

## **LO op Leiepoort campus Sint-Hendrik**

### **Onze visie**

Als leerkrachten Lichamelijke Opvoeding streven we ernaar om van elke leerling een actieve, zelfbewuste en veerkrachtige sporter te maken, ongeacht hun aanleg of ervaring. LO is voor ons veel meer dan enkel sporten, het is een middel om belangrijke levensvaardigheden te ontwikkelen zoals doorzettingsvermogen, samenwerking, zelfvertrouwen en respect voor anderen.

In onze lessen willen we een veilige en stimulerende omgeving creëren waarin elke leerling zich uitgedaagd voelt om zijn of haar grenzen te verkennen en te verleggen. Wij geloven dat leren door doen, proberen en soms ook falen essentieel is voor groei, zowel op fysiek als mentaal vlak.

Het doel is dat leerlingen plezier beleven aan bewegen en sporten, zodat ze een positieve en gezonde levensstijl ontwikkelen die verder reikt dan de schoolperiode. We motiveren hen om actief deel te nemen, verantwoordelijkheid te nemen voor hun eigen ontwikkeling en respectvol om te gaan met elkaar.

LO is een vak waarin leren, bewegen en persoonlijke groei hand in hand gaan, en waarin elke leerling de kans krijgt om zich optimaal te ontplooiën.

### **Afspraken in de les Lichamelijke Opvoeding**

Een vlotte en veilige LO-les begint bij het maken van goede afspraken en het stellen van duidelijke verwachtingen. We hanteren met de volledige vakgroep een aantal routines en vakspecifieke afspraken zodat leerlingen weten wat er verwacht wordt.

#### **Afspraken rond het lesgebeuren**

1. De leerling is op tijd en staat dus bij het tweede belteken in de rij.
2. Bij het binnenkomen geeft de leerling zijn gsm af. Deze wordt per leerkracht veilig opgeborgen in een kluisje in de gangen of de sportloods. Tijdens het zwemmen of op andere externe locaties levert de leerling zijn gsm in bij de leerkracht. De leerkracht bewaart de gsm's in een zakje.
3. De leerlingen gaan het gebouw rustig binnen. Het omkleden verloopt in een rustige sfeer.
4. In de gangen, kleedkamers en sportzalen wordt niet gegeten of gedronken.
5. Alle leerlingen dragen zorg voor het sportmateriaal.
6. Alle leerlingen helpen mee opruimen en leggen alles terug op de juiste plaats volgens de pictogrammen.

## Afspraken rond kledij

Tijdens alle sportactiviteiten, zowel op school als op externe locaties, volgen leerlingen dezelfde afspraken rond kledij en gedrag.

1. Het schooluniform met short en T-shirt is verplicht, eventueel aangevuld met een schooltrui.
2. De leerling draagt sportschoenen en knoopt die correct dicht.
3. Sieraden blijven thuis, behalve kleine oorbelletjes.
4. Horloges zijn enkel toegestaan na toestemming van de leerkracht.
5. Lang haar moet steeds samengebonden worden.
6. Sproei-deodorant is niet toegestaan vanwege de brandveiligheid; deodorantrollers mogen wel gebruikt worden.
7. Wanneer een leerling zijn of haar turnkledij is vergeten, wordt reservekledij aangeboden. Deze attitude wordt opgenomen in de beoordeling van de persoonsgebonden doelen.

## Afspraken rond externe sportlocaties, zoals Palaestra, ...

1. De leerling gedraagt zich rustig en respectvol.
2. De leerling gaat zorgzaam om met het materiaal en laat alle ruimtes netjes achterlaten.
3. Het is niet toegestaan om gebruik te maken van de snoep- en drankautomaten die daar aanwezig zijn.

## Afspraken voor het zwemmen

1. Meisjes dragen een badpak, jongens een aansluitende zwembroek.
2. Iedereen draagt een blauwe badmuts.
3. In de kleedruimtes gaan leerlingen alleen in een cabine en gedragen ze zich rustig. Ze roepen niet, kijken niet onder of boven de hokjes, en sluiten klapdeuren en bankjes op een voorzichtige manier.
4. Bij het binnenkomen van het zwembad is douchen verplicht.
5. Leerlingen gaan vooraf naar het toilet, zodat het omkleden vlot kan verlopen.

## Afspraken rond verplaatsingen

1. We verplaatsen ons steeds te voet of met de fiets.
2. Met de fiets rijden leerlingen maximaal met twee naast elkaar.
3. Leerlingen zijn verplicht een fluohesje te dragen voor de veiligheid.
4. Wie geen fiets heeft, kan een schoolfiets huren voor € 2,00 via de leerlingenkaart.  
We raden aan om, indien mogelijk, onderling een fiets te regelen.

## Afspraken bij blessures/ongeval

Bij blessures wordt er duidelijk onderscheid gemaakt tussen eenmalig de les missen of een langdurig niet kunnen mee sporten.

1. Wie één keer de les niet kan meevolgen, krijgt een ondersteunende taak in de les.
2. Bij twee opeenvolgende niet-deelnames aan de les is een doktersattest verplicht en kan een vervangopdracht worden opgelegd.
3. Bij langdurige blessures van vier opeenvolgende weken wordt samen met de leerkracht gekeken naar een aangepast programma, een vervang- of ondersteunende taak, of de mogelijkheid om bijvoorbeeld naar de kinesist te gaan, in functie van de revalidatie. Dit wordt steeds in overleg met de directie afgesproken met de leerkracht LO.
4. Voor vragen rond verzekering kan je terecht bij de directie.