|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  | **2de graad**  | **3de graad**  |
| **Bewegingsdoelen** | **Vaardigheden verkennen, verbreden of verdiepen** | **LPD 1** De leerlingen voeren, rekening houdend met de evolutie van hun fysieke capaciteiten, motorische basisvaardigheden en technieken uit. | **LPD 1** De leerlingen voeren, in verschillende omgevingen, motorische basisvaardigheden en technieken uit rekening houdend met de evolutie van hun fysieke capaciteiten. |
| **LPD 2** De leerlingen voeren in authentieke situaties bewegingsspecifieke competenties uit binnen het individuele, interactieve en ritmisch-expressieve bewegingsdomein op gevorderd niveau. | **LPD 2** De leerlingen voeren in authentieke situaties bewegingsspecifiekecompetenties uit binnen het individuele, interactieve en ritmisch-expressieve bewegingsdomein op gevorderd niveau. |
| **LPD 3** De leerlingen passen in verschillende bewegingsdomeinen tactieken en principes toe met respect voor de afgesproken regels en rollen in sport en spel. | **LPD 3** De leerlingen passen in verschillende bewegingsdomeinen tactieken en principes toe met respect voor de afgesproken regels en rollen in sport en spel. |
| **LPD 4** De leerlingen analyseren uitvoeringen en beslissingen binnen verschillende bewegingsdomeinen. | **LPD 4** De leerlingen gaan aan de hand van criteria bij zichzelf en bij anderen na of ze vorderingen maken in bewegingssituaties. |
| **LPD 5** De leerlingen analyseren uitvoeringen en beslissingen binnen verschillende bewegingsdomeinen. |
| **LPD 5** De leerlingen sturen uitvoeringen en beslissingen binnen verschillende bewegingsdomeinen bij. | **LPD 6** De leerlingen sturen uitvoeringen en beslissingen binnen verschillende bewegingsdomeinen bij. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  | **2de graad 2022-2023** | **3de graad 2023-2024** |
| **Bewegingsdoelen** | **Een gezonde, veilige en actieve levensstijl ontwikkelen** | **LPD 8** De leerlingen ontwikkelen, rekening houdend met de evolutie van hun fysieke capaciteiten, kracht, lenigheid, uithouding, snelheid, coördinatie, evenwicht, vormspanning en rompstabiliteit. | **LPD 7** De leerlingen ontwikkelen kracht, lenigheid, uithouding, snelheid, coördinatie, evenwicht, vormspanning en rompstabiliteit rekening houdend met de evolutie van hun fysieke capaciteiten.  |
| **LPD 9** De leerlingen passen bewegingsrichtlijnen voor een gezonde en actieve levensstijl toe in functie van levenslang bewegen. | **LPD 8** De leerlingen passen beweegrichtlijnen voor een gezonde en actieve levensstijl toe in functie van levenslang bewegen. |
| **LPD 10** De leerlingen passen principes van medisch verantwoord en veilig bewegen toe | **LPD 9** De leerlingen passen principes van medisch verantwoord en veilig bewegen toe. |
| **LPD 11** De leerlingen passen technieken voor een correcte lichaamshouding en ergonomische principes toe in verschillende bewegingssituaties. | **LPD 10** De leerlingen passen in verschillende bewegingssituaties technieken voor een correcte lichaamshouding en ergonomische principes toe. |
| **LPD 12** De leerlingen passen technieken voor levensreddend handelen toe in een gesimuleerde leeromgeving.★ *Gebruik van AED.* | **LPD 11** De leerlingen passen technieken voor levensreddend handelen toe in een gesimuleerde leeromgeving.★ *Werken met een AED-simulatietoestel.* |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  | **2de graad 2022-2023** | **3de graad 2023-2024** |
| **Persoonsdoelen** | **Samenwerken en communiceren, pro-sociaal gedrag positief zelfbeeld** | **LPD 13** De leerlingen nemen in bewegingssituaties verantwoordelijkheid op door regels, afspraken en veiligheidsvoorschriften na te leven. | **LPD 12** De leerlingen nemen in bewegingssituaties verantwoordelijkheid op door regels, afspraken en veiligheidsvoorschriften na te leven. |
| **LPD 14 +** De leerlingen oefenen zelfstandig bewegingsopdrachten. | **LPD 13 +** De leerlingen oefenen zelfstandig bewegingsopdrachten. |
| **LPD 15** De leerlingen verleggen hun grenzen op veilige wijze. | **LPD 14** De leerlingen verleggen hun grenzen op veilige wijze. |
| **LPD 16** De leerlingen helpen medeleerlingen in verschillende bewegingsdomeinen (ondersteunende rol). | **LPD 15** De leerlingen helpen medeleerlingen in verschillende bewegingsdomeinen (ondersteunende rol). |
| **LPD 17** De leerlingen geven en ontvangen feedback in verschillende bewegingsdomeinen (ondersteunende rol). | **LPD 16** De leerlingen geven en ontvangen feedback in verschillende bewegingsdomeinen (ondersteunende rol). |
| **LPD 18** De leerlingen nemen leiding en aanvaarden leiding in verschillende bewegingsdomeinen (ondersteunende rol). | **LPD 17** De leerlingen nemen leiding en aanvaarden leiding in verschillende bewegingsdomeinen (ondersteunende rol). |
| **LPD 19** De leerlingen hanteren bij het uitvoeren van verschillende rollen principes van verantwoord en veilig gedrag. | **LPD 18** De leerlingen hanteren bij het uitvoeren van verschillende rollen principes van verantwoord en veilig gedrag. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **2de graad 2022-2023** | **3de graad 2023-2024** |
| **Wetenschap en Sport** | **LPD 6** De leerlingen beschrijven bij bewegingsactiviteiten het anatomisch, fysiologisch of biomechanisch functioneren.*.* | **LPD 19** De leerlingen analyseren bewegingsactiviteiten vanuit anatomisch, fysiologisch of biomechanisch perspectief. |
| **LPD 7 +** De leerlingen herkennen isometrische, concentrische en excentrische spieractiviteiten in voorbeelden van bewegingsactiviteiten. |
|  | **LPD 20** De leerlingen beschrijven de basisprincipes van gezonde voeding voor de sporter. |
| **Onderzoeks-competentie** |  | **LPD 21 #** De leerlingen doorlopen een onderzoekscyclus in samenhang met specifieke inhouden van dit leerplan. |