



TITTEL PÅ UTDANNINGSPROGRAM

IDRETTSFAG



AKTUELLE SKOLER

Hvor finner du dette utdanningsprogrammet:

- **Skole:** **Kopervik videregående skole**
 - **Skole:** **Sauda videregående skole**
-



MULIGHETER

- **Utdanningsprogram idrettsfag gir generell studiekompetanse.**
Derfor er yrkesmulighetene mange:
 - **Allmennlærer, faglærer i kroppsøving.**
 - **Sykepleier, ergoterapeut, fysioterapeut.**
 - **Politihøgskolen, forsvarets befalsskoler.**
 - **Adgang til alle studier som ikke krever utvidet realfagskomp.**
 - **Ps. Idrettsfag gir deg mulighet til å kombinere utdanning og idrett (trening).**
-



VIKTIGE EGENSKAPER & KRAV

- **Viktige egenskaper i dette utdanningsprogrammet?**
 - Være interessert i idrett og trening.
 - Motivert til å arbeide selvstendig og målbevisst.
 - Like å samarbeide med andre.
 - Allsidighet.
 - **Krav**
 - Dersom du velger toppidrett, er det en fordel om du er organisert i et idrettslag og satser bevisst innen din idrett.
 - Dersom du velger breddeidrett, kreves ikke annet enn at du er glad i ulike aktiviteter og vil ta vare på kropp og helse.
-



PROGRAM FOR VGS-DAGENE

Besøksdag 1:

- 09:00** **Frammøte i skolens kantine.**
- Presentasjon av timeplan og utdanningsprogram idrettsfag
- omvisning på skolen
- 09:50** **Topp- og breddeidrett**
- i sal , sammen med idrettsklassene
- du kan velge mellom topp- eller breddeidrett
(fotball/håndball/volleyball)
Ta med inne- eller utetøy
- 11:20** **Lunsj i skolens kantine**
Dere vil få enkel servering. Ta evt med ekstra nistepakke.
- 11:40** **Treningslære – Teori i Auditoriet**
Oppvarming
- 12:30** **Aktivitetslære i idrettshallen**
elevene får velge en av aktivitetene som vi kan tilby
(basketball, volleyball, fotball, badminton).
- 14:10** **Slutt**
-



PROGRAM FOR VGS-DAGENE

Besøksdag 2:

- 09:00** **Auditoriet**
- Kort repetisjon og spørsmål
- Utholdenhetstrening (Teori)
- 09:50** **Topp- og breddeidrett**
- i sal , sammen med idrettsklassene
- du kan velge mellom topp- eller breddeidrett
(fotball/håndball/volleyball)
Ta med inne- eller utetøy
- 11:20** **Lunsj i skolens kantine**
- 11:50** **Svømming / vannaktiviteter**
- 13: 30** **Oppsummering / avslutning i møterommet i karmøyhallen (i kjelleren)**
- 14:10** **Slutt**
-



HUSKELISTE

TA MED:

- **Skrivesaker**
 - **Ute-/ innetøy**
 - **Badetøy til dag 2**
 - **Evt ekstra nistepakke**
-



AVSLUTNING

**VELKOMMEN TIL KOPERVIK VIDEREGÅENDE SKOLE
OG
STUDIEPROGRAM FOR IDRETTSFAG.**
