

# VALGFAG



**SOLGÅRDEN**<sup>†</sup>  
- forvandlerende fællesskab

## Den store valgfagsguide

Noget af det, som betyder mest, når du skal på efterskole, er at få de valgfag, som du rigtig godt kan li'. Det er her, hvor du kan fordybe dig i områder, som giver masser af energi.

Vi ønsker, at du skal have så mange valgmuligheder som muligt for at sammensætte lige det skema, som giver mest mening for dig.

Du kan nu vælge at læse hele valgfagsfolderen – eller scanne denne QR-kode med din telefon eller gå ind på linket: [kortlink.dk/2arg3](http://kortlink.dk/2arg3) og se en lille film, hvor vi præsenterer valgfagsmulighederne på Solgården.



### Vi tilbyder tre typer af valgfag

#### Helårsfag

- Fag, du har hele året, hvor du kommer i dybden med et fag.
- Helårsfag er typisk på 2-4 lektioner om ugen.
- Du skal vælge 4-8 helårsfag, som skal prioriteres.
- I dit skema vil du kunne få 4-8 helårsfag alt efter dine øvrige valg.

#### Periodefag

- Fag, du har i kortere perioder på ca. 10 uger.
- Periodefag er typisk på 2 lektioner om ugen.
- Du skal vælge 4 periodefag, som skal prioriteres.
- I dit skema vil du få op til 3 periodefag alt efter dine øvrige valg.

#### Bibellinje

- En særlig linje, som kun kan vælges af eleverne i 10. klasse.
- Bibellinjen er på 4,5 lektioner om ugen.
- Der er en egenbetaling for Bibellinjens rejse til Israel på 5.800 kr.
- Bibellinjens timer ligger i den boglige blok og har ikke indflydelse på antal valgfag, som du kan vælge.

### Sammensæt dit skema med helårs- og periodevalgfag inden for:

- Sport.
- Musik.
- Kreativ.
- Blandede valgfag inden for mange forskellige områder.
- Fritidsfag – valgfag, der ligger uden for det egentlige skema.



## Sådan sammensættes dit skema

### Skemaopbygning

Der er mange ting at tage hensyn til, når dit skema skal sammensættes. Her har vi forsøgt at skitsere, hvordan en almindelig dag på Solgården er opbygget.

### Nogle få skemakrav

Undervisningsministeriet har nogle krav til dit skema, som gælder for alle elever på danske efterskoler

- Mindst 2 lektioner før og efter middag
- Mindst 28 lektioner i løbet af en uge

På Solgården ønsker vi desuden, at du har mindst to lektioners sport om ugen med mindre særlige forhold gør sig gældende.

En helt almindelig hverdag	
7.50-12.00	Boglige timer - Op til 5 lektioner
13.00-14.30	Boglige timer - Op til 2 lektioner
14.30-16.00	Valgfagsblok
16.00-17.30	Valgfagsblok
18.00-22.00	Aftenprogram - Studie- og stilletime - Aftenandagt - Tid til hygge, sport, spil og værkstederne.

### Der skal være tid til det hele

At være på efterskole er noget helt særligt. Derfor skal der være god tid til alt det, som du glæder dig til. Derfor er det nødvendigt, at der også er huller i dagligdagen, hvor du kan lave lige det, som du har lyst til.

I dit skema skal der derfor være plads til de boglige fag, spændende valgfag og nogle fritimer i løbet af ugen, så du har overskud og energi til den spændende hverdag. De fleste elever har mellem 6 og 12 ugentlige fritimer alt efter valgfagsinteresser og personlighed.



### En personlig skemasamtale og tilpasninger

Vi har ikke på forhånd fastlagt i hvilke blokke de forskellige valgfag ligger, da vi ønsker at have så stor fleksibilitet som overhovedet muligt for at kunne lave de bedste skemaer.

Når vi har fået alle elevernes skemaønsker, så går vi i gang med at opfylde, så mange ønsker som muligt.

Når du begynder på Solgården får du udleveret første udgave af dit skema og flere gange i løbet af året tilbyder vi en personlig skemasamtale, hvor du kan få justeret dit skema, så det passer til dig.

Alle skemaønsker udfyldes på  
[solgaarden.dk/skema2122](https://solgaarden.dk/skema2122)

# BIBELINJE – ET UNIKT TILBUD



## BIBELINJEN PÅ SOLGÅRDEN

Som noget helt unikt kan du kombinere dit efterskoleår med et valgfagstilbud udover det sædvanlige. På Bibellinjen drejer det sig om at lære mere om Bibelens verden og dens bud på det gode liv.

Vælger du Bibellinjen, så går din studietur til fantastiske Israel, hvor de bibelske beretninger får nyt liv.

## INDHOLDET AF BIBELINJEN

På Solgården kan du vælge Bibellinjen, hvis du er elev i 10. klasse. Faget fylder 5 timer i første halvår og 4 timer om ugen i andet halvår.

Bibellinjen er for dig, som gerne vil fordybe dig i Bibelen og Bibelens hovedperson Jesus Kristus.

På Bibellinjen fylder undervisning i Bibelens bøger meget, og du vil derigennem få et større kendskab til den kristne tro.

På Bibellinjen lærer du også, hvordan man forbereder og holder en andagt. Vi har også et forløb om kristent børnearbejde, hvor du får lov til at prøve at holde en klubaften i en kristen børne-/juniorklub.

## STUDIETUR TIL ISRAEL

Som en helt speciel oplevelse går storturen for Bibellinjen til Israel. Det er en rejse til det land, hvor beretningerne fra Bibelen udspillede sig. En virkelig stor oplevelse, som med garanti vil blive et af højdepunkterne fra dit efterskoleophold på Solgården.

Vi gør opmærksom på, at der er en egenbetaling på kr. 5.800 for studieturen til Israel.

Vælger du Bibellinjen, kan du også frit vælge mellem skolens øvrige helårs- og periodefag.





# SPORT – HELÅRSFAG & PERIODEFAG

## HELÅRSFAG - SPORT

Nedenstående helårsfag er valgfag, hvor du kommer i dybden med et fagområde. Flere af sportsfagene kan vælges som "basis" og "plus" – som hver har to lektioner om ugen.

### Blandet sport

Her kommer du til at dyrke mange forskellige slags sport. Det kan bl.a. være alternative sportsgrene som kørestolsrugby, flagfootball, spinning, baseball, skydning og kickboksning. Det kan også være mere traditionelle boldspil som basketball, håndbold, hockey og beachvolley. Du vil blive udfordret på mange forskellige måder og vil helt sikkert få sved på panden.

### Badminton

Vi elsker badminton og tilbyder faget på forskellige niveauer, så der er noget for dig, uanset om du har spillet i mange år eller er ny i faget. Vi deltager i turneringer.

- Meget øvede
- Øvede
- Begyndere (se periodefag)

### Badminton Plus\*

Har du valgt "Badminton meget øvede" eller "Badminton øvede" kan du vælge at få to ekstra træningslektioner, hvor spillet på banen er i fokus.

### Fodbold Basis

Faget er for dig, der er vild med udendørs fodbold og gerne vil blive bedre gennem teknik, taktik og spilforståelse. Vi deltager i forskellige fodboldturneringer.

### Fodbold Plus\*

Her får du mulighed for at få to ekstra lektioner med fodbold, hvor der bl.a. også er indendørs fodbold på skemaet og mere fokus på taktik og teknik. Undervisningen foregår ofte kønsopdelt, og du skal have "Fodbold basis" for at få faget.

### Volleyball Basis

Dette fag er for dig, som gerne vil udvikle dine færdigheder inden for volleyball. Vi træner grundslag, arbejder med teknik og taktik samt spiller kampe. Vi deltager i turneringer.

### Volleyball Plus\*

Her får du to ekstra lektioner i volleyball, hvor der er mere fokus på taktik og teknik. Undervisningen foregår ofte kønsopdelt, og du skal have "Volley basis" for at få faget.



## PERIODEFAG - SPORT

Nedenstående valgfag bliver gennemført i perioder i løbet af skoleåret alt efter tilslutning.

### Rytisk gymnastik

Her har du chancen for at lave gymnastikserier, små opvisninger og bare bruge kroppen på en fed måde.

### Dans - krop og bevægelse

Du kommer til at svede i dette fag, hvor du prøver kræfter med zumba, aerobic og bevægelse til fede rytmer.

### Badminton for begyndere

Her har du mulighed for at lære at spille badminton på hyggeniveau.

### Svømning og sjov i vand

Der er mulighed for at benytte Tarm svømmehal. Der gives undervisning, men også tid til leg og sjov i vandet.

### Bordtennis

Vi træner færdighed i et af verdens hurtigste spil. Faget er for dig, som vil blive bedre til bordtennis og have det sjovt.



# MUSIK – HELÅRSFAG & PERIODEFAG

## HELÅRSFAG - MUSIK

Nedenstående helårsfag er valgfag, hvor du kommer i dybden med musikfagene. Musik fylder meget på Solgården, og du kommer i mesterlære hos de bedste undervisere!

### Musik & lovsang

Hvis dit efterskoleliv skal være fyldt med musik, sammenspil, lovsangsledelse, rytmelære, sangskrivning og indspilning af musik, så skal du vælge dette valgfag. Det er en fordel, hvis du i forvejen kan spille et instrument eller holder meget af at synge.

Vi arbejder også med, hvad det vil sige at lede lovsang, og du får mulighed for at være med til at lede lovsangen til nogle af skolens lovsangsaftræder, hvis du har lyst.

### Band 1 - Meget øvede

Dette tilbud er for dig, som er meget øvet på dit instrument og har banderfaring. Du kommer til at fyre den af med andre på samme niveau som dig selv. Band 1 er samtidig skolebandet, som kommer til at akkompagnere storekor - både på og udenfor skolen.

### Band 2 – let øvede

Dette tilbud er til dig, som er let øvet på et instrument eller med din stemme. Du har lyst til at spille sammen med andre og blive bedre til at spille eller synge. Band 2 medvirker bl.a. ved musikcafeer eller andre musikarrangementer på skolen.

### Kor

Kom og vær med i et dejligt fællesskab i storekor. Her er plads til dig, som har sunget i kor før og til dig, der bare har lyst til at synge. Vi synger rock, pop og gospel. Vi synger ved forskellige arrangementer på og uden for skolen.



## PERIODEFAG - MUSIK

Nedenstående valgfag bliver gennemført i perioder i løbet af skoleåret alt efter tilslutning.

### Band 3 (Begynder niveau)

Dette tilbud er til dig, som lige er begyndt at spille på et instrument eller synge. Du får tip til forskellige instrumenter i samspil med andre.

### Jazz, improvisation, sangskrivning

Vi skal eksperimentere, spille på øret og lære teori om akkorder og skalaer. Målet er, at du bliver god til at finde på melodier og sætte akkorder sammen og spille soloer. Du behøver ikke være verdensmester på dit instrument (måske bliver du det), men du skal have lyst til at lære nyt og prøve det, du lærer af, sammen med andre.

### Instrumentlære

Nogle år har vi kunnet tilbyde instrumentundervisning i fx klaver, guitar, bas eller trommer. Her vil du på et lille hold træne dine færdigheder på dit instrument – både for begyndere og øvede.



# KREATIV – HELÅRSFAG & PERIODEFAG

## HELÅRSFAG - KREATIV

Nedenstående helårsfag er valgfag, hvor du kommer i dybden med forskellige kreative områder i inspirerende omgivelser.

### Kreativ-værksted

Her er der både tid og plads til at lære nye teknikker, inspirere hinanden og arbejde med egne ideer. Vi har et dejligt værksted, hvor vi har gode muligheder for at eksperimentere og tænke kreative tanker i en hyggelig atmosfære.

Vi arbejder med mange forskellige emner, bl.a. strik/hækling, mosaikker, ikoner, forskellig brugskunst, æsker, og hvad vi lige har lyst til.

Du kan vælge, om du vil have faget i 2 eller 4 timer om ugen.



## PERIODEFAG - KREATIV

Nedenstående valgfag bliver gennemført i perioder i løbet af skoleåret alt efter tilslutning.

### Billedkunst

Vi laver billeder på mange forskellige måder: Tegning, maling, collage mm. Der bliver både bundne og frie opgaver.

### Glaskunst

Vi skærer i glas og brænder det derefter i keramikovnen. Du kan lave vinduesophæng, fade, fyrfadsstager, glasfigurer og meget andet. Alle kan være med, blot du har lyst til at eksperimentere.

### Smykker

Faget giver dig mulighed for at fremstille smykker i forskellige materialer. Du kan lave ringe, kæder, armbånd, øreringe og wiresmykker, og alt efter lyst og behov kan du lave lette, enkle ting eller mere fantasifulde smykker. Der vil evt. blive tale om egenbetaling ved storproduktion.

### Syning

Vi syr på maskine og i hånden. Du kan sy lige, hvad du har lyst til - også gerne omsyning af genbrugstøj. Vi bruger færdige mønstre og laver dem lidt om, så ideen bliver efter din smag. Prøv at sy flotte perler/brodere mønstre eller lave metaltryk på dine ting.



# BLANDEDE HELÅRSVALGFAG



## BLANDEDE HELÅRSVALGFAG

Nedenstående valgfag er i udgangspunktet helårsfag, hvor du kommer i dybden med et fagområde. Fagene kan være på 2-4 timer om ugen alt efter tilslutning.

### E-sport CS:GO

Her kan du træne og spille CS:GO. Du får målrettet undervisning i spillet, øver sekvenser og deltager i kampe mod andre efterskoler. I løbet af året deltager vi også i et LAN-Party og afholder også et på Solgården.

### Motor og værkstedsfag

Du får olie på fingrene, og indholdet er du i høj grad med til at skabe. Hvis du har en knallert, havetraktor, et smedeprojekt eller lignende, hjælper vi efter bedste evne.

Vi bruger det store, opvarmede værksted med lift og svejser. Vi har teoritimer engang i mellem.

### Psykologi- og retræte

Undervisningen i psykologi- og retræte vil have tre hovedområder: Psykologi, retræte og udviklingssamtaler.

Det handler om, hvem du er, søskendepositioner, livshistorier, psykisk sygdom og kropssprog. Faget handler også om at finde tid til ro og stilhed – bøn og eftertanke. Alle elever får mulighed for udviklingssamtaler i løbet af faget.

### Forfatter, medier & film

Har du en forfatter gemt i maven, og kunne du tænke dig at blive endnu bedre til at skrive? Her lærer du om medier, film og det skrevne sprog. Du skal vælge dette valgfag, hvis du vil blive dygtigere til at kommunikere og forstå de sociale medier.





# BLANDEDE PERIODEVALGFAG



## BLANDEDE PERIODEVALGFAG

Nedenstående valgfag bliver gennemført i løbet af skoleåret alt efter tilslutning.

### Kager der smager

Chokolade, fondant og flødeskum. Er du opsøgt af "Den store bagedyst", så er faget her for dig. Vi laver smukke lagkager og skønne kager.

### Madlavning for madelskere

Vi laver forskellige spændende madretter, der udfordrer dine smagsløg. Vi har også fokus på anretning og præsentation.

### Idehistorie- og filosofi

Et fag, hvor vi arbejder med livets store spørgsmål og snakker om, hvad store tænkere har tænkt om disse spørgsmål, og hvad du tænker.

### Spansk for begyndere

Har du lyst til at snuse til et nyt fremmedsprog, så tilbyder vi en grundlæggende indføring i det spanske sprog. Der er ikke mulighed for at gå til prøve – faget er en introduktion til det spanske sprog for dig, som har lyst til at afprøve dine evner inden for et nyt sprog.

### Lektiehjælp

Har du brug for ekstra hjælp med dine lektier, tilbyder vi et fag, hvor fokus er, at du får hjælp med dine afleveringer og nogle af de daglige lektier.



### Minecraft – creative

Du bygger og designer landskaber og bygninger i det populære Minecraft-univers. Det bliver spændende at skabe og udvikle sammen med de andre på holdet.

### Filmproduktion

Vi bruger skolens udstyr til at lave små filmklip til Youtube. Du lærer at optage, redigere og dele på sociale medier.

### Fiskeri

Vi tager ud og fisker i Skjern Å, put- and takesøer eller forsøger at fange en af de glubske gedder i de lokale søer.

### Bocart

For dig, der ønsker fart og spænding med stor sikkerhed. Vi kører på skolens egen bane.

### Kørekort til bil (Egenbetaling)

Gennem "Vestjysk køreskole" er det muligt at tage sit kørekort mens du går på Solgården. Undervisningen vil ligge i foråret. Se vores hjemmeside for mere information og pris i menuen "aktuelt". Du skal være fyldt 16 år og 9 måneder pr. 1/3 2022 for at kunne tage kørekort.

# FRITIDSFAG

## FRITIDSFAG

Fritidsfag er fag, som i udgangspunktet ikke er skemalagt, men som vi i fællesskab finder huller til i din fritid, når først du er på skolen - nogle af fagene foregår om aftenen.

### Følg pedellen

Her er et tilbud til dig, der gerne vil følge pedellen nogle timer om ugen. Du kommer til at stifte bekendtskab med forskellige pedelopgaver og "går til hånde" med forskellige projekter rundt om på skolen.

### Lillekor

Her er et kortilbud til dig, som brænder for sang og ønsker at bruge din stemme aktivt. Her kommer du til at optræde og synge for andre.

### Praktik

Hvis du gerne vil i praktik, mens du går på Solgården, er det en mulighed, hvis du går i 10. klasse. Det aftales med vejlederen, og du kan høre nærmere om dine muligheder. Praktik på Solgården henvender sig primært til dig, som ikke er afklaret i forhold til din fremtidige uddannelsesretning.

### Køkkentjeneste

Her er et tilbud om at deltage i tilberedning og servering af aftensmad, samt oprydning bagefter. Køkkentjeneste træder i stedet for daglig rengøring på fællesområderne.

### Jagttegn (Egenbetaling)

I vinterperioden kan der via ungdomsskolen tages jagttegn. Undervisningen foregår på Solgården eller en af kommunens folkeskoler. *Der skal påregnes egenbetaling på ca. 3.500 kr.*



# SÅDAN VÆLGER DU DINE VALGFAG

For at sammensætte dit skema, skal du tjekke ind på [solgaarden.dk/skema2122](http://solgaarden.dk/skema2122), hvor du skal træffe alle dine valg i forhold til dit skema – bare følg vejledningen online.

Dit skema bygges op af følgende nedenstående elementer, alt efter om du skal gå i 9. eller 10. klasse.

## 9. klasse

### Obligatoriske boglige fag

- Mulighed for tysk og fransk\*
- *Alle har to fællestimer om ugen.*

### Vælg dine helårsfag

- Vælg og prioriter mindst 4 og max 8 helårsfag

### Vælg dine periodefag

- Vælg og prioriter 4 periodefag

### Særlige behov

- Elever med særlige behov tilkendegiver også dette på skemaet.

\* = Fransk kræver, at du har haft det i 7-8. kl.  
Hvis du fravælger fransk/tysk kan du ikke komme på en 3-årig ungdomsuddannelse.



## 10. klasse

### Vælg din boglige profil

- 10pro m. idræt, engelsk og matematik
- 10classic m. dansk, engelsk og matematik
- *Alle har to fællestimer om ugen.*

### Tilvalgsfag for 10classic

- Fysik, Tysk eller Fransk\*
- Har du valgt 10pro kan du ikke vælge tysk/fysik*

### Bibellinje

- Bibellinje

### Vælg dine helårsfag

- Vælg og prioriter mindst 4 og max 8 helårsfag

### Vælg dine periodefag

- Vælg og prioriter 4 periodefag

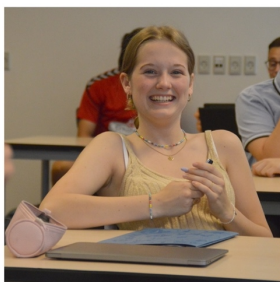
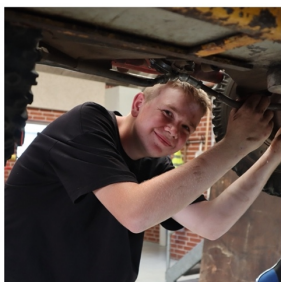
### Særlige behov

- Elever med særlige behov tilkendegiver også dette på skemaet.

\* = Fransk kræver, at du har haft det i 9.kl.

ALLE SKEMAØNSKER AFGIVES PÅ  
[solgaarden.dk/skema2122](http://solgaarden.dk/skema2122)

# VI GLÆDER OS TIL AT MØDE DIG



**SØLGÅRDEN**<sup>†</sup>  
- forvandlende fællesskab