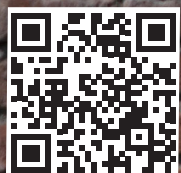


Add your
personality

ÖSTRA GYMNASIET
2023/24
www.huddinge.se/ostragymnasiet



Huddinge

ÖSTRA GYMNASIET

Östra gymnasiet är en skola med plats för personlighet där elever och personal bygger skolan tillsammans (**add your personality**). Skolan genomsyras av en fin anda där alla samarbetar, hjälper och stöttar varandra. Detta skapar möjligheter till utveckling och lärande.

”
2021 tog 98 % av våra
studenter examen på Östra
(källa: Skolverket)

Innehåll Östra katalog

3
Rektor har ordet
Snabbt och enkelt att ta sig till Östra

4-5
SYV tipsar inför gymnasievalet
Viktiga datum - lär känna Östra
Studieupplägg

6-7
Spetsutbildningar och specialkurser
Idrott, hälsa och friskvård
Biblioteket - en pedagogisk resurs

8-9 Ekonomiprogrammet
10-11 El- och energiprogrammet
12-13 Naturvetenskapsprogrammet
14-15 Samhällsvetenskapsprogrammet
16-17 Teknikprogrammet

18-19
Åt gott och nyttigt på skolan
Aktiviteter och event under läsåret
Danstävling, konserter och volleyboll

Prova på Östra!

Bli "elev för en dag" och testa det program och inriktning du är intresserad av! Anmäl dig på: www.huddinge.se/ostragymnasiet

Östra gymnasiet En aktiv mötesplats

97%
av eleverna känner
sig trygga i skolan.



Jag är en stolt och glad rektor som får jobba i en skola som bubblar av aktivitet. Jag är närvarande i skolan och ser dagligen personalen engagera sig i enskilda elever och jag ser eleverna utvecklas till positiva unga vuxna.

Vi bedriver klassisk undervisning med moderna inslag. Trygghet, ordning och reda samt stöd när det behövs är grundförutsättningar för att trivas och kunna koncentrera sig på studierna. När studierna går bra öppnas många framtidsmöjligheter.

Elevernas medarbetarskap är centralt. På Östra kommunicerar vi mycket med eleverna vid sidan av klassrummet och de har fri tillgång till skolans resurser. Detta bidrar till att eleverna utvecklas till positiva unga vuxna med kunskap, utstrålning och ett trevligt sätt.

Elever, personal och den öppna och ljusa miljön här på Östra gymnasiet bildar en oslagbar helhet. Genom olika valmöjligheter, baserat på vårt individsynsätt, hittar de flesta av våra elever sina specialområden att fördjupa sig inom (utbildningar sid 8-17).

Eleverna som medarbetare och klassen som arbetsgrupp är vårt synsätt. Våra studiemotiverade elever utstrålar glädje, trygghet och trivsel. De umgås över klassgränserna, upphittat lämnas tillbaka, personal och elever samtalar och eleverna hjälper varandra i studierna.

Skolan har haft en väldigt positiv utveckling de senaste åren. Allt fler elever söker sig hit till Östra och studenternas betyg ökar. Tidigare elever berättar, när de kommer på återbesök, att de via Östra fått en god grund för vidare studier eller jobb.

Sammanfattningsvis vill jag säga att Östra har sin egen atmosfär och känsla, som måste upplevas. Så kom gärna på besök, till exempel på en av våra informationskvällar, då du kan träffa mig, SYV, elever och lärare.

Stefan Vilkmán, Rektor

Det går fort med pendeln till Östra

Det går snabbt och enkelt att ta sig till Östra gymnasiet med pendeltåg och skolan ligger endast tre minuters promenad från Skogås station.

Bor du exempelvis i Årsta eller Älvsjö tar det under kvarten med pendeln och från Södermalm (Stockholm Södra) bara 17 minuter. Ingen tid alls! Även om du kommer från andra sidan stan, tar det endast 25 minuter från Odenplan eller cirka en halvtimme från Solna eller Sundbyberg.

Från Huddingeområdet kan du ta buss eller pendeltåg på 25-30 minuter och ungefär lika lång tid tar det med buss från Farsta Centrumområdet. Dessutom ligger Handen och Haninge bara 5-10 minuter bort.

Så vart du än bor - varmt välkommen att välja Östra du också!



SYV tipsar inför Gymnasivalet



För ett lyckat gymnasieval är det viktigt att vara aktiv och gå på skolmässor, informationskvällar och öppna hus. Utnyttja gärna även möjligheten att besöka flera olika skolor som "Elev för en dag".

- Många skolor har Öppna hus och till exempel här på Östra gymnasiet är det fem gånger per läsår när du kan besöka oss och träffa rektor, lärare, elever och mig, säger Lena Fredsberg, som är studie- och yrkesvägledare på Östra gymnasiet.

Prova att vara elev på olika skolor

Elev för en dag är ett riktigt bra alternativ för att lära känna skolan och utbildningen lite mer på djupet. Då får du testa hur en helt vanlig skoldag är och du kan verkligen känna av om skolan och utbildningen är något för dig.

Utnyttja denna möjlighet på flera olika skolor, så att du har något att jämföra med.

Att vara aktiv ökar sannolikheten att du hamnar på rätt skola och rätt program.

Välj inte som kompisen

När det är dags för gymnasievalet, basera inte ditt val på vad dina kompisar väljer. Det är ditt val och ingen annans. Det viktigaste är att du väljer en utbildning som intresserar och passar just dig!

Det är dessutom väldigt smart att välja en utbildningsväg som håller uppe ditt intressera på lite längre sikt och inte bara just för stunden.

Känns det fel - byt direkt!

Om ditt val till gymnasiet - mot förmodan - skulle kännas fel eller att det inte passar dig. Försök då att byta skola eller program på en gång istället för att dra ut på det.

Värt att tänka på vid val av skola:

- **Arbetsmetoderna på skolan**
Kolla upp skolans "lärostil" - som kan skilja mellan skolor. Vad passar dig?
- **Storleken på skolan**
Vill du gå i en liten familjär skola eller i en större skola med många elever?
- **Resvägen**
Den som väljer en skola långt bort, behöver ta med restid i beräkningarna. Vissa klarar pendling jättebra och andra tycker det är jättejobbigt.
- **Stöd i dina studier**
Kolla upp vilka möjligheter till stöd som erbjuds och om det finns SYV, kurator och/eller specialpedagog.

Lär känna Östra gymnasiet - viktiga datum läsåret 2022/23!

Träffa Östra på gymnasiemässor

20 okt - Gymnasiedagen Huddinge
22-23 nov - Digitala gymnasiemässan

Östra live på dagtid i skolan

Drop-in fredagar klockan 14-16:30:
27 januari - 21 april - 12 maj

Infokvällar på skolan

Träffa rektor, SYV, elever och lärare:
Torsdag 10 november klockan 19:00
Onsdag 30 november klockan 19:00
Tisdag 6 december klockan 19:00
Tisdag 17 januari klockan 19:00
Torsdag 9 februari klockan 19:00

Elev för en dag

På Östra gymnasiet kan du följa med en elev på det program och inriktning du är intresserad av och vara med på lektioner. Du kan vara elev för en dag fram till och med den 12 maj 2023. Anmäl dig på: www.huddinge.se/ostragymnasiet

Studieupplägg på Östra

Östra erbjuder
38
olika utbildningsvägar!



Östra gymnasiet är en medelstor kommunal gymnasieskola med fyra högskoleförberedande program och ett yrkesprogram med möjlighet att läsa grundläggande behörighet till högskola. Klassisk lärarledd undervisning med lektionsföreläsningar, varvas med projektuppgifter, informationssökning, redovisningar, läsning och studiebesök.

Snart är det dags för gymnasievalet och för första gången får du välja en egen utbildning i form av ett gymnasieprogram.

Alla gymnasieprogram på Östra har samma upplägg och byggs upp av kurser, oftast är de på 100 poäng (100 timmar). Sammanlagt läser du under dina gymnasiestudier 2 500 poäng:

- gymnasiegemensamma ämnen
- programgemensamma ämnen
- inriktningskurser
- programfördjupning
- individuellt val
- Gymnasiearbete

Programfördjupningar

Utbudet av programfördjupningskurser kan variera mellan skolor. Alltså en viktig sak att jämföra vid ditt skolval.

Här på Östra erbjuder vi flera olika fördjupningar på de flesta program. Allt för att du skall kunna hitta något som verkligen är intressant för just dig.

Individuellt val

Två kurser om sammanlagt 200 poäng på individuellt val (år 2-3). Exakt vilka kurser vi erbjuder bestäms år från år, men det finns inom områden som: data, estetiska ämnen, musik, ekonomi, språk, svenska, matematik, samhällsvetenskap, naturvetenskap och idrott och hälsa. Du gör ditt val i februari i årskurs 1.

Gymnasiearbete

I årskurs 3 gör du ett självständigt gymnasiearbete som utgår från centrala delar i ditt program. Du har stöd av en handledare under processen. Ditt gymnasiearbete skall sedan redovisas vid ett oppositionsseminarium liknande på högskolan. Arbetet måste godkännas för att du ska få ut din gymnasieexamen.

På sidorna 8-17 i denna katalog hittar du mer fakta om program, inriktningar och fördjupningar som du kan välja mellan här på Östra gymnasiet.

Vanliga frågor

Vad har ni för antagningspoäng?

Antagningspoängen ändras från år till år beroende på antal sökande och deras meritpoäng. Mer info om antagningspoäng på våra infokvällar och Östra live. Eller besök vår webb: huddinge.se/ostragymnasiet

Vilka program har ni på Östra?

Våra högskoleförberedande program är Ekonomi, Samhällsvetenskap, Naturvetenskap och Teknik. Vårt yrkesprogram är EL- och energi.

Kan jag jobba som elektriker efter att ha gått på EL- och energi på Östra gymnasiet?

Efter en examen på EL- och energiprogrammet på Östra väntar många spännande karriärmöjligheter. Men däremot kan du inte arbeta som elektriker.

Har skolan Elevhälsopersonal?

Ja, Östra har skolsköterska, kurator, skolpsykolog, specialpedagog samt studie- och yrkesvägledare.

Har Östra ett trygghetsteam?

Skolan har en plan mot kränkande behandling och i Östra gymnasiet trygghetsteam ingår representanter ur elevhälsan, lärare och ledning. Vid problem är målet att vara igång och hantera saken inom 24 timmar.

Hur många elever går på skolan?

Det går ca 870 elever på gymnasiet.

Finns det ett skolbibliotek?

Biblioteket på Östra är en pedagogisk resurs för alla kurser och ämnen. Där finns också flera studierum.

Vilka individuellt val kurser kan jag välja mellan?

Exakt vilka Individuellt val kurser som erbjuds bestäms från år till år utifrån elevernas önskemål och lärarnas kompetens. Men vissa populära kurser är återkommande.

Får eleverna lunch i skolan?

Östra har en egen kock och skolrestaurangen serverar fri lunch varje skoldag till eleverna. Alltid två varmrätter (varav en vegetarisk) och en stor salladsbuffé.

Har du ännu fler frågor?

Kontakta Lena Fredsberg som är studie- och yrkesvägledare på Östra: lena.fredsberg@huddinge.se Eller kom på en infokväll och träffa Lena, plus rektor, lärare och elever.

Utveckla dina spetskompetenser på Östra!



- Många elever har specialintressen och tar sig gärna an utmaningar. Därför utökar vi ständigt elevernas möjligheter att utveckla sina spetskompetenser. Vilket skapar en dynamisk miljö, som förbereder eleverna för fortsatta studier och framtida yrkesliv, säger Stefan Vilkmann, rektor på Östra gymnasiet.

Samarbete i matematik med SU

Vårterminen 2022 inleddes ett samarbete med Stockholms universitet i matematik, i form av en universitetskurs som i slutändan ger 30 högskolepoäng. Fem elever från Östra fick, parallellt med gymnasiestudiernas sista termin, delta i kursen.

- Vi har många elever med stort matematikintresse som vill plugga vidare inom det ämnet. Därför är denna möjlighet en stor motivation för dem, säger Javier Esparza, lärare i matematik på Östra gymnasiet.

Problemlösning i matematik och fysik

En frivillig spetsaktivitet gäller problemlösning i matematik och fysik som förberedelse för de inträdesprov som finns på Chalmers, KTH och universiteten i bland annat Stockholm, Göteborg och Uppsala. Ger goda meriter inför inträdesproven.

Ett snabbspår i matematik

Redan för några år sedan infördes ett snabbt mattespår på teknik- och naturvetenskapsprogrammet på Östra gymnasiet.

Gymnasieingenjör - attraktiv yrkestitel

En ettårig spetsutbildning på Östra är TE4 (gymnasieingenjör). Det är en attraktiv påbyggnadsutbildning inom programmering för elever i region Stockholm med examen från teknikprogrammet.

Skol-SM och spetspaket i juridik

Juridikeleverna får en spännande och utmanande kraftmätning under skol-SM i juridik och det brukar gå väldigt bra. Ekonomiprogrammet har även ett valbart spetspaket inom juridik och EU-rätt.

Unik fördjupning inom eventteknik

På EE finns programfördjupningen eventteknik, en breddningskurs inom ljud-, ljus- och bildproduktion. Eleverna får bland annat vara med om så kallade "skar-pa projekt" och ansvara för eventtekniken.

Prisade UF-företag på Östra

Ekonomiprogrammet har sedan länge en aktiv UF-satsning, där eleverna startar och driver företag under gymnasietiden. Våra UF-företag har varit framgångsrika och vunnit priser på mässor och event.

Teoretisk utbildning plus musik

Välj musikinriktningen om du vill kombinera musik med en teoretisk utbildning (EK, NA, SA eller TE). Musik på schemat och du spelar/sjunger på skolkonserter.

Världens språk på Östra

Språkkunskaper är allt viktigare i en internationell värld och på Östra finns självklart många olika språkkurser att välja på.

Otroligt populär kurs i aktiekunskap

Läsåret 2021-2022 gavs för första gången en valbar kurs i aktiekunskap för elever som vill fördjupa sig inom investeringar och placeringar. Kursen blev omåttligt populär med över 60 sökande.

Spetsutbildningar inom datorteknik

På El- och energiprogrammet (EE) och på Teknik (TE) på Östra sker utbildning inom datorteknik i senaste OS windows11 samt att bygga olika OS i virtuell miljö. I nätverksteknik började de under höstterminen 2022 med Windows server 2019 och också systemuppbyggnad i virtuella miljöer. Dessutom satsning på Cisco plattformen och målet är ett certifikat.

Kemiolympiad och kriminalteknik

I kemi deltar skolans elever med stor framgång i Kemiolympiaden. Inom kemiområdet finns även en valbar kurs inom kriminalteknik (Forensic Science) och ibland syns elever från den kursen öva utomhus genom att spärra av ett område och söka efter spår som sedan analyseras av eleverna i skolans labb.

Stort schackintresse på skolan

För schackintresserade elever arrangeras flera turneringar och skolans Schackklubb samarbetar med Sveriges schackförbund.

Idrott, hälsa och friskvård



Idrott och hälsa är viktigt på Östra och vi har idrottshall, gym, konditionsrum och aerobicssal. Utomhus finns konstgräsplan, joggingslinga, militärbana och utegym.

Lokalerna på Östra gymnasiet är fantastiska för att bedriva idrottskurser i och våra tre idrottslärare planerar tillsammans kurserna i idrott och hälsa 1.

Äk skridskor, vandra och paddla

Ytterligare en viktig del av idrott och hälsa 1 är vår satsning på friluftsliv. Alla elever får till exempel åka långfärdsskridskor, vandra längs Sörmlandsleden, paddla kanot och tälta ute i naturen.

Friskvård för elever och personal

Ett unikt upplägg vi är stolta över, är friskvård utanför lektionstid, som är öppet för både elever och personal på Östra.

Att röra sig ger goda förutsättningar för fysisk och psykisk hälsa, ökad inlärningsförmåga och reducerar stress.

Exempel på friskvårdsaktiviteter är yoga, boxercise, cirkelfys, styrketräning, zumba, bollspel, konditionsträning, racketspel och dansinspirerad träning.

Träna på gymmet eller starta skollag

Medlemmar i Skol-IF har tillgång till skolans stora idrottshall, aerobicssal, klättervägg, gym och konditionsrum. Det är ett mycket populärt medlemskap som kostar 100 kr per läsår.

Många skollag eller elevgrupper kommer till på elevinitiativ via Skol-IF, vilket är jättekul. Vi har haft lag i bland annat fotboll, innebandy, basket och pingis som deltagit med framgång på skol-DM.



Biblioteket - en pedagogisk utbildningsresurs

Östra gymnasiet bibliotek är en pedagogisk resurs för alla kurser och ämnen. Samarbetet mellan bibliotek och undervisning förbereder eleverna för fortsatt utbildning och kommande arbetsliv.

Målsättningar är att inspirera eleverna till kunskapssökande, kritiskt tänkande och ett vetenskapligt förhållningssätt. Tanken är också att möta varje elev med utgångspunkt i elevens behov och stimulera till läsning av skönlitteratur.

Biblioteket erbjuder även en trivsam och välutrustad studiemiljö, där elevgrupper ofta studerar eller läser böcker.

Bokcirkel, bokblogg och diktävling

Flera av bibliotekets aktiviteter är kopplade till elevernas personliga utveckling och intressen. Till exempel finns en bokcirkel med regelbundna träffar och även en bokblogg. Det anordnas också en diktävling inför alla hjärtans dag.



En bred samhällsvetenskaplig och högskoleförberedande utbildning med fokus på ekonomi eller juridik. Här tar vi in vad som händer i vår omvärld för att du som elev ska kunna sätta in händelser i ett sammanhang. Du utvecklar din kompetens så att du kan ta dig vidare till högre studier, och med hjälp av ditt engagemang kommer du kunna förverkliga dina idéer, vare sig det handlar om att driva företag eller lösa juridiska problem.

Karriärmöjligheter

Efter vidare studier jobbar du kanske som civilekonom, key account manager, revisor, marknadsförare, controller, jurist/advokat, egen företagare, musiker eller musikproducent.

Inriktningar på Ekonomi

I samband med ditt gymnasieval väljer du program och inriktning, men inget mer (inför år 2 väljer du programfördjupning).

Ekonomi

Inriktningen för dig som är intresserad av företagsekonomi och entreprenörskap. Du får kunskaper om marknadsföring, redovisning, kalkylering samt ledarskap och organisation. Du får också lära dig att starta och driva företag.

Programfördjupningar att välja mellan:
Juridik & kriminologi
Internationellt
Marketing & Management

Juridik

Inriktningen som handlar om juridik och dess roll i ett demokratiskt samhälle, både på nationell och även internationell nivå. Du får en förståelse som gör det möjligt att analysera och lösa juridiska problem.

Programfördjupningar att välja mellan:
Internationellt
Marketing & Management
Juristpaketet

Estetisk inriktning musik

Läs på Ekonomiprogrammet, kryddat med att du går ett antal musikkurser med pop- och rock inriktning.

Musikundervisningen vänder sig till dig som sjunger eller spelar gitarr, bas, piano eller trummor.

Behörighetskrav: du behöver ha minst betyget C i musik från årskurs 9 samt ett genomfört inträdesprov.

Går du på Estetinriktningen väljer du inte någon programfördjupning.



Programfördjupningar

Juridik & kriminologi

Lär dig hur skyddet av de mänskliga rättigheterna fungerar i Sverige och internationellt. Även om våra grundlagar, om EU-rätt, om olika synsätt på brott och straff och hur en rättegång går till.

Internationellt

Förutom engelska på avancerad nivå får du studera olika kulturers värdesystem, mänskliga rättigheter och hur internationellt samarbete påverkar den politiska och ekonomiska utvecklingen i världen.

Marketing & Management

Lär dig om olika former av ledarskap, grupprocesser samt hur du kommunicerar och motiverar i en organisation. Även om lagar och grunder inom marknadsföring, t ex marknadsstrategier, PR och omvärldsanalys.

Juristpaketet

Riktat sig till dig som vill ha en gedigen juridisk utbildning. Vi läser EU-rätt och du får träning i att arbeta med Case i de centrala juridiska områdena, som de gör på en advokatbyrå. Målet är att vi skall delta på skol-SM i juridik.

Ekonomiprogrammet 2500 p									
Alla läser		Välj en inriktning		Programfördjupning inr. Ekonomi		200 p			
Gymnasiegemensamma ämnen Engelska 5-6 Historia 1b Idrott och hälsa 1 Matematik 1-2b Naturkunskap 1b Religionskunskap 1 Samhällskunskap 1b+2 Svenska 1-3 (alt. Sv som andraspråk 1-3)	1250 p	Ekonomi*	300 p	→	Juridik & kriminologi:	Kriminologi	100 p		
		Entreprenörskap och företagande	100 p		Rätten och samhället	100 p			
		Företagsekonomi 2	100 p						
				Matematik 3b	100 p		Programfördjupningar Ekonomiprogrammet		200 p
				Juridik**	300 p	→	Internationellt:	Engelska 7	100 p
				Affärsjuridik	100 p		Internationella relationer	100 p	
				Filosofi 1	50 p		Marketing & Management:	Ledarskap och organisation	100 p
				Psykologi 2	50 p		Marknadsföring	100 p	
				Rätten och samhället	100 p				
							Programfördjupning inr. Juridik		200 p
					Juristpaket:	EU-rätt	100 p		
						Juridisk fördjupning	100 p		
Programgem. ämnen Företagsekonomi 1 Moderna språk Privatjuridik Psykologi 1	350 p 100 p 100 p 100 p 50 p								
Individuellt val	200 p								
Gymnasiearbete	100 p								
		*Läser också Affärsjuridik 100 p. **Läser också Kriminologi 100 p.							
		Ekonomi med estetisk inriktning: musik 600 p (inga programfördjupningar)							
		Matematik 3b	100 p	Ensemble 1-2	200 p	Musikproduktion 1	100 p		
		Entreprenörskap och företagande	100 p	Instrument/sång 1	100 p				

*Läser också Affärsjuridik 100 p. **Läser också Kriminologi 100 p.



Isabel – år 3 på EK-ekonomi

”Det jag tycker är allra roligast på EK-ekonomi är UF-företagen som vi har börjat skapa nu i trean.

Anteckningar:

Hur är arbetsmiljön på Östra?

I min klass är arbetsmiljön helt otrolig, det är inga problem att fokusera på lektionerna och göra dina arbetsuppgifter. Men samtidigt har vi härliga diskussioner där alla är med och deltar.

Största skillnaden mot grundskolan?

På min grundskola märktes det tydligt att många inte ville vara där. På Östra är det en helt annan aura och eleverna har en helt annan motivation och glöd.

Hur är stämningen på skolan?

Jag skulle säga att det bästa med Östra är eleverna. Jag har vänner från varje linje som alla är otroligt snälla, härliga och roliga att umgås med. Men dessa människor är även duktiga och studiemotiverade.

Vad är bäst med din utbildning?

Jag läser ekonomi med inriktningen ekonomi och det jag tycker är allra roligast är UF-företagen som vi har börjat skapa nu i trean. Vi har verkligen möjlighet att vara kreativa och lära oss otroligt mycket om företagande.

Vad var roligast under förra läsåret?

Det roligaste under läsåret var enligt mig ”Look-in”. Då alla elever som ville hade möjlighet att sova över i skolan. Vi sjöng karaoke tillsammans, kollade på fotboll och umgicks. Det var otroligt roligt och uppskattat av alla.

Hur är maten på Östra?

Väldigt bra! Det finns alltid flera maträtter och en massa olika salladsalternativ.

Ett yrkesprogram som leder till flera yrkesutgångar och möjlighet till fortsatta studier på yrkeshögskola eller högskola/universitet. En modern och spännande utbildning, med mycket teknik, där teori blandas med praktiska övningar. Det ingår även en hel del praktik, som gör dig extra redo för arbetsmarknaden direkt efter examen. Välj mellan många intressanta karriärmöjligheter efter utbildningen, dock inte elektriker. Du kan nå grundläggande behörighet till högskola/universitet via den unika programfördjupningen eventteknik.

Karriärmöjligheter

Yrkesutgångar: nätverkstekniker, servicetekniker, supporttekniker, ljud-, ljus- och scentekniker, audio/videotekniker eller backstagetekniker. Du kan också välja att studera vidare på en yrkeshögskola med inriktning mot el- eller datasektorn, men eventuellt också högskola eller universitet.

Inriktning på El- och energi

Dator-, nätverks- och kommunikationsteknik är ämnesområden inom inriktningen på El- och energiprogrammet.

En bred grundutbildning om datorer, operativsystem, programvaror och nätverk. Du får lära dig hur du installerar, administrerar, underhåller och reparerar dator- och kommunikationssystem.

Utbildningen inom datorteknik sker bland annat i senaste OS windows11 samt att bygga olika OS i virtuell miljö.

I nätverksteknik började de under höstterminen 2022 med Windows server 2019 och också systemuppbyggnad i virtuella miljöer. Dessutom satsning på Cisco plattformen, där målet är ett certifikat.

Andra viktiga delar är internetsäkerhet, speciellt med tanke på den allt mer tilltagande brottsliga verksamheten på nätet. Dessutom betonas molntjänster liksom den växande tekniken inom trådlös kommunikation. Utvecklingen av exempelvis 4G och 5G bevakas, liksom nya tjänster inom området smarta mobiler.



Inriktningskurserna förbereder dig också för eventarrangemang och tillsammans med eventkurserna inom programfördjupningen ger det ett helhetskunnande.



Programfördjupning: Eventteknik

En riktigt spännande och unik breddningskurser inom ljud-, ljus- och bildproduktion. Kurserna förbereder dig för arbete inom eventområdet, såsom exempelvis olika festivaler och mässor.

Östra har all utrustning för att livesända evenemang som sportturneringar, konserter och festivaler. Du kommer att få jobba med så kallade ”skarpa projekt” och använda dina kunskaper i verkligheten. Till exempel vid skolans konserter och skolans populära danstävling. Många av eventen livesänds också på YouTube.

Dessutom finns det inom fördjupningen kurserna Engelska 6 och Svenska 2 alternativt Svenska som andraspråk 2, vilka ingår i kraven för att nå grundläggande högskolebehörighet.

Möjlighet att nå grundläggande högskolebehörighet utan utökade kurser!

El- och energiprogrammet 2500 p

Alla läser

Gymnasiegemensamma ämnen 600 p

Engelska 5 100 p
Historia 1a:1 50 p
Idrott och hälsa 1 100 p
Matematik 1a 100 p
Naturkunskap 1a:1 50 p
Religionskunskap 1 50 p
Samhällskunskap 1a:1 50 p
Svenska 1 100 p
(alt. Sv som andraspråk 1)

Programgem. ämnen 400 p

Datorteknik 1a 100 p
Elektromekanik 100 p
Energiteknik 1 100 p
Mekatronik 1 100 p

Individuellt val 200 p

Gymnasiearbete 100 p

Välj en inriktning

Dator och kommunikationsteknik 400 p

Dator och nätverksteknik 100 p
Elektronik och mikrodatorteknik 100 p
Kommunikationsnät 1 100 p
Nätverksteknik 100 p

Programfördjupning El- och energiprogrammet

800 p

Eventteknik: Bild- och ljudanläggningar 100 p
Ellära 1 100 p
Engelska 6 100 p
Entreprenörskap 1 100 p
Eventteknik 100 p
Ljudproduktionsteknik 1 100 p
Ljus- och bildproduktionsteknik 1 100 p
Svenska 2 100 p
(alt. Sv som andraspråk 2)



Marcus – åk 3 på EE-eventteknik

”

All personal är trevlig, vilket gör att du känner dig trygg i skolan.

Anteckningar:

Vad är bäst med Östra?

Det är en svår fråga: allt är ju så bra! Men jag skulle säga att de fräscha lokalerna och den fantastiska maten delar på förstaplatsen. Jag har haft turen att alltid ha väldigt bra skolmat, men Östras mat toppar allt jag varit med om tidigare.

Rekommenderar du din utbildning?

Ja. Men välj den för att du är intresserad av eventteknik eller datorteknik. Själv har jag ett stort intresse av eventteknik (främst den delen om ljudteknik) och då kändes det rimligt att välja just detta program.

Beskriv skolan

Det är öppet – både fysiskt då lokalerna är mycket öppna och med stora fönster, men även att du känner dig välkommen, oavsett vem du är. All personal är trevlig, vilket gör att du känner dig trygg i skolan.

Varför valde du Östra?

Studie- och yrkesvägledaren på min gamla skola tipsade om Östra, eftersom hon visste att jag hade ett stort intresse för eventteknik. Sedan verkade Östra trevlig med bra lokaler och maten har ett bra rykte (utan bra skolmat överlever man ju inte!).

13

5

17

Restaurang Karusellen

Ät gott och nyttigt på Östra



På Östra gymnasiet satsar vi på god och nyttig mat, som ger energi och främjar elevernas studieresultat. Det mesta tillagas från grunden och med kravmärkta varor. Det gäller både i matsalen och i vårt populära café Östra.

Vi har en vacker och ljus matsal (även kallad restaurang Karusellen) där det serveras fri lunch för eleverna. Skolan satsar extra mycket på maten och varje dag finns två huvudrätter, varav en är vegetarisk.

Dessutom serveras dagligen en stor och varierad salladsbuffé, plus dagens soppa och fil och flingor.

Egen kock och restaurangchef

Vi har sedan några år även en anställd kock i köket som tillsammans med skolans restaurangchef ansvarar för menyn och leder arbetet i vårt kök.

Om eleverna äter nyttigt, orkar de mer under skoldagen och når högre studieresultat. Därför satsar vi på god och näringsrik mat varje skoldag.

Hela 85 % av all mat tillagas från grunden och minst 50 % av maten är KRAV-märkt. En dag i veckan tillagas färsk fisk på skolan, vilket är populärt bland skolans elever och personal.

Östras kök fick nyligen diplom för att ha nått längst av alla gymnasieskolor i Huddinge kommun när det gäller satsning på ekologiska livsmedel i maten (36,2 procent i måltiderna under 2021).

Exempel på veckomatsedel på Östra

Måndag
Östras apelsinkyckling med ris
Östras apelsin Quorn gryta med ris

Tisdag
Spagetti med köttfärsås
Spagetti med vegetarisk färsås

Onsdag
Ostgratinerad korv, ajvar & potatismos
Sojakorv med potatismos

Torsdag
Stekt torsk, potatis och remouladsås
Marockansk gryta med linser & sötpotatis

Fredag
Nötkött, potatis, gräddsås och gelé
Quornfilé, potatis, gräddsås och gelé

Ta en fika i Café Östra

Även i café Östra är hälsotemat viktigt och caféet är en populär samlingspunkt för elever och personal.

Gott som erbjuds är bland annat hemmagjorda smörgåsar och fikabröd, kokt ägg, frukt, varma och kalla drycker och juicer. Eller varför inte prova keso med bär, en nyttig grönsaksdipp eller en bärsmoothie. Självklart finns både vegetariska och veganska alternativ. Plus att varje dag finns ett prisvärt "dagens erbjudande".



Dukat för fest i matsalen - Studentbalen 2022



Mycket populära Aktiviteter och event



Många tunga konserter på skolan

Musik är en viktig ingrediens på Östra och under läsåret hålls regelbundet lunchkonserter och även kvällskonserter. På scen står vanligen de elever som går estet musik eller de som har musik som individuellt val. Dessutom sköter eleverna från El-och energiprogrammet ljud, ljus och scenbyggen.

På skolan finns också musikföreningen Notes, som drivs av eleverna själva och välkomnar alla musikutövande elever (oavsett program och inriktning). De arrangerar regelbundet livecaféer på kvällstid, där även allmänheten bjuds in.

Blir det någon skolresa?



Resor som är kopplade till undervisningen är ett återkommande inslag på Östra gymnasiet och vi har genomfört studieresor både inom Sverige och utomlands.

Brighton, Rom, Tokyo, Vemdalen och Bryssel är exempel på resmål genom åren.

Det finns inga garantier för att du som elev får möjlighet att resa, men vi gör vårt allra bästa för att så många som möjligt ska få vara med om en skolresa.



Framgångsrik UF-satsning

Redan år 2005 inledde Ekonomiprogrammet en satsning på UF (Ung Företagsamhet). Detta innebär att eleverna omsätter teori och idéer i praktiken genom att starta och driva ett företag.

De tar fram en produkt (vara/tjänst) som utvecklas och marknadsförs. För att få startkapital får eleverna lära sig att locka investerare och att marknadsföra sitt företag på event och mässor. I slutet av läsåret avvecklas och utvärderas företaget.

UF-företag från Östra utmärker sig årligen med innovativa företagsidéer och de tar ofta hem priser på event och mässor och tävlar många gånger också internationellt.

Inspirerande event under läsåret

Som en del av undervisningen på Östra hålls många olika event. Vilket är mycket uppskattat och du vill till exempel inte missa...

Danstävlingen i december

Helt magisk stämning och en solklar höjdpunkt där många olika avdelningar på skolan deltar. Elever tävlar i pardans (bugg) och showdans i grupper. En personalgrupp är med utom tävlan.

Nobeldagen

Har en tydlig programkoppling och kan bestå av föreläsningar och olika projekt. Den verkliga höjdpunkten är när lärarna serverar Nobel-glass till eleverna.

Konstutställningarna

Östra gymnasiet är Huddinge kommuns största konsthall. Utställningarna är inte en del av undervisningen, men bidrar till en stimulerande skolmiljö.

Östras volleybollturnering

Spännande matcher och även personalen är med och utmanar elevlagen.

Entreprenörmässan

Skolans UF-elever presenterar och säljer sina produkter till personal och elever. Inspirerande med alla fantastiska idéer!

Ännu fler spännande händelser

- Skol-SM i juridik
- Skol-DM i till exempel pingis.
- Schackturneringar
- Bokcirkel
- Diktävling (alla hjärtans dag)
- Innovationstävling TE-programmet
- Kemiolympiad
- Killer games
- Lingua Viva-priset (för språk)
- Lock-in
- Påskäggsbålning
- Stipendium för bästa betyg och gymnasiearbete (åk 3)



Gymnasiemässor

20 okt (Gymnasiedagen Huddinge)

22-23 nov (Digitala gymnasiemässan)

Infokvällar

Torsdag 10 nov kl 19:00

Onsdag 30 nov kl 19:00

Tisdag 6 dec kl 19:00

Tisdag 17 jan kl 19:00

Torsdag 9 feb kl 19:00

Östra live dagtid

Fredag 27 jan kl 14-16:30

Fredag 21 apr kl 14-16:30

Fredag 12 maj kl 14-16:30

Infokväll/Östra live i skolan, hålls med reservation för eventuella pandemi-restriktioner. Mer info:
www.huddinge.se/ostragymnasiet/gymnasievalet

Inträdesprov

För dig som sökt musikinriktningen på EK, NA, SA eller TE: 8-9 mars och 7 juni.

Ansökan och antagning

Viktiga datumen samt antagningsbesked finns på Gymnasieantagningens webb:
www.gymnasieantagningen.storsthlm.se

Upplev Östra en helt vanlig skoldag!

- **Elev för en dag** - var med på lektioner på det program och inriktning du är intresserad av
- **Walk&Talk** - följ med en av våra elever på en guidad rundvandring i skolan under dagtid

Gör en intresseanmälan på vår webb:
www.huddinge.se/ostragymnasiet/gymnasievalet

