

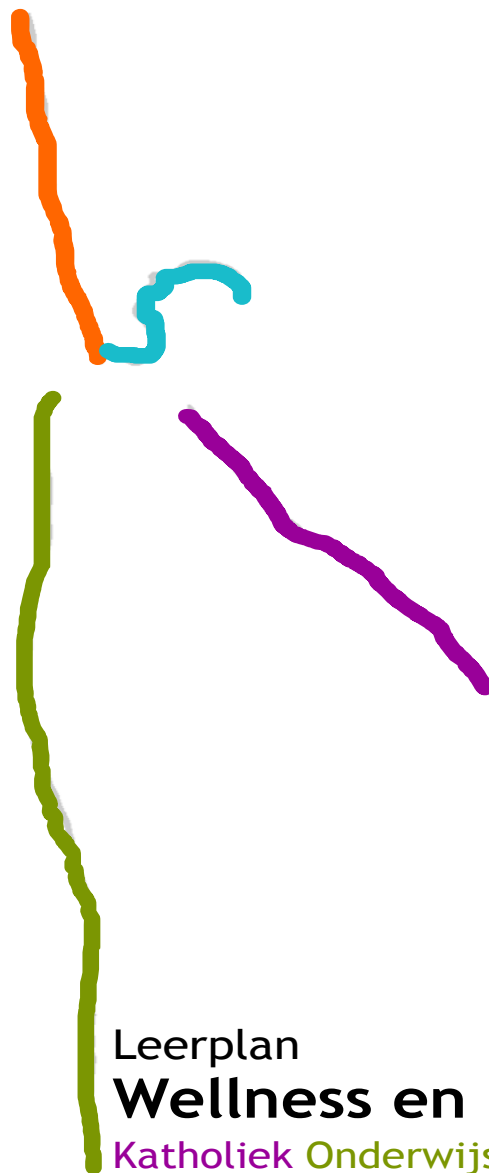
WELLNESS EN LIFESTYLE

Leerplanspecifieke
Verdiepende
vervolgsessie

Tweede graad

D/A-finaliteit





Leerplan
Wellness en lifestyle
Katholiek Onderwijs Vlaanderen

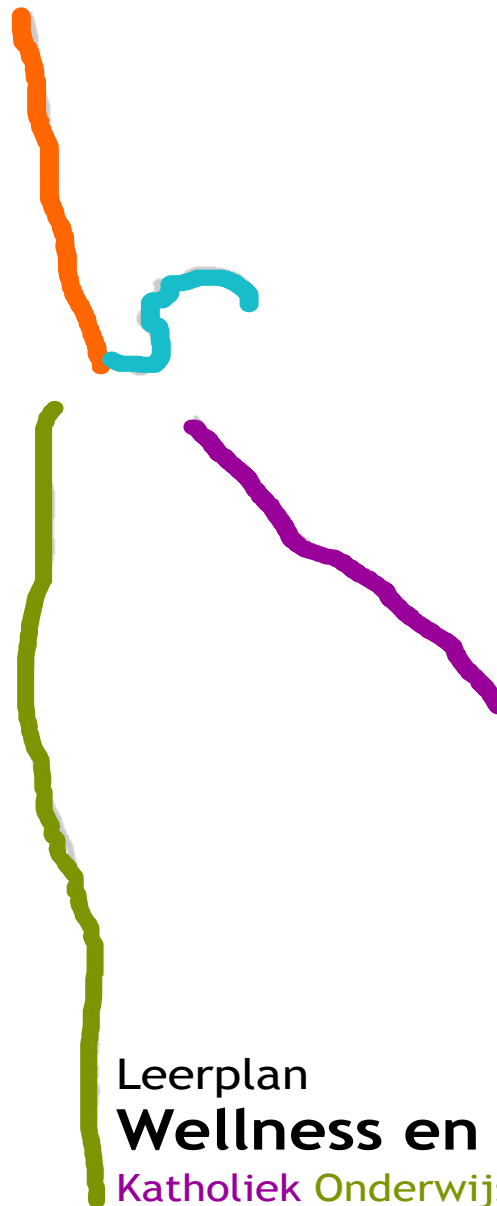
WELKOM



Om te onthouden
na deze coronatijd

Verrassend

Vreugdevol



Leerplan
Wellness en lifestyle
Katholiek Onderwijs Vlaanderen

BEZINNING



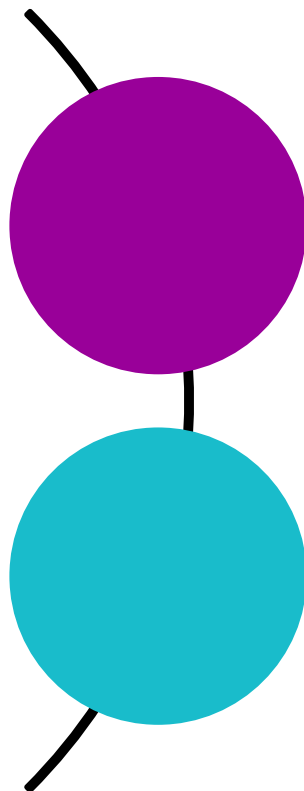
Leerplan
Wellness en lifestyle
Katholiek Onderwijs Vlaanderen

LEERPAD



Leerplan
Wellness en lifestyle
Katholiek Onderwijs Vlaanderen

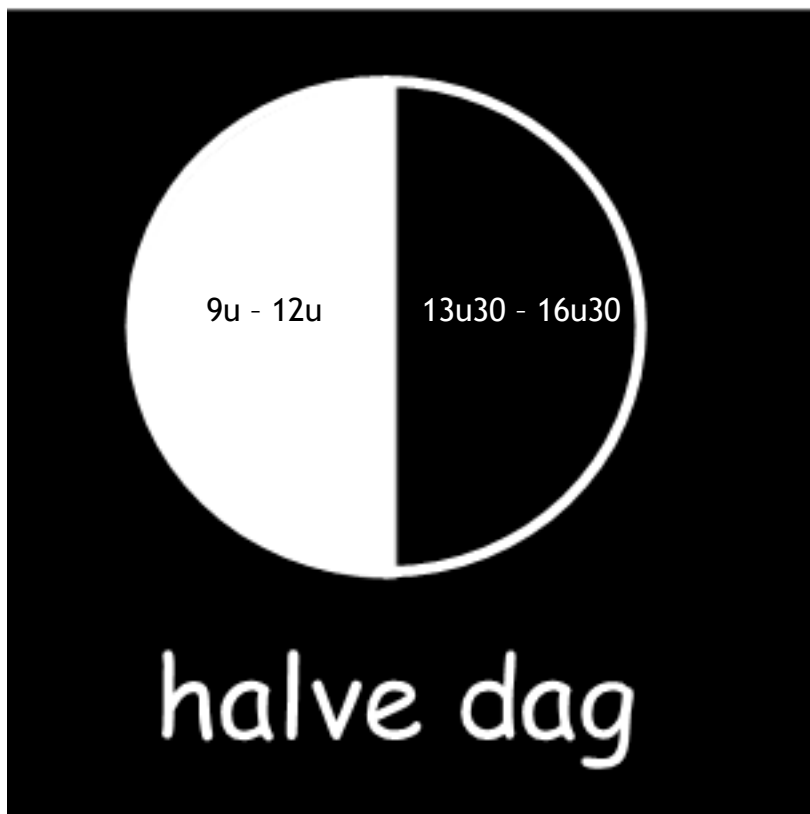
Deelnemers:



krijgen inhoudelijke en didactische handvaten om de **leerplandoelen van gezondheid en welbevinden en ontwikkeling** in samenhang en binnen de context van wellness en lifestyle te realiseren.

leren van en met elkaar.

DOELEN



Leerplan
Wellness en lifestyle
Katholiek Onderwijs Vlaanderen

PROGRAMMA



KATHOLIEK ONDERWIJS
VLAANDEREN

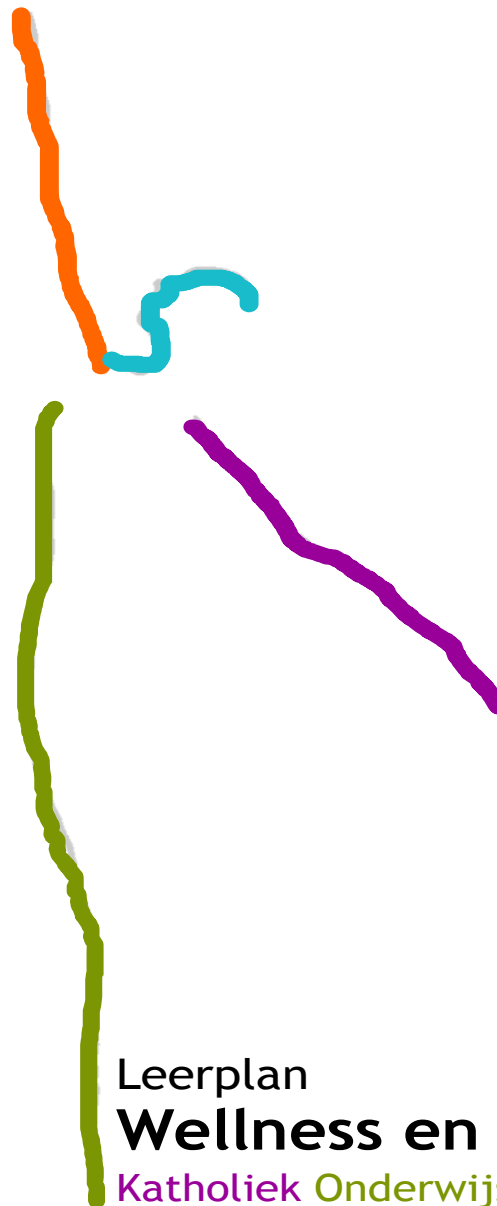
NIEUWSBRIEF
22 februari 2021

Beste Voornaam MIJN VOORKEUREN

ONTDEK ONZE NIEUWE WEBSITE

Ontdek onze nieuwe website met een PRO-gedeelte, waar je alle informatie ter ondersteuning van jouw job terugvindt: onderwijsregelgeving, pedagogische begeleiding, nascholingen ... Die informatie bezorgen we je ook zo gericht mogelijk dankzij een **kijkfilter**, die de relevante informatie voor jouw onderwijsniveau en regio selecteert.

Op onze themapagina's bundelen we onze dienstverlening **per thema**. Je vindt er steeds ook een contactpersoon, nieuws en interessante



Leerplan
Wellness en lifestyle
Katholiek Onderwijs Vlaanderen

<https://pro.katholiekonderwijs.vlaanderen/>

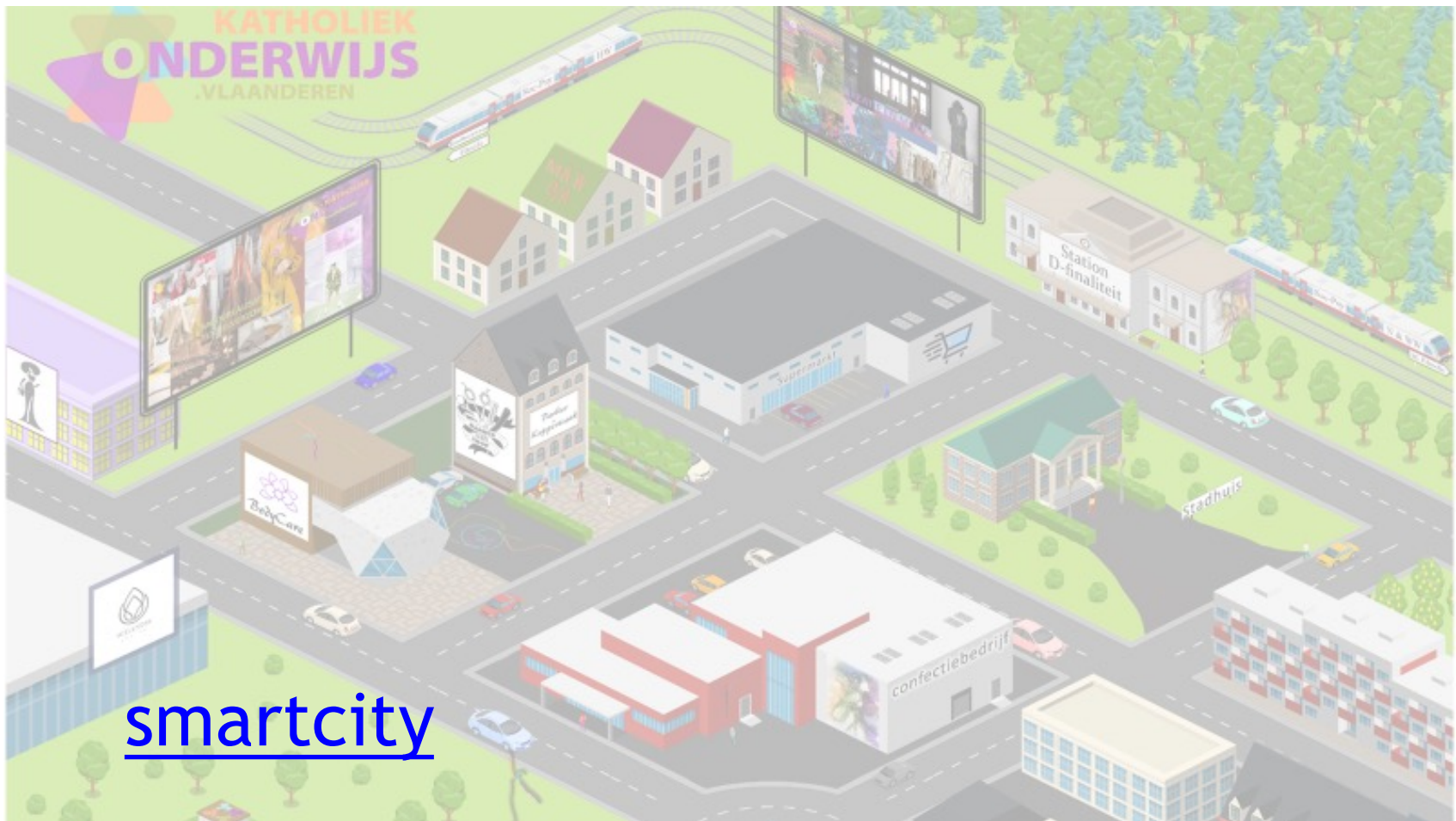
www.PRO



Doorstroomgericht D-finaliteit		Doorstroom- en arbeidsmarktgericht D/A-finaliteit	Arbeidsmarktgericht A-finaliteit
domeinoverschrijdend	domeingebonden		
Humane wetenschappen	Maatschappij- en welzijnswetenschappen	Maatschappij en welzijn Wellness en lifestyle Creatie en mode	Zorg en welzijn Haar- en schoonheidsverzorging Moderealiserie en textielreiniging

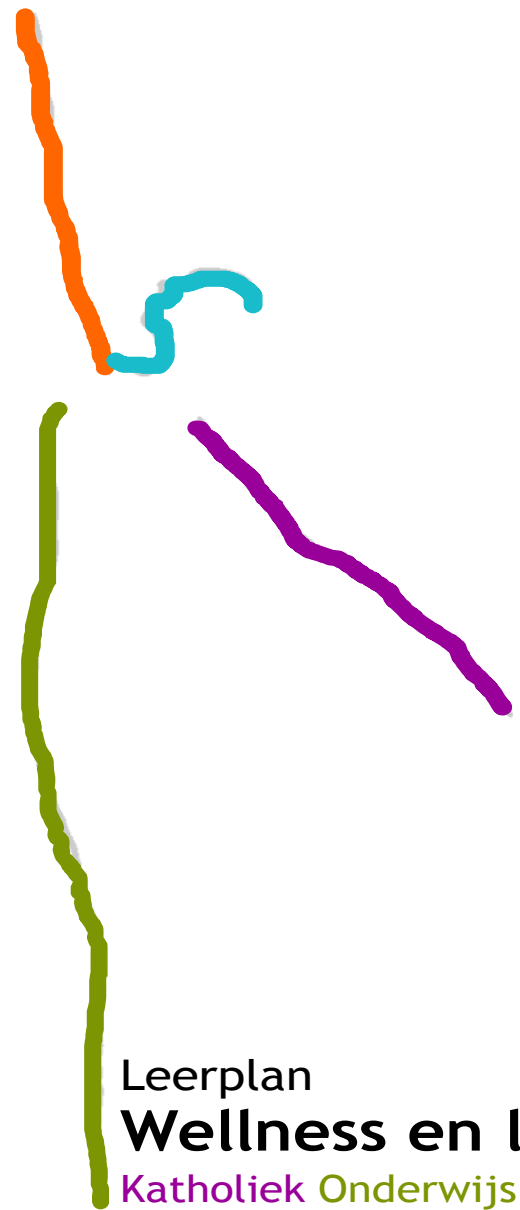
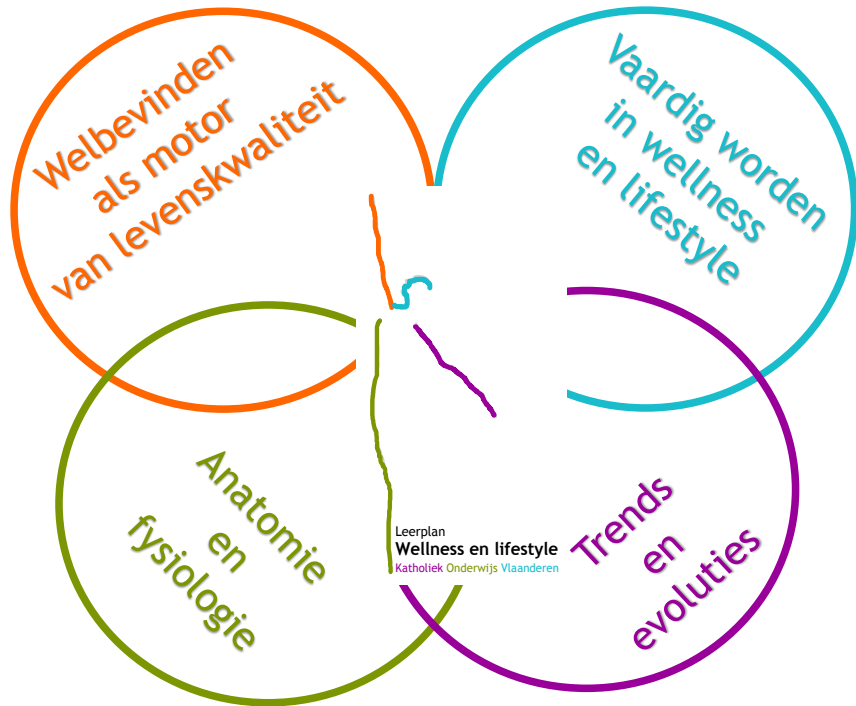
STUDIEDOMEIN
MAATSCHAPPIJ EN WELZIJN

Voorstelling van het domein Maatschappij en welzijn



Onderscheid tussen de finaliteiten

Doorstroomgericht D-finaliteit		Doorstroom- en arbeidsmarktgericht D/A-finaliteit	Arbeidsmarktgericht A-finaliteit
domeinoverschrijdend	domeingebonden		
Humane wetenschappen	Maatschappij- en welzijnswetenschappen	Maatschappij en welzijn Wellness en lifestyle Creatie en mode	Zorg en welzijn Haar- en schoonheidsverzorging Moderealisatie en textielreiniging
← Denkkracht		Daadkracht →	
← Abstract		Concreet →	
← Onderzoekend leren		Toepassend leren →	
← Breed/algemeen		Contextgericht/specifiek →	



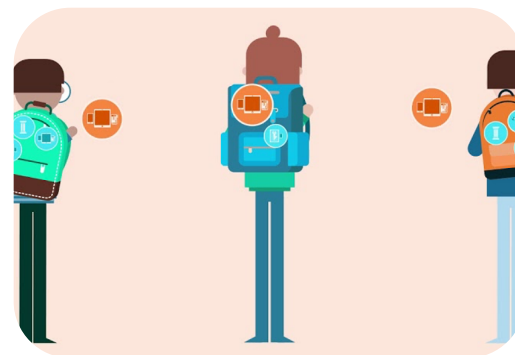
Leerplan
Wellness en lifestyle
Katholiek Onderwijs Vlaanderen

SITUEREN VAN DE DOELEN

Tweede graad WELLNESS EN LIFESTYLE



Leerplan Wellness en lifestyle



Leerplannen basisvorming



GFL

Gemeenschappelijk Funderend leerplan



GLI

Gemeenschappelijk leerplan ICT

Leerplan Wellness en lifestyle

56 leerplandoelen

Leerplan
Wellness en lifestyle
Katholiek Onderwijs Vlaanderen

Welbevinden als
motor van
levenskwaliteit

Vaardigheden
in wellness
en lifestyle

Trends
en evoluties

Anatomie en
fysiologie van de
mens



Gezondheid en
welbevinden



Algemene
competenties



Waarneming

Ontwikkeling



Basisvaardigheden
Wellness en
lifestyle



Beweging



Relationele en
communicatieve
vaardigheden

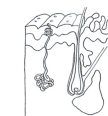


Coördinatie
lichaamsfuncties

De mens in
relatie tot de
samenleving



Klierwerking



Huid en
nagels

Beenderen en
spieren





Welbevinden als
motor van
levenskwaliteit



Gezondheid en
welbevinden
(LPD 1- 4)



Ontwikkeling
LPD 5 - 11

Relationele en
communicatieve
vaardigheden
LPD 12 - 15)



De mens in relatie
tot de samenleving
LPD 16 - 20)

← LPD uit MEAV



Welbevinden als motor van levenskwaliteit

Leerplan
Wellness en lifestyle
Katholiek Onderwijs Vlaanderen



Gezondheid en welbevinden



Doelstellingen



Je verwerft een dieper inzicht in de leerplandoelen en inhoud van gezondheid en welbevinden

- Je maakt kennis met enkele belangrijke begrippen en kaders zoals gezondheid, welbevinden, welzijn, gezondheidsbevordering
- Je krijgt een aantal handvaten en didactische tips om de leerplandoelen rond gezondheid en welbevinden toe te passen in de eigen lespraktijk



Kennismaking met enkele belangrijke begrippen

Verschillende definities en benaderingen van gezondheid.

DEFINITIE WHO (1947): Gezondheid is een toestand van *volledig* fysiek, sociaal en mentaal welbevinden en niet enkel de afwezigheid van ziekte!

Positieve benadering van gezondheid

Focus op de totale persoon en niet alleen op lichamelijke

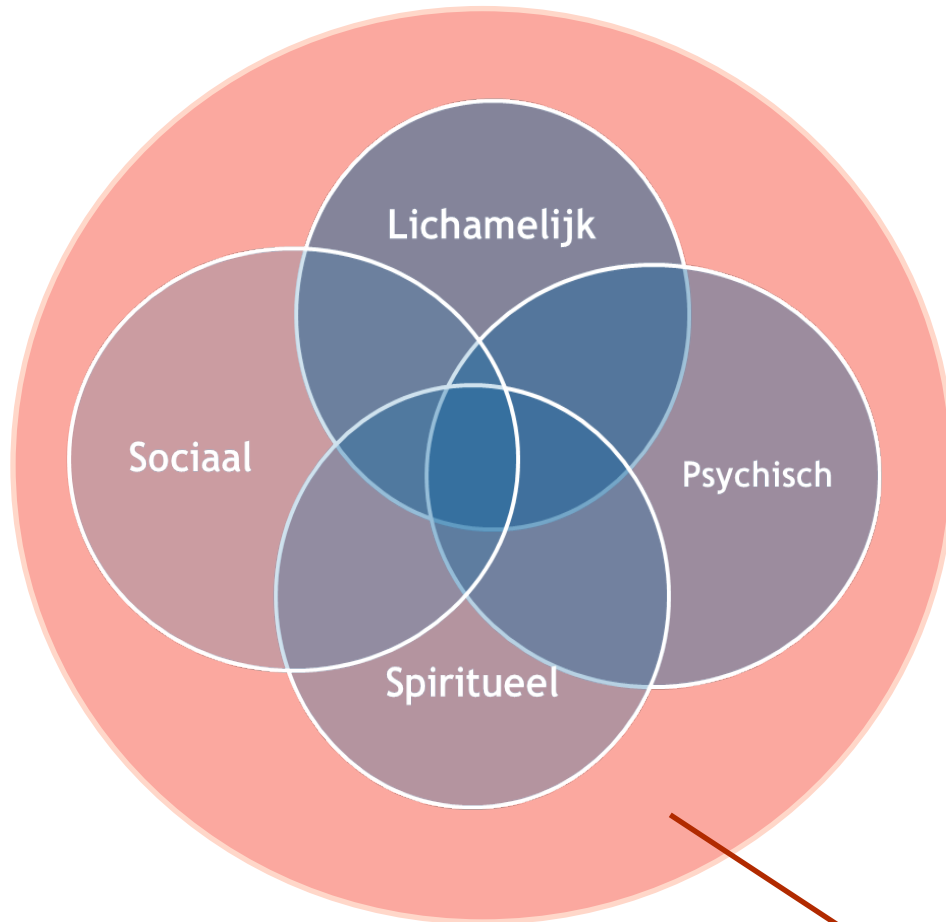
Vroeger

Focus op gezondheidsprobleem
Medisch model



Nu

Totaal functioneren
Bio-psychosociaal model



- **Holistisch:** elke mens is uniek samenspel van deze 4 elementen.
- **Dynamisch:** de mens staat in voortdurende wisselwerking met zijn omgeving en deze beïnvloeden elkaar.
- **Emancipatorisch:** de mens krijgt en neemt de kans om eigen keuzes te maken, om regie over eigen leven in handen te nemen.

Omgeving

Gezondheid: de mens is in evenwicht is met zichzelf (holistisch:4 individuele factoren) en met zijn omgeving(dynamisch) en dit door zijn aanpassingsvermogen en het in handen houden van de regie op eigen gezondheid (emancipatorisch)

Welbevinden hangt af van dit samenspel en betekent je lekker in je vel voelen en tevreden zijn met je leven. Dit gevoel van welbevinden kan grote invloed hebben op je dagelijks leven en op je gezondheid.





- WHO: ‘mental en social welbeing’
- Welzijn: De algemene levenstevredenheid die mensen en gemeenschappen ervaren op verschillende vlakken onder meer gezondheid, welvaart, zich goed voelen en welbevinden.
- Factoren die rol spelen:
 - Gezondheid
 - Persoonlijke factoren
 - Leefomstandigheden
 - Bredere politieke en maatschappelijke factoren
 - Opvoeding...

Omschrijving: bevorderen dat mensen zich gezonder gedragen en zo langer leven in goede gezondheid en dit door

- individueel gedrag beïnvloeden
- gezonde leefomgeving creëren

Bestaat uit:

- **Ziektepreventie** (primair, secundair, tertiair)
- **Gezondheidspromotie** - Vlaams - Gezond leven
- **Gezondheidsbescherming** - Federaal - FOD
volksgezondheid, veiligheid, voedselketen, milieu

De focus op gezondheidsbevordering is essentieel in het domein Maatschappij en Welzijn.

Studierichting Maatschappij en Welzijn:

focus op gezondheid - bevordering

Studierichting Wellness en Lifestyle:

focus op welbevinden en op gezondheidsbevordering

In 2 de graad:

- inzicht te krijgen in de manier waarop wellness en lifestyle de gezondheid kan beïnvloeden
- welke factoren die gezondheid en welbevinden beïnvloeden
- wat strategieën zijn om vanuit wellness en lifestyle de gezondheid te beïnvloeden

LPD 1 De leerlingen handelen vanuit een holistische visie bij leeftijdsgenoten en gezonde volwassenen met aandacht voor

- empathie en betrokkenheid
- welbevinden en welzijn
- diversiteit.



Toepassen

Eerst holistische mensvisie aanbrengen:

Elke mens is een uniek samenspel van lichamelijke, geestelijke, sociale en spirituele elementen

Deze elementen zijn onlosmakelijk met elkaar verbonden en beïnvloeden elkaar voortdurend

Mens in voortdurende wisselwerking omgeving, beide beïnvloeden elkaar

Toepassen:

- inhoudelijk aanbrengen: invloed van onderlinge wisselwerking - invloed van omgeving
- Duiden dat welbevinden en gezondheid verhoogt als alles in evenwicht is - bij verandering van 1 element kan dat welbevinden verlagen



LPD 1 De leerlingen handelen vanuit een holistische visie bij leeftijdsgenoten en gezonde volwassenen met aandacht voor

- empathie en betrokkenheid
- welbevinden en welzijn
- diversiteit.



Toepassen:

- Iedere mens is dus verschillend en heeft eigen wensen, behoeften, mogelijkheden en beperkingen.
- Belangrijk bij het handelen rekening te houden met totale persoon, zich te proberen inleven in diens leefwereld en zijn omgeving = **empathie**
- **Betrokkenheid**= betrokken zijn op de ander en zijn belangen
- Aandacht te hebben voor het **welbevinden en welzijn** van de ander en de invloed die dat heeft op gezondheid
- Leerlingen leren op adequate manier omgaan met **diversiteit**: aandacht voor gender, andere culturen, andere meningen, omgaan met anders-zijn

LPD 1 De leerlingen handelen vanuit een holistische visie bij leeftijdsgenoten en gezonde volwassenen met aandacht voor

- empathie en betrokkenheid
- welbevinden en welzijn
- diversiteit.



- Zoeken naar verschillende wellnessinitiatieven en de effecten ervan nagaan op het lichamelijk, geestelijk, sociaal en spiritueel welbevinden om zo link te leggen naar gezondheid
Vb aromatherapie, muziektherapie, snoezelen, yoga, pilates, bootcamps om een gezond eetpatroon te realiseren....
Kritische houding tov al dan niet wetenschappelijke onderbouwing.
- Je kan werken met situatieschetsen uit eigen leefwereld of klassituaties en vertrekken vanuit eigen welbevinden van leerlingen (waar geniet jij van?) om zo de overgang te maken naar het belevingsgericht handelen tov medeleerlingen. (vinden zij hetzelfde?)
- Basishouding!
- Je kan aan lln richtvragen meegeven wanneer ze praktijkopdrachten moeten doen:
 - bv- Voor wie voer ik de opdracht uit
 - Wat is zijn/haar wens of behoefte?
 - Welk effect wil ik beogen?

LPD 1 De leerlingen handelen vanuit een holistische visie bij leeftijdsgenoten en gezonde volwassenen met aandacht voor

- empathie en betrokkenheid
- welbevinden en welzijn
- diversiteit.



Mogelijke onderwerpen die aan bod kunnen komen:

- Inspelen op wensen en behoeften van anderen
- Inspraak geven aan anderen
- Empathie tonen: zich inleven in iemands situatie en emoties, er begrip voor opbrengen en gepast reageren.
- Het leren aandacht hebben voor de grenzen van anderen
- Het leren aandacht hebben voor de privacy van de ander, discreet omgaan met informatie over anderen
- Respectvol omgaan met anderen



- [Vimeo](#): beeldmateriaal
- <https://wij-zij.be/> :materiaal rond diversiteit, polarisatie enz.
- [Djapo](#) bevat heel wat uitgewerkt educatief materiaal (systeemdenken)

LPD2: De leerlingen illustreren aan de hand van een zelfgekozen onderwerp hoe wellness en lifestyle een gezond levenspatroon positief kunnen beïnvloeden.



Well- ness:

- wellbeing en fitness
- keuze voor gezonde manier van leven, van bewegen en geestelijk welzijn
- Verschillende gebieden: fysieke, emotionele, intellectuele , spirituelewellness.

Lifestyle:

- persoonlijke levensstijl
- geheel van gedragingen, houding, overtuiging en bezittingen van bepaald individu of groep

Persoonlijk en voor iedereen dus anders!

LPD2: De leerlingen illustreren aan de hand van een zelfgekozen onderwerp hoe wellness en lifestyle een gezond levenspatroon positief kunnen beïnvloeden.



- Begrippen toelichten
- Toepassingsgebieden van wellness en lifestyle laten verkennen

- **Onderzoek: hoe kan wellness en lifestyle een gezond levenspatroon beïnvloeden?**

Uitwerken met behulp van werkvormen Djapo

Fase 1: werkvorm Djapo ‘een andere wereld’

Fase 2: werkvorm joepie- verdorie

Fase 3: werkvorm druppel-effect

Fase 4: akkoordkoord

Onderzoek: hoe kan wellness en lifestyle een gezond levenspatroon beïnvloeden?

Fase 1: Werkvorm 'een andere wereld' (Djapo)

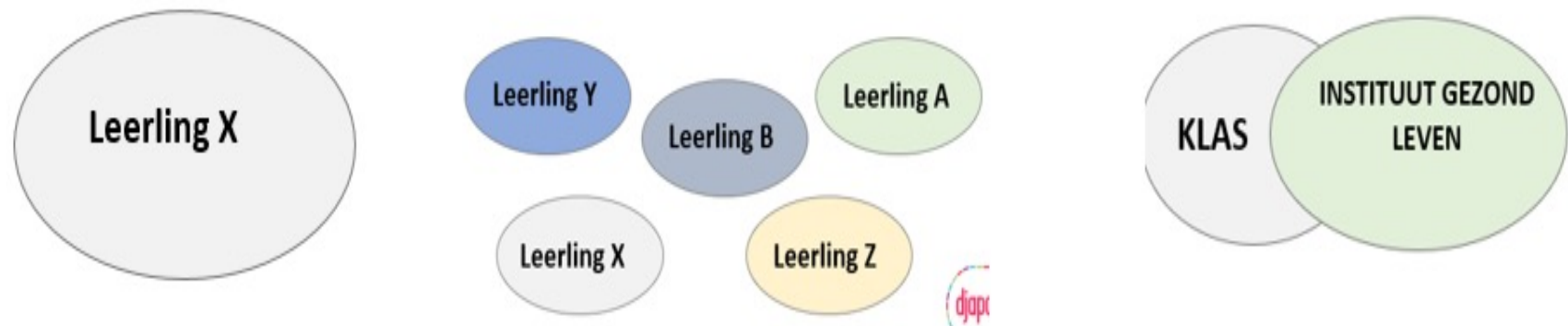
Vraag: Welke initiatieven rond wellness en lifestyle kunnen de gezondheid beïnvloeden?

Leerlingen vullen eerst individueel in

Dan per 2

Dan bespreken met klas

Dan vergelijken met informatie uit Gezond Leven

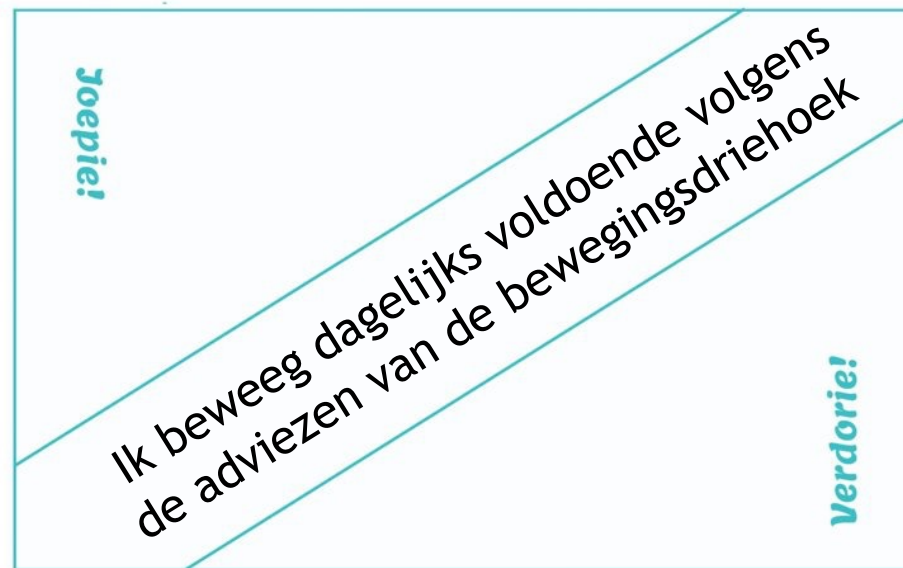


Onderzoek: hoe kan wellness en lifestyle een gezond levenspatroon beïnvloeden?

Fase 2: Werkvorm Joepie/Verdorie

Lin zoeken argumenten van positieve invloed (Joepie)

Zoeken argumenten van negatieve invloed (Verdorie)



Onderzoek: hoe kan wellness en lifestyle een gezond levenspatroon beïnvloeden?

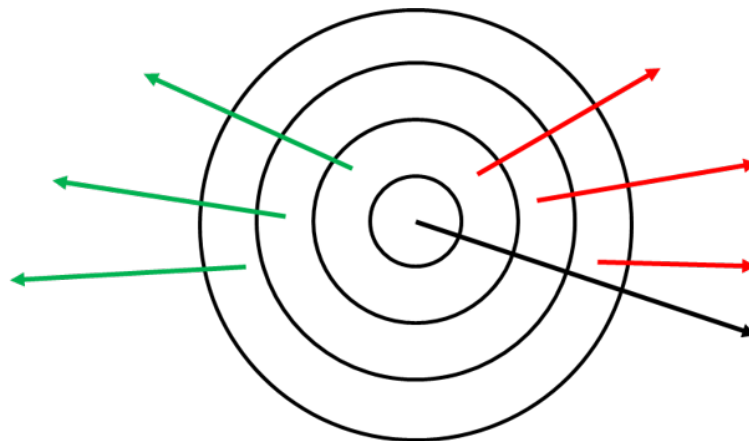
Fase 3: Werkvorm druppel-effect

Wat zijn de gevolgen van dagelijks voldoende te bewegen?
bv conditie- gewicht onder controle houden - zweten- tijd verliezen.....

Rood: negatief - groen: positief

Dan ga je verder met 1 aspect en gevolgen daarvan en zo verder.

Dan terug naar begin van cirkel en opnieuw



Werkvorm druppel-effect

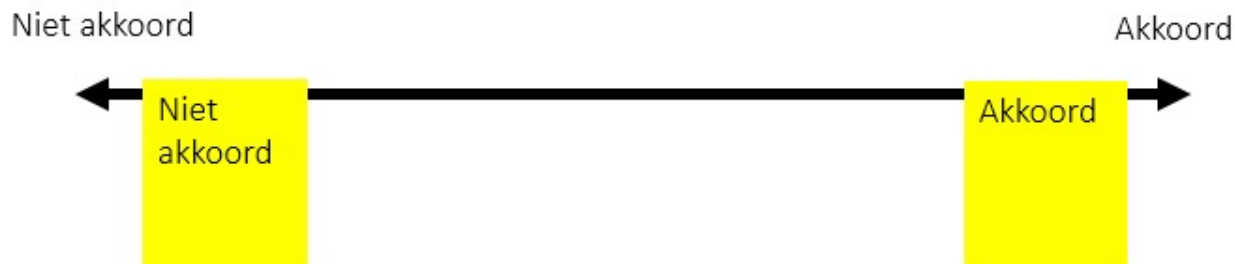
Actie: Ik beweeg dagelijks voldoende volgens de adviezen van de bewegingsdriehoek

Onderzoek: hoe kan wellness en lifestyle een gezond levenspatroon beïnvloeden?

Fase 4: Werkvorm akkoordkoord

Akkoordkoord: 1 of meer stellingen en met wasknijper situeren akkoord of niet

Dan opzoeken (bv op 'Gezond Leven') of andere wetenschappelijk onderbouwing en einde terug naar akkoordkoord





Druppel effect

MATERIAAL

- schaal met water
- gekleurde balpennen of stiften
- kies een gebeurtenis uit een verhaal of de actualiteit. Je kiest best een gebeurtenis waarvoor je gemakkelijk minstens 2 gevolgen kan benoemen.
- werkblad met 4 concentrische cirkels (formaat A3). Voorzie 1 werkblad per groepje.



DOELGROEP

Eerste graad
Tweede graad
Derde graad

THEMA

In te vullen

DOEL

Leerlingen fantaseren over gevolgen en krijgen inzicht in een oorzaken-gevolgen ketting die niet-rechthoekig is.

WERKVORM

Opdracht 1

Laat de leerlingen ervaren wat er gebeurt als een druppel water in een schaal water valt: er ontstaan rond de druppel kringen in het water die steeds verder uitdijen. De concentrische cirkels op het A3-blad stellen de kringen voor die je op het water ziet.

Opdracht 2

- Verdeel de klas in groepen. Geef elke groep een werkblad met de concentrische cirkels.
- De leerlingen schrijven een gebeurtenis in de middelste cirkel. Ze beslissen samen of dat een positieve of een negatieve gebeurtenis is. Dit duiden ze aan met een groene kleur (positief) of rood (negatief). Als ze niet tot een akkoord kunnen komen, laten ze het zo.

Opdracht 3

- De leerlingen denken na over een gevolg van de gebeurtenis in de middelste cirkel. Dat gevolg schrijven ze in de tweede kleinste cirkel. Vraag de leerlingen om een zin te maken met "Als... dan ..."

- Wat zou een gevolg kunnen zijn van de gebeurtenis in de tweede kleinste cirkel? De leerlingen schrijven dat gevolg in de derde kleinste cirkel en maken opnieuw een zin met "als... dan".
- Ze doen hetzelfde met de buitenste cirkel.

Opdracht 4

Ga terug naar de gebeurtenis in de middelste cirkel.

Kan je nog andere gevolgen bedenken? Schrijf deze bij in de tweede kleinste cirkel.

Doe hetzelfde voor de andere cirkels. Trek telkens een pijl tussen oorzaken en gevolgen.

REFLECTIE

Mogelijke reflectievragen:

- Is deze oefening af?
- Kan je extra cirkels (blijven) tekenen?
- Is er altijd een laatste gevolg of zullen er gevolgen blijven komen? Waarom (niet)?
- Hebben we in elke cirkel alle mogelijke gevolgen geschreven?
- Is het mogelijk dat daar ook oneindig veel gevolgen in te bedenken zijn?
- Zijn de meeste gevolgen positief of negatief, of is het evenredig verdeeld?
- Als de gebeurtenis in het begin als positief/negatief werd bestempeld, is dan ook de meerderheid van de gevolgen positief/negatief?
- Is het mogelijk dat een gebeurtenis alleen maar positieve gevolgen heeft? Of alleen maar negatieve?

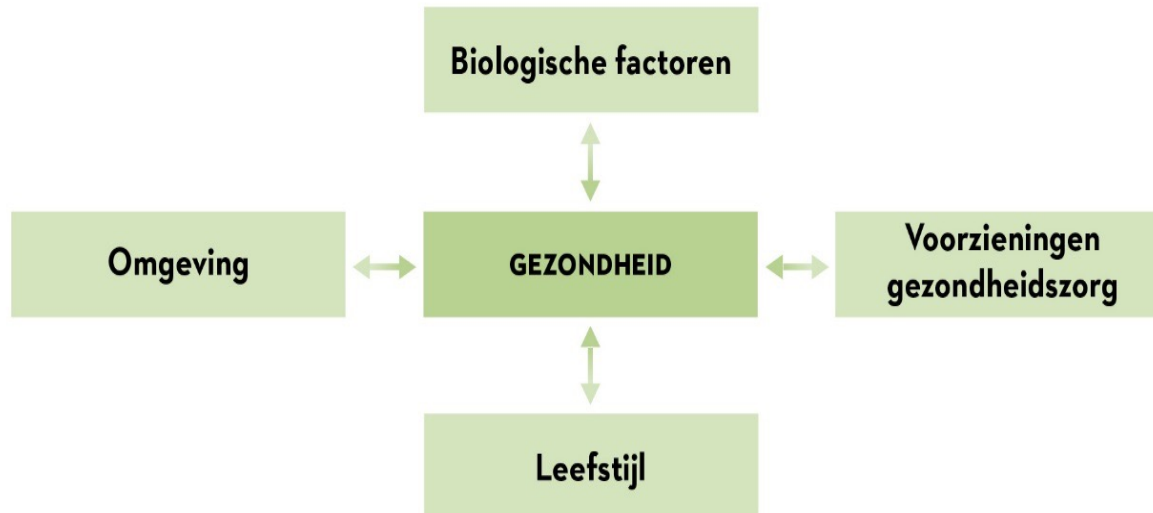
LPD 3 De leerlingen illustreren determinanten van gezondheidsgedrag met aandacht voor de effecten van omgevingsfactoren.

Om gezondheid en welbevinden te kunnen bevorderen: nood aan inzicht in factoren die gezondheid en welbevinden beïnvloeden

- Risicofactoren
- Factoren die positieve invloed hebben op gezondheid

Meerdere modellen

MODEL VAN LALONDE (1974)



Bron: <https://www.gezondleven.be/gezond-leven-gezonde-omgeving/gezondheidsdeterminanten>

LPD 3 De leerlingen illustreren determinanten van gezondheidsgedrag met aandacht voor de effecten van omgevingsfactoren.

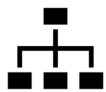


Bedoeling: inzicht leren hebben in verschillende determinanten van gezondheidsgedrag en de impact die deze hebben op de gezondheid en welbevinden.

Speciale aandacht gaat naar de effecten van de omgeving op dat gedrag



- Voorbeelden eigen leefwereld
- Voorbeelden actualiteit: invloed corona op welbevinden
- Casussen en situatieschetsen omtrent welbevinden - fotomateriaal
- Bv Discussie: “- ‘Wie is verantwoordelijk voor welbevinden?’
Individu - overheid? Wat betekent dat?



LPD 16 diversiteit: fotomateriaal where children sleep
LPD 5: nature en nurture



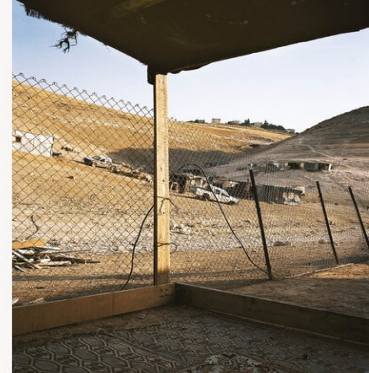
[Gezond leven](#)

[Animatie](#)

[Interessant filmpje](#): wie is verantwoordelijk voor gezondheid

[Link](#) didactisch materiaal ‘where children sleep’

LPD 3 De leerlingen illustreren determinanten van gezondheidsgedrag met aandacht voor de effecten van omgevingsfactoren.



Vanuit casus, situatieschets lln laten nagaan wat intern milieu is, wat extern milieu is en de impact ervan is op de gezondheid en welbevinden

INTERN milieu

Erfelijk materiaal
Psychische, sociale, spirituele en fysieke aspecten

Ons erfelijk materiaal bepaalt aanleg, ontwikkelingsmogelijkheden, vermogens en behoeften: totale mens. Voorbeelden: intellectuele vermogen, motoriek, gehoor, behoefte aan contact...

EXTERN milieu

Natuurlijke omgeving:

-niet-levende omgeving: klimaat, zonlicht, straling, geluid...

-levende -niet-menselijke (planten, dieren, micro-organismen, ..)

-sociale menselijke omgeving:

Directe omgeving: micro- en mesoniveau (gezin, vriendenkring, school, werkkring, ..)

Maatschappelijke – culturele omgeving: macroniveau:

- demografie: grootte en samenstelling van de bevolking, verstedelijking, vergrijzing,
- sociaal-economisch: welvaart van een land: werkgelegenheid, inkomsten, sociale zekerheid, ..
- sociaal-cultureel: maatschappelijke waarden en normen, religie, verhouding man/vrouw
- politieke factoren: wettelijke regelingen, politiek besluiten, invloed, politiek partijen op maatschappelijke kwesties, beleid



Gezondheid en welzijn: bepaald door deze 4 factoren in een dynamisch gegeven

Individuele leefwijzen: kiezen en stellen van eigen gezondheids- en welzijnsgedrag zoals voeding, bewegen, roken, alcohol & drugs, sport, slaap, omgaan met stress..

Gezondheids- en welzijnszorg

Wettelijke bepalingen, Voorlichting, Voorzieningen en diensten :

0-echelon: niet-professioneel (zelfzorg, mantelzorg, vrijwilliger,..)

1^{ste} echelon: laag-drempelig, extra-muraal (huisarts, OCMW, GVO-diensten, ..)

2^{de} echelon: extra-muraal, ambulante of poly-klinisch, CGGZ, dagverblijf, ...

3^{de} echelon: intra-muraal, korte duur met specialistisch karakter (ziekenhuis, vluchthuis, ..)

4^{de} echelon: intra-muraal, lange duur (voorzieningen voor personen met een beperking, therapeutische gemeenschappen, ...)

- i** **Gezondheidsbevordering:** bevorderen dat mensen zich gezonder gedragen en zo langer leven in goede gezondheid en dit door
- individueel gedrag beïnvloeden
 - gezonde leefomgeving creëren

Bestaat uit:

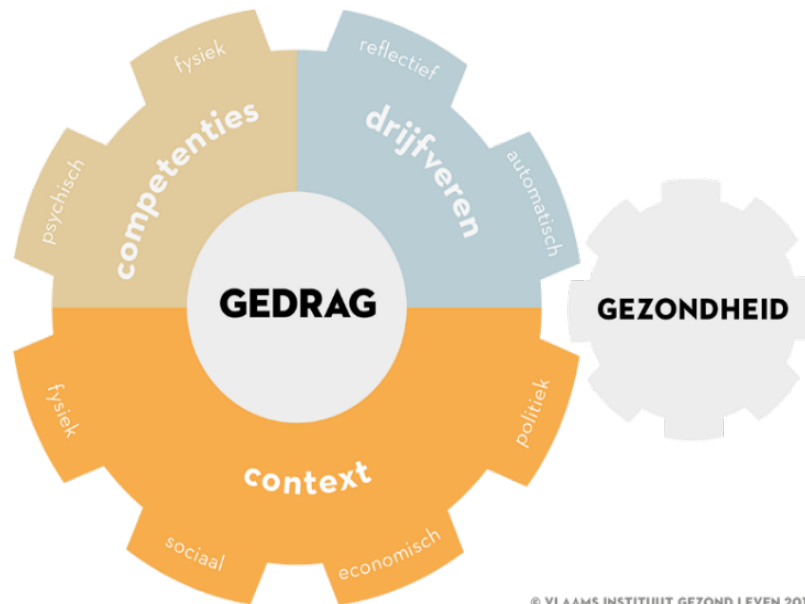
- **Ziektepreventie** (primair, secundair, tertiair)
- **Gezondheidspromotie** - Vlaams - Gezond leven
- **Gezondheidsbescherming** - Federaal - FOD volksgezondheid, veiligheid, voedselketen, milieu

LPD 4 De leerlingen illustreren strategieën van ziektepreventie en van gezondheidsbevordering in functie van wellness en lifestyle. Hygiëne, beweging, voeding en mentaal welbevinden

Ongezonde levensstijl: risicofactor gezondheid en ontstaan gezondheidsproblemen

Gedragsverandering

Inzicht gezondheidsgedrag: Het [gedragswiel](#)



LPD 4 De leerlingen illustreren strategieën van ziektepreventie en van gezondheidsbevordering in functie van wellness en lifestyle. Hygiëne, beweging, voeding en mentaal welbevinden



- Termen ziektepreventie en gezondheidsbevordering
 - verduidelijken
 - strategieën om dit te doen
- Website gezond leven : [Gedragswiel](#) en [strategieën om gedrag te veranderen](#)
- Lln laten onderzoeken hoe preventief beleid een impact heeft op het voorkomen van gezondheidsproblemen
 - Vb campagne invloed zonlicht
- Hoe bevordert overheid gezondheid/welbevinden?
 - [Gezondheidsdoelstellingen vlaamse overheid](#)
 - [Gezond leven](#): zowel voor hygiëne, beweging, voeding, als mentaal welbevinden heel wat informatie, uitgewerkte lespakketten, thema's per levensfase.
(vb voedings- en bewegingsdriehoek, geluksdriehoek)

LPD 4 De leerlingen illustreren strategieën van ziektepreventie en van gezondheidsbevordering in functie van wellness en lifestyle. Hygiëne, beweging, voeding en mentaal welbevinden



- Je kan de lln doelstellingen en acties van de overheid zelf laten verkennen en laten voorstellen aan elkaar
- Interview op school: directie of verantwoordelijke gezondheidsbeleid rond zorg voor welbevinden op school
Welke activiteiten doet men op school in kader van gezondheidsbevordering?
- Je kan lln zelf een actie omtrent gezondheidsbevordering laten opzetten.



- [Gezond leven](#)
- <https://www.youtube.com/watch?v=mSewRVdVhYU&t=72s>





Welbevinden
als motor
van
levenskwaliteit

Leerplan
Wellness en lifestyle
Katholiek Onderwijs Vlaanderen



Ontwikkeling



Algemene didactische tips



- Casussen
- Foto's/filmmateriaal
- Observaties (authentieke contexten)
- Levensloopboek
- Interactieve werkvormen (groepsopdrachten, discussieforum, ...)
- ...



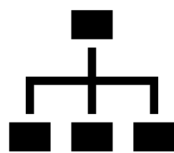
Basisvademecum: Ondersteuning realisatie leerplandoelen



Toelichting



Pedagogisch didactische duiding



Integratie



Websites



LPD 5 De leerlingen lichten het **begrip ontwikkeling** toe met aandacht voor **nature** en **nurture**



Ontwikkeling

Nature

Nurture

LPD 5 De leerlingen lichten het **begrip ontwikkeling** toe met aandacht voor **nature** en **nurture**

Ontwikkeling

Nature

Nurture



- Om te komen tot deze theoretische begrippen en concepten, kan je werken met **fotomateriaal**, **verhalen**, enz



- link met **LPD1** (holistische mensvisie)
- Link **LPD 17** (diversiteit)
Bepaalde culturen hebben een andere visie omtrent nature/nurture
- **Vanuit LPD 8,9,10** (fysieke, cognitieve en socio-emotionele ontwikkeling)



LPD 6 De leerlingen illustreren **de rol van psychologie** bij het uitvoeren van handelingen binnen wellness.



PSYCHOLOGIE

Focus van psychologie in dit leerplan:

**Focus op
ontwikkelingspsychologie**

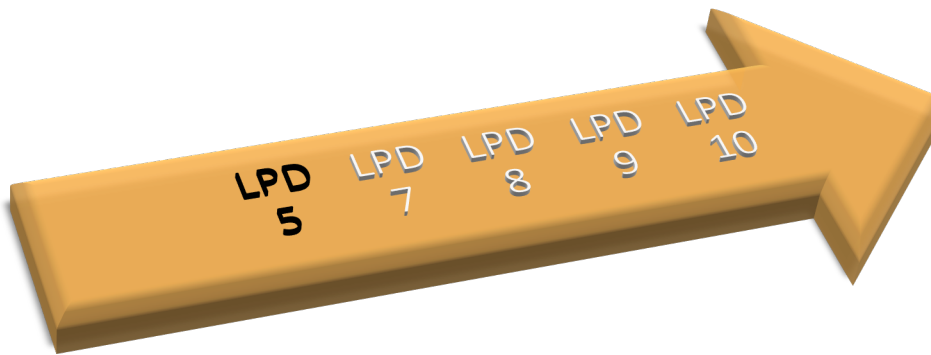


Eerst even dit!

BELANGRIJK!!



De volgende doelen i.v.m. ontwikkeling realiseer je in relatie tot LPD 11

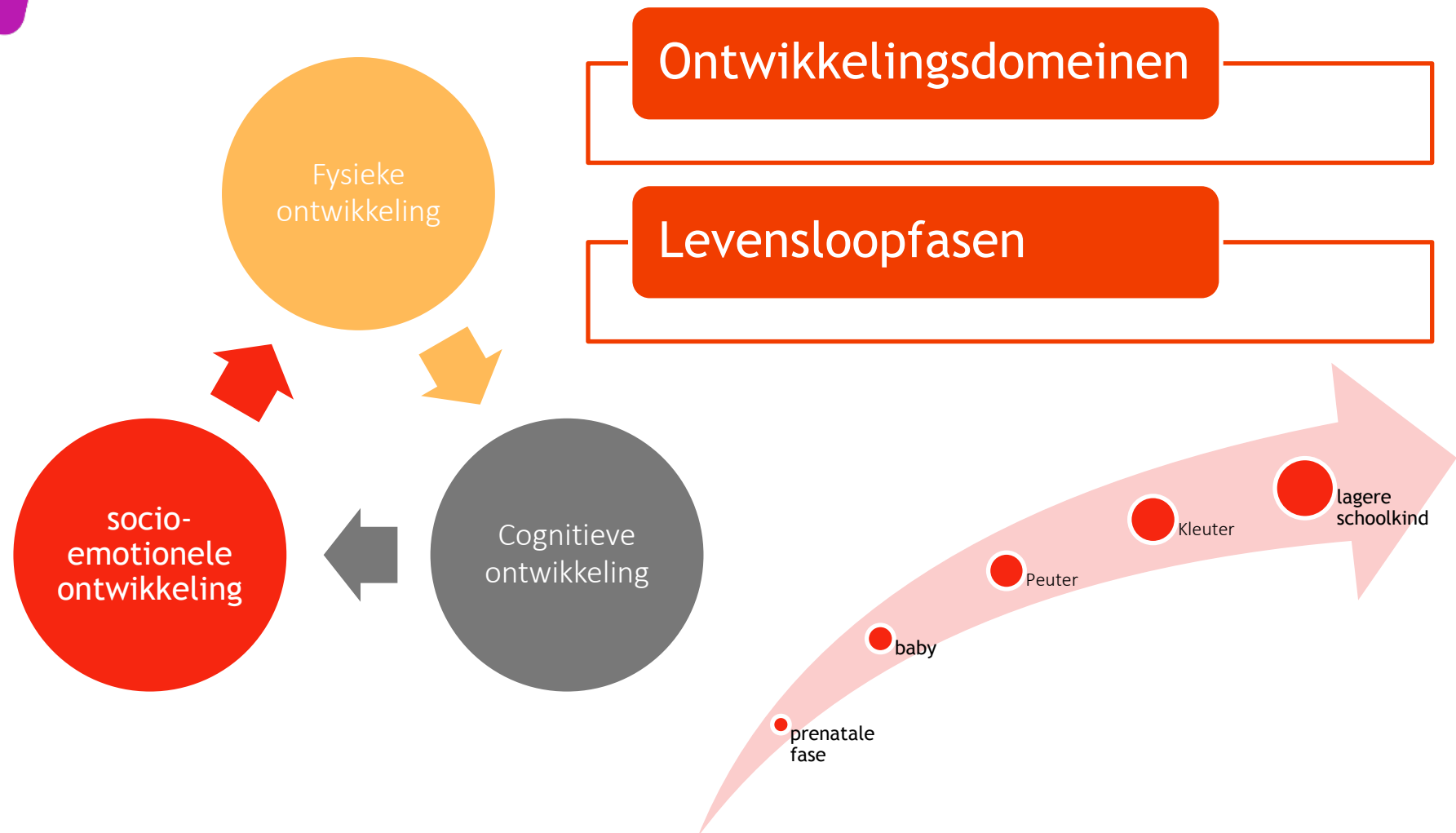


LPD 11

De lln analyseren
de samenhang
tussen
ontwikkelings-
domeinen binnen
de levensloopfasen

LPD 7: De leerlingen lichten de ontwikkelingsdomeinen en de afbakening van levensloopfasen toe met aandacht voor

- de onderlinge samenhang van ontwikkelingsdomeinen,
- levensloopfasen als dynamisch gegeven.





LPD 7: De leerlingen lichten de **ontwikkelingsdomeinen** en de afbakening van **levensloopfasen** toe met aandacht voor

- de onderlinge samenhang van ontwikkelingsdomeinen,
- levensloopfasen als dynamisch gegeven.

Ontwikkelingsdomeinen


Levensloopfasen



Lln dienen de domeinen en afbakeningen te '**begrijpen**'

Mogelijke werkvormen om deze nieuwe begrippen te leren toelichten:

- ✓ Een mindmap maken van de verschillende ontwikkelingsdomeinen.
- ✓ Laat leerlingen in duo toelichten wat men verstaat onder ontwikkelingsdomeinen, ontwikkelingsfasen.
- ✓ Laat leerlingen de begrippen in een gewone zin gebruiken.
- Je kan contextrijk starten aan de hand van **eigen foto's** van vroeger van de leerlingen.
- Het verkennen van de verschillende ontwikkelingsdomeinen: mooie kans tot start vanuit herkenbare levensloopfase voor de jongere: **de adolescentie**.



LPD 7: De leerlingen lichten de **ontwikkelingsdomeinen** en de afbakening van **levensloophasen** toe met aandacht voor

- de onderlinge samenhang van ontwikkelingsdomeinen,
- levensloophasen als dynamisch gegeven.



- Link met LPD1: een holistische mensvisie
- Vanuit LPD 11: de betekenis van de onderlinge samenhang van de ontwikkelingsdomeinen en de analyse van de onderlinge samenhang van ontwikkelingsdomeinen

LPD 8: De leerlingen lichten **de fysieke ontwikkeling** doorheen de levensloofasen van kinderen, adolescenten, volwassenen en ouderen toe met aandacht voor:

- lichamelijke groei, rijping en veroudering
- (senso)motorische ontwikkeling: reflexen, grove en fijne motoriek, coördinatie.





LPD 8: De leerlingen lichten **de fysieke ontwikkeling** doorheen de levensloofasen van kinderen, adolescenten, volwassenen en ouderen toe met aandacht voor:

- lichamelijke groei, rijping en veroudering
- (senso)motorische ontwikkeling: reflexen, grove en fijne motoriek, coördinatie.



- vanuit authentieke contexten: casussen, observaties , filmmateriaal ...

- Bij de lichamelijke groei: concreet materiaal



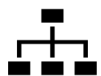
groeiboekje Kind en Gezin





LPD 8: De leerlingen lichten **de fysieke ontwikkeling** doorheen de levensloofasen van kinderen en adolescenten toe

- lichamelijke groei en rijping,
- (senso)motorische ontwikkeling: reflexen, grove en fijne motoriek, coördinatie.



- LPD 9 (toelichten **cognitieve ontwikkeling**) en 10 (toelichten **socio-emotionele ontwikkeling**): ontwikkelingsdomeinen staan onlosmakelijk met elkaar in verband
- vanuit LPD 11: **samenhang ontwikkelingsdomeinen**
- Linken met doelen van fysiologie en anatomie: LPD 45: **de leerlingen leggen het onderscheid uit tussen een reflex en een gewilde beweging**



LPD 9: De leerlingen lichten **de cognitieve ontwikkeling** doorheen de levensloofasen van kinderen, adolescenten, volwassenen en ouderen toe met aandacht voor:

- functies: waarnemen en informatieverwerking, geheugen, leren
- fasen van de **cognitieve ontwikkeling volgens Piaget**
- aandacht voor kritische reflecties op het denken van Piaget

Cognitieve functies:

Waarnemen

Informatieverwerking

Geheugen

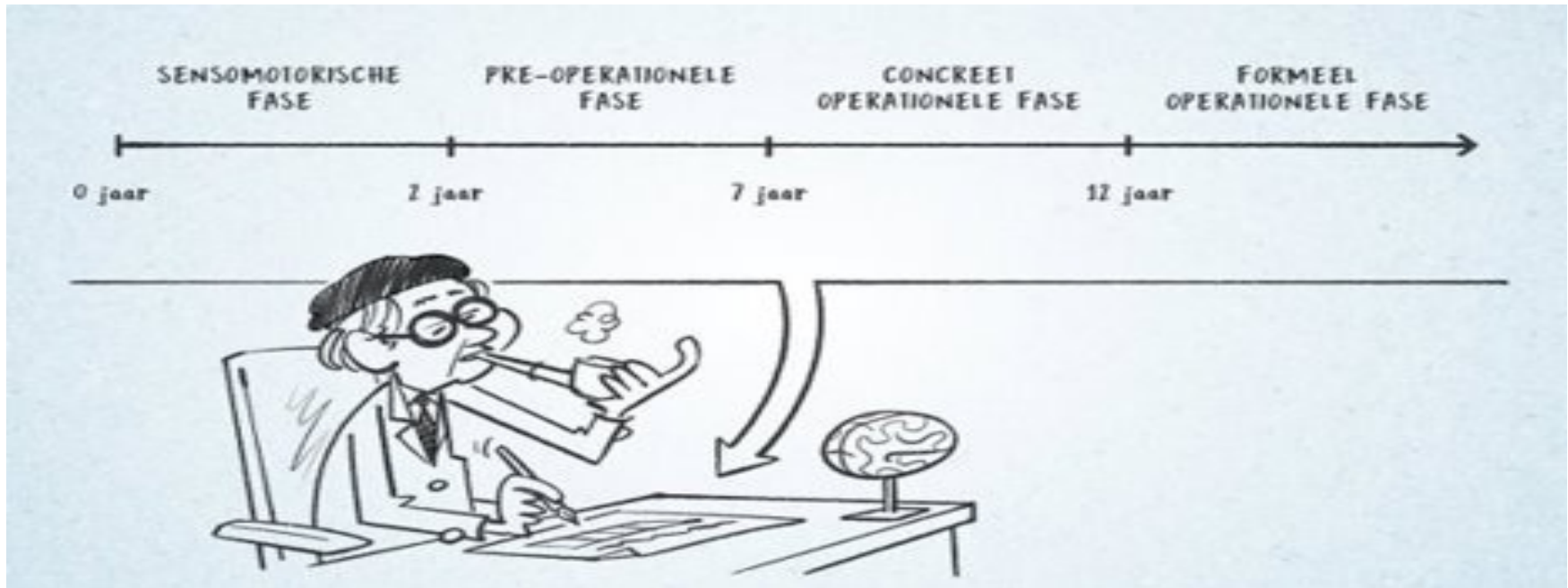
Leren

LPD 11 (analyseren samenhang)

LPD 9: De leerlingen lichten de **cognitieve ontwikkeling** doorheen de levensloofasen van kinderen, adolescenten, volwassenen en ouderen toe met aandacht voor:

- functies: waarnemen en informatieverwerking, geheugen, leren
- fasen van de **cognitieve ontwikkeling volgens Piaget**
- aandacht voor kritische reflecties op het denken van Piaget

Fasen van de cognitieve ontwikkeling volgens Piaget:

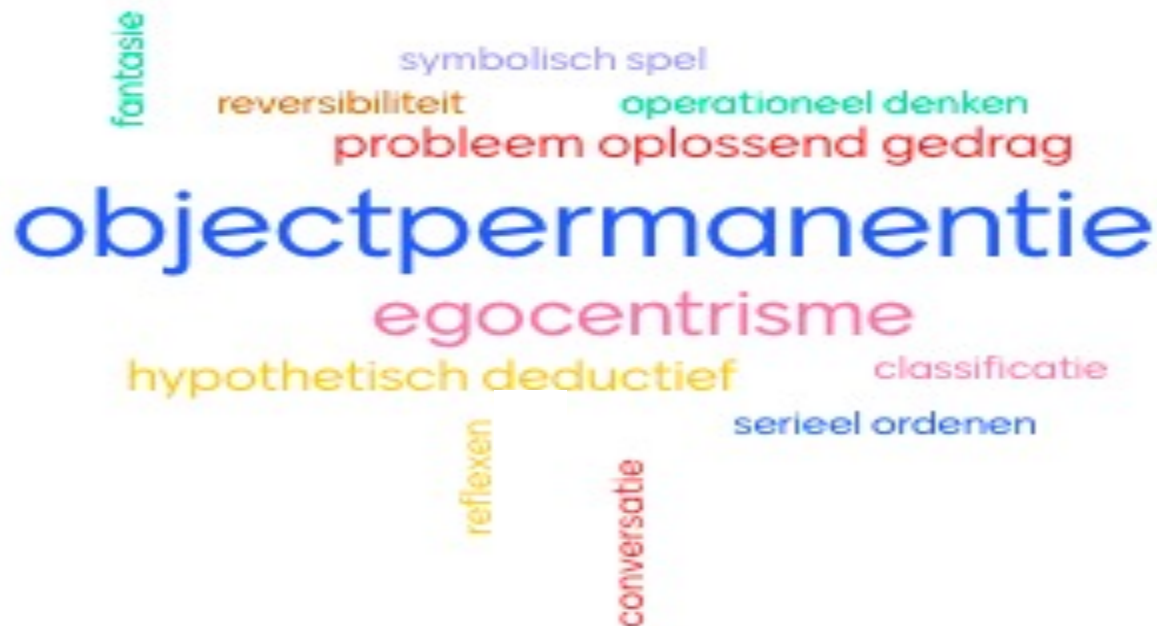




LPD 9: De leerlingen lichten **de cognitieve ontwikkeling** doorheen de levensloofasen van kinderen, adolescenten, volwassenen en ouderen toe met aandacht voor:

- functies: waarnemen en informatieverwerking, geheugen, leren
- fasen van de **cognitieve ontwikkeling volgens Piaget**
- aandacht voor kritische reflecties op het denken van Piaget

Fasen van de cognitieve ontwikkeling volgens Piaget:





LPD 9: De leerlingen lichten **de cognitieve ontwikkeling** doorheen de levensloofasen van kinderen, adolescenten, volwassenen en ouderen toe met aandacht voor:

- functies: waarnemen en informatieverwerking, geheugen, leren
- fasen van de cognitieve ontwikkeling volgens Piaget
- aandacht voor **kritische reflecties op het denken van Piaget**

Aandacht voor kritische reflecties op het denken van Piaget:

- georiënteerd geweest zijn op een typisch westerse populatie kinderen
- capaciteiten van jongere baby's onderschatten



LPD 9: De leerlingen lichten **de cognitieve ontwikkeling** doorheen de levensloofasen van kinderen, adolescenten, volwassenen en ouderen toe met aandacht voor:

- functies: waarnemen en informatieverwerking, geheugen, leren
- fasen van de **cognitieve ontwikkeling volgens Piaget**
- aandacht voor kritische reflecties op het denken van Piaget



- Het is belangrijk dat lln kennis verwerven over de concepten mbt de cognitieve ontwikkeling
- Vanuit observaties (authentieke contexten), filmpjes, lln proefjes, experimenten laten bekijken, uitbeelden voor de klas hoe kinderen zouden reageren in een experiment, enz.



LPD 9: De leerlingen lichten **de cognitieve ontwikkeling** doorheen de levensloofasen van kinderen, adolescenten, volwassenen en ouderen toe met aandacht voor:

- functies: waarnemen en informatieverwerking, geheugen, leren
- fasen van de **cognitieve ontwikkeling volgens Piaget**
- aandacht voor kritische reflecties op het denken van Piaget



- LPD 8 (**toelichten fysieke ontwikkeling**) en 10 (**toelichten socio-emotionele ontwikkeling**): ontwikkelingsdomeinen staan onlosmakelijk met elkaar in verband



- vanuit LPD 11: **samenhang ontwikkelingsdomeinen**



LPD 10: De leerlingen lichten **de socio-emotionele ontwikkeling** doorheen de levensloopfasen van kinderen, adolescenten, volwassenen en ouderen toe met aandacht voor:

- identiteitsontwikkeling volgens Erikson
- gehechtheidsontwikkeling
- sociale ontwikkeling
- morele ontwikkeling volgens Kolhberg
- betekenis van levensgebeurtenissen





LPD 10: De leerlingen lichten de **socio-emotionele ontwikkeling** doorheen de levensloopfasen van kinderen, adolescenten, volwassenen en ouderen toe met aandacht voor:

- **identiteitsontwikkeling volgens Erikson**
- **gehechtheidsontwikkeling**
- **sociale ontwikkeling**
- **morele ontwikkeling volgens Kolhberg**
- **betekenis van levensgebeurtenissen**

Verschillende fasen volgens Erik Erikson

Fase	Leeftijd	Levenstaak	Deugd
Zuigelingenfase	Geboorte tot 18 maanden	Vertrouwen versus fundamenteel wantrouwen	Hoop
Peuterleeftijd	18 maanden tot 3 jaar	Autonomie versus schaamte en twijfel	Wilskracht
Kleuterleeftijd	3 tot 6 jaar	Initiatief versus schuldgevoel	Doelgerichtheid
Basisschoolleeftijd	6 tot 12 jaar	Vlijt versus minderwaardigheid	Competentie
Adolescentie	12 tot 18 jaar	Identiteit versus identiteitsverwarring	Trouw
Vroege volwassenheid	18 tot 35 jaar	Intimiteit versus isolement	Liefde
Middelbare volwassenheid	35 tot 55 - 65 jaar	Openstaan voor verandering versus stagnatie	Zorg
Late volwassenheid	55 - 65 tot de dood	Ego-integriteit versus wanhoop	Wijsheld

LPD 10: De leerlingen lichten de **socio-emotionele ontwikkeling** doorheen de levensloopfasen van kinderen, adolescenten, volwassenen en ouderen toe met aandacht voor:

- identiteitsontwikkeling volgens Erikson
- **gehechtheidsontwikkeling**
- sociale ontwikkeling
- morele ontwikkeling volgens Kolhberg
- betekenis van levensgebeurtenissen

Gehechtheidstypen

Bowlby, Ainsworth, Main and Hesse



- Veilige gehechtheid
- Angstig-afwerende gehechtheid
- Angstig-vermijdende gehechtheid
- Gedesorganiseerde/gedesoriënteerde gehechtheid



04.11.2011

(c) Prof. Dr. Franz Ruppert

9





LPD 10: De leerlingen lichten **de socio-emotionele ontwikkeling** doorheen de levensloopfasen van kinderen, adolescenten, volwassenen en ouderen toe met aandacht voor:

- identiteitsontwikkeling volgens Erikson
- gehechtheidsontwikkeling
- **sociale ontwikkeling**
- morele ontwikkeling volgens Kolhberg
- betekenis van levensgebeurtenissen

- **Enkele mijlpalen in de sociale ontwikkeling:**

- baby: oriëntatie op mensen, nabootsing, ...
- peuter: koppigheidsfase, solitair spel, parallel spel,
- kleuter: samen spelen, ...
- schoolkind: groepsvorming, geldingsdrang, ...
- Tiener: belang van vriendschappen, invloed van de peergroep, groepsdruk, het loskomen van de ouders...

LPD 10: De leerlingen lichten **de socio-emotionele ontwikkeling** doorheen de levensloofphasen van kinderen, adolescenten, volwassenen en ouderen toe met aandacht voor:

- identiteitsontwikkeling volgens Erikson
- gehechtheidsontwikkeling
- sociale ontwikkeling
- **morele ontwikkeling volgens Kohlberg**
- betekenis van levensgebeurtenissen

Kohlberg

Preconventioneel stadium

Gehoorzaamheid en straf

eigenbelang

Conventioneel stadium

Braaf en lief zijn

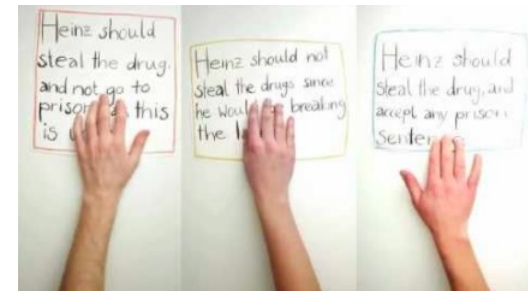
Wet en orde, je plicht doen

Postconventioneel stadium

Sociaal contact

Eigen geweten, universele ethische principes

Heinz dilemma





LPD 10: De leerlingen lichten de **socio-emotionele ontwikkeling** doorheen de levensloopfasen van kinderen, adolescenten, volwassenen en ouderen toe met aandacht voor:

- identiteitsontwikkeling volgens Erikson
- gehechtheidsontwikkeling
- sociale ontwikkeling
- morele ontwikkeling volgens Kolhberg
- **betekenis van levensgebeurtenissen**

Vriendschappen

Verschillende
relatie-,
gezins-,
woonvormen

Keuze voor
opleiding,
beroep en
loopbaan

relaties



LPD 10: De leerlingen lichten **de socio-emotionele ontwikkeling** doorheen de levensloofasen van kinderen, adolescenten, volwassenen en ouderen toe met aandacht voor:



- filmpjes,
experimenten, ethisch
dilemma



- Link met LPD 8, 9
 - Bv. link met sociaal leren
- LPD 18 strategieën om met stereotypering, groepsdruk om te gaan
- LPD 19 (morele regels)

LPD 11 De leerlingen analyseren **de samenhang** tussen ontwikkelingsdomeinen binnen de levensloofasen



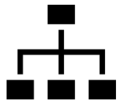
- Lln kunnen de informatie opdelen en de onderliggende verbanden t.o.v. het grotere geheel determineren

- De ontwikkeling opdelen in zijn verschillende onderdelen
- Verbanden en patronen zien
- Samenhang zien tussen de verschillende domeinen

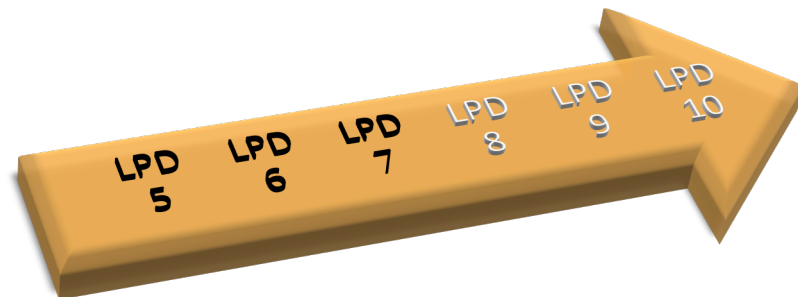
- vanuit

- ✓ Observatieopdrachten, foto's, filmpjes
- ✓ Eigen levensloopboek

LPD 11 De leerlingen analyseren **de samenhang** tussen ontwikkelingsdomeinen binnen de levensloopfasen



Link met de doelen mbt ontwikkeling
LPD 5, 6, 7, 8, 9, 10



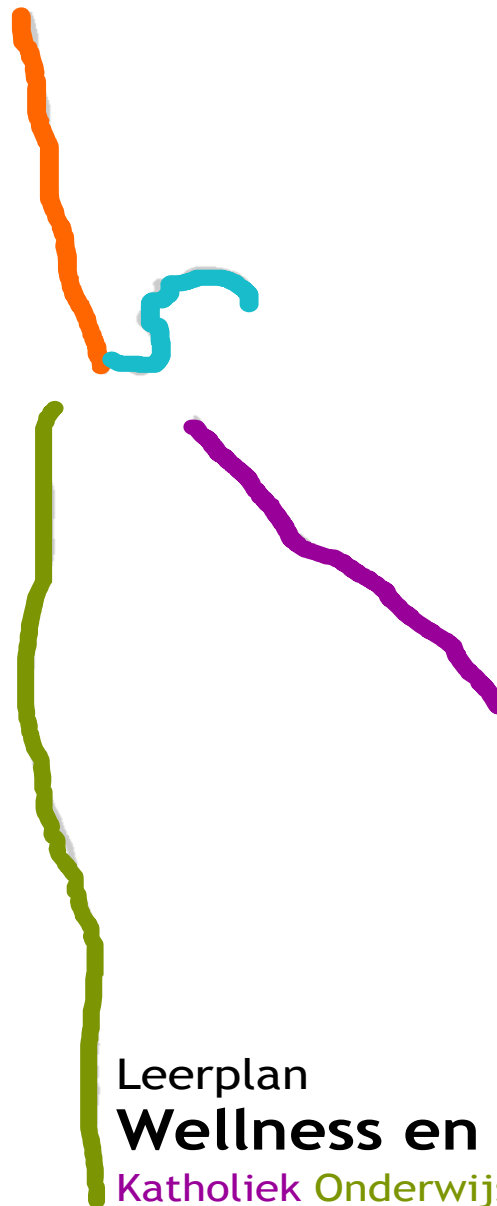


Overzicht samenhang leerplandoelen D/A Maatschappij en welzijn en Wellness en lifestyle

Leerplandoel Maatschappij en Welzijn	Leerplandoel Wellness en Lifestyle
LPD 27	LPD 6
LPD 28	LPD 5
LPD 29	LPD 7
LPD 30	LPD 8
LPD 31	LPD 9
LPD 32	LPD 10 LPD 6
LPD 34	1 geheel van baby tot ouderdom LPD 8,9 en 10
LPD 35	LPD 11

A hand is raised in the foreground, palm facing forward, against a green chalkboard background. Several other hands are visible in the background, blurred, suggesting a classroom or meeting environment. The word "VRAGEN?" is written in large, bold, black capital letters across the center of the image.

VRAGEN?



Leerplan
Wellness en lifestyle
Katholiek Onderwijs Vlaanderen

BLIK VOORUIT

Sessie
3

Leerplanspecifieke verdiepende sessie

juni



Dag van het leerplan

1 volledige dag
online of live

Leerplan Haar- en schoonheidsverzorging

9 - 6 - 2021

☐ 9u 30 - 16u30

Pedagogische begeleidingsdienst regio Mechelen/Brussel
F. De Merodestraat 18
2800 Mechelen
OF online



Vraaggestuurd in de vakgroep

Leerplanspecifieke verdiepende sessie



Vraaggestuurd in de vakgroep



VRAGEN?





fb.com/KatholiekOnderwijsVlaanderen



twitter.com/KathOndVla
twitter.com/BoeveLieven



www.linkedin.com/company/katholiekonderwijsvlaanderen

Pedagogisch begeleider:

dennis.dehoey@katholiekonderwijs.vlaanderen

0494/ 58 87 64

