

* NOVA skolen

ELITEIDRÆTSKLASSER

7.-9. KLASSE





VELKOMMEN:

Velkommen som ny elev og forælder på NOVAskolen. Vi glæder os til at have jer på holdet, der vægter både høj faglig kvalitet i undervisningen og et ambitiøst niveau på sportsbanen. Eliteidrætsklasserne er startskuddet til en elitesportskarriere, hvor der er fokus på det hele menneske.

Tilbuddet er for alle idrætstalenter. Vi har to linjer: En idrætsspecifik linje og en basislinje. Den idrætsspecifikke linje gælder fodbold, svømning, håndbold og atletik. Basislinjen er for idrætstalenter fra andre idrætsgrene.

VORES VISION:

På NOVAskolen vil vi skabe det bedste skolemiljø for idrætstalenter i 7.-9. klasse.

VI HAR KLARE MÅLSÆTNINGER:

Vi har fokus på det hele menneske, så unge idrætstalenter både kan passe deres træning og få en relevant uddannelse. Samtidig er det målsætningen, at unge idrætstalenter tidligt får mulighed for at dyrke idræt i forbindelse med deres skolegang – allerede fra 7. klasse.

Med eliteidrætsklasserne på NOVAskolen vil vi:

- * skabe sammenhæng mellem skolegang, fritid og træning
- * skabe en positiv samarbejdskultur mellem skole, klub, elever og forældre, hvor alle parter indgår i et gensidigt forpligtende samarbejde.
- * sikre rammer til, at eleverne bliver hele idrætsmennesker
- * skabe optimale rammer for talentudviklingen i samarbejde med EliteVejle og de forskellige klubber
- * sikre, at udøverne kan træne efter principperne i aldersrelateret træning.





UNDERVISNING:

NOVAskolens eliteidrætsklasser er særskilte klasser bestående af idrætstalenter fra Vejles eliteidrætsklubber. Undervisningen efterlever alle krav til den almindelige undervisning. Eleverne indgår på lige fod med NOVAskolens øvrige klasser i den daglige undervisning.

Morgentræning, kurser og workshops er en integreret del i elevernes skoledag. Eleverne får også en DGI træneruddannelse, som de kan bruge i foreningslivet.

NOVAskolen tilbyder undervisning på et højt fagligt niveau, og der stilles krav til elevernes arbejdsindsats og deltagelse i undervisningen. Skolen har særligt fokus på innovation, så elevernes innovative kompetencer udvikles i praksis – læs mere om dette på www.in-nova.dk.

MORGENTRÆNING:

Morgentræningen planlægges i et tæt samarbejde mellem EliteVejle, NOVA-skolen og de involverede klubber. Eleverne er garanteret tre ugentlige morgentræninger, der er placeret mandag, tirsdag og torsdag morgen.

På den idrætsspecifikke linje har eleverne to idrætsspecifikke træningspas og et fysisk træningspas. Den idrætsspecifikke morgentræning ledes af trænerne i de forskellige klubber.

På basislinjen får eleverne tre fysiske træningspas, hvor EliteVejles fysioterapeut står for træningsplanlægningen. På den måde sikrer vi kvaliteten i morgentræningen for alle idrætstalenter.





FODBOLD - DRENGE:

Trænere fra Vejle Boldklubs eliteafdeling står for træningen, som foregår i VB Parken.

Træningen planlægges ud fra den enkelte spillers udviklingsområder og er overvejende teknisk træning. I træningen tager vi hensyn til spillernes belastning.

Vi arbejder målrettet med udviklingen af spillernes individuelle færdigheder, som løbende evalueres.

FODBOLD - PIGER:

Vejle Boldklubs chefråner står for morgentråningen, som foregår på Vejle Idrætsefterskole.

Tråningen planlægges ud fra at forbedre den enkelte spillers individuelle fær-digheder, og det er overvejende teknisk træning. I træningen tager vi hensyn til spillernes belastning.

Vi træner sammen med fodboldpiger fra Vejle Idrætsefterskoles 9.-10. klasser, og vi træner udendørs hele året.



HÅNDBOLD:

Faglærere på Vejle Idrætsefterskole står for træningen af både piger og drenge, og træningen foregår sammen med eleverne på efterskolen.

Træningen planlægges ud fra den enkelte spillers placering og udvikling og er en blanding imellem teknisk træning samt fysisk træning.

Vi arbejder målrettet med at udvikle den enkelte spillers færdigheder, og der vil foregå en løbende evaluering sammen med klubtræneren.



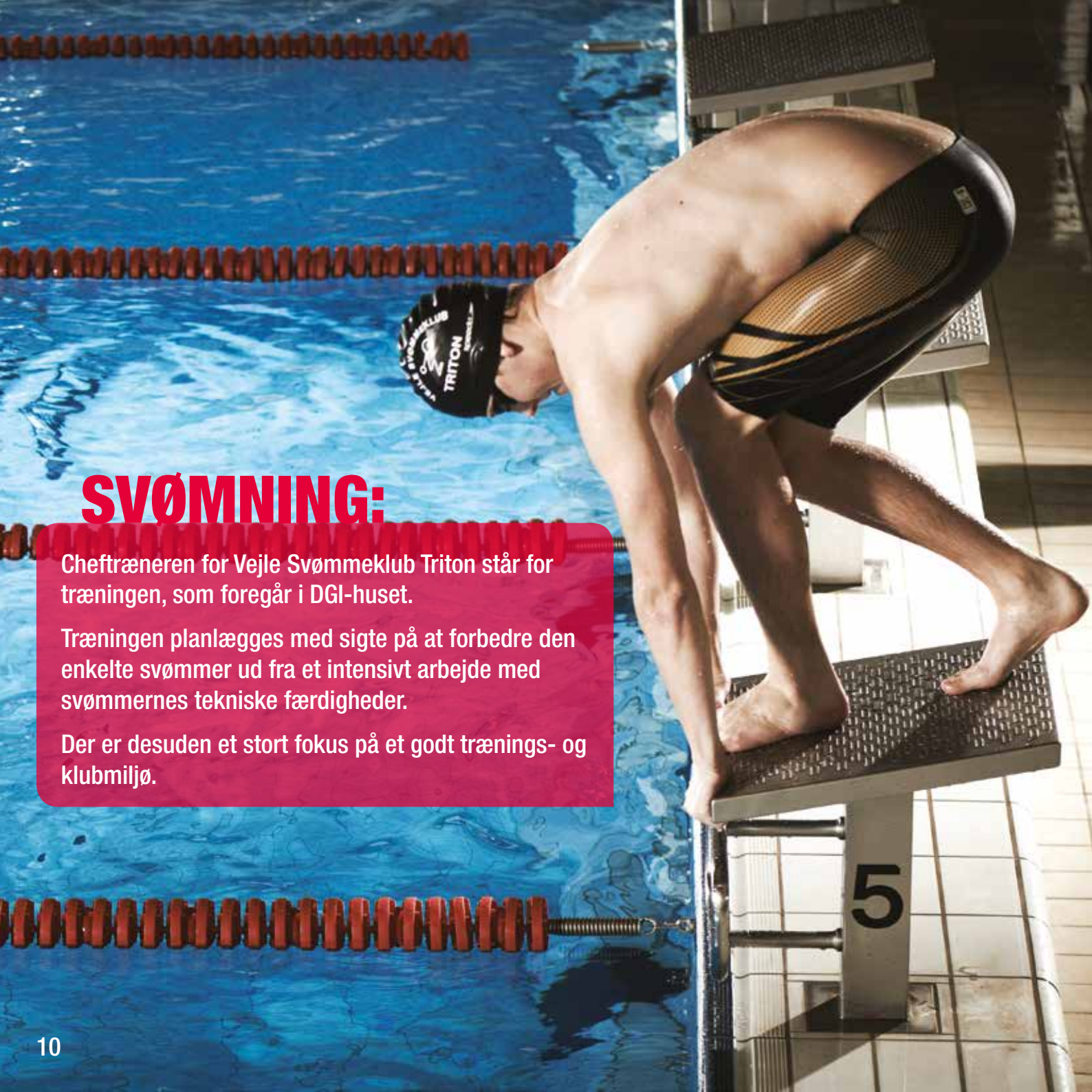


ATLETIK:

Trænere fra Vejle Idrætsforenings atletikafdeling står for træningen, der foregår på Vejle Atletikstadion eller på Vejle Idrætsefterskole.

Træningen planlægges ud fra aldersrelateret træningskoncept (ATK), så træningsvolumen, intensitet og øvelser passer til atletens fysiske modenhed.

Gennem testning og evalueringer arbejdes der målrettet med udvikling af atletens fysiske og tekniske færdigheder.



SVØMNING:

Cheftræneren for Vejle Svømmeklub Triton står for træningen, som foregår i DGI-huset.

Træningen planlægges med sigte på at forbedre den enkelte svømmer ud fra et intensivt arbejde med svømmernes tekniske færdigheder.

Der er desuden et stort fokus på et godt trænings- og klubmiljø.

BASISLINJE:

Eleverne på basislinjen har fælles fysisk træning på NOVAskolen sammen med EliteVejles fysioterapeut.

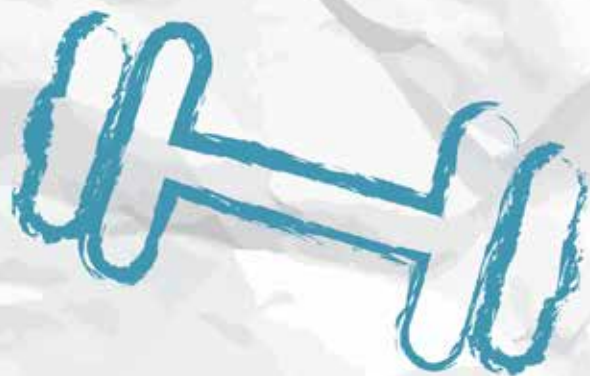
Træningen er differentieret til den enkelte elevs alder og fysisk. Træningen er ikke idrætsspecifik, men sigter på en motorisk udvikling med henblik på at lære nye bevægelser og forbedre allerede lærte bevægelser.

Træningen er en basistræning, hvor styrke- og konditionstræning kombineres med bl.a. koordination og kontrol. Der er specielt fokus på core- og stabilitets-træning med udgangspunkt i funktionelle øvelser.





HEALTHY



SPORT



GOOD
FOOD

SUNDHED OG TRIVSEL:

Der er fokus på sundhed og trivsel for eleverne i eliteidrætsklasserne på NOVAskolen. Eleverne undervises i sund livsstil i forhold til deres hverdag som eliteidrætsudøvere. De lærer at tage ansvar for deres kost og forstå sammenhængen mellem mental og fysisk træning og kosten.

Eleverne undervises i:

- * Kost/ernæring ved EliteVejles kostvejleder
- * Skadesforebyggelse ved EliteVejles fysioterapeut
- * Mentaltræning via Team Danmarks kurser

Skolen tilbyder i cafeteriet et sundt alternativ til elevernes madpakker.

Eleverne har adgang til skolens og EliteVejles fysioterapeuter.



OPTAGELSESPROCEDURE:

For at opnå optagelse i eliteidrætsklasserne på NOVAskolen skal idrætstalentet opfylde følgende kriterier:

1. Idrætstalentet skal have et sportsligt niveau, der rækker ud over det sædvanlige, og gør talentet i stand til nu eller på sigt, at kunne konkurrere på højeste nationale niveau
2. Idrætstalentet skal anbefales og godkendes af klubben og den nuværende skole
3. Idrætstalentet skal være indstillet på at yde en ekstraordinær indsats for at passe både skole og træning

Optagelsesproceduren foregår på følgende måde:

- * 15. januar: Ansøgningsfrist
- * Uge 4: 1. screening
- * Uge 5, 6 + 7: Evt. prøvetræning
- * Uge 8 + 9: Samtaler med potentielle elever
- * Uge 10 + 11: Opsamling, evt. udvidede samtaler og møde i optagelsesudvalg
- * Uge 12: Besked om optagelse til nye elever
- * Uge 15: Frist for tilbagemelding til skolen fra nye elever

Den endelige klasseliste udarbejdes af NOVAskolens eliteidrætsklassekoordinator i samarbejde med EliteVejle og idrætsklubrepræsentanter i optagelsesudvalget.

Ansøgningsskema findes på www.EliteVejle.dk

KOORDINATOR FOR ELITEIDRÆTSKLASSERNE:

Til at sikre en sammenhæng mellem elevernes skolegang og idræt har vi på NOVAskolen en koordinator, der varetager kontakten til forældre, elever og klubber. Desuden fungerer koordinatoren som bindeled til EliteVejle. Koordinatoren sørger for at eleverne får et godt og trygt forløb i eliteidrætsklasserne.

Koordinatoren kan kontaktes på mail: eliteklasser@elitevejle.dk



	MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
08:15-09:00	Idræt Eliteklasser	Morgentræning	Fys/bio	Morgentræning	Engelsk
09:00-09:45	Idræt Eliteklasser	Morgentræning	Fys/bio	Morgentræning	Engelsk
10:00-10:45	Dansk	Tysk	Valgfag	Samfundsfag	Historie
10:45-11:30	Dansk	Tysk	Valgfag	Samfundsfag	Historie
11:30-12:30	Matematik	Dansk	Matematik	Un.undervis	Dansk
12:30-13:15	Matematik	Dansk	Kristendom	Matematik	Fys/bio
13:30-14:15	Engelsk	Dansk	Dansk	Matematik	Fys/bio
14:30-15:15	Geografi	Lektiecafe	Lektiecafe	Tysk	
15:15-15:30	Geografi	Lektiecafe		Un.undervis	



vejle
KOMMUNE

* **NOVA** skolen

ELITE
VEJLE