

# E-sport toppidrett på Kuben vgs.

Fra høsten 2019 tilbyr Kuben e-sport som toppidrett. Vi bygger opp et helt nytt rom med topp moderne utstyr for e-sport. I løpet av høsten 2019 vil vi starte opp våre egne skolelag i spillene vi tilbyr som toppidrett. Vi skal selvfølgelig konkurrere mot andre skoler i Norge som også har e-sport som toppidrett. Vi har ambisjoner om å bli Norges beste skolelag.

## Hva er e-sport?

E-sport er å konkurrere i dataspill, enten som lagspill eller en mot en. E-sport blir oftest sett gjennom strømming over Internett, men er også en stor publikumssport. Et godt eksempel på dette fra NRK e-sport finner du blant lenkene nederst i dette dokumentet. I klippet ser du den norske Counterstrike spilleren Håvard «rain» Nygård som spiller for det internasjonale profflaget Faze. Disse spillerne lever ikke bare av premiepenger, de har også faste lønninger. Slik har det nå begynt å bli i Norge også. De største lagene i Norge lønner nå spillerne sine slik at de kan drive med e-sport på heltid. Spillerne trener opp mot 40 timer i uken.

## Hva er faget toppidrett e-sport?

Toppidrettsfaget har et omfang på 140 årstimer som vil si 5 skoletimer i uken. Som toppidrettsutøver i e-sport må elevene lære å bli lagspillere gjennom å spille lagspill og bedrive trening sammen. Dette innebærer å møte til avtalte tider, ta hensyn til andre, og å utvikle gode samarbeidsegenskaper. Det vil være obligatorisk å delta på lagtreninger med skolelaget. Å trene og lære sammen er kjerneverdier i vår e-sportssatsning. Treningen omfatter utvalgte dataspill så vel som fysiske aktiviteter. Elevene skal lære seg å lage treningsplaner for både spill og fysisk trening. Den fysiske treningen kan bestå av styrke, koordinasjon og utholdenhet. Kosthold vil også bli fokusert på, da et sunt kosthold er et viktig grunnlag for all trening. En e-sportutøver må se sammenhengen mellom kosthold, trening og helse. Samarbeid og fair play vil bli grunnleggende i all aktivitet. Vi ønsker å holde tett kontakt med foresatte så langt det lar seg gjøre. Vi er veldig opptatt av at foresatte er med når ungdommene skal satse på toppidrett.

## Hvem kan søke?

Alle som har søkt seg til Kuben via VIGO eller allerede er elever ved Kuben videregående kan søke seg til e-sport toppidrettsfag. Husk at du må søke i VIGO før 1. mars før du fyller ut vårt søknadsskjema. På bakgrunn av søknadene vil vi velge ut de mest egnede kandidatene. Det kan bety at vi kontakter søkere for å få mer informasjon ved behov. Har du noen spørsmål angående innsøking, ta kontakt.

## Nyttige lenker:

- Hjemmeside e-sport: <https://www.kubenesport.com>
- Søknadsskjema: <https://goo.gl/forms/nZoOild95WWhHSVw2>
- Om e-sport på Kubens hjemmeside: <https://kuben.vgs.no/nyhetsarkiv/kuben-e-sport/>
- Kuben e-sport på Facebook: <https://www.facebook.com/kubenesport>
- Læreplan toppidrettsfaget: <https://www.udir.no/kl06/IDR5-01>
- NRK e-sport: <https://tv.nrk.no/serie/e-sport/2018/MSPO47660318/avspiller>