



Heilig Hartinstituut Kessel-Lo
Secundair Onderwijs

Infobrochure

Lichamelijke opvoeding en sport

2021-2022

Samen met jou willen wij op een fijne manier op weg gaan, in wederzijds respect, zodat je kan opgroeien tot een open medemens en je het beste van jezelf kan geven op school.

*Groeien doe je elke dag,
klein wordt groot en tof wordt toffer.
Grijp met beide handen je kansen en zoek steun waar nodig.*

Mocht je nog vragen hebben, dan kan je terecht op het nummer 016 25 22 51.
Tijdens het schooljaar is het leerlingensecretariaat er om je wegwijs te maken!



Algemene gegevens

Heilig Hartinstituut Kessel-Lo (HHK)
Jozef Pierrestraat 56
3010 Kessel-Lo

016 25 22 51
 www.hhscholen.be
 infohkh@hhscholen.be

Lestijden

1ste belsignaal	08.20 uur
1ste lesuur	08.25 uur
2de lesuur	09.15 uur
PAUZE	10.05 uur
3de lesuur	10.20 uur
4de lesuur	11.10 uur
MIDDAGPAUZE	12.00 uur
5de lesuur	12.50 uur
6de lesuur	13.40 uur
PAUZE	14.30 uur
7de lesuur	14.45 uur
8ste lesuur	15.35 uur
Einde lesdag	16.25 uur

Bereikbaarheid

- Vlot bereikbaar met de fiets, er is een bewaakte fietsstalling in de school (langs Jozef-Pierrestraat);
- Op enkele minuten wandelen (10 min.) van het station Leuven;
- Verschillende bushaltes in de buurt: Diestsesteenweg (tegenover de school), Gemeentestraat, de Becker Remyplein.

Wanneer kies je voor deze richtingen?

- Je beschikt over een behoorlijke en diepgaande wetenschappelijke basiskennis.
- Je hebt interesse in de anatomie van het menselijk lichaam.
- Je loopt warm voor alles wat met sport te maken heeft.
- Je bent overtuigd van de positieve impact van beweging op de gezondheid.
- Je bent nieuwsgierig naar de wetenschap achter beweging.

Troeven

Tijdens deze opleiding krijg je een wetenschappelijke basis mee. Welke principes en theoretische inzichten zitten achter de praktijklessen die je krijgt? Je maakt de brug tussen sport en beweging enerzijds en de wetenschap anderzijds.



Vierde jaar TSO Lichamelijke opvoeding en sport

Lessentabel

	4
Aardrijkskunde	1
Engels	2
Frans	3
Geschiedenis	1
Godsdienst	2
Informatica	1
Lichamelijke opvoeding	2
Muzikale opvoeding	1
Natuurwetenschappen	4
Nederlands	4
Plastische opvoeding	1
Sport	7
Wiskunde	3
AANTAL UREN PER WEEK	32

Toelatingsvoorwaarden

Je bent geslaagd voor het tweede leerjaar van de eerste graad A-stroom.

Inhoud van de studierichting

In de eerste plaats focus je op je eigen motorische ontwikkeling: je werkt aan je uithouding, kracht, lenigheid en snelheid. Daarnaast buig je je per sportdiscipline over de technieken, tactieken en skill-analyses, en leer je hoe je fouten opspoort en vermijdt.

Het leren begeleiden van anderen loopt als een rode draad door de studie. Tijdens de sportlessen werk je samen met een medeleerling, coach je elkaar en begeleid je een spel dat je zelf voorbereidde. Maar ook tijdens sportdagen of sportactiviteiten krijg je de kans je didactische skills aan te scherpen. En behaal je graag je diploma bij de Vlaamse Trainersschool? Dan kan dat ook, dankzij een samenwerking tussen hen en onze school.

Specifieke vakken

Je krijgt naast een ruime algemene vorming met de nodige aandacht voor de wetenschappen, een pakket van 9 uur sport aangeboden per week.

Uitwegen

Je bent specifiek voorbereid op de studierichting Lichamelijke opvoeding en sport in de derde graad. Daarnaast biedt het ook uitwegen naar een andere wetenschappelijke richting met de dubbele finaliteit.

Studieprofiel

Je bent bereid om je te bekwamen in de theoretische en algemene wetenschappelijke vorming in combinatie met een stevig aantal uren sport per week. Je bent erg sportief aangelegd en hebt de nodige studievaardigheden om je bepaalde praktische wetenschappelijke inzichten eigen te maken. Je bent geïnteresseerd in het begeleiden en coachen tijdens een bewegingsactiviteit.