



Lichamelijke opvoeding en Sport

Als je kiest voor de studierichting TSO Lichamelijke opvoeding en Sport, is het niet noodzakelijk dat je een specifieke vooropleiding hebt gevolgd. Voorwaarde is dat je graag en goed sport en open staat voor verschillende sportdisciplines. Niet alleen zal je vele uren bewegen in de verschillende sporttakken, maar ga je ook de theorie leren achter de verschillende sporten, bewegingen en de vele veranderingen die zich voordoen in ons lichaam terwijl we sporten.

Het globale studiepakket van Lichamelijke opvoeding en Sport is minder theoretisch-wetenschappelijk dan de richting Sportwetenschappen (ASO). De theoretische vakken ondersteunen de praktijk.

Je verwerft inzicht in gezondheids- en trainingsprincipes, een verantwoorde spelorganisatie, het leidinggeven en het omgaan met groepen. In de richting TSO Lichamelijke opvoeding en Sport krijg je 14 lessen sport in de week.

Verschillende sportdisciplines komen aan bod:

- ✓ Balsporten: voetbal, handbal, basketbal, volleybal
- ✓ Slagbalsporten: tennis, badminton, tafeltennis
- ✓ Omnisporten: hockey, honkbal, korfbal, rugby
- ✓ Gymnastiek
- ✓ Atletiek
- ✓ Ritmiek
- ✓ Zwemmen

- ✓ EHBO
- ✓ Sportfolio

Ter info:

In het uurtje "Sportfolio" maken de leerlingen hun eigen portfolio voor LO en Sport, waarin ze hun vorderingen, hun prestaties van de verschillende sportdisciplines doorheen hun schoolloopbaan bijhouden. Daarin worden eveneens hun sportattitudes geregistreerd.

Het is een uitstekend instrument voor zelfevaluatie en zelfreflectie. Alle gegevens zullen ook online op smartschool worden bijgehouden.

Logische doorstroming naar de derde graad

De meest logische doorstroming is uiteraard die naar TSO LO en Sport.

Ook een overgang naar andere TSO-richtingen is nog mogelijk, afhankelijk van je interesse en bekwaamheden. De directeur en de leerkrachten zijn er om je advies te geven.

