



Idrettstilbudet

ved Atlanten videregående skole



Atlanten
videregående skole

Atlanten videregående skole har følgende tilbud innen idrett:

IDRETTSLINJA (utdanningsprogram idrett)

STUDIESPESIALISERING MED TOPPIDRETT (utdanningsprogram studiespesialisering)

Idrettslinja

Idrettslinja er et godt valg for deg som ønsker generell studiekompetanse, er glad i fysisk aktivitet og ønsker en variert skolehverdag. Idrettslinja passer godt for deg som ønsker å oppleve idretts glede sammen med andre gjennom variert aktivitet og friluftsliv. Idrettslinja er et godt valg for deg som har ambisjoner innen lagidretter eller individuelle idretter. Idrettslinja er også et godt tilbud for deg som ønsker å bli trener, leder eller dommer.

Lagånd, samhold og idretts glede preger klassemiljøene. Gjennom ulike aktiviteter blir du godt kjent med de andre elevene og lærerne. Eksempel på aktiviteter kan være ishockey, fresbeegolf, volleyball, klatring, golf, slalåm, og snowboard og friluftaktiviteter.

På idrettslinja lærer du om hvordan du kan planlegge trening for å nå ønskede mål. Du lærer også om hvordan kroppen virker når du er fysisk aktiv.

Idrettslinja har faste aktiviteter i Nordvesthallen, men bruker også andre fasiliteter i nærheten (badeland, styrketreningsrom, skøytehallen, klatrehallen, andre idrettshaller etter behov, Folkeparken, KBK-stadion mm).

På idrettslinja vil du oppleve ekskursjoner til alle årstider. Det er to større ekskursjoner hvert skoleår. Et høydepunkt for mange er 4-dagers ekskursjon til alpinanlegget på Stranda på VG2.



Andre eksempler på ekskursjoner er turorientering, klatring, toppturer, kajakkpadling, sykkelturner, teltovernatting med fiske og matkonkurranser. På turene skapes uforglemmelige opplevelser og godt samhold.

Idrettslinja gir et godt grunnlag for utøvere som ønsker å satse på sin idrett og for videre studier. Ved å gå idrettslinja får du et godt utgangspunkt for studier innen idrett, politihøgskolen, fysioterapi, personlig trener, studier innen friluftsliv og opptak og studier i forsvaret for å nevne noe.

Studiespesialisering med toppidrett

Studiespesialisering med toppidrett er for deg som ønsker toppidrett sammen med fordypning innen samfunnsfag, språk eller realfag. For å få dette tilbudet søker du deg inn på studiespesialisering (har ikke egen søkekode). Etter inntak vil skolen kartlegge hvilke elever som ønsker toppidrett. Skolen vil etter kartleggingen kommunisere med elevene og vurdere hvem som får tilbud om toppidrett.

Felles for tilbudene er:

- Gir generell studiekompetanse
- Kan velge toppidrett på hvert trinn og går i samme toppidrettsgruppe
- Samme fellesfag (med unntak av at ST har kroppsøving).
- Begge har 35 t pr uke på VG1

De største forskjellene er:

Fag og innhold i opplæringen

Idrettslinja har fast struktur med fordypningsfag innen idrett. Elevene går i samme klasse i nesten alle fag. På idrett er det flere felles ekskursjoner og aktiviteter på hvert trinn.

På studiespesialisering med toppidrett må elevene velge fordypning i fag innen realfag, språk, samfunn og økonomifag.

På idrettslinja kan man kun velge matematikk 1P og 2P. På studiespesialisering kan man velge matematikk 1P eller 1T og videre fordypning i matematikk R eller S.

Krav for å få toppidrett

Det er strengere krav for å få toppidrett på studiespesialisering med toppidrett.

Timetall

På studiespesialisering har elevene 30 eller 32 t pr uke på VG2 og 30 t pr uke på VG3. På idrett har elevene 35 t pr uke på hvert trinn.

Vitnemål

På idrettslinja vil elevene totalt få minimum 8 karakterer i praktiske idrettsfag og totalt 11 karakterer i idrettsfag. På studiespesialisering kan du få 4 karakterer innen idrettsfag (toppidrett x 3 + kroppsøving).

Idrettslinja

Programfag på idrett

Trinn	Programfag
VG1	Toppidrett 1 eller breddeidrett 1 Aktivitetslære 1 Treningslære 1 (avsluttes på VG2)
VG2	Toppidrett 2 eller breddeidrett 2 Aktivitetslære 2 Treningslære 1 Idrett og samfunn (avsluttes på VG3) Treningsledelse 1
VG3	Toppidrett 3 eller breddeidrett 3 Aktivitetslære 3 Idrett og samfunn Treningsledelse 2 Treningslære 2

Elevene har 35 t pr uke hvert trinn.

Studiespesialisering med toppidrett

Programfag på ST med toppidrett

Trinn	Programfag
VG1	Toppidrett 1
VG2	Toppidrett 2 + 3 valgfrie programfag innen realfag, språk, samfunn og/eller økonomifag
VG3	Toppidrett 3 + 2 valgfrie programfag innen realfag, språk, samfunn og/eller økonomifag. Valg av fag må følge krav til vitnemål. Man må ha minst to fordypninger innen realfag eller språk, samfunn og økonomifag.

Elevene har 35 t pr uke på VG1, 30 eller 32 t pr uke på VG2 (32 dersom man velger fordypning i matematikk) og 30 timer på VG3. Elevene har i tillegg til toppidrett 2 t kroppsøving på hvert trinn.

TOPPIDRETT

I toppidrett er det fokus på at elevene skal utvikle egne ferdigheter og at de skal få mer kunnskap om egen ferdighetsutvikling. I faget skal elevene tilegne seg ferdigheter, kunnskaper og holdninger som påvirker evnen til å tenke langsiktig, bevare motivasjonen og mestre idrettshverdagen over tid. Faget skal inspirere elevene til å utvikle egenskaper som tålmodighet, positiv innstilling og endringsvilje.

Atlanten videregående skole tilbyr toppidrett innen fotball, håndball og individuelle idretter. Skolen har et tett samarbeid med KBK innen fotball og med KHK innen håndball. Skolen har også et godt samarbeid med trenere fra mange klubber og idretter tilknyttet utøvere som driver med individuelle idretter.



Fotball

Skolen har tre grupper i fotball (jentegruppe, guttegrupper og en KBK-gruppe), KBK-gruppen i fotball trener på stadion til KBK. Gruppen har en ansvarlig faglærer fra skolen. I tillegg bidrar trenere fra KBK. Også jentegruppen i fotball har ei økt hver uke på KBK-stadion. Faglærer for gruppa er også med som trener for damelaget til KBK. Skolen har et tett og godt samarbeid med KBK. Den tredje fotballgruppa har sine økter i fotballhallen i Nordvesthallen. Før jul arrangeres «Atlanten Cup» en fotballturnering med lag på tvers av alle gruppene.



Håndball

Håndballgruppa har sine økter i flerbrukshallen i Nordvesthallen. Her er det også en faglærer fra skolen som er ansvarlig, mens trenere fra KHK bidrar i øktene. Skolen har et godt samarbeid med KHK og bidrar også til å arrangere håndballturneringer for barneskolene.



Individuelle idretter

Eksempel på individuelle idretter er taekwondo, bryting, turn, svømming, sykling, crossfit og friidrett. Gruppen med individuelle idretter har en ansvarlig faglærer som samarbeider med trenere fra elevenes klubber. Her er det krav til at trenere fra klubbene til utøverne bidrar med ferdighetsutviklingen og har økter med utøverne i skoletiden. Klubbene er ansvarlig for fasiliteter som elevene har behov for. Økter med faglærer på skolen avholdes i Nordvesthallen etter en fast plan.

Krav for både idrett og studiespesialisering med toppidrett

- Utøvere må ha et sterkt ønske om å utvikle seg innen sin idrett
- Må delta i konkurranser/kamper og være aktiv i et idrettslag
- Utøvere med individuelle idretter må ha en klubb som er ansvarlig og bidrar aktivt i ferdighetsutviklingen til utøveren. Utøveren må ha tilgang til trener når eleven har toppidrett på timeplanen. Klubbene er også ansvarlig for spesielle fasiliteter som utøverne har behov for

Spesielle krav for å få toppidrett på studiespesialisering

- **Fotball:** Tilhører satsningsgruppe i KBK eller dokumentasjon fra klubb eller krets om at utøveren hevder seg på regionalt nivå. KBK stiller med ressurser som bidrar i toppidrett fotball.
- **Håndball:** Aktiv spiller i KHK eller dokumentasjon fra klubb eller krets om at utøveren hevder seg på regionalt nivå. KHK stiller med ressurser som bidrar i toppidrett håndball. har behov for
- **Individuelle idretter:** Hevder seg på minimum regionalt nivå. Har ambisjoner om å hevde seg på nasjonalt nivå.
- **Andre lagidretter:** Her må det være flere utøvere og i tillegg samme krav til bidrag fra egen klubb som for individuelle idretter.
- Utøvere som søker studiespesialisering med toppidrett må levere **dokumentasjon** i henhold til kravene. Dette gjøres ved å sende mail til skolen.

Litt mer om muligheter på idrettslinja

På idrettslinja er det ikke krav til nivå for å få toppidrett, men det er krav om at utøveren driver idretten aktivt og har et ønske om å utvikle seg. På idrettslinja kan man også velge breddeidrett i stedet for toppidrett. I breddeidrett er allsidighet viktig og elevene vil møte ulike aktiviteter. Faglærer kan her legge til rette for at elever som ønsker det får ha spesielt fokus på en idrett i bestemte perioder.



Dalaveien 25
6511 Kristiansund
71 28 38 00
atlanten.vgs@mrfylke.no
atlanten.vgs.no

Atlanten
videregående skole