

SKOLEÅRET 25/26

LILLEHAMMER VIDEREGÅENDE SKOLE

FOTBALL

Fotballtilbudet på Lillehammer videregående skole er gratis og klubbuavhenigig, men skolen har et tett samarbeid og kobling til Lillehammer FK. Det vil si at klubbtreninger for Lillehammer FK ligger til grunn for hva vi gjør på dagtid med tanke på belastningssyring og innhold.

Studiespesialisering ved Lillehammer videregående skole tilbyr et bredt utvalg av ulike programfag innen realfag og språk, samfunnsfag og økonomi. Elever som velger toppidrett fotball har de samme fagvalgmulighetene som andre elever. En fordel med dette er at elevene kan velge programfag som oppfyller de spesielle opptakskravene til høyere utdanning og i tillegg få realfagspoeng ved inntak til alle studier.

I dette dokumentet får du informasjon om tilbudet de ulike årene. Kontaktinformasjon finner du på siste side.



VG1 FOTBALL

Lillehammer vgs og Lillehammer fotballklubb tilbyr fotballundervisning og et spesifisitetsrettet kroppsøvfingsfag på vg1 studiespesialisering. Fotballundervisningen skjer i et tett samarbeid mellom klubb og skole hvor klubben stiller med ekstra trenerressurser. Spesifisitetsrettet kroppsøving ledes i sin helhet av ansatte ved LVGS. Fotballelevne fordeles på samme klasser, og det tilrettelegges for systematisk fotballtrening gjennom skoleuka. Skoleåret 24-25 trener fotballelevne i vg1 mandag, annenhver onsdag og torsdag klokken 10. Tilbudet er kostnadsfritt for elevne og klubbuavhengig!

Fotballundervisningen:

Ledes i hovedsak av UEFA-B skolerte trenere fra Lillehammer fotballklubb i nært samarbeid med skolen. Opplæringen har fokus på ferdighetsutvikling.

Kroppsøving:

Ledes av faglærer i idrett/kroppsøving fra skolen. Faget spesifisitetsrettes mot fotballspilleren i tilfeller hvor kompetansemålene i faget muliggjør dette.

Eksempelvis:

- Forebygge skader ved bevegelsesaktiviteter og utføre grunnleggende førstehjelp.
Skadeforebyggende trening rettes mot hyppige skader som oppstår i idretten fotball. Elevne lærer seg grunnleggende førstehjelp gjennom å arbeide med de mest vanlige skadene som oppstår i idretten.
- Planlegge og gjennomføre metoder for øvelse og trening for å oppnå individuelle mål, også når man ikke fullt ut kan delta i aktiviteten
- Mål, planlegging og metodikk kan rettes mot spillerutvikling.



VG2 & VG3 FOTBALL

Skolen tilbyr programfaget toppidrett i VG2 og VG3. Vi har faglærere med høy kompetanse innenfor fotballen (UEFA A og B skolering). Faglærerne samarbeider tett med Lillehammer Fotballklubb med tanke på periodisering av trening for elevene; herunder belastningsstyring, intensitetsstyring og individualisering. Over 95% av elevene representerer Lillehammer Fotballklubb. Spillerutvikling er et kjerneelement i toppidrettsfaget og et 24/7 anliggende for eleven/spilleren.

Vi mener at det fordrer samarbeid. God spillerutvikling kan ikke finne sted uten tett samarbeid mellom elevens/spillerens trenings- og kamparenaer; i dette tilfelle skole og klubb.

SØKNAD

1. Søke Lillehammer vgs sør studiespesialisering innen fristen 01.03.2025.
2. Melde fra så raskt som mulig til utviklingsansvarlig Henrik Wangberg (Lillehammer FK) om at du er interessert i å gå i klassen.



VÅRE TRENERE

MORTEN SKJÆRSTAD
UEFA A-LISENS
TRENER LILLEHAMMER FK SENIOR HERRER

BØRGE TOFT
TRENER B-LISENS
SPILLERUTVIKLER A (FULLFØRES I 2025)

HENRIK WANGBERG
UEFA SPILLERUTVIKLER B
TRENER B-LISENS
UTVIKLINGSSJEF LILLEHAMMER FK

LARS ERIK SUNDLI
TRENER B-LISENS

MATHIAS BJERKE
KEEPERTRENER B-LISENS

EIMUND LARSEN
JENTEANSVARLIG
TRENER B-LISENS

KONTAKT HENRIK WANGBERG:
TLF: +47 406 08 495
E-POST: HWANGBERG@LILLEHAMMERFK.NO

#Sterk sammen
#STERKERESAMMEN



Lillehammer
videregående skole

