



# SPORTSEFTERSKOLEN SINE





**SPORTEFTERSKOLEN SINE**

Idrætsvej 23  
6240 Løgumkloster

Telefon +45 7474 4990  
sine@sine.dk

**WWW.SINE.DK**

# KÆRE KOMMENDE ELEV OG FORÆLDRE

---

Med den følgende skoleplan vil vi fortælle lidt om ideerne og rammerne for Sportsefterskolen SINE, for at give dig og dine forældre mulighed for at vurdere, om denne skole er noget for jer.

Sportsefterskolen SINE er beliggende i Løgumkloster og modtog det første hold elever i august 1997. Skolen har plads til 244 elever fordelt på 9. og 10. klasse.

Sportsefterskolen SINE er startet af en gruppe personer med interesse for den frie skole og med baggrund i den brede ungdomsidræt. Skolen er uafhængig af politiske, religiøse og idrætslige organisationer. Skolen ligger midt i et af Danmarks smukke naturområder, omgivet af skov, og alligevel placeret midt i et veludstyret, moderne idrætscenter bl.a. 4 idrætshaller, boldbaner, kunstgræsbane, minikunstgræsbane, friluftsbad, tennisbaner, golf driving range, potting green, skibakke, mountainbikebane og cykelspor.

Som elev på skolen vil du komme til at bo på 4-mands-værelser med god adgang til toilet og bad. Du kommer til at bo i et hus med både drenge- og pigeværelser. Alle huse har tilknyttet en fast huslærer, som vil være kontaktlærer, og den lærer, der har forbindelse til dine forældre.

## BESØG SKOLEN

Du har mulighed for at komme og se skolen på Efterskolernes Dag, som altid er den sidste søndag i september kl. 13.00 -17.00 samt på Efterskolernes Aften, som altid er den anden onsdag i januar kl. 18.00 -21.00.

Derudover har vi besøgsaftener ca. én gang om måneden. Du kan tilmelde dig en besøgsaften på [www.sine.dk](http://www.sine.dk).

# SKOLENS PÆDAGOGISKE HOLDNING

---

På Sportsefterskolen SINE vil du i samvær med jævnaldrende unge og 49 voksne komme til at deltage i et forpligtende fællesskab. Når man er sammen med så mange mennesker, er det vigtigt at stille visse krav, for at alle kan føle sig trygge og få så meget ud af opholdet som muligt.

Overordnet burde vi kunne nøjes med 1 regel: "Vi skal opføre os ordentligt". Men selvom alle et eller andet sted godt ved hvordan man opfører sig ordentligt, er man, med så mange mennesker fra vidt forskellige baggrunde og med vidt forskellige grænser, nødt til at sætte nogle fælles og klare rammer for hvad man kan tillade sig.

Vi har dog et par klare regler, som er indiskutable.

Det er:

- 1) Tyveri medfører hjemsendelse.
- 2) Brug af hash og /eller andre euforiserende stoffer samt øl og spiritus medfører hjemsendelse.

**Dette gælder på skolen, såvel som til og fra skolen.**

Herudover er vi en **røgfri skole**. Det betyder for eleverne, at der ikke må ryges på skolen, eller når vi er nogen steder i skolesammenhæng.



# UNDERVISNINGEN

---

Det er for de fleste unge en meget stor oplevelse at være på en efterskole. Det at komme hjemmefra og stå på egne ben, og det at lære nye kammerater at kende i et trygt miljø, samtidig med at man uddanner sig inden for et område, der har ens interesse, udvikler og medfører ofte et samlet løft til glæde for det fremtidige voksenliv.

Sportsefterskolen SINE tilbyder en gymnasialt rettet undervisning, der bogligt fuldt er på højde med folkeskolens. Undervisningen tilbydes på 9. og 10. klasses niveau, som afsluttes med Folkeskolens Afgangsprøve FP9 eller FP10. Nogle 10. klasses fag er niveauopdelt.

Vi tilbyder ikke specialundervisning. Hvis eleven har modtaget specialundervisning tidligere, bedes dette meddelt skolen.

Kvalitet er et nøgleord i al undervisning på Sportsefterskolen SINE, og vi har det mål, at du efter et år hos os vil være blevet dygtigere, fysisk og psykisk stærkere, socialt engageret samt mere nysgerrig og videbegærlig.

Der vil være mindst 35 timers undervisning om ugen, hvoraf en del af disse er idrætslige fag.

Undervisningen på Sportsefterskolen SINE er delt i følgende hovedområder:

**A) Sportslinjefag**

**B) Almene undervisningsfag og orienteringsfag**

**C) Fællestimer**

**D) Valgfag for 10. klasse**

# A) SPORTSLINJERNE

---

## **Fodboldlinjen**

Specifik fodboldtræning med individuel styrketræning, teknisk, taktisk, fysisk og mental træning i de perfekte rammer, hvor vi har vores egen kunstgræsbane. Du bliver undervist af vores super dedikerede fodboldtrænere med solide fodboldbaggrunde både spiller-, uddannelses- og trænermæssigt.

## **Håndboldlinjen**

Udvikling af dig som håndboldspiller både teknisk, taktisk, fysisk og psykisk. Træning med gæstetrænere og vores egne dygtige og professionelle trænere.

## **Badmintonlinjen**

Med udgangspunkt i dig laver vores højtuddannet træner-team en alsidig og varieret træning med teknik og taktik, og hvor du kan udvikle dig fysisk, styrkemæssigt og mentalt.

## **Danselinjen**

Få udvidet din danseopfattelse med forskellige stilarter, som floor work, modern dance, improvisation, ballet, jazz, hip hop og house. Du skal danse på flere dansestudier i Danmark og New York, og du bliver undervist af vores dygtige danselærere samt gæstelærere.

## **Golflinjen**

Du vil blive undervist af en PGA pro træner, som er fast tilknyttet skolen. Vi har egen driving range, potting green og benytter Sønderjyllands Golfklub samt Ecco-farmens fantastiske indendørsfaciliteter.

Du skal spille turneringer i Danmark og udlandet, bl.a. Atlanta.

## **Fitnesslinjen**

Dygtige og veluddannede instruktører og fysioterapeut vil du have til rådighed i din daglige træning.

Vi træner styrke, cardio og indoor/outdoor funktionel og du undervises i teori.

## **Skilinen**

Som en del af opholdet bliver du uddannet Alpin Klub Instruktør (AKI), og kan derefter undervise for skiklubber. Du vil få undervisning i skiteknik i forskellige skidiscipliner, skiteori, førstehjælp og i hvordan man underviser på ski. Trænerne på skilinen hører til blandt landets bedste på deres område, og du kan forvente de bedste betingelser for at rykke dit skiløb.

## **Cykellinen**

På cykellinen kan du vælge mellem landevejscykling, cykelcross eller mountainbike.

Den fysiske træning er i højsædet, og vi planlægger selvfølgelig træningen efter aldersrelateret træningskoncept (ATK) og Danmarks Cykle Unions træningsanbefalinger.

Du vil blive tilbudt Danmarks Cykle Union og Danmarks Idrætsforbunds træneruddannelse. Uddannelsen giver adgang til Danmarks Idrætsforbunds diplomtræneruddannelse.

---

Sportslinjerne er tildelt 5 ugentlige undervisningslektioner á 1,5 timer. På sportslinjerne vil du få en grundig og alsidig teoretisk og praktisk undervisning. Formålet med undervisningen er at dygtiggøre og udvikle dig såvel fysisk, som mentalt.

Vi lægger vægt på, at du gennem aktiv deltagelse sammen med de øvrige på linjen er med til at præge undervisningen og planlægge timernes indhold. Samarbejdet mellem eleverne og linjelærerne er derfor højt prioriteret og vil gå forud for den enkelte elevs præstationer. Du må dog meget gerne have personlige ambitioner. Der kræves ingen specielle forudsætninger for, at du kan vælge dig ind på sportslinjerne. Det eneste, der kræves er, at du skal være nysgerrig, indstillet på målrettet træning og højt dedikeret til din sport.

## **Fysioterapeut**

Vi har en fysioterapeut på skolen, som diagnosticerer og behandler skader i det omfang, det er muligt.

# B) ALMENE UNDERVISNINGSFAG

---

Følgende fag er obligatoriske på Sportsefterskolen SINE:

## **9. klasse**

Dansk  
Matematik  
Fysik  
Historie  
Samfundsfag  
Biologi  
Geografi  
Idræt  
Engelsk  
Tysk

## **10. klasse**

Dansk  
Matematik  
Engelsk

## **Valgfag 10. klasse**

*(Der skal vælges minimum 1 valgfag)*  
Fysik  
Tysk – både FP10 og Goethe Deutsch

Du indstiller dig til Folkeskolens Afgangsprøve FP9 eller FP10 i fagene.

## **Cambridgeklasserne**

Sportsefterskolen SINE tilbyder Cambridge International Examinations til 10. klasse. De unge i dag skal kunne begå sig i en globaliseret verden, og over hele verden ses en tendens mod engelsksproget undervisning.

Cambridge International Examinations er internationalt anerkendt, hvilket betyder at elever med Cambridge bevis har adgang til udenlandske uddannelsesinstitutioner. (International General Certificate of Secondary Education - IGCSE)  
Engelsk som undervisningssprog er ligeledes blevet mere udbredt i Danmark, så ved at vælge Cambridge linjen på Sportsefterskolen SINE, står eleven med et solidt udgangspunkt for den fremtidige uddannelse.



Cambridgelinejen er for den engagerede elev, der har lyst til at udvikle sig fagligt - enten på det naturfaglige eller det humanistiske område.

Eleven har et rimeligt engelsk- og matematikniveau.

## **Fag i Cambridge Class**

### Naturfaglig retning:

English 2. language

Mathematics

Physics

Chemistry

Dansk (FP10)

### Samfundsfaglig retning:

English 2. language

Mathematics

History

Global Perspectives

Dansk (FP10)

### Valgfag i Cambridge Class:

Cambridge Biology - valgfag i både 10. klasse og Cambridge Class

Goethe Deutsch - valgfag i både 10. klasse og Cambridge Class  
Tysk (FP10)

Eleverne tager eksamen i alle de fag, som de får undervisning i. Der betales for Cambridge International Examinations og prisen er 4.000 kr.

Prisen for Cambridge Biology eksamen er 1.000 kr.

Det er muligt at starte op med Cambridge og efterfølgende springe over på almindelig 10. klasse, men det skal ske inden efterårsferien.

Vi tilbyder at arrangere en rejse for Cambridgeeleverne til et engelsktalende land i Europa. Til denne rejse er der egenbetaling på kr. 4.000,-.

## Goethe Deutsch

I Goethe Deutsch tager undervisningen emner som hverdag, familie, ferie, arbejdsverden og verden omkring os op. Tekster, film og sange, som vi behandler i undervisningen, skal give eleverne mulighed for at tilegne sig et ordforråd inden for emnerne. Små opgaver, som skal enten løses i grupper eller individuel giver eleverne mulighed for at ytre sig både mundtligt og skriftligt til disse emner.

Niveauet her svarer nogenlunde til FP10 og ligger på A2 niveau jf. den fælles europæiske referenceramme for sprog.

I undervisningen bliver der lagt vægt på, at eleverne lærer at begå sig uden ordbøger og grammatikbøger.

Du afslutter med en prøve, som består af en skriftlig del (lytte, læse og skrive) i 70 minutter og en mundtlig del, som bliver afholdt parvis og varer 15 minutter **uden hjælpemidler!!!**

Når du har bestået prøven viser du, at du

- kan forstå sætninger og hyppigt anvendte udtryk, som bruges i hverdagssituationer
- kan gøre dig forståelig i enkle, rutinemæssige situationer, hvor det drejer sig om enkel og direkte udveksling af informationer om velkendte og gængse temaer
- med enkle midler kan beskrive din egen herkomst og uddannelse og ting i sammenhæng med umiddelbare behov

Prøven koster kr. 800,-.

Du modtager et **Goethe-Zertifikat A2**, som er et officielt og internationalt anerkendt certifikat.

Der er mulighed for at tage en sværere prøve (B2), hvis du har niveau hertil.

Goethe-Instituttets eksamener følger niveauerne i den fælles europæiske referenceramme for sprog: fra begyndere (A1) til højt niveau (C2).

## C) FÆLLESTIMER

---

Fællestimer er timer i ugeskemaet, hvor du blandt andet kan komme til orde med ønsker og problemer. Alle på skolen er ansvarlige for, hvordan fællesskabet kommer til at fungere. Det er derfor vigtigt, at du er parat til tage et medansvar, og at du lever aktivt med i skolens hverdag. Dine meninger og ideer er vigtige og nødvendige og vil blive taget alvorligt. Kun på denne måde kan vi sammen forsøge at skabe en skole, hvor fællesskabets interesser går forud for den enkeltes.

Fællestimerne indeholder diskussion om aktuelle emner, dansk kultur, historiefortælling eller andre emner, som har interesse for fællesskabet.

# IT

---

Alle elever medbringer en bærbar PC/MAC, da meget kommunikation og opgaver foregår via internettet (Viggo/facebookgrupper).

Vi forventer, at den computer som medbringes, er i en sådan stand, at den kan gennemføre de digitale prøver (Dvs. at lyd, tastatur, USB porte fungerer).

Der er trådløst netværk over alt på skolen.

Kommunikation mellem skole og hjem foregår via Viggo.

# ÅRETS RYTME

---

Et skoleår på sportsefterskolen SINE består af 43 skoleuger. Skoleåret starter i begyndelsen af august og slutter i slutningen af juni.

## Weekend

4 weekender om året er der hjemrejseweekend. Disse weekender er forlænget med en hverdag, som kan benyttes til f.eks. læge- og tandlægebesøg.

Almindelige weekender starter fredag kl. 14.45. I disse weekender må du gerne rejse hjem. Gør du dette, skal du komme tilbage på skolen søndag mellem kl. 19.00 og 21.50. SINE sørger for bustransport mod betaling fra skolen til Rødekro station fredag eftermiddag og retur igen søndag aften.

Hvis du vælger at blive på skolen, kan du sammen med de andre elever og vagtlærere planlægge weekendens aktiviteter og forløb. Et antal weekender er temawekender, som elever og lærere vil planlægge i fællesskab.

## **Brobygning**

Der er 1 uges obligatorisk brobygning for 10. klasserne.

## **Temauger**

2 uger om året vil den almindelige undervisning udgå til fordel for temauger, hvor der arbejdes med et gennemgående projekt eller et undervisningstema.

## **Praktisk arbejde**

I 43 uger er skolen vores fælles hjem. Derfor har vi alle et fælles ansvar for, at alle de praktiske ting i hverdagen fungerer. Vi har ikke ansat personale til at varte os op, så alle nødvendige arbejdsopgaver må udføres i fællesskab. Det drejer sig bl.a. om rengøring, oprydning, køkkenarbejde, madlavning samt andet praktisk arbejde.

En uge om året vil du derfor blive taget ud af undervisningen for at deltage i køkkenarbejdet.

## **Rejser**

Vi gør meget ud af vores sports- og kulturrejser på SINE.

Du kan bl.a. opleve linjerejser til:

**New York**

**Atlanta**

**Beijing**

**Liverpool**

**Bangkok**

**Aspen**

Hele skolen tager på skirejse til Østrig, og Cambridge klasserne tager på sprogrejse.

# DAGENS RYTME

---

En dag på efterskole er fyldt med mange forskellige gøremål, hvor du vil være i gang fra tidlig morgen til sen aften.

I løbet af dagen ligger der ca. 4 modulers undervisning, 8 lektioner.

Om aftenen er der tid til mange forskellige aktiviteter. Det er dig og dine kammerater, der i fællesskab med vagtlæreren arrangerer de aktiviteter, der vil foregå om aftenen.

Der er afsat en time om dagen til lektielæsning. I denne time skal du være på dit værelse, eller lektiecafé og du skal være med til at sikre, at der er ro på skolen til at læse.

En halv times oprydning på dit værelse og i huset er dagligt påkrævet.

## **Vask**

Du kan vaske på skolen. Vaskepoletter købes på lærerværelset eller kontoret.



# TILMELDING OG ØKONOMI

---

Tilmeldingen til Sportsefterskolen SINE sker ved at sende et ansøgningsskema. Inden 2 uger får du bekræftelse på, om du er optaget eller på venteliste.

Er du optaget, opkræver vi et indmeldelsesgebyr på kr. 2.000,00 straks efter tilmeldingen. Optagelsen er endelig, når indmeldelsesgebyret er betalt.

***Dette gebyr bliver ikke tilbagebetalt.***

Det koster kr. 2.400,- om ugen at gå på Sportsefterskolen SINE i skoleåret 2018/2019. Beløbet er inkl. dragt, skiekskursion til Østrig og kulturrejse i udlandet.

Beløbet dækker alle udgifter i forbindelse med skoleopholdet: materialer, bøger m.m.

Du skal selv have skriveredskaber, lineal og lommeregner med.

Vi sørger for ansøgning om statsstøtte til delvis dækning af elevbetalingen. Papirer fremsendes inden skolestart.

1. maj inden skolestart opkræver vi et gebyr på kr. 5.000,- som fratrækkes skolepengene. Såfremt der frameldes inden skolestart, modregnes kr. 2.500,- i afbrydelsesgebyr. Hvis opholdet afbrydes efter skolestart opkræves et afbrydelsesgebyr på et beløb svarende til 4 ugers elevbetaling uden fradrag af statslig elevstøtte – uanset om udmeldelsen sker på elevens, hjemmets eller skolens foranledning. Der er ekstra betaling på skilinjens i alt kr. 11.000,-. De betales af 2 rater den 1. september og 1. februar i skoleåret.

Skolen får hvert år en pulje til individuel supplerende støtte, som vi kan bevilge til forældre efter følgende kriterier:

- Hvis familiens situation præges af sygdom, arbejdsløshed eller lignende.
- Hvis man er eneforsørger med særlige forhold, og med en indkomst der giver maksimum statsstøtte, og der ikke er anden supplerende støtte fra elevens hjemkommune.
- Hvis man er elev fra udlandet f. eks. det øvrige Skandinavien eller Sydslesvig.
- Hvis man får væsentlige ændrede indkomstforhold i forhold til beregningsåret, kan vi bevilge ekstra støtte i forhold til den nye økonomiske situation.
- Hvis der er særlige omstændigheder, der ud fra en konkret vurdering giver anledning til, at der kan udbetales støtte.
- Hvis familien har flere børn på efterskole samtidigt.

Hvis du vil have skolens årsbog (blå bog) koster den ca. 120,- kr.

### **Ferie, fridage, hjem på en "tænker".**

Eleven kan som udgangspunkt ikke fritages for undervisning/ophold på skolen i flere dage uden for skolens ferier. Ved et sådant afbræk af opholdet er skolen ikke berettiget til tilskud fra staten i de berørte kursusuger, og der kan heller ikke ydes statslig elevstøtte. Tages eleven alligevel ud i nogle dage, indebærer det, at forældrene skal dække skolens tab i tilskud kr. 1.500 kr. og betale fuld elevbetaling kr. 2.400,- pr. berørt kursusuge. Det gøres opmærksom på, at f.eks. en forlænget ferie på to dage, vil udgøre en hel kursusuge.

Det samme gør sig gældende, hvis skolen af forskellige grunde ser sig nødsaget til at sende eleven hjem på en tænker.

**Du har kun mulighed for at være på skolen i et skoleår.**



Oplev et år fyldt med **SPORT,**  
**UDLANDSREJSER** og masser af nye **VENNER**

Idrætsvej 23 | 6240 Løgumkloster | 7474 4990 | [www.sine.dk](http://www.sine.dk)