



Faget	Aktivitets- og fritidsforløb
Uddannelses år	2025 - 2026
Antal timer	7 - 16 timer pr. år, pr. forløb, afhængig af hvilket forløb, den unge vælger at deltage i.
Fagets formål og sammenhæng til STU-lovgivning	Fagets formål er at varetage LBK 1077 STU-lovens §6 stk. 2-3, ved at fremme den unges personlige udvikling samt gøre den unge i stand til at deltage selvstændigt og aktivt i samfundslivet. Gennem aktiviteterne i faget, øves den unges evne til at indgå i sociale sammenhænge og samarbejde med andre. Den unge opnår kompetencer og færdigheder, som er relevante ift. et aktivt voksenliv. Ensomhed fylder mere og mere i vore unges hverdag, (Kilde: <i>Ensomhed i Danmark, Lasgaard et. al., DEFACTUM, 2020, Danskernes Sundhed 2023, Den Nationale Sundhedsprofil, Statens Institut for Folkesundhed, SDU, 2024</i>) Formålet med faget er at præsentere de unge for en række foreninger, aktiviteter og organisationer, og hermed blive en del af et fællesskab, da alle mennesker skal have adgang til nære, respektfulde relationer, hvor andre er noget for dem, og hvor de kan være noget for andre.
Fagets mål	Fagets mål er at give den unge en tryghed til at træde ind i nye fællesskaber i deres fritid, som ligger udenfor STU-tiden og som kan være realistiske for den unge at fortsætte i, udenfor STU og efter endt STU. Den unge bliver præsenteret for forskellige fritidsaktiviteter de kan vælge sig ind på, derigennem vil de støttes i at træffe et valg, så de får gode oplevelser med selvvalgte aktiviteter og fællesskaber. Faget skal give de unge erfaring med og indsigt i organisationer og foreningslivets betydning for sundhed og trivsel, og derigennem opleve glæde ved og lyst til f.eks. fysisk aktivitet, frivillighed og derigennem skabe nye fællesskaber.
Fagets målgruppe	Faget Aktivitets- og fritidsforløb henvender sig til alle STU'ens unge.
Fagets indhold	Indholdet på Aktivitets- og fritidsforløb. - Afdækning af ønsker og interesser blandt de unge, samt dialog med elevrådsrepræsentanter - Præsentation af forskellige, alsidige aktiviteter og foreninger og organisationer - Valg til Aktivitets- og fritidsforløb - Støtte til opstart i en forening eller til en aktivitet. - Støtte til foreninger til fastholdelse af medlemmer. Eksempelvis til vejledning af hvad den enkelte studerende har brug for at fremadrettet støtte, personlig som økonomisk. - Evaluering af interessen for aktiviteten – om den unge vil fortsætte i aktiviteten, efter STU'ens støtte bortfalder. Fritids- og aktivitetsforløb, som udbydes dette skoleår: - Frivillig til Fed Fredag i Ølgod Hallen - Madoasen - Spinning - Bueskydning - Cosplay - Bliv hjælpetræner – forløb i samarbejde med DGI målrettet STU



	- Ungegruppen på Dalgashus - Boksning - Jump fitness - Brætspilleklub på Varde Bibliotek - E-sport
Arbejdsformer	Faget er bygget op, så underviserne vælger og præsenterer aktiviteter, ud fra samtaler om interesser, der er taget i kontaktundervisertid med de unge. De unge finder inspiration til ideer fra tidligere kendte aktiviteter, de er præsenteret for via deres ungdomsliv eller her på STU'en, ved faget Fritidsliv, eller idræts- og bevægelsesfag, samt gruppepraktikker, og nettet. De unge bliver efterfølgende præsenteret for udvalgte fritids- og aktivitetsforløb via oplæg fra undervisere og evt. besøg ved enkelte foreninger, så de derefter kan vælge sig ind på aktivitet ud fra interesse og transportmuligheder. Der kan blandt gøres brug af aktivitetskompasset fra Varde kommune, til at italesætte og visualisere forskellige muligheder. Derudover vil den unge få tilbudt, at vi udarbejder de 10 H'er inden opstart, for at gøre opstarten så forberedt som mulig. En underviser støtter den enkelte studerende i opstart af deres valg til aktivitets- og fritidsforløb. Ved at være deltagende de første par gange. Forløbet kræver deltagelse af 3 eller flere studerende, for at det etableres. Underviseren støtter med sparring til foreningen i samarbejde med den studerende, eksempelvis hvorledes man kan hjælpe den enkelte studerende videre i aktiviteten, mentorstøtte, opdeling af kontingent, og evt. til at ansøge om eksempelvis midler til at kunne forsætte aktiviteten, når det planlagte aktivitets- og fritidsforløb ophører og den unge gerne vil fortsætte i aktiviteten. Da de unge har forskellige kompetencer og interesser og bor fordelt over hele kommunen, vil der være krav til at den kan være selvtransportere til den valgte aktivitet. Vi forsøger at tilbyde aktivitets- og fritidstilbud i de unges nærmiljø.
Samarbejde	Der samarbejdes med DGI mhp. hjælpetræneruddannelsen målrettet STU-elever. Derudover samarbejdes der med foreninger og klubber, såsom Fredag i Ølgod hallerne, DGI Ølgod, Madoasen i Varde, Bueskytteklubben i Varde, Janderup Spinning, Varde Ungdomsskole, Dalgashus, Vestjysk Bank Hallerne i Ølgod, Varde Bokseklub og Varde Bibliotek.
Den unges forventede læringsudbytte:	Personlige kompetencer: - Den unge opnår forståelse for egne kompetencer og interesser. - Den unge opnår succesoplevelser ved at være deltagende og mestre aktiviteten - Den unge opnår kompetencer til at blive hjælpetræner i fritiden. - Den unges motorik og kondition styrkes. Sociale kompetencer: - Opnår færdigheder i at kunne indgå i sociale aktiviteter med andre. - Evne til at udtrykke egne meninger og ønsker til aktiviteter - Kunne se egen rolle i samspillet med andre. - Opnå at være en del af et fællesskab i sit fritidsliv. Faglige kompetencer: - Indhente relevant information for at sætte sig ind i foreningen



	- Den unge kan anvende nettet til inspiration Praktik: - Mødestabilitet - Møde til tiden - Melde afbud, hvis aktivitets- og fritidsaktiviteten har kultur for det. Der forventes ikke, at alle unge har mulighed for at tilegne sig alle kompetencer. Der udarbejdes derfor individuelle ressourcepapirer.
Dokumentation af den unges udbytte	Den unges læring, udvikling og udbytte dokumenteres i notater i den unges dokument for udbytte af STU, efter endt aktivitets- eller fritidsforløb. Sammen med den unge, evalueres den unges deltagelse i forløbet, interesse og motivation for aktiviteten og om den unge ønsker at fortsætte med at deltage i aktiviteten. Ifm. med aktivitets- og fritidsforløbet "DGI hjælpertræner målrettet STU" modtager den unge et hjælpetrænercertifikat, som bevis for gennemført forløb.
Dato for fagplan	September 2025