

## Ouders: belangrijke partners voor de leraar LO

Ridder Raoul Mollet zei ooit: "de ouders zijn de eerste coach voor hun kinderen". Gelijk had die visionair die gedurende lange tijd voorzitter was van het Olympisch en Interfederaal Comité en dit instituut op de kaart zette.

De ouders zijn inderdaad heel belangrijk voor de algemene opvoeding van het kind en voor de lichamelijke ontwikkeling in het bijzonder. Zij bepalen immers in belangrijke mate of het kind in een bewegingsvriendelijk en uitnodigend milieu zal gedijen. Zij kunnen een belangrijke voorbeeldfunctie vervullen en hun kinderen motiveren en stimuleren tot bewegen. Zij kunnen kiezen voor het aanleren van een gezonde levensstijl met accent op gezonde voeding, regelmatig en intensief bewegen en spelen, voldoende nachtrust, overwogen schermkijkgedrag en zoveel meer.

Vele van hen doen dat ook op een uitstekende wijze. Anderen durven dat wel eens over het hoofd te zien en komen er niet toe door tijdsgebrek (sic) of door onwetendheid. Ouder 'zijn' is één van de moeilijkste levensstaken van de mens en ook één van de mooiste. Maar daar bestaan geen cursussen voor; de enige vorming op dit vlak kan worden verworven via de school des levens. Vroeger ging dat quasi vanzelf, vele kinderen konden immers genieten van de constante aanwezigheid van één de ouders en in vele gevallen zelfs van de grootouders die inwoonden.

De ouders dienen dus ondersteuning te krijgen bij het begeleiden van hun kinderen tot volwassenheid, ook op lichamelijk vlak. Zij moeten inzichten verwerven over de natuurlijke lichamelijke ontwikkelingsgang van hun kinderen gekoppeld aan de cognitieve en affectieve ontwikkeling.

Wat zijn de natuurlijke en reële behoeften van het kind op een bepaald ogenblik, wanneer manifesteren zich de gevoeligheidsmomenten (gouden leeftijd), hoe zit het met het rijpingsniveau - de maturatiegraad? Hoe gaan zij om met voortijdige specialisatie en competitie? Leggen zij niet te veel druk op hun kinderen en vooral projecteren zij zichzelf niet te sterk?

De leraar Lichamelijke Opvoeding kan de ouders daarbij uitstekend helpen door het organiseren van een debataavond, door het verspreiden van nota's dienaangaande, door uitleg te verschaffen bij evaluaties en tijdens oudercontacten. Uitleg over sportkeuzes, oefenfrequentie en -intensiteit, voeding, omgaan met letstels, met frustraties, met winst en verlies.

De leraar LO kan worden beschouwd als de expert op dit gebied en daarenboven als enige op school die belangrijke informatie kan geven over de ontwikkeling van de jongere op lichamelijk vlak en vooral ook op sociaal vlak (de les LO als sociaal atelier). Hij of zij draagt een grote verantwoordelijkheid in verband met het tot stand brengen van een gezonde en sportieve mentaliteit bij de ouders.

Bij diegenen die deze taak naar behoren vervullen zullen de ouders bij oudercontacten 'drummen' om de leraar LO te kunnen spreken.

voor de redactie  
Prof. Dr. Marc Maes

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 en 5 december. 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. Maar een BVLO-lidmaatschap is meer dan dat! Kijk voor alle mogelijke formules en voordelen op onze site: [www.bvlo > LO & Sport](http://www.bvlo > LO & Sport) > Lidmaatschap of bel de ledentelefoon 09- 218 91 23 (kantooruren). **NIEUW:** het BVLO-lidmaatschap sluit je af voor 12 maanden of de volle 365 dagen. Alle info en online lid worden: [www.bvlo.be](http://www.bvlo.be)

**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.

## In dit nummer

### Theorie

Woord Vooraf..... 3

Meer LO op school ... het kan!  
Sport Maakt Sociaal & Sport Maakt School in Hasselt... 4  
SOPHIE VAN AELST & JOSSE LAMBRIX

Actieve lessen bewegingsopvoeding  
zijn belangrijk voor kleuters..... 7  
VALERY LABARQUE, GREET CARDON,  
EVELINE VAN CAUWENBERGHE & DIRK SMITS

De sterkte van de LO in het  
totale opvoedingsproject van de school..... 13  
ANNY DEVREKER

Touwenparcours en veiligheid: overzicht en  
recente ontwikkelingen..... 17  
JOHAN HOVELYNCK & GEERT VERSTRAETE

The Noble Art:  
BoksKunst in het Sportimonium..... 25  
SPORTIMONIUM

Bond voor Lichamelijke Opvoeding  
Voorstelling..... 27  
BVLO-Activiteiten..... 28  
• BVLO NASCHOLINGEN & STUDIEDAG  
• BVLO SPORTKAMPEN

Wist-je-dat'jes..... 29

Geen plaats om te turnen?  
Elk lokaal wordt een turnzaal in 5 minuten..... 30  
JANSSEN FRITSEN

### Praktijk

Gezondheidsgerelateerde les bewegingsopvoeding  
VALERY LABARQUE, GREET CARDON,  
EVELINE VAN CAUWENBERGHE & DIRK SMITS  
BEWEGINGSONDERWIJS 062-065

De driehoeksrelatie rug-buik-benen  
FREDERIK DANNEELS  
CONDITIE 021-024

Kings of Cricket  
PATRICK DEMAERSCHALK  
CRICKET 001-004

**Publiciteit:** Bond voor Lichamelijke Opvoeding vzw  
Tel. 09 218 91 20 - Fax 09 229 31 20 - email: [info@bvlo.be](mailto:info@bvlo.be)

**Copyright:** Het overnemen van artikels en foto's is zonder schriftelijke toestemming van de redactieraad niet toegelaten.  
Iedere auteur is verantwoordelijk voor de inhoud van zijn/haar artikel.

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



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



drukkerij New Goff - Kaleweg 5 - 9030 Mariakerke(Gent)  
Tel +32(0)9 216 73 73 - fax +32(0)9 216 73 74 - [info@newgoff.be](mailto:info@newgoff.be)