

Idrettsfag

- Toppidretter
- Breddeidrett



BØ
VIDAREGÅANDE SKULE



Gode
opplevelser
og generell
studie-
kompetanse

Disse fagene er spesielle for idrettsfag

Felles programfag

Treningslære	<p>Her lærer du om:</p> <ul style="list-style-type: none">• Hvordan kroppen er bygd opp og fungerer• Hvilke betydning kosthold har for idrettsprestasjoner• Hvordan du skal trene for å bedre prestasjonene i idretten din
Aktivitetslære	<p>I faget får du opplæring i ulike idretter og aktiviteter.</p> <ul style="list-style-type: none">• Idrettsaktivitetene foregår i hall, barmark, vann og snø/is• Basistrening gir allsidig utvikling av utholdenhet, styrke, spenst, hurtighet, bevegelighet og koordinasjon• Friluftsliv er ferdsel og aktiviteter i ulike naturmiljøer til forskjellige årstider
Idrett og samfunn	<p>Faget gir innsikt i idrettshistorie og sammenhenger mellom ulike former for idrettslig aktivitet og samfunnet omkring.</p> <ul style="list-style-type: none">• Organisering av idretten i Norge• Idrettens betydning i samfunnet• Idrettens verdigrunnlag: Moral og etikk
Treningsledelse	<p>Faget er praktisk rettet og gir deg kunnskap i å lede og instruerer grupper.</p> <ul style="list-style-type: none">• Utvikle deg som trener og leder• Planlegge og gjennomføre arrangementer

Valgfrie programfag

Breddeidrett	<p>Faget gir deg allsidig aktivitet, kunnskap og ferdigheter i ulike idretter og aktiviteter</p> <ul style="list-style-type: none">• Valgte idrettsaktiviteter• Basistrening• Gjennomføre helsefremmende trening i ulike grupper
Toppidrett	<p>Faget gir idrettsaktiv ungdom mulighet til å kombinere idrett og utdanning på høyt nivå</p> <ul style="list-style-type: none">• Du får kunnskap om treningsplanlegging, basistrening og ferdighetsutvikling i egen idrett <p>Skolen tilbyr pr dags dato følgende toppidretter: fotball, håndball, volleyball, langrenn/skiskyting/utholdenhetsidretter.</p>

Uketimetall for alle årene

Fellesfag	Vg1	Vg2	Vg3
Religion og etikk	0	0	3
Norsk	4	4	6
Matematikk	5	3	0
Naturfag	5	0	0
Engelsk	5	0	0
2. fremmedspråk	4	4	5*
Samfunnsfag	0	3	0
Geografi	0	2	0
Historie	0	2	4
Program idrettsfag	Vg1	Vg2	Vg3
Aktivitetslære	5	5	5
Treningslære	2	3	5
Treningsledelse	0	2	4
Idrett og samfunn	0	2	3
Valgfrie programfag	Vg1	Vg2	Vg3
Toppidrett	5	5	5
Breddeidrett	5	5	5
Fra studie- spesialiserende utdanningsprogram		5	5
Ant. timer/uke	35	35	35/40*

* Har du ikke hatt fremmedspråk i ungdomskolen må du ha språk i tre år (både nivå I og nivå II). Det kan bety redusert valgmuligheter i programfag på Vg3, og at du får ett programfag mindre på Vg3

Skulen tek atterhald om kva for fag som til ei kvar tid blir sett i gang.
Forsidefoto: Kjell Terje Slettemaas. Foto denne side: Runar D. Elvestad og Christer Kaland.



Bø vidaregåande skule

www.bo.vgs.no

bo.vgs@t-fk.no

Postadresse:

Postboks 54

3833 Bø

Besøksadresse:

Gymnasbakken 23

Bø i Telemark

Sentralbord:

35 91 90 00