

TOPPIDRETTSLINJA – ST. OLAV VIDEREGÅENDE SKOLE

Østfold fylkeskommune og Østfold idrettskrets har eget toppidrettstilbud til ungdom som ønsker å kombinere videregående utdanning med satsing i idrett. Toppidrettslinja finner du på St. Olav vgs. Dette tilbudet er rettet mot fylkets beste idrettsutøvere.

Toppidrettslinja er en del av utdanningsprogram for idrettsfag (se egen brosjyre).



HVILKE SKOLER TILBYR IDRETTSFAG?

Skole	E-post og hjemmeside
Askim vgs 69 81 63 00	askim.vgs@ostfold-f.kommune.no www.askim.vgs.no
Frederik II vgs 69 36 64 00	frederikii.vgs@ostfold-f.kommune.no www.frederikii.vgs.no
Halden vgs 69 21 66 00	halden.vgs@ostfold-f.kommune.no www.halden.vgs.no
Kalnes vgs 69 13 60 00	kalnes.vgs@ostfold-f.kommune.no www.kalnes.vgs.no
Kirkeparken vgs 69 20 27 00	kirkeparken.vgs@ostfold-f.kommune.no www.kirkeparken.vgs.no
St.Olav vgs 69 16 24 00	st.olav.vgs@ostfold-f.kommune.no www.stolav.vgs.no



Østfold fylkeskommune

Postboks 220
1702 Sarpsborg

69 11 70 00

sentralpost@ostfold-f.kommune.no

Oscar Pedersens v. 39
1706 Sarpsborg

UTDANNINGSPROGRAM FOR IDRETTSFAG



PROGRAMOMRÅDE IDRETTSFAG

Utdanningsprogram for idrettsfag - tre hovedformål:

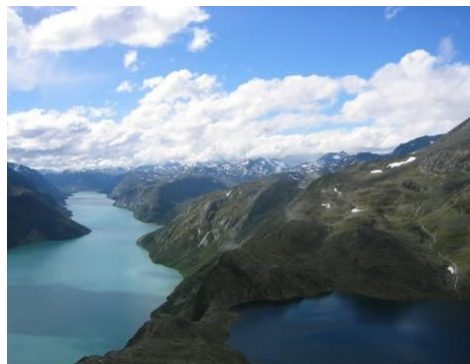
1. Tilby elever med et bredt spekter av idrettslige interesser en kompetansegivende allmenn- utdanning og en allsidig idrettsutdanning.

2. Gi et kompetansegivende tilbud til talentfulle idrettsutøvere, slik at de får mulighet til å kombinere utdanning med toppidrett, der forholdene blir lagt til rette for å utvikle den enkeltes evne til idrettslige prestasjoner, samtidig som idretten settes inn i et vidt samfunnsperspektiv.

3. Gi alle elever like muligheter til å utvikle sine evner og talenter, individuelt og i samarbeid med andre – i en tilpasset opplæring og i en inkluderende skole.

FAG/TIMEFORDELING

	Vg1	Vg2	Vg3
FELLES FAG:	23	18	13
Religion og etikk			3
Norsk	4	4	6
Matematikk	5	3	
Naturfag	5		
Engelsk	5		
2. fremmedspråk	4	4	
Samfunnsfag		3	
Geografi		2	
Historie		2	4
FELLES PROGRAMFAG	7	12	17
Aktivitetslære	5	5	5
Treningslære	2	3	5
Idrett og samfunn		2	3
Treningsledelse		2	4
VALGFRIE PROGRAMFAG	5	5	5
Toppidrett	5	5	5
Breddeidrett	5	5	5
Friluftsliv		5	5
Lederutvikling		5	5
Stud.spesVPF		5	5
SUM:	35	35	35



Friluftsliv har en sentral plass i programfaget

FELLES PROGRAMFAG

Aktivitetslære:

Idrettsaktiviteter: Idrettsaktiviteter i ulike miljøkategorier som sal, vann, snø og barmark.

Basistrening: Allsidig utvikling av utholdenhet, styrke og koordinasjon med mer.

Friluftsliv: Aktiviteter i ulike naturmiljøer til forskjellige årstider.

Treningslære:

Omfatter kroppens oppbygning og funksjon, treningsformer/metoder, treningsplanlegging og livsstil/helse.

Idrett og samfunn:

Omfatter idrettens organisering, idrettens historiske utvikling og idrettens verdigrunnlag.

Treningsledelse:

Omfatter teori og praksis i trener- og lederrollen samt erfaring i å planlegge og gjennomføre arrangement.

VALGFRIE PROGRAMFAG

- **Toppidrett**
- **Breddeidrett**
- **Friluftsliv**
- **Lederutvikling**
- **Studiespesialiserende programfag**