

Bewegen en sport: nu en later (H001608)

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

Studiepunten 4.0 **Studietijd 120 u**

Aanbodsessies in academiejaar 2025-2026

A (semester 2) Nederlands Gent

Lesgevers in academiejaar 2025-2026

Segers, Veerle	GE30	Verantwoordelijk lesgever
Evenepoel, Jan	GE30	Medewerker
Van Hecke, Rudi	GE30	Medewerker
Annemans, Lieven	GE39	Medelesgever
Boone, Jan	GE30	Medelesgever
Cardon, Greet	GE30	Medelesgever
De Henauw, Stefaan	GE39	Medelesgever
De Paepe, Annick	PP05	Medelesgever
Lenoir, Matthieu	GE30	Medelesgever

Aangeboden in onderstaande opleidingen in 2025-2026

	stptn	aanbodsessie
Educatieve Master of Science in de talen (afstudeerrichting Afrikaanse talen en culturen)	4	A
Educatieve Master of Science in de talen (afstudeerrichting Oost-Europese talen en culturen)	4	A
Educatieve Master of Science in de talen (afstudeerrichting Oosterse talen en culturen)	4	A
Educatieve Master of Science in de cultuurwetenschappen (afstudeerrichting archeologie)	4	A
Educatieve Master of Science in de economie (afstudeerrichting bestuurskunde en publiek management)	4	A
Educatieve Master of Science in de wetenschappen en technologie (afstudeerrichting bio-engineering)	4	A
Educatieve Master of Science in de wetenschappen en technologie (afstudeerrichting biochemie en biotechnologie)	4	A
Educatieve Master of Science in de wetenschappen en technologie (afstudeerrichting biologie)	4	A
Educatieve Master of Science in de wetenschappen en technologie (afstudeerrichting chemie)	4	A
Educatieve Master of Science in de maatschappijwetenschappen (afstudeerrichting communicatiewetenschappen)	4	A
Educatieve Master of Science in de maatschappijwetenschappen (afstudeerrichting criminologische wetenschappen)	4	A
Educatieve Master of Science in de gezondheidswetenschappen (afstudeerrichting diergeneeskunde)	4	A
Educatieve Master of Science in de economie (afstudeerrichting economische wetenschappen)	4	A
Educatieve Master of Science in de wetenschappen en technologie (afstudeerrichting engineering en technologie)	4	A
Educatieve Master of Science in de gezondheidswetenschappen (afstudeerrichting farmaceutische wetenschappen)	4	A
Educatieve Master of Science in de wetenschappen en technologie (afstudeerrichting fysica en sterrenkunde)	4	A
Educatieve Master of Science in de wetenschappen en technologie (afstudeerrichting geografie en geomatica)	4	A
Educatieve Master of Science in de wetenschappen en technologie (afstudeerrichting geologie)	4	A
Educatieve Master of Science in de cultuurwetenschappen (afstudeerrichting	4	A

geschiedenis)		A
Educatieve Master of Science in de economie(afstudeerrichting handelswetenschappen)	4	A
Educatieve Master of Science in de wetenschappen en technologie(afstudeerrichting informatica)	4	A
Educatieve Master of Science in de cultuurwetenschappen(afstudeerrichting kunstwetenschappen)	4	A
Educatieve Master of Science in de gezondheidswetenschappen(afstudeerrichting medische wetenschappen)	4	A
Educatieve Master of Science in de cultuurwetenschappen(afstudeerrichting moraalwetenschappen)	4	A
Educatieve Master of Science in de maatschappijwetenschappen(afstudeerrichting politieke wetenschappen)	4	A
Educatieve Master of Science in de gedragswetenschappen(afstudeerrichting psychologie)	4	A
Educatieve Master of Science in de maatschappijwetenschappen(afstudeerrichting rechten)	4	A
Educatieve Master of Science in de gezondheidswetenschappen(afstudeerrichting sociale gezondheidswetenschappen)	4	A
Educatieve Master of Science in de maatschappijwetenschappen(afstudeerrichting sociologie)	4	A
Educatieve Master of Science in de talen(afstudeerrichting taal- en letterkunde)	4	A
Educatieve Master of Science in de economie(afstudeerrichting toegepaste economische wetenschappen)	4	A
Educatieve Master of Science in de cultuurwetenschappen(afstudeerrichting wijsbegeerte)	4	A
Educatieve Master of Science in de wetenschappen en technologie(afstudeerrichting wiskunde)	4	A
Educatieve Master of Science in de talen (verkort traject)(afstudeerrichting Afrikaanse talen en culturen)	4	A
Educatieve Master of Science in de talen (verkort traject)(afstudeerrichting Oost-Europese talen en culturen)	4	A
Educatieve Master of Science in de talen (verkort traject)(afstudeerrichting Oosterse talen en culturen)	4	A
Educatieve Master of Science in de cultuurwetenschappen (verkort traject)(afstudeerrichting archeologie)	4	A
Educatieve Master of Science in de economie (verkort traject)(afstudeerrichting bestuurskunde en publiek management)	4	A
Educatieve Master of Science in de wetenschappen en technologie (verkort traject)(afstudeerrichting bio-engineering)	4	A
Educatieve Master of Science in de wetenschappen en technologie (verkort traject)(afstudeerrichting biochemie en biotechnologie)	4	A
Educatieve Master of Science in de wetenschappen en technologie (verkort traject)(afstudeerrichting biologie)	4	A
Educatieve Master of Science in de wetenschappen en technologie (verkort traject)(afstudeerrichting chemie)	4	A
Educatieve Master of Science in de maatschappijwetenschappen (verkort traject)(afstudeerrichting communicatiewetenschappen)	4	A
Educatieve Master of Science in de maatschappijwetenschappen (verkort traject)(afstudeerrichting criminologische wetenschappen)	4	A
Educatieve Master of Science in de gezondheidswetenschappen (verkort traject)(afstudeerrichting diergeneeskunde)	4	A
Educatieve Master of Science in de economie (verkort traject)(afstudeerrichting economische wetenschappen)	4	A
Educatieve Master of Science in de wetenschappen en technologie (verkort traject)(afstudeerrichting engineering en technologie)	4	A
Educatieve Master of Science in de gezondheidswetenschappen (verkort traject)(afstudeerrichting farmaceutische wetenschappen)	4	A
Educatieve Master of Science in de wetenschappen en technologie (verkort traject)(afstudeerrichting fysica en sterrenkunde)	4	A
Educatieve Master of Science in de wetenschappen en technologie (verkort traject)(afstudeerrichting geografie en geomatica)	4	A
Educatieve Master of Science in de wetenschappen en technologie (verkort traject)(afstudeerrichting geologie)	4	A
Educatieve Master of Science in de cultuurwetenschappen (verkort traject)	4	A

(afstudeerrichting geschiedenis)		A
Educatieve Master of Science in de economie (verkort traject)(afstudeerrichting handelswetenschappen)	4	A
Educatieve Master of Science in de wetenschappen en technologie (verkort traject)(afstudeerrichting informatica)	4	A
Educatieve Master of Science in de cultuurwetenschappen (verkort traject)(afstudeerrichting kunstwetenschappen)	4	A
Educatieve Master of Science in de gezondheidswetenschappen (verkort traject)(afstudeerrichting medische wetenschappen)	4	A
Educatieve Master of Science in de cultuurwetenschappen (verkort traject)(afstudeerrichting moraalwetenschappen)	4	A
Educatieve Master of Science in de gedragswetenschappen (verkort traject)(afstudeerrichting pedagogische wetenschappen)	4	A
Educatieve Master of Science in de maatschappijwetenschappen (verkort traject)(afstudeerrichting politieke wetenschappen)	4	A
Educatieve Master of Science in de gedragswetenschappen (verkort traject)(afstudeerrichting psychologie)	4	A
Educatieve Master of Science in de maatschappijwetenschappen (verkort traject)(afstudeerrichting rechten)	4	A
Educatieve Master of Science in de gezondheidswetenschappen (verkort traject)(afstudeerrichting sociale gezondheidswetenschappen)	4	A
Educatieve Master of Science in de maatschappijwetenschappen (verkort traject)(afstudeerrichting sociologie)	4	A
Educatieve Master of Science in de economie (verkort traject)(afstudeerrichting toegepaste economische wetenschappen)	4	A
Educatieve Master of Science in de cultuurwetenschappen (verkort traject)(afstudeerrichting wijsbegeerte)	4	A
Educatieve Master of Science in de wetenschappen en technologie (verkort traject)(afstudeerrichting wiskunde)	4	A
Educatieve Master of Science in de cultuurwetenschappen (verkort traject)	4	A
Educatieve Master of Science in de economie (verkort traject)	4	A
Educatieve Master of Science in de gedragswetenschappen (verkort traject)	4	A
Educatieve Master of Science in de gezondheidswetenschappen (verkort traject)	4	A
Educatieve Master of Science in de lichamelijke opvoeding (verkort traject)	4	A
Educatieve Master of Science in de maatschappijwetenschappen (verkort traject)	4	A
Educatieve Master of Science in de talen (verkort traject)	4	A
Educatieve Master of Science in de wetenschappen en technologie (verkort traject)	4	A

Onderwijstalen

Nederlands

Trefwoorden

fysieke activiteit, sport, voeding, gezondheid, beweging

Situering

Dit opleidingsonderdeel draagt bij tot realisering van de basiscompetenties voor leraren, zoals opgenomen in de opleidingsfiche en geconcretiseerd in de competentiematrix, te consulteren op: www.lerarenopleiding.ugent.be

Inhoud

A.Theorie

- Referentiekader en begripsomschrijving van fysieke activiteit en fitheid, in relatie tot gezondheid.
- Basisprincipes van gezond voedingsgedrag
- Gezondheidspsychologie: theorieën en modellen voor het verklaren van gezondheidsgedrag en gedragsverandering
- Verloop van gedragsverandering inzake gezondheidsgerelateerd gedrag, met inbegrip van monitoring van en reflectie op eigen bewegings- en voedingsgedrag
- Fysiologische beginselen van fysieke belasting met inbegrip van basisprincipes van fysieke fitheidstraining
- Biomechanische beginselen van fysieke belasting met inbegrip van concepten van blessurepreventie
- Basisprincipes van het leren van motorische vaardigheden
- Fysieke activiteit en cognitief en mentaal functioneren

(Goedgekeurd)

- Een gezondheidseconomische evaluatie van het streven naar meer lichaamsbeweging
- Analyse van het gezondheidsbeleid op school

B.Praktijk Bewegingsvorming

Toelichting:

De praktijk bestaat uit 4 meer generieke praktijklessen (toepassingen van de theorie) en een lessenreeks waarin de student motorische vaardigheden verwerft uit één lifetime sport. Het niveau wordt aangepast aan de beginsituatie van de studenten. Met normale inzet kan iedere student een goede score (een combinatie van kwantitatieve normscore en kwalitatieve "inzet" score) behalen voor het praktijkluik.

- Vier generieke praktijklessen over elementaire bewegingsvaardigheden: houdingsgymnastiek; de fysieke basiscomponenten (kracht, lenigheid, snelheid, uithouding); bewegings- en sportintensiteit.
- Bewegingsvaardigheid in de sportdiscipline buitensport (joggingvarianten)

Begincompetenties

Eindcompetenties

- 1 Fysieke activiteit, fitheid en gezondheid kunnen definiëren en het onderlinge verband kunnen toelichten
- 2 Basisprincipes van gezond voedingsgedrag kunnen benoemen
- 3 De basiswerking van het bewegingsstelsel in het licht van sportbewegingen kennen
- 4 De basisprincipes van het motorisch leren kunnen benoemen
- 5 Gezondheidspsychologische theorieën en modellen voor gedragsverandering begrijpen en in eigen woorden uitleggen
- 6 Verloop van gedragsverandering inzake gezondheidsgerelateerd gedrag kunnen toelichten
- 7 De componenten van fysieke fitheid kunnen benoemen en de basisprincipes van fysieke fitheidstraining kunnen toelichten
- 8 De componenten van fysieke belasting kunnen benoemen en toepassen in functie van veilig sporten
- 9 De basisprincipes van houdingsgymnastiek kunnen toepassen
- 10 Kunnen reflecteren op eigen bewegings- en voedingsgedrag
- 11 Een aantal elementaire bewegingsvaardigheden kunnen
- 12 In een gekozen bewegingsvaardigheid een vordering kunnen realiseren en zichzelf hierover kunnen beoordelen
- 13 Het gezondheidsbeleid op school kunnen analyseren
- 14 Basisbegrippen van een gezondheidseconomische evaluatie kunnen koppelen aan bewegen en sport

Creditcontractvoorwaarde

De toegang tot dit opleidingsonderdeel via creditcontract is open: de student houdt zelf rekening met voorkennis uitgedrukt in begincompetenties

Examencontractvoorwaarde

De toegang tot dit opleidingsonderdeel via examencontract is open

Didactische werkvormen

Werkcollege, Hoorcollege, Practicum, Zelfstandig werk

Toelichtingen bij de didactische werkvormen

Elektronische portfolio; de studenten integreren de theoretische en praktische vaardigheden in hun dagelijks leven. Naargelang hun eigen niveau selecteren de studenten fysieke activiteit, bewegen en sport uit hun dagelijkse leefomgeving om te komen tot voldoende fysieke activiteit (de geldende richtlijnen worden gegeven in de theoretische lessen). Een inventarisatie van en reflectie over de eigen fysieke activiteit en sportbeoefening (die minder of meer intensief kan zijn dan de richtlijnen) gebeurt met elektronische portfolio. Principes van gezonde voeding worden ook geïntegreerd. Op basis van een theoretisch kader maken de studenten ook een analyse van het gezondheidsbeleid op een school.

De begeleiding gebeurt via een elektronische portfolio.

Dit opleidingsonderdeel gaat uit van verantwoord gebruik van generatieve artificiële intelligentie (GAI). Tijdens de lessenreeks wordt toegelicht wat hieronder verstaan wordt.

Keuzevakken worden niet standaard opgenomen in het portfoliotraject van de LIO en moeten soms als regulier student worden gevolgd, LIO-studenten contacteren voor concrete afspraken de verantwoordelijk lesgever.

Studiemateriaal

Type: Slides

Naam: Slides en cursusmateriaal

Richtprijs: Gratis of betaald door opleiding

Optioneel: nee

Taal : Nederlands

Beschikbaar op Ufora : Ja

Online beschikbaar : Ja

Type: Project

Naam: Sportmateriaal

Richtprijs: € 50

Optioneel: ja

Bijkomende info: Voor de sportlessen heeft de student een sportieve outfit (sportkledij en sportschoenen) nodig.

Referenties

Vakinhoudelijke studiebegeleiding

- Interactieve ondersteuning via Ufora
- Contactpersoon: veerle.segers@ugent.be en voor praktijk/portfolio jan.evenepoel@ugent.be
- Algemene studiebegeleiding: Evelien.VanWaes@UGent.be

Evaluatiemomenten

periodegebonden en niet-periodegebonden evaluatie

Evaluatievormen bij periodegebonden evaluatie in de eerste examenperiode

Schriftelijke evaluatie met meerkeuzevragen

Evaluatievormen bij periodegebonden evaluatie in de tweede examenperiode

Schriftelijke evaluatie met meerkeuzevragen

Evaluatievormen bij niet-periodegebonden evaluatie

Vaardigheidstest, Participatie, Werkstuk

Tweede examenkans in geval van niet-periodegebonden evaluatie

Examen in de tweede examenperiode is niet mogelijk

Toelichtingen bij de evaluatievormen

PE1/2: over de theorie met een schriftelijk examen met meerkeuzevragen (8 punten van de 20)

NPE 1:

- Bij de generieke praktijklessen is de aanwezigheid verplicht
- Voor de sportlessen dient men minstens de eerste en laatste les aanwezig te zijn. Tijdens deze lessen zal er een evaluatie plaatsvinden om tot een vorderingsscore te komen. De vorderingsscore is een combinatie van beginniveau, vordering en aanwezigheid (7 punten van 20)
- Portfolio (over 1,2,3 samen op 3 punten van de 20; over 4 op 2 punten van 20):
 - 1 Rapportage van de generieke practica
 - 2 Reflectie over de eigen keuzesportbeoefening
 - 3 Reflectie over eigen gedragsverandering (voeding, leefgewoontes, ...)
 - 4 Analyse van het gezondheidsbeleid op een school"

Eindscoreberekening

Somscore indien aan alle evaluatie-elementen deelgenomen wordt.

Gevolgen van ongegronde afwezigheid of niet-deelname aan niet periodegebonden evaluatie: wanneer men niet deelneemt aan de evaluatie van één of meer onderdelen kan men niet meer slagen voor het geheel van het opleidingsonderdeel en wordt het eindcijfer teruggebracht tot het hoogste niet-delibereerbare cijfer (7/20) indien het eindcijfer hoger ligt.