

## Valgfag 18-19 ver. 4

Lærer	Fag	Antal timer	Hvornår
LS	<p><b>1. Springgymnastik</b> Foregår i Vammen Hallen og afsluttes med sidste gang i VGF (Viborg Gymnastikforening)</p>	4x1,5 time	Fra januar
	<p><b>2. E-sport med læringsmålet "kommunikation på nettet.</b> To gange i alt. Første gang med gennemgang af hvordan man færdes på nettet/over spil. Anden gang bliver en lørdag eller søndag med 4-5 timer med ren spil, hvor elever observeres og samtale med den om dem om regler m.m.</p>	2 gange	Efter nytår
MS	<p><b>3. Julebageriet</b> Vi bager forskellige julesmåkager, som de må få med hjem. Pebernødder, jødekager, trøffelkugler og meget mere.</p>	3x3 timer (60')	December
	<p><b>4. Fest</b> En dag på skolen fra 14.00 – 21.00 hvor vi forbereder mad, taler m.m.</p>	6x6 timer	
MB	<p><b>5. Kor</b> Som de foregående år tilbyder vi kor på skolen for både piger og drenge i klasserne 2.-6.  Timerne kommer til at ligge på tirsdage 13.50-14.50 og vil indeholde sang af forskellige sange, Icebreakers (aktiviteter, hvor vi finder den fælles fornemmelse, arbejder med rytme mm), danse og selvfølgelig 1-2 optrædener for skolen i skoletiden.  <b>NB! Der er bindende tilmelding!</b> Vi har tidligere år har oplevet at nogle er sprunget fra undervejs og så står vi med ganske få elever i koret, som så bliver en meget dyr undervisning på skolen. Koret bliver oprettet, hvis der er mindst 12 børn, der ønsker at deltage.</p>		Hver anden uge efter skole om tirsdagen. Der vil være kor i ugerne: 45, 47-51, 2-4, 6, 8-14. I hullerne mellem korgangene er der ferier og emneuger, hvor

			undervisningen er aflyst.
	<p><b>6. Kanotur for piger</b></p> <p>Vi skal på et døgn's kanotur kun for piger, hvor vi selv skal padle hen til det sted, hvor vi skal overnatte. Vi overnatter i telte og shelters, laver mad på trangia og har lejrbrål, mens mørket falder på.</p> <p>Målet er at vi prøver nogle nye ting af og oplever at kunne klare os selv. Det bliver en hyggelig tur med plads til snak og grin og fællesskab.</p> <p>Så er du klar på at sejle en kano med et par makkere, hugge brænde til det fælles lejrbrål, lave mad på en trangia og overnatte i den lune forårssnat med andre piger, så skal du melde dig på her.</p> <p>Tid og sted finder vi ud af efter vejrudsigten i maj/ juni måned.</p>	20-24 timer	En fredag-lørdag i maj eller juni
TD	<p><b>7. Rytmisk gymnastik/dans</b></p> <p>10. timer hvor af 5 af dem ligger en weekend.</p> <p>Vi skal træne grundgymnastik og serier. Vi skal lave små sekvenser af, sving, hop, balance og funk. Vi skal træne kondition, styrke og smidighed. Vi skal lege, have det sjovt og udfordre hinanden. Alle kan være med.</p>	<p>Tirsdag fra 13:50.14-50</p> <p>Første gang d. 8 jan. 2019</p> <p>10. timer hvor af 5 af dem vil ligge søndag i uge 3.</p>	efterår/Vinter
	<p><b>8. Street mekka</b></p> <p><b>Medbring fx: rulleskøjter, løbehjul, trick cykel, skateboard, ethjulet cykel mm. Husk hjelm.</b></p> <p><a href="http://gamedenmark.org/game-streetmekka-viborg/">http://gamedenmark.org/game-streetmekka-viborg/</a></p>	Ca. 4 timer.	(Vinter-Weekend)
	<p><b>9. Løb</b></p> <p>Målet er 5. el. 10 km.</p> <p>Vi starter stille ud. Vi træner kondition, løbestil. Vi løber her i Vammen. Har man et løbe-ur så tag det med. Løbesko skal eleverne have.</p>	1x10 timer. Efter efterårsferien uge 43 mandag kl. 14:20 og onsdag kl.13:50.	Fra efterårsferien. Hver mandag kl. 14:20 og onsdag kl.13:50.

KS	<p><b>10. Madlavning i det fri</b></p> <p>Hvad kan man egentlig spise i det fri, og hvad skal man holde sig langt fra? Kan man tilberede et helt måltid mad over bål, eller er det smartere at bruge et trangiasæt? Og hvad er et trangiasæt egentlig for noget? Vi ser, om vi kan finde forskellige spiselige ingredienser i naturen og bruger dem (og måske lidt snydeingredienser fra køkkenet) til at lave mad i det fri. Vi finder ud af, hvordan man smartest laver mad, når man ikke har et køkken, og så hygger vi os udenfor med (forhåbentlig) gode måltider hver gang.</p>	Varighed: ca. 4 4 eftermiddage af to timers varighed.	Mest optimalt med placering i foråret. April - maj
	<p><b>11. Filosofi</b></p> <p>Et filosofisk spørgsmål er et spørgsmål, som der ikke gives et entydigt svar på, men som alligevel er interessant at stille: Skal man altid tilgive sine uvenner? Hvad er overhovedet en ven? Hvad kan vi vide, og hvad er vi nødt til at tro på? Hvad er lykke? Skal man gå ind for organdonation? Skal man gå over for rødt, når der ikke kommer nogen? Hvad er vigtigt i livet? Hvad sker der, når man dør? Hvorfor spiser vi ikke mennesker? Må man slå ihjel? Findes der noget, der er perfekt? Hvordan ville et rumvæsen se på vores verden?</p> <p>Vi arbejder med forskellige filosofiske spørgsmål, som I er med til at vælge, og øver os på at undre os over det hele sammen. Vi skal lave forskellige øvelser og aktiviteter undervejs, så alle kan være med.</p>	5 eftermiddage af 1 times tvarighed.	Kan placeres over hele året.
KE	<p><b>12. Badminton</b></p> <p>Vammen Hallen</p> <p>6 trænings gange som skal være med til at dygtiggøre jer i badminton. Meget af træningen er inspireret af træning, som bliver praktiseret af VBK's talenttræner. Vi skal også lære om regler, samt træne teknisk/fysisk træning. For at deltage skal man selv have ketcher/udstyr til badminton.</p>	6 gange	Februar- maj
	<p><b>13. MTB træning</b></p> <p>Vi skal ud og prøve kræfter på to forskellige MTB singletrack baner, vi skal køre på et par baner hvor i kan blive prøvet af fysisk, men også i jeres færdigheder på jeres cykel.</p>	2xlørdag	April-juni

	<p>Man skal selv have MTB-cykel samt eventuelt udstyr til turene (cykelbukser/cykelhandsker/osv.).</p> <p>For at deltage skal man have lyst til en hyggelig og sjov tur, men hvor man bliver/kan blive presset fysisk, og måske også på hvad man tror man kan gøre på en cykel.</p>		
LL	<p><b>14. Kortspil og terningspil</b></p> <p>Vi spiller forskellige kort og terning spil. Det er både hyggeligt og lærerigt at spille med hinanden. Man kan godt spille uden en 500, stindrakker, kasino Yatzy, 10.000, meyer</p>	10 timer	Vinterhalvåret i forlængelse af en skoledag Men det kan være hele året
	<p><b>15. Strikke og hækle for begyndere</b></p> <p>Kunne du tænke dig at prøve at lære at strikke eller hækle. Vi begynder i det små, så det er ikke striketrøjer eller tæpper, vi skal lave. Kom og prøv at lære teknikken.</p> <p>Vi forsøger os med: Grydelapper, karklude, bordskånere, måske kan nogle strikke strømper.</p>	10 timer	Vinterhalvåret i forlængelse af en skoledag Men det kan være hele året
Eva Christensen	<p><b>16. Samarbejde, kommunikation og kunsten at fokusere - praktiske øvelser</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hvordan kan leg med lego lære mig noget om kommunikation?</li> <li>- Hvad kan jeg lære om samarbejde ved at tegne?</li> <li>- Hvordan kan boldspil lære mig at fokusere, mens jeg multitasker?</li> <li>- Kan man tælle med kroppen?</li> </ul>	2 lektioner	21. og 28. 11.18. 2018 kl. 14.00-15.00
	<p><b>17. T(w)een-yoga</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Har du nogle gange: svært ved at koncentrere dig fornemmelsen af, at det er svært at holde styr på alle dine tanker. En fornemmelse af, at du ikke "hænger sammen", altså at din krop og dit hoved lever hver sit liv, og du ofte bruger enten hovedet eller kroppen uden at registrere, hvad der/hvordan det opleves</li> <li>• svært ved at være tilstede i nuet og nyde det</li> </ul> <p>Så prøv et par timers yoga specielt egnet til t(w)eens - og se, om det kunne være en hjælp til at finde en god fornemmelse for dig selv og forbindelsen mellem hoved og krop.</p>	2 lektioner	12. og 19. 12.18 kl. 14.00-15.00)

Bruno Kristensen	<p><b>18. Bordrollespil</b></p> <p>Valgfaget kommer til at handle om bordrollespil (Dungeons &amp; Dragons), og ud over det rent underholdningsmæssige i at spille, kommer eleverne også til at øve samarbejde, kommunikation, engelsk og matematik.</p>	En gang om ugen i vinterhalvåret.	Tirsdag eftermiddag
Lone Jensen	<p><b>19. Mad fra fremmede lande</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vi laver mad med inspiration fra andre lande med knald på både smag og farver</li> <li>• Vi arbejder sammen i hold</li> <li>• Vi lærer noget om god køkken hygiejne</li> <li>• Vi afslutter evt. med at børnene hver kan invitere én gæst med op at spise den sidste gang.</li> <li>• Økonomisk ramme: maks. 1.500-2.000 kr. alt efter deltagerantal.</li> </ul>	4mandage fordelt hen over vinteren Fra kl.16.30-19.30	De præcise datoer kan vi ligge os fast på sammen hvis I tænker mit forslag kan bruges.
Susanne Møller	<p><b>20. Læring om fugle i DK</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. lektion - klasselokale(eller lignende) ca. 2 timer</li> <li>2. lektion - forårstur i evt. skoven (Fastruplund - Bigum - Lindum skov) ca. 3 timer</li> <li>3. lektion - klasse lokale (eller lignende) ca. 3 timer/kan kombineres med læring i lokale samt tur.</li> <li>4. lektion - forårstur til spændende lokalitet (f.eks Tange Sø)</li> <li>5. lektion - maj (sidste søndag i maj)?? Fuglenes dag ..måske tur ved Hald</li> <li>6. lektion - tur ud og se/høre nattergal eller natravn - kan være andet afhængig af elevernes interesse.</li> </ol> <p>Prisen vil være minimal, da jeg har materiale fuglebøger m.m., vi kan bruge/kan også skaffe noget hos DOF - Dansk Ornitologisk Forening.</p> <p>Vi kan også bruge nettet. Jeg har flere kikkerter til rådighed/et teleskop. Måske afhængig af antal deltagere ---kan kørsel til et sted blive nødvendigt.</p> <p>Der vil også være læring om de blomster, træer og evt. dyr vi passerer på vores ture ud for at se på fugle.</p>	5-6 lek. af ca. 2-3 timer	Timer kan ligge meget tidligt på dagen, da det er der fuglene er mest aktive og nogle timer meget sent afhængig af hvad vi vælger at se/høre.

## Tilmelding til Valgfag

Valgfag er for elever i 6-8. kl. **Der skal vælges mindst 2 fag.** Tilmeldinger skal være afleveret til kontoret senest onsdag morgen d. 24. i uge 43 ved aflevering af denne seddel.

Der vil blive et større koordineringsarbejde ift. placering af elever, og om de enkelte hold bliver oprettet alt efter antal tilmeldinger.

Spørgsmål om de enkelte fag kan rettes til lærerne. Når vi har et overblik over tilmeldingerne vil, der hvor præcise datoer og tidspunkter mangler, blive meldt ud fra de enkelte lærere.

Navn: \_\_\_\_\_ kl. \_\_\_\_\_

Ønske 1 fag nr.: \_\_\_\_\_

Ønske 2 fag nr.: \_\_\_\_\_

Ønske 3 fag nr.: \_\_\_\_\_

Ønske 4 fag nr.: \_\_\_\_\_