



AKADEMIET VGS KRISTIANSAND

Studiespesialisering med Toppidrett

2025/2026




AKADEMIET
VIDEREGÅENDE SKOLE
KRISTIANSAND

REKTORS ORD



Per Kristian Bøhn

PER KRISTIAN BØHN

Rektor
Akademiet VGS Kristiansand

KRISTIANSANDS ENESTE TOPPIDRETTSGYMNAS

Akademiets visjon er at vi skal være den beste og mest fremtidsrettede videregående skolen i Norge. Visjonen er enkel, men ambisiøs. Vi vil oppnå dette ved å være en skole med fokus på læring samt et godt og inkluderende skolemiljø.

Skoledagen hos oss starter med trening, slik at du får en aktiv start på dagen. Resten av skoledagen består av en kombinasjon av studietid og mer tradisjonell undervisning eller seminarer. En slik organisering gir deg mulighet til å være med å planlegge skolehverdagen din, og aktivt ta del i og eie læringsprosessene dine. Samtidig gir dette lærerne dine anledning til å se hver enkelt elev. Dette trives lærere og elever godt med, og vi vet hvor avgjørende trivsel og gode relasjoner er for læring.

På Akademiet har vi dyktige og engasjerte lærere og trenere. Vi er tilstede for deg som elev og idrettsutøver, og hjelper deg

med å nå dine mål. Individet er i sentrum for alt vi gjør og vi er opptatt av at elevens totalbelastning mellom skole og idrett, ikke blir for stor. Gjennom vår unike mentorordning og et godt samarbeid mellom trenerne og lærerne på tvers av fag og trinn, skreddersyr vi skolehverdagen for elevene våre.

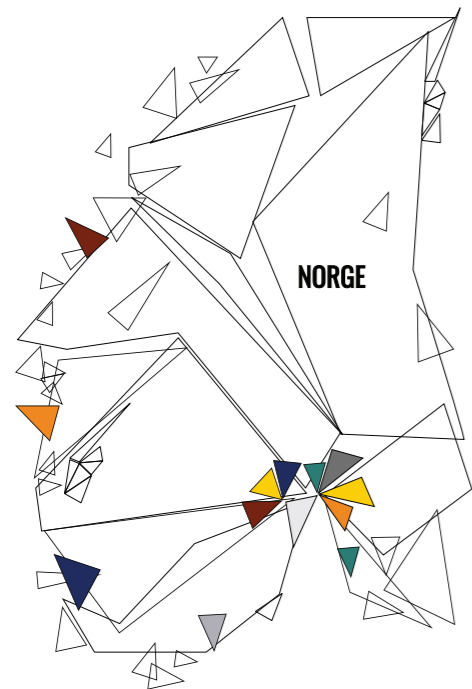
På Akademiet er vi opptatt av å se hele mennesket. Det betyr at vårt fokus vil være å støtte din utvikling, sosialt, faglig og som idrettsutøver. Akademiet skal være et sted der du kan dyrke og utvikle dine talenter sammen med engasjerte og dyktige lærere, trenere og medelever. Vi vil være en skole som du etter skolegangen ser tilbake på med glede og der du har knyttet vennskap for resten av livet.

Har du lyst til å treffe oss og ta en titt på skolen vår? Ta kontakt, så avtaler vi et møte.



Om Akademiet

Videregående - Privatist-skole - Nettstudier - Grunnskole - Utdveksling



Akademiet er Norges største private videregående skole med over 8.500 elever fordelt på 14 videregående skoler, 11 privatist-skoler, nettstudier og 6 grunnskoler. I tillegg tilbyr vi kurs i Akademiet Videreutdanning, og utveksling til en rekke desitinasjoner i VG2 gjennom Akademiet Utdveksling. Akademiet tar mål av seg til å være Norges beste og mest fremtidsrettede skole.

Vi ser hver enkelt elev, bygger på tillit og ønsker at skolen skal være elevens andre hjem. Pedagogikken ved Akademiets skoler er inspirert av Maria Montessoris pedagogiske ideer.

Akademiets skoler tilbyr elevene et unikt studietilbud gjennom høyt kvalifiserte lærere, moderne undervisningsformer og gode tekniske hjelpemidler. Gjennom de siste årene har flere av Akademiets skoler vært blant de ti skolene med høyest plassering på Utdanningsdirektoratets nasjonale elevundersøkelse. Dette bildet forsterkes i vår egen undervisningsevaluering der elevene to ganger per år vurderer egen undervisning. I gjennomsnitt får lærerne her over 5 i snittkarakter fra elevene sine.

Akademiet Privatist-skole og Akademiet Nettstudier tilbyr privatistundervisning til de som trenger å ta opp fag fra videregående eller mangler generell studiekompetanse. Vår privatist-skole er kjent for eksamensrettede kurs med engasjerte lærere og et gjennomarbeidet pedagogisk opplegg. Privatist-elever får også en karaktergaranti; bedre karakter eller kurset på nytt.

AKADEMIETMODELLEN

På Akademiet har vi stor tro på at lokale tilpasninger og variasjoner er med på å gjøre oss gode. Samtidig har det vært viktig for oss å bygge en plattform som definerer oss og som gjør oss gjenkjennelig. Denne plattformen er det vi kaller Akademietmodellen.

Akademietmodellen

Akademietmodellen er en oppsummering av vårt erfaringsgrunnlag for hvordan drive gode skoler, og omhandler visjonen vår om å være den beste og mest fremtidsrettede skolen i Norge. Vårt verdigrunnlag er tillitt, medbestemmelse og inkludering. Disse verdiene er viktige prinsipper for læring, utvikling og dannelse, og gjennomsyrrer skolens praksis.

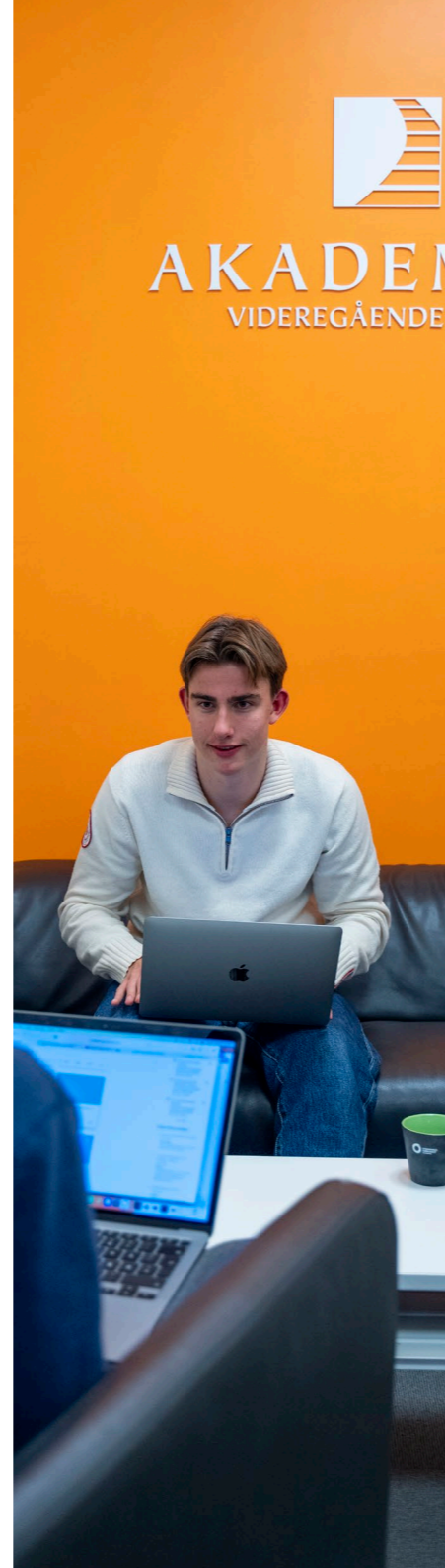
Læring og utvikling

Medbestemmelse er viktig i alle prosesser i skole, og elevene skal inkluderes i skolens drift og utvikling. I arbeidet med systematisk utvikling og innovasjon har vi valgt å legge til rette for åpne og fleksible rammer og strukturer, som det fysiske miljøet, timeplanen og pedagogiske arbeidsmetoder. Dette er med på å utvikle strukturerte, motiverte og selvregulerte elever som tar eierskap i egen skolehverdag, læring og utdanning.

På Akademiet VGS får du din egen mentor

En av de konkrete tingene vi på Akademiet har gjort for at elevene skal lære at kompetanse er noe de selv må bygge, er å gi hver enkelt elev sin egen mentor. I individuelle samtaler planlegger mentorene og elevene hvordan læringsarbeidet skal skje og evaluer hvordan læringen har vært den siste tiden. Erfaringene elevene får gjennom disse samtalene skaper en bevissthet rundt hvordan de selv lærer best og blir den beste versjonen av seg selv.

Lærerne på våre skoler ser ikke på seg selv som "servitører" som skal servere kunnskap til passive mottakere, men som "dansepartnere" og veiledere som hele veien er i samhandling med elevene i arbeidet med å bygge kompetanse for fremtiden. Erfaringen vår er ikke bare at aktive elever lærer best, men at de også trives bedre, har større mestringfølelse og i større grad opplever at det de lærer på skolen er relevant for eget liv og i fremtidig yrke.



MENTOR OG STUDIETID

Mentorordningen på Akademiet VGS er fundamentet i elevens utvikling. Sammen med mentoren er målet at eleven skal føle seg hjemme på skolen så raskt som mulig. Mentor skal hjelpe eleven til å kunne jobbe selvstendig og bli disiplinert nok til å håndtere arbeidsmengden på videregående nivå. Eleven skal også kunne overføre dette til en framtidig studenttilværelse.

Kompetanse kommer ikke av seg selv. Å opparbeide kompetanse krever hardt arbeid over tid. Vi stiller derfor store krav til elevene våre når det gjelder innsats, aktiv deltakelse og medvirkning i egen læring. Dette betyr også at vi forventer at elevene stiller krav til skolen, vår kompetanse, våre metoder, vårt utstyr og våre nettverk.

Vi vil alltid bli bedre, og fortsetter å utvikle skolen sammen med våre elever og ansatte. Som et direkte resultat av elev-medvirkning har Akademiet skolene utviklet en organisasjonsmodell med studietid. Denne modellen åpner for at eleven i større grad kan velge innhold og arbeidsform selv, under veiledning fra lærer. Den gjør det også mulig å gjøre ferdig mer av skolearbeidet på skolen, slik at du i større grad kan skjerme din egen fritid.

Som elev på Akademiet blir du del av en inkluderende og dyktig gruppe elever, med høye ambisjoner. Du får lærere som hjelper deg til å nå dine personlige mål, som er motiverende og dyktige pedagoger, og som forventer at du gjør din del for å skape en god skole sammen med oss.



HVORFOR VELGE AKADEMIET?



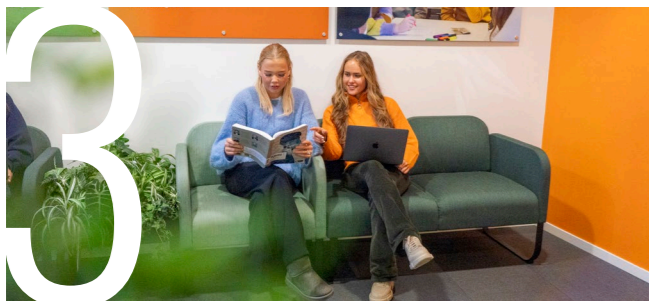
TRENING HVER DAG

Hos oss starter hver dag med toppidrett. En aktiv start på dagen, mener vi er en god start på dagen! Å ha mulighet for å gjennomføre en daglig treningsøkt i skoletiden, med variert innhold og kompetente trenere, øker sannsynligheten for at du lykkes med din egen toppidrettssatsing.



EGEN MENTOR

Alle elever får en egen lærer som personlig mentor. Mentor og mentorelev har regelmessige utviklingssamtaler for å få maksimalt ut av elevens potensial. Mentoren er elevens kontaktperson og hjelper blant annet eleven med planlegging av uka, søknader, karriereveiledning og med å finne de beste læringsstrategier for hver enkelt elev.



EGENDISPONERT STUDIETID

Måten vi har lagt opp skoledagen på medfører svært lite hjemmelekser. Målet er at eleven skal bli ferdig med alt obligatorisk skolearbeid på skolen. Hver dag avsluttes derfor med studietid, hvor eleven fritt disponerer tiden selv med utgangspunkt i egne behov og med faglærere tilgjengelig som veiledere.



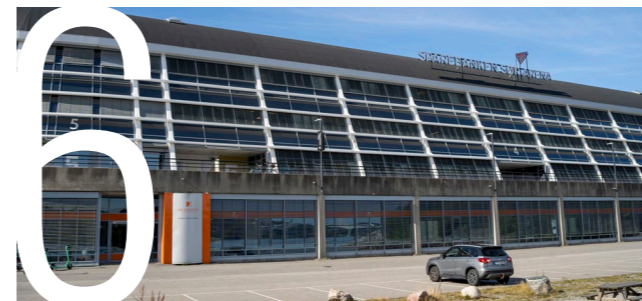
FAST VURDERINGSDAG

Vi har stor tro på at «øverommet» bør være størst mulig, og «prøverommet» minst mulig. Ved å tone ned fokuset på hyppige vurderinger skapes det mer arbeidsro, redusert prøvestress og bedre lærelyst. Målet er at eleven maksimalt skal ha en vurdering i uka med tirsdag som fast vurderingsdag.



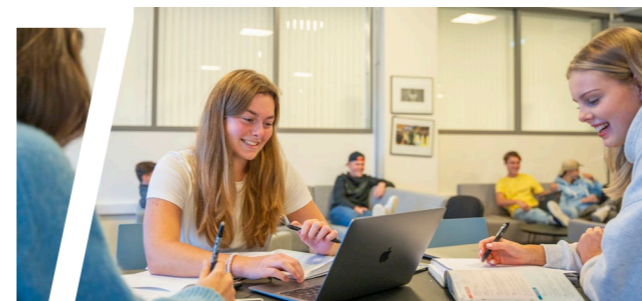
MEDBESTEMMELSE

Vi har stor tro på at en best mulig skole bygges i samspillet mellom elever, foresatte og lærere. Å få frihet til å ta egne valg i forhold til læringsstrategi, vurderingsform og arbeidstid – tror vi gir økt motivasjon, bedre selvregulering og eierskap til din egen læringsprosess. Akademiet ønsker å være en «JA-skole» og arbeider tett med elevrådet om å videreutvikle skolen med trivselstiltak og forbedret pedagogikk.



MODERNE LOKALER

Lokalene våre er åpne, luftige og med god takhøyde. Hele skolen ligger på et plan og elever og lærere jobber tett sammen. Omgivelsene våre er flotte, og du kan til enhver tid nyte utsikten til sjøen. Alle våre elever har også mulighet for å kjøpe seg varm lunsj i kantinen på Sparebanken Sør-Arena.



ET INKLUDERENDE SKOLEMILJØ

Skolemiljøet på Akademiet er både trygt og inkluderende ifølge den nasjonale elevundersøkelsen. Hos oss er alle elever likeverdige og får lov til å være seg selv – uten å oppleve noe form for konformitetspress. Lærerne lukker ikke øynene for eventuelle utfordringer som dukker opp, og sammen med elevene arbeider vi aktivt med å forbygge utenforskap.



EN BALANSERT SKOLEHVERDAG

Hos oss har vi fokus på å gi elevene livsmestringsverktøy for at de skal få en balansert hverdag med tilstrekkelig hvile, mestring og lite stress. Vi hjelper elevene med å planlegge egen hverdag, studere smartere og jobbe i prosess. Fritid og restitusjon er en forutsetning for å kunne tenke langsiktig og ha overskudd til å jobbe med kvalitet i alt trenings- og skolearbeid.



STUDIESPESIALISERING MED TOPPIDRETT

HVEM BØR SØKE STUDIESPESIALISERING MED TOPPIDRETT?

Har du lyst å holde alle dører åpne, både når det gjelder sportslige ambisjoner og karrieremuligheter? Da kan Studiespesialiserende med toppidrett over tre år være det rette for deg. Som elev på dette utdanningsprogrammet følger du vanlige læreplaner for Studiespesialiserende. I tett samarbeid med skolens koordinator og din egen trener/idrettsklubb, tilrettelegges trening og undervisning, slik at du får størst mulig utbytte av både idrett og utdanning.

VEIEN VIDERE

Du har samme programfagstilbud og valgmuligheter som andre elever når du på vg2 og vg3 skal fordype deg i Realfag eller Språk, samfunnsfag og økonomi. Det er en trend at stadig flere velger studiespesialiserende utdanningsprogram. Dette utdanningsløpet gir deg et bredt grunnlag for videre studier på høyskole og universitet, og alt etter hvilke programområde og hvilke programfag du velger vil du kunne oppnå generell eller spesiell studiekompetanse. Har du spesielle fremtidsdrømmer, bør du undersøke nøye hvilke fagkombinasjoner som kreves før du gjør dine valg av

programområde og fag. På Akademiet har vi dyktige rådgivere som kjenner til de ulike kravene og som kan veilede deg til hvilke fag du bør velge for å gjøre veien så åpen som mulig.

STUDIETID

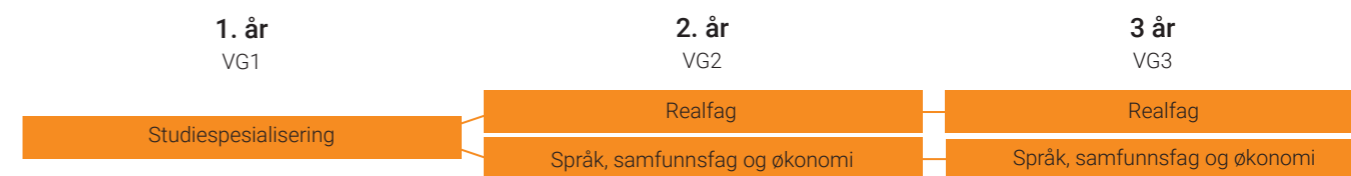
På slutten av hver skoledag har alle elever studietid. I denne tiden velger elevene selv hvilke fag de vil arbeide med, hvem de vil jobbe sammen med og hvordan de vil arbeide. I disse timene er det lærere fra ulike fagområder tilstede i løpet av uka. Lærerne sørger for at elevene hele tiden har god veiledning og faglig oppfølging uansett hva slags fag de velger å jobbe med. På den måten oppnår elevene både høy grad av medbestemmelse over egen skolehverdag. I studietiden er det også enklere for hver enkelt å lære på sitt nivå og derfor oppleve mestring og faglig utvikling. Mange elever opplever at denne måten å organisere skoledagen på fører til større trivsel og mindre stress, i tillegg til at de får gjort arbeid de ellers måtte gjøre på fritiden.

VG1	
Norsk	113
Naturfag	140
Samfunnskunnskap	84
Geografi	56
Engelsk	140
Spansk	113
Kroppsøving	56
Matematikk (1P/1T)	140
Toppidrett 1	140

VG2	
Norsk	113
Spansk	113
Historie	56
Kroppsøving	56
Matematikk (2P/R1)	84
Eget programområde	280
Eget eller annet programområde	140
Toppidrett II	140

VG3	
Norsk	168
Religion og etikk	84
Historie	113
Kroppsøving	56
Eget programområde	280
Eget eller annet programområde	140
Toppidrett III	140

Tid/dag	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
08:00-09:30	Toppidrett				
09:30-10:00	Friminutt				
10:00-11:00	Fag 1 - økt 1	Vurderingstid og møte med mentor	Fag 1 - undervisningsøkt 1		
11:00-11:10	Friminutt		Friminutt		
11:10-12:10	Fag 1 - økt 2		Fag 1 - undervisningsøkt 2		
12:10-12:40	Lunsj				
12:40-13:40	Fag 2 - undervisningsøkt 1				
13:40-13:50	Friminutt				
13:50-14:50	Fag 2 - undervisningsøkt 2				
14:50-16:00	Studietid				



Fag tatt i kunnskapsløftet	Realfagspoeng
Matematikk R1	0.5
Matematikk R2	1.0
Fysikk 1	0.5
Kjemi 1	0.5
Kjemi 2	0.5
Biologi 1	0.5
Biologi 2	0.5



FORDYPNINGSPOENG

Som elev på Studiespesialisering får du anledning til full fordypning i Realfag eller Språk, samfunnsfag og økonomi.

Valg av retning foretas ved innsøking til vg2. Elever som velger å fordype seg i Språk, samfunnsfag og økonomi oppnår generell studiekompetanse. Elever som velger å fordype seg i Realfag oppnår spesiell studiekompetanse. Du kan få språkpoeng for fremmedspråk tatt som programfag, og realfagspoeng for realfag du har i videregående opplæring.

Du kan få inntil 4 språk- og realfagspoeng til sammen. Du kan ikke få mer enn 1,5 realfagspoeng for samme fag eller for fag som overlapper hverandre. Det er kun fag du tar i videregående opplæring som kan gi realfagspoeng og språkpoeng.

Enkelte studier krever spesiell studiekompetanse. Det vil si at det er noen krav i tillegg til generell studiekompetanse. Kravene kan være ekstra fag, eller karakterkrav i bestemte fag.

NB: Fra og med våren 2027 vil du kunne få maksimalt 2 tilleggspoeng for realfag. Poeng for fremmedspråk fjernes.

FOKUSOMRÅDER

REALFAG

Felles for realfagene er at alle er viktige brikker for å løse dagens og fremtidens problemer. Klimautfordringene som vi mennesker står overfor, må forstås og løses ved tverrfaglig bruk av realfagene. Diagnostisering og behandling av sykdommer er ikke mulig uten realfag. Fysikere bidrar med utvikling av nye måter å lage bilder av kroppen på, kjemikere bidrar med utvikling av nye medisiner, mens biologer bidrar med forståelse av kroppens funksjoner fra gen-nivå til organismenivå. I bunnen av det hele ligger matematikken. Nesten alle vitenskapelige og teknologiske nyvinninger de siste 200 årene har vært avhengig av kalkulus, som vi begynner med for fullt i R1.

Programfag vg2: Matematikk R1, Kjemi 1, Biologi 1, Fysikk 1 (annethvert år)

Programfag vg3: Matematikk R2, Kjemi 2, Biologi 2, Fysikk 1 (annethvert år)



SPRÅK, SAMFUNNSFAG OG ØKONOMI

I en verden med stor informasjonsmengde og -flyt, er en av fremtidens viktigste kompetanser å kunne skille mellom sant og usant – vi må kunne beherske kritisk tenkning, som å kunne søke etter relevant informasjon fra ulike kilder og anvende kildekritikk. Du vil få praktisk innføring i vitenskapelige metoder og du vil få muligheten til å gjennomføre egne prosjekter. Programområdet vil kunne hjelpe deg til å orientere deg i en verden preget av internasjonalisering, hurtige teknologiske endringer, og nye kommunikasjonsformer. For å klare dette blir det stadig viktigere å ha kultur- og språkkunnskap.

Programfag vg2: Matematikk R1, Psykologi 1, Sosiologi og sosialantropologi, Engelsk 1, Entreprenørskap og bedriftsutvikling 1.

Programfag vg3: Matematikk R2, Psykologi 2, Sosialkunnskap, Engelsk 2, Entreprenørskap og bedriftsutvikling 2.





FOTBALL



TOPPIDRETT FOTBALL I SAMARBEID MED IK START

Høsten 2023 inngikk Akademiet og IK Start et tett samarbeid for å utvikle unge fotballspillere fra både IK Start og andre klubber i regionen. Målsetningen er å legge til rette for at ambisiøse unge spillere skal få mulighet til å satse på både fotball og skole.

TO TILBUD: UA OG ATF (AKADEMIET TOPPFOTBALL)

Akademiet har to fotballgrupper, UA og ATF. UA-spillere tilhører utviklingsavdelingen til IK Start, og spillerne vil følge IK Start sitt opplegg sammen med UA-spillere fra andre skoler (se neste side). ATF er for spillere som tilhører andre klubber. Disse spillerne vil også få tett oppfølging av trenere i IK Start. Målet med ATF er at utøverne skal få individuell utvikling og rollespesifikk trening. IK Start stiller med trenere på de tekniske og fysiske øktene, samt keepertrener. Det er koordinator fra IK Start som har det overordnede ansvaret for tilrettelegging og oppfølging av fotballspillerne.

AKADEMIETS FOTBALLTILBUD

Ved ATF tar vi dine sportslige mål og ambisjoner på alvor, samtidig som du kan gå på skole og nå dine akademiske mål. Hvis du ønsker å bli en dyktig fotballspiller samtidig som du oppnår studiekompetanse, er vi det rette stedet for deg. Sammen med IK Start tilrettelegger vi for individuell spillerutvikling og en tilpasset treningsbelastning. I toppidrettsfaget skal du utvikle en helhetsforståelse for egen utvikling med fokus på individuell teknikk, fysikk og mental trening. Du vil få oppfølging både i klasserommet og i idretten, der høy trenertetthet, gode fasiliteter og kompetente trenere vil gi deg de beste mulighetene for å lykkes i egen utvikling.

TRENINGSFASILITETER

Fotballtreningen finner sted på Sparebanken Sør Arena. Det vil være to tekniske økter på 75 minutter hver uke. I tillegg blir det to økter i uka sammen med fysisk trener i styrkerommet i skolens lokaler.

UTVIKLINGSSAMTALER OG MENTAL TRENING

Det vil gjennomføres tre faste utviklingssamtaler i løpet av skoleåret. I tillegg blir elevene veiledet tett i treningen. For de som har behov vil det være mulig å booke tid med skolens idrettspsykologiske veileder og mentaltrener.

VURDERING

Vi jobber med kunnskapsutvikling og bruker læreplanen i toppidrett 1, 2 og 3 som utgangspunkt for tema og type undervisning. Skolens tilbud er særskilt tilrettelagt for studiespesialiserende utdanningsprogram i kombinasjon med toppidrett. Vurdering i fotball deles i 3 deler. Fotballferdighet, basisferdighet og treningsplanlegging. Karakteren i fotballferdighet danner utgangspunktet for standpunkt karakter i toppidrett. Høy måloppnåelse i basisferdighet og treningsplanlegging vil kunne trekke eleven opp i karakter.



RESSURSPERSONER

 <p>Timmy Eriksson Koordinator og trener</p>	 <p>Nicolai Rosengren Olsen Trener</p>	 <p>Marius Sletvold Trener</p>
 <p>Noah Stewart/ Alexander Aaser Keepertrener</p>	 <p>Daniel Kvamme Fysisk trener</p>	 <p>Hilde Nævestad Sportssjef/Mentaltrener</p>



IK START UNGDOMSAVDELING (UA)

UNGDOMSAVDELINGEN I SAMARBEID MED AKADEMIET

For å lykkes med å bli best mulig i idrett, er det viktig med god tilrettelegging mellom idrett og skole. Fotballspillere som tilhører ungdomsavdelingen til IK Start er spillere med høy treningsbelastning og høyr krav til å prestere i idretten. Tiden og kvaliteten som blir lagt ned, vil være avgjørende for hvor gode spillerne blir på sikt. Derfor kreves det god tilrettelegging, og en profesjonalisering av idrett-skole hverdagen, som står i samsvar med utøverens og klubbens ambisjonsnivå. Idrettsutøvere som ønsker å utvikle seg til å bli best mulig i fotball, bør derfor være bevisste på valg av skole og miljøet som spilleren skal være en del av.

Har man et ønske om å bli profesjonell fotballspiller i fremtiden, er det viktig å velge et skoletilbud som gir profesjonell tilrettelegging og oppfølging. IK Start og Akademiet har troen på at et skreddersydd tilbud i samarbeid mellom IK Start og Akademiet vil optimalisere forholdene for å lykkes som fotballspiller i IK Start.

KLUBB SKOLE SAMLOKALISERING

For at en klubb skal lykkes med å utvikle topp-fotballspillere er det viktig å ha kontroll på spillerenes totale belastning. At klubb og skole er lokalisert i samme bygg gir store muligheter for god dialog mellom skole og klubb, og mellom spillere og trenere. I tillegg tar det bort ekstra stress for utøveren med å bruke tid på å komme seg til og fra trening og skole, samtidig som det gir økte muligheter for fleksibilitet. Trenerne kan kjapt få tak utøverne sine for dialog og spillersamtaler. Og de korte avstandene vil lettere gi mulighet for den enkelte spiller til å hospitere med A-laget hvis tilbudet skulle komme.



TILRETTELEGGING OG INDIVIDUELL OPPFØLGING

For de fremste satsningsspillerne med høyt idrettsfravær, får utøveren ekstra oppfølging i de fagene som blir hardest rammet. Studietidsmodellen gir mulighet for utøveren til ta igjen tapt undervisning sammen med aktuelle faglærere. I tillegg har eleven mulighet til lett å kunne følge undervisningsopplegget på nett, da undervisningsopplegget og relevante oppgaver ligger tilgjengelig der. Vurderingssituasjoner er også lagt til en dag i uka, slik at utøveren kan konsentrere seg om en vurdering i uka. Dette gir forutsigbarhet og fratar utøveren unødvendig stress.

UA spilleren får også sin egen mentor som er en definert ansatt med ansvar for å for å følge opp spillerne i skole-fotball samarbeidet. De ansvarlige har ukentlige treffpunkter som sikrer at samarbeidet får god kvalitet.

UA spillere som går på Akademiet vil også få (gratis) bespising i skoletiden i A-laget sin kantine. Her vil de få sunn og god mat som gir utøverne optimale forhold for god restitusjon i skoletiden.

UA spillerne vil også få full tilgang til å bruke styrkerommet i skoletiden. Styrkeromet ligger vegg i vegg med skolen.

Akademiet sin mulighet for tilrettelegging vil gi utøverne mer tid til restitusjon, bedret fokus, og høyere kvalitet både på skolen og i fotballen.

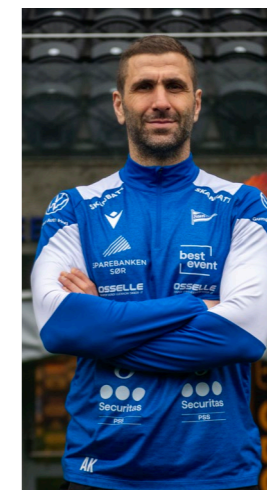
STUDIESPESIALISERING MED TOPPIDRETT

Akademiet er på lik linje med Wang og NTG, studiespesialiserende med toppidrett. Det vil si at hvis en spiller blir solgt til en annen klubb, vil utøveren lett kunne bytte til Wang eller NTG. For kortere utleieavtaler, vil eleven også ha mulighet til å følge undervisningen på nett og/eller ta resten av utdanningen på Akademiet

sine 10 andre skoler rundt om i landet. Dette er ikke mulig hvis man starter på en idrettslinje.

TILGANG TIL MENTALTRENER OG IDRETTSPSYKOLOGISK RÅDGIVER

Akademiet har egen mental trener som i samarbeid med UA-trenerne, vil jobbe med å utvikle spillernes mentale ferdigheter.



AZAR

Det er viktig for oss å ha et skole-samarbeid som legger til rette for at spillerne kan delta på all aktivitet med A-laget. Og at dette samarbeidet lager en ramme rundt spilleren hvor utviklingen på fotballbanen står i hovedfokus. Samtidig som de får en god støtte og individuell faglig oppfølging til å komme seg gjennom skolegangen!



JOHAN

For å skape gode hverdager for unge fotballspillere er det essensielt med et godt skolesamarbeid. Vi har et ansvar om å ta vare på totalbelastningen til spillerne slik at de kan utvikle seg best mulig! Vi er glade for det gode samarbeidet vi har med Akademiet som tilrettelegger for spillerne våre på en veldig god måte og bidrar til at spillerne kan få ut sitt fulle potensial.



HÅNDBALL

AKADEMIET TOPPHÅNDBALL (ATH)

ATH gir deg mulighet til å trene i et miljø som tar dine ambisjoner på alvor, samtidig som at vi legger til rette for at du skal nå dine akademisk mål. ATH er plassen for deg som ønsker å satse 100% på håndball, og som synes håndball er noe av det gøyeste du vet. Hovedfokus på ATH er individuell spillerutvikling i samarbeid med klubb og forbund. På treningene legges det mest vekt på å utvikle den totale treningsforståelsen med individuell teknikk, fysikk og mental trening som det viktigste. En helhetlig oppfølging av skole og idrett i et godt treningsmiljø, med kvalifiserte trenere og gode treningsfasiliteter, gir de beste muligheter for å utvikle seg som håndballspiller. Vår rolle er å være et supplement for klubben du spiller for. Vår håndballkoordinator har derfor løpende dialog med klubbtrenerne, landslagstrenerne og Norges Håndballforbund for å ivareta spilleroppfølging både i klubb og på landslag.

TRENINGSFASILITETER

Øktene til ATH, gjennomføres i hallen på Spicheren treningssenter, 15 min gange fra Sør Arena Stadion. Her trener elevene også én felles fysisk økt, samt egentrening, når de ikke har håndballøker. Det unike med å trene på Spicheren er at man har tilgang til et av sørlandets beste treningssentere for idrettsutøvere i samme bygg som håndballhallen. Det gjør det enkelt å kombinere skadeforebyggende eller alternativ trening med håndballøktene dersom det trengs. Bygget inkluderer også Olympiatoppen Sør, svømmehall til individuell bruk for elevene og er basen for idrettsvitenskapelige studier på UiA. Med andre ord; elevene trener i et toppidrettsmiljø daglig. Når økta er ferdig har elevene god tid til komme seg til skolen, få tatt seg en dusj og spist frokost, før studietid og undervisning starter. I de fysiske øktene, som ledes av Simon Aune, deles elevene inn i mindre grupper som sikrer tett og god oppfølging av hver enkelt elev. Vi har også et eget styrkerom på Sør Arena som ligger vegg i vegg med skolens lokaler, som kan benyttes til egentreningsøker ved ledig kapasitet.



UTVIKLINGSSAMTALER OG MENTAL TRENING

Elevene har mulighet til å få utviklingssamtaler med ATH sin håndballkoordinator. Samtalene skjer i Akademiet sine skolelokaler. Elevene har også mulighet til å booke time med idrettspsykologisk veileder for mental veiledning og trening.

VURDERING

Vi jobber med kunnskapsutvikling og bruker læreplanen i toppidrett 1, 2 og 3 som utgangspunkt for tema og type undervisning. Skolens tilbud er særskilt tilrettelagt for studiespesialiserende utdanningsprogram i kombinasjon med toppidrett. Vurdering i håndball deles i 3 deler. Håndballferdighet, basisferdighet og treningsplanlegging. Karakteren i håndballferdighet danner utgangspunktet for standpunktkarakter i toppidrett. Høy måloppnåelse i basisferdighet og treningsplanlegging vil kunne trekke eleven opp i karakter.



RESSURSPERSONER

 <p>Robin Rosander Haugsgjerd Trener</p>	 <p>Fredrik Jæger Walderhaug Trener/koordinator</p>	 <p>Loke Brasen Målvaktstrener</p>
 <p>Simon Aune Fysisk Trener</p>	 <p>Hilde Nævestad Sportssjef/Mentaltrener</p>	



ISHOCKEY



AKADEMIET TOPPISHOCKEY (ATI)

Ved ATI tar vi dine mål og ambisjoner på alvor samtidig som du får gå på skole og nå dine akademiske mål. Om du har lyst til å bli en dyktig hockeyspiller samtidig som du oppnår studiekompetanse er vi den rette plassen for deg. Sammen med trenere fra Kristiansand Ishockeyklubb (KIK) legger vi til rette for individuell spillerutvikling og en optimal treningsbelastning. I toppidrettsfaget skal du utvikle den totale treningsforståelsen med fokus på individuell teknikk, fysikk og mental trening. Du får en helhetlig oppfølging både i klasserommet og i idretten der et godt miljø, fasiliteter og kvalifiserte trenere vil gi deg de beste mulighetene for utvikling.

TRENINGSFASILITETER

Selve hockeytreningen foregår på Idda Arena i Kristiansand og det gjennomføres to treningsøkter av 75 minutter på isen hver uke. Hovedfokus er å utvikle individuelle ferdigheter og skape forståelse for hvordan disse ferdighetene kan brukes i kampsituasjoner. I tillegg gjennomføres det ukentlig fleksioøkt i

klubbhuset på Idda, hvor innholdet varierer og tilpasses spillerens behov og kampprogram. Taktikk, teoretisk hockeYTEknikk, styrketrening, og spillersamtaler er innhold som denne økten fyller med. Elevene får også tilgang til KIKs klubbhus utenom skoletiden. Det inkluderer treningsrom hvor de kan spise sine ferdigheter, arbeidsrom hvor det kan jobbes med lekser, og «hockey cave» hvor de kan henge med venner. Det sosiale aspektet er viktig i lagsport, slik at vi skal jobbe hardt for å sørge for at alle elevene finner sin plass her i Kristiansand.

ATI har én fysisk økt som gjennomføres på Spicheren trenings-senter som ligger 15 min gange fra Sør Arena. På denne økten trener elevene i en mindre gruppe, og elevene trener da på onsdager med skolens fysiske trener Simon Aune. Simon vil også følge opp elevene med individuell veiledning og treningsprogram. Vi har også et eget styrkerom på Sør Arena som ligger vegg i vegg med skolens lokaler, som kan benyttes til egentreningsøkter ved ledig kapasitet.

UTVIKLINGSSAMTALER OG MENTAL TRENING

For de som har behov vil det være mulig å booke tid med skolens idrettspsykologiske veileder og mentaltrener.

VURDERING

Vi jobber med kunnskapsutvikling og bruker læreplanen i toppidrett 1, 2 og 3 som utgangspunkt for tema og type undervisning. Skolens tilbud er særskilt tilrettelagt for studiespesialiserende utdanningsprogram i kombinasjon med toppidrett. Vurdering i ishockey deles i 3 deler. Hockeyferdighet, basisferdighet og treningsplanlegging. Karakteren i hockeyferdighet danner utgangspunktet for standpunktkarakter i toppidrett. Høy mål-oppnåelse i basisferdighet og treningsplanlegging vil kunne trekke eleven opp i karakter.

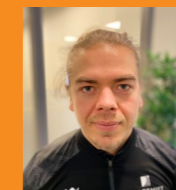
RESSURSPERSONER



Mads Pedersen
Trener



David Løvdal
Trener



Simon Aune
Fysisk Trener



Hilde Nævestad
Sportssjef/Mentaltrener

BASKET

AKADEMIET TOPPBASKETBALL (ATB)

Ved ATB tar vi dine sportslige mål og ambisjoner på alvor samtidig som du får gå på skole og nå dine akademiske mål. Om du har lyst til å bli en dyktig basketballspiller samtidig som du oppnår studiekompetanse er vi den rette plassen for deg. Sammen med tidligere profesjonell basketballspiller og ungdomslandslagstrener Jakob Baiden legger vi til rette for individuell spillerutvikling og en optimal treningsbelastning. I toppidrettsfaget skal du utvikle den totale treningsforståelsen med fokus på individuell teknikk, fysikk, og mental trening. Du får en helhetlig oppfølging både i klasserommet og i idretten der et godt miljø, fasiliteter og kvalifiserte trenere vil gi deg de beste mulighetene for utvikling.

TRENINGSFASILITETER

De tekniske basketballøktene til ATB gjennomføres i Sukkevannshallen på tirsdager, onsdager, og torsdager. Når økta er ferdig får elevene transport til skolen, får tatt seg en dusj og spist frokost, før studietid og undervisning starter. De fysiske øktene gjennomføres på Spicheren treningsssenter som ligger 15 min gange fra

Sør Arena Stadion. Disse øktene gjennomføres på mandager med fysisk trener Simon Aune. Vi har også et eget styrkerom på Sør Arena som ligger vegg i vegg med skolens lokaler. Her kan elevene legge inn egentreningsøkter enten før eller etter skolen. Skolen disponerer rommet sammen med A-laget til IK Start, og det er derfor avsatt faste tidspunkter som elevene på Akademiet kan trene.



UTVIKLINGSSAMTALER OG MENTAL TRENING

Utviklingssamtaler gjennomføres kontinuerlig av Jakob Kodjo Kweenu Gundersen Baiden. For de som har behov vil det være mulig å booke tid med skolens idrettspsykologiske veileder og mentaltrener.

VURDERING

Vi jobber med kunnskapsutvikling og bruker læreplanen i toppidrett 1, 2 og 3 som utgangspunkt for tema og type undervisning. Skolens tilbud er særskilt tilrettelagt for studiespesialiserende utdanningsprogram i kombinasjon med toppidrett.

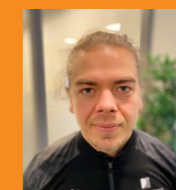
Vurdering i basketball deles i tre deler: Basketballferdighet, Basisferdighet, og Treningsplanlegging.

Karakteren i basketballferdighet danner utgangspunktet for standpunkt karakter i toppidrett. Høy måloppnåelse i basisferdighet og treningsplanlegging vil kunne trekke eleven opp i karakter.

RESSURSPERSONER



Jakob Baiden
Kordinator og trener



Simon Aune
Fysisk Trener



Hilde Nævestad
Sportssjef/Mentaltrener



OPPTAKSFORBEREDENDE LINJE

Dette er et tilbud til elever i vg2 og vg3 som ønsker å forberede seg fysisk og mentalt til opptak i forsvaret, politiet eller andre nødetater. Men det er også et tilbud til de som bare ønsker seg noen spennende år med litt ekstra utfordringer i kombinasjon med friluftsliv og hard trening i et godt miljø med tett oppfølging fra veileder og trener med lang fartstid fra operativt miljø i forsvaret, og som selv har deltatt flere ganger på begge sider av diverse opptak, både som kandidat og i instruktørrollen. Utdanningsløpet starter med en screening av hver enkelt elev slik at man så tidlig som mulig kan få avdekket om eleven er tjenestedyktig. Dette gir ingen garanti for framtidig opptak i forsvaret, politi og andre etater. Men i samarbeid med de aktuelle etatene vil det gi en god vurdering av hvilke muligheter som er aktuelle.

Hensikten med studiet er at eleven skal opparbeide seg en god margin med tanke på de respektive opptakskrav som stilles til den enheten eller avdelingen de ønsker seg videre til. Navigasjon, overlevelse, førstehjelp og nærkamp er blant emnene som

eleven skal læres opp i. Disse basale kunnskapene kombinert med god fysisk form vil gi dem et mentalt overskudd i opptaks-sammenheng. Videre vil de i vg3 sette disse evnene ut i praksis gjennom helgebaserte øvelser som i tillegg vil stille krav til vilje, konkurranseinstinkt, lederskap og samarbeid.

Målet er å gjøre elevene mentalt robuste til å møte de utfordringene som kommer på et opptak på en god måte, "bli komfortabel med det ukomfortable", og bli kjent med egne fysiske og mentale kapasiteter. Her skal vi flytte grenser sammen i et trygt miljø ved hjelp av spennende og til tider krevende øvelser og oppgaver.

TRENINGSFASILITETER

Hvordan treningsuken blir bygd opp vil variere litt fra hvilke temaer som blir gjennomgått. Men elevene vil ha tilgang til Spicheren treningscenter, Oksa Muay Thai og Akademeit sitt treningsrom som ligger på skolen. I tillegg vil en del av undervisningen, øvelser og aktiviteter bli gjennomført ute i naturen.



UTVIKLINGSSAMTALER OG MENTAL TRENING

Utviklingssamtaler blir gjennomført med jevne mellomrom, og det vil gjennom året være en tett dialog mellom utøver og veileder. Elevene har også mulighet til å booke time med idrettspsykologisk veileder for mental veiledning og trening.

VURDERING

Vi jobber med kunnskapsutvikling og bruker læreplanen i toppidrett 1, 2 og 3 som utgangspunkt for tema og type undervisning. Skolens tilbud er særskilt tilrettelagt for studiespesialiserende utdanningsprogram i kombinasjon med toppidrett. Vurdering vil sees i sammenheng med egen utvikling og måloppnåelse i forhold til fastsatte mål og de respektive opptakskravene som danner grunnlaget for valg av videre opptak. Karakteren i opptaksforberedende linje danner utgangspunktet for standpunkt-karakter i toppidrett. Høy måloppnåelse i basisferdighet, treningsplanlegging og prestasjon på øvelser og tester vil kunne trekke eleven opp i karakter.

RESSURSPERSONER



Glenn Jarlsby
Trener



Hilde Nævestad
Sportssjef/Mentaltrener



3 ÅRIG UTDANNINGSLØP

Akademiet tilbyr et 3 årig utdanningsløp i golf, der man skal få verktøyene som gjør at man kan bli en toppspiller på sikt. Innholdet i utdanningen vil ta utgangspunkt i Norges Golfforbund sine retningslinjer, Olympiatoppen sine krav til kvalitet, og kompetansemålene i toppidrettsfaget.

SUPPLEMENT TIL KLUBB

Utøvere som begynner på Akademiet, kommer fra forskjellige klubber med forskjellige trenere. Akademiet ønsker å være klubbnøytralt, og legger derfor opp til undervisning og trening på grunnleggende ferdigheter innenfor treningsplanlegging, fysisk trening, teknisk trening og mental trening. Ferdighetene de jobber med på skolen kan de ta med seg inn i treningsarbeidet som de legger ned i klubb.

INDIVIDUELLE UTVIKLINGSPLANER

Det er ofte variasjoner i ferdighets- og utviklingsnivå hos unge utøvere. Skal man bli god i golf er det viktig å jobbe systematisk

med de grunnleggende ferdighetene, og begynne der utøveren er. En effektiv utviklingsplan kan gjøre det lettere å identifisere styrker og svakheter hos utøveren og på den måten følge utøverens utvikling. Skriftlige planer gjør det lettere å distribuere informasjon blant trenerteamet til utøveren, og legger et godt grunnlag for utviklingssamtaler.

GRUNNLEGGENDE FYSISK- OG MOTORISK LÆRING

Grunnleggende ferdigheter som fysisk trening og motorisk innlæring av teknikk, er ferdigheter som ligger i bunnen for utvikling av golfslag og ferdigheter i spill. Å jobbe med utøverens tålmodighet i arbeidet med den generelle innlæringen, er en viktig del at treningsarbeidet i toppidrettsfaget. De fysiske lovene er gjeldene, og man må jobbe med fysikken slik at utøveren kan klare å gjennomføre de tekniske momentene som kreves for å ta nye steg. Den fysiske innlæringen er forskningsbaserte retningslinjer som Norges Golfforbund også jobber etter.



TRENINGSPLANLEGGING OG PERIODISERING

Å jobbe med planarbeid er viktig. En plan skaper forutsigbarhet og lærer utøveren å ta ansvar for egen utvikling. Å jobbe med treningsplanlegging gjør utøveren selvstendig, disiplinert og det lærer utøveren å sette trening i system. Planlegging og evaluering handler om å profesjonalisere treningsarbeidet. Det er dette arbeidet som vil skille de nest beste fra de beste. Å lære utøverne hvordan de jobber systematisk mot mål, er en ferdighet som de ikke bare får bruk for i idretten, men også i livet generelt. Akademiets 3 årige utdanning innenfor golf, er en utdanning som ikke bare er verdifull for deg som utøver, men for din utvikling som menneske.

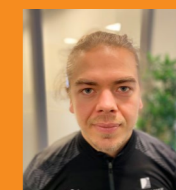
STRUKTUR OG INNHOLD

Som golfspiller vil du ha en teoretisk økt sammen med golf trener/koordinator. Denne økten vil i hovedsak bestå av planlegging, refleksjoner og evalueringer i gruppe. Som golfspiller vil du også få en økt med fysisk trener og en økt med mental trener, i tillegg til to balltreningsøkter med teknisk trener.

RESSURSPERSONER



Nicolai Langeland
Koordinator/Trener



Simon Aune
Fysisk Trener



Hilde Nævestad
Sportssjef/Mentaltrener



AKADEMIET HESTESPORT (AHS)

Per i dag har Akademiet VGS Kristiansand elever som satser i sprang, dressur, feltritt og islandshest. Akademiet er åpen for elever fra alle grener i hestesporten. Eleven må ha egen hest eller disponere en hest. Du har en selvvalgt trener allerede i din gren, som vil utvikle deg videre i samarbeid med oss. Skolen vil tilrettelegge teoretisk og praktisk undervisning som legger vekt på kompetansemålene i toppidrett og fysisk basistrening. Dette implementeres i skolehverdagen og vil gi deg økt kompetanse i hestesporten. Gjennom fysisk og mental trening har vi fokus på din utvikling som rytter. I gruppen vil det være fokus på samhold, mestring og utvikling.

Du vil ha fire morgenøker i uken. En økt med fysisk trener, en teoretisk økt med idrettskoordinator og to egentreningsøker som du disponerer til fysisk trening eller trening med hest. De teoretiske øktene vil ha fokus på analyse av treninger og konkurranser, treningsplanlegging, samt dypere kunnskap og forståelse om samspillet mellom rytter og hest.

TRENINGSFASILITETER

Treninger med hest utføres på egenhånd med din trener. Treningen loggføres og blir en del av din skolehverdag gjennom samarbeidet med vår koordinator i toppidrett hest.

De fysiske øktene gjennomføres på Spicheren treningssenter som ligger 15 min gange fra Sør Arena Stadion. På disse øktene deltar hele ryttergruppen fra alle tre trinn i en fellesøkt på tirsdager ledet av Akademiets fysiske trener Simon. Fredager er det egentrening fysisk som loggføres sammen med samlet ukerapport og evaluering av ukens treninger med hest og utvikling i rytterens fokusmål per termin.

Vi har også et eget styrkerom på Sør Arena som ligger vegg i vegg med skolens lokaler. Her kan elevene legge inn egentreningsøker enten før eller etter skolen. Skolen disponerer rommet sammen med A-laget til IK Start, og det er derfor avsatt faste tidspunkter som elevene på Akademiet kan trene.



UTVIKLINGSSAMTALER OG MENTAL TRENING

Elevene har mulighet til å booke time med idrettspsykologisk veileder for mental veiledning og mental trening i skoletiden.

VURDERING

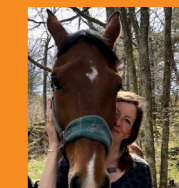
Vi jobber med kunnskapsutvikling og bruker læreplanen i toppidrett 1, 2 og 3 som utgangspunkt for tema og type undervisning. Skolens tilbud er særskilt tilrettelagt for studiespesialiserende utdanningsprogram i kombinasjon med toppidrett.

Vurdering i hestesport deles i 3 deler:

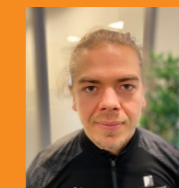
- Ferdighet
- Basisferdighet
- Treningsplanlegging

Karakteren i ferdighet danner utgangspunktet for standpunkt-karakter i toppidrett. Høy måloppnåelse i basisferdighet og treningsplanlegging vil kunne trekke eleven opp i karakter.

RESSURSPERSONER



Nathalie Overrein Rapp
Koordinator hestesport



Simon Aune
Fysisk Trener



Hilde Nævestad
Sportssjef/Mentaltrener



SKATEBOARD

OM SKATEBOARD-LINJEN

Siden høsten 2024 har vi fått muligheten til å implementere skateboard i vårt toppidrettstilbud. Vårt mål er å gi deg et solid rammeverk som gjør det mulig for deg å lykkes – både på skateboardet og i klasserommet, enten du har en proff-drøm eller skater for gøy. Hvis du ønsker å utvikle deg som skater og samtidig oppnå studiekompetanse, er dette stedet for deg!

TRENING OG FASILITETER

Elevene ved skateboardlinjen har tilgang på innendørs skatepark, som er gangavstand fra skolen. Elevene har til sammen 3 egenstyrte skateøkter per uke, i tillegg til en fysisk økt sammen med fysisk trener, Simon Aune. De fysiske øktene vil være sammen med toppidrettselever fra andre idretter. Øktene tilpasses og tilrettelegges etter utøverens behov og idrettens egenart. Øktene skal være en lærings- og utviklingsarena der utøverne jobber med styrke- og skadeforebyggende trening, coretrening, koordinasjon og annen nødvendig fysisk trening spesifikt for sin idrett i samarbeid med elevenes mentor og trener. De fleste skate-øktene vil være egen-

styrte i skatehallen sammen med de andre skateboard elevene, med unntak av månedlige samlinger sammen med mentorer.

HVA VI TILBYR

Gjennom hele VGS har du tilgang på egen skatementsor, som er landslagsutøverne Simen Hægeland og Daniel Knutzen. De bringer med seg verdifull erfaring fra toppnivå. To til tre ganger i halvåret har du som elev mulighet til treffe mentorene dine og delta på samlinger i Oslo. Minst en gang i halvåret blir det også arrangert samlinger i Kristiansand. Samlingene vil være inspirerende og lærerike for elevene - Og ikke minst vil det bli masse skating!

Elevene vil ha god kommunikasjon med sine mentorer gjennom hele skoleåret. Mentorene vil på mange måter fungere som et servicesenter for elevene. De vil bistå med treningsplanlegging, nyttig erfaring og god veiledning. Mentorene sin oppgave utenom dette vil være å få frem elevenes fulle potensial, og dette med utøveren i sentrum!



VURDERING

Vurdering i Skateboard deles i 3 deler. Idrettsferdighet, basisferdighet og treningsplanlegging. Karakteren i basistrening og treningsplanlegging danner utgangspunktet for standpunkt karakter i Skateboard. Prestasjonsutvikling innenfor idretten vil kunne trekke eleven opp i karakter, og blir vurdert ut fra utøverens idrettslige utvikling og i dialog med trener og mentorer.

Elevene har har også mulighet til å booke time med idrettspsykologisk veileder for mental veiledning og mental trening.



Sitat fra elev på toppidrett Skateboard

“Jeg valgte Akademiet fordi jeg hadde lyst til å forbedre meg og utvikle meg som utøver. I forhold til satsing på skateboard så legger skolen veldig tilrette med reiser, konkurranser og arrangementer jeg deltar på”

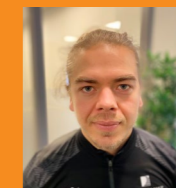
RESSURSPERSONER



Simen Hægeland
Trener/Mentor



Daniel Sandnes Knutzen
Trener/Mentor



Simon Aune
Fysisk Trener



Hilde Nævestad
Sportssjef/Mentaltrener

ANDRE IDRETTER

ANDRE IDRETTER

Idrettsutøvere fra andre idretter enn fotball, håndball, ishockey, basketball, golf og ryttersport, har også mulighet for å være toppidrettselev ved Akademiet. Vi har ikke mulighet for å tilby deg idrettsspesifikk trening, men vi kan gi deg tilstrekkelig tid til egentrening, frihet og fleksibilitet i skolehverdagen som gjør deltakelse i konkurranse mulig, samt oppfølging av vår fysiske trener, Emil Martinovic. Konkret så disponerer elevene i denne gruppen, tiden frem til kl. 1000 hver morgen, til egentrening. Elevene har også mulighet til å booke time med idrettspsykologisk veileder for mental veiledning og trening.

Toppidrettselever fra andre idretter inngår i en treningsgruppe på tvers av idretter. Her fokuserer utøverne individuelt på å utvikle sine egne basisferdigheter, men i fellesskap med utøvere fra andre idretter, som konkurrerer og satser hardt på sin idrett. Det er viktig at du har evne til å trene målrettet og selvstendig, med utgangspunkt i treningsplaner fra egen trener og klubb. Treningsøktene vil bidra til å øke elevenes bevissthet rundt egen

utvikling, slik at de lærer, forstår og utvikler forhold som har betydning for en konkurranseutøver. Evnen til å tenke langsiktig, bevare motivasjonen og mestre idrettshverdagen over tid er sentrale læringsmål for elevene i denne gruppen.

SAMARBEID

Øktene på Akademiet Toppidrett skal være en lærings- og utviklingsarena der utøverne jobber med styrke- og skadeforebyggende trening, coretrening, koordinasjon og annen nødvendig fysisk trening som det er vanskelig å få gjort i tilstrekkelig grad i klubbhverdagen. Idrettskoordinator ved Akademiet ønsker derfor å ha løpende dialog med utøverens trener og klubb, for å ivareta oppfølgingen.



VURDERING

Vurdering i «andre idretter» deles i 3 deler. Idrettsferdighet, basisferdighet og treningsplanlegging. Karakteren i basistrening og treningsplanlegging danner utgangspunktet for standpunkt-karakter i «andre idretter». Prestasjonsutvikling og prestasjoner innenfor idretten vil kunne trekke eleven opp i karakter, og blir vurdert ut fra utøverens idrettslige prestasjoner og i dialog med trener.

TRENINGSFASILITETER

De fysiske treningsøktene kan gjennomføres i skolens treningsrom som ligger vegg i vegg med skolens lokaler. Her kan elevene legge inn egentreningsøker enten før eller etter skolen. For de som ønsker, er det også mulig å gjennomføre økter på Spicheren treningscenter som ligger 15 min gange fra Sør Arena Stadion.



VÅRE ELEVER



ESKIL JACOB SVENKERUD

Elev vg1 – Toppidrett, golf

“Jeg valgte Akademiet for en hverdag med mest mulig trening, uten at det skulle nedprioritere skolen. Treningskamerater tipset meg om dette var mulig på Akademiet. I tillegg er lærerne veldig engasjerte og legger opp til god oppfølging av hver enkelt elev. Drømmen min er å spille profesjonell golf i USA.”



LENNART LARSEN

Elev vg1 – Toppidrett, basketball

“På toppidrett basketball med studiespesialiserende på akademiet får jeg drive med det jeg elsker hver dag med gode trenere. Samtidig som jeg blir utfordret til å bli en bedre spiller, lar satsingen seg fint kombinere med skole.”



JULIANNE VESTØL LIND

Elev vg2 – Toppidrett, ryttersport

“Jeg valgte Akademiet toppidrett fordi de er utrolig gode til og se hver enkelt person. Når du har en hest er det mye som er uforutsigbart, og derfor er en skole som tilpasser og tar hensyn veldig viktig. Det er en veldig sjelden mulighet, hvor du for holde på med hest (på alle nivå) og samtidig ta studiespesialiserende. I tillegg er lærerne veldig opptatt av at elevene skal lære på best mulig måte og er veldig mottakelige for innspill. Det er virkelig en skole hvor du blir hørt og blir tatt hensyn til, både skolemessig og sportsmessig.”



LEAH ISABELL LANGAARD

Elev vg2 – Toppidrett, håndball

“Jeg hadde hørt veldig mye positivt om skolen før jeg søkte, spesielt at de har god tilrettelegging for idrett, noe som var viktig for meg. Jeg opplever også at jeg får god oppfølging i fagene. Det jeg liker med skolen her er at det er ikke så mange ulike fag om dagen, så det er lettere å holde fokus. Drømmen for meg er å komme på A-landslaget i håndball, og det å spille i Champions League.”



FRIDE SKURDAL STAVE BOTNEN

Elev vg2 – Toppidrett, andre idretter (friidrett, slegge)

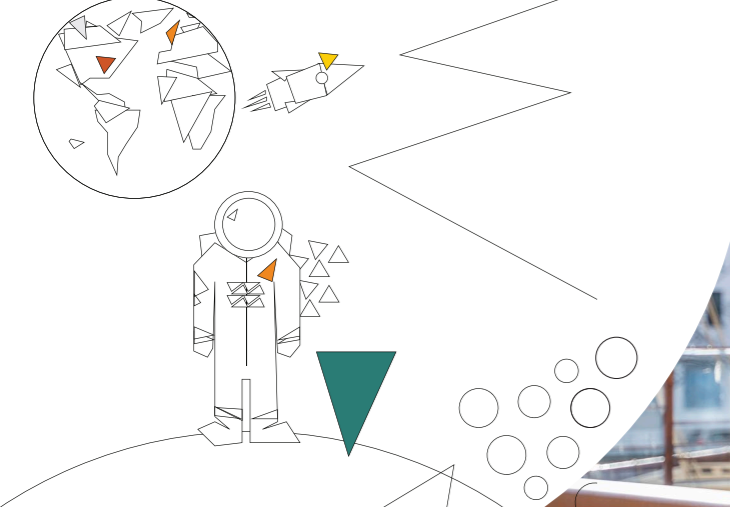
“Jeg liker å gå på Akademiet, da det gir meg muligheten til å kombinere skolegang med idretten min, samt å prestere bra på begge områder. Jeg trives med at skolen er liten, da det skaper et mer sammensveiset og godt miljø. Med kun to fag hver dag og en ukentlig prøve, oppleves hverdagen som mer strukturert og oversiktlig.”



MARIUS NORDAL

Elev vg2 – Toppidrett, fotball (A-lag IK Start)

“Jeg var spent på hvordan det kom til å bli å kombinere skole med å være toppidrettsutøver, men det har gått veldig fint. Opplegget er veldig bra og jeg får god oppfølging fra både skolen og klubben. På skolen er det alltid lærere tilgjengelig til å hjelpe med det man trenger, så jeg slipper å gå hjem på slutten av dagen og stresse med skolearbeid. Jeg trives også godt i klubben og det å komme ut på banen og spille for Start var veldig spesielt.”



AKADEMIET PRIVATISTSKOLE OG NETTSTUDIER

Akademiet Privatistskole og Nettstudier tilbyr eksamensrettede kurs for deg som skal ta eksamen fra vgs. som privatist. Vi tilbyr undervisning både på dag- og kveldstid i klasserom ved våre privatistskoler, og undervisning på nett. Velger du undervisning på nett tilbyr vi nettstudier hvor du kan studere når og hvor du vil, eller få liveundervisning i vårt digitale klasserom.

Vår privatistskole er kjent for eksamensrettede kurs med engasjerte lærere og et gjennomarbeidet pedagogisk opplegg. Ved Akademiet Privatist og Nettstudier har vi så stor tro på vårt pedagogiske opplegg, både i klasserom og på nett, at vi tilbyr deg som skal forbedre karakterer fra videregående karaktergaranti. Det vil si at om du ikke forbedrer karakteren din og oppfyller vilkårene, kan du få mulighet til å ta kurset på nytt, helt kostandsfritt.

Ønsker du hjelp med hvilke fag og karakterer du trenger for å nå dine mål? Kontakt oss for gratis rådgivning på telefon, chat eller e-post. Du kan også besøke oss på våre skolesteder.

INKLUDERT I KURSPRISEN HOS OSS FÅR DU

- Gratis rådgivning
- Eksamensrettet undervisning
- Dyktige og engasjerte lærere
- Innleveringer, skivedager og praktiske labøvelser i realfag
- Leksehjelp
- Avsluttende prøveeksamen
- 60 minutters timer
- Tilgang til læringsplattformen Canvas
- Gratis Office 365-pakke

AKADEMIET UTVEKSLING

UTVEKSLING I VG2 – ET ÅR DU ALDRI VIL GLEMME

Akademiet Utveksling ønsker deg velkommen som elev ved gode skoler vi kjenner godt i England, USA, Canada, Australia, Spania og New Zealand.

Reiser du på utveksling med oss, er du sikret et seriøst alternativ for utveksling og tett oppfølging gjennom hele skoleåret. Et skoleår i utlandet gir solide språkkunnskaper, kjennskap til en annen kultur, personlig utvikling og minner for livet! Det er et pluss for fremtidig utdanning og arbeidsliv.

FULL FAGLIG UTTELLING

Vårt tilbud gir deg solid faglig uttelling, og vi bidrar med å tilrettelegge for at du kan starte direkte i vg3 når du kommer hjem. Du får dekket programfagene dine ved å gå i klasser med lokale elever. I tillegg får du undervisning i norsk og andre obligatoriske fellesfag på utvalgte destinasjoner. Dersom du mot formodning skulle mangle et fag, så har vi et tett samarbeid med Akademiet Nettstudier.

OPPTAKSKRAV

Opptakskravene til Akademiet Utveksling baserer seg på karakterer og en personlig samtale. Et år i utlandet er spennende, men også utfordrende. Det er viktig at du er motivert for å arbeide med skole, og at du er åpen for å oppleve noe som er annerledes enn det du er vant til.

Send inn ditt interesseskjema allerede i dag!

VÅRE DESTINASJONER

England	Australia
USA	New Zealand
Spania	Canada



Praktisk informasjon

LÅNEKASSEN

Du har de samme rettighetene til lån og stipend som ved andre videregående skoler.

UNIVERSITET OG HØYSKOLE

Akademiet gir på samme måte som offentlig videregående skole generell- eller spesiell studiekompetanse.

SKOLESKYSS

Elever ved Akademiet er omfattet av samme skoleskyss-ordning som elever på offentlig skole. Ordningen praktiseres ulikt fra fylke til fylke, så sjekk med skolen du ønsker å gå på.

BLIR JEG RUSS?

Alle VG3-elever blir russ på lik linje med andre videregående skoler, men det er opp til deg selv om du ønsker å delta på russefeiringen.

ALT DU TRENGER

På Akademiet får du en ferdig pakket sekk med de bøkene du trenger. Dette gjør det selvsagt enklere for elevene, men enda viktigere er det at vi på den måten får mer tid til aktiviteter som bygger gode klassemiljø i stedet for at elevene bruker tiden på å stå i kø for å få bøkene sine.

EGEN MAC

Elever på Akademiet VGS får en bærbar mac ved skolestart og får beholde denne vederlagsfritt etter fullført treårig skolegang på Akademiet. Elever som fullfører ett eller to år på Akademiet får anledning til å overta mac'en mot et mellomlegg. Ønsker du ikke å overta mac'en, kan den også leveres tilbake til skolen.

AKADEMIET TOPPIDRETTSGYMNAS ÅLESUND

📍 Molovegen 5, 6004 Ålesund
 📮 Postboks 943 Sentrum, 6001 Ålesund
 ☎ 70 13 42 20
 ✉ alesund@akademiet.no

AKADEMIET VGS ÅLESUND

📍 Molovegen 5, 6004 Ålesund
 📮 Postboks 943 Sentrum, 6001 Ålesund
 ☎ 70 13 42 10
 ✉ alesund@akademiet.no

AKADEMIET VGS BERGEN

📍 Jonas Reins gate 4, 5008 Bergen
 ☎ 55 32 32 31
 ✉ bergen@akademiet.no

AKADEMIET VGS SANDNES

📍 Langgata 1, 4306 Sandnes
 📮 Postboks 3223, 4398 Sandnes
 ☎ 51 90 55 30
 ✉ sandnes@akademiet.no

AKADEMIET VGS OSLO

📍 Pilestredet 56, 0167 Oslo
 📮 Postboks 3630 Bislett, 0136 Oslo
 ☎ 22 46 69 00
 ✉ oslo@akademiet.no

AKADEMIET VGS HELTBERG BISLETT

📍 Pilestredet 56, 0167 Oslo
 📮 Postboks 3630 Bislett, 0136 Oslo
 ☎ 93 07 79 90
 ✉ bislett@akademiet.no

AKADEMIET VGS KRISTIANSAND

📍 Stadionveien 21, 4632 Kristiansand
 📮 Stadionveien 21, 4632 Kristiansand
 ☎ 91 88 44 50
 ✉ kristiansand@akademiet.no

AKADEMIET VGS FREDRIKSTAD

📍 Stadion 13, 1671 Fredrikstad
 📮 Postboks 550 Vestre Glemmen, 1612 Fredrikstad
 ☎ 93 03 36 08
 ✉ fredrikstad@akademiet.no

AKADEMIET NORSK RESTAURANTSKOLE

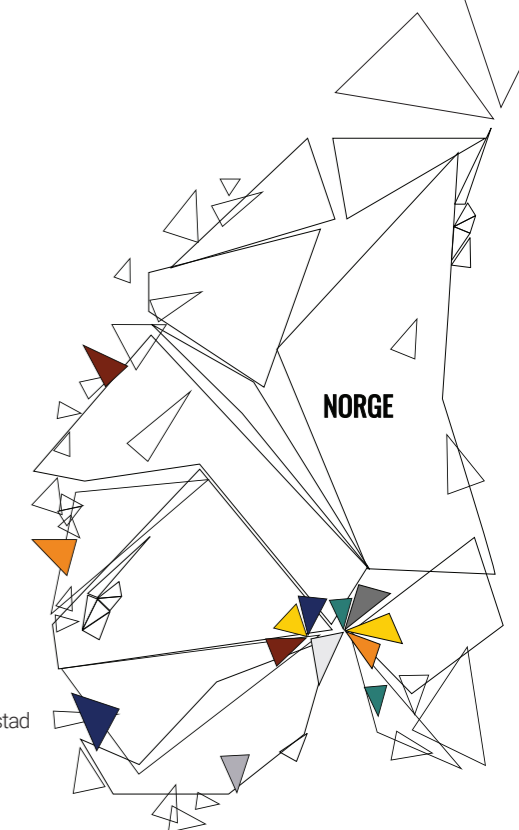
📍 Schweigaards gate 34, 0191 Oslo
 ☎ 24 20 03 69
 ✉ nrs@akademiet.no

NORGES REALFAGSGYMNAS SANDVIKA

📍 Malmskriverveien 16, 1337 Sandvika
 ☎ 96 00 81 99
 ✉ sandvika@akademiet.no

AKADEMIET VGS SANDVIKA

📍 Malmskriverveien 16, 1337 Sandvika
 ☎ 96 00 81 99
 ✉ sandvika@akademiet.no



AKADEMIET VGS YPSILON

📍 Landfalløya 26, 3023 Drammen
 ☎ 32 80 83 40
 ✉ ypsilon@akademiet.no

AKADEMIET VGS HELTBERG DRAMMEN

📍 Landfalløya 26, 3023 Drammen
 ☎ 31 01 19 55
 ✉ drammen.heltberg@akademiet.no

AKADEMIET VGS DRAMMEN

📍 Skogliveien 4, 3047 Drammen
 ☎ 32 80 76 00
 ✉ drammen@akademiet.no



AKADEMIET
VIDEREGAENDE SKOLE



Søk skoleplass her!

For å søke skoleplass på Akademiet VGS Kristiansand bruker du VIGO.

Husk å søke skoleplass før 1. mars!

Dersom du søker etter hovedinntaket, ber vi deg søke direkte på akademiet.no

Prøv skolen på hospitering

Dersom du ønsker å se skolen og prøve ut en dag på Akademiet, er du velkommen til hospitering.

Ta kontakt med rektor på telefon 91884450 eller e-post per.kristian.bohn@akademiet.no

for å avtale en dag som passer for deg.



[@akademiet.no](https://www.tiktok.com/@akademiet.no)



[@akademiet](https://www.facebook.com/akademiet)



[@akademiet.no](https://www.instagram.com/akademiet.no)

www.akademiet.no