

stord

folkehøgskule



Folkehøgskule i hjarta av Vestlandet



2023-24

Finn ut meir om våre linjer ved å gå inn på QR koden eller lese vidare i heftet:

Film og TV — Hollywood (side 4)



Harmoni — Friluftsliv, Helse og Utvikling — Vietnam (side 5)



Kystfriluftsliv — Fjord, Fjell og Hav (side 6)



Instarail — Foto, Reiser og Opplevelser — Europa (side 7)



Råskap — Sport og Spenning (side 8)



Vokal, Låtskriver og Band — London (side 9)



Politi, Vektar og Beredskap (side 10)



Esport, Gaming og Sosialt (side 11)



I tillegg har skulen ei internasjonal linje: Norwegian Language, Fjords, Food and Culture og ei Elevstipendiatlinje for andreårselevar.



Folkehøgskulen i hjarta av Vestlandet

Stord folkehøgskule er ein frilynt folkehøgskule på øya Stord, sentralt midt mellom Bergen og Stavanger. Skulen ligg ved sjøkanten midt i sentrum. Like ved skulen går hurtigbåt til Bergen og ekspressbuss både nord og sørover. På øya har me og flyplass med direkte rute til Oslo. Den ligg berre 15 min. frå skulen og me sørger for transport.

Me er ein breiddeskule med 9 varierte linjer, mange spennande valfag og ulike menneske under same tak. Eit av våre motto er Ulike folk er herlege folk!

Skulen er eit tidlegare hotell og alle romma på internatet har eige bad. Hos oss er det kort veg til både sjø, fjell, turløyper og eit sentrum med butikkar, kaféar og uteliv.

«Byen midt i naturen!»

Året på Stord er ei tid for endring.

Er du klar for eit lærerikt, spennande og kanskje livs-enderande folkehøgskuleår? Er du klar for å vekse som person og utfordre deg sjølv? Då er du hjarteleg velkommen til Stord Folkehøgskule.

Skulen har fleire fellesturar for alle elevane blant anna:

- **Vintereventyr til Hovden** – ei veke med ski og alpint, aking og hundekjøring, hyttekos og mykje gøy!
- **Veteranbåten MS Sunnhordland i vakre Hardangerfjorden og i øyriket vest i havet** – tur til Bondhusvatnet, Rosendal, bading i fjorden og mange andre opplevingar, rett etter skulestart.
- **Preikestolen**



Film og TV — Hollywood



Lær å lage film og TV i mange ulike sjangrar! Du får jobbe med manus, regi,amerateknikk, lys, lyd og klipp – alt du treng for å lage god film og direktesendt TV. På linja lærer du kva som skal til for å fortelje DI historie.

Du vil oppleve:

- Samarbeid med medelevar om direktesende TV-sendingar og kortfilm. Spenninga når den raude lampa lyser og sendinga er direkte, er heilt unik.
- Individuelt arbeid med din film
- Studio med godt utstyr til opptak og etterarbeid som du har fri tilgang til. Vårt studio er din sandkasse!
- Studietur til Oslo for å sjå bransjen frå innsida
- Studietur til filmhovudstaden, Hollywood – City of Angels

Du vil lære:

- Idéutvikling og manusskriving
- Film- og TV-regi
- Dramaturgilære og komposisjonsprinsipp
- Kinematografi og sjangerlære

Uavhengig av om du har mykje erfaring, eller aldri har tatt i eit kamera før, kan vi garantere at du vil få eit lærerikt og spanande år her på Stord folkehøgskule!



Harmoni – Friluftsliv, Helse og Utvikling – Vietnam



Du finn roen, kjenner samhaldet, senker pulsen - du opplever alt det naturen har å by på. Harmoni er for deg som vil lære korleis fysisk aktivitet, naturen, mat og velvære spelar inn på helsa.

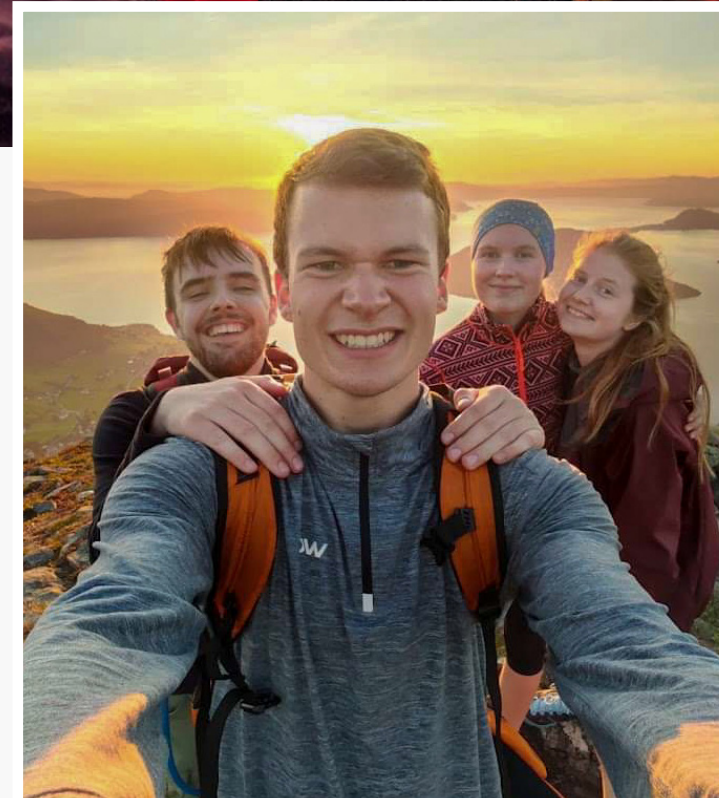
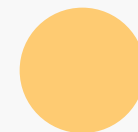
Du får oppleve:

- Variert og kjekk fysisk aktivitet som padling, SUP, klatring, enkle fjellturar, styrketrening og yoga.
- Massasje og spabesøk
- Overnatting i telt/hengekøye
- Nydelege fjellturar som gir sjelero
- Studietur til Vietnam! Me lærer om ein heilt ny kultur, slappar av på krittkvite sandstrender, praktiserer yoga, og opplever vakker natur frå både sykkel, båt og bil.

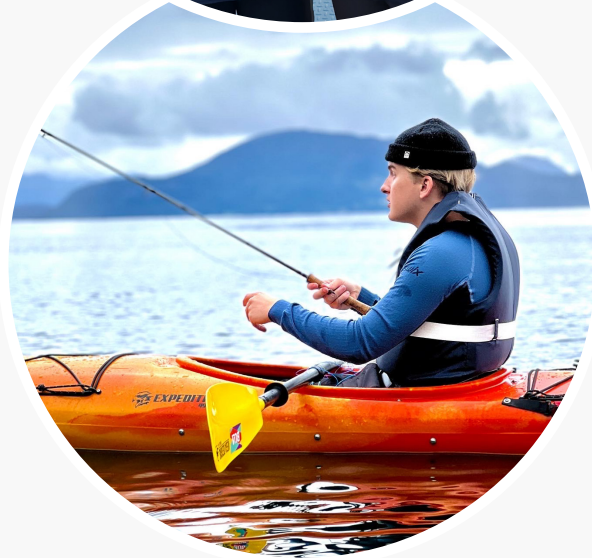
Du vil lære:

- Grunnleggande friluftslivferdigheter
- Yoga og mobilitetstrening
- Å lage sunn og næringsrik mat, og om korleis mat er direkte knytt til både fysisk og psykisk helse.
- Å lage bål og å tilberede mat ute
- Padling i havkajak og SUP (alle får våttkort)
- Styrketrening
- Klatring i hall og ute (alle får moglegheit til å ta brattkort)

Vi lover deg eit variert og aktivt år fylt med gode naturopplevingar, spanande utfordringar, eigenomsorg og nye venskap.



Kystfriluftsliv – Fjord, Fjell og Hav



Studietur: Island

Linja for deg som liker å vere ute på og ved sjøen, padle, fiske, klatre og lage mat ute - Catch and Cook! På Stord opplever du fantastisk natur til fots i fjellet, eller i båt/kajakk på fjorden!

Naturopplevingar, samarbeid og meistring er viktig for oss. Det er stor variasjon i aktivitetane, og endeleg opplegg blir planlagt i samarbeid mellom lærar og elevar.

Du får oppleve:

- Båtturar, fiske og setting av teiner
- Overnatte i eigenlaga gapahuk
- Oppdage skjulte strender i havkajakk
- Rafting, juving og vannski
- Sov under stjernene
- Toppturar
- Studietur til Island – me utforskar lokal kultur, reiser rundt Saga-øya og opplever vår nordlegaste nabo på sitt beste.

Du får lære:

- Grunnleggjande friluftslivsferdigheter – sporløs ferdsel
- Lage bål og å tilberede ulike typar mat ute
- Padle i kajakk/kano - ta våttkort
- Fridykking i sjø
- Klatring inne og ute (alle får moglegheit til å ta brattkort)
- Ta båtførarprøven (viss du vil)
- Kart og kompass

Hos oss får du oppleve kombinasjonen av adrenalin og heftige opplevingar med det å finne ro i naturen!



Instarail – Foto, Reiser og Opplevelser – Europa



Studietur: Interrail gjennom Europa, togturar i Norge

Lær å ta wow-bilder som skil seg ut i mengden! Med kameraet i handa opplever vi by og natur på jakt etter gode motiv og fotospots. Interrail-turen planlegg vi saman! Verda er vårt lerret.

Liker du å fange øyeblikk med kameraet ditt? Saman skal vi oppleve det beste norsk natur har å by på og vi skal utforske kreativiteten gjennom praktiske foto-oppgåver, både i studio og utandørs.

Du får oppleve:

- Interrail-tur gjennom Europa
- Togturar i Norge til spektakulære fotospots
- Ta unike bilete til sosiale media og minneboka
- Bli med andre linjer på flotte turar og opplevingar

Du vil lære:

- Fotoredigering i Lightroom og Photoshop
- Videoredigering i Davinci Resolve
- Ulike fotosjangrar som portrett, action, fotojournalistikk mm.
- Fotografering med drone
- Lyssetting i studio
- Komposisjonsreglar og bildeanalyse
- Grunnleggande friluftsliv og turplanlegging
- Visuell historieforteljing
- Innstillingar på ditt kamera
- Kajakkpadling – Og mykje meir!



Råskap – Sport og Spenning



Dette er linja for deg som elsker fysisk aktivitet og spenning i kvar-
dagen! Vi kombinerer ulike typar sport med toppturar og styrke på
treningscenter.

Kjenn pulsen, livsgleda og samhaldet i det du hiv deg frå eit fly, ut frå
bakketoppen, eller på målstreken etter triatlon.

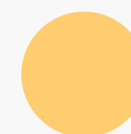
Du får oppleve:

- Toppturar haust, vinter og vår
- Vannsport, ballsport og vintersportar
- Adrenalin og spenning
- Styrke -og gruppetrening
- Diverse konkurransar
- At vi toler meir enn vi anar

Du vil lære:

- **Vannsport:** Vannski, wakeboard, surfing, rafting, havkajak
- **Uthald:** Svømming, sykling og løp (Triatlon, OCR)
- **Ballsport:** Fotball, handball, basketball, volleyball og innebandy
- **Treningscenter:** Styrke, fleksibilitet og uthald (etter eige ønske)
- **Vintersport:** Langrenn, ski, skøyte, hockey, alpint/ snowboard/ tele-
mark/randoné
- **Alternative sportar:** Padel, Kinball, Tchoukball, Discgolf, Paintball,
Dødsing

Er du klar for å teste dine egne grenser?
Bli med i vårt aktive fellesskap!



Vokal, Låtskrivar og Band – London

Vi bruker heile året på å dyrke musikkinteressa di, saman med
motiverte venner! Du får skrive musikk, spele i band, skape magiske
konsertar, bli betre på hovudinstrument, og sjølvsagt gå på konser-
tar! Dette året handlar om musikk, utvikling og skaparglede.

Du får oppleve:

- Hovudinstrumenttimar til å utvikle deg som musikal og/eller låtskrivar
- Prosessen frå låtskriving til studio og plateutgiving.
- Å spele inn minst ei låt i studio.
- Samarbeid om store og små konsertar og prosjekt.
- Studietur til London for å oppleve kultur, musikk og konsertar!
- Å øve på fullt utstyrt bandrom saman med andre,
eller i egne øvingsrom.

Du får lære:

- Å bli van med å stå på scena
- Korleis ein set opp konsertar
- Mykje meir om musikk, band og samspel (som gruppe)
- Meir om hovudinstrumentet ditt (individuelt)
- Korleis skrive musikk som gir uttrykk for det du vil
- Korleis spele inn og førebu ei studioinnspeling

Viss du elsker musikk, liker å skape/skrive musikk, er sosial og har
lyst på eit variert år saman med andre musikarar, så passar du
perfekt hos oss på Stord!





Politi, Vektar og Beredskap



Studietur — New York og Washington i USA!

Ser du for deg eit yrke innan Politi, Forsvar, Fengsel, Tryggleik eller Beredskap? Då er Politi, Vektar og Beredskap linja den rette for deg!

Her tar du kanskje første steg mot politihøgskulen, du lærer om samfunnsberedskap og får nye vener for livet. Du vil få innsikt i og kjennskap til blålysetatane i Norge og få sjanse til å ta nasjonal vektarutdanning.

Du får oppleve:

- Besøk hos politi, brann, ambulanse, Redningsselskapet og fengsel
- Øving med Redningsselskapet/Røde kors og andre frivillige organisasjonar
- Å hoppa i fallsjerm (om du vil)
- Å vere vakt på ein større konsert
- Linjetur til USA!
- Skytetrening med pistol og rifle
- Tilrettelagt trening mot opptakskrava til politihøgskulen, forsvaret, kriminalomsorga og brann- og redningstenesta.

Du vil lære:

- Nasjonal Vektarutdanning med sertifisering som vektar
- Direkte frå Blålysetatane, fengsel, Redningsselskapet og Securitas
- Brannvern og førstehjelp
- Etikk og haldningar
- Menneskesyn og konfliktløsning
- PLIVO (pågåande livstruande vald)
- Samfunnstryggleik og beredskap i politiet, brann- og helsevesen
- Lagarbeid

Alt i folkehøgskulen sitt sosiale fellesskap!



Studietur: Spillexpo road-trip

Møt andre dedikerte spelarar, bygg lag og delta på kampar, LAN og turneringar. Kombiner gaming, det sosiale og trening, i eit aktivt miljø. Du lærer om kommunikasjon, reaksjon, taktikk og samarbeid.

Du får oppleve:

- Eit sosialt og inkluderande miljø
- Mange nye opplevingar, som t.d. paintball, ski/snowboardtur til Hovden, fjordcruise
- Auka spelkompetanse
- Konkurransar
- Trening og aktivitet i fellesskap
- Finna treningsrutinar som passar i ditt liv
- Vener for livet

Du vil lære:

- Å fordjupe deg i dei større spela innanfor gaming og esports
- Å vere ein del av eit lag og konkurrere i ulike typar sosiale og konkurransebaserte spel
- Gode treningsrutinar, eige treningsprogram og oppfølging på kosthald
- Å analysere kamper, for å forbetra deg og gi deg nye idéar
- Å vere aktiv fleire gonger i veka.

Bli med på eit sosialt, utfordrande, lærerikt, aktivt, spennande og gøy år! (Med mykje tid til din favoritt hobby!)



Vi har mange spennende valfag

Baking • Ballspel • Bokklubben • Brettspel og sjakk • Båtførarprøven • Dungeons & Dragons • Fantasy Premier League • Filmklubben • Fiske og båt • Forbeta VGS-fag • Heilårsbading • Hybel og gatemat • Innsats for andre • Klatring • Kreativ maling • Låtskriving og musikkproduksjon • Maraton • Mixology Mocketail Bartending • Mobilitet/ stretch/ relax • Podcast og radio • Psykologi og mindfulness • Redesign og gjenbruk • Show, dans og teater • Skyting • Stop motion • Trening, helse og kosthald • Verdensrekorden? • Volleyball • Årbok

SOSIAL
TRYGG
OPEN
RAUS
DELTAKANDE

