

Stagnelius

SKOLAN

SP Idrottsprogrammet



Idrottskunskap 50p



Du får lära dig om lagidrotters/individuella idrotters struktur, organisation, träningsprinciper m.m. Du får också lära dig om mentalitet och en god kunskap om idrottens sociala roll samt krav på etik och moral.

Idrott & Hälsa B 50p



Kursen innehåller mycket aktivt idrottsutövande samt ledarskap och livräddande första hjälpen.



Träningslära 100p



Här får du lära dig hur kroppen fungerar i tränings- och tävlingssammanhang. Kursen går också in på människokroppens byggnad och funktion samt näringslära.

Äventyr & Överlevnad 50p

Kursen innebär en utveckling av friluftslivet mot äventyr.



"På lika villkor"
Klara



"Vi har kul nästan jämt"
Annika

IDROTTS TAG INRIKTNING



SP Idrott är programmet för dig

- som vill kunna göra en satsning på idrott och hälsa
- som vill skaffa en bred samhällsvetenskaplig kunskap
- som vill ha en bra grund för fortsatta studier inom bl a idrotts-, hälso- och friskvårdssektorn

Undervisningen på idrottsprogrammet vilar på tre ben:

Samhällsvetenskapsprogrammet syftar till en på humaniora och samhällsvetenskap grundad kunskap om människors villkor och verksamhet.

Idrott och Hälsa skall ge eleverna kunskap om de mekanismer i samhället som påverkar vår hälsa samt spelar en viktig roll i människors liv. Eleverna skall få kunskaper som lägger en god grund för ett aktivt deltagande samt fortsatta studier inom idrotts-, friskvårds- och hälsosektorn.

Att utveckla sin egen träning med inriktning mot hälsa eller idrott är ett område där elevernas kunskaper och färdigheter förfinas. Eleverna ges möjlighet att kombinera sina studier med en seriös idrottssatsning.



Ledarskap 50+50p



Du får träna dig i ledarskap inom lek och idrottsverksamhet för olika åldrar. Du får lära dig ta ansvar och vara en god förebild.

Massage 50p



Du får lära dig grundläggande färdigheter i olika massagemetoder. Du ges också möjlighet att utöva massage i praktiken.

Hälsopedagogik 50p



Du får kunskap inom områdena hälsa, hälsofrämjande verksamhet och hälsopedagogik.

Föreningskunskap 50p



Ger dig en bred kunskap om idrottsrörelsens historia, organisation och struktur utifrån "din" förening. Du kommer att få sätta dig in i hur organisationen fungerar i en av dig vald träningsaktivitet.



Natur & Friluftsliv 50+50p

Kurserna ger tillfällen till naturupplevelser och skapar förståelse för naturen som inspirationskälla och därigenom nödvändigheten att värna om den. Kurserna innehåller friluftsliv genom vistelser och färder i naturen.

Idrottspsykologi 50p



Positiva tankar och känslor gynnar goda prestationer. Du får lära dig hur du tränar din tanke för att lyckas i såväl idrott som i vardagslivet.



"Vi får prova allt"
Lasse

Poängplan

SP Idrottsprogrammet

Kärnämnen

750 poäng

Svenska A	100
Svenska B	100
Engelska A	100
Samhällskunskap A	100
Matematik A	100
Idrott och hälsa A	100
Estetisk verksamhet	50
Naturkunskap A	50
Religiöskunskap A	50

Inriktning

550 poäng

Natur & Friluftsliv A	50
Natur & Friluftsliv B	50
Träningslära	100
Idrottspsykologi	50
Friskvårdsmassage	50
Idrottskunskap	50
Föreningskunskap	50
Idrott och hälsa B	50
Ledarskap lek/idrott	50
Ledarskap II	50

Gemensamma kurser

700 poäng

Moderna språk	100
Historia A	100
Samhällskunskap B	100
Naturkunskap B	100
Engelska B	100
Matematik B	50
Psykologi A	50
Filosofi A	50
Svenska C - muntlig och skriftlig kommunikation	50

Valbara kurser

100 poäng

Testledarutbildning	50
Äventyr & Överlevnad	50
Rörelse, rytm och ledarskap	50
Hälsopedagogik	50
Alternativ medicin	50
Akutvård - första hjälpen	50

Projektarbete
100 poäng

Individuellt val
300 poäng



Kontaktperson:

Peter Barvestad 0480 - 45 15 57, peter.barvestad@edu.kalmar.se

Lars Holmberg, 0480 - 45 15 57, lars.holmberg@edu.kalmar.se

Sofi Hansson 0480 - 45 15 70, sofi.hansson@edu.kalmar.se

Joachim Håkansson, rektor, 0480 - 45 15 40, joachim.hakansson@edu.kalmar.se