

Lambertseter VGS  
Idrett  
Fagvalg

# KARRIEREVEILEDING OG FAGVALGSPROSESS PÅ VG1

Uke	Når?	Hva?
28		Elevene får tilsendt informasjon etter 1. inntaket
33	Foreldremøte	Info om matematikk og fremmedspråk
43-44	Kontaktlærertimene og samfunnsfagtimer	Interesstest i kontaktlærertimene "Mine fremtidsplaner" - et opplegg i Samfunnsfag Infopakke om videre utdanning
47-48	I kontakttimene	Besøk i VG1-klassene: Om fagvalg og regler for fagvalg
48	Tirsdag 24/11	Foreldremøte VG1 - hva skal tenkes på når en velger fag - hvordan velge riktig - hva trenger du til hva - regler og krav
47-48	Midttimen	Informasjon om fagene for VG1-elever . Faglærere presenterer fagene kort for å at elevene skal ha grunnlag for å velge på prøvevalget. Spørsmålsrunde: Elever og lærere svarer
49	Kontaktlærers time	Prøvevalg på Fronter
2-5	Midttimen	Infostand
3	Torsdag 14/1	1. – 4. timer med smakebit i programfagene som elevene har valgt på prøvevalget. Fagmesse i aulaen etterpå.
5	Torsdag 28/1	Foreldremøte VG1: "Den siste olje" – oppsummering før fagvalg, samt spørsmål
6		Endelig fagvalg
6-7	Kontaktlærers time	Rådgiver hjelper med å søke skole for neste år
9		Klasselærerråd ser på elevenes valg
10		Rådgiver og studieleder ser på fagvalg opp mot interesstesten
11		Rådgiver kaller inn elever etter gjennomgang i klasselærerråd og valg sett opp mot interesstesten og tar evt en samtale med dem om de skal ta omvalg
21		Elevene skriver under på fagvalget sitt

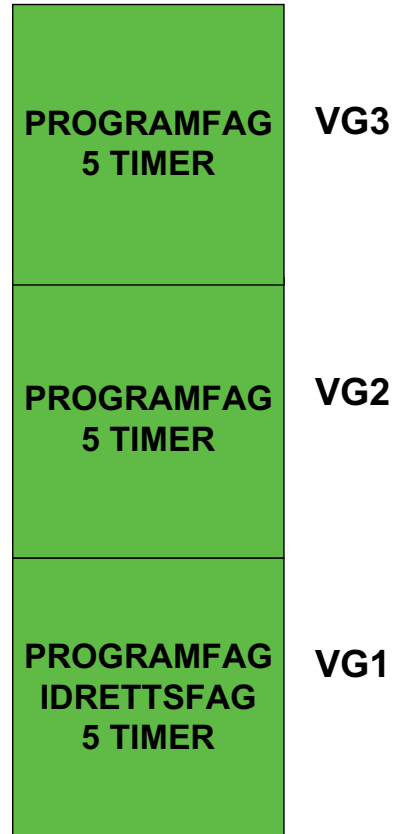
VG1 VG1 VG1 VG1 VG1 VG1 VG1 VG1

# HVA MÅ JEG HA?

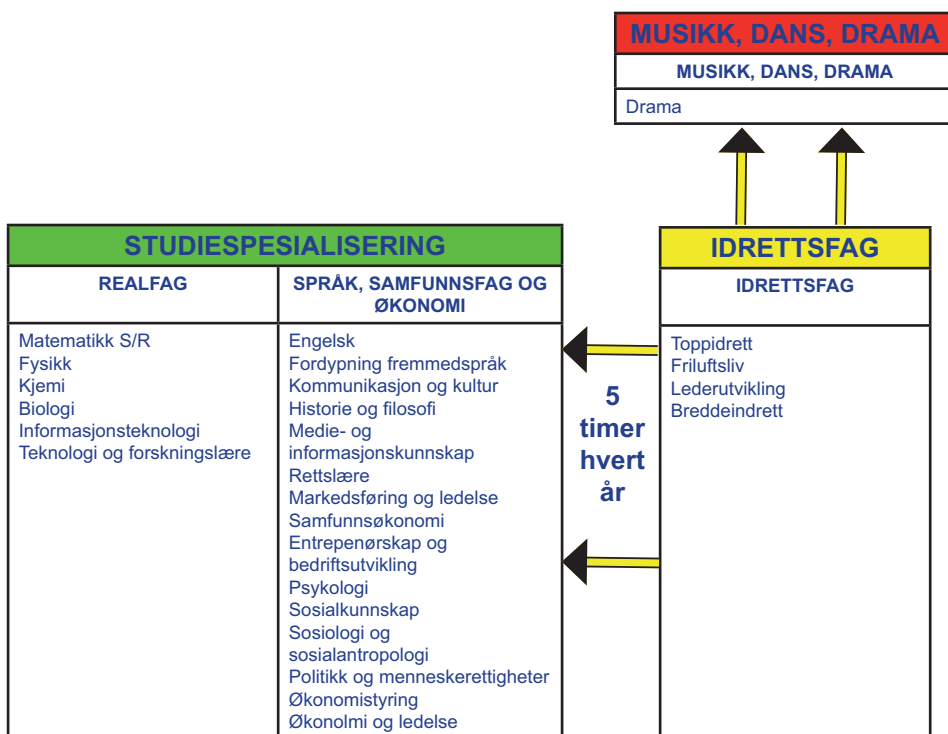
	<b>VG1</b>	<b>VG2</b>	<b>VG3</b>	<b>Totalt</b>
<b>Fellesfag:</b>				
Religion og etikk			3	3
Norsk	4	4	6	14
Matematikk	5	3		8
Naturfag	5			5
Engelsk	5			5
2. fremmedspråk	4	4		8
Samfunnsfag		3		3
Geografi		2		2
Historie		2	4	6
<b>Sum fellesfag</b>	<b>23</b>	<b>18</b>	<b>13</b>	<b>54</b>
<b>Felles programfag:</b>				
Aktivitetslære	5	5	5	15
Treningslære	2	3	5	10
Idrett og samfunn		2	3	5
Treningsledelse		2	4	6
<b>Totalt</b>	<b>7</b>	<b>12</b>	<b>17</b>	<b>36</b>
<b>Valgfrie programfag</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>15</b>
<b>Totalt antall uketimer</b>	<b>35</b>	<b>35</b>	<b>35</b>	<b>105</b>

# VALGFRIE PROGRAMFAG

- Du må velge ett fag på 5 timer per uke hvert år
- På VG1 må dette faget være enten Toppidrett 1 eller Breddeidrett 1
- På VG2 og VG3 kan du velge mellom:
  - ett fag fra idrettsfag
  - ett fag fra studiespesialisering
  - ett fag fra musikk, dans, drama
- På VG2 kan du velge programfaget matematikk S1 eller R1 istedenfor den obligatoriske matematikken

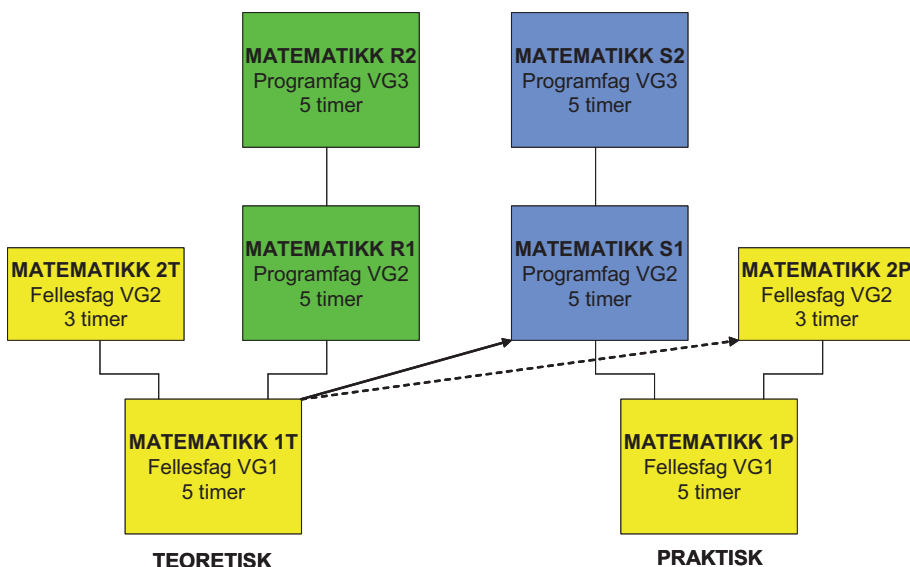


# HVA KAN JEG VELGE?



# KAN DU VELGE MATEMATIKK SOM PROGRAMFAG PÅ LAMBERTSETER (VGS) HVIS DU TAR IDRETTSFAG?

Ja! På VG2 kan du velge R1/S1 i stedet for 2P. Da velger du dette i tillegg til et valgfritt programfag fra idrett, musikk, dans, drama eller studiespesialisering. På VG3 kan du velge R2/S2 som det ene valgfrie programfaget ditt hvis ønsker fordypning i matematikk.



Du får generell studiekompetanse på utdanningsprogrammet Idrettsfag. Dette dekker opptak til de fleste studier.

Noen få studier har spesielle opptakskrav med hensyn til realfag. Hvis de krever fordypning i mer enn ett realfag, må du ta utdanningsprogrammet Studiespesialisering

Eks.: Medisinstudiet krever Matematikk (R1 eller S2+S2), Fysikk (1) og Kjemi (1+2). Ta kontakt med rådgiver hvis du har spørsmål om opptakskrav til konkrete studier.

# NYTTIGE NETTSTEDER (www)

## VIDEREGÅNDE OPPLÆRING

[vilbli.no](http://vilbli.no)  
[utdanning.no](http://utdanning.no)  
[skolenettet.no](http://skolenettet.no)  
[velgriktig.no](http://velgriktig.no)  
<http://utdanningsdirektoratet.no> -  
(klikk læreplaner)

## HØYERE UTDANNING

[vilbli.no](http://vilbli.no)  
[utdanning.no](http://utdanning.no)

## BÅDE JOBB OG UTDANNING

[jobbfeber.no](http://jobbfeber.no)  
[unginfo.oslo.no](http://unginfo.oslo.no)

## UTLANDET

[ansa.no](http://ansa.no)

## HVORFOR VIL DU ANBEFALE LAMBERTSETER VGS?



### Gine og Silje, VG3 Idrett

- Mange på idrett trener mye på fritiden. Da tilrettelegger skolen for at en kan kombinere idretten sammen med skolearbeidet.
- Lambertseter er kjent som den beste idrettsskolen i nærmiljøet
- Det er godt miljø her. Alt lagspillet på idrett gir også et bra samhold mellom elevene.



### Usman, VG3 ST

- Det er et godt læringsmiljø hvor læringslysten stimuleres! Lambertseter vgs har et variert miljø, hvor elevene har interesser innen ulike fagmiljøer



### Jacob, VG3 ST

- Lambertseter er en veldig bra skole og har et godt miljø. Vi får nok utfordringer i fagene og skolen har et bredt fagtilbud. Her får en de fagene man ønsker seg som dekker ens interesser.