

Uge	Skema	Overskrift	Indhold	Mål
33	Man: Intro Tirs: Intro Ons: Intro Tors: Intro Fre: Intro Fællesweekend			
34	Man: 2 lektioner Tirs: Ons: Tors:Hjem- rejseweekend 15.15.	Stafet & Teambuilding	Vi laver Stafet og teambuilding øvelser allesammen!	Målet er at ryste eleverne sammen.
35	Man: 2 lektioner Tirs: Ons: Tors: Fre:	Tons & Tummel	Vi leger alle mulige forskellige skolegårdslege.	Målet er at ryste dem sammen og have det sjovt med motion.
36:	Man: 2 lektioner Tirs: Ons: Tors + Fre: Dreng-/Pigedøgn	Øse Extreme Challenge	Vi skal Løbe morgengåturen, Cykle rundt om Nordenskov og igennem en forhindringsbane som afslutning, det hele skal gennemføres som et hold!	Målet er at udfordre eleverne fysisk og teste deres samarbejdsevner.
37	Man: 2 lektioner Tirs: Ons: Tors: Fre:	Volleyball træning med Kamma & Matthias	Vi skal lærer hvordan man spiller volleyball og hvilke basale slag der indgår i spillet.	Målet er at vores elever skal kunne spille volleyball på skolens volleybane.
38	Man: 2 lektioner Tirs: Ons: Energifestival Tors: Fre:	BUFFER WEEK	BUFFER WEEK	BUFFER WEEK

39	Man: 2 lektioner Tirs: Ons: Tor: Fre: Lør: Forældredag Søn: Efterskolernes dag	Fælles Yoga & Dødbold	Vi skal dyrke Yoga sammen i Nordenskov efterfulgt af en omgang dødbold som afslutning.	Målet er at eleverne skal lære at strække ordentligt ud og forstå deres krops begrænsninger.
40	Man: 2 lektioner Tirs: Ons: Tors: Fre:	Styrketræning & Løb	Vi skal dyrke styrketræning sammen i dansesalen og løber bagefter.	Eleverne skal forstå hvordan de løfter korrekt og forebygger skader.
41	Man: Filmuge Tirs: Filmuge Ons: Filmuge Tors: Filmuge Fre: Filmuge (Sponsorløb?)			
42	Efterårsferie Søndag: Samtaler	Trivsels-samtaler		
43	Man: 2 lektioner Tirs: Ons: Tors: Fre:	BIP TEST	Vi skal lave en bip test og se hvordan vores kondition ser ud.	Målet er at teste elevernes kondition og give dem et overblik over deres form.
44:	SKEMA 2 Man: Linjedag Tirs: Ons: Tors: Fre:			
45	Man: 2 lektioner Tirs:	Hockey turnering!	Vi skal spille hockey sammen, eleverne opdeles i hold og der	Målet er at eleverne skal lære at spille hockey og dyste imod

	Ons: Terminsprøver Tors: Terminsprøver Fre: Terminsprøver		afholdes en turnering.	hinanden!
46:	Man: Fagdage/Brobygning Tirs: Fagdage/Brobygning Ons: Fagdage/Brobygning Tors: Fagdage/Brobygning Fre: Fagdage/Brobygning			
47	Man: 2 lektioner Tirs: Ons: Linjedag Tors: Linjedag Fre:	Høvdingebolds turnering!	Vi skal spille høvdingebold sammen, eleverne opdeles i hold og der afholdes en turnering.	Målet er at eleverne skal lære at spille høvdingebold og styrke deres holdånd.
48	Man: 2 lektioner Tirs: Ons: Tors: Fre:	Opvarmning: Just dance Cykelløb med poster	Vi skal ud og cykle, her vil der undervejs være poster med idrætsrelaterede spørgsmål.	Målet er at eleverne skal ud og cykle i hold og svarer på spørgsmål som omhandler materialet fra året i idræt.
49	Man: 2 lektioner Tirs: Ons: Tors: Fre: Faglærersamtaler om eftermiddagen.	Opvarmning: Just dance Cooper test	Eleverne skal have testes deres kondition, så vi kan arbejde målrettet med deres fysik i løbet af året.	Eleverne skal have viden om kondition og kondital.
50	Man: 2 lektioner Tirs: Ons: Tors: Galla Fre:	Dans	Eleverne laver en koreografi til selvvalgt sang. Koreografien skal være færdig og øvet til næste gang. HUSK: Computer eller mobil	Eleverne skal lære at sammensætte en koreografi til et stykke musik samt lære at tælle takter.
51	Man: 2 lektioner Tirs: Ons: Tors: En halv ren.dag Fre: Juleafslutning	Dans	Eleverne viser deres koreograf for hinanden	

52	JULEFERIE			
1	JULEFERIE Søndag: Skolestart			
2	Man: 2 lektioner Tirs: Ons: Efterskolernes aften Tors: Fre:	Teambuilding øvelser	Eleverne skal arbejde med en række øvelser i reaktionstid, samarbejde og kommunikation.	Eleverne skal få en indsigt i hvor nyttigt samarbejde kan være og hvor vigtig kommunikation er i et samarbejde.
3	Man: 2 lektioner Tirs: Ons: Tors: Fre:	Diæt og træningsprogrammer	Eleverne skal prøve at lave deres egen madplan/diæt og sammensætte et træningsprogram.	Eleverne skal have viden om kost om træning.
4	Man: 2 lektioner Tirs: Ons: Tors: Fre: Linjeopgave			
5	Man: Linjeopgave Tirs: Ons: Tors: Fre: Afgang til Norge			
6	Norge Torsdag: Hjemkomst			
7	VINTERFERIE			
8	SKEMA 3 Man: 2 lektioner Tirs: Ons:	Cooper test		

	Tors: Fre:			
9:	Man: 2 lektioner Tirs: Ons: Tors: Fre:			
10	Man: 2 lektioner Tirs: Ons: Musical Tors: Musical Fre: Musical			
11	Man: Musical Tirs: Musical Ons: Musical Tors: Musical Fre: Musical Lør: Ny elevdag Søn: Gammel elevdag			
12	Man: Show Tirs: Show Ons: Show Tor: Show Hjemrejse torsdag.			
13	Man: 2 lektioner Tirs: Ons: Tors: Fre:			
14	Man: 2 lektioner Tirs: Ons:			

	Tors: Fre:			
15:	Man: Fagdag Tirs: Fagdag Ons: Fagdag Hjemrejse onsdag (påske).			
16	Man: 2. påskedag. Tirs: Ons: Tors: Filmfestival Fre:			
17	STUDIEREJSE Man: Tirs: Ons: Tors: Fre:			
18:	Man: 2 lektioner Tirs: Ons: Tors: Fre:			
19	SKRIFTLIGE PRØVER Man: Skr. pr. Tirs: Skr. pr. Ons: Skr. pr. Tors: Skr. pr. Hjemrejse 16:15 torsdag. Fre: St. Bededag			

20	Man: Skr. pr. Tirs: Ons: Skr. pr. Tors: Fre:			
21	Man: 2 lektioner Tirs: Askov Festival Ons: Hjemrejse 15:15 Tors: Kr. Himmelfart Fre: Kr. Himmelfart	Cooper test		
22:	Man: 2 lektioner Tirs: Ons: ØF-20 Tors: Fre:			
23:	MUNDTLIGE PRØVER Man: 2. pinsedag Tirs: Mundtlige prøver Ons: Mundtlige prøver Tors: Mundtlige prøver Fre: Mundtlige prøver			
24:	Man: Mundtlige prøver Tirs: Mundtlige prøver Ons: Mundtlige prøver Tors: Mundtlige prøver Fre: Optagelsesprøvedag på de gymnasiale uddannelser.			
25	Man: Mundtlige prøver Tirs: Mundtlige prøver Ons: Mundtlige prøver			

	Tors: Mundtlige prøver Fre: 10.i Innovationsdag			
26	Man: Linjedag Tirs: Rengøringsdag Ons: Afg. Blåvand Tors: Blåvand Fre: Blåvand/St. Grædedag			