|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  | **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. |