

2024

# KOM GODT I GANG

SPUTNIK STU HILLERØD

---



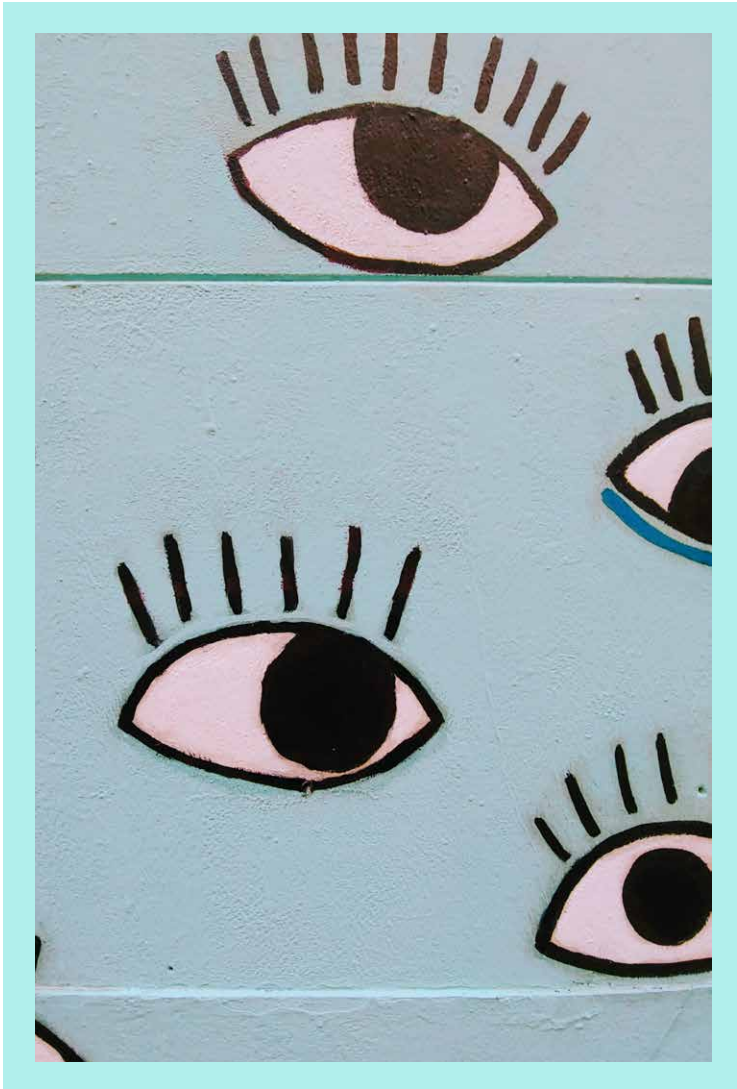
Sputnik STU

– Uddannelse og udvikling for dig



*"Jeg er her for at øve mig på det sociale. Jeg har været væk fra skole i 3-4 år og det var skræmmende at skulle være en del af en klasse igen. Jeg kan mærke at jeg bruger mindre og mindre energi på det og slapper mere af nu."*

**CITAT FRA STUDERENDE**



# INDHOLD

**6 Om os**

**7 Kontakt os**

**8 Skema**

**10 Linjefag**

**36 Social tid**

**36 Faglig vedligehold**

**38 ADL**

**39 Valgfag**

# OM OS

Sputnik STU er en særlig tilrettelagt ungdomsuddannelse for unge i alderen 16 til 25 år. Vi er 90 studerende og 23 ansatte.

Vi bor på Søndre Jernbanevej 13 i Hillerød centrum, fem minutters gang fra S-togsstation med forbindelse til det meste af Nordsjælland.

Vi strækker os over 4 bygninger med store og mindre undervisningslokaler, hyggerum og

rum hvor man kan trække sig efter behov. Herudover har vi desuden vores egen biografsal, musiklokale og rollespilsrum, samt kantine som vi benytter til fælles sociale aktiviteter, der understøtter ungdomslivet på STUen.

På Sputnik STU Hillerød går vi op i at skabe et trygt ungdomsmiljø, hvor der er plads til at være sig selv.

*"Jeg har fået flere venner siden jeg startede og det havde jeg slet ikke regnet med. Det gør at jeg har lyst til at komme i skole og også deltage i f.eks. klub efter skole"*

# KONTAKT OS

Er du i tvivl om noget eller har du spørgsmål, er du altid velkommen til at kontakte os enten på telefon eller på mail.



**TORBJØRN BERG, LEDER**

TLF: 26 44 34 39

Email: TBE@skolensputnik.dk



**MEHTAP ÖZER, SOUSCHEF**

TLF: 26 14 73 82

Email: MEO@skolensputnik.dk

# SKEMA

Som studerende på Sputnik STU har du mulighed for at møde lidt før og spise morgenmad.

**8:30** er kantinen åben for morgenmad.

**8:45** er der mulighed for at lave individuelle aftaler med din guideunderviser hvis du har behov for det.

**9:00** er der morgenmøde på linjen.

**9:15** går undervisningen i gang. Om eftermiddagen er der nogle dage sat

tid af til guidesamtaler, som aftales individuelt med din guidelærer.

Hver anden torsdag er der mulighed for at deltage i klub fra 14.30-18.

Alle de studerendes skemaer er særligt tilrettelagte og du får også et skema, der passer til dig. Vi tager individuelle hensyn og lægger pauser ind i undervisningen efter behov.

*Du kan vælge mellem seks forskellige linjer:*

- **Erhvervsrettet**
- **eSport**
- **HF-Praktik**
- **Studierettet**
- **Medie**
- **Wellness**

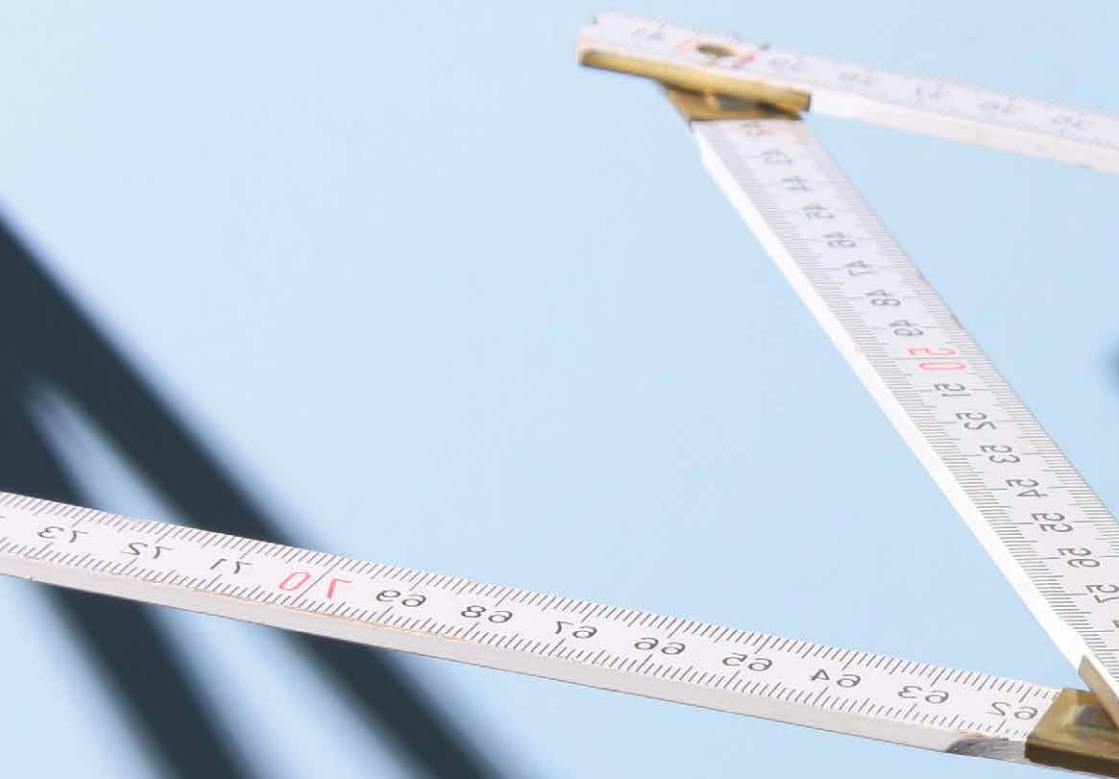
*På din linje undervises der også i:*

- **Social tid**
- **Fagligt vedligehold**
- **ADL-fag**

Udover linjefag er der også valgfag på skemaet som er på tværs af linjerne

# SPUTNIK UGESKEMA

	MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORS DAG	FREDAG
Kantinen er åben for morgenmad fra kl. 8:30					
8:45 - 9:00	Individuelle aftaler	Individuelle aftaler	Individuelle aftaler	Individuelle aftaler	Individuelle aftaler
9:00 - 9:15	MORGENMØDE på linjen	MORGENMØDE på linjen	MORGENMØDE på linjen	MORGENMØDE på linjen	MORGENMØDE på linjen
9:15 - 10:30	VALGFAG	LINJEFAG	LINJEFAG / ADL	LINJEFAG	VALGFAG
10:45 - 12:15	VALGFAG	LINJEFAG	LINJEFAG / ADL	LINJEFAG	VALGFAG
12:15 - 12:45	FROKOST	FROKOST	FROKOST	FROKOST	FROKOST
12:45 - 13:30	GUIDETID EFTER AFTALE	SOCIAL TID	GUIDETID EFTER AFTALE	FAGLIGT VEDLIGEHOOLD	
13:30 - 14:15		SOCIAL TID		FAGLIGT VEDLIGEHOOLD	
14:15 - 15:15				KLUB ULIGE UGER 14:30 - 18:00	





# Erhvervsrettet

**Erhvervsrettet-linje** henvender sig til dig, der har interesse i at afprøve forskellige erhverv, udvikle din arbejdsevne og få afklaret dine støttebehov.

Mange drømmer om at få et arbejde inden for håndværk, lager eller butiksarbejde efter endt STU. På linjen kan du få erfaring med forskellige brancher og afprøve gruppepraktik.



# Erhvervsrettet

Den faglige undervisning på **Erhvervsrettet-linje** er baseret på praktisk arbejde, gruppepraktik og virksomhedsbesøg.

På **Erhvervsrettet-linje** får du nogle fagspecifikke kompetencer inden for fagområder som for eksempel:

- **Håndværk**
- **Butik og service**
- **Lager**

På Erhvervsrettet linje får du mulighed for at udvikle din arbejdsevne og blive klogere på dig selv i forskellige typer af jobs.

Vi arbejder også med færdigheder i forhold til "Gør-det-selv" arbejde som f.eks. værktøjskendskab, malerarbejde, opsætning af lamper, hylder og andre praktiske opgaver i forhold til at skulle bo alene.

På erhversrettet linje kan man få afprøvet sine kreative og praktiske evner indenfor håndværk og design.

Vi tilrettelægger undervisningen efter de unges behov, men med stor fokus på samarbejde, teamwork og god kammeratskab.

*"Undervisningen er anderledes, end på de skoler jeg har gået på tidligere. Her skal man ikke bare sidde ned hele tiden, og man kan også prøve mange flere spændende ting fx hvordan man bygger noget fra bunden, der kan bruges af andre."*



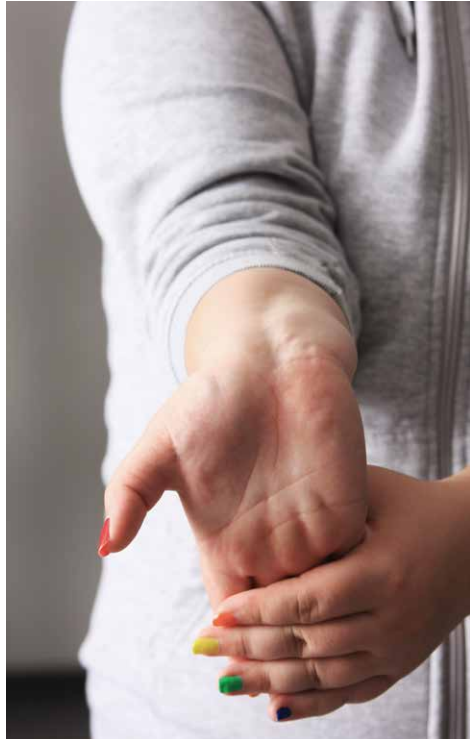
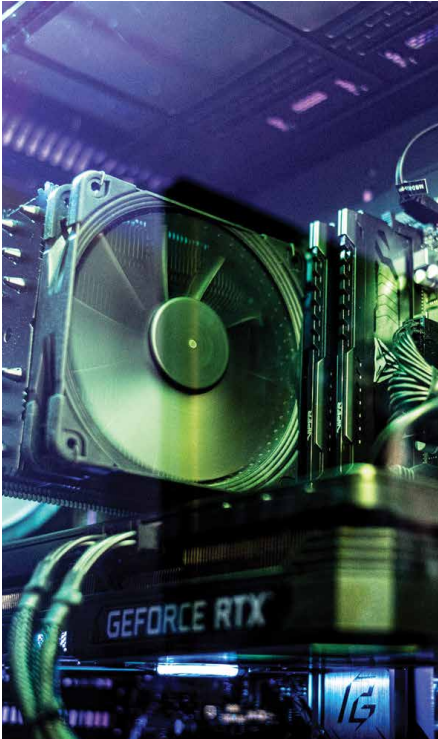


ESPORT



# eSport

**eSport-linjen** er for dig, der interesserer dig for gaming og konkurrence. Dig, der ønsker at blive en dygtigere eSportsudøver samtidig med at du udvikler dig socialt og personligt.



# eSport

På **eSport-linjen** får du en seriøs og spændende tilgang til eSport, og du kan forvente at udvikle dig både spilmæssigt og personligt.

Undervisningen på **eSportlinjen** er baseret på Counter-Strike Global Offensive (CS:GO), League of Legends (LoL) og Rocket League (RL).

Vi arbejder med:

- **Mekaniske tilgange og spiltekniske færdigheder**
- **Spilteori**
- **Målsætning, strategi og planlægning**
- **Analyse og evaluering**
- **Effektiv kommunikation**
- **Bevægelse, krop og reaktionsevne**

- **Stresshåndtering, koncentration og udholdenhed**
- **At tage vare på sin fysiske og mentale sundhed, herunder kost og søvn**

Du bliver en del af et holdfællesskab, hvor alle har en vigtig og uundværlig rolle.

Du vil derfor også lære at samarbejde om en opgave, at give og modtage konstruktiv kritik til og fra sine holdkammerater, og se ud over sig selv og være en del af et hold.

*"Man får afprøvet sine grænser, så man tør mere, og får bedre selvværd."*

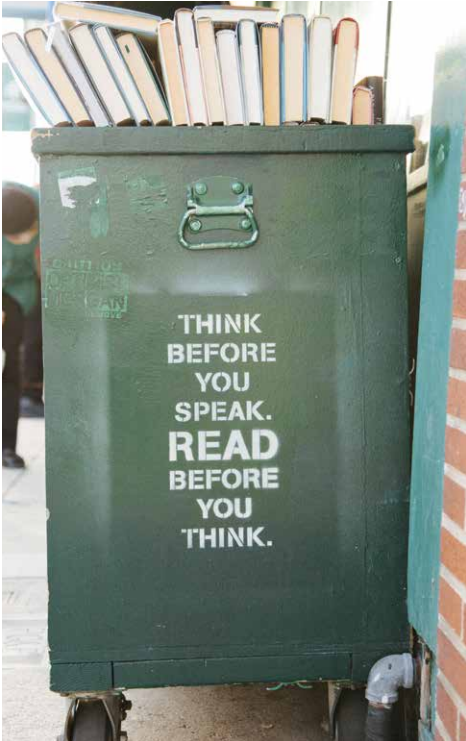




HF-P

# HF-P

**HF-Praktiklinjen** (forkortet **HF-P**) er for dig, der drømmer om at tage en uddannelse eller måske blot ønsker afklaring i forhold til, om en uddannelse er det rigtige for dig. **HF-P** giver dig en smagsprøve på, hvordan det er at tage en gymnasial uddannelse i trygge og overskuelige rammer.



# HF-P

På **HF-Praktiklinjen** har du mulighed for at læse HF-enkeltfag med særlig støtte. Vi udbyder et fag på C-niveau pr. halvår og undervisningen foregår på små hold med ca. 10- 15 studerende.

Vi har et tæt samarbejde med VUC Nordsjælland, der står for den faglige undervisning på linjen.

Herudover deltager personale fra Sputnik STU som pædagogisk støtte i undervisningen og pauserne.

Gode almene studiekompetencer er ved siden af gode faglige studiekompetencer, forudsætninger for at kunne gennemføre en uddannelse. På **HF-Praktiklinjen** arbejder vi derfor også med almene studiekompetencer såsom:

- **Notatteknik**
- **Samarbejde**
- **Planlægning af tid**
- **Motivation**
- **Skrevne og uskrevne sociale regler i en klasse**

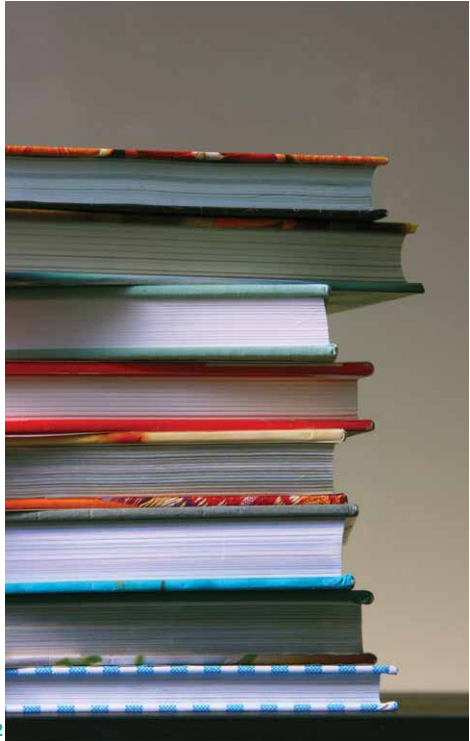
Der er mulighed for at afprøve en simuleret eksamenssituation (prøveeksamen), hvorved du kan øve eksamensteknik og den eksamensform, der benyttes på HF-IN. Det er en underviser fra HF-IN, VUC Nordsjælland, der agerer censor i den forbindelse. Der er også mulighed for at aflægge officiel eksamen på VUC med en faglig underviser og en ekstern censor.



# Studierettet

**Studierettet-linje** henvender sig til dig, der ønsker at færdiggøre eller opkvalificere dine faglige kompetencer så du kan tage folkeskolens afgangsprøver i dansk, engelsk eller matematik.

På linjen kan du følge den fælles undervisning men der er også en mulighed for at kunne trække sig til et andet lokale og arbejde selvstændigt med sit eksamensprojekt. Prøverne kan tages på G-niveau (9.kl.) og D-niveau (10.kl.) i dansk, engelsk og matematik.



# Studierettet

På **Studierettet-linje** arbejder vi med grundfagene dansk, engelsk og matematik med henblik på faglig opkvalificering rettet mod eksamen og eksamensparathed.

Undervisningen på **Studierettet-linje** er også af almendannende karakter, der er rettet mod den studerendes personlige og sociale udvikling.

På studierettet linje øver vi færdigheder såsom:

- **Studieteknik**
- **Gruppearbejde**
- **Holdundervisning**
- **Fremlæggelse**

- **Stresshåndtering og eksamensangst**
- **Debat og meningsudveksling** - med udgangspunkt i nyheder, verdensbegivenheder og aktuelle emner
- **Faglig fordybelse**

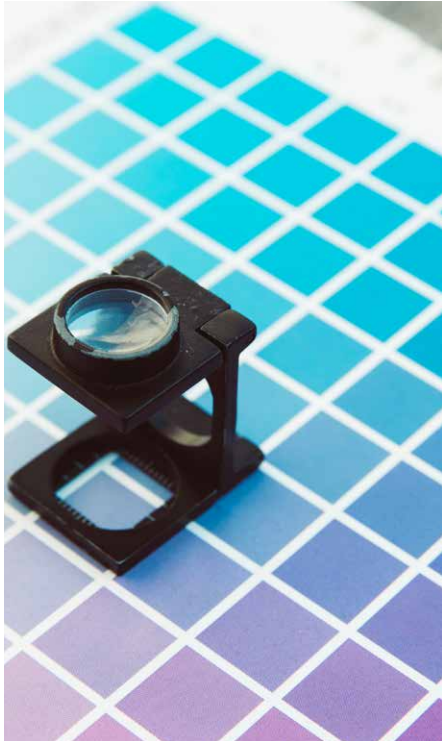
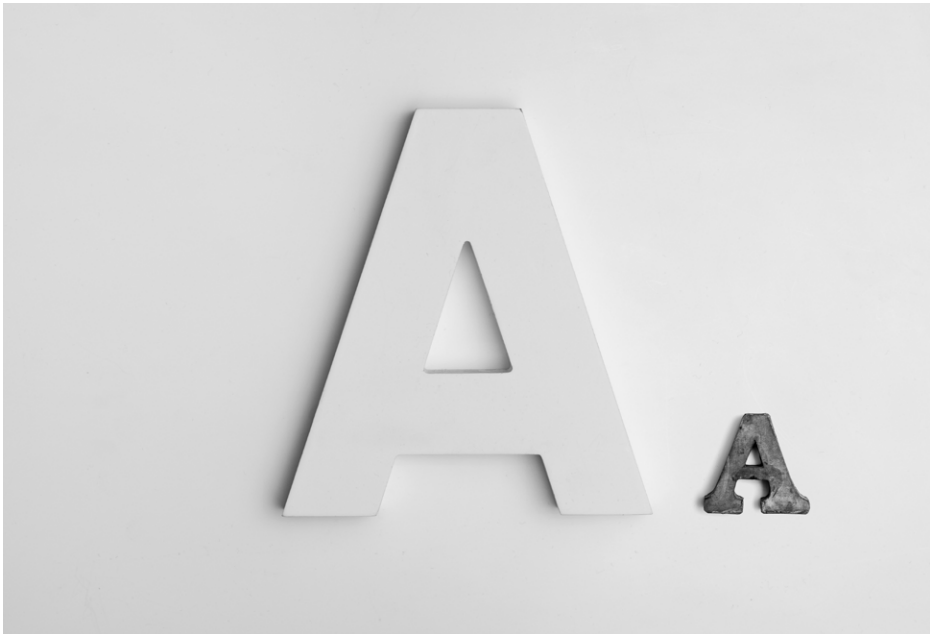
Desuden benytter vi os af brætspil, film, gåture og cafébesøg som en ramme omkring det sociale. Det handler om at skabe et rum, hvor de studerende har et fælles tredje, som gør det nemt at samles og kommunikere med hinanden.

*"Jeg har lært en masse teknikker som gør det nemmere at skrive opgaver og det gør at jeg bedre kan koncentrere mig, og bliver mindre stresset."*



# Medie

**Medie-linjen** er for dig, der interesserer dig for film eller serier, sociale medier, fotografi, plakatkunst og grafisk design, og som måske endda overvejer at søge ind på FGU Medier & Kommunikation eller tage en erhvervsgrunduddannelse indenfor film, foto eller som mediegrafiker. Vi arbejder i to spor med enten FILM eller GRAFISK DESIGN.



# Medielinje / GRAFISK DESIGN

## **Medie-linje / GRAFISK**

**DESIGN** arbejder med visuel kommunikation og markedsføring. Vi laver plakater, brochurer, skilte, visitkort mm. for både interne og eksterne kunder.

Som studerende vil du opleve at være med helt fra en opgaves start til slut.

På Grafisk linje lærer du at arbejde med:

- **Ideudvikle / Mindmap**
- **Inspiration / Ideudvikle**
- **Gruppearbejde**
- **Kundemøde**

- **Branding**
- **Give og modtage feedback**
- **Programmerne Photoshop, Illustrator og inDesign**

Efter endt forløb vil du stå tilbage med din helt egen portfolio, som indeholder produkter (film eller grafiske produkter), som er produceret i forbindelse med undervisningen, og som afspejler de faglige kompetencer, du har opbygget i løbet af dit linjeforløb.

*"Jeg har gået på flere forskellige skoler og den her er bedre end de tidligere. Lærerne har stor tålmodighed og prøver virkelig at hjælpe lige meget hvad man har problemer med."*



# Medielinje / FILM

**Medie-linjen / FILM** arbejder både teknisk og fortællemæssigt med at lære grundprincipper i filmproduktion. Vi arbejder med stopmotion film, serieformat (julekalender), musikvideo og flerkameraoptagelse.

Du kommer til at have mange forskellige funktioner både foran og bagved kameraet - men ikke uden støtte og oplæring.

Du får erfaring med:

- **Klippeprogrammet Premiere Pro**
- **Håndtering af professionelt optageudstyr (kamera, lys og lyd)**
- **Vise dine film for andre**
- **Give og modtage feedback**

*“Da jeg startede holdt jeg mig meget for mig selv, og var faktisk bange for at snakke med de andre. Men efter noget tid blev jeg mere tryk, og så kunne jeg præsentere et projekt for andre.”*



# Wellness

**Wellness-linjen** er for dig, der gerne vil arbejde med kundebehandling, lære at drive en forretning og vide mere om krop og sundhed. Som studerende på wellnesslinjen vil du være med til at drive vores egen klinik som hedder "Our Wellness Space".



# Wellness

På **Wellness-linjen** lærer du hvordan man udfører forskellige behandlinger og hvordan behandlingerne og produkterne virker, og du lærer om vigtigheden af en sund livsstil, egenomsorg og hygiejne. Du kommer også til at stifte bekendtskab med fremstilling af egne skønhedsprodukter.

Vi arbejder med emnerne:

- **Ansichtsbehandlinger, wellnessbehandlinger, negleteknik, massage og hårpleje**
- **Teoretisk viden om hygiejne, sundhed og behandlinger**

- **Afspænding, meditation, kropsforståelse og fysisk træning inden for forskellige træningsformer**
- **Kundebetjening, service, indkøb og rengøring**

Herudover vil du komme på korte besøg og tilegne dig viden om forskellige virksomheder inden for sundhedsuddannelserne.

Linjen henvender sig til alle der interesserer sig for wellness, sundhed og beauty.

*"I den tid jeg har gået på linjen er jeg blevet bedre til at komme ud af døren og møde til tiden. Og så er jeg blevet bedre til at kommunikere med andre."*

# FÆLLES FOR ALLE LINJER

## SOCIAL TID

Tirsdag eftermiddag er der på alle linjer sat tid af til socialt samvær. Det er lidt forskelligt hvad man laver på de forskellige linjer, da det afhænger af hvad de unge har lyst til eller brug for. Mange af linjerne spiller spil af

forskellig slags, andre går ture, hygger med musik, bager kage eller ser film sammen. I perioder kan der være undervisning med det sociale i fokus eksempelvis i form af samarbejdsøvelser/teambuilding.

## FAGLIGT VEDLIGEHOOLD

Torsdag eftermiddag er der på alle linjer sat tid af til fagligt vedligehold. Det er lidt forskelligt hvad man laver på de forskellige linjer, men undervisningen vil være rettet mod at man får arbejdet og vedligeholdt sine kompetencer i dansk og matematik. De fleste linjer vil arbejde med fagligt

vedligehold som en forlængelse af linjens faglige profil. Eksempler herpå kunne være at arbejde med danskfaget gennem filmanalyse på medielinjen, med fremlæggelse af spil karakterer på e-sport, eller udarbejdelse af virksomhedsplan på wellness.

## ADL-FAG

Uanset hvilken linje man vælger, vil der på linjen også være undervisning i *almindelig daglig livsførelse* (forkortet ADL).

Undervisningen vil dække over emnerne:

### Ung borger i samfundet

F.eks. kritisk sans, det personlige værdigrundlag, hvad det vil sige at være medborger i et samfund både globalt og lokalt? Hvad er min ret og hvad er min pligt? Vi ser også på nemid, eboks, forsikring og økonomi.

### Aktivt ungdomsliv

Hvordan kan man blive en del af et fællesskab eller foreningsliv? Hvilke muligheder er der i min by - vi tager ud og besøger forskellige steder. Hvordan forholder jeg mig til seksualitet, krop og ensomhed?

### Bolig og husholdning

Vi øver os i madlavning, sund kost og tager hygiejnekursus. Fokus på rengøring, tøjvask og forskellige boformer. Vi taler også om økonomi og lægger et budget. Er man allerede udeboende, bliver fokus i faget fundet og lagt sammen med den studerende.

### Uddannelse og erhvervsliv

Viden om forskellige uddannelser og erhverv, mulighed for besøg på uddannelsesinstitutioner og virksomheder. Praktikfagskursus, gruppepraktikker og individuelle praktikker, cv/jobsøgning.

*"Jeg har fået flere venner siden jeg startede og det havde jeg slet ikke regnet med. Det gør det at jeg har lyst til at komme i skole og også deltage i f.eks. klub efter skole."*

# VALGFAG

Hver mandag og fredag har vi valgfag. Valgfagene laves bl.a. ud fra de ønsker og interesser, de studerende har - vi lytter også til din ide!

Vi hjælper dig med at vælge valgfag ud fra interesser og behov.

Valgfagene foregår ikke linjevis, men på tværs af linjerne, så her vil man være sammen med studerende fra andre linjer, som har valgt samme valgfag som en selv.

Fagene kører typisk tre måneder ad gangen. Her er nogle eksempler på valgfag, som vi har:

## Eksempler på valgfag:

- Fitness
- Japansk
- Musik
- Mad & køkken
- Social gaming
- Krea
- Stopmotion film
- Rollespil
- Blender / 3D
- Wellness

*"Jeg har været med til at starte en D&D-gruppe på min linje, hvor vi spiller hver tirsdag. Jeg synes, spillet har været med til at samle os på linjen. Det er hyggeligt og sjovt, og stemningen er altid god. Men det kan også være seriøst, hvis stemningen i spillet er det. Spillet hjælper en til at træne sin fantasi og kreativitet, fx når man skal finde på sin karakter. Min rolle som gamemaster udfordrer mig til at finde på ting hurtigt og improvisere, og det kan jeg også bruge udenfor spillet."*



# PRAKTIK

Hos Sputnik STU arbejder vi målrettet på at understøtte overgangen til livet efter STU. Vi bygger broen, der bringer dig i job eller videre uddannelse. Praktik er derfor også en central del af dit forløb hos os. Vi bruger

det som et vigtigt skridt på vejen til at finde ud af, hvad du vil og skal på den anden side af STU-livet. Hvad enten det er arbejde eller videre uddannelse.

## HVORFOR ER PRAKTIK VIGTIGT?

De fleste unge, der starter på STU, er ikke afklarede med, hvad de har lyst til at lave bagefter. Praktik hjælper dig til at blive klogere på dig selv; du får større indsigt i dine styrker og udfordringer samt dine drømme og planer for fremtiden.

Ikke mindst er praktik en mulighed for at udvikle nye kompetencer, få kendskab til forskellige arbejdsområder og brancher, og øve sig i at indgå på en arbejdsplads med forskellige mennesker, krav og opgaver.

Alt i alt hjælper praktik dig til at stå stærkere og få lagt en bæredygtig plan til livet efter STU.

# HVORDAN FOREGÅR ET PRAKTIKFORLØB PÅ SPUTNIK STU?

Et praktikforløb hos os består af seks faser:

- *Idéer og erfaringer*
- *Vi drøfter dine mål og drømme*
- *Praktikmuligheder*
- *Vi afsøger, hvor og hvordan du kan afprøve dine ønsker*
- *Praktiksamtale*
- *Vi lægger en plan og sætter mål for dit praktikforløb*
- *Besøg og kontrakt*
- *Vi besøger praktikstedet og laver en praktikaftale*
- *Praktik og midtvejsmøde*
- *Vi følger op og justerer på forløbet*
- *Praktikudtalelse*
- *Vi dokumenterer og evaluerer forløbet*



*"Jeg har gået på flere forskellige skoler og den her er bedre end de tidligere.*

*Lærerne har stor tålmodighed, og prøver virkelig at hjælpe lige meget hvad man har problemer med."*

**CITAT FRA STUDERENDE**

2024

# SPUTNIK STU HILLERØD

---

SDR. JERNBANE VEJ 13  
3400 HILLERØD

[WWW.SKOLENSPUTNIK.DK](http://WWW.SKOLENSPUTNIK.DK)

[WWW.SPUNIKSTU.DK](http://WWW.SPUNIKSTU.DK)