mm)

Kostberegning:

I videst muligt omfang indgår beregninger af kostsammensætningen i det daglige arbejde. Der sammenlignes forskellige kosttyper, som eks. chips og pomfritter m.m.

Som udgangspunkt er der 6-7 elever i køkkenet ad gangen. Disse har én dag i hver tilberedningsafdeling og to dage i afrydningsafdelingen.

Beskrivelse af undervisningsplan for en elev:

1. dag:

Morgen 1½ time	Introduktion varmeafdeling: Bagning af dagens brød. Følge opskrifter – udregne mængder. Veje og måle af. Blandingsforhold og rækkefølger.
9.30-10.00	Pause
Formiddag 2 timer	Dagens varme ret: Udskæring af kød. Følge opskrifter – gange mængder ud. Veje og måle af. Blandingsforhold og rækkefølger.
11.45 Eftermiddag 1½ time	Middagen præsenteres på skift af eleverne Afrydning: Nedkøling og opbevaring af madvarer. Hvilke kasseres og hvilke opbevares og hvorfor? Rengøring og klargøring af køkken og spisesal.
17.00-17.45	Klargøring af aftensmad: Genopvarmning af lune retter, anretning af pålæg på fade m. m. på buffet.
18.20-19.15	Afrydning: Nedkøling og opbevaring af madvarer. Hvilke kasseres, hvilke opbevares og hvorfor. Rengøring og klargøring af køkken og spisesal.
20.45-21.00	Servering af aftenforfriskning: Klargøring, evt. udskæring af kage, oprydning m.m.

2. dag:

Morgen 1½ time	Introduktion Den kolde afdeling: Pakke morgenmaden væk – opbevaring og hygiejne Anrette frokostbord. Anrette fade til aftensmad. Hygiejneforhold. Fremstille lune retter (tærter m.m.)
9.30-10.00	Pause
Formiddag 2 timer	Anrette fade til aftensmad: Hygiejneforhold. Fremstille lune retter (tærter m.m.)
11.45 Eftermiddag 1½ time	Middagen præsenteres på skift af eleverne. Afrydning: Nedkøling og opbevaring af madvarer. Hvilke kasseres og hvilke opbevares og hvorfor. Rengøring og klargøring af køkken og spisesal.
17.00-17.45	Klargøring af aftensmad: Gen-opvarmning af lune retter. Anretter buffet.
18.20-19.15	Afrydning Nedkøling og opbevaring af madvarer. Hvilke kasseres og hvilke opbevares og hvorfor. Rengøring og klargøring af køkken og spisesal.
20.45-21.00	Servering af aftenforfriskning:

Klargøring, evt. udskæring af kage, oprydning m.m.

3. dag:

Morgen 1½ time	Introduktion Grøntsagsafdeling: Pakke morgenmaden væk – opbevaring og hygiejne Forarbejder grøntsager. Fra rengøring til udskæring og tilberedelse.
9.30-10.00	Pause
Formiddag 2 timer	Forarbejder grøntsager: Fra rengøring til udskæring og tilberedelse.
11.45	Middagen præsenteres på skift af eleverne.
Eftermiddag 1½ time	Afrydning Nedkøling og opbevaring af madvarer. Hvilke kasseres og hvilke opbevares og hvorfor? Rengøring og klargøring af køkken og spisesal.
17.00-17.45	Klargøring af aftensmad: Gen-opvarmning af lune retter. Anretter buffet.
18.20-19.15	Afrydning Nedkøling og opbevaring af madvarer. Hvilke kasseres og hvilke opbevares og hvorfor? Rengøring og klargøring af køkken og spisesal.
20.45-21.00	Servering af aftenforfriskning: Klargøring, evt. udskæring af kage, oprydning m.m.

4. dag:

Morgen 1½ time	Introduktion Pakke morgenmaden væk – opbevaring og hygiejne: Oprydning og rengøring Opvask
9.30-10.00	Pause
10.00-11.30	Undervisning
11.45	Middag
Eftermiddag 1½ time	Afrydning: Nedkøling og opbevaring af madvarer. Hvilke kasseres og hvilke opbevares og hvorfor? Rengøring og klargøring af køkken og spisesal. Opvask
14.30-17.45	Undervisning
18.20-19.15	Afrydning Nedkøling og opbevaring af madvarer. Hvilke kasseres og hvilke opbevares og hvorfor? Rengøring og klargøring af køkken og spisesal. Opvask

De sidste to dage foregår på et senere tidspunkt på året, hvor elevernes øvrige skema er brudt om:

5. dag:

Morgen 1½ time	Introduktion Pakke morgenmaden væk - opbevaring og hygiejne: Oprydning og rengøring Opvask
9.30-10.00	Pause
10.00-11.30	Undervisning
11.45	Middag
Eftermiddag 1½ time	Afrydning: Nedkøling og opbevaring af madvarer. Hvilke kasseres og hvilke opbevares og hvorfor? Rengøring og klargøring af køkken og spisesal. Opvask
14.30-17.45	Undervisning
18.20-19.15	Afrydning Nedkøling og opbevaring af madvarer. Hvilke kasseres og hvilke opbevares og hvorfor? Rengøring og klargøring af køkken og spisesal. Opvask

6. dag:

Morgen 1½ time	Introduktion Pakke morgenmaden væk – opbevaring og hygiejne: Oprydning og rengøring Opvask
9.30-10.00	Pause
10.00-11.30	Undervisning
11.45	Middag
Eftermiddag 1½ time	Afrydning Nedkøling og opbevaring af madvarer. Hvilke kasseres og hvilke opbevares og hvorfor? Rengøring og klargøring af køkken og spisesal og opvask.

På specielle dage vil køkkentjanterne så vidt muligt følge alm. undervisning.

Medbestemmelsespolitik

I forhold til vores værdigrundlag og gældende regler har eleverne medbestemmelse / indflydelse på en række områder.

Elevråd

Vi har på skolen et elevråd, som i daglig tale omtales 'Trivselsrådet'.

Eleverne vælger selv at være med i trivselsrådet. Ved for mange deltagere kan der være afstemning.

Trivselsrådet mødes med den tilknyttede lærer og kan foreslå ændringer i hverdagen og nye arrangementer m.v.

Trivselsrådet har faste arrangementer, som de står for:

- Gallafesten
- Blå bog-skrivning
- Elevtrøjer
- Kåringer ifm. afslutningen

- Andre arrangementer, som trivselsrådet beslutter at gennemføre

Familiegrupper

Familielærerne kan ved de ugentlige møder med familiegrupperne aftale at fremlægge forslag til ændringer i hverdagen på lærerrådsmøderne.

Eleverne har ikke indflydelse på de overordnede pædagogiske linjer og personspørgsmål.

Skolens overordnede pædagogik

På Levring Efterskole tilstræber vi altid at benytte en anerkendende pædagogik. Det er vores grundholdning, at vi skal motivere med positive forventninger. Levring Efterskole modtager elever med meget forskellige baggrunde. Derfor bestræber vi os at møde dem med forståelse og anerkendelse. Det er dog eleven og hans/hendes forældre, der har valgt Levring Efterskole for det, vi står for. Derfor vil eleven altid blive holdt op på de værdier og forventninger, skolen har vedtaget. Hvis det ikke lykkes på et område, vil eleven blive mødt med undren og dialog.

Krav og forventninger

Vi lægger vægt på, at skolens hverdag bygges op om tryghed, tillid, anerkendelse og ansvar.

INGEN ALKOHOL OG EUROFORISERENDE STOFFER:

- Det er ikke tilladt at opbevare, indtage eller være påvirket af alkohol eller euforiserende stoffer på skolen eller til og fra skolen.

Overtrædelse kan medføre bortvisning.

SUND FORNUFT:

Desuden forventer vi, at du:

- møder skoleåret med en forventning om udbytte
- medvirker til at gøre skolen til et godt hjem og arbejdssted
- tager hensyn og viser respekt for andre, såvel elever som ansatte
- er en positiv kammerat
- respekterer, at skolen er røg- og nikotinfri
- færdes på skolen, samt til og fra skolen på en måde, så skolens positive omdømme til enhver tid plejes og udbygges
- møder velforberedt til alle timer
- møder udhvilet hver morgen
- deltager i timer og aktiviteter med engagement og glæde
- holder orden omkring dig
- viser respekt for andres ting
- ikke har sex på skolen

Sygdom

Ved sygdom mere end 2 uger, vil skolen sørge for at sende materiale til eleven, og aftale, hvor meget eller lidt eleven kan overkomme.

Skolens hverdag

07.25/7.35	Morgenmad
08.00 - 09.30	1. modul
09.30 - 09.45	Samling
09.45 - 10.00	Pause – formiddagsservering
10.00 - 11.30	2. modul
11.30 - 11.45	Oprydning og rengøring på værelse/fællesområde
11.45 - 12.15	Spisning
12.15 - 12.30	Pause
12.30 - 14.00	3. modul
14.00 - 14.15	Pause – eftermiddagsforfriskning
14.20 - 15.50	4. modul
15.50 – 16.00	Pause
16.00 - 17.30	5. modul
17.50 – 18.20	Aftensmad
18.30 – 19.30	Stilletime på eget værelse/mobiltid
18.30 – 19.30	Lektiecafé i spisesalen
19.30 – 21.45	Aftenaktiviteter
21.00 – 21.30	Aftenforfriskning i spisesalen
21.45 – 22.00	Aftenrengøring
21.45 – 22.15	Gangtid/børste tænder
22.15	Eleverne skal være på eget værelse/ lærere siger godnat
22.45	Alt slukkes

Obligatoriske fag og prøver

På skolen har vi de obligatoriske fag, som eleverne automatisk får i en offentlig 9. og 10. klasse. De obligatoriske fag følger niveauet på klassetrinnet – dog kan prøveniveauet for 10. klasserne ændres op til prøverne i foråret – hvis det er muligt jf. folkeskoleloven.

For 9. klasse afholder vi ikke prøve i faget kristendomskundskab. Religions- og kristendomsundervisningen er en integreret del af fællestimer og samlinger.

Udover de bundne prøvefag (dansk mdtl. og skr. dansk, skr. matematik og mdtl. fællesprøve i fysik/kemi, biologi og geografi) bliver der i 9. klasse også udtrukket prøver. Dette kan både være mundtlige og skriftlige prøver.

I 10. klasse undervises i fagene dansk, matematik og engelsk. Der er mundtlig og skriftlig prøve i alle tre fag. Eleverne vælger inden skolestart, hvorvidt de ønsker at have tysk i 10. klasse.

Gældende for alle fag i 9. klasse: De nationale mål for elevernes udbytte af undervisningen er fastsat i Fælles Mål. I Fælles Mål er fagenes formål, kompetenceområder og -mål, samt tilhørende færdigheds-og vidensområder beskrevet – og det er dette undervisningen også følger på Levring Efterskole. Naturfag i 9. klasse er sammensat af fagene fysik/kemi, biologi og geografi.

Medborgerskab

På Levring Efterskole har alle elever i 10.klasse medborgerskab. Formålet med faget er at skabe sammenhæng og samarbejde mellem hverdagen på skolen, det omgivende samfund, og den tid vi lever i. Vi tager udgangspunkt i vores værdigrundlag, så eleverne, gennem demokratisk dannelse, bliver kompetente medborgere, der bidrager værdifuldt til samfundet. Undervejs får eleverne mulighed for at komme med ideer og inspiration til faget. Undervisningen foregår i en vekselvirkning af oplæg, film, sang, oplevelser og arrangementer. Faget lægger naturligt op til refleksion, inspiration og forundring hos eleverne, som skaber forståelse for forskellighed på tværs af holdninger, religion og kultur, og derigennem støtter den personlige udvikling. I arbejdet med medborgerskab udvikles personlig styrke og sociale færdigheder, som styrker fællesskabet.

Ugeafslutning

Hver uge sluttes af i foredragssalen med sang og fællesskab. Ugeafslutningen er en afrunding og et på gensyn, så alle glæder sig til at komme igen efter weekenden.

Søndagsaftensamling

Beskeder gives om den kommende uge.

Gymnastik

Gymnastikken er en vigtig og obligatorisk del af livet på Levring Efterskole. Alle elever har obligatorisk gymnastik tre gange om ugen og deltager i ca. 15 opvisninger hvert år. Foruden den faste ugentlige obligatoriske gymnastik, har vi emnedage og en weekend, hvor gymnastikken er på programmet. Disse dage bruges til leg, fordybelse og ekstraordinær træning mod det færdige opvisningsprogram. Mulighed for at optræde, evaluere, træne og optræde igen, giver helt specielle sammenhængende oplevelser.

Udover fysisk- og koordinationstræning giver gymnastikken mulighed for personlig udfordring og udvikling. En unik chance for at opleve styrken og glæden ved fællesskabet.

Gymnastikken betyder meget for os, og det er vigtigt, at eleverne får mulighed for at lave så meget, de har lyst til og hele tiden bliver udfordret.

Timeløse fag**Sundheds- seksualundervisning og familiekundskab:**

Der bliver undervist i emnerne til samlinger, ved foredrag, i undervisningen og i de mindre familiegrupper, afhængig af undervisningens indhold. Emner, som der kan blive undervist i: Kønssygdomme, prævention, hvad er en god kæreste og hvornår er man parat til sex.

Færdselslære:

Eleverne skal lære at reflektere over deres adfærd i trafikken. Undervisningen har også fokus på at motivere dem til at træffe de sikre valg. Skolen får besøg af en person, der har været ude for en alvorlig trafikulykke og lever med varige mén. Vi samarbejder med Rådet for Sikker Trafik.

Rengøring:

I starten af skoleåret bliver alle elever grundigt introduceret til rengøringen på egne og fælles områder på skolen. Familielæreren gennemgår med sine egne elever, forventninger til rengøringens udførelse og standard. Læreren gennemgår desuden korrekt brug af rengøringsmidler og introduktion til, hvordan man vasker gulv, vrider en gulvklud osv.

Der bliver i løbet af året arrangeret forskellige foredrag og oplæg for eleverne. Disse foredrag har enten et dannelses-, uddannelses- eller samfundsmæssigt perspektiv. Et foredrag kan også kobles på faget Medborgerskab – her vil 9. klasse også blive inviteret med, hvis det giver mening.

Fagdage

Der er hen over året placeret flere fagdage. Disse fagdage kan indeholde fag, gymnastik, valgfag, udflugter, demokratiske strukturer, læringsbegreber og meget mere. Alle fagdage er placeret med undervisningsindhold og med det for øje at skabe sammenhæng og fordre såvel individuel, som social læring og udvikling. Hver enkelt dag fremgår af årsplanen på Skoleplan.dk.

Studieretninger

På Levring Efterskole vælger alle 10. klasser en studieretning ud fra egne ønsker og interesser. Der vælges i prioriteret rækkefølge. Der skal dog være et minimum af elever på en studieretning for, at den oprettes. Studieretningen vælges for hele året inden skolestart og er på skemaet 2 gange ugentligt.

Studieretning 1 afsluttes med 10. classes prøven (mundtligt og skriftligt). Studieretning 2-5 tager afsæt i projektarbejdsformen, hvor eleverne lærer at fordybe sig i problemstillinger og emner, som de selv er med til at vælge.

Studieretning 1: Tysk

Tysk vælges inden skoleårets start. Tysk følger folkeskolens læseplaner for 10. klasse. Gennem undervisningen arbejdes der målrettet på, at alle elever lever op til del- og slutmål i Fællesmål. Vælger man tysk, forventer vi, at eleven aflægger prøve til sommer.

Formålsbeskrivelse:

Målet er, at du skal blive så fortrolig med og nysgerrig på tysk, at du kan anvende sproget og viden nationalt og globalt i dit aktuelle og fremtidige liv. Her vil du lære mere om tysk og tysktalende lande, samt videreudvikle dine kompetencer til at kommunikere både mundtligt og skriftligt. Du vil samtidig videreudvikle dine sproglige og kulturelle færdigheder i tysk og styrke din forståelse af tyske kulturer i globalt perspektiv.

Faget slutter med den obligatoriske prøve i både mundtlig og skriftlig tysk.

Mulige emner:

- Ungdomsliv
- Kulturforståelse
- Kultur og medier
- Sport og fritid

Arbejdsform:

- Mundtlig kommunikation: du kan kommunikere på tysk mundtligt i et forståeligt og sammenhængende sprog
- Skriftlig kommunikation: du kan kommunikere på tysk skriftligt i et forståeligt og sammenhængende sprog
- Kultur og samfund: du kan forstå, har viden om og kan formidle den tyske kultur

Studieretning 2: Science**Formålsbeskrivelse:**

I Science lærer du, hvordan naturvidenskaben kan finde alternative løsninger til lokale og globale udfordringer, ligesom du får et indblik i, hvordan vi som mennesker samvirker med verden omkring os. Vi arbejder projektorienteret med dataindsamling og nyskabende forsøg, som I selv designer, og som tager udgangspunkt i den naturvidenskabelige arbejdsmetode. Studieretningen henvender sig til dig, der elsker eksperimenterende og undersøgende arbejde med f.eks. fænomener, teknik, natur og fødevarer.

Faget tager sit udgangspunkt i grundfagene biologi, fysik/kemi og geografi.

Mulige emner:

- Giftige fødevarer
- Nyskabende projekter og eksplosive forsøg
- FN's Verdensmål
- Byggeprojekter
- Energiproduktion og omsætning
- Fysiologi og bevægelse
- Fake science

Arbejdsform:

Arbejdsformen er projektorienteret og vil tage udgangspunkt i jeres ideer og ønsker. Undervisningen kan munde ud i enten færdige produkter, mundtlige præsentationer eller aktiviteter for eller med andre. Undervisningen veksler mellem gruppearbejde, individuelle øvelser og teoretisk undervisning.

Studieretning 3: Frivillighed & Foreningsliv**Formålsbeskrivelse:**

Undervisningen sætter fokus på foreningslivet og frivillighed med udgangspunkt i de mange foreninger i Danmark; herunder idrætsforeninger. Du får kendskab til og erfaringer med frivillighed som det bærende i foreningslivet og i andre sociale initiativer. Derudover får du forståelse for frivillighedens grundpræmis om at gøre noget for andre og samtidig have blik for

det, der gives tilbage i form af erfaringer, oplevelser og læring. Du vil få erfaringer med fællesskabsfremmende aktiviteter fra planlægning til gennemførelse og evaluering.

Mulige emner:

- Velgørenhed og indsamlinger (f.eks. Danmarks Indsamling)
- Events og aktivitetsdage
- Instruktørrollen
- Indblik i foreningsliv
- Find din indre ildsjæl
- Samarbejde med Frivillighedsalliancen

Arbejdsform:

Arbejdsformen er projektorienteret og vil tage udgangspunkt i jeres ideer og ønsker. Undervisningen kan munde ud i enten færdige produkter, mundtlige præsentationer eller aktiviteter for eller med andre. Undervisningen veksler mellem gruppearbejde, individuelle øvelser og teoretisk undervisning.

Studieretning 4: Kreativitet, Musik & Performance

Formålsbeskrivelse:

Undervisningen tager udgangspunkt i skabelsesprocesser inden for kreativitet, musik og performance. Du vil lære forskellige metoder til personlig og kreativ udvikling, og hvordan du kan bidrage positivt til verden omkring dig. Du vil opleve forløb, hvor jeres kompetencer er i spil og bliver udfordret kreativt og musisk – det kan f.eks. være forskellige teknikker inden for kunst, håndværk, skuespil, bevægelse og kor. Derudover vil der være forløb, hvor I skal udvikle, afsøge grænser og formidle til andre. Du vil i løbet af året opnå større kreative kompetencer, der vil udvikle dig som person i samspil med andre. Undervisningen veksler mellem praksis og teori, så I både er udøvere, formidlere og får en teoretisk baggrund.

Mulige emner:

- Kor
- Sammenspil
- Skuespil og bevægelse
- Håndværk og kunst
- Præge skolens fysiske miljø
- Forestilling – skabe noget sammen med og for andre

Arbejdsform:

Arbejdsformen er projektorienteret og vil tage udgangspunkt i jeres ideer og ønsker. Undervisningen kan munde ud i enten færdige produkter, mundtlige præsentationer eller aktiviteter for eller med andre. Undervisningen veksler mellem gruppearbejde, individuelle øvelser og teoretisk undervisning.

Studieretning 5: Innovation & Teknologi

Formålsbeskrivelse:

Denne studieretning er for dig, der elsker at skabe kreative og innovative løsninger på hverdagens mange små og store udfordringer, eller dig der brænder for iværksætteri. Her skal du blandt andet lære at forholde dig til teknologiens fordele og ulemper både i et personligt, økonomisk og samfundsmæssigt perspektiv. Desuden vil du få indsigt i designprocesser, 3D-print såvel som økonomiske sammenhænge og teknologisk udvikling. Faget vil tage sit afsæt i teknologi, innovation, entreprenørskab og økonomi. Her bliver du i stand til at udtænke, strukturere og udføre dine ideer og projekter.

Mulige emner:

- Teknologi
- Design og designprocesser
- Programmering og 3-D print
- Iværksætteri
- Økonomi

Arbejdsform:

Arbejdsformen er projektorienteret og vil tage udgangspunkt i jeres ideer og ønsker. Undervisningen kan munde ud i enten færdige produkter, mundtlige præsentationer eller aktiviteter for eller med andre. Undervisningen veksler mellem gruppearbejde, individuelle øvelser og teoretisk undervisning.

Linjefag

Fodbold - pige og drenge

Undervisningens formål

Formålet med undervisningen på fodboldlinjen er at gøre dig til en bedre fodboldspiller både individuelt og som holdspiller. Skolen deltager i stævner og turneringer i løbet af året.

Forventninger

At du brænder for at spille fodbold, og har lyst til at fordybe dig i faget og blive bedre både teknisk, taktisk og fysisk. At du møder op til timerne med en positiv indstilling til tingene og har lyst til at bevæge dig både med og uden bold.

Undervisningens indhold

Teknisk træning er en naturlig del af hver undervisningslektion, og her vil vi arbejde med de forskellige sparkeformer, headninger, 1.berøringer, vendinger, pasningsspillet m.m. Taktisk træning er en nødvendighed for at forstå, hvordan at man skal bevæge sig på banen, både med og uden bold. Taktik er helt fra de små aftaler i træningen til den mere komplekse taktik under kamp. Vi vil komme til at arbejde med at få dybde og bredde i spillet, og vi vil stifte bekendtskab med både zonespil og mandsopdækning. Fysisk træning kan sagtens foregå med bold, og du vil opleve, at formen sagtens kan forbedres gennem spil og aktiviteter som bringer smilet frem i dyster 1:1 eller hold mod hold. Koordinationstræning er en vigtig del af det, der skal til for at blive en bedre fodboldspiller. Her vil vi, i form af forskellige opstillinger, arbejde med at få et lavere tyngdepunkt, få afvikling i fod- og knæled, komme til at løbe hurtigere og springe højere. DBUs træneruddannelse påbegyndes med C-licens, som vil blive en del af undervisningen på fodboldlinjen. Måske går du med en lille "træner i maven" og har lyst til at få nogle gode råd og ideer til træning af børn, og det vil du helt sikkert få gennem dette kursus.

Dans

Linjefaget Dans giver dig alle tiders mulighed for at dyrke din interesse for dans og dygtiggøre dig inden for flere forskellige stilarter. Du kan se frem til at arbejde med din tekniske kunnen og forståelse for stilarterne hiphop og moderne dans. Derudover vil vi beskæftige os med ballet, jazz, house, waacking og fysisk træning.

Undervisningens formål

Du vil blive teknisk og fysisk udfordret undervejs, så dine evner indenfor dans hele tiden udvikles. Gennem den daglige træning vil der være fokus på teknik, smidighed, styrke, kropskontrol, indlæringsevne, kreativitet, udtryk samt musikforståelse. Dette foregår både gennem tekniske opvarmninger, kreative opgaver samt fede koreografier.

Din sans for samarbejde og teamwork styrkes som en naturlig del af forløbet. Du lærer at performe - at komme ud over scenekanten sammen med dine venner. Du vil komme til at prøve kræfter med flere forskellige kreative processer, der vil munde ud i danseshows, der vil blive brugt i forskellige sammenhænge – heriblandt konkurrencer, forestillinger og opvisninger.

Forventninger

Der er intet krav om niveau, men vi forventer, at du har lyst til at lære og er engageret i undervisningen uanset tidligere

erfaring. Fysisk styrke, udholdenhed og gåpåmod er en absolut nødvendighed for at gennemføre linjefaget. Har du lysten og dansegelæden, så lover vi læring, sved, fedt sammenhold og uforglemmelige oplevelser.

Adventure Sport

Her er linjen for dig, der er til aktion og ekstremsport!

Undervisningens formål

Formålet med undervisningen på Adventure Sport-linjen er at udfordre dig til at sætte nogle mål og arbejde hårdt for at nå disse. Desuden forventer vi, at du vil overskride en masse grænser for egen vindings skyld. Som elev på Adventure Sport-linjen deltager du desuden i en række stævner og arrangementer som f.eks. adventure race.

Forventninger

Vi forventer, at du vil være villig til at sætte høje, men realistiske og opnåelige mål, og at du til enhver tid vil være parat til at arbejde hårdt for at opnå de satte mål. Som elev på Adventure Sport vil man ofte skulle overskride egne grænser. Vi forventer, at du har viljen til at flytte dine grænser, men også at du er med til at sætte de begrænsninger, der af sikkerhedsmæssige årsager er nødvendige. Selvom de stævner og arrangementer vi deltager i ofte, ligger i weekender, forventer vi naturligvis, at du deltager.

Undervisningens indhold

Teknisk træning er en naturlig del af hver undervisningslektion, og her vil vi arbejde med de forskellige teknikker, der hører til de forskellige discipliner.

Disciplinerne i Adventure Sport kan være mange. Vi vil i løbet af året arbejde med mountainbike, rulleskøjter, O-løb, GPS- og kompasnavigation, surfing, kano og kajak, forhindringsbaner mm. Som mål for undervisningen deltager vi i adventure races. Gennem den målrettede undervisning arbejder vi også med din personlige udvikling, hvor vi tager afsæt i samarbejdsøvelser, gruppepsykologi, teamwork m.m.

Fysisk træning er en absolut nødvendighed for deltagelse i Adventure Sport. Vi vil derfor have en del fitness-, styrke- og konditionstræning.

Koordinationstræning er en vigtig del af at kunne klare sig i adventure sport. Derfor vil vi naturligvis lægge det ind i undervisningen.

Adventure race:

Vi vil, udover at deltage i adventure races, selv arrangere et adventure race, hvor vi inviterer andre til at deltage i vores stævne. Det vil være Adventure Sport-linjen, der står for hele stævnet.

e-Sport

Målet er at skabe en linje, hvor resultater og den gode fortælling beretter om professionalisme, dedikation kombineret med fælles og individuel træning.

Den enkelte elevs færdigheder, viden og spilforståelse skal kortlægges for at underbygge elevens selvindsigt, styrker og svagheder.

Vi vil bruge den fornødne tid og energi på at afklare hvilken position på holdet, som den enkelte elev passer bedst ind i. Når eleverne er placeret på holdet, vil vi udvikle på de fornødne færdigheder og specialiserer eleven i dennes funktion.

Undervisningsområder:

- Grundlæggende spilforståelse
- Taktik for enkeltmand
- Taktik for gruppen
- Aimtræning (Aimbotz)
- Samarbejdsteori
 - Øvelser i praksis for at styrke samarbejde og holdånd
- Kommunikationsteori
 - Øvelser i praksis med fokus på tydelighed, simplicitet og funktion
- Mental træning
 - Emotionskontrol og træning i fokus og reaktion
- Reaktionstræning

- Selvevaluering
- Planlægning, udførelse og evaluering inden for holdet
- Kost, træning og søvn

CS:GO

- Overordnet set vil vi skabe hold á fem elever samt to udskifttere. Holdet vil bestå af følgende:
 - En taktiker/Commander. Dennes opgave vil bestå af at tage de taktiske beslutninger i spillet. Denne plads vil kræve, at eleven har et overblik samt en dybere forståelse for spillet. Måden hvorpå jeg vil sørge for progression for denne elev, er gennem taktisk træning, formationer, kampeksercits samt udvidelse af elevens forståelse for spillets muligheder.
 - En angriber /rifler. Opgaven for denne funktion handler om brugen af de fire typer af automatrifler, der indgår i spillet. Denne funktion besættes af en spiller som er fattet og kan bevare roen i en presset situation, hvor denne ikke bare holder aftrækkeren i bund. Denne position vil jeg udvikle på, gennem massiv skydetræning samt forståelse for "crosshairplacement", der omhandler teknikken bag, hvor spilleren placerer sit sigtekorn – både i forbindelse med bevægelse samt sikring.
 - Støtte/support spilleren. Når man spiller denne position, er man nødsaget til, at efterlade sit ego og tænke mere på, at støtte og hjælpe sine medspillere og agere kommunikator, fremfor at forsøge at skyde modstanderen. Denne position kræver mental træning i høj grad, da man oftest vil lægge nederst på "scoreboardet" og udefra ligne den dårligste spiller. Jeg vil derfor arbejde med mentalisering og emotionsundertrykkelse, samt vejlede eleven til selv at indse opgavens krav og funktion.
 - Finskytte/AWP'er. Denne position er oftest en af de mest eftertragtede positioner men samtidig en af de sværeste. Spilleren bærer her det kraftigste våben i spillet, men samtidig også det mest langsomme. Denne plads kræver tålmodighed og præcision udover det sædvanlige. Denne elev skal trænes i forståelsen for løbebaner og placering i spillet. Det kræver mange timers træning, fokus på – og viden omkring andre spilleres bevægelsesmønstre. Evnen til at holde sig tilbage og ikke afsløre sin position for tidligt, kræver mental styrke. Gennem træning og selvkontrol samt mentalisering, vil jeg lære eleverne at håndtere stressende situationer – som ikke bare kun kan bruges i e-sport, men også i resten af deres daglige virke.
 - Angriber/entry-fragger. Denne position minder meget om standardangriberen, både i valg af våben og udstyr. Forskellen findes i, at entry-fraggeren er den første person til at gå ind i et "farligt-rum/zone" og engagere fjenden. Denne rolle kræver lynsnar præcision og timing, samt accept af, at man sandsynligvis er den første, der bliver skudt på. Netop denne funktion kan man træne i den taktiske forståelse, der ligger til grund for kampeksercits i by – eller bebyggelse generelt. I denne kategori hører placering, indrykning samt afsøgning af rum under. Jeg vil her lære hele holdet – med entry-fraggeren i spidsen, hvordan man rykker ind i et rum og sikrer dette – med lavest mulig risiko for holdet.
 - Angriber/rifler/secondary AWP'er. Denne sidste position er en backuprolle. Den primære opgave er angriber/rifler, men man skal være forberedt på, at samle en AWP op eller have den købt fra starten – hvis rundens taktik kræver dette. Denne rolle kræver en meget alsidig træning, og en forståelse for flere rollefunktioner. Derfor vil denne spiller jævnlig overtage primære position under træning, for altid at være klar til kamp.

Generelt er det gældende for hele holdet, at mental træning, emotionskontrol samt taktisk forståelse, ikke kan trænes nok.

Fitness

Her er linjen for dig, der kan lide at udfordre dig selv og få masser af sved på panden. Fitnesslinjen er for aktive unge mennesker, der vil vide mere, træne mere og udfordres.

Undervisningens formål

At oplyse og at eleverne oplever en glæde ved at være fysisk aktiv. Dette gøres i en kombination af teori og praksis, hvor vægten ligger på den fysiske træning.

Forventninger

Det forventes, at eleverne viser engagement og deltager i alle linjens facetter, og at alle er aktive, når det gælder fysisk træning.

Undervisningens indhold

Fitness er at få hele kroppen i god fysisk form

Det kræver en AKTIV deltagelse i timerne og i fritiden – kombineret med en sund kost.

Fitnesslinjen er en kombination af:

- Aerob træning - Konditions- og kredsløbstræning – øget kondition.
- Funktionel træning/cirkeltræning
- Styrketræning
- Træningsoptimering
- Programlægning og øvelsesvalg
- Kostens betydning
- Udstrækningsmetoder og øvelser

Vi kommer i undervisningen også til at snuse til andre ting, men det er ovenstående, der er de bærende elementer, hvor vægten ligger på den fysiske træning.

Spring

Her er linjen for dig, der bare ikke kan få nok af springgymnastik. Linjen er selvfølgelig for alle. Det betyder, at drenge, piger, nybegyndere og øvede er velkomne. Det er lysten og viljen, der drejer sig om. Den enkelte elev vil blive udfordret på sit eget niveau.

Undervisningens formål

Formålet med undervisningen på springlinjen er at gøre dig til en bedre springgymnast. Undervisningen vil foregå i hallens veludstyrede springafdeling, hvor vi selvfølgelig har springgrav og moderne redskaber.

Forventninger

Vi forventer, at du brænder for at blive en bedre springgymnast. At du har lysten til at arbejde med din teknik, koordination, smidighed og styrke, så du kan blive endnu bedre. Og bedre bliver du! Du får nemlig undervisning i linjetiden og i den obligatoriske gymnastik.

Undervisningens indhold

Undervisningen tager fat i alle springgymnastikkens grundelementer, og arbejder sig progressivt frem indenfor hvert område.

Vi vil arbejde med metodikker til opbygning af springene. Der vil ligeledes være en del funktioneltræning, hvorved vi får udviklet de muskler, man specielt bruger til springgymnastik. Desuden vil du lære indgående modtagning og fejlretning i de mest almindelige spring.

Flik-flak, kraftspring, whip-back, salto, dobbeltsalto, skruer, overslag, flyvespring - you name it. Springundervisningen på Levring Efterskole giver dig muligheden for at lære det hele. Med den rette indstilling og indsats er intet mål for stort.

Der vil også være springoplevelser i løbet af året, herunder linjetur og ved opvisninger.

Valgfagsbeskrivelser

Valgfagene oprettes hvis, der er elever nok pr. hold, og det er skemamæssigt muligt. 4 elever til volley er nemlig ikke så sjovt og funktionsdygtigt som med 14 elever. Derfor vil alle valgfag ikke blive oprettet, da der samtidig prioriteres ud fra elevernes ønsker - (prioritet fra 1-5). Alle elever i 10. klasse skal have mindst et fag. 9. kl. elever må have valgfag, men kan ikke have mange pga. fyldt skema.

Der vælges valgfag tre gange årligt. Perioderne følger de tre forløb i studieretningerne.

Billedkunst og skabertrang

Formål: Under trykke og hyggelige rammer, at udvikle kreative processer.

Indhold: Vi skal arbejde med forskellige materialer og skabe små kunstprojekter. Det kan både være abstrakt kunst, arbejde med naturmaterialer, papir, karton, farver og genbrugsmaterialer. Det er kun fantasien, som sætter grænser.

I undervisningen får du inspiration og udfordringer gennem små kreative fælles projekter. Du er med til at sætte dit præg på det, som vi arbejder med og vælge ting ud, som du har lyst til at hygge dig med.

Spring

Formål: faglige og sociale

Formålet med spring er at give elever, der enten aldrig har sprunget før eller elever der har erfaring og synes det er sjovt, et indblik i, hvordan man bygger forskellige spring op, samt at give dem lyst og kompetencer til at arbejde videre, både i fritiden på skolen og efter endt skoleforløb.

Indhold:

Vi arbejder med springgymnastikkens grundelementer på et niveau, hvor alle kan være med. Vi springer både på stortrampolin, minitrampolin og airtrack. Vi vil komme forbi alt fra mølle og rulle til salto med skruer og sammensætning af flere spring.

Balance i krop og sind

Balance i krop og sind tager afsæt i afslapnings- og mindfulnessøvelser, samt yoga. Yoga er en filosofi der betyder “forening af det individuelle med det universelle”. Yoga er en form for fysisk, mental og spirituel træning, der anvender rolige træningsøvelser som f.eks. særlige kropsstillinger, vejrtæningsøvelser, afspændings- og meditationsøvelser.

Formål: At skabe en balance og flow i din krop og dine følelser. (krop, sind og ånd)

Indhold: Gennem forskellige øvelser, åndedræt og meditation vedligeholdes balancen. Vi introducerer eleverne til forskellige strategier og øvelser til afslapning og balance.

Stressless

Stressless er et valgfag hvor nøgleordene er ro, afslapning, massage og velvære.

Formål: at kunne at give sig selv ro og at få et pusterum fra en ofte travl og hektisk hverdag (men uden at gå glip af samværet med kammeraterne). Det handler om at lære at slappe af både fysisk og psykisk.

Indhold: I timerne arbejder vi med:

- Massage. Alle kommer til at både give og få massage. Eleverne lærer forskellige massageteknikker.
- Afslapningsøvelser og mindfulness.
- Koncentrationsøvelser.

Fodbold - teknik & pladsspecifik

Formål: at skabe rammer og indhold hvor eleverne øver sig i de mere tekniske og taktiske elementer af fodbold.

Indhold: Vi kommer til at nærde os med de helt små detaljer og ordet gentagelser er nøglen i dette valgfag. Vi vil ligeledes forsøge at give den enkelte spillere muligheden for at dygtiggøre sig individuelt på spillerens favoritplads.

Musik – instrumental og samspil

Formål:

- At udvikle den enkelte elevs evner indenfor musikken
- Træne og opbygge en god musikkultur
- At den enkelte elev bliver bedre til at spille på et valgt instrument
- Eleverne lærer at hjælpe og lytte til hinanden i sammenspilssituationer.

Indhold: Der tilbydes undervisning i guitar, bas, trommer, klaver/keyboard. Instrumentalundervisningen er for begyndere såvel som øvede. Undervisningen foregår på mindre hold, hvor eleverne sammensættes efter instrumentvalg. Undervisningen tilrettelægges fra gang til gang ud fra det niveau, som eleven befinder sig på.

Der vil blive undervist i teknik på det enkelte instrument: rytmelære, nodelære, akkordlære og sammenspil med andre.

Tegn på læring: Eleverne øver sig og spiller i deres fritid. De øver sammen og danner grupper, hvor de øver og spiller sammen.

Hip Hop

Hip Hop er for dem, der gerne vil prøve kræfter med eller vedligeholde de elementer der er i hiphoppens danseverdenen. Vi kommer igennem de basale trin, så man får styr på teknik i form af grooves, rocks osv. der undervises også koreografier.

eSport (forår):

Formål: at få skabt glæde ved gaming, glæden ved at spille sammen med andre, herigennem få skabt nye relationer til andre på efterskolen, samt lære at spille forskellige spil.

Indhold: Vores fokus i valgfagsholdet er at få spillet CS, Valorant, Fortnite og forskellige computerspil, som man interesserer sig for. Der er for det meste fri mulighed for at vælge, hvad man gerne vil spille. Nogle gange vil man blive delt op i hold, afhængig af niveau, og så skal man som hold spille noget sammen.

Timerne foregår i esportslokalet, hvor der er 20 computere til rådighed.

Jagt (forår)

Vil du gerne opnå jagttegn, er det nødvendigt at lære at betjene et våben korrekt. Desuden kræves der kendskab til jagtloven, forskellige jagtområder og deres bevarelse, jagtredskaber og vildtpleje. Kurset kvalificerer til jagtprøven og omfatter derfor jagtens biologiske grundlag, vildtkendskab, revir- og vildtpleje, jagtvåben og ammunition samt våbenbehandling og skydeøvelser. Desuden gennemgås forskellige jagtformer, jagthunde, jagt institutioner og afstandsbedømmelse til vildt.

Personer under 16 år kan tilmelde sig kurset, hvis de fylder 16 år i prøveåret. Personer under 18 år skal medbringe formularen med forældremyndighedens underskrift på, at jagtprøven aflægges, og man er indforstået med de rettigheder, jagttegnet giver efter våbenloven.

Der er forældrebetaling til udgifter til bøger og prøvegebyr.

Fitness

Formål: at give eleverne en indføring i og kvalificering af egen træning

Indhold: Vi vil præsentere dem for forskellige træningsformer indenfor styrketræning. Vi vil give dem indsigt i de forskellige bevægemønstre og tilhørende muskelgrupper. Herigennem udvikles deres evne og mulighed for at vælge korrekte øvelser til den givne muskelgruppe. Eleverne introduceret til og motiveres til at træne hele kroppen med både maskiner, frivægte og kroppen som træningsredskab.

Tegn på læring: Eleverne kan tilrettelægge deres eget træningsprogram og opnå en ønsket effekt af deres træning.

Futsal (2. halvår)

Driblinger, hurtige fødder, teknik i højsædet og masser af mål.

Futsal kommer fra gaderne i Sydamerika, hvor der blev spillet på gader og stræder, og det har siden vundet indpas i

Danmark. Vi skal lære spillet at kende, spilmonstre, finter, taktik og spille en masse kampe. Jeg lover der bliver masser af humør, grin, lækre detaljer, tunneler mm.

Det kræver ikke man har spillet futsal før, men at man har lyst og mod på at lære spillet at kende.

Vild med film

Formål: At bibringe eleverne kendskab til kvalitetsfilm, der ikke umiddelbart er tilgængelige eller kendte for vores elever, fx franske og japanske film.

Indhold: Filmene gennemgås og gøres tilgængelige for vores elever. Desuden behandles teknik og filmiske virkemidler i et vist omfang.

Tegn på læring: Eleverne kan tale med og forstå billedsproget i andre landes film. Desuden bibringes de mod til at blive konfronteret med og opleve film på en anden måde end den gængse.

Specialtræning fodbold – Goalstation (2. halvår)

Formål: At forbedre sparketeknik, første berøringer og tæmninger

Indhold: At dykke ned i teknikken omkring de forskellige sparkeformer (inderside, vrist, halvt liggende vristspark, yderside, spark på mål, afleveringer)

At gå i dybden med vigtigheden af en god førsteberøring ifht. at spille bolden videre, afslutning på mål mm.

Tegn på læring: Data fra Goalstation og derudover skulle det også gerne komme til udtryk ved større færdigheder i forbindelse med træning og kamp.

Volleyball

Formål: At give eleverne indblik i spillet både teoretisk og praktisk samt at dygtiggøre hver enkelt elev ud fra deres evner og niveau. De skal opleve glæden ved volleyball som holdsport og mærke det værdifulde fællesskab, når alle yder en indsats. Det er vigtigt, at vi hygger os sammen omkring det sociale spil. Det er for både øvede og uøvede og et mix af drenge og piger.

Indhold: Valgfaget volley er for alle - øvede/uøvede, drenge og piger. Undervisningen består af opvarmning, træning af grundslag, tekniske øvelser, småspil og kampe.

Tegn på læring: At eleverne lærer de forskellige grundslag og teknikker og mærker, at de lykkes i samspillet og oplever glæden ved det sociale samvær og fællesskab, når der spilles volley.

Praktik i Børnehuset

Formål: at give elever mulighed for at afprøve praktik i en børnehave

Indhold: at eleverne møder og deltager i alle aktiviteter omkring børnene, samt får indsigt i pædagogikkens verden.

Tegn på læring: At eleverne har mod på at deltage i aktiviteter med børn og får lyst til selv at tage initiativ til aktiviteter og lege.

Emneuger

Musical - emneuge

Hvert år sætter alle eleverne på Levring Efterskole i fællesskab en musical op. I en uge ændrer vi det normale skema og arbejder i stedet fra morgen til aften med opsætningen af en musical. Der skal bygges scene, laves kostumer og rekvisitter og øves sang, dans, skuespil og musik mm. Alle elever er med i den færdige forestilling – enten som skuespillere, kor, musikere, dansere, lys- og lydfolk eller til at lave forskellige optrin på scenen.

Den færdige forestilling opføres flere gange, både for forældre, søskende, bedsteforældre og elever fra andre skoler. Musicalugen er en uge, hvor man er sammen med sine kammerater på en ny og anderledes måde.

Journalistuge for 9. årgang

Alle elever i 9. årgang skal deltage i journalistugen. Her vil der være fokus på kommunikation, medier og besøge et "mediehus" og lave en reportage.

IBO for 10. årgang

Det centrale i Innovations-Brobygnings-Opgaven (IBO) består i at tilføje innovation og konkrete brobygningsforløb til både virksomheder og ungdomsuddannelser i en og samme opgave. Målet er at skabe nye indsigter, mening og sammenhæng for eleverne.

Innovations-Brobygnings-Opgaven går ud på at udvikle en verdensmåls-idé til en modtager uden for skolen. Det er idéen som er opgavens produkt. I den proces indgår IBO brobygning til erhvervsskoler, som har en idéforbedrende funktion i IBO-processen. Arbejdet afsluttes med en pitch af idéen (fremlæggelse).

Udenlandsture:

Vi tager på fælles skitur til Italien

"Oplevelsen kommer før læringen." Udenlandsturen er indbegrebet af dette Koldske mantra. Oplevelsen ved en skitur er af social og personlighedsudviklende art. Skituren indeholder masser af undervisning i skiløb. Alle elever får dagligt undervisning af enten skolens egne lærere eller af skilærere på destinationen.

Linjerne tager på tur til Italien

Linjeturene skal i forlængelse af den daglige undervisning være med til at inspirere og motivere eleverne til at søge fordybelse og forståelse af det enkelte linjefag og dets muligheder. Turene er planlagt forskelligt, så de er tilpasset de særlige behov, der knytter sig til de forskellige linjer. Turen skal give oplevelser med linjen, øge fællesskabet på linjen og udfordrer eleverne – både individuelt og som gruppe.

Bliveweekender

En del weekender er planlagt med undervisning, aktiviteter og samvær for alle. Disse weekender er obligatoriske og de har alle samme sigte som emnedagene.

Arrangementer

Arrangementer er lige så vigtige som hverdagen. Derfor har vi gennem hele året placeret arrangementer for eleverne og ofte også inviteret deres forældre/ pårørende. Disse kan ses i årskalenderen.

Vejledning 25-26

Vi stræber efter at integrere vores uddannelses- og karriere vejledning i så meget som muligt i løbet af året. I løbet af skoleåret vil skolens vejledere introducere forskellige initiativer, som kan opklare, forklare, afklare, af- og bekræfte og derved styrke den unges beslutningskompetence, så hun/han står godt rustet til at træffe en beslutning om valg af ungdomsuddannelse. Det sker bl.a. ved individuelle samtaler, IBO, forældreuddannelsesaften, Ung til Ung arrangement m.m.

Special pædagogisk støtte

På Levring Efterskole har vi elever, der modtager støtte for at blive inkluderet i skolemiljøet og hverdagen. Der er tale om støtte til faglige, personlige og sociale forhold og udviklingsområder. Der laves handleplaner med elever og forældre med disse behov.

To af vores lærere er ansat med en særlig opgave; fastholdelse af frafaldstruede elever. Frafallstruede elever er pr. definition elever, som vi vurderer, er i øget risiko for at ville stoppe på efterskolen af den ene eller den anden årsag. Mentorerne har et særligt fokus på disse elever. Denne opgave handler om at gå i dialog med elever og afdække deres problemstillinger mhp. at hjælpe dem til at ændre deres egen situation, så de kan se sig i stand til at gennemføre efterskoleopholdet. Opgaven dækker i øvrigt opfølgning ift. netværk, myndigheder, nøglepersoner både på skolen og udenfor skolen.

Mentoropgaven er ikke en erstatning for familielæreren til den pågældende elev, men et supplement til den normale ordning.

Familielærer

Hver elev er tildelt en familielærer. Familielæreren har en familiegruppe på 10-14 elever afhængigt af, hvor eleverne indkvarteres fra starten. Det er familielærerens opgave at holde sig ajour med elevens sociale og personlige udvikling samt trivslen på skolen. Derfor er der afsat timer til såvel gruppesamvær og -opgaver, som individuelle samtaler. Familielæreren fungerer også som ganglærer, hvis opgave det er at få oprydning, rengøring mv. til at fungere. Hver uge mødes familiegruppen med familielæreren, som hjælper eleverne med at få samværet i hverdagen til at fungere. Det er familielærerens opgave at instruere og have tilsyn med elevernes rengøring og færden på gange og værelser.

Storfamilie

Familiegrupperne er organiseret i forhold til indkvarteringen og tilhører hver en storfamilie. Der er fem storfamilier med 3-4 familier i hver. I forskellige sammenhænge er det formålstjenligt at arbejde med større grupper. Der koordineres en fælles indsats, da vi ønsker at lave nogle fællesskabsfremmende aktiviteter for eleverne. Der udarbejdes en årsplan for familiemøderne med aktuelle problemstillinger og aktiviteter med eleverne.

Der indkaldes til storfamiliemøder. Møderne kan have fokus på:

- At foreslå løsningsmodeller til hinanden om tilgange til den enkelte elev.
- At sikre at vi ikke stirrer os blind på en af vores familieelever, da vi kan få hjælp fra vores kolleger, som ser eleven i andre sammenhænge og i en anden kontekst.
- At sikre at vi drøfter alle eleverne med jævne mellemrum, så vi er opmærksomme på dem og deres adfærd – set fra flere synsvinkler.

Ovenstående tager udgangspunkt i den anerkendende pædagogik, men også i erkendelsen af, at vi ser eleverne i forskellige situationer og derfor har brug for hjælp fra hinanden.

Life Performance

Familielæreren har samtaler med eleven om hendes/hans personlige styrker/udfordringer og sociale færdigheder. Eleven får en mappe, hvor han/hun kan skrive egne notater og refleksioner i ud fra disse samtaler. Sammen med eleven aftales elevens målsætninger for udvikling af disse kompetencer. Der følges op på målsætningerne gennem evalueringer og justeringer af målsætningerne, ligesom midlerne til at nå målene sættes i spil.

Fire samtaler:

Life Performance – udgangspunkt og målsætning med familielæreren.

Life Performance – første opfølgning

Tidligt forår Life Performance – anden opfølgning

Sent forår Life Performance – tredje opfølgning –