

Lichamelijke opvoeding en de vakoverschrijdende eindtermen (VOET) en ontwikkelingsdoelen (VOOD)

Werken aan de vakoverschrijdende eindtermen is een opdracht voor alle leden van het schoolteam waaraan de leraren LO voluit kunnen participeren. Lichamelijke opvoeding beoogt de totale persoonsvorming met beweging als middel om motorische competenties, gezonde en veilige levensstijl, zelfconcept en sociale vaardigheden te ontwikkelen. Dit gegeven is een belangrijke troef voor Lichamelijke opvoeding en tegelijk een hele uitdaging voor de leraar LO en de vakgroep. De leraar LO koppelt bewegen aan spelen, beleven, samenwerken, reflecteren, leren ...

De leerplandoelen LO sluiten nauw aan bij volgende vakoverschrijdende eindtermen:

Leerplandoelen LO	VOET / VOOD	
	Stam (sleutelvaardigheden)	Contexten
BEWEGINGSDOELEN	communicatief vermogen creativiteit doorzettingsvermogen empathie esthetische bekwaamheid exploreren flexibiliteit initiatief	Ontwikkeling van de persoon in contexten als 1. Lichamelijke gezondheid en veiligheid 2. Mentale gezondheid 3. Sociorelationele ontwikkeling in een multiculturele, democratische samenleving in contexten als 4. Omgeving en duurzame ontwikkeling 7. Socioculturele samenleving
PERSOONSDOELEN	kritisch denken open en constructieve houding respect samenwerken verantwoordelijkheid zelfbeeld zelfredzaamheid zorgvuldigheid zorgzaamheid	
LEREN LEREN		

De pedagogische begeleiding LO heeft samen met de leerplancommissie LO 2de graad een ordeningskader 'LO en VOET' ontwikkeld dat aantoont dat het vak LO een wezenlijke bijdrage levert aan het in praktijk brengen van vakoverschrijdende eindtermen.

Omdat de VOET (uitgezonderd 'Leren leren') als een totaalpakket voor het secundair onderwijs geformuleerd zijn, is er gekozen om leerlijnen te maken van de bewegings- en persoonsdoelen LO uit de algemene doelenkaders van de drie graden.

'Bewegingservaringen in de natuur' is gekoppeld aan de context 'Omgeving en duurzame ontwikkeling' en staat om die reden vermeld in het ordeningskader.

Naast de leerlijnen van bewegingsdoelen en persoonsdoelen staan in dit ordeningskader sleutelvaardigheden uit de stam en die eindtermen uit de contexten die een duidelijke link hebben met de leerlijnen van de leerplandoelen LO en deze aanvullen, verdiepen of verbreden.

De groep van vakbegeleiders LO heeft de keuze gemaakt om sleutelvaardigheden uit de stam per graad te koppelen aan de bewegings- en de persoonsdoelen LO. Zo ontstaan er leerlijnen van sleutelvaardigheden die per graad telkens een ander facet in het leerproces van de leerling aanspreken.

Het ordeningskader 'LO en VOET' geeft een overzicht van de mogelijkheden die de leraar LO heeft om, naast de leerplandoelen, ook systematisch te werken aan de VOET. Dit kader is exemplarisch en bedoeld als inspiratiebron voor de leraren LO. Andere keuzes, vooral wat sleutelvaardigheden betreft, zijn mogelijk.

'LO en VOET' is te vinden op de website van de pedagogische begeleiding LO: www.sip.be/loportaal. De vakoverschrijdende eindtermen 'Leren leren' die aan bod kunnen komen in de lessen LO zijn in een afzonderlijke tabel opgenomen.

Ook sportdagen, (na)schoolse sportontmoetingen en studiedagen waarbij sportieve activiteiten aanvullend kunnen ingepast worden in het geheel van de uitstap bieden kansen om vakoverschrijdende eindtermen na te streven.

Met vragen in verband met 'LO en VOET' kunnen de leraren LO terecht bij de pedagogische begeleiding LO.

		LEERLIJN algemene doelen			LEERLIJN Sleutelvaardigheden			Contexten	
		1 ^e graad	2 ^e graad	3 ^e graad	1 ^e graad	2 ^e graad	3 ^e graad		
Ontwikkeling van de motorische competenties		Bewegingsdoelen			VOET / VOOD				
		1	kunnen onder begeleiding veiligheidsvoorschriften , afspraken en regels naleven (2) gebruiken aangepaste uitrusting en kledij bij het uitvoeren van bewegingstaken (3)	kunnen in welbepaalde bewegingssituaties verantwoordelijkheid opnemen omtrent elkaars veiligheid door afspraken/regels na te leven (1) kunnen het belang van veiligheidsafspraken toelichten (2)	kunnen in nieuwe bewegingssituaties verantwoordelijkheid opnemen door gezamenlijk afgesproken veiligheidsregels toe te passen (1)	zorgvuldigheid	verantwoordelijkheid	samenwerken	1.2 leren het eigen lichaam kennen en reageren adequaat op lichaamssignalen 1.9 nemen voorzorgsmaatregelen tegen risicovol lichamelijk contact 1.11 passen veiligheidsvoorschriften toe en nemen voorzorgen voor een veilige leef- en werkomgeving 2.3 erkennen probleemsituaties en vragen, accepteren en bieden hulp
		2		kunnen medeleerlingen in welbepaalde bewegingssituaties helpen en ondersteunen (3)	kunnen en willen medeleerlingen helpen wanneer de bewegingssituatie dit vereist (2)		zorgzaamheid	respect	1.4 nemen een ergonomische en gevarieerde sta-, zit-, werk- en tilhouding aan 2.3 erkennen probleemsituaties en vragen, accepteren en bieden hulp
		3	zijn bereid het gepaste materiaal op te stellen en weg te bergen en kunnen in eenvoudige bewegingssituaties zelfstandig en onder begeleiding oefenen in kleine groepen (4)	bepalen zelfstandig hoe ze in welbepaalde bewegingssituaties eenvoudige leertaken individueel of in groep aanpakken en oplossen (4)	voeren zelfstandig leertaken uit om een bewegingsopdracht tot een goed einde te brengen, rekening houdend met hun eigen kunnen (4) kunnen bewegingssituaties alleen of in groep organiseren en aanpassen aan de deelnemers (5)	samenwerken	initiatief	zelfbeeld	2.1 gaan adequaat om met taakbelasting en met stressvolle situaties 3.2 erkennen het bestaan van gezagsverhoudingen en het belang van gelijkwaardigheid, afspraken en regels in relaties 3.3 accepteren verschillen en hechten belang aan respect en zorgzaamheid binnen een relatie
		4		kunnen bij zichzelf nagaan of ze vorderingen maken in welbepaalde bewegingssituaties (5)	gaan volgens vooropgestelde criteria bij zichzelf na of ze vorderingen maken bij het uitvoeren van bewegingsopdrachten en sturen hun leerproces bij (6) kiezen uit een aanbod een aan hun mogelijkheden aangepaste leerweg voor het aanpakken en oplossen van bewegingsopdrachten (3)			zelfbeeld	kritisch denken
		5	kunnen de belangrijkste onderdelen van een bewegingsverloop benoemen (A-stroom 5) kunnen oorzaken van lukken en mislukken van een beweging aangeven (A-stroom 6)	kunnen op basis van een beperkt aantal afgesproken criteria bij zichzelf en anderen aangeven waarom een bewegingsopdracht wel of niet lukt (6)	kunnen op basis van een beperkt aantal afgesproken criteria, bij zichzelf en anderen, aangeven waarom een bewegingsopdracht wel of niet lukt en eenvoudige oplossingen geven (7) kunnen over bewegingssituaties hun mening geven , bewegingservaringen uitwisselen en hieruit conclusies trekken voor hun uitvoering (8)	communicatief vermogen	kritisch denken	creativiteit	
		6		combineren en passen eerder geleerde vaardigheden toe (7)	passen eerder geleerde vaardigheden uit verschillende bewegingsgebieden toe in andere bewegingscontexten (9) kunnen gekende motorische vaardigheden uitvoeren op een hoger beheersingsniveau zoals: een betere controle, een meer esthetische uitvoering, een hogere moeilijkheidsgraad, een grotere efficiëntie ... (12)			creativiteit	exploreren
		7		kunnen geleerde vaardigheden uitvoeren met anderen (8)	gebruiken motorische eigenschappen op inzichtelijke wijze in bewegingscombinaties met en zonder toestellen, alleen en met anderen (10) kunnen met gekende motorische vaardigheden een creatieve combinatie samenstellen en uitvoeren, alleen of met anderen (11) ervaren duurzame bewegingsvreugde op basis van competente deelname aan verschillende bewegingsactiviteiten (*15)			samenwerken	esthetische bekwaamheid
		8			kunnen kritisch omgaan met het bewegingsaanbod in hun leefomgeving (*14)				kritisch denken

Ontwikkeling van een gezonde, veilige en fitte levensstijl	9	ontwikkelen fitheid gebaseerd op uithouding, kracht, lenigheid en snelheid in verschillende bewegingssituaties (27)	kunnen het belang van het regelmatig leveren van fysieke inspanningen aangeven met het oog op gezondheid (18)	kunnen het verband leggen tussen bewegen, gezondheid en samenleving (16)	doorzettingsvermogen	kritisch denken	zorgvuldigheid	1.3 vinden evenwicht tussen werk, ontspanning, rust en beweging
	10	leren positief staan tegenover regelmatig oefenen en hun prestaties vergelijken met de voorgaande (*30)	kunnen voor zichzelf wijzigingen in fitheid aangeven (19) zetten zich in met het oog op fysieke fitheid (*23)	kunnen met betrekking tot fitheid hun eigen doelen bepalen (20) zijn bereid ' bewegen ' te integreren in hun levensstijl en zijn zich bewust van verschillende mogelijkheden hiervoor (*21) zien het belang in van een goede fysieke conditie (*22)	exploreren	zelfbeeld	initiatief	1.7 nemen dagelijks tijd voor lichaamsbeweging
	11	kennen het belang van opwarming vóór en tot rust komen na fysieke activiteiten en passen dit toe (28)	herkennen en reageren gepast op onveilige bewegingssituaties (20)	kunnen eerste hulp bieden bij ongevallen in bewegingssituaties (18) kunnen hun kennis rond reanimatie vertalen naar risicovolle bewegingssituaties (17)	zorgvuldigheid	verantwoordelijkheid	initiatief	1.12 roepen hulp in en dienen eerste hulp en cpr toe 2.3 erkennen probleemsituaties en vragen, accepteren en bieden hulp
	12	zijn op de hoogte van hygiënische regels en passen deze toe vóór en na bewegingsactiviteiten (29)	passen welbepaalde hygiënische basisregels spontaan toe (*21)		respect	initiatief		1.1 verzorgen en gedragen zich hygiënisch
	13	kunnen en willen de belangrijkste basisregels van houdings- en rugscholing toepassen in bewegingssituaties (1)	passen welbepaalde basisregels van houdings- en rugscholing spontaan toe (*22)	integreren basisregels van houdings- en rugscholing in nieuwe bewegingssituaties en in werk- en studiesituaties (19)	verantwoordelijkheid	initiatief	kritisch denken	1.4 nemen een ergonomische en gevarieerde sta-, zit-, werk- en tilhouding aan
Persoonsdoelen					VOET / VOOD			
Ontwikkeling van het zelfconcept en het sociaal functioneren	14	leren omgaan met elementen als spanning, verliezen, winnen en fair play (*22)	kunnen overleggen, afspraken maken, samenwerken of samenspelen in groepsverband (25)	kunnen en willen samen overleggen over en keuzes maken uit het mogelijke activiteitenaanbod van de school (24)	empathie	communicatief vermogen	samenwerken	2.2 gaan gepast om met vreugde, verdriet, angst, boosheid, verlies en rouw 3.2 erkennen het bestaan van gezagsverhoudingen en het belang van gelijkwaardigheid, afspraken en regels in relaties 3.3 accepteren verschillen en hechten belang aan respect en zorgzaamheid binnen een relatie 3.9 zoeken naar constructieve oplossingen voor conflicten
	15	betrekken alle leerlingen zonder onderscheid van geslacht, etnische origine of motorische aanleg in spel en andere groepsactiviteiten (33)	brengen waardering op voor elkaars mogelijkheden en houden rekening met individuele verschillen (*29)		respect	open en constructieve houding		3.3 accepteren verschillen en hechten belang aan respect en zorgzaamheid binnen een relatie 3.5 handelen discreet in situaties die dat vereisen 7.2 gaan constructief om met verschillen tussen mensen en levensopvattingen
	16	kunnen in groepsactiviteiten verschillende taken uitvoeren en afspraken nakomen en zijn hiertoe bereid (31)	zijn in staat op een sociaal aanvaardbare wijze verschillende rollen te vervullen in welbepaalde bewegingssituaties (24)	kunnen en willen in bewegingssituaties leiding nemen over en leiding aanvaarden van medeleerlingen (23)	flexibiliteit	empathie	verantwoordelijkheid	2.1 gaan adequaat om met taakbelasting en met stressvolle situaties 3.2 erkennen het bestaan van gezagsverhoudingen en het belang van gelijkwaardigheid, afspraken en regels in relaties
	17	tonen in alle omstandigheden respect voor materiaal (32)	hebben respect voor en kunnen aangepast omgaan met hun omgeving en materiaal (*30) kunnen respectvol omgaan met het eigen lichaam en met dat van anderen (*28)		zorgvuldigheid	respect		2.6 stellen zich weerbaar op 3.5 handelen discreet in situaties die dat vereisen
	18	leren hun eigen bewegingsuitvoeringen, hun mogelijkheden en beperkingen juist inschatten (*34) leren inzet en volharding tonen en hun eigen grenzen verleggen (*35)	aanvaarden hun eigen mogelijkheden (*27) ervaren bewegingsvreugde in verschillende bewegingssituaties (*26)	kunnen aanduiden in welke bewegingsactiviteiten ze zich goed voelen en welke bewegingsactiviteiten het best aansluiten bij hun fysieke en relationele mogelijkheden (25) ervaren duurzame bewegingsvreugde op basis van competente deelname aan verschillende bewegingsactiviteiten (*15)	doorzettingsvermogen	exploreren	zelfbeeld	3.8 uiten onbevangen en constructief hun wensen en gevoelens binnen relaties en stellen en aanvaarden hierin grenzen
Leerinhouden (ondersteunende kennis, inzichten, vaardigheden, attitudes) met resultaatsverplichting					VOET / VOOD			
19	binnen verantwoorde en milieuvriendelijke omstandigheden deelnemen aan bewegingsactiviteiten in de natuur (24)	binnen verantwoorde en milieuvriendelijke omstandigheden bewegingservaringen opdoen opdoen in de natuur (17)		respect	esthetische bekwaamheid		4.5 tonen interesse en uiten hun appreciatie voor de natuur, het landschap en het cultureel erfgoed 4.6 voelen de waarde aan van natuurbeleving en het genieten van de natuur	

Leren leren		
1 ^e graad	2 ^e graad	3 ^e graad
Opvattingen over leren		
De leerlingen werken ordelijk (1)	De leerlingen werken planmatig (1)	De leerlingen werken systematisch (1)
De leerlingen weten dat kennis en vaardigheden via verschillende strategieën kunnen verworven worden (2)	De leerlingen reflecteren over hun leeropvattingen, leermotieven en leerstrategieën (2)	De leerlingen kiezen hun leerstrategieën gericht met het oog op te bereiken doelen (2)
Informatieverwerving		
De leerlingen oriënteren zich in overzichtelijke informatie door gebruik te maken van vormkenmerken zoals titels, ondertitels, afbeeldingen en tekstmarkeringen (4)	De leerlingen kunnen uit gegeven informatiebronnen en -kanalen kritisch kiezen en deze raadplegen met het oog op te bereiken doelen (3)	De leerlingen kunnen diverse informatiebronnen en -kanalen kritisch kiezen en raadplegen met het oog op te bereiken doelen (3)
Informatieverwerking		
	De leerlingen kunnen zinvol inoefenen en herhalen (4)	De leerlingen kunnen verwerkte informatie vakoverstijgend en in verschillende situaties functioneel toepassen (4)
Problemen oplossen		
Bij het oplossen van een probleem: herformuleren de leerlingen het probleem; bedenken zij onder begeleiding een oplossingsweg en lichten die toe; passen zij de gevonden oplossingsweg toe (10)	De leerlingen herkennen strategieën om problemen op te lossen en evalueren ze (6)	De leerlingen kunnen op basis van hypothesen en verwachtingen mogelijke oplossingswijzen realistisch inschatten en uitvoeren (6)
		De leerlingen evalueren de gekozen oplossingswijze en de oplossing en gaan eventueel op zoek naar een alternatief (7)
Regulering van het leerproces		
De leerlingen selecteren en ordenen het nodige materiaal en plannen onder begeleiding hun werktijd (11)	De leerlingen kunnen een realistische werkplanning op korte termijn maken (7)	De leerlingen kunnen een realistische werkplanning op langere termijn maken (8)
De leerlingen kunnen werken met een antwoordblad en correctiesleutel en houden rekening met lesdoelstellingen of aanwijzingen van de leraar (12)	De leerlingen kunnen onder begeleiding hun leerproces sturen, beoordelen op doelgerichtheid en zonodig aanpassen (8)	De leerlingen sturen hun leerproces, beoordelen het op doelgerichtheid en passen het zonodig aan (9)
De leerlingen vergelijken de eigen werkwijze met die van anderen en geven vervolgens aan waarom iets fout gegaan is en hoe fouten vermeden kunnen worden (13)	De leerlingen trekken conclusies uit eigen leerervaringen en die van anderen (9)	De leerlingen kunnen feedback geven en ontvangen over hun leerervaringen (10)
	De leerlingen beseffen dat er verschillende oorzaken zijn voor slagen en mislukken (10)	De leerlingen kunnen het eigen aandeel in slagen en mislukken inschatten (11)
	De leerlingen beseffen dat interesses en waarden het leerproces beïnvloeden (11)	De leerlingen erkennen de invloed van hun interesses en waarden op hun motivatie (12)