## logo_base_kleur_groot



|  |
| --- |
| **LEERPLAN SECUNDAIR ONDERWIJS** |
| **Vak** | **AV Lichamelijke opvoeding***2014/1070/3//D/* |
| **Studierichting** | **Ballet** |
| **Onderwijsvorm** | **Kunstsecundair onderwijs** |
| **Graad** | **Derde graad** |
|  |  |
| **Leerplannummer** | **O/2/2014/362***vervangt leerplan O/2/2004/225 vanaf 1 september 2014 in de derde graad* |

**Inhoudstafel**

[Woord vooraf 3](#_Toc388956502)

[1 Autonomie van de school 4](#_Toc388956503)

[2 Lessentabel 6](#_Toc388956504)

[3 Doelgroep 7](#_Toc388956505)

[4 Opbouw van het leerplan 8](#_Toc388956506)

[5 Leerplandoelstellingen en leerinhouden 14](#_Toc388956509)

 [5.1 Algemene doelstellingen voor het vak Lichamelijke opvoeding in de derde graad Ballet 17](#_Toc388956510)

 [5.2 Taalontwikkelend vakonderwijs 18](#_Toc388956511)

 [5.3 Fitheid, gezonde en veilige levensstijl 19](#_Toc388956512)

 [5.4 Situatief denken en handelen 21](#_Toc388956513)

 [5.5 Motorische vaardigheid 24](#_Toc388956514)

 [5.6 Sociaal functioneren en zelfconcept ontwikkelen 26](#_Toc388956515)

 [5.7 Vakonderdelen 29](#_Toc388956516)

 [5.7.1 Vakonderdeel Praktische vaardigheden 30](#_Toc388956517)

 [5.7.2 Vakonderdeel Atletiek 31](#_Toc388956518)

 [5.7.3 Vakonderdeel Volleybal 33](#_Toc388956520)

 [5.7.4 Vakonderdeel Korfbal 35](#_Toc388956522)

 [5.7.5 Vakonderdeel Terugslagspelen 37](#_Toc388956524)

 [5.7.6 Vakonderdeel Natuurspelen 39](#_Toc388956526)

[6 De vakoverschrijdende eindtermen (VOET) 40](#_Toc388956527)

[7 Integratie ICT 41](#_Toc388956528)

[8 Taalontwikkelend vakonderwijs 42](#_Toc388956529)

[9 Vakgroepwerking 43](#_Toc388956530)

[10 Evaluatie 44](#_Toc388956531)

[11 Minimale materiële vereisten 46](#_Toc388956532)

[12 Vakspecifieke informatie 47](#_Toc388956533)

[13 Bijlagen 48](#_Toc388956534)

[Colofon 49](#_Toc388956535)

Woord vooraf

Alle scholen zijn verplicht een goedgekeurd leerplan te gebruiken voor elk onderwezen vak van de basisvorming en het specifiek gedeelte. De inspectie van de Vlaamse gemeenschap beoordeelt het leerplan op basis van het ‘Besluit van de Vlaamse Regering in verband met leerplannen (10/11/2006)’ en op basis van omzendbrief SO 64. Zij adviseert vervolgens de minister van onderwijs over de goedkeuring. Na de goedkeuring verwerft een leerplan een officieel statuut. Men kan stellen dat een goedgekeurd leerplan een contract is tussen de inrichtende macht en/of de onderwijsorganisatie en de Vlaamse gemeenschap. De inspectie controleert in de school het gebruik ervan samen met de realisatie van de basisdoelstellingen.

Dit leerplan Lichamelijke opvoeding wordt in de derde graad ingevoerd bij de aanvang van het schooljaar 2014-2015. Het werd ontwikkeld door de leerplancommissie van het OVSG, enkel voor de studierichting Ballet. De leerplancommissie paste het bestaande leerplan aan de noden van deze studierichting aan. De eindtermen voor Lichamelijke opvoeding derde graad vormen het uitgangspunt en ze zijn herkenbaar in het leerplan opgenomen.

Het leerplan houdt niet alleen voor de individuele leerkracht een verplichting tot realisatie in, maar is ook een ondersteunend instrument voor het pedagogisch beleid van de school dat zich maximaal richt op gelijke onderwijskansen. Het leerplan wordt gebruikt in de vakgroep, maar het besteedt ook aandacht aan de samenhang met de andere vakken van de studierichting.

Onderwijskwaliteit verhoogt door een schoolbeleid gericht op samenhang en op het uitwerken van een onderwijskundige visie in concrete leeractiviteiten. Daarom besteedt dit leerplan veel aandacht aan de integratie van ‘leren leren’, aan leerlingactieve didactische werkvormen, aan brede evaluatie en aan het taalbeleid. Op deze manier biedt het leerplan de mogelijkheid het pedagogisch project te concretiseren.

**OVSG**

Onderwijssecretariaat van de

Steden en Gemeenten van de

Vlaamse Gemeenschap vzw

Ravensteingalerij 3 bus 7

1000 Brussel

tel.: 02 506 41 50

fax: 02 502 12 64

e-mail: begeleiding.so@ovsg.be

website: [www.ovsg.be](http://www.ovsg.be)

# Autonomie van de school

Deze rubriek geeft aan welke ruimte dit leerplan laat voor de inbreng van de inrichtende macht, de school, de vakgroep/studierichtinggroep en de individuele leerkracht.

**Elke inrichtende macht** is bevoegd voor het uitschrijven van haar eigen pedagogisch project. Dit pedagogisch project is een document dat de algemene doelen opsomt die de inrichtende macht in haar onderwijs wenst te realiseren. Deze doelen hebben betrekking op opvoeding en onderwijs en op de mens en de maatschappij in het algemeen. Het pedagogisch project kan aldus worden gezien als een beginselverklaring van een inrichtende macht die de essentiële kenmerken van haar identiteit bevat. Het officieel gesubsidieerd onderwijs wordt bijgevolg gekenmerkt door een interne verscheidenheid. Er is echter ook een gemeenschappelijkheid terug te vinden.

Vanuit de eigenheid van het stedelijk en gemeentelijk onderwijs zijn in de lokaal tot stand gekomen pedagogische projecten een aantal gemeenschappelijke basisdoelen te herkennen die door alle besturen onderschreven werden (Raad van Bestuur van OVSG van 25 september 1996).

1. **Openheid** *De school staat ten dienste van de gemeenschap en staat open voor alle leerplichtige jongeren, ongeacht hun filosofische of ideologische overtuiging, sociale of etnische afkomst, sekse of nationaliteit.*
2. **Verscheidenheid** *De school vertrekt vanuit een positieve erkenning van de verscheidenheid en wil waarden en overtuigingen die in de gemeenschap leven, onbevooroordeeld met elkaar confronteren. Zij ziet dit als een verrijking voor de gehele schoolbevolking.*
3. **Democratisch** *De school is het product van de fundamenteel democratische overtuiging dat verschillende opvattingen over mens en maatschappij in de gemeenschap naast elkaar kunnen bestaan.*
4. **Socialisatie** *De school leert jongeren leven met anderen en voedt hen op met het doel hen als volwaardige leden te laten deel hebben aan een democratische en pluralistische samenleving.*
5. **Emancipatie** *De school kiest voor emancipatorisch onderwijs door alle leerlingen gelijke ontwikkelingskansen te bieden, overeenkomstig hun mogelijkheden. Zij wakkert zelfredzaamheid aan door leerlingen mondig en weerbaar te maken.*
6. **Totale persoon** *De school erkent het belang van onderwijs en opvoeding. Zij streeft een harmonische persoonlijkheidsvorming na en hecht evenveel waarde aan kennisverwerving als aan attitudevorming.*
7. **Gelijke kansen** *De school treedt compenserend op voor kansarme leerlingen door bewust te proberen de gevolgen van een ongelijke sociale positie om te buigen.*
8. **Medemens** *De school voedt op tot respect voor de eigenheid van elke mens. Zij stelt dat de eigen vrijheid niet kan leiden tot de aantasting van de vrijheid van de medemens. Zij stelt dat een gezonde leefomgeving het onvervreemdbaar goed is van elkeen.*
9. **Europees** *De school brengt de leerlingen de gedachte bij van het Europees burgerschap en vraagt aandacht voor het mondiale gebeuren en het multiculturele gemeenschapsleven.*
10. **Mensenrechten** *De school draagt de beginselen uit die vervat zijn in de Universele Verklaring van de Rechten van de Mens en van het Kind, neemt er de verdediging van op. Zij wijst vooroordelen, discriminatie en indoctrinatie van de hand.*

Verder bepaalt **de inrichtende macht en/of de school** het aantal ingerichte lesuren voor een vak, met dien verstande dat alle basisdoelstellingen van het leerplan gerealiseerd moeten kunnen worden met de leerlingen.

De lessenroosters behoeven geen goedkeuring van de overheid; de overheid beperkt zich tot het opleggen van een minimumrooster, gedefinieerd als (verplichte vakken van de) basisvorming. Afhankelijk van de gevolgde graad/onderwijsvorm dient elke leerling zonder uitzondering de verplichte basisvorming volledig te volgen. De inrichtende machten bepalen dus autonoom hoe de wekelijkse lessenroosters worden samengesteld. Dit kan zowel betekenen dat bepaalde vakken/uren gemeenschappelijk zijn voor leerlingen van verschillende structuuronderdelen als betekenen dat binnen eenzelfde structuuronderdeel vakken met een verschillend aantal uren worden ingericht in functie van het tempo van de leerplanrealisatie in hoofde van individuele leerlingen.

Vanuit de gemeenschappelijke basisdoelen, die o.m. gelijke onderwijskansen beogen voor elke leerling, worden eigen doelstellingen geformuleerd ter concretisering. Deze eigen doelstellingen hebben te maken met:

* de eigen visie op ‘leren’ : ‘leren’ wordt hier opgevat als een door de leerling zelf vorm te geven actief proces, waarbij de ‘geconstrueerde’ kennis pas geïntegreerd wordt na reflectie en sociale situering (samenwerkend leren), toetsing en rijping. Een leerproces bevat dus ook een sociale component;
* de eigen visie op gelijke kansen: integratie van doelstellingen in verband met (leer)attitudes, met taalontwikkeling;
* de visie (algemene doelstellingen) op de studierichting of het vak.

Ook de didactische aanpak (waaronder evaluatie) behoort tot de vrijheid van de inrichtende macht. Dit impliceert dat **de school, de vakgroep en haar leerkrachten** deze vrijheid zinvol invullen en er verantwoordelijkheid voor opnemen door te werken vanuit een **eigen schoolvisie**. Methodes en handboeken worden vrij gekozen met dien verstande dat de realisatie van het leerplan verplicht is en niet bv. de realisatie van een handboek. Aangezien het leerplan opgesteld is als graadleerplan, bepaalt de vakgroep welke doelstellingen in het eerste leerjaar en welke in het tweede leerjaar moeten worden bereikt (cesuur). Het leerplan suggereert vanuit het pedagogisch project leerlingactieve didactische werkvormen, verschillende evaluatievormen en mogelijkheden om te werken aan gelijke onderwijskansen, maar de school/leerkrachten maakt (maken) de uiteindelijke keuze.

Het leerplan zelf is **een minimumleerplan**, d.w.z. het volume aan leerinhouden is beperkt gehouden. Enkel de basisdoelstellingen moeten met de leerlingen worden gerealiseerd. **De leerkracht** moet niet onder tijdsdruk werken, maar heeft ruimte om te differentiëren, voor variatie in leerlingactiverende didactische werkvormen en voor vakoverschrijdend werken. Er is ruimte voor de eigen inbreng en creativiteit van de leerkracht en de school om o.a. thema’s en projecten te ontwikkelen.

Het leerplan is volgens een logische volgorde opgebouwd, maar het behoort aan de **vakgroep** om uit te maken in welke volgorde de doelstellingen voor welke leerlingen aangeboden worden.

De inspectie van de Vlaamse gemeenschap gaat na hoe de school met deze vrijheid omgaat.

# Lessentabel

De lessentabellen zijn terug te vinden op de site van OVSG, [www.ovsg.be](http://www.ovsg.be) onder Publicaties.

De lessentabel is indicatief. Zie ook hoofdstuk ‘Autonomie van de school’.

|  |
| --- |
| **3de graad kso****Ballet**Beschrijving: OVSG_logo_Q |
| **BASISVORMING** | **14u** |
|  |
| AV Godsdienst/Niet-confessionele Zedenleer | 2 |
| AV Aardrijkskunde | 1 |
| AV Engels | 2 |
| AV Frans | 2 |
| AV Geschiedenis | 1 |
| AV Lichamelijke opvoeding\* | 1 |
| AV Nederlands | 3 |
| AV Wiskunde | 2 |
|  |
| \* Een aantal eindtermen voor het vak Lichamelijke Opvoeding worden ook gerealiseerd in de KV Hedendaagse dans en Klassieke dans |
| **SPECIFIEK GEDEELTE**  | **22u** |
|  |
| AV KunstgeschiedenisAV Muzikale opvoedingKV Hedendaagse dansKV Klassieke dans | 11317 |
|  |
| **COMPLEMENTAIR GEDEELTE**  | **0u** |
|  |

# Doelgroep

Dit leerplan is bestemd voor de leerlingen van de derde graad kso studierichting Ballet voor het vak

**AV Lichamelijke opvoeding**

dat in de lessentabel deel uitmaakt van **de basisvorming.**

Toelatingsvoorwaarden: zie [omzendbrief SO 64](http://www.ond.vlaanderen.be/edulex/database/document/document.asp?docid=9418http://www.ond.vlaanderen.be/edulex/database/document/document.asp?docid=9418)

# Opbouw van het leerplan

*Systematiek*

***Visie op het vak Lichamelijke opvoeding in het secundair onderwijs en op de specifieke situatie die het bekleedt in het studiegebied Ballet derde graad***

*Opdrachten van het vak Lichamelijke opvoeding*

Sport is een belangrijk cultureel en maatschappelijk gegeven dat inspirerend kan werken voor lichamelijke opvoeding en motiverend voor de jongere. Lichamelijke opvoeding moet een kritische selectie maken van wat uit de sport al dan niet kan gebruikt worden om de vooropgestelde doelen te bereiken. Hier zal bijgevolg duidelijk onderscheid moeten worden gemaakt tussen sport als middel en sport als doel. In de lessen lichamelijke opvoeding dient sport als middel gezien te worden.

Zowel bij het op een gezonde manier leren omgaan met de verschillende aspecten van onze hedendaagse bewegingscultuur (de spel- en sportcultuur, de danscultuur en de lichaams- en fitnesscultuur) als bij het ontwikkelen van verantwoorde attitudes ten overstaan van andere actuele maatschappelijke ontwikkelingen kan het onderwijs in de lichamelijke opvoeding een cruciale rol spelen.

*Een leerlijn voor Lichamelijke opvoeding in het studiegebied Ballet*

Vanaf de *tweede graad Ballet* wordt binnen de bewegingsgebieden een vaste keuze voorgesteld. Het gaat hier om een verdiepen en verbreden van reeds gekende basisvaardigheden uit de lagere school en de eerste graad secundair onderwijs via activiteiten uit verschillende soorten bewegingsgebieden.

In het studiegebied Ballet is oordeelkundig en veelvuldig bewegen ingebouwd in het lesrooster via de

lessen dans en bijgevolg in de levensstijl van de leerlingen. Het vak Lichamelijke opvoeding heeft er in de derde graad meer en meer een ondersteunende functie voor de dansvakken:

* de leerlingen leren zich op een ontspannen manier bewegen en ze leren inzien hoe ze, ook in de dansvakken, preventief blessures en overbelasting kunnen vermijden.
* de leerlingen leren aan hun conditie werken en bouwen kracht op. Wat conditie (uithouding) betreft, wordt een aerobe training voorzien in de school, die eveneens het verlagen van het percentage lichaamsvet beoogt.
* de leerlingen leren ergonomische technieken en houdingen die uitermate belangrijk voor deze opleiding zijn.

Toch behoudt het vak Lichamelijke opvoeding in de studierichting Ballet ook in de derde graad zijn algemeen vormende waarde door bij de leerlingen hun conditie, hun algemeen motorische vaardigheden, de zelfkennis, hun vertrouwen en zelfvertrouwen op te bouwen tijdens bewegingssituaties waaraan ze plezier beleven en waar ze zichzelf kunnen zijn.

* De bewegingssituaties staan centraal

Lichamelijke opvoeding vertrekt vanuit bewegingssituaties. Hierbij leren de leerlingen op een efficiënte wijze handelen in relatie met de omgeving en met de medeburgers. Op die manier bouwen ze competenties op die belangrijk zijn om verschillende bewegingsproblemen op te lossen. De verworven competenties hebben transferwaarde naar andere situaties.

In een probleem georiënteerd onderwijs worden bij voorkeur bewegingssituaties aangeboden waarbij de leerlingen de kans krijgen een bepaald bewegingsprobleem zelfstandig op te lossen en te leren kiezen uit verschillende mogelijke oplossingen. Beide vaardigheden zijn belangrijke doelstellingen (een ingebouwde vorm van gedifferentieerd leren en onderwijzen).

Het deelnemen aan bewegingssituaties vraagt van de jongeren niet alleen bewegingsvaardigheden, maar ook kennis en inzicht in bewegen, de bewegings- en sportcultuur en in het eigen en andermans kunnen. Dit laatste vraagt ook een aantal attitudes en sociale vaardigheden. Daarom worden in bewegingssituaties steeds op een geïntegreerde manier motorische, psychomotorische, cognitieve, dynamisch-affectieve en sociale vaardigheden ontwikkeld bij de jongeren. Zo kan iedereen later op basis van kritische zin en waardebesef een verantwoorde keuze maken over de manier waarop hij deelneemt aan de bewegingscultuur.

* Ontwikkeling stimuleren

Lichamelijke opvoeding heeft als belangrijke taak de motorische en fysieke ontwikkeling van jongeren te bevorderen. Als zodanig dient zij in te spelen op de noden van het groei- en ontwikkelingsproces. De motorische ontwikkeling kan men niet los zien van andere vormen van ontwikkeling zoals intellectuele, perceptuele en sociale ontwikkeling die in voortdurende wisselwerking met elkaar staan. Ook in de lichamelijke opvoeding moet iedere leerling zich op zijn niveau kunnen ontwikkelen. Elke jongere moet succesbeleving ervaren. Dat kan door hem taken te geven die aangepast zijn aan zijn mogelijkheden.

* Brede introductie in de bewegingscultuur waarborgen

Om op een adequate manier te kunnen inspelen op de huidige tendensen in de maatschappij en om de totale persoonlijkheid van de leerling te ontwikkelen, wordt zoveel mogelijk een meervoudige en veelzijdige bewegingsbekwaamheid gestimuleerd. **Zeker voor leerlingen van het studiegebied Ballet, die hoofdzakelijk werken aan een zeer specifieke bewegingsbekwaamheid, is het belangrijk hun bewegingscultuur te verruimen en hen te leren bewegen op een ontspannen, relaxe manier.**

Een meervoudige bewegingsbekwaamheid beoogt dat jongeren bewegingssituaties vanuit verscheidende invalshoeken - gezondheid, recreatie, ontspanning, competitie, verkeerssituaties - kunnen benaderen. De verschillende invalshoeken vragen een andere ingesteldheid en een ander gebruik van de motorische vaardigheden. Zo leren de jongeren zich aanpassen aan een bepaalde bewegingscontext.

Met veelzijdige bewegingsbekwaamheid wordt bedoeld dat bewegingssituaties moeten worden aangeboden die de basis leggen om te kunnen functioneren in de verschillende domeinen van het menselijk bewegen of van de bewegingscultuur.

Aangezien de bewegingscultuur zeer gevarieerd is, zal er een selectie moeten worden gemaakt. Hiervoor worden diverse criteria gehanteerd zoals: de maatschappelijke relevantie, de relevantie voor de ontwikkeling van de jongere, de relatie met de dansvakken, de transferwaarde en het blijvend waardevol karakter.

Zo kunnen we een aantal activiteitgebieden of bewegingscultuurgebieden onderscheiden die belangrijk zijn in de maatschappij zoals sport en spel, dans, zwemmen, gymnastiek, atletiek, verdedigingssporten en natuurgebonden activiteiten.

Voor de leerlingen uit het studiegebied Ballet selecteert dit leerplan de bewegingssituaties en vakonderdelen die het best aansluiten bij de lichamelijke vereisten van de dansvakken.

* De vrije natuur is een inspiratiebron

Lichamelijke opvoeding is per definitie gericht op ervaringsleren. De vrije natuur vormt een heel geschikt milieu om op een geïntegreerde wijze bewegingservaringen op te doen. De toenemende vrijetijdsoriëntering heeft opnieuw de aandacht gevestigd op natuurgebonden activiteiten. De natuur biedt grote mogelijkheden die de school niet mag verwaarlozen.

Hierbij zal ook van de gelegenheid gebruik worden gemaakt om het milieubewustzijn van de jongeren te ontwikkelen.

* Gezond en veilig bewegen

Lichamelijke opvoeding mag niet louter worden gezien als functietraining. Bewegingssituaties maken jongeren ervan bewust dat gezond en veilig bewegen belangrijk is en dat ze daartoe binnen hun eigen mogelijkheden verantwoordelijkheid hebben. Op die manier wordt een blijvende attitudevorming beoogd in plaats van een tijdelijk fysiek resultaat. **Zeker in het studiegebied Ballet gaat veel aandacht naar het voorkomen van kwetsuren en overbelastingverschijnselen, het opbouwen van een fysieke weerstand (onder andere via buitenactiviteiten en ‘body conditioning’) en het garanderen van maximale veiligheid bij bewegingssituaties.**

De leerlingen leren zelfverantwoordelijkheid op te nemen voor hun conditie en ze leren hoe ze aerobe training kunnen uitvoeren.

De leerlingen leren hoe ze na kwetsuren weer veilig aan de slag kunnen en hoe ze hun sterkte terug kunnen opbouwen. Bij de jongens is er bovendien de nodige aandacht voor krachtopbouw. Het oefenen op kracht, uithouding en stabiliteit van het lichaam, zijn een meerwaarde voor de gezondheid en veiligheid van de leerlingen die deze zware opleiding volgen.

**Structureel overleg** met de dansleerkrachten wordt voorzien om een gelijkgerichte aanpak mogelijk te maken.

De leerkrachten lichamelijke opvoeding participeren actief, vanuit hun specifieke positie in de balletopleiding, aan het **gezondheidsbeleid** van de school en ze besteden in dit het kader voldoende aandacht aan de persoonlijke hygiëne van de leerlingen en aan hun voedingsgewoonten.

Er wordt tevens zoveel mogelijk gebruik gemaakt van openluchtinfrastructuur wanneer de weersomstandigheden dit toelaten. De leerlingen brengen immers het merendeel van hun tijd binnen door.

* Co-instructie

Co-instructie is een keuze van het schoolbestuur. Uit het feit dat dit leerplan geen indeling maakt in opdrachten voor jongens en meisjes, mag niet worden afgeleid dat ze samen les moeten krijgen. De leraar lichamelijke opvoeding moet terdege rekening houden met het psychomotorisch, fysio-morfologisch en psychologisch ontwikkelingsproces van de leerlingen, wat betreft aard, intensiteit, duur en frequentie van de voorgestelde activiteiten.

Daar dit proces verschillend verloopt bij jongens en meisjes, kunnen de lessen lichamelijke opvoeding aan beide groepen gescheiden worden gegeven.

* Lichamelijke opvoeding in de school als leefgemeenschap

Lichamelijke opvoeding is in het studiegebied Ballet niet het enige vak dat zich expliciet richt naar de motorische vormingscomponent van de persoonlijkheid. Jongeren krijgen zoveel mogelijk de kans om zich op een expressieve en handelende manier te ontplooien. Lichamelijkheid, lichamelijk presteren en communiceren zijn persoonsgebonden aspecten die op alle leeftijden een belangrijke betekenis hebben in de ontwikkeling van het zelfconcept.

Lichamelijke opvoeding geeft de leerlingen de kans in een ontspannen, speelse bewegingsvorm te presteren en communiceren zonder met elkaar in concurrentie te staan. Het sociaal aspect staat hier voorop. De leerlingen beleven bewegingsvreugde door middel van spelvormen en aangepaste opdrachten.

*Opbouw van het leerplan*

Het leerplan is voor de graad uitgeschreven. De school bepaalt de volgorde van de vakonderdelen.

Dit leerplan houdt rekening met de **specifieke plaats die het vak Lichamelijke opvoeding in de balletopleiding** bekleedt.

Het aantal lesuren Lichamelijke opvoeding in de derde graad Ballet is beperkt. Verplaatsingen buiten de school worden daarom best projectmatig georganiseerd. Anderzijds zijn er vakonderdelen die wegens hogere kwetsuurrisico’s en/of specifieke oefeningen de essentiële lenigheid in benen en rug zouden kunnen hypothekeren. Balspelen waar hevig contact niet uitgesloten is en waarbij bepaalde spieren (quadriceps femoris) zich korter en steviger zouden ontwikkelen dan de beoogde lange en lenige spiervorm, worden best vermeden.

Daarom worden bewegingsgebieden geselecteerd die haalbaar zijn voor de leerlingen en die mogelijk kunnen kaderen in hun opleiding Ballet: praktische vaardigheden, waar mogelijk geïntegreerd in spel en sportspel, atletiek, volleybal, korfbal, terugslagspelen en natuursporten.

De volgorde van verwerking is niet vastgelegd, noch de urenverdeling per onderwerp. Dit brengt de verplichting met zich om binnen de vakwerkgroep duidelijke keuzes te maken en deze te verwerken in een jaarplan.

Dit leerplan is uitgeschreven op basis van **vier deelthema’s/componenten** die het onderwijs van de lichamelijke opvoeding vorm geven:

1. fitheid, gezonde en veilige levensstijl;
2. motorische vaardigheid;
3. situatief denken en handelen;
4. sociaal functioneren en zelfconcept ontwikkelen.

Om deze opdrachten te vervullen vertrekt het vak Lichamelijke opvoeding vanuit bewegingssituaties en integreert hierin andere aspecten van het persoonlijk en sociaal functioneren.

Deze vier deelthema’s/componenten moeten evenwichtig aan bod komen in de lessen. In verschillende lessen kan een andere nadruk worden gelegd. Het evenwicht moet worden beoordeeld per grote periode, bij voorbeeld per trimester.

**De deelthema’s/componenten vormen dus ook de basis van de evaluatie**.

Elk **vakonderdeel** kan een andere invulling krijgen. Dit behoort tot de autonomie van de vakgroep, maar de school verzekert een evenwicht tussen de vier deelthema’s/componenten. Ze zorgt zeker voor variatie door voldoende vakonderdelen aan te bieden, waarbij voor de studierichting Ballet de volgende bewegingsdomeinen zijn vastgelegd: praktische vaardigheden, atletiek, handbal, volleybal, basketbal, terugslagspelen, zelfverdediging, turnen, ritmische vaardigheden, natuursporten.

Een verduidelijking van deze visie vindt men op de bijgevoegde mindmap (zie verder):

* op de belangrijkste plaats (het centrum) staat de lerende. Hoewel we bewegingsactiviteiten aanbieden beperken we ons niet tot motorische of fysieke vooruitgang. We benaderen de leerlingen even goed op het vlak van het denken, het voelen, het samen zijn (kleurtjes en overeenkomstige tekst). In de derde graad verschuift de actie nog meer van de leerkracht naar de leerling. Zelfevaluatie en zelfbijsturing worden gestimuleerd en structureel ingebouwd. De leerkracht wordt begeleider en mentor van de zelf-lerende.
* de concrete doelstellingen halen we uit de rijke voorraad vakonderdelen (turnen, atletiek, ritmische vaardigheden, balspelen, …). Ze zullen steeds gelinkt worden aan de eindtermen.
* de eindtermen zijn in drie blokken onderverdeeld (de manden) die de leerling eveneens als totale persoonlijkheid benaderen.
* om leerlijnen te kunnen vastleggen moeten een aantal randvoorwaarden vervuld zijn: de beginsituatie van de leerlingen, accommodaties, materiaal, …
* we streven naar vooruitgang op alle vlakken (kleurtjes) en we meten ze ook (evaluatie).
* een jaarplanning is een uitstekend instrument om de beschikbare tijd optimaal te gebruiken en om niets te vergeten.
* uiteraard staan de vakonderdelen niet los van elkaar: in één les kan men elementen uit meerdere vakonderdelen integreren, zoals aangegeven wordt in volgende voorbeelden:
	+ het vakonderdeel praktische vaardigheden kan worden verwerkt in andere lessen of apart worden gepland;
	+ het vakonderdeel natuursporten kan worden gecombineerd met atletiek of praktische vaardigheden.
* doelstellingen van zelfverdediging en van ritmisch bewegen kunnen worden verwerkt in gymnastische oefeningen of in opwarmingsoefeningen.
* de eindtermen in verband met gezonde en veilige levensstijl en in verband met ontwikkeling van het zelfconcept en het sociaal functioneren kunnen permanent in alle lessen aan bod komen.

Het is duidelijk dat een degelijke planning noodzakelijk is om te komen tot een harmonisch geheel, waarin voldoende aandacht is voor alle eindtermen. Een checklist kan hierbij behulpzaam zijn.

***Algemene doelstellingen van het vak lichamelijke opvoeding***

1. Ontwikkelen van motorische competentie waarbij de nodige handelingsbekwaamheid en de gewenste motorische vaardigheid worden geleerd om optimaal te kunnen functioneren in verschillende domeinen van het menselijk bewegen.
2. Bewegingsactiviteiten ervaren vanuit verschillende invalshoeken en motivaties: recreatie, prestatie, fitheid, esthetisch beleven en ze in een persoonlijke, culturele en maatschappelijke visie integreren.
3. Via het bewegen een gezonde levensstijl ontwikkelen met aandacht voor correcte houding, bewegingsuitvoering en dosering van de fysieke inspanning.
4. Ontwikkelen van het zelfconcept binnen bewegingssituaties als bijdrage tot de persoonlijkheidsvorming.
5. In bewegingssituaties sociale attitudes ontwikkelen die het optimaal functioneren in groep bevorderen.

***Vakoverschrijdende eindtermen waaraan het vak Lichamelijke opvoeding een bijdrage levert***

In het vak lichamelijke opvoeding komen volgende vakoverschrijdende eindtermen van de gemeenschappelijke stam (STM) aan bod:

* communicatievermogen: STM 1
* creativiteit: STM 2, 3
* doorzettingsvermogen: STM 4
* empathie: STM 5
* ethische bekwaamheid: STM 6,7
* exploreren: STM 8
* flexibiliteit: STM 9
* initiatief: STM 10
* kritisch denken: STM 12
* open en constructieve houding: STM 16
* respect: STM 18
* samenwerken: STM 19
* verantwoordelijkheid: STM 20
* zelfbeeld: STM 21, 22
* zelfredzaamheid: STM 24
* zorgvuldigheid: STM 25
* zorgzaamheid: STM 26, 27

***Algemene doelstellingen voor het vak Lichamelijke opvoeding in de derde graad Ballet***

Zie hoofdstuk 5.1



Zoekt een benadering vanuit de drie

doelstellingendomeinen

## Vakwerkgroep

# LO

Maakt keuze uit

vakonderdelen

terugkoppeling



minimumcriteria

“evaluatie”



ontwikkeling

“leerlijnen”

beginsituatie

Bewegingsapparaat

beenderen, spieren, energie

…

Fitheid

kracht, uithouding, snelheid, lenigheid

…

Plezier

motivatie

Winnaar of verliezer

Zelfvertrouwen

Angstig

Veilig

Gewaardeerd

…

beweegt

samen

voelt

Stuurt bewegingen

Maakt keuzes

Neemt beslissingen

Visualiseert

Verwerkt informatie

…

Medespelers of tegenstanders

Leider

Partner

Deel van een groep

Samenwerken

Overleggen

…

denkt



Motorische competentie

Houdt rekening met de

beginsituatie

Eerbiedigt de centrale positie van de

leerling



Fitheid & gezonde levensstijl





Zelfconcept & sociaal functioneren

# Leerplandoelstellingen en leerinhouden

***Handleiding bij het gebruik van dit leerplan***

*Keuzepakket*

De visie wil de openheid vrijwaren en scholen de mogelijkheid bieden zelf te kiezen. Dit betekent dat vakwerkgroepen samen dienen te komen. Vakwerkgroepen, samengesteld uit leerkrachten lichamelijke opvoeding, geven gestalte aan de bewegingscultuur van een school, formuleren afspraken binnen het vakgebied en bundelen dit in het **schoolsportwerkplan**. Vertrekkend vanuit hun realiteit en beginsituatie is het dan mogelijk een gerichte keuze te maken binnen de waaier van vakonderdelen. Het leerplan stelt wel de eis voldoende *variatie* te waarborgen.

*Zelfstandig leren*

Het zelfstandig en samenwerkend leren werkt stimulerend, verhoogt de betrokkenheid van leerlingen en versterkt hun zelfbeeld.

Komen tot zelfstandig leren vertrekt:

* *vanuit de leerkrachtsturing* (instructievorm = leraar leidt), loopt over
* *de gedeelte sturing* (leerlingen nemen initiatief = probleemoplossend werken) tot bij
* *het samenwerkend leren* (leerlingen krijgen verantwoordelijkheid)

*Leerlijnen*

Leerlijnen geven aan op welke wijze leerlingen leerinhouden kunnen verwerven. Dit kan vanuit verschillende manieren benaderd worden. Enerzijds met veel leerkrachtsturing, anderzijds via veel samenwerkend leren. De vakwerkgroep dient, rekening houdend met de beginsituatie die voor de verschillende vakonderdelen ver uit elkaar kunnen liggen, de benaderingswijze vast te leggen.

Door de gekozen items aan te bieden, vertrekkend vanuit de noden van de leerlingen, treedt er duidelijk waarneembare progressie op binnen de verschillende doelstellingsgebieden.

De vakwerkgroep legt de leerlijnen vast, startend vanuit de drie leerdoelendomeinen. Het nastreven van vooruitgang binnen het domein van de motorische competenties blijft een belangrijk vertrekpunt, maar niet het enige.

De bewegingsactiviteiten als middel om waarneembare vooruitgang te realiseren binnen de domeinen van ‘het zelfconcept en sociaal functioneren’ en ‘de gezonde en veilige levensstijl’.

*Minimumcriteria*

De vakwerkgroep is in staat om criteria op te stellen voor haar doelgroep waarbij prestatie, attitude en progressie onlosmakelijk samen worden beoordeeld.

*Evaluatie*

De vakwerkgroep kiest een verhouding tussen product- en procesevaluatie vanuit de eindtermen, maar passend voor haar doelgroep.

Zelfevaluatie en zelfbijsturing worden gestimuleerd en structureel ingebouwd.

*Coördinatie*

De school werkt een verticale coördinatie uit binnen de vakwerkgroep.

**Stappenplan voor de vakwerkgroep lichamelijke opvoeding**

**Beginsituatie**

Leerlingenpopulatie, accommodatie, rooster



**Keuze van vakonderdelen**

Voldoende gevarieerd en in functie van de realisatie van de eindtermen



**Vastleggen van minimumcriteria**

dit wil ik bereiken, specifieke doelstellingen



**Bepalen van de leerwegen**

Van directief of zelfstandig leren

Vanuit de drie doelstellingendomeinen



**Vastleggen van de evaluatie**

Van product- tot procesevaluatie, zelfevaluatie inbouwen



**Opstellen van het jaarplan**

Lesonderwerpen per periode

**Leeswijzer**

* Voor de deelthema’s/componenten:

Het leerplan wordt schematisch voorgesteld in 6 kolommen. Deze zijn van links naar rechts te lezen.

* Voor de vakonderdelen:

De inhouden en de didactische wenken voor de verschillende vakonderdelen/sporten zijn gegroepeerd na de deelthema’s/componenten.

Hier vindt men per vakonderdeel **suggesties** **voor concrete activiteiten**, het verband met de eindtermen LO en didactische suggesties**.**

**Kolom 1:** Numerieke volgorde (Nr.)

De doelstellingen zijn numeriek geordend van begin tot einde leerplan. Deze nummering heeft geen implicaties voor de chronologie in de realisatie van de doelstellingen. Er wordt geen volgorde vooropgesteld, het betreft een graadleerplan waarbij de vakgroep dient uit te maken welke doelstellingen tot de invulling van het eerste of het tweede leerjaar behoren.

**Kolom 2:** Leerplandoelstellingen en leerinhouden

*Leerplandoelstellingen (in vetgedrukte kader)*

Deze geven de eigen doelstellingen weer voor het vak. Een leerplandoelstelling kan ook een vakoverschrijdende eindterm zijn of inhouden.

*Leerinhouden (in wit vak)*

Dit is leerstof die bedoeld is om de bijbehorende leerplandoelstellingen te realiseren.

**Kolom 3:** Code

Codering van de leerplandoelstellingen:

|  |  |
| --- | --- |
| ET | Eindterm met decretaal nummer |
| LER | ‘Leren leren’ met decretaal nummer |
| STM | Stam VOET met decretaal nummer |
| LGV | Lichamelijke gezondheid en veiligheid |
| MGZ | Mentale gezondheid |
| SOC | Sociorelationele ontwikkeling |
| ODO | Omgeving en duurzame ontwikkeling |

**Kolom 4:** Basis of uitbreiding (B/U)

Er wordt een onderscheid gemaakt tussen basis- en uitbreidingsdoelstellingen.

Basisdoelstellingen (B) vormen de criteria voor het slagen, moeten door nagenoeg alle leerlingen bereikt worden.

Uitbreidingsdoelstellingen (U) zijn bedoeld voor uitbreiding en differentiatie. Het realiseren ervan is afhankelijk van de beschikbare tijd en van de mogelijkheden binnen de leerlingengroep, ze kunnen niet verplicht worden voor alle leerlingen.

**Kolom 5:** Didactische wenken en hulpmiddelen

Didactische wenken zijn bedoeld als ondersteuning van de leerkracht, de vakgroep en het schoolteam.

Zij kunnen:

- een leerplandoelstelling of leerinhoud verduidelijken;

- didactische werkvormen of hulpmiddelen aangeven die leerplandoelstellingen helpen realiseren;

- het verband aangeven met een context van vakoverschrijdende eindtermen/ontwikkelingsdoelen;

- richtlijnen geven voor evaluatie;

- verwijzen naar bibliografie, nuttige adressen;

- verbanden leggen met andere vakken, met informatie- en communicatietechnologie, met intercultureel onderwijs, met taalbeleid.

**Kolom 6:** Link

Deze kolom is bedoeld om het schoolteam te ondersteunen. De in kolom 5 omschreven verwijzingen worden hier gecodeerd weergegeven en vestigen de aandacht van de lezer op mogelijke vakoverstijgende afspraken en op vakoverschrijdende eindtermen.

Codering:

|  |  |
| --- | --- |
| TA.BE | Taalbeleid |
| **Vakoverschrijdende eindtermen (VOET)** |
| LER | Leren leren |
| LGV | Lichamelijke gezondheid en veiligheid |
| MGZ | Mentale gezondheid |
| SOC | Sociorelationele ontwikkeling |
| ODO | Omgeving en duurzame ontwikkeling |
| PJS | Politiek-juridische samenleving |
| SES | Socio-economische samenleving |
| SCS | Socioculturele samenleving |

**5.1 Algemene doelstellingen voor het vak Lichamelijke opvoeding in de derde graad Ballet**

* De motorische competentie om een bewegingsactieve levensstijl te verwerven, kunnen verdiepen en verbreden.
* De motorische competentie om optimaal te functioneren in verschillende bewegingscontexten kunnen verdiepen en verbreden.
* Bewegingservaringen en –context zelf kunnen evalueren en hierover kunnen communiceren.
* Competenties kunnen ontwikkelen om de gezonde en gedisciplineerde levensstijl van de professionele balletdanser te optimaliseren met aandacht voor:
* de eigen conditie
* de preventie van blessures en overbelasting
* het veilig opbouwen van kracht na een blessure
* ergonomische technieken
* de krachtopbouw
* de tiltechnieken (voor jongens)
* de eigen veiligheid en die van anderen.
* Vanuit een realistisch zelfconcept verantwoorde keuzes kunnen maken uit het bewegingsaanbod.
* In bewegingscontexten vreugdevol, sociaal en communicatief kunnen handelen.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Nr. | Leerplandoelstelling en leerinhoud | Code | B/U | Didactische wenken en hulpmiddelen | Link |
| **5.2 Taalontwikkelend vakonderwijs** |  |
|  | **De nieuwe vakbegrippen kunnen gebruiken.** | **EDVSTM 1LER 4** | **B** |  |  |
|  | Vaktermen zoals het benoemen van toestellen, materialen, handelingen, criteria om aan te geven waarom een handeling lukt of niet.  | Gebruikte symbolen, schema lezen.Laat de leerlingen een nieuw vakbegrip met eigen woorden omschrijven, mondeling of schriftelijk (bv. verschillende soorten materialen, technieken…).Door vraagstelling het begrip zo duidelijk mogelijk laten omschrijven. Laat leerlingen vakbegrippen aan elkaar laten uitleggen.  |  |
|  | **Op een sociaalvaardige manier kunnen deelnemen aan een onderwijsleergesprek of een groepsgesprek.** | **EDVSTM 1** | **B** |  |  |
|  | Klassituaties.Probleemsituaties, conflicten oplossen.Elkaar instructies geven, helpen, aanmoedigen. | Geef zoveel mogelijk leerlingen het woord. Laat leerlingen niet naast elkaar spreken, maar actief naar elkaar luisteren. Dit kan door de leerling eerst te laten herhalen wat de vorige leerling zegde en dan pas het eigen standpunt te laten weergeven. |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Nr. | Leerplandoelstelling en leerinhoud | Code | B/U | Didactische wenken en hulpmiddelen | Link |
| 5.3 Fitheid, gezonde en veilige levensstijl |  |
|  | **In nieuwe bewegingssituaties verantwoordelijkheid kunnen opnemen door gezamenlijk afgesproken veiligheidsregels toe te passen.** | **ET 1LGV 11** | **B** |  |  |
|  | **Medeleerlingen kunnen helpen wanneer de bewegingssituatie dit vereist.** | **ET 2MGZ 3** | **B** |  |  |
|  | **Kritisch kunnen omgaan met het bewegingsaanbod in de eigen leefomgeving.** | **ET 14STM 12** | **B** |  |  |
|  | **Duurzame bewegingsvreugde kunnen ervaren op basis van competente deelname aan verschillende bewegingsactiviteiten.** | **ET 15** | **B** |  |  |
|  | **Het verband kunnen leggen tussen bewegen, gezondheid en samenleving.** | **ET 16LGV 15** | **B** |  |  |
|  | **Kennis rond reanimatie kunnen vertalen naar risicovolle bewegingssituaties.** | **ET 17LGV 12** | **B** |  |  |
|  | **Eerste hulp kunnen bieden bij ongevallen in bewegingssituaties.** | **ET 18LGV 12MGZ 3** | **B** |  |  |
|  | **Basisregels van houdings- en rugscholing kunnen integreren in nieuwe bewegingssituaties en in werk- en studiesituaties.** | **ET 19LGV 4** | **B** |  |  |
|  | **Met betrekking tot ‘fitheid’ de eigen doelen kunnen bepalen.** | **ET 20** | **B** |  |  |
|  | **Bereid zijn ‘bewegen’ te integreren in de eigen levensstijl en zich bewust zijn van verschillende mogelijkheden hiervoor.** | **ET 21LGV 7** | **B** |  |  |
|  | **Het belang inzien van een goede fysieke conditie.** | **ET 22** | **B** |  |  |
|  | **Kunnen aanduiden in welke bewegingsactiviteiten men zich goed voelt en welke bewegingsactiviteiten het best aansluiten bij de eigen fysieke en relationele mogelijkheden.** | **ET 25** | **B** |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Nr. | Leerplandoelstelling en leerinhoud | Code | B/U | Didactische wenken en hulpmiddelen | Link |
|  | Bewustwording rond het bewegingsaanbod in de leefomgeving kan via projecten gerealiseerd worden. Zo kan er informatie verzameld worden over sportclubs in de omgeving, evenementen, fitnesscentra, gemeentelijke initiatieven, een sportraad in de gemeente, vrijblijvende mogelijkheden, enz.Het kritisch doornemen, bespreken en verwerken van deze informatie en het situeren van hun eigen voorkeuren en fysieke mogelijkheden, moet de leerlingen toelaten om verantwoorde keuzes te maken bij het invullen van een actieve vrijetijdsbesteding. | Dit kan ook via het internet. | ICTTA.BE |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Nr. | Leerplandoelstelling en leerinhoud | Code | B/U | Didactische wenken en hulpmiddelen | Link |
| 5.4 Situatief denken en handelen |  |
|  | **In nieuwe bewegingssituaties verantwoordelijkheid kunnen opnemen door gezamenlijk afgesproken veiligheidsregels toe te passen.** | **ET 1LGV 11** | **B** |  |  |
|  | **Medeleerlingen kunnen helpen wanneer de bewegingssituatie dit vereist.** | **ET 2MGZ 3** | **B** |  |  |
|  | **Uit een aanbod een aan hun mogelijkheden aangepaste leerweg kunnen kiezen voor het aanpakken van bewegingsopdrachten.** | **ET 3LER 9** | **B** |  |  |
|  | **Zelfstandig leertaken kunnen uitvoeren om een bewegingsopdracht tot een goed einde te brengen, rekening houdend met hun eigen kunnen.** | **ET 4** | **B** |  |  |
|  | **Bewegingssituaties alleen of in groep kunnen organiseren en kunnen aanpassen aan de deelnemers.** | **ET 5** | **B** |  |  |
|  | **Op basis van een beperkt aantal afgesproken criteria, bij zichzelf en anderen, kunnen aangeven waarom een bewegingsopdracht wel of niet lukt en eenvoudige oplossingen kunnen geven.** | **ET 7LER 10LER 11** | **B** |  |  |
|  | **Over bewegingssituaties een eigen mening kunnen geven, bewegingservaringen kunnen uitwisselen en hieruit conclusies kunnen trekken voor de eigen uitvoering.** | **ET 8** | **B** |  |  |
|  | **Motorische eigenschappen op een inzichtelijke wijze kunnen gebruiken in bewegingscombinaties met en zonder toestellen, alleen en met anderen.** | **ET 10** | **B** |  |  |
|  | **Met gekende motorische vaardigheden een creatieve combinatie kunnen samenstellen en uitvoeren, alleen of met anderen.** | **ET 11** | **B** |  |  |
|  | **In aangepaste vormen van een doelspel of een terugslagspel eenvoudige aanvallende en verdedigende strategieën kunnen toepassen.** | **ET 13** | **B** |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Nr. | Leerplandoelstelling en leerinhoud | Code | B/U | Didactische wenken en hulpmiddelen | Link |
|  | **Hun kennis rond reanimatie kunnen vertalen naar risicovolle bewegingssituaties.** | **ET 17LGV 12** | **B** |  |  |
|  | **Eerste hulp kunnen bieden bij ongevallen in bewegingssituaties.** | **ET 18LGV 12** | **B** |  |  |
|  | **Basisregels van houdings- en rugscholing kunnen integreren in nieuwe bewegingssituaties en in werk- en studiesituaties.** | **ET 19LGV 4** | **B** |  |  |
|  | **In bewegingssituaties leiding kunnen nemen over en leiding kunnen aanvaarden van medeleerlingen.** | **ET 23LGV 2** | **B** |  |  |
|  | **Samen kunnen overleggen over en keuzes kunnen maken uit het mogelijke activiteitenaanbod van de school.** | **ET 24** | **B** |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Nr. | Leerplandoelstelling en leerinhoud | Code | B/U | Didactische wenken en hulpmiddelen | Link |
|  | Handelen in nieuwe situaties vereist een probleemoplossend vermogen.Door probleemsituaties aan te bieden in de lessen lichamelijke opvoeding –eerst eenvoudige, later meer complexe- wordt het probleemoplossend vermogen en het zelfstandig handelen gestimuleerd.De voorgekauwde en vastomlijnde oefenvormen kunnen plaats maken voor meer ‘open opdrachten’ die nog een persoonlijke invulling moeten krijgen. De leerkracht begeleidt en moedigt aan.Eerder verworven motorische vaardigheden worden toegepast in nieuwe en moeilijker situaties. Strategie en tactiek in spel- en wedstrijdvormen en het inzicht daaromtrent komen aan bod.Een participerende werkwijze kan binnen de lessen, maar ook in de ruimere context rond het sportaanbod in de school georganiseerd worden.De leerlingen kunnen betrokken worden bij de organisatie van middagactiviteiten, schoolsportcompetitie, buitenschoolse projecten, de sportdag, e.d.Dit kan gaan van kiezen uit een bepaald aanbod tot het zelfstandig organiseren van bepaalde activiteiten, het evalueren ervan en het bijsturen.Het juist inschatten van bewegingssituaties met het oog op veiligheid en een adequaat reageren en de bereidheid om kennis rond eerste hulp bij sportongevallen te vergaren en toe te passen, vergroten de verantwoordelijkheidszin. | Open opdrachten met de leerkracht als begeleider.Accent op inzicht in sportspelen maar ook in andere vakonderdelen.Probleemsituaties ontwerpen die aanzetten tot nadenken en handelen.Doelen vooropstellen die op verschillende wijzen bereikt kunnen worden, waartoe verschillende wegen leiden. |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Nr. | Leerplandoelstelling en leerinhoud | Code | B/U | Didactische wenken en hulpmiddelen | Link |
| 5.5 Motorische vaardigheid |  |
|  | **Zelfstandig leertaken kunnen uitvoeren om een bewegingsopdracht tot een goed einde te brengen, rekening houdend met hun eigen kunnen.** | **ET 4LER 6** | **B** |  |  |
|  | **Eerder geleerde vaardigheden uit verschillende bewegingsgebieden kunnen toepassen in andere bewegingscontexten.** | **ET 9** | **B** |  |  |
|  | **Motorische eigenschappen op een inzichtelijke wijze kunnen gebruiken in bewegingscombinaties met en zonder toestellen, alleen en met anderen.** | **ET 10** | **B** |  |  |
|  | **Met gekende motorische vaardigheden een creatieve combinatie kunnen samenstellen en uitvoeren, alleen of met anderen.** | **ET 11** | **B** |  |  |
|  | **Gekende motorische vaardigheden kunnen uitvoeren op een hoger beheersingsniveau zoals:- een betere controle- een meer esthetische uitvoering- een hogere moeilijkheidsgraad- een grotere efficiëntie** | **ET 12** | **B** |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Nr. | Leerplandoelstelling en leerinhoud | Code | B/U | Didactische wenken en hulpmiddelen | Link |
|  | Het vergroten van de bewegingscompetenties in alle mogelijke domeinen blijft een doelstelling binnen de les lichamelijke opvoeding. Laat de leerlingen ondervinden dat oefening en herhaling leiden naar prestatieverbetering en beheersing. Zet de hierbij gepaard gaande voldoening in om de leerlingen hun grenzen te laten verkennen op allerlei vlak.Waardeer progressie boven absolute prestaties. Het beste persoonlijke resultaat is het maximaal haalbare en dat moet dan ook maximaal gevalideerd worden.Wanneer het verleggen van een persoonlijke grens als succesvol ervaren wordt; verdwijnt de frustratie van het steven naar onbereikbare doelen.Hanteer zelfevaluatie en –bijsturing als middel dat tot zelfstandigheid moet leiden. | Alle mogelijkheden bewegingsvaardigheden met zin voor variatie aanbieden:- vanuit basisvoorwaarden naar de ruwe vorm van een beweging- vanuit een ruwe vorm naar een hoger technisch en esthetisch niveau- vanuit de beweging naar de toepassing in andere en nieuwe situaties- vanuit de enkelvoudige beweging naar combinaties van beweging. |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Nr. | Leerplandoelstelling en leerinhoud | Code | B/U | Didactische wenken en hulpmiddelen | Link |
| 5.6 Sociaal functioneren en zelfconcept ontwikkelen |  |
|  | **In nieuwe bewegingssituaties verantwoordelijkheid kunnen opnemen door gezamenlijk afgesproken veiligheidsregels toe te passen.** | **ET 1LGV 11** | **B** |  |  |
|  | **Medeleerlingen kunnen helpen wanneer de bewegingssituatie dit vereist.** | **ET 2MGZ 3** | **B** |  |  |
|  | **Uit een aanbod een aan de eigen mogelijkheden een aangepaste leerweg kunnen kiezen voor het aanpakken en oplossen van bewegingsopdrachten.** | **ET 3** | **B** |  |  |
|  | **Zelfstandig leertaken kunnen uitvoeren om een bewegingsopdracht tot een goed einde te brengen, rekening houdend met het eigen kunnen.** | **ET 4** | **B** |  |  |
|  | **Bewegingssituaties alleen of in groep kunnen organiseren en kunnen aanpassen aan de deelnemers.** | **ET 5** | **B** |  |  |
|  | **Volgens vooropgestelde criteria bij zichzelf kunnen nagaan of men vorderingen maakt bij het uitvoeren van bewegingsopdrachten en het eigen leerproces kunnen bijsturen.** | **ET 6** | **B** |  |  |
|  | **Op basis van een beperkt aantal afgesproken criteria, bij zichzelf en anderen, kunnen aangeven waarom een bewegingsopdracht wel of niet lukt en eenvoudige oplossingen kunnen geven.** | **ET 7** | **B** |  |  |
|  | **Over bewegingssituaties een eigen mening kunnen geven, bewegingservaringen kunnen uitwisselen en hieruit conclusies kunnen trekken voor de eigen uitvoering.** | **ET 8** | **B** |  |  |
|  | **Motorische eigenschappen op een inzichtelijke wijze kunnen gebruiken in bewegingscombinaties met en zonder toestellen, alleen en met anderen.** | **ET 10** | **B** |  |  |
|  | **Met gekende motorische vaardigheden een creatieve combinatie kunnen samenstellen en uitvoeren, alleen of met anderen.** | **ET 11** | **B** |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Nr. | Leerplandoelstelling en leerinhoud | Code | B/U | Didactische wenken en hulpmiddelen | Link |
|  | **Kritisch kunnen omgaan met het bewegingsaanbod in de eigen leefomgeving.** | **ET 14STM 12** | **B** |  |  |
|  | **Duurzame bewegingsvreugde kunnen ervaren op basis van competente deelname aan verschillende bewegingsactiviteiten.** | **ET 15** | **B** |  |  |
|  | **Het verband kunnen leggen tussen bewegen, gezondheid en samenleving.** | **ET 16LGV 15** | **B** |  |  |
|  | **De eigen kennis rond reanimatie kunnen vertalen naar risicovolle bewegingssituaties.** | **ET 17LGV 12** | **B** |  |  |
|  | **Eerste hulp kunnen bieden bij ongevallen in bewegingssituaties.** | **ET 18LGV 12** | **B** |  |  |
|  | **Met betrekking tot ‘fitheid’ eigen doelen kunnen bepalen.** | **ET 20LER 9** | **B** |  |  |
|  | **Bereid zijn ‘bewegen’ te integreren in de eigen levensstijl en zich bewust zijn van verschillende mogelijkheden hiervoor.** | **ET 21** | **B** |  |  |
|  | **Het belang inzien van een goede fysieke conditie.** | **ET 22** | **B** |  |  |
|  | **In bewegingssituaties leiding kunnen nemen over en leiding kunnen aanvaarden van medeleerlingen.** | **ET 23SOC 2** | **B** |  |  |
|  | **Samen kunnen overleggen over en keuzes kunnen maken uit het mogelijke activiteitenaanbod van de school.** | **ET 24** | **B** |  |  |
|  | **Kunnen aanduiden in welke bewegingsactiviteiten men zich goed voelt en welke bewegingsactiviteiten het best aansluiten bij de eigen fysieke en relationele mogelijkheden.** | **ET 25** | **B** |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Nr. | Leerplandoelstelling en leerinhoud | Code | B/U | Didactische wenken en hulpmiddelen | Link |
|  | Een actieve levensstijl met veel ruimte voor sportieve en gezonde vrijetijdsbesteding draagt bij tot een positief zelfbeeld en een persoonlijk en sociaal welbevinden. Om deze bewustwording bij de leerlingen te realiseren, treedt de leerkracht lichamelijke opvoeding op als mentor en stuwende kracht.Door een enthousiaste en methodische aanpak benadrukt hij:- de link tussen verantwoord bewegen, plezier, fitheid, gezondheid en sociaal welbevinden- de rol, de attitude en de betrokkenheid van elke persoon binnen een groep of gemeenschap- de kritische zin ten aanzien van het bewegingsaanbod in de omgeving- de verantwoordelijkheid voor eigen veiligheid en die van anderen.De meeste bewegingsactiviteiten houden een afwegen in van eigen mogelijkheden tegenover die van anderen, van de mogelijkheden van een groep tegenover die van en andere groep. De leerkracht lichamelijke opvoeding streeft naar het ontwikkelen van een gezonde mentaliteit hier tegenover bij de leerlingen, door ze kennis te laten maken met alle mogelijke rollen binnen de organisatie van sportieve activiteiten of competitie. Als lid van een ploeg gedraagt de leerling zich als aanvaller of verdediger, in balbezit of balverlies, als leider , als spelbepaler, als sterkere of als zwakkere medespeler, als verliezer of als winnaar.De houding tegenover leiding, scheidrechter, coach of organisator wordt gestuurd door leerlingen zelf in deze rollen te plaatsen en erover te laten reflecteren.De houding tegenover prestaties wordt gerelativeerd door het benadrukken en belonen van attitudes zoals regelmatige aanwezigheid, orde en netheid, polyvalentie, prestaties op eigen niveau (niet vergelijken met anderen maar met jezelf). | Organisatie van allerhande bewegingsactiviteiten met hoge participatie van de leerlingen. De leerkracht als begeleider met veel ruimte voor initiatief van de leerlingen. Doorbreken van de les lichamelijke opvoeding via de bewegingscultuur op school of binnen de scholengemeenschap naar de bewegingscultuur in de samenleving. |  |

## 5.7 Vakonderdelen

Het betreft de volgende vakonderdelen:

* praktische vaardigheden
* atletiek
* volleybal
* korfbal
* terugslagspelen
* natuursporten.

Deze vakonderdelen bevatten geen doelstellingen: de doelstellingen die met het vak lichamelijke opvoeding in de derde graad moeten worden bereikt, staan vermeld bij de vier deelthema’s/componenten, t.t.z. fitheid en gezonde en veilige levensstijl, situatief denken en handelen, motorische vaardigheid, sociaal functioneren en zelfconcept ontwikkelen.

De leraar krijgt per vakonderdeel suggesties voor concrete activiteiten waaruit kan worden gekozen met het ook op de invulling van deze componenten.

Tevens wordt de codering van de eindtermen vermeld:

* vakgebonden eindtermen: telkens in de 2de, 4de, 6de en 8ste kolom

|  |
| --- |
| *5.7.1 Vakonderdeel Praktische vaardigheden* |
| **Fitheid, gezonde en veilige levensstijl** | **Motorische competenties** | **Sociaal functioneren en zelfconcept ontwikkelen** |
|  | **ET** | **Motorische vaardigheden** | **ET** | **Situatief denken en handelen** | **ET** |  | **ET** |
| Zelf toestellen, omlopen, opstellingen en situaties creëren waarbij veiligheid centraal staat.Vorderingen testen.Conditionele (cardiovasculaire) tests inbouwen. | 9162016 | Deelgebied: **balanceren, gaan, lopen en springen**.Deelgebied: **zwaaien, klimmen en klauteren**: combinaties klimtouw en rek.Deelgebied: **duwen, trekken, heffen en dragen**: lasten eigen lichaam, partner.Combineren van de deelgebieden. | 9101112ICO | Probleemoefeningen oplossen: individueel en in groep.Hindernisparcours individueel of in teamverband afleggen. | 3ICO23ICO | **Samenwerking** is een basisgegeven in dit vakonderdeel.Vaardigheden in **teamverband** laten uitvoeren om samenwerking op te bouwen (partneracro, begeleiding leerling met blinddoek).Aangeven waarom iets lukt of niet lukt.Uitdaging en grenzen voorleggen. | 23ICO23ICO8204 |

**VOET**: TA.BE:

* schema van een bewegingsverloop, visuele vaststelling van een techniek, … laten noteren
* leerlingen die door omstandigheden niet deelnemen aan een les, kunnen de activiteiten beschrijven, in een schema zetten
* aandacht voor verzorgd taalgebruik als kapitein, scheidsrechter, tijdbewaker, organisator, verslaggever, … tijdens teamwork of bij overleg- en keuzemomenten

|  |
| --- |
| *5.7.2 Vakonderdeel Atletiek* |
| **Fitheid, gezonde en veilige levensstijl** | **Motorische competenties** | **Sociaal functioneren en zelfconcept ontwikkelen** |
|  | **ET** | **Motorische vaardigheden** | **ET** | **Situatief denken en handelen** | **ET** |  | **ET** |
| Via individuele en realistische doeltellingen inzicht verschaffen in conditieverbetering.Streven naar meerdere conditionele prikkels per week.Gevarieerd tempolopen in de natuur, de piste of zelfs indoor.Belonen van een ‘juist tempo’ of ‘minimale vooruitgang’ in plaats van absolute tijden. Vooruitgang, hoe klein ook, leidt tot succesbeleving en stimuleert het plezier in lopen.Afspraken maken om de veiligheid te verzekeren.Het plezier van het sporten in de open lucht laten ondervinden.Het belang van een goede opwarming, stretching en cooling-down laten ontdekken. | 16\*21\*2292516203\*21\*2216 | Ontwikkelen van een natuurlijke en ontspannen loopstijl via een gevarieerd aanbod van loopvormen en –spelen:- aflossingen- reactiespelen- hindernislopenAandacht voor looptechniek, ontwikkeling van snelheid en explosiviteit. | 1212 | De leerlingen een complex bewegingsverloop leren visualiseren en zo komen tot techniekverbetering.Leerlingen leren elkaars houding verbeteren.Leerlingen aansporen om technische raad uit te wisselen met elkaar.Verantwoordelijkheidszin en leiding. | 7812ICO7231ICO | Wijzen op de atletische mogelijkheden van de mens en de prestatiegrenzen.Leren inschatten van eigen mogelijkheden.Plezier beleven aan prestatie-verbetering.Leerlingen wijzen op de kracht van de aanmoediging en de negatieve invloed van ondoordachte kritiek.De leerlingen laten ontdekken dat fitheid leidt naar een positief zelfbeeld en zelfvertrouwen.Loopspelvormen (reactiespelen, aflossingen, achtervolgingen, hindernissenparcours) in teamverband aanbieden.Samenwerken en omgaan met eigen emoties en de emoties van anderen. | 1620258ICO2511ICOICO |

|  |
| --- |
| *5.7.2 Vakonderdeel Atletiek* |
| **Fitheid, gezonde en veilige levensstijl** | **Motorische competenties** | **Sociaal functioneren en zelfconcept ontwikkelen** |
|  | **ET** | **Motorische vaardigheden** | **ET** | **Situatief denken en handelen** | **ET** |  | **ET** |
| De gevaren van onnatuurlijke prestatie verhogende middelen bespreken en hun kritische zin hieromtrent versterken.Eerste zorg bij veel voorkomende sportblessures (ijs, immobiliseren). | 162018 | Verbreden en verdiepen van technische discipline: hoogspringenDe leerlingen zien in dat de ontwikkeling van techniek, kracht en snelheid leidt tot prestatie- verbetering. | 12 |  |  | Elkaar aansporen technische raad uit te wisselen. | 2TA.BEICO |

**VOET**: TA.BE:

* schema van een bewegingsverloop, visuele vaststelling van een techniek, … laten noteren
* leerlingen die door omstandigheden niet deelnemen aan een les, kunnen de activiteiten beschrijven, in een schema zetten
* aandacht voor verzorgd taalgebruik als tijdbewaker, organisator, verslaggever, … tijdens teamwork of bij overleg- en keuzemomenten

|  |
| --- |
| *5.7.3 Vakonderdeel Volleybal* |
| **Fitheid, gezonde en veilige levensstijl** | **Motorische competenties** | **Sociaal functioneren en zelfconcept ontwikkelen** |
|  | **ET** | **Motorische vaardigheden** | **ET** | **Situatief denken en handelen** | **ET** |  | **ET** |
| Cardiovasculaire prikkels onder de vorm van wedstrijd- en spelvormen met een **hoge bewegingsintensiteit**.Specifieke **fysieke** basiseigenschappen volleybal: snelheid, explosiviteit, sprongkracht, beweeglijkheid.Preventief optreden in verband met blessures inherent aan volleybal.Veiligheidsafspraken.Eerste zorg bij veel voorkomende sportblessures (ijs, immobiliseren). | 1\*151622181818 | Wedstrijdvormen waarin de leerlingen gelijktijdig **c**  en spelinzicht verwerven. Beperkingen of opdrachten inbouwen die bepaalde technieken accentueren. Van 1 tegen 1 tot 6 tegen .Slechts evolueren naar 6 tegen 6 wanneer de groep technisch klaar is.Organisatievormen met veel uitdaging en speelvreugde.Basistechnieken: voetenwerk, receptie, pas, aanval, opslag, blok.Spelvormen waarbij de leerlingen de basistechnieken oefenen. Snel terugkeren naar wedstrijdvormen.Oefenvormen voor de specifieke technieken: aanval, blok, verschillende soorten passen, … | 4101112\*15999 | Wedstrijdvormen waarin de leerlingen gelijktijdig en spelinzicht verwerven. Beperkingen inbouwen die specifieke vormen van spelinzicht accentueren. Van 1 tegen 1 of 6 tegen 6.**Spelinzicht**: bewegen in functie van de baan van de bal, actie voor het spelen van de bal, actie na het spelen van de bal, diep of kort spelen in functie van de positie van de tegenstrever.Specifieke taken van de spelers: receptie, passeur, aanvaller, blokker.Posities (opstelling) op het veld en positiewisseling.Spelvormen waarbij de leerlingen specifiek spelinzicht verwerven.Eenvoudige strategische en tactische benadering van het volleybal. | 381011131011139999 | Het aandeel van elk lid van een team benadrukken in functie van het te bereiken doel.Samenwerking onderstrepen en activeren.Het onderling coachen invoeren en verbeteren als ondersteuning van de teamprestatie.De kenmerken van een efficiënte coaching bespreken: positieve coaching en coachen vooraf (geen commentaar na de fase).Door middel van doordachte organisatievormen, ploegsamenstellingen en rolverdelingen het aandeel van elke leerling benadrukken. | 358ICO351011\*15ICO23ICOTA.BE2323ICOTA.BE |

|  |
| --- |
| *5.7.3 Vakonderdeel Volleybal* |
| **Fitheid, gezonde en veilige levensstijl** | **Motorische competenties** | **Sociaal functioneren en zelfconcept ontwikkelen** |
|  | **ET** | **Motorische vaardigheden** | **ET** | **Situatief denken en handelen** | **ET** |  | **ET** |
|  |  |  |  |  |  | Een gezonde competentiebeleving met veel speelvreugde.Een positieve houding eisen tegenover ploeggenoten, de tegenstrever en de wedstrijdleiding.Aanmoedigen en belonen van fair-play.De meest begaafde leerlingen ondersteunen en helpen de minder begaafden. | \*1623ICOICO23ICO |

**VOET**: TA.BE:

* schema van een bewegingsverloop, visuele vaststelling van een techniek, … laten noteren
* leerlingen die door omstandigheden niet deelnemen aan een les, kunnen de activiteiten beschrijven, in een schema zetten
* aandacht voor verzorgd taalgebruik als kapitein, scheidrechter, tijdbewaker, organisator, verslaggever, … tijdens teamwork of bij overleg- en keuzemomenten.

|  |
| --- |
| *5.7.4 Vakonderdeel Korfbal* |
| **Fitheid, gezonde en veilige levensstijl** | **Motorische competenties** | **Sociaal functioneren en zelfconcept ontwikkelen** |
|  | **ET** | **Motorische vaardigheden** | **ET** | **Situatief denken en handelen** | **ET** |  | **ET** |
| Plezier en voldoening ondervinden in activiteiten in de openlucht.Cardiovasculaire prikkels onder de vorm van wedstrijd- en spelvormen met een hoge bewegingsintensiteit.Aangepaste opwarming met of zonder bal.Preventief optreden in verband met blessures inherent aan balsporten.Eerste zorg bij veel voorkomende sportblessures (ijs, immobiliseren). | 1162218 | Vereenvoudigde wedstrijdvormen waarin de leerlingen gelijktijdig **basistechnieken** en spelinzicht verwerven.Basistechnieken en vaardigheden:- werpen- vangen- doelen (uit stand en in beweging)- doelen bovenhands en onderhands | 49101112 | Spelinzicht: vrijkomen, aanspelen van vrijkomende medespeler.Wedstrijd- en spelvormen waarin de leerlingen gelijktijdig techniek en **inzicht** verwerven.Spelinzicht verhogen via specifieke opdrachten of taken zowel aanvallend als verdedigd. | 1011 | Korfbal is uniek als enig volwaardig doelspel met gemengde teams (co-instructie).In team spelen is samenwerken.De bijdrage van elk teamlid is belangrijk.De verschillen tussen meisjes en jongens staan een optimale teamprestatie niet in de weg.De houding van de leerlingen bijsturen door in te grijpen in de situatie (beperkingen, organisatie-vormen, ploegsamenstelling), door coaching en motivering, door rolverdeling.De accentuering van het aandeel van een leerling aan een teamprestatie werkt enorm motiverend. Het is een bron van bewegingsvreugde en gezonde competitiebeleving.Regels en afspraken in verband met lichamelijk contact, bestraffing van fouten, aanmoedigen en belonen van fair-play.Samen met de leerlingen een tornooi organiseren. | 56ICOICOICO25ICOICOTA.BE54ICO678ICOICO |

|  |
| --- |
| *5.7.4 Vakonderdeel Korfbal* |
|  | **Motorische competenties** | **Sociaal functioneren en zelfconcept ontwikkelen** |
|  | **ET** | **Motorische vaardigheden** | **ET** | **Situatief denken en handelen** | **ET** |  | **ET** |
|  |  |  |  |  |  | Keuzemogelijkheden inbouwen, overleg organiseren.Verder bouwen op uitdagende opdrachten.Zelfbeoordeling introduceren (scorekaarten, evaluatiefiches, evaluatie van de vordering).Aandacht voor de houding winnaar-verliezer.Rol van een scheidsrechter.Leerlingen regelmatig het spel laten leiden. Eigen houding tegenover de scheidsrechter bijsturen.Rol van de coach: leerlingen als leider laten optreden. | TA.BE23TA.BEICOICOICOTA.BETA.BE |

**VOET**: TA.BE:

* schema van een bewegingsverloop, visuele vaststelling van een techniek, … laten noteren
* leerlingen die door omstandigheden niet deelnemen aan een les, kunnen activiteiten beschrijven in een schema zetten
* aandacht voor verzorgd taalgebruik als kapitein, scheidrechter, tijdbewaker, organisator, verslaggever, … tijdens teamwork of bij overleg- en keuzemomenten

|  |
| --- |
| *5.7.5 Vakonderdeel Terugslagspelen* |
| **Fitheid, gezonde en veilige levensstijl** | **Motorische competenties** | **Sociaal functioneren en zelfconcept ontwikkelen** |
|  | **ET** | **Motorische vaardigheden** | **ET** | **Situatief denken en handelen** | **ET** |  | **ET** |
| Conditionele prikkels onder vorm van intensieve spel- en wedstrijdvormen.Aangepaste opwarming voorzien om mogelijke kwetsuren te vermijden.Spelregels kennen om correct en veilig de betrokken sport te beoefenen.Regels bij structuratiespelen aanpassen aan de accommodatie (bezetting per terrein) en het niveau van de spelers.Afspraken en regels naleven om kwetsuren te vermijden.Aangepast schoeisel en kledij om veilig te sporten. | 20221820221\*1412£\*141181619 | Verbeteren van coördinatie, voetenwerk en plaatsing d.m.v.:- minispelen, structuratiespelen- variatie in gebruikte materialen- slagen: - uit stand - na verplaatsingInoefenen van slagenreeksen per twee. Nadruk op basishouding, verplaatsing, techniek. | 494101241012 | Uitdagingen creëren zodat de leerlingen zelf moeten nadenken om een oplossing te vinden.Moeilijkheidsgraad variëren in functie van het niveau van de leerlingen.Tactisch de voor- en nadelen van een bepaalde slagvolgorde leren ondervinden. | 3457781078 | Doen inzien en ondervinden dat individuele motorische basisvaardigheden verwerven, essentieel is in elk terugslagspel.Spelvreugde verhoogt door de techniekverbetering.Het belang benadrukken van de aangever. Hij bepaalt in belangrijke mate het lukken of mislukken van de oefening.Kennen spelen met en tegen vaardige en minder vaardige medeleerlingen. | 6781026ICO2\*1525ICO |

|  |
| --- |
| *5.7.5 Vakonderdeel Terugslagspelen* |
| **Fitheid, gezonde en veilige levensstijl** | **Motorische competenties** | **Sociaal functioneren en zelfconcept ontwikkelen** |
|  | **ET** | **Motorische vaardigheden** | **ET** | **Situatief denken en handelen** | **ET** |  | **ET** |
|  |  | Toepassen in minispelen en structuratiespelletjes met aangepaste reglementen.Wedstrijdvormen enkel- en dubbelspel. | 9101111 | Vereenvoudigde spelvormen waarin de leerlingen naast motorische vaardigheid ook spelinzicht verwerven.Tactiek en spelinzicht trachten te koppelen aan de aangeleerde basisvaardigheden. | 11132313 | Zelf een vorm van arbitrage tijdens de spelvormen laten uitvoeren.Begeleiden van winst of verlies naar een wedstrijd. | 123ICOTA.BE23ICO TA.BE |

**VOET**: TA.BE:

* schema van een bewegingsverloop, visuele vaststelling van een techniek, … laten noteren
* leerlingen die door omstandigheden niet deelnemen aan een les, kunnen de activiteiten beschrijven, in een schema zetten
* aandacht voor verzorgd taalgebruik als kapitein, scheidsrechter, organisator, verslaggever, … tijdens teamwork of bij overleg- en keuzemomenten

|  |
| --- |
| *5.7.6 Vakonderdeel Natuurspelen* |
| **Fitheid, gezonde en veilige levensstijl** | **Motorische competenties** | **Sociaal functioneren en zelfconcept ontwikkelen** |
|  | **ET** | **Motorische vaardigheden** | **ET** | **Situatief denken en handelen** | **ET** |  | **ET** |
| Plezier en voldoening ondervinden in activiteiten in de openlucht.Plezier en voldoening ondervinden bij uitdagende of fysiek veeleisende activiteiten.Het belang inzien van een goed getraind lichaam bij het beoefenen van uitdagende en fysiek veeleisende activiteiten.Het belang ondervinden van veiligheidsregels en –afspraken bij uitdagende en risicodragende activiteiten.Preventief optreden in verband met blessures inherent aan natuursporten.Notie hebben van eerste hulp bij ongevallen/ | \*151616202211718 | Het aanbieden en organiseren van allerhande activiteiten in de natuur, afhankelijk van de mogelijkheden, de keuzes van de leerlingen en het aanbod.Voorbeelden:muur- en rotsklimmenrappeloriëntatieloopdroppingsurvivalloopavonturentochthindernissenparcourskano en kayakwandelen en bergwandelentrektochten | 49101112 | Inzicht verwerven in de relatie van de mens tot de natuur.Inzicht verwerven in de beperkingen en demogelijkheden van de mens in nieuwe en uitdagende situaties.Inzien dat een aantal eigenschappen, vaardigheden en instincten van de mens steeds minder aangesproken worden in onze beschermde moderne maatschappij. | 16\*21\*22 | Participatie van de leerlingen organiseren rond:- een kritische analyse van het aanbod in natuurgebonden activiteiten (commerciële organisaties)- het maken van verantwoorde keuzes uit de verschillende mogelijkhedenIn nieuwe en uitdagende situaties het accent leggen op:- samenwerken- helpen- ervaringen uitwisselen- omgaan met emoties (eigen emoties en emoties van anderen)- motiveren- vertrouwen opbouwen- veiligheid- verantwoordelijkheid dragen | 3\*14TA.BE52418225\*1523181ICOTA.BE |

**VOET:** TA.BE:

* schema van een bewegingsverloop, visuele vaststelling van een techniek, … laten noteren;
* leerlingen die door omstandigheden niet deelnemen aan een les, kunnen de activiteiten beschrijven, in een schema zetten;
* aandacht voor verzorgd taalgebruik als kapitein, scheidsrechter, tijdbewaker, organisator, verslaggever, … tijdens teamwork of bij overleg- en keuzemomenten.
1. **De vakoverschrijdende eindtermen (VOET)**

De vakoverschrijdende eindtermen zijn geordend in:

- de gemeenschappelijke stam en zeven contexten (niet graadgebonden);

- leren leren (per graad);

- ICT (voor de eerste graad);

- technisch-technologische vorming (voor de tweede en derde graad aso).

In elk vak wordt aan de vakoverschrijdende eindtermen gewerkt. In dit leerplan zijn de VOET als volgt opgenomen:

* Een aantal eindtermen van de gemeenschappelijke stam is verwerkt in het hoofdstuk ‘Opbouw van het leerplan’ (zie hoofdstuk 4).

Ze werden gecodeerd als 'STM'.
Eindtermen van de gemeenschappelijke stam komen ook nog voor als doelstellingen van het vak, aangeduid in de kolom ‘code’. Tot slot komt de afkorting STM ook voor in de kolom 'link' bij de didactische wenken, rechts in het schema.

* In de kolom 'link', wordt verwezen naar een context indien er een duidelijk en evident verband is tussen een eindterm van die context en de doelstelling, de leerinhoud of de didactische suggesties.
* Leren leren is onlosmakelijk met het vak verbonden. Een aantal eindtermen ‘leren leren’ komen voor als doelstellingen van het leerplan. Ze herkenbaar aan de code 'LER' die naast de doelstelling staat.

De vakoverschrijdende eindtermen voor het secundair onderwijs zijn te vinden op de website van het departement onderwijs:

<http://www.ond.vlaanderen.be/curriculum/secundair-onderwijs/index.htm>

# Integratie ICT

**Instructie, differentiatie en remediëring met behulp van ICT**

ICT ondersteunt het lesgeven en biedt de mogelijkheid om bepaalde leerinhouden op verschillende manieren voor te stellen en aan te brengen, o.a. via tekst, grafieken, schema’s, geluid, stilstaand en bewegend beeld. In de klas kan dit gebeuren door het gebruik van computers en digitale borden.

Het gebruik van een elektronische leeromgeving biedt leerlingen kansen om zelfstandig leerinhouden te verwerken en opdrachten op eigen tempo uit te voeren. Sommige softwareprogramma’s/leerpaden zijn interactief zodat een meer geïndividualiseerd leerproces kan worden doorlopen. De leerling kan op eigen tempo werken en eventueel een eigen parcours kiezen. Een aantal programma’s oefenen vaardigheden en oplossingsstrategieën of zijn geschikt om individueel of in groep te differentiëren en te remediëren.

Via tests kan worden nagegaan in hoeverre kennis en vaardigheden verworven zijn. Dit heeft zeker voordelen als het programma een goede feedback aan de leerling geeft en kansen biedt om op verschillende niveaus te werken.

**Informatie verwerven en verwerken met ICT**

Er bestaan heel wat bronnen die allerlei informatie interactief aanbieden. Via de talrijke ‘links’ bouwt de leerling een individueel leerparcours op. Er zijn dus andere ‘leesstrategieën nodig dan bij een lineaire tekst. Om leerlingen hierbij te ondersteunen zijn gerichte zoekopdrachten en verwerkingstaken noodzakelijk (informatie ordenen, schema’s aanvullen, informatie vergelijken, verbanden leggen, woordbetekenissen afleiden…).

Het internet is een onuitputtelijke bron van informatie. Om zich een weg te banen door het grote aanbod is een kritische ingesteldheid noodzakelijk. Deze houding moet worden aangeleerd. Als leerlingen binnen of buiten de klas informatie op het web zoeken, moeten ze over een aantal beoordelingscriteria voor ‘tekstmateriaal’ beschikken.

Sommige opdrachten kunnen de leerlingen van ‘huiswerksites’ plukken. Opgaven zullen met deze nieuwe realiteit rekening moeten houden, willen ze zinvol blijven: bronvermelding eisen, meer vergelijkende opdrachten, meer persoonlijke en kritische verwerking. Aan groepsopdrachten en -eindproducten kunnen kwalitatief hogere eisen worden gesteld qua vormgeving en presentatie. Aan bepaalde opdrachten kan een mondelinge presentatie gekoppeld worden, een presentatiepakket kan hier ondersteunend werken. Samenwerken met andere leerkrachten is noodzakelijk om de vakoverschrijdende eindtermen ICT van de eerste graad na te streven. Om de continuïteit van het gebruik van ICT in alle vakken te verzekeren kan een ICT-leerlijn voor de tweede en derde graad ontwikkeld worden op basis van het OVSG-model.

**Communiceren met ICT**

ICT geeft de mogelijkheid om te communiceren via o.a. e-mail, sociale netwerken, een elektronische leeromgeving. Deze communicatie kan gebeuren binnen een klas of school, maar ook met leerlingen van andere scholen in binnen- en buitenland. Een gezamenlijk interscolair project opzetten behoort tot de mogelijkheden.

Communicatie tussen leerkracht en leerling(en) is ook mogelijk: de leerkracht kan cursusmateriaal elektronisch beschikbaar stellen, voorbeelden van toets- en examenvragen, jaarplanning, … Leerlingen kunnen verslagen, huistaken, digitaal portfolio e.d. elektronisch naar de leerkracht sturen.

OVSG ontwikkelde een model van een ICT-beleidsplan, ICT-leerlijnen en ICT-instructiekaart. U kunt deze documenten raadplegen via het extranet van OVSG: <http://extranet.ovsg.be/> (rubriek ‘Publicaties’).

# Taalontwikkelend vakonderwijs

Leren op school kan niet zonder taal: **taal**, **leren** en **denken** zijn onlosmakelijk verbonden. In alle vakken worden de vakinhouden overgebracht via taal, voornamelijk het Nederlands. Daarom moeten vakdoelen en taalontwikkeling in elk vak samen worden aangepakt. Elke leerkracht weet immers dat een te lage taalvaardigheid van de leerlingen het bereiken van vakdoelen in gevaar brengt.

De didactiek die leerstofdoelen en taaldoelen bewust aan elkaar koppelt in alle vakken en voor alle leerlingen met de bedoeling leerwinst te boeken, noemt men ‘taalontwikkelend vakonderwijs’.

Nederlands of PAV speelt een cruciale rol in het taalbeleid dat gericht is op taalontwikkelend vakonderwijs, het is als het ware het aanleverend vak voor het taalbeleid. De lees-, luister-, spreek-, schrijf- en kijkstrategieën worden hier aangeleerd met de OVUR-structuur (vaste opeenvolging van oriënteren, voorbereiden, uitvoeren en reflecteren bij het aanpakken van een taak). Deze leerstrategieën en de OVUR-structuur zijn echter ook vereist bij de opdrachten in andere vakken.

**Taalontwikkelend vakonderwijs is contextrijk onderwijs vol interactie en met taalsteun.**

1. Een rijk en overvloedig taalaanbod plaatst nieuwe leerstof in **bekende en bredere contexten**. De context geeft aanknopingspunten om de nieuwe stof te koppelen aan de aanwezige kennis en aan een concrete (levensechte) leersituatie. Meer context is nodig om leerlingen de nodige aanknopingspunten te geven om nieuwe informatie (leerstof) aan op te hangen.
2. Het **scheppen van interactiemogelijkheden** heeft de bedoeling natuurlijke, echte gesprekken met veel school- en vaktaal te doen plaatsvinden. De interactie in de klas gebeurt tussen leerkracht en leerlingen en tussen leerlingen onderling en is van enorm belang om leerlingen actief met de leerstof te laten bezig zijn. Deze interactie verplicht de leerlingen via schrijven en/of spreken de nieuwe informatie ook effectief te gebruiken en zo van het verwerven van informatie naar het verwerken ervan te gaan. Het nut van deze interactiemomenten in de les is dat alle leerlingen zelfstandig denk- en leeractiviteiten uitvoeren en de daarbij behorende taalvaardigheid verwerven en oefenen. Een taal leren doe je door die veel te gebruiken, dat geldt ook voor vaktaal.
3. Taalontwikkelend vakonderwijs voegt aan deze twee leerbevorderende principes een derde toe, namelijk het **geven van taalsteun**. Taalsteun wordt gegeven om de leerstof en opdrachten toegankelijker te maken voor de leerlingen. Het betekent niet de taal vereenvoudigen, maar wel leerlingen hulp bieden bij het omgaan met de voor hen soms moeilijke school- en vaktaal. Taalsteun geven begint met heldere doelen en structuren in de lessen aan te brengen, door leerlingen hulpmiddelen te laten gebruiken (instructiekaarten, stappenplannen, woordenlijsten…), door de OVUR-structuur toe te passen in de les, door tijd uit te trekken voor reflectie op het eindresultaat en het leerproces. Het geeft de leerlingen de mogelijkheid om te leren hoe ze iets moeten noteren, hoe ze iets moeten vertellen, hoe ze een tekst kunnen lezen, enzovoort.

Om dit te realiseren hou je rekening met de doelstellingen taal die in dit leerplan zijn opgenomen.

Meer informatie vind je in ***‘Een schoolbeleid voor taalontwikkelend vakonderwijs’***, op het extranet van OVSG <http://extranet.ovsg.be/> (rubriek ‘Publicaties’).

# Vakgroepwerking

Elke leerkracht maakt deel uit van een vakgroep. Die vakgroepen zijn een formele samenwerkingsvorm die het uitbouwen van een pedagogische werking mogelijk maakt. De samenwerking kan verschillende formele en informele vormen aannemen en dient o.a. om ervaringen uit te wisselen, elkaar te helpen, ideeën, materiaal en werk te delen, enz…[[1]](#footnote-1) Samenwerken betekent leren van elkaar: uit discussies en uitwisseling van ervaringen bouwt een groep kennis op die ze toepast bij het realiseren van diverse **onderwijsverbeteringen**. Een goede vakgroepwerking bevordert de kwaliteit van de klaspraktijk en de leerlingenresultaten en is een belangrijk element van **professionalisering** van een team. De leerkracht blijft zich bewust van de impact die hij/zij heeft op het leren van de leerling. Een goede vakgroepwerking heeft zichtbare effecten in de klas.

Lesgeven in een klas betekent leerplanrealisatie, leerlingenevaluatie, leerlingenbegeleiding en voortdurend de kwaliteit van het onderwijsproces in het oog houden. Deze thema’s vormen bij uitstek het uitgangspunt van discussie, bespreking en afstemming binnen de vakgroep.

Het leerplan bevat voor de leerkracht essentiële gegevens voor de concrete onderwijspraktijk. In het leerplan vindt de leerkracht de algemene en de specifieke doelstellingen met aansluitend de leerinhouden voor een bepaald vak, bepaalde vakken of vakgebieden. De verdeling van de vakdoelstellingen binnen een graad is een item dat in de vakgroep aan bod dient te komen. Een goede afstemming van de leerlijnen, zowel verticaal als horizontaal, en van alle vakoverschrijdende initiatieven vormt een belangrijk onderwerp binnen de vakgroepvergaderingen. De wenken voor de didactische aanpak en de bijkomende informatie kunnen nuttig zijn voor de realisatie van het leerplan. Ook het nastreven van de vakoverschrijdende eindtermen en ontwikkelingsdoelen binnen de verschillende contexten is een belangrijk itemvoor de vakgroepvergaderingen. Leerplanstudie en **leerplanrealisatie** vormen dus bij uitstek het onderwerp van een vakgroepvergadering.

**Leerlingenevaluatie** is in de eerste plaats afgestemd op de leerplandoelen. Zowel het leerproces als de eindresultaten zijn voorwerp van evaluatie. Helder en transparant geformuleerde evaluatiecriteria vormen de basis voor een evaluatie, afgestemd op het leerlingenprofiel. Ook in de vakgroep kan je afspraken maken omtrent evaluatie, bespreek je toets- en examenvragen en stem je op elkaar af.

**Leerlingenbegeleiding** begint in de klas in elk vak. Een gerichte leer- en studiebegeleiding in het vak biedt leerlingen een houvast bij het verwerken van de leerinhouden. Het gebruik van activerende werkvormen en aandacht voor verschillen bij leerlingen zorgen voor een grotere betrokkenheid en een stijging van de motivatie. Voor leerlingen met gedrags- en/of leerproblemen moeten de afspraken gemaakt met de leerlingbegeleider in de klas voor elk vak opgevolgd worden. De vakgroep bespreekt de manier van (gezamenlijke) aanpak van leerlingen met eventuele leerproblemen.

Kwaliteitsvol werken in de klas wordt bevorderd door (zelf)reflectie en evaluatie op basis van zowel interne als externe gegevens over de vorige drie thema’s (leerplanrealisatie, leerlingenevaluatie, leerlingenbegeleiding). De resultaten van de leerlingen (ook als klas) geven hier een belangrijke indicatie. Hieruit worden conclusies getrokken en acties ondernomen die op hun beurt opgenomen worden in de cirkel van **kwaliteitszorg**. Op die manier bewaakt de vakgroep constant de eigen werking en stuurt ze bij waar nodig. Deze kwaliteitsverbetering wordt vanuit een sterk en breed draagvlak gemotiveerd, wat de kans op effectiviteit verhoogt. Zo kan een kwaliteitsvolle vakgroepwerking echt renderen en heeft dit effect op de leerresultaten van de leerlingen.

Meer informatie vindt u in de ***Leidraad kwaliteitsvolle vakgroepwerking***, op het extranet van OVSG***,*** <http://extranet.ovsg.be/> (rubriek ‘Publicaties’).

# Evaluatie

**Waarom evalueren?**

Evaluatie kan zeer verschillende functies hebben:

* formatief;
* summatief.

**Formatieve** (of tussentijdse) **evaluatie** is een middel om het leren bij leerlingen te verbeteren. Ze moet opgevat worden als een leerkans voor leerlingen en niet louter als een beoordelingsmoment. Deze evaluatie signaleert en diagnosticeert individuele leerproblemen met de bedoeling te remediëren. Cruciaal is de feedback aan de leerlingen: de leerlingen krijgen informatie over de bereikte en niet-bereikte leerdoelen en over de effectiviteit en de efficiëntie van hun leerproces. Leerlingen kunnen ook zelf bewijsmateriaal verzamelen om aan te tonen dat ze bijleren, dat ze zichzelf bijsturen. Zo worden ze verplicht om na te denken over hun eigen werkmethodes, aanpak, manier van leren. Deze formatieve manier van evalueren geeft niet alleen de leerling de kans om bij te sturen. De leerkracht ziet meteen waar het fout loopt en kan tijdens het leerproces ingrijpen om grotere schade te voorkomen door het leerproces en het lesgeven bij te sturen.

**Summatieve** (of eind-) **evaluatie** heeft als doel resultaatbepaling, kwaliteitsbeoordeling van de leerling, een eindoordeel uitspreken over de leerprestaties van de leerling en dit om de leerling te oriënteren en te selecteren.

**Wat evalueren?**

Uitgangspunt voor de evaluatie blijven uiteraard de leerplandoelstellingen, die als inzichten, vaardigheden en attitudes geformuleerd zijn. Belangrijk is dat de leerkracht de leerdoelen duidelijk zichtbaar maakt voor de leerlingen zodat ze weten wat ze moeten leren en vooral waarop ze zullen beoordeeld worden. Deze criteria moeten duidelijk met hen besproken worden. Eventueel kunnen een aantal samen met hen worden opgesteld.

*Procesevaluatie*

Via procesevaluatie verzamelt men gegevens over het verloop van het leerproces: de aanpak van de leerling om doelstellingen na te streven staat centraal. Deze evaluatie stelt in staat om de vooruitgang van de leerling te bepalen en om sterke en zwakke kanten in kaart te brengen. Hierdoor kan het leerproces continu bijgestuurd worden.

*Productevaluatie*

Via productevaluatie verzamelt en beoordeelt men gegevens om na te gaan of de leerling de gestelde doelstellingen heeft bereikt. Hiervoor bekijkt men het resultaat.

**Wie evalueert?**

In een 'testcultuur' is alleen de leerkracht verantwoordelijk voor de evaluatie. In een 'evaluatiecultuur' werken leerkracht en leerlingen samen aan de evaluatie. De participatie van leerlingen aan het evaluatieproces vergroot hun betrokkenheid en verantwoordelijkheid bij de leerstof en helpt hen dit beter te verwerken.

Bij *zelfevaluatie* zal een leerling zichzelf moeten beoordelen. Bij *peerevaluatie* en *co-evaluatie* kunnen ook medeleerlingen evalueren volgens vooraf opgestelde en besproken criteria. De leerkracht begeleidt dit leerproces en blijft verantwoordelijk voor de eindbeoordeling. Bij deze twee vormen van evaluatie is de reflectie door de leerling en het formuleren van nieuwe werkpunten cruciaal om tot een beter leerproces te komen.

In sommige gevallen zullen derden de leerlingen mee evalueren. Dit zal bijvoorbeeld het geval zijn wanneer een leerling tijdens een stage door de stagementor geëvalueerd wordt.

**Hoe evalueren?**

Kwaliteitsvol evalueren heeft te maken met verschillende facetten zoals de vooropgestelde criteria, de gebruikte evaluatievorm en de kwaliteit van toets- en examenvragen.

Meer informatie vindt u in ***Kwaliteitsvolle toets- en examenvragen***, op het extranet van OVSG, <http://extranet.ovsg.be/> (rubriek ‘Publicaties’).

# Minimale materiële vereisten

Het betreft de materiële vereisten die minimum noodzakelijk zijn voor een goede uitvoering van het leerplan.

Vaklokaal

Het vaklokaal is conform de eisen gesteld in

* de Welzijnswet (betreft het welzijn van de werknemers bij de uitvoering van hun werk);
* de Codex (omvat de uitvoeringsbesluiten van de Welzijnswet, zal op termijn het ARAB vervangen);
* het Algemeen Reglement voor de Arbeidsbescherming (ARAB);
* het Algemeen Reglement op Elektrische Installaties (AREI);

en houdt rekening met

* het Vlaams Reglement betreffende de Milieuvergunning ( VLAREM) en
* het Vlaams Reglement inzake Afvalvoorkoming (VLAREA).

*Voor het vakonderdeel praktische vaardigheden:*

- matten (min. 2 x 12 m)

- Zweedse banken

- Sportraam (of opnemen in buitenactiviteiten)

- plint

- springplank

- valmat

- klimtouwen (of opnemen in sportdag extra muros)

- minitrampoline

- muziekinstallatie

- springtouwen voor rope skipping: single (min. 20),

- klein materiaal: blokjes, hoepels, linten, ...

*Voor het vakonderdeel atletiek:*

- verkeerskegels (min 8 of ander markeringsmateriaal)

- chronometer

- toversnoer (min 1)

- meetlint (min 20 meter)

- valmat

- EHBO-set

*Voor het vakonderdeel spelen:*

- plastic ballen

- zachte volleyballen en –net (1 bal per 2 leerlingen)

- basketballen en doelen (1 bal per 2 leerlingen)

- handballen en doelen (1 bal per 2 leerlingen)

- verkeerskegels

- partijlintjes (min 12)

- badmintonmateriaal

- softballen

- minidoelen

- chronometer

- meetlint

- EHBO-set

- matten

- ballenpomp of compressor

# Vakspecifieke informatie

**Nuttige adressen**

BVLO, Bond voor Lichamelijke Opvoeding v.z.w.

Waterkluiskaai 16

9040 Gent (Sint-Amandsberg)

Tel.: 09 218 91 20

e-mail: info@bvlo.be

website: http://www.bvlo.be

Bloso

Arenberggebouw Arenbergstraat 5

1000 Brussel

Tel.: 02 209 45 11

e-mail: info@bloso.be

website: http://bloso.be

Sportdienst Provincie Antwerpen Mens en Beweging v.z.w.

Huis van de Sport (gemeenschappelijke vestigingsplaats meer dan 50 sportfederaties)

Boomgaardstraat 22 bus 1

2600 Antwerpen (Berchem)

Tel.: 03 240 62 70

e-mail: info@abpsport.provant.be

website: http://www.provant.be/sport/huis\_van\_de\_sport

SVS, Stichting Vlaamse Schoolsport

Centraal secretariaat

Leopold II-laan 184 D

1080 Brussel

Tel.: 02 420 06 80

e-mail: svs@schoolsport.be

website: http://www.schoolsport.be

# Bijlagen

De vakoverschrijdende eindtermen vindt u op de website van het [departement Onderwijs](http://www.ond.vlaanderen.be/DVO/Secundair/index.htm)

<http://www.ond.vlaanderen.be/curriculum/secundair-onderwijs/index.htm>

Colofon

Dit leerplan werd ontwikkeld door de leerplancommissie van OVSG met de medewerking van de Koninklijke balletschool Antwerpen.

1. Beleidsvoerend Vermogen – Platformtekst, Overkoepelend overlegplatform Inspectie-pedagogische begeleiding VlOR, p.7-8. [↑](#footnote-ref-1)