

Hos oss får du möjlighet
att växa och utvecklas.



Hälsogymnasiet





Gillar du idrott och att röra på dig? Då är Hälsogymnasiet skolan för dig!

Hälsogymnasiet ger dig en gedigen utbildning inom hälsa och kommunikation. Du får lära dig olika sätt att träna och uppleva allt från tävlingsidrotter till vardagsmotion och friluftsliv.

Du kommer få uppleva olika typer av fysisk aktivitet varje dag i skolan och lära dig mycket om olika sätt att träna och hålla sig i form. Förutom att du kommer ha kul varje dag så kommer du bli vältränad och må bra. Du kommer också att lära dig mycket om träning så att du både kan hjälpa dig själv och andra.



När du går i skolan och älskar att idrotta är det vanligt att du måste bedriva det mesta av din träning efter skoltid, på sena eftermiddagar och kvällar. Hos oss tränar du istället på dagtid när det är som effektivast och känns bäst att träna. Det är perfekt både för dig som vill bli så bra som möjligt i en idrott och för dig som bara vill ha bra ork och må bra.



Genom upplevelsebaserad undervisning hjälper vi dig att nå dina mål

Vi arbetar med musik, bild och film som en självklar och mycket givande väg för att synliggöra lärandet och stärka inlärnings- och uttrycksförmågan för dig som elev. Det innebär bland annat att du får möjligheten att filma din personliga träningsutveckling, men även att lära dig skapa musikvideos och då även sjunga och spela!

Alla delar av det estetiska skapandet vad gäller musik, musikredigering, sång, tal, bild och film finns med, både praktiskt och teoretiskt. Att se sambanden mellan sig själv och det man gör stärker inlärningsprocessen på alla områden.

Du får använda den absolut senaste tekniken under handledning av fackmän och musiklejare.





Hälsa i både boende och skola

En god hälsa hjälper dig nå dina mål. Vi erbjuder bra mat, en rik fritid och allt stöd du behöver, både under och efter skoltid. Att känna sig trygg är också bra hälsa.

Vi erbjuder elevboende för alla elever som behöver. Både skolan och elevboendet har en genomtänkt hälsoprofil som är en viktig del av vårt koncept. Elevboendet är ett hälsoboende där du som elev får hjälp att lära dig och vänja dig vid en hälsofrämjande livsstil.

Du får lära dig att skapa bra vanor när det gäller mat, vila och fysisk aktivitet, som hjälper dig att må bra och lyckas bra i skolan. Samtidigt lär du dig varför dina vanor är bra för hälsan. Så småningom lär du dig också om hur du kan hjälpa andra.





Arbeta med det du tycker om

Hälsa är ett framtidsyrke. Att motivera och inspirera andra till hälsa är något du kan arbeta med efter din tid hos oss. Ditt intresse blir så småningom ditt jobb. Efter examen kommer du att vara väl förberedd för att utbilda dig vidare på högskola. Du kan också välja att gå direkt ut i arbetslivet.

För dig som gillar att idrotta och röra på dig är det här en ganska häftig möjlighet, eller hur? Du får hålla på med sådant du tycker om. Det hjälper dig att utvecklas inom många områden. Du utvecklas som person samtidigt som du lär dig så mycket om



dina intressen för fysisk aktivitet att du sedan kan jobba med det. Det som från början kanske är ditt fritidsintresse blir så småningom till ditt arbete.

Efter gymnasiet kan du välja att gå ett steg längre och utbilda dig vidare på högskola eller så satsar du på att börja jobba direkt efter din gymnasie-särskoleexamen.



Vi kombinerar det bästa från forskning och praktiska erfarenheter hos lärare, tränare, elitidrottare och musiker för att hjälpa dig att utvecklas så mycket som möjligt. Ett exempel på det är att vi använder idrott och fysisk aktivitet för att du skall lära dig mer och snabbare i andra ämnen, även teoretiskt.

För att du ska ha kul, trivas med livet och må bra samtidigt som du lär dig mycket, kanske till och med mer än vad du själv trodde var möjligt, gäller det att ha en bra balans mellan de tre pusselbitarna träna-äta-vila. Vi tycker att all tid utanför själva undervisningstiden på skolan är precis lika viktig.

Självklart hjälper vi dig som elev att på bästa sätt hitta din egen balans mellan träna-äta-vila. Sett ur ett idrottsperspektiv handlar det om att vi tillsammans utvecklar den bästa träningsplaneringen för just dig. Du får helt unika möjligheter till idrottsträning och att bli så bra som möjligt om det är ditt mål. Dina möjligheter är minst lika bra om du bara vill må bra, vara i bra fysisk form och ha ork för att göra andra saker.

**Ta chansen! Bli en av oss du också.
Välkommen till Hälsogymnasiet.**



Hälsogymnasiet

0278-61 10 00

info@halsogymnasiet.se

www.halsogymnasiet.se