

LO2



Lichamelijke opvoeding als examenvak
voor de (gemengde) theoretische leerweg



KIEZEN VOOR BEWEGEN & SPORT IETS VOOR JOU?

Wil je straks naar de opleiding voor sport en bewegen?

Wil je later een beroep waarin leiding geven belangrijk is?

Ga je misschien werken in de gezondheidszorg of welzijnswerk, bijvoorbeeld als activiteitenbegeleider, verpleegkundige, spelbegeleider of inrichtingswerker?

Is de politie of het leger iets voor jou, of denk je erover om onderwijsassistent te worden?

Lijkt het je interessant om later -of nu al – als vrijwilliger in de sportvereniging aan de slag te gaan als jeugdtrainer, als begeleider of als scheidsrechter?

Of vind je het gewoon alleen maar erg leuk om met sport en alles wat daarmee te maken heeft bezig te zijn en zou je je er best wat meer in willen verdiepen?

Dan moet je zeker voor LO2 kiezen!



KAN IEDEREEN ZICH OPGEVEN VOOR HET EXAMENVAK LO2?

Ja dat zeker, maar niet iedereen zal uiteindelijk ook daadwerkelijk LO2 gaan volgen.

Er vindt namelijk een selectie plaats waarbij naar twee dingen wordt gekeken:

1. jouw niveau van sporten en
2. jouw motivatie om LO2 te doen.

Wij vinden dit belangrijk, omdat LO2 niet gewoon wat extra sporten in de week is.

Het is namelijk veel meer. Zo moet je bereid zijn om je te verdiepen in achtergronden van de sport. Maar ook moet je het leuk vinden om leiding te geven in sport en bewegen.

Want je leert bijvoorbeeld om taken als coach, instructeur, observator of organisator uit te voeren. Naast veel praktijk bestaat de lesstof dan ook uit een stuk theorie.

Wanneer je dit alles leuk lijkt en je bent bereid om je eigen niveau van sporten te verbeteren, dan is LO2 een vak wat bij jou past.

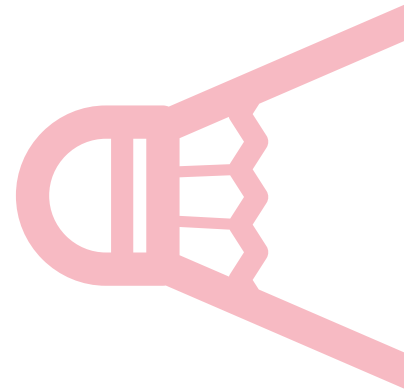


HOEVEEL TIJD?

Voor het uitvoeren van al deze activiteiten zijn in de lessentabel 200 uren beschikbaar. Dat komt neer op twee en een half lesblok van 80 minuten LO2 in het vierde jaar.

Voor alle duidelijkheid: dat komt bovenop de tijd die je al aan lichamelijke opvoeding in de gewone lessen besteedt. Van de uren voor LO2 vmbo is bijna alle tijd voor de 'praktijk' in de zaal gereserveerd. Ongeveer 20 uur krijg je voor het uitvoeren van de stageopdracht.

Zoals je ziet, je krijgt het niet cadeau in LO2. Maar je had al begrepen...sport vraagt nu eenmaal actieve mensen!



WAT VINDEN LEERLINGEN VAN LO2 OP DE MEERWAARDE?

‘We vonden het knap oneerlijk. Meneer waarom krijgen de havo-leerlingen wel gym als examenvak en wij niet? Geen antwoord, want het was er gewoon niet. En nu voor het eerst wel. Ik hoef er niet over na te denken. Ik vind sporten leuk, ik denk erover om naar het cios te gaan. En wat wil je dan nog meer. Het lijkt me een goede voorbereiding, want we gaan veel doen aan lesgeven en leren coachen. Toch lekker dat je van je hobby’s ook nog een examenvak kan maken!’



‘Ik kies voor gym als examenvak. Ook al wil ik kapster worden. Ik vind gym leuk en gezellig. Iets organiseren lijkt me wel wat. Maar het leukste vind ik zelf turnen en atletiek. Spel ook wel. Zelfverdediging is nieuw. Net als dansen, is dat ook voor jongens?’



Als je kiest voor LO2 als examenvak dan zul je ontdekken dat het gaat om drie onderdelen:

- » Bewegen
- » Bewegen & regelen
- » Bewegen & gezondheid & samenleving.



INFO OVER HET PROGRAMMA

Het verschil met het gewone LO-programma is dat je in LO2 op deze onderwerpen veel dieper ingaat.

Bij ‘**bewegen**’ vergroot je je vaardigheid in een aantal spelen, turnactiviteiten, dansvormen, atletiekonderdelen, keuzeactiviteiten en in een zelfverdedigingsonderdeel.

Bij ‘**bewegen & regelen**’ gaat het om het leren vervullen van taken als scheidsrechter, coach en toernooi- of wedstrijdorganisator. Je moet bewegingssituaties op gang brengen, op gang houden, bewaken, beoordelen, aanpassen en organiseren.

Bij ‘**bewegen & gezondheid & samenleving**’ doe je achtergrondkennis op over sport en bewegen. Bijvoorbeeld de relatie tussen bewegen en gezondheid, over het opzetten van een trainingsprogramma en over het verbeteren van je eigen fitheid. En kennis over eerste hulp bij sportongelukken. Je leert hoe een sportvereniging wordt gerund. Ook zul je een stageopdracht gaan uitvoeren, bijvoorbeeld binnen je eigen sportvereniging, waarna je het geleerde in je eigen klas laat zien. Het is een echt examenprogramma. Je krijgt er dus een cijfer voor dat meetelt op je examenlijst.



Zonder toelatingstest
naar een MBO sportacademie?

Het kan met LO2 als
examenvak op De Meerwaarde!

Vraag naar de
mogelijkheden...