Lekker Fit! Academie

Inhoudsopgave

Lekker Fit! Academie 3

CURSUSSEN 3

- Motorisch leren 5
- Leerlijnen 6
- Modaliteiten 7
- Executieve functies (in bewegingsactiviteiten) 8
- Inzichten in lesgeven in bewegen 9
- Bewegingsonderwijs met kleuters 10

DEMO 11

INFO 11

Lekker Fit! Academie

Klik op het logo en je gaat direct naar de site van de Lekker Fit! Academie.

In de Lekker Fit! Academie is een aantal cursussen opgenomen. Op dit moment zijn het er zes. Aan deze cursussen worden regelmatig nieuwe toegevoegd.

De Lekker Fit! Academie bestaat nu uit de volgende cursussen:

- Motorisch leren
- Leerlijnen
- Modaliteiten
- Executieve functies (in bewegingsactiviteiten)
- Inzichten in lesgeven in bewegen
- Bewegingsonderwijs met kleuters

De cursussen zijn steeds op een vergelijkbare manier opgezet. De cursus is verdeeld over een aantal thema's. Vaak zijn dit er vijf.

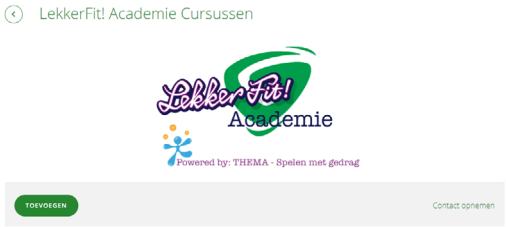
Binnen elk thema krijg je informatie over het onderwerp, zijn er opdrachten opgenomen en kun je uitwerkingen en vragen delen met je collega's. Ook is er een mogelijkheid om vragen te stellen aan één van de inhoudelijke vakexperts.

Certificaat

Na het doorlopen en succesvol afronden van de cursus kun je een certificaat downloaden.

CURSUSSEN

Van elk van de cursussen volgt op de volgende pagina's een korte beschrijving van de inhoud.



Heb je interesse in een cursus dan kun je gratis toegang krijgen door op toevoegen te klikken. Je wordt gevraagd je gegevens in te vullen en daarna (gewoonlijk binnen een dag) ontvang je een inloglink in je email. Je hebt daarmee toegang tot alle cursussen.

Klik op het plaatje om direct naar de cursussen te gaan.

CURSUS: Motorisch leren

De (vak)leerkracht met belangstelling voor het nog gerichter toepassen van motorische leerprincipes binnen de eigen lessen bewegingsonderwijs.

VORM & INHOUD

In deze cursus worden in vijf thema's de volgende onderwerpen aan bod gesteld.

- **Wat is motorisch leren?**

Motorisch leren is het proces van toenemende vloeiendheid, accuratesse en snelheid van bewegingen. Motorisch leren gaat over het steeds beter afstemmen van geleerde vaardigheden op de omgeving. Ook komen de verschillende kenmerken en aspecten van het motorisch leren aan bod.

- **Oude theorieën gaan voorbij**

Kennis ontwikkelt zich, daarom wordt kort stilgestaan bij verschillende theorieën die ook nu nog zichtbaar zijn in de wijze waarop vaardigheden worden aangeleerd. Een theorie die een belangrijke rol heeft gespeeld en dit nog steeds doet is het driefasenmodel. Bij dit model zal kort worden stilgestaan omdat het ook nu nog een rol speelt in de hedendaagse beweging- en sportwereld.

- **Nieuwe inzichten**

In dit thema wordt aandacht besteed aan verschillende vormen en effectiviteit van motorisch leren: expliciet en impliciet.

- **Differentieel leren**

Differentieel leren als exponent van het impliciete leren wordt voor het voetlicht gebracht waarna verschillende praktijkmogelijkheden worden besproken.

- **Doen wat werkt**

Een aantal praktische handvatten wordt gegeven dat van belang is bij het geven van instructie en feedback waardoor het motorische leerproces effectiever en soepeler verloopt.

accent

Het accent ligt steeds op de praktische toepasbaarheid van theoretische principes. Want er is niets zo praktisch als een goede theorie, tegelijkertijd is er niets zo theoretisch als een goede praktijk. Veelvuldig zal in deze cursus om het delen van eigen praktijkvoorbeelden worden gevraagd.

Leerlijnen

De (vak)leerkracht met nog beperkte ervaring die belangstelling heeft voor het systematisch werken vanuit bewegingsuitdagingen (bewegingsproblemen).

VORM & INHOUD

In deze cursus worden in vijf thema's de volgende onderwerpen aan bod gesteld.

- **Wat zijn leerlijnen; het kader**

Waarom zijn leerlijnen van groot belang zijn voor het ordenen van onderwijs in bewegen? Daarnaast wordt het wettelijke kader waarbinnen leerlijnen hun plek hebben geschetst.

- **Bewegingsuitdagingen en kernactiviteiten**

Bewegingsuitdagingen en kernactiviteiten worden uitgediept Dit zijn de twee begrippen die van groot belang zijn voor het in de praktijk systematisch lesgeven.

- **Variaties en verwante begrippen**

Een aantal begrippen passeert de revue. Begrippen die binnen het bewegingsonderwijs veelvuldig en gevarieerd worden gebruikt passeren de revue. De begrippen zullen worden besproken en aan de hand van praktijkvoorbeelden worden toegelicht. Aandacht wordt besteed aan onder andere grondvormen van bewegen en basisvaardigheden.

- **Differentiëren binnen de leerlijn**

Je gaat je verder verdiepen in het differentiëren binnen de leerlijn. Aan de hand van voorbeelden, toelichtingen en opdrachten zul je steeds meer gevoel en ideeën ontwikkelen voor wat mogelijk is. Het uitgangspunt is en blijft; de bewegingsuitdaging.

- **Voorwaardelijkheden in de praktijk**

Tips om meer handvatten te ontwikkelen voor het gericht inzetten van differentiëren binnen leerlijnen. Gevraagd wordt hierbij aandacht te hebben voor welke bijstelling of differentiatie je kiest afhankelijk van het zichtbare bewegingsgedrag van kinderen. Het gaat om het gericht inzetten van variaties en verwante activiteiten op basis van specifieke bewegingsgedragingen, waarbij het als-danprincipe een belangrijke rol zal spelen.

Het accent binnen deze cursus ligt steeds op de praktische toepasbaarheid van theoretische principes die binnen leerlijnen en bewegingsthema's een centrale rol spelen. Het delen van eigen praktijkvoorbeelden zal veelvuldig aan de orde komen.

VORM & INHOUD

CURSUS: Modaliteiten

De (vak)leerkracht met belangstelling voor manieren waarop kinderen deelnemen aan bewegingssituaties. Modaliteiten is een ander woord voor de wijze waarop kinderen deelnemen aan en zich verhouden tot een spel of activiteit.

In deze cursus worden in vijf thema's de volgende onderwerpen aan bod gesteld.

• Wat zijn modaliteiten en hoe herken je ze?

Modaliteiten is een ander woord voor de manier van deelnemen (drive). Modaliteiten binnen het bewegingsonderwijs zijn de manieren waarop kinderen kunnen deelnemen aan bewegingssituaties. Het gaat om de vraag hoe kinderen zich verhouden tot het spel of de activiteit. Modaliteiten zijn aanleidingen voor kinderen om deel te nemen aan bewegingsactiviteiten en worden zichtbaar in het beweeggedrag dat kinderen laten zien. Er worden vier modaliteiten onderscheiden: sparren, leren, ontmoeten en vieren.

• De modaliteit sparren

Bij het sparren gaat het om het leveren van een inspanning om een (zelf) gestelde uitdaging aan te gaan. Sparren met je eigen krachten, sparren met het materiaal of sparren met je vriendjes. Kenmerkend is de gestelde en gearrangeerde uitdaging. Een kind dat het bewegen sparrend beleeft en ervaart, heeft behoefte aan een aanmoedigende, stimulerende, prikkelende en enthousiasmerende leerkracht.

• De modaliteit leren

Bij het leren gaat het om het verwerven van bewegingsvaardigheden, om het opdoen van motorische vaardigheden. Het gaat hier om het gevoel een vaardigheid of truc onder de knie te willen krijgen.

• De modaliteit ontmoeten

Bij het ontmoeten gaat het om het tegenkomen van de ander, het andere (het materiaal) of jezelf. Kenmerkend is het zoeken naar én bewegen op de grens van het vermogen van de deelnemer en het materiaal.

• De modaliteit vieren

Bij het vieren gaat het voornamelijk om het ontspannen en moeiteloos bewegen. Speelsheid, herhalend en gemak zijn de kernwoorden. Een kind dat het bewegen vierend beleeft en ervaart, vraagt om een rustgevende, uitnodigende en volgende leerkracht. Het gaat om het in vrijheid bewegen binnen ontworpen en gearrangeerde bewegingssituaties.

In deze cursus ligt het accent op het leren zien van de verschillende modaliteiten tijdens de lessen bewegingsonderwijs, waarbij enkele handvaten worden gegeven voor om omgaan met specifieke manieren van het ervaren van bewegingssituaties.

CURSUS: Executieve functies (in bewegingsactiviteiten)

De (vak)leerkracht met belangstelling voor het inrichten van arrangementen met het oog op executieve functies van leerlingen binnen bewegingssituaties.

VORM & INHOUD

In deze cursus worden in vijf thema's de volgende onderwerpen aan bod gesteld.

- **Wat zijn executieve functies en hoe herken je ze?**

Executieve functies zijn alle regelfuncties van de hersenen die essentieel zijn voor het realiseren van doelgericht en aangepast gedrag.

Alle executieve functies of vaardigheden hebben een controlerende en aansturende functie. Met deze functies bepalen we het doel van ons handelen en gedrag, schakelen we afleidende factoren uit, plannen we de volgorde van handelingen, voeren we de taken die daarvoor nodig zijn stap voor stap uit en controleren we het effect, waarbij we ook rekening houden met mogelijke toekomstige effecten.

Met executieve functies reguleren we emoties, motivatie en alertheid en laten we ervaringen uit het verleden meespelen bij de verwachtingen en beslissingen voor de toekomst.

- **Welke executieve functies worden onderscheiden?**

Welke verschillende (soorten) executieve functies worden onderscheiden en wat is het belang ervan?

- **De ontwikkeling van executieve functies**

Op welke wijze ontwikkelen executieve functies zich én welke mate van ontwikkeling mag je bij een kind van een bepaalde leeftijd verwachten.

- **Het stimuleren van specifieke functies**

Hoe kun je de impact van specifieke executieve functies vergroten; hoe pak je dit aan?

- **Executieve functies in de praktijk**

Welk rol spelen executieve functies in de dagelijkse praktijk van het onderwijs in bewegen? Waar loop je (wellicht) tegenaan en op welke manier kun je er rekening mee houden?

accent

Het accent in deze cursus ligt op het vergroten van de kennis over executieve functies en hoe je op basis van arrangementen en leervoorstellen invloed kunt uitoefenen op de executieve functies van je leerlingen.

CURSUS: Inzichten in lesgeven in bewegen

De (vak)leerkracht met interesse in het vergroten zijn de lesgeefeffectiviteit én het overleggen en afstemmen met collega (vak)leerkrachten.

VORM & INHOUD

In deze cursus worden in vijf thema's de volgende onderwerpen aan bod gesteld.

- Leerprincipes

Welke (motorische) leerprincipes spelen een belangrijke rol bij het verzorgen van onderwijs in bewegen?

- Rol van de leerkracht

Welke rol en invloed heeft de leerkracht op het leerproces van kinderen in beweging?

- Structuur van de les

Wat is het belang van de geboden structuur van de beweegactiviteiten voor het optimaliseren van motorische leerprocessen?

- Groepsindeling

Welk invloed heeft het verdelen van groepen op het lesgeven in bewegen en de effectiviteit van het specifieke leerproces?

- Materialen

De inzet en het gebruik van materialen binnen de activiteiten kunnen een grote invloed hebben op motorisch leren en daarmee op de effectiviteit van het gegeven onderwijs.

accent

Deze cursus nodigt uit tot het delen van jouw ervaringen met je collega's. Het accent ligt vooral op praktische en direct toepasbare kennis en ervaring.

CURSUS: Bewegingsonderwijs met kleuters

De (vak)leerkracht die lesgeeft aan kleuters of interesse heeft om dit te gaan doen. De inhoud van deze cursus is gebaseerd op het boek 'Beter spelen en bewegen met kleuters'.

VORM & INHOUD

In deze cursus worden in vijf thema's de volgende onderwerpen aan bod gesteld.

- Het jonge kind in beweging

Wat heeft een kleuter nodig en hoe kun je hieraan vorm en inhoud geven in het speellokaal?

- Beweegtuinen

Hoe kan ik mijn bewegingslessen met kleuters ordenen en de activiteiten rubriceren zodat alle leerlijnen en bewegingsthema's op een kwalitatieve manier worden aangeboden?

- Negen criteria voor een goede les

Hoe kun je bewegingslessen met kleuters op een praktische manier aanbieden die voldoen aan de kwaliteitseisen van een goede les bewegingsonderwijs?

- Speelkriebels

Wat zijn speelkriebels en kun je door tegemoet te komen aan de speelkriebels de lessen nog meer op maat maken? Je houdt hierbij rekening met wat een kleuter nodig heeft en ingaat op de beweegredenen van het jonge kind in beweging.

- De kleuter en de leerkracht in het speellokaal

Wat betekenen de verschillende thema's voor de bewegingsles met kleuters in de praktijk? Dit thema is een samenvatting van wat er in de praktijk gebeurt op het vlak van het geven van bewegingslessen aan het jonge kind.

accent

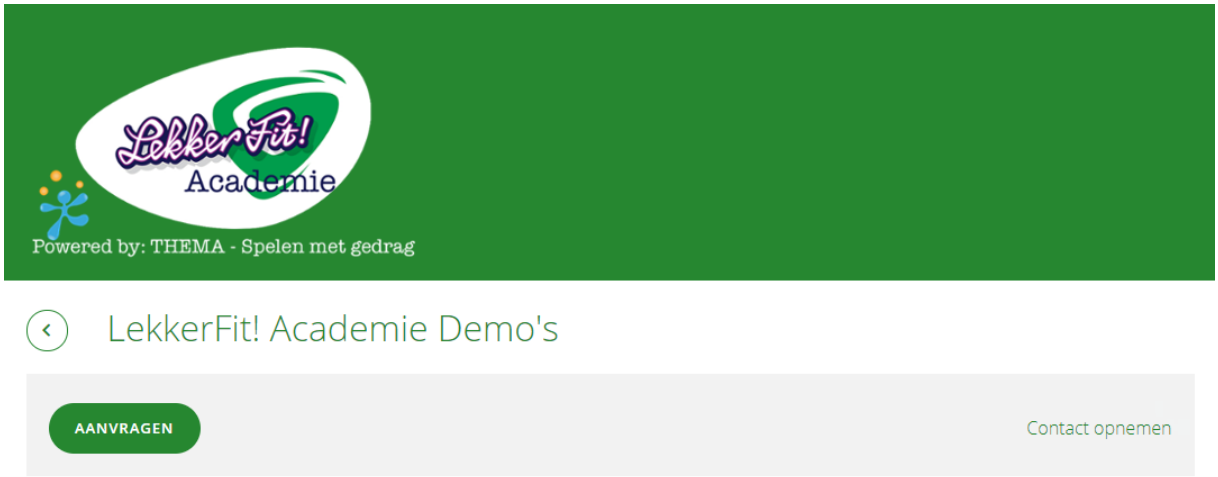
Het accent bij deze thema's ligt bij het toepassen van praktische handvatten in de praktijk van het onderwijs van het jonge kind.

DEMO

Van alle cursussen is een DEMO gemaakt.

Deze vind je op de site van de Lekker Fit! Academie.

Deze DEMO's bieden een goed en representatief beeld van wat je kunt verwachten van een specifieke cursus.



Klik op de afbeelding en je komt direct bij de demo's. Klik op **aanvragen** en vul de gevraagde gegevens in.

Je krijgt dan direct toegang tot alle demo's.

INFO

Mocht je vragen hebben, aarzel niet, ik hoor ze graag.

Je kunt mij bereiken via Theo@spelenmetgedrag.nl