Klaragymnasiet
med internat

IDROTT & HÄLSA

PERSONLIG PLAN

På Klaragymnasiets idrott så gör jag en personlig utvecklingsplan tillsammans med mina idrottslärare som jag utvärderar och anpassar allteftersom jag utvecklar min kunskap om mig själv och min hälsa. Detta innebär att all undervisning är individuell och utgår efter just mina behov.

LOKALER

Jag har mina idrottslektioner i moderna lokaler. Där kan jag röra på mig på många olika sätt som passar mig.

HYGIEN

Personlig hygien är viktigt så därför sköter jag den där det passar mig bäst. Jag kan komma ombytt och duscha när jag kommer hem. Jag kan byta om och duscha på idrotten. Det finns både stora och små omklädningsrum med dusch.

UTVECKLING

På Klaragymnasiets idrottslektioner utvecklar jag många saker hos mig själv; hälsokunskap, kroppskännedom, kondition, motorik, styrka, rörelseergonomi, rörelseförmåga, balans, koordination. Kunskaper som jag har nytta av hela livet!

SKOLVERKET

Skolverket säger följande:
“Undervisningen i ämnet idrott och hälsa ska syfta till att eleverna utvecklar sin kroppsliga förmåga samt förmåga att planera, genomföra och värdera olika rörelseaktiviteter som allsidigt främjar den kroppsliga förmågan.”

GYMNASIEGEMENSAMT ÄMNE

Idrott och hälsa nivå 1 (100 p) är ett gymnasiegemensamt ämne som alla läser.
Behöver jag läsa Idrott och hälsa Grund så gör jag det på Klaragymnasiet innan jag påbörjar gymnasiekursen.

INDIVIDUELLT VAL

Är jag intresserad av min hälsa och rörelse kan jag välja individuellt val under min tid på Klaragymnasiet:

Idrott och hälsa nivå 2 (100 p)
Tävlingsidrott nivå 1 (100 p)
Träningslära nivå 1 (100 p)

KONTAKTUPPGIFTER

klaragymnasiet@curaindivid.se
anna.andersson@klaragymnasiet.nu
peter.wallertorp@klaragymnasiet.nu