

**ALLMÄN KURS - Fem inriktningar:** Förutom att du läser dina behörighetsgivande ämnen väljer du en inriktning. Inriktningen läser du fyra undervisningstimmar/vecka.

### Allmän kurs Beteendevetenskap:

Planerar du att arbeta med människor i framtiden eller har ett stort intresse av beteendevetenskap? Då kan allmän kurs med beteendevetenskaplig inriktning vara något för dig. Vi studerar människan ur flera olika perspektiv i ämnena psykologi och sociologi. I kursen psykologi tar vi upp olika sätt att förstå mänskliga beteenden, känslor och tankar. För att få förståelse för hur psykologiområdet fungerar i dag tar vi en titt på den psykologiska vetenskapens framväxt och utveckling.

Vi studerar också mänskliga beteenden, värderingar och föreställningar i olika sociala sammanhang. Andra viktiga områden som ingår i kursen är: perceptions- och kognitionspsykologi – hur tar hjärnan emot och behandlar information och hur påverkar det oss; biologisk psykologi – hur fungerar människan utifrån fysiska förklaringar av tänkande, känslor och beteende, samt arvets och miljöns betydelse för individens psykologiska utveckling, livsvillkor och hälsa.

Vi kommer också att gå in på området psykisk hälsa och ohälsa. Här tittar vi närmare på faktorer som påverkar vårt välmående, som t ex stress och kriser. Här studerar vi också olika strategier för att hantera psykisk ohälsa och uppnå balans och god livskvalitet. Kursen ska ge dig ökad självkännetdom och förståelse för hur du skapar din verklighet.

Sociologi handlar om hur människor lever tillsammans i grupper och samhällen. Det handlar om att förstå sin egen och andras roll i olika sociala sammanhang. Vi läser om hur vår identitet formas och hur människor är lika och olika utifrån till exempel kön, etnicitet, livsstil eller sexuell läggning. För att få en större förståelse för vårt eget samhälle och kultur lär vi oss mer om vilka värderingar och sociala normer som vi lever med.

Vi läser också om migration, kulturmöten och det mångkulturella samhället. I kursen ingår frågor som rör jämlikhet, jämställdhet och likabehandling och tvärtom ojämlikhet, diskriminering och utanförskap. Vi kan exempelvis fördjupa oss i ämnen som socialt utanförskap och kriminalitet, eller hur man skapar ett jämlikt samhälle. Tanken är att vi ska utgå ifrån aktuella sociala frågor och samhällsproblem samt att ni som läser kursen får påverka innehåll och arbetssätt så att det känns meningsfullt och intressant för er. Som deltagare får du även prova på olika undersökningsmetoder samt arbeta med källkritik.

### Allmän kurs E-sport:

E-sporten växer och är i dag en av världens största sporter, detta gör att det också växer fram nya yrken inom sporten. Här får du chansen att prova på E-sport! I ämnet E-sport blandar vi teori och praktiskt spelande med mängdträning, strategi & analysering. Vi går igenom flera viktiga ämnen inom E-sport, bland annat ledarskap, stresshantering, lagkommunikation, kost & hälsa. Genom utbildningen får du möjlighet att utvecklas i din roll som E-sportare men vi går även igenom andra delar inom E-sport. Genom teambuilding och ledarskapsutveckling hittar du din roll inom e-sporten där vi lär av varandra.

### Allmän kurs Idrott

#### Allmän kurs Allmän:

Inriktningen allmän är för dig som vill lägga mer tid på gymnasiegemensamma och behörighetsgivande ämnen. Du får mer lärarledd lektionstid varje vecka till att läsa: svenska, engelska, matematik, naturvetenskap, samhällskunskap, historia och religion. Inriktningen passar dig som går ditt första år på allmän kurs på folkhögskola men även dig som behöver tid för att fördjupa dig i fortsättningskurser.

#### Allmän kurs Musik:

##### Ensemble

Kursen ger deltagaren möjlighet att utveckla sina kunskaper i samspel samt möjlighet att utveckla förmåga att kommunicera med medmusicerande och publik. Ensemblelektionerna ges i grupp, 80 minuter två gånger per vecka.

I kursen ingår, förutom närvaro på ensemblelektioner, också att medverka vid konserter och utåtriktad verksamhet.

Kursen utvärderas muntligt och fortlöpande vid lektionstillfällen mellan lärare och deltagare samt skriftligt en gång per termin. Godkänd nivå: mycket god närvaro, en påbörjad egen personlig och musikalisk utveckling samt arbete med och redovisning av uppgifter och beting givna av lärare.

Undervisande lärare i ensemblespel:

Joakim Sandén och Matilda Senewiratne.

##### Musik

Musik finns i alla kulturer och den berör oss såväl kroppsligt som tankemässigt och känslomässigt. Musik är en estetisk uttrycksform som används i en mängd sammanhang, som har olika funktioner och som betyder olika saker för var och en av oss.

Ämnet musik har sin grund i konstnärligt uttryck, musikaliskt hantverk och musikvetenskap.

Undervisningen i ämnet musik ska syfta till att deltagarna utvecklar kunskaper i musik och förmåga att gestalta musik.

Deltagarna ska också ges möjlighet att utveckla sin förmåga att kommunicera med medmusicerande och publik.

Analys och musikalisk tolkning ska bidra till att deltagarna utvecklar kreativitet och förståelse av samband mellan detalj och helhet.

Deltagarna ska ges möjlighet att genom sitt musikutövande aktivt bidra till ett rikt kulturliv i samhället.

### Syfte

Syftet med kursen är att ge deltagarna grundläggande kunskaper och färdigheter i ensemblespel med utgångspunkt i piano, gitarr, trummor, bas och sång. Genom spel i olika genre ge deltagarna förståelse för musikens olika stildrag och kännetecken. Deltagarna ska i viss mån spela efter noter, ackordanalys och på gehör.

Kursen ska ge kunskaper i arbetsmiljöns betydelse för individ och samhälle. Den berör även instrumentens egenskaper och konstruktion samt röstens fysiologi. Samarbetsförmåga och ansvarstagande för arbete i grupp är centralt i kursen och tar fasta på att stärka deltagarnas motivation och självförtroende i musikutövandet.

### Centralt innehåll

Genomgång av alla ensembleinstrument - teknik, konstruktion, terminologi.

Musiklyssning - formanalys, musikens uppbyggnad, terminologi.

Noter och gehör – spelar efter noter, rytmer och ackordanalys. Lära sig låtar

Och slingor på gehör samt olika tekniker för gehoörsövning och notförståelse.

Kör – deltagande i körsång.

Sceniskt uttryck – presentera låtar på konsert, samspelet med de andra i ensemblen. Grundläggande musikalisk gestaltning och kommunikation vid framträdande inför publik och i samarbete med andra.

Ensemblespel – Spela i grupp i olika genre på olika instrument.

Samarbetsförmåga och metoder för instudering och repetitionsmetodik.

Instrumentens karaktär och grundläggande egenskaper. Grundläggande ensemblemusicerande

i gehoörsbaserad och noterad musik.

Musik i samhället – var finns det musik och i vilket sammanhang?

Stildrag och kännetecken för musiken i samhället och dess påverkan.

Musikproduktion – spela in låtar, musikteknik, lyssna på sig själv och analysera.

Arbetsmiljö - Grundläggande arbetsmiljöaspekter gällande hörselvård, hälsa, ergonomi och elsäkerhet. Branschkännedom och arbetsliv.

