

Vejledning til lærere på erhvervsskoler (uddannelsen til fysisk træner):

## Skolebesøg som del af undervisningsforløbet 'Tag faghatten på'

'Tag faghatten på' er et undervisningsmateriale til grundskolen, som handler om uddannelsen til fysisk træner samt fem andre erhvervsuddannelser. Materialet har til formål at motivere flere til at tage en erhvervsuddannelse.

Som en del af undervisningsforløbet skal eleverne besøge en erhvervsskole, som udbyder uddannelsen til fysisk træner. Her skal de prøve kræfter med faget og få et indblik i, hvordan det er at gå på uddannelsen. Besøget på erhvervsskolen kan enten foregå som et brobygningsforløb eller som en selvstændigt forløb i tilknytning til undervisningsforløbet 'Tag faghatten på'.

Når eleverne ankommer til jeres erhvervsskole, vil de være velforberedte, idet de i længere tid har arbejdet med faget anlægsgartner. Se det undervisningsforløb, eleverne arbejder med, her:

[www.tagfaghattenpa.dk/fysisktraener-intro](http://www.tagfaghattenpa.dk/fysisktraener-intro)

Konkret arbejder eleverne med følgende trin inden besøget på erhvervsskolen:

Trin 1) Hvad består uddannelsen til fysisk træner af, og hvad kan man arbejde med som færdiguddannet?

Trin 2) Eleverne taler om deres forventninger til hinanden og indgår en gruppekontrakt for deres samarbejde.

Trin 3) Eleverne løser en konkret opgave, man kan blive stillet som fysisk træner: De udarbejder en kampagne for et nyt træningsprogram til en bestemt målgruppe. De skal lave et træningsprogram med opvarmning, styrke- og konditionstræning samt en afsluttende leg, og de skal finde passende musik til programmet. De arbejder også med, hvordan de kan bygge en kampagne op omkring træningsprogrammet f.eks. med målgruppeanalyse, logo, flyers mm. Se den konkrete opgave her:

<https://www.tagfaghattenpa.dk/fysisktraener-trin3>

Trin 4) Eleverne fremlægger deres arbejde og får feedback.

Trin 5) Eleverne evaluerer på deres gruppearbejde.

Næste trin foregår på erhvervsskolen:

Trin 6) Det er oplagt, at eleverne under besøget på erhvervsskolen f.eks. prøver kræfter med nogle forskellige træningsmaskiner, får noget teori f.eks. om anatomi og lærer nogle fysiske øvelser. De kan også lave nogle øvelser, hvor de prøver at coache hinanden som trænere. De vil også gerne møde nogle af jeres elever, der er i gang med uddannelsen og stille dem spørgsmål. Det er en god idé på forhånd at aftale grundskole og erhvervsskole imellem, hvad der helt konkret skal foregå, så eleverne får størst muligt udbytte af besøget.

Efter besøget på erhvervsskolen:

Trin 7) Eleverne arbejder med, hvilke kompetencer de selv har, og hvordan det passer med de kompetencer, som det er godt at have som fysisk træner. Herefter skriver de cv og ansøgning og søger et fiktivt job som fysisk træner.