

Individuele bewegingsactiviteiten I (D001197)

Cursusomvang (nominale waarden; effectieve waarden kunnen verschillen per opleiding)

Studiepunten 4.0

Studietijd 120 u

Aanbodsessies en werkvormen in academiejaar 2025-2026

A (Jaar)	Nederlands	Gent	practicum
B (semester 1)	Nederlands	Gent	

Lesgevers in academiejaar 2025-2026

Deconinck, Frederik	GE30	Verantwoordelijk lesgever
Du Pan, Tom	GE30	Medewerker
Moerman, Pieter	GE30	Medewerker
Poppe, Petra	GE30	Medewerker
Timmermans, Lore	GE58	Medewerker

Aangeboden in onderstaande opleidingen in 2025-2026

	stptn	aanbodsessie
Bachelor of Science in de lichamelijke opvoeding en de bewegingswetenschappen	4	A
Uitwisselingsprogramma lichamelijke opvoeding en bewegingswetenschappen	4	A, B

Onderwijstalen

Nederlands

Trefwoorden

sport, zwemmen, atletiek

Situering

Dit opleidingsonderdeel beoogt enerzijds de technische beheersing van een aantal elementaire vaardigheden uit de atletiek en het zwemmen en anderzijds het theoretisch inzicht in het bewegingsverloop van die vaardigheden. Daarnaast worden de studenten ingeleid tot en vertrouwd gemaakt met de belangrijkste reglementaire bepalingen.

Om bovenvermelde vaardigheden adequaat uit te kunnen voeren, wordt er verwacht dat de student de nodige lichamelijke basiseigenschappen heeft en op een gepaste manier onderhoudt.

Inhoud

- Atletiek
 - 100 m sprint (techniek en prestatie)
 - Kogelstoten (6 kg voor M, 4 kg voor V; techniek en prestatie)
 - Verspringen (techniek en prestatie)
 - Start (techniek)
 - Aflossing (techniek)
 - 800m (prestatie)
 - 5 km (prestatie)
- Zwemmen
 - Basisvaardigheden in het water
 - borstcrawl (+start en keerpunt) (techniek)
 - rugslag (+start en keerpunt) (techniek)
 - 400m vrije slag (prestatie)

Begincompetenties

Een sportieve ingesteldheid, goede motorische competentie en adequate conditionele eigenschappen zijn vereist.

Eindcompetenties

- 1 De verschillende bewegingsvaardigheden die aan bod komen in de verschillende disciplines (atletiek en zwemmen) op technisch vlak kunnen uitvoeren en demonstreren.
- 2 Inzet tonen om de gewenste vaardigheden op een zelfstandige manier te oefenen.
- 3 Voor de verschillende disciplines de gevraagde minimumprestaties leveren.
- 4 De technieken van de disciplines die tijdens het academiejaar aan bod gekomen zijn kunnen beschrijven.
- 5 Een eenvoudige bewegingsanalyse van de verschillende disciplines kunnen uitvoeren, inclusief het detecteren van de belangrijkste fouten.
- 6 De reglementen in verband met de disciplines die tijdens het academiejaar aan bod gekomen zijn kennen.
- 7 Oog hebben voor juist en veilig sporten.
- 8 Over voldoende fysieke basiseigenschappen beschikken om de technieken binnen de geziene disciplines uit te voeren.

Creditcontractvoorwaarde

Toelating tot dit opleidingsonderdeel via creditcontract is mogelijk na gunstige beoordeling van de competenties

Examencontractvoorwaarde

Dit opleidingsonderdeel kan niet via examencontract gevolgd worden

Didactische werkvormen

Practicum

Toelichtingen bij de didactische werkvormen

Dit opleidingsonderdeel staat open voor inkomende (buitenlandse) studenten. Tijdens de practica worden de verschillende vaardigheden/disciplines gedemonstreerd en geoefend + worden de theorie van de disciplines (bewegingspatronen, foutenanalyse etc.) en reglementaire bepalingen besproken. Geblesseerde studenten dienen aanwezig te zijn in alle lessen om geen essentiële informatie te missen.

Studiemateriaal

Type: Syllabus

Naam: Individuele bewegingsactiviteiten I
Richtprijs: € 5
Optioneel: ja
Taal : Nederlands
Beschikbaar op Ufora : Ja
Online beschikbaar : Nee
Beschikbaar in de bibliotheek : Nee
Beschikbaar via studentenvereniging : Nee
Bijkomende info: Verkrijgbaar via <https://shop.acco.be/nl-be/>

Referenties

Zie syllabus.

Vakinhoudelijke studiebegeleiding

Titularis: op afspraak via e-mail (Frederik.Decinck@ugent.be)
Zwemmen: Pieter Moerman (Pieter.Moerman@ugent.be) en Tijs Sabbe (Tijs.Sabbe@ugent.be)
Atletiek: Tom Du Pan (Tom.DuPan@ugent.be) en Judith Baeyens (Judith.Baeyens@ugent.be)
Lesgevers zijn ook voor en na de praktijkles te bereiken.

Evaluatiemomenten

niet-periodegebonden evaluatie

Evaluatievormen bij periodegebonden evaluatie in de eerste examenperiode

Evaluatievormen bij periodegebonden evaluatie in de tweede examenperiode

Evaluatievormen bij niet-periodegebonden evaluatie

Vaardigheidstest, Participatie, Schriftelijke evaluatie

Tweede examenkans in geval van niet-periodegebonden evaluatie

Examen in de tweede examenperiode is enkel mogelijk in gewijzigde vorm

Toelichtingen bij de evaluatievormen

- Niet-periodegebonden evaluaties gebeuren tijdens de practica variërend van 3 tot 5 evaluaties (van zowel praktische vaardigheden als theoretische vaardigheden) in de loop van het academiejaar.
- Aanwezigheid in de praktijklessen is vereist. Ongewettigde afwezigheid in een van de sporten (meer dan 20%) leidt automatisch tot het niet-geslaagd zijn voor het geheel van het opleidingsonderdeel.

Eindscoreberekening

Per sport: er wordt een weging toegepast op de scores voor theorie en de score voor praktijk, waarbij het aandeel van de praktijkscore (80%) groter is dan het aandeel van de theoriescore (20%). Een score lager dan 9/20 op theorie of praktijk wordt gesanctioneerd.

Bij een tekort voor een van deze onderdelen moet voor 2de zitting zowel de theorie als de praktijk opnieuw afgelegd worden!

Opleidingsonderdeel: De score voor het opleidingsonderdeel is het gemiddelde van de score op atletiek ($0.8 \times \text{praktijk-score} + 0.2 \times \text{theorie-score}$, bij minstens 9/20 bij praktijk en theorie) en zwemmen ($0.8 \times \text{praktijk-score} + 0.2 \times \text{theorie-score}$, bij minstens 9/20 bij praktijk en theorie). Wanneer men niet deelneemt aan de evaluatie van één of meer onderdelen of ongewettigd afwezig was in meer dan 20% van de praktijklessen kan men niet meer slagen voor het geheel van het opleidingsonderdeel. Indien de eindscore toch een cijfer van tien of meer op twintig zou zijn, wordt dit teruggebracht tot het hoogste niet-slaagbare cijfer, of dus 9/20.