

# LUP

## FITNESS EUD

### GRUNDFORLØB 2

NEXT UDDANNELSE KØBENHAVN

GÆLDENDE PER: 1. JANUAR 2022

## Links til regler og rammer

[Bekendtgørelse af lov om erhvervsuddannelser](#) (LBK nr 1868 af 28/09/2021)

[Bekendtgørelse om erhvervsuddannelser](#) (BEK nr 1619 af 27/12/2019)

[Bekendtgørelse om grundfag, erhvervsfag, erhvervsrettet andetsprogsdansk og kombinationsfag i erhvervsuddannelserne og om adgangskurser til erhvervsuddannelserne](#) (BEK nr 692 af 26/05/2020)

[Bekendtgørelse om fitnessuddannelsen](#) (BEK nr 380 af 09/03/2021)



## Pejlemærker

På NECT står vi på følgende pejlemærker. De er her kort beskrevet og anvendes i vores konkrete pædagogisk didaktiske arbejde og afspejles i LUP.

- **Tænke og agere bæredygtigt:** understøtte at eleverne får en bred forståelse for bæredygtighed gennem FN's verdensmål. At eleverne oplever, at de kan være med til at gøre en forskel, når de foretager konkrete bæredygtige handlinger ind i det fag, de er ved at uddanne sig til.
- **Skabe en eksperimenterende og meningsfuld læringskultur:** tilrettelægge varieret undervisning med høj elevaktivitet og medbestemmelse, hvor der er plads og rum til fordybelse og udforskning, til at være nysgerrig og turde prøve. Og hvor der er åbenhed for at begå fejl og tage ved lære af dem i et tolerant og trygt læringsmiljø.
- **Sikre kompetencer til at udvikle fremtidens samfund:** styrke og udvikle elevernes softskills, relationelle kompetencer, deres evne til kollaboration, deres evne til at kritisk tænkning, herunder at træffe begrundede beslutninger, agere og udvise digitale dømmekraft, samt understøtte elevernes læringskompetencer, dvs. evne og lyst til at lære og reflektere over egen læring.



## Fagligt indhold og pædagogiske metoder og tilgang

Formålet med dette afsnit er, at vi har et fælles afsæt for, hvad vi forstår som god undervisning på NEXT, og hvad der vægtes, når vi taler om pædagogik og didaktik. Undervisningen tager udgangspunkt i følgende begreber og afspejles i LUP.

### Klasseledelse

Klasseledelse drejer sig om *kontakt* og *styring*, om hvordan man både *kommunikerer* med klassen og skaber *gode rammer* omkring undervisningen. Tydelig klasseledelse skaber et trykt læringsmiljø, som støtter elevernes faglige og sociale læring. Klasseledelse drejer sig også om tydeligt at markere *begyndelse*, *overgange* og *afrundning* af undervisningen, herunder at tydeliggøre læringsmålene og have en synlig rød tråd. Undervisningslokalets indretning er en del af undervisningsplanlægningen.

Fx kan varieret brug af de fysiske rammer understøtte indholdet af undervisningen, herunder høj elevaktivitet og styrket samarbejdskultur.

### Undervisningsdifferentiering

Undervisningsdifferentiering er et pædagogisk *princip* for undervisning, hvor man tager afsæt i elevernes forskellige forudsætninger, potentialer, behov og interesser. Med dette udgangspunkt tilrettelægger man undervisningen, så man kan udnytte forskelligheden til at håndtere såvel fælles som individuelle mål. Læringsmålene er stadig ens for alle elever, men der er forskellige veje hen mod dem og grader af opfyldelse af dem. Man kan differentiere på arbejds- og organisationsformer, valg af indhold, produkt, progression og evalueringsformer.

Brug af digitale læremidler, hybrid undervisning og Blended Learning er eksempler på, hvordan man kan arbejde med differentieret undervisning.

### **Praksisrelatering**

Eleverne skal opleve, at der i undervisningen er en tæt kobling til det fag, de er ved at uddanne sig til, så de opnår de relevante erhvervsfaglige kompetencer. Praksisrelatering drejer sig *både* om at skabe sammenhæng og transfer mellem den teoretiske og praktiske del af undervisningen på skolen *og* om at styrke og facilitere samarbejdet mellem skole og virksomheder/praktiksteder, så læringsudbyttet øges og der skabes det bedst mulige læringsrum i begge arenaer.

Man kan arbejde på mange måder med praksisrelatering, alt efter, hvor man er i uddannelsen. På hovedforløb kan samarbejdet mellem skole og virksomhed/praktikforløb styrkes gennem tydelige praktikmål nedskrevet i en praktikbog, som både skole og virksomhed bruger. På grundforløb 2 fordrer Trepartsaftalen et øget samarbejde mellem skole og virksomhed, men også mellem forskellige fagligheder internt på skolen.

På grundforløb 1 kan virksomhedsforlagt undervisning, VFU, hjælpe eleverne til at blive mere afklarede i forhold til branchevalg.

### **Helhedsorienteret og tværfaglig undervisning**

På NEXT tilstræber vi, at undervisningen tilrettelægges, så den er helhedsorienteret og/eller tværfaglig.

*Helhedsorienteret undervisning* forstås som en undervisningsform, hvor flere mål eller dele tænkes sammen og integreres i helheder, som vil opleves meningsfulde for eleverne.

Ved *tværfaglig undervisning* forstås undervisning, hvor eleverne opnår kompetencemål og indhold på tværs af en række fag. Der inddrages således forskellige faglige elementer fra forskellige fag eller uddannelser.

Både helhedsorienteret og tværfaglig undervisning kan tilrettelægges enten som *temaer* eller gennem *projektarbejde*. I tema- og projektorganiseret undervisning er eleverne i høj grad aktive og medbestemmende og de får mulighed for faglig at fordybe sig i et emne, hvor de inden for en given ramme i større eller mindre grad selv definerer problemstilling og fokus og på den måde kan eksperimentere, innovere og skabe. Projekter og temaer kan være centreret omkring autentiske opgaver fra branchen. Herigennem opnår eleverne både viden om og større forståelse for deres fag.

Et tema kan eksempelvis være, at eleverne arbejder sammen om, hvordan man kan øge biodiversitet gennem konkrete tiltag, som fx at bygge insekthoteller.

## Feedback

Elever har brug for at få feedback fra deres lærer i løbet af undervisningen, så de oplever, at de rykker sig fagligt og personligt. Feedback er en tilbagemelding til eleverne om, hvorvidt de er på rette vej og hvad de skal gøre for at komme videre og blive endnu dygtigere. Hovedformålet med feedback er at både elev og lærer reflekterer over elevens faglige og personlige udvikling med henblik på at mindske afstanden mellem, hvor eleven er, og hvor eleven skal være, jf. målene for undervisningen. Det er vigtigt, at tilbagemeldingerne til eleven er systematiske og planlagt på baggrund af de fastsatte mål.

Der er mange måder man kan arbejde med feedback. Eksempelvis gennem elev-elev feedback eller elev-selvurderinger, hvor eleverne vurderer egen viden og færdigheder i forhold til et givent emne.

## Evaluering og bedømmelse

Evaluering forstås som en *vurdering* af, hvad der er godt og mindre godt i forhold til opfyldelse af fx et opgavekriterie og kan gennemføres både *formativt* (fremadrettet) og *summativt* (opsamlende).

Det er væsentligt, at evaluering af undervisningen både foretages af lærere og elever. Som lærer evalueres det faglige, der gives en kvalificeret *vurdering* af, hvordan forskellige faglige opgaver opfylder/ikke-opfylder bestemte mål og kriterier, samtidig evalueres elevtrivsel og læringsmiljø.

Ved at eleverne evaluerer undervisningen og læringsmiljøet, får læreren mulighed for løbende at udvikle læringsrummet.

I LUP beskrives bedømmelse og evaluering både af fra grundlag og kriterier.

Bedømmelses*grundlag* drejer sig om bedømmelse af produkter, processer eller præstationer. Det kan gøres på flere måder og behøver *ikke kun* at ske ved at give en karakter. Derimod kan man også give mundtlig eller skriftlig formativ feedback i forhold til eksempelvis arbejdsproces og –metoder og evne til at samarbejde og/eller arbejde selvstændigt.

Bedømmelses*kriterier* knytter sig til den afsluttende summative bedømmelse, og er en beskrivelse af de konkrete faglige elementer/kriterier eleverne bliver bedømt på, eksempelvis *eleven kan vejlede kunden omkring produktkøb, eleven kan sammenføje to elementer af træ i en vinkel på 90°*. Bedømmelseskriterierne skal således beskrive, hvad der lægges vægt på ved elevens præstation i forhold til en bestemt opgaveløsning.

Bedømmelseskriterierne skal beskrive både *væsentlige* og *uvæsentlige mangler* i bedømmelsen af elevens arbejde og bør være graderet efter præstationsniveau.

## Uddannelsesspecifikke fag

Fitnessfaget indeholder anatomi, fysiologi, træningslære samt ernæring og sundhedsfremme.  
[Bekendtgørelse om fitnessuddannelsen](#) (BEK nr 380 af 09/03/2021), §3, stk.2-6

## Grundfag

Afsætning, D niveau, 70 lektioner  
Psykologi, E niveau, 35 lektioner  
Virksomhedsøkonomi, E niveau, 70 lektioner

[Bekendtgørelse om grundfag, erhvervsfag, erhvervsrettet andetsprogsdansk og kombinationsfag i erhvervsuddannelserne og om adgangskurser til erhvervsuddannelserne](#) (BEK nr 692 af 26/05/2020), Bilag 2, 15 & 18

## Certifikatfag

Førstehjælp, 12 lektioner samt prøve.  
Kursuset indeholder grundlæggende førstehjælp, færdedsrelateret førstehjælp og Hjerte-Lunge-Redning.

## Evaluering

Igennem hele læringsforløbet foregår der løbende mundtlig evaluering i form af dialog mellem lærer og elev.  
Elevens faglige kompetencer vil blive vurderet efter i hvor høj grad, eleven lever op til de mål, der er beskrevet under de enkelte læringsselementer.  
Forløbet afsluttes med en grundforløbsprøve, der bedømmes med bestået/ ikke bestået.

Der afgives standpunktskarakter efter 7 trins-skalaen i afsætning, virksomhedsøkonomi, psykologi samt det uddannelsesspecifikke fag.  
Karakteren er et udtryk for en helhedsvurdering af elevens faglige kompetencer, initiativ og selvstændighed.

## Særligt for Grundforløb 2

Fitnessuddannelsen er en erhvervsuddannelse og har som overordnet formål, at eleverne gennem skoleundervisning og praktikuddannelse opnår viden og færdigheder inden for følgende overordnede kompetenceområder:

- 1) Fastlæggelse af fitnessstræningsprogram ud fra en grundlæggende forståelse af træningsformål og anatomi/fysiologi.
- 2) Instruktion og motivation af kunder i et fitnesscenter.
- 3) Varetagelse af centeradministration og kundeservice i et fitnesscenter i overensstemmelse med virksomhedens servicekoncept.

Undervisningen er tilrettelagt som 4 forløb med overskrifterne Et stærkt fundament, Kend din krop, Kunden i centrum og Den professionelle instruktør.

Der certificeres i indoor cycling samt holdtræning.

På GF2 er der særligt fokus på følgende:

**Trepartsaftale:** Undervisningen på GF2 skal understøtte elevernes aktive lærepladssøgning for at sikre, at flere elever får en læreplads og dermed øger overgangen fra GF2 til hovedforløbet.

**Os i branchen:** I OiB kobles skole og virksomheder tættere sammen. Der arbejdes med stærk opstart på grundforløb 2 og eleverne får fra første skoledag branchekendskab og opbygger professionelle netværk, ligesom der arbejdes med stærke faglige fællesskaber.

**Realkompetencevurdering (RKV) og merit:** I RKV samtalerne taler faglærer med eleverne om deres baggrund og erfaringer, om de har brug for særlig støtte, samt om der er fag, de kan få merit i. Som udgangspunkt kan man få merit, når man har bestået et fag fra en anden uddannelse. Man kan evt. også få merit med en RKV.

**Praktikpladsen.dk:** elever dokumenterer deres aktive lærepladssøgning gennem platformen Praktikpladsen.dk.

**Virksomhedsforlagt undervisning (VFU)** eleverne har i løbet af de 20 uger mulighed for en uges virksomhedsforlagt undervisning for at styrke elevernes lærepladssøgning.

**Virksomhedskonsulent:** besøger løbende klasserne for at understøtte lærepladssøgning.

**Overgangskrav til hovedforløbet:** for at kunne gå i gang med et hovedforløb er der en række overgangskrav, som eleverne skal opfylde. Overgangskravene er beskrevet i bekendtgørelsen om erhvervsuddannelse i forhold til den konkrete uddannelse.

**Specialpædagogisk støtte (SPS):** elever med funktionsnedsættelser har mulighed for, at få SPS som skal sikre, at eleven har mulighed for at tage en uddannelse på lige fod med alle andre.

**EMMA kriterier:** står for **E**gnethed, **M**obil geografisk, **M**obil fagligt, **A**ktiv praktikpladssøgende. Emma kriterierne skal løbende vurderes og være opfyldt for at komme i SKP.

**Verdensmål & bæredygtighed:** der arbejdes aktivt med at **tænke og agere bæredygtigt**, se under NEXT Pejlemærker



## Fitnessuddannelsen Grundforløb 2

Varighed: 20 uger

Tema, projekt, fag	Mål for undervisningen (lærings- og bekendtgørelsesmål)	Indhold i undervisningen	Evaluering og bedømmelsesgrundlag  (Formativ)	Bedømmelseskriterier  (Summativ)
Introduktion  (3 dage)		<p>Formålet med introduktionerne er, at eleverne lærer de andre på holdet og de forskellige lærere at kende. Dette gøres ved navnerunder, præsentationer og fysiske øvelser. Formålet er at eleverne får et trygt forhold til skolen, underviserne og de andre elever.</p> <p>Der er eksempelvis gennemgang af elevhåndbog, praktisk information om sygemelding og skema mv., rundvisning på skolen og i nærmiljøet samt foto til studiekort.</p> <p>Der vil være hjælp til opsætning/brug af IT, ligesom vi vil afstemme forventningerne til forløbet.</p> <p>Der vil være en kort opgave, der skal skrives og afleveres, således at det afprøves, om alle koder, printere med videre virker.</p>		

		<p>Der skabes en eksperimenterende og meningsfuld læringskultur ved små lege, samarbejdsøvelser og opgaver.</p> <p>Der er fokus på arbejdsmiljø og klasseledelse - særligt på ageren i faglokaler, brug af digitale medier samt ordensregler og social omgangstone.</p>		
<p>Et stærkt fundament (5 uger)</p>	<p><i>Stk. 2.</i> Eleven skal have grundlæggende viden på følgende områder:</p> <p>1) Anatomi og fysiologi herunder knogler, led og muskler, blodkredsløb og nervesystem, stofskifte og fordøjelsessystem, endokrine system og åndedrætssystem.</p> <p>6) Forskellige træningsformer og hvordan udvalgte træningsformer påvirker kroppens enkelte dele.</p> <p>11) Faglige udtryk og begreber på dansk og engelsk.</p>	<p>På forløbet Et stærkt fundament vil der blive undervist i anatomi, fysiologi, ernæring og sundhed, psykologi, virksomhedsøkonomi og afsætning samt praktisk træning.</p> <p>Derudover vil eleverne få undervisning i opbygningen af ansøgning og CV, så de bliver godt rustet til at søge elevplads og/eller job inden for fitnessbranchen.</p> <p><b>Organisering:</b></p> <p>Klasseundervisning og gruppearbejde.</p> <p>Undervisningen er helhedsorienteret, og alle læringsaktiviteter bidrager til elevens slutmål.</p> <p>Undervisningen er progressivt opbygget som en serie mindre læringsforløb, der bidrager med faglig viden og øvelser, som er</p>	<p>Der afholdes trivselssamtaler, og eleverne får feedback på motivation og disciplin.</p> <p>Der skabes et overblik over elevernes faglige niveau med henblik på fremtidig undervisningsdifferentiering.</p> <p>Der evalueres ved mundtlig og skriftlig feedback på forskellige mindre skriftlige og mundtlige opgaver og øvelser.</p>	<p>Forløbet afsluttes med en gruppeopgave, der munder ud i en mundtlig fremlæggelse. Opgaven bedømmes med bestået/ikke bestået.</p>

		<p>forudsætningen for elevens egen opgaveløsning. Der kan være tale om læreroplæg, gruppearbejde, fælles brainstorm, research og analyser, øvelser og opgaver.</p> <p>Alt ovenstående inddrages i særdeleshed i en større gruppeopgave om KRAM-faktorerne.</p>		
<p>Kend din krop (5 uger)</p>	<p><i>Stk. 2.</i> Eleven skal have grundlæggende viden på følgende områder:</p> <p>1) Anatomi og fysiologi herunder knogler, led og muskler, blodkredsløb og nervesystem, stofskifte og fordøjelsessystem, endokrine system og åndedrætssystem. 2) Arbejdsfysiologi. 4) Skader og livsstilssygdomme. 5) Træning, træningsmålgrupper, træningseffekt, og kostens rolle i træningssituationer. 6) Forskellige træningsformer og hvordan udvalgte træningsformer påvirker kroppens enkelte dele. 8) Sundhedsfremme, kost og ernæring, og kostens rolle ift. træningseffekt.</p>	<p>Der bygges videre på den viden eleverne fik på forløbet Et stærkt fundament og undervises i grundlæggende principper for kredsløbstræning og styrketræning samt mikro- og makronæringsstoffer. Der arbejdes ligeledes med livsstilssygdomme og KRAM-faktorernes indflydelse på disse.</p> <p><b>Organisering:</b> Klasseundervisning, gruppearbejde og individuelt arbejde. Undervisningen er helhedsorienteret, og alle læringsaktiviteter bidrager til elevens slutmål. Undervisningen er progressivt opbygget som en serie mindre læringsforløb, der bidrager med faglig viden og øvelser, som er forudsætningen for elevens egen</p>	<p>Der evalueres ved mundtlig og skriftlig feedback på forskellige mindre skriftlige og mundtlige opgaver og øvelser.</p>	<p>Forløbet afsluttes med en individuel skriftlig prøve, der bedømmes med bestået/ikke bestået.</p>

	11) Faglige udtryk og begreber på dansk og engelsk.	opgaveløsning. Der kan være tale om læreroplæg, gruppearbejde, fælles brainstorm, research og analyser, øvelser og opgaver.		
Kunden i centrum (5 uger)	<p><i>Stk. 2.</i> Eleven skal have grundlæggende viden på følgende områder:</p> <p>3) Ergonomi og de ergonomiske principper.</p> <p><i>Stk. 4.</i> Eleven skal have kompetence til på grundlæggende niveau at kunne:</p> <p>2) i konkrete sammenhænge vælge, begrunde og praktisk anvende de træningsfaglige arbejdsmetoder, der er mest hensigtsmæssige i en given træningssituation med et givet træningsformål og under hensyntagen til de ergonomiske principper.</p> <p>3) i konkrete sammenhænge begrunde valgte træningsformer ud fra viden om anatomi og fysiologi, arbejdsfysiologi, viden om forskellige livsstilssygdomme og under hensyntagen til typiske skader og forebyggelse af disse.</p>	<p>Der bygges videre på den viden eleverne har om anatomi, fysiologi, træningslære, ernæring og sundhed, psykologi samt virksomhedsøkonomi og afsætning.</p> <p>På forløbet Kunden i centrum arbejder vi videre frem mod certificering i indoor cycling og holdtræning.</p> <p><b>Organisering:</b> Klasseundervisning, gruppearbejde og individuelt arbejde. Undervisningen er helhedsorienteret, og alle læringsaktiviteter bidrager til elevens slutmål. Undervisningen er progressivt opbygget som en serie mindre læringsforløb, der bidrager med faglig viden og øvelser, som er forudsætningen for elevens egen opgaveløsning. Der kan være tale om læreroplæg, gruppearbejde, fælles brainstorm, research og analyser, øvelser og opgaver.</p>	<p>Der evalueres ved mundtlig og skriftlig feedback på forskellige mindre skriftlige og mundtlige opgaver og øvelser.</p> <p>Der introduceres gruppe til gruppe samt peer to peer feedback.</p>	<p>Der certificeres i indoor cycling samt holdtræning. Certificeringen bedømmes med bestået/ikke bestået.</p>

<p>Den professionelle instruktør (5 uger)</p>	<p><i>Stk. 2.</i> Eleven skal have grundlæggende viden på følgende områder:  4) Skader og livsstilssygdomme.  5) Træning, træningsmålgrupper, træningseffekt, og kostens rolle i træningssituationer.  6) Forskellige træningsformer og hvordan udvalgte træningsformer påvirker kroppens enkelte dele.  7) Forskellige træningsgrupper og deres ønsker og deres behov for træning.  9) Medlemservice og salg samt branchens udvikling og træningens betydning i et samfunds- og sundhedsmæssigt perspektiv.</p> <p><i>Stk. 3.</i> Eleven skal have færdigheder i at anvende følgende grundlæggende metoder og redskaber til løsning af enkle opgaver under overholdelsen af relevante forskrifter:  1) Afklaring af medlemmets behov for træning og træningseffekt.  2) Sammensætning af træningsformer/programmer ud fra et sundhedsfremmende perspektiv.</p>	<p>Der bygges videre på den viden eleverne har om anatomi, fysiologi, træningslære, ernæring og sundhed, psykologi samt virksomhedsøkonomi og afsætning.</p> <p>Der påbegyndes arbejde med teoretiske og praktiske casepersoner for at gøre undervisningen mere praksisnær.</p> <p>Der tilstræbes en øget tværfaglighed ved at de teoretiske og praktiske caseopgaver indeholder elementer fra både grundfagene og det uddannelsesspecifikke fag.</p> <p><b>Organisering:</b>  Klasseundervisning, gruppearbejde og individuelt arbejde.  Undervisningen er helhedsorienteret, og alle læringsaktiviteter bidrager til elevens slutmål.  Undervisningen er progressivt opbygget som en serie mindre læringsforløb, der bidrager med faglig viden og øvelser, som er forudsætningen for elevens egen opgaveløsning.  Der kan være tale om læreroplæg, gruppearbejde, fælles brainstorm, research og analyser, øvelser og opgaver.</p>	<p>Der evalueres ved mundtlig og skriftlig feedback på forskellige mindre skriftlige og mundtlige opgaver og øvelser.</p> <p>Der arbejdes ligeledes med gruppe til gruppe, peer to peer feedback og selvevaluering.</p>	<p>Forløbet afsluttes med en grundforløbsprøve, der bedømmes med bestået/ikke bestået.</p> <p>Der afgives standpunktskarakter efter 7 trins-skalaen i afsætning, virksomhedsøkonomi, psykologi og det uddannelsesspecifikke fag. Karakteren er et udtryk for en helhedsvurdering af elevens faglige kompetencer, initiativ og selvstændighed.</p>
---	---	--	---	---

	<p>3) Sammensætning af træningsprogrammer ud fra målgruppens behov for træning og udarbejde test for træning.</p> <p>4) Udarbejdelse af skadeforebyggende og skadeafhjælpende træningsprogrammer i forhold til typiske skader.</p> <p>5) Kommunikation af principper for sundhedsfremme og den rolle kost og ernæring har for træning.</p> <p>6) Anvendelse af relevant fagsprog både på dansk og på engelsk.</p> <p>7) Udøvelse af god medlemservice.</p> <p><i>Stk. 4.</i> Eleven skal have kompetence til på grundlæggende niveau at kunne:</p> <p>4) planlægge, koordinere og udføre en given arbejdsproces vedrørende opbygning af et træningsprogram, herunder foreslå ændringer eller andre metoder som følge af evalueringen,</p> <p>5) medvirke ved kundebetjening, herunder sælge, rådgive og servicere ud fra en</p>			
--	---	--	--	--

	<p>grundlæggende forretningsforståelse i branchen, 6) i en given arbejdsproces udføre grundlæggende administrative og økonomiske funktioner i forbindelse med medlemsservicering og drift af et fitnesscenter, 7) medvirke til at pleje og vedligeholde træningsmaskiner på et fitnesscenter under hensyntagen til grundlæggende principper for hygiejne, 8) i konkrete sammenhænge anvende innovative metoder i opgaveløsning under hensyntagen til træningsmålgruppens behov og virksomhedens servicekoncept, 9) dokumentere og formidle egne arbejdsprocesser, metoder og resultater i det omfang der er almindelig og nødvendig i branchen, 10) i konkrete sammenhænge anvende faglige udtryk og begreber på dansk og engelsk, og 11) i konkrete sammenhænge vælge kommunikationsformer og - metoder, der er afpasset kunden og servicesituationen samt være bevidst om egen personlig</p>			
--	--	--	--	--

	<p>fremtræden som rollemodel i en træningsvirksomhed.</p> <p><i>Stk. 5.</i> Eleven skal have gennemført følgende grundfag på følgende niveau:  1) Afsætning på E-niveau.  2) Erhvervsøkonomi på F-niveau.</p>			
<p>Afsætning 70 lektioner</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Redegøre for en virksomheds koncept og distributionskæde</li> <li>2. Redegøre for relevante love og regler</li> <li>3. Anvende metoder til at segmentere markeder og vælge operationel målgruppe</li> <li>4. Anvende metoder til at beskrive simpel købsadfærd og trends i forhold til et konkret produkt eller virksomhed</li> <li>5. Anvende metoder til at beskrive konkurrencesituationen for et konkret produkt eller virksomhed</li> <li>6. Anvende viden om en virksomheds målgruppe til at udarbejde simpelt marketingmix (online/offline) for et konkret produkt eller virksomhed</li> <li>7. Anvende viden om service til at udarbejde simpelt forslag til god</li> </ol>	<p>Eleverne arbejder med grundlæggende forretningsforståelse med fokus på salg, service, markedsføring og kommunikation. Der vil blive undervist i skriftlige og mundtlige afsætningsmæssige problemstillinger. Eleverne vil få viden om at afsætte produkter og tjenesteydelser samt forståelse for virksomhedernes strategiske grundlag og valg af konkrete afsætnings-, salgs- og servicekoncepter.</p>	<p>Der evalueres ved mundtlig og skriftlig feedback på forskellige mindre skriftlige og mundtlige opgaver og øvelser.</p> <p>Der arbejdes ligeledes med gruppe til gruppe, peer to peer feedback og selvevaluering.</p>	<p>Der afgives en afsluttende standpunktskarakter efter 7 trins-skalaen.</p> <p>Faget afsluttes med en prøve, der bedømmes efter 7-trinsskalaen.</p>



	service (online/offline) før, under og efter købet med udgangspunkt i en konkret virksomheds målgruppe			
Virksomhed søkonomi 70 lektioner	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Redegøre for virksomhedstyper og ejerformer</li> <li>2. Redegøre for moms-systemet og udføre simple beregninger af moms</li> <li>3. Referere den økonomiske proces i en virksomhed</li> <li>4. Redegøre for et simpelt regnskabs opbygning og udføre simple beregninger i forhold til virksomhedens resultat</li> <li>5. Redegøre for og beregne et bruttoavancebudget og foretage budgetkontrol</li> <li>6. Redegøre for og beregne omkostninger</li> <li>7. Referere varestrømme</li> <li>8. Referere til formålet med et ERP-system</li> <li>9. Referere hvordan en virksomhed kan optimere resultat</li> </ol>	<p>Eleverne arbejder med forståelse for forskellige former for virksomheder, samt forståelse for virksomhedsregnskab, og hvordan en virksomhed forbedrer sin rentabilitet. Eleverne arbejder med skriftlige opgaver, hvor de skal kunne identificere og inddrage økonomiske forhold.</p> <p>Eleverne bliver i stand til at identificere, behandle og formidle de typiske erhvervsøkonomiske problemstillinger, der indgår i driften af fitnesscentre.</p> <p><b>Organisering:</b> Klasseundervisning, gruppearbejde og individuelt arbejde. Undervisningen er helhedsorienteret, og alle læringsaktiviteter bidrager til elevens slutmål. Undervisningen er progressivt opbygget som en serie mindre læringsforløb, der bidrager med faglig viden og øvelser, som er forudsætningen for elevens egen opgaveløsning. Der kan være tale om læreroplæg, gruppearbejde, fælles brainstorm,</p>	<p>Der evalueres ved mundtlig og skriftlig feedback på forskellige mindre skriftlige og mundtlige opgaver og øvelser.</p> <p>Der arbejdes ligeledes med gruppe til gruppe, peer to peer feedback og selvevaluering.</p>	Der afgives en afsluttende standpunktskarakter efter 7 trins-skalaen.

		research og analyser, øvelser og opgaver.		
Psykologi 35 lektioner	<p><b>1.</b> Kan anvende basale psykologiske forhold, begreber og tankegange, der vedrører det enkelte individ, dets udvikling og de grupper og sociale sammenhænge, det indgår i</p> <p><b>2.</b> Kan referere til elementære psykologiske problemstillinger samt indgå i dialog over deres betydning i forbindelse med elevens uddannelse eller erhverv,</p> <p><b>3.</b> Kan med anvendelse af psykologiske begreber redegøre for kommunikationens, samarbejdets og samspillet betydning med udgangspunkt i erhvervsfaglige eksempler,</p> <p><b>4.</b> Kan identificere og med anvendelse af basal psykologisk viden analysere sproglige og ikke-sproglige udtryks- og adfærdsformer med udgangspunkt i konkrete eksempler,</p> <p><b>5.</b> Kan skelne mellem forskellige kommunikationsformer, der er bestemt af alder, køn og social- og kulturel baggrund, herunder situations- og rollebestemt kommunikation.</p>	<p>Der arbejdes med motivation, den motiverende samtale samt fastholdelse af vaner.</p> <p>Desuden undervises der i personlighedstyper samt kommunikation og konflikthåndtering.</p> <p>Der tilstræbes en høj grad af praksisnærhed idet der i undervisningens eksempler og caseopgaver hele tiden trækkes paralleller til fitnessbranchen og elevernes kommende kunder.</p> <p><b>Organisering:</b> Klasseundervisning, gruppearbejde og individuelt arbejde. Undervisningen er helhedsorienteret, og alle læringsaktiviteter bidrager til elevens slutmål. Undervisningen er progressivt opbygget som en serie mindre læringsforløb, der bidrager med faglig viden og øvelser, som er forudsætningen for elevens egen opgaveløsning. Der kan være tale om læreroplæg, gruppearbejde, fælles brainstorm, research og analyser, øvelser og opgaver.</p>	<p>Der evalueres ved mundtlig og skriftlig feedback på forskellige mindre skriftlige og mundtlige opgaver og øvelser.</p> <p>Der arbejdes ligeledes med gruppe til gruppe, peer to peer feedback og selvevaluering.</p>	Der afgives en afsluttende standpunktskarakter efter 7 trins-skalaen.

### Introforløb (uge 1):

Introduktion til systemer, samarbejdsøvelser

### Et stærkt fundament (uge 1-5):

Basal anatomi: skelettets opbygning: knogler og led

Basal fysiologi: fordøjelsen, åndedrættet, kredsløb

Basal ernæring: sundhed: væske, søvn, sundhedspolitik

Basal psykologi: motivation

### Kend din krop (uge 6-10):

Anatomi: muskler, simpel bevægelsesanalyse

Fysiologi: væv og celler, skeletmuskulatur, nervesystem, arbejdsfysiologi

Kredsløbstræning

Styrketræning

Ernæring: mikro- og makronæringsstoffer

Livsstilssygdomme

Psykologi: vaner og fastholdelse

### Kunden i centrum (uge 11-15)

Anatomi: Ergonomi

Skader og forebyggelse

Programlægning, test, screening og evaluering

Fysiologi: Endokrine system

Ernæring: Kostberegning og planlægning, energibehov

Psykologi: Coaching og mentoring

Instruktionsteknik og kommunikation, kropssprog

#### Certificering:

NEXT Indoor Cycling

Holdtræning

### Den professionelle instruktør (uge 16-20):

Træningsvejledning for særlige målgrupper: bodybuilding, elitesport, vægttab og vægtøgning, livsstilssygdomme, stress

Kostvejledning for særlige målgrupper: bodybuilding, elitesport, vægttab og vægtøgning, livsstilssygdomme, stress, kostretninger, spiseforstyrrelser

Den professionelle instruktør: fremtoning og service, vedligeholdelse og hygiejne

Instruktionsvejledning: "Kaniner"

Event/ekskursioner

#### Grundforløbsprøve

**Grundfag:** Afsætning, virksomhedsøkonomi, psykologi, VFU

20 Uger