

Theorie

Woord Vooraf 3

**Meer LO op school... het kan!
Buddy's aan het werk
Niemand zit stil in De Meidoorn Eeklo** ... 4
SOPHIE VAN AELST

**Schoolgerelateerde fysieke activiteit en
het bewegingsgedrag tijdens de vrije tijd
bij adolescenten in Vlaanderen** 8
JAN SEGHERS & SOFIE MARTIEN

**Rol van de lessen Lichamelijke
Opvoeding in de zoektocht naar een
positief realistisch beeld op het
puberale lichaam (deel 2)** 12
CHRISTINE DE MEDTS & REIN VAN GOETHEM

**Proeven van sport in Boeddhistisch
klooster in Nepal** 17
BRECHT DE MEY

**Onderzoek naar de kwaliteit van de
jeugdsportbegeleider in 24 Vlaamse
gemeenten** 20
PIETER HOOF & MAARTEN QUINTELIER

**Bekende/bijzondere (BV)LO's:
Anekdoten ophalen met Urbain
Braems** 22
SOPHIE VAN AELST

Wat is en wat doet een podoloog 24
EVA DE MULDER

**Nieuwsberichten
EUPEA – European Physical Education
Association: Verklaring van Madrid & Nieuwe
bevraging omtrent de situatie van de LO in
Europa** 25

**ICES – Internationaal Centrum Ethiek in
de Sport: 1e Symposium was succes &
oproep experts** 26

**Stap en Blijf Fit – Succesverhaal en
nieuwe oproep** 28

BVLO-Activiteiten 29

**BVLO voorstelling + lid worden +
nieuwe website** 31

Praktijk

Hoe kunnen we een experimenteromloop
boeiender maken? Sinterklaas- of
Kerstomloop
INGE DEVRIENDT
BEWEGINGSONDERWIJS 054-057

Speels werken aan conditie: Prettig moe!
(deel 3)
JEAN-BAPTIST BULTYNCK, JOS DELEN, KURT DE
ROECK, KOEN MEESE & BRENT GERS
CONDITIETRAINING 017-020

Boogschieten
DIETHER RAEYMAEKERS
RECREatieve SPORTEN 038-041

Woord vooraf

De uitdrukking 'Met beide voeten op de grond staan' lijkt evident voor de gevormden in de Lichamelijke Opvoeding, tenminste wanneer zij intentioneel dit vormingsgebied inhoud wensen te geven. Op de keper beschouwd moet het uiteraard goed zitten met die voeten, vandaar in dit nummer een bijdrage over de podologen, de ingenieurs van de voet die ervoor zorgen dat het frêle contact voet-grond perfect verloopt.

Fysieke activiteit blijft een conditio sine qua non voor een harmonieuze persoonlijkheidsontwikkeling, tenminste wanneer die ingebed is in een cognitief en affectief stramien. Verschillende bijdragen bevestigen deze stellingname in extenso.

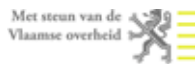
De problematiek van het lichamelijk zelfbeeld bij jonge adolescenten is daar één van. Hierin heeft de leerkracht Lichamelijke Opvoeding via zijn uitgesproken empathisch vermogen een belangrijke rol te vervullen, al was het maar door het bewegingsaanbod te variëren vooral bij loopactiviteiten voor meisjes. Taakbehoefte, taakoriëntering en bijgevolg taakspanning zouden hier wel eens sleutelwoorden kunnen zijn. Een negatief zelfbeeld, daar kunnen deze jongeren wel eens mee te maken hebben. Uit deze bijdrage blijkt dat we vooral TSO- en BSO-leerlingen en meisjes tot een hogere habituele fysieke activiteit moeten stimuleren.

Aanzetten tot meer fysieke activiteit is uiteraard belangrijk, maar nog belangrijker is dat we de omkadering van de fysiek actieve jeugd optimaliseren. Een bijdrage over de inspanningen die diverse gemeenten (46%) leveren om de kwaliteit van de jeugdsportbegeleiding te verhogen is hier zeker op zijn plaats.

Met beide voeten correct op de grond, gemotiveerd deelnemend aan fysieke activiteiten, deskundig begeleid en uitmondend in een zeer positief zelfbeeld, tegemoetkomend aan een gezonde taakbehoefte en geënlardeerd door plezierbeleving, daar gaan we voor.

PROF. DR. MARC MAES
VOOR DE REDACTIE

Bond voor Lichamelijke Opvoeding vzw
BONDSHUIS BVLO • Waterkluiskaai 16 • 9040 Gent/Sint-Amandsberg
Bankrekening BVLO: KBC 446-9720001-62 • Tel. (09) 218 91 20 • Fax (09) 229 31 20
e-mail: info@bvlo.be
Openingsuren: 8.45 tot 13 uur & 14 tot 17.15 uur



Het Tijdschrift voor Lichamelijke Opvoeding is een vakblad voor gevormden in de LO, trainers en jeugdsportbegeleiders. Het verschijnt trimestrieel: 5 maart, 5 juni, 5 september, 5 december.

Verantwoordelijke uitgever: M. Maes,
Waterkluiskaai 16, 9040 Sint-Amandsberg/ Gent

De redactieraad bestaat uit: Kristine De Martelaer,
Marc Maes, Sophie Van Aelst en wordt bijgestaan door een ruime adviesgroep en een reviewpanel.

Publiciteit: Bond voor Lichamelijke Opvoeding vzw,
Tel. (09) 218 91 20 • e-mail: info@bvlo.be

Copyright: Het overnemen van artikels en foto's is zonder schriftelijke toestemming van de redactieraad niet toegelaten. Ieder auteur is verantwoordelijk voor de inhoud van zijn/haar artikel. Een abonnement op het Tijdschrift voor Lichamelijke Opvoeding is inbegrepen in het lidmaatschap van de BVLO. Alle individuele leden van de Bond voor

Lichamelijke Opvoeding vzw krijgen het Tijdschrift voor Lichamelijke Opvoeding toegestuurd en zijn automatisch verzekerd voor persoonlijke ongevallen, 24 uur op 24 uur, wereldwijd. De nascholingsbijdrage BVLO (lidmaatschap) 1/09/2009-31/08/2010 bedraagt € 50,00. Een bijkomende verzekering burgerlijke aansprakelijkheid kan ook mits bijbetaling van € 13,00. Alle info en online lid worden op www.bvlo.be.



Lid van de Unie van de Uitgevers van de Periodieke Pers.

Tijdschrift voor Lichamelijke Opvoeding is ondertekenaar van de Milieubeleidsovereenkomst Papier Vlaanderen en steunt de inspanningen van de Vlaamse regering i.v.m. papierrecuperatie.



Eekhoutdriesstraat 67
9041 Oostakker
tel. (09) 251 05 75
fax (09) 251 62 40
e-mail: info@geers-offset.be

