

Informatie over vakken in de bovenbouw

BSM: bewegen, sport en maatschappij

Vier domeinen

Het programma van BSM is onderverdeeld in vier domeinen:

1. Bewegen
2. Bewegen en regelen
3. Bewegen en gezondheid
4. Bewegen en samenleving

1. Bewegen

Je vergroot je vaardigheden in een aantal spelen, turnactiviteiten, dansvormen, atletiekonderdelen, keuzeactiviteiten en in een zelfverdedigingsonderdeel.

2. Bewegen en regelen

Hierbij gaat het om het leren vervullen van leidinggevende rollen. Je bent scheidsrechter, coach van een team, organisator van een toernooi, je geeft een warming-up en verleent hulp bij turnonderdelen.

3. Bewegen en gezondheid

Je doet achtergrondkennis op over bewegen en sport. Je maakt een trainingsprogramma, introductie in EHBSO en doet kennis op van fysiologische processen in het menselijk lichaam.

4. Bewegen en samenleving

Ook hier doe je achtergrondkennis op over bewegen en sport. Je kijkt bijvoorbeeld hoe een sportvereniging wordt gerund. Sport en Media, supportersgeweld, sportsponsoring; allemaal onderwerpen die aan bod komen.

Van de contacttijd (de lessen dus) is het merendeel praktijk. Houd er wel rekening mee dat je flink moet studeren. Je krijgt het niet cadeau. De uren BSM komen bovenop de normale uren lichamelijke opvoeding, die iedereen volgt in de tweede fase. We zullen tijdens de uren BSM veel aandacht schenken aan het organiseren en presenteren van verschillende activiteiten. Ook komt er een behoorlijke portie theorie bij kijken: EHBSO, spelregels en tactische kennis van de gekozen sporten, inzicht in het menselijk lichaam en het voorbereiden van lessen die je vervolgens zelf gaat geven. Ook help je mee met het organiseren en begeleiden van een sporttoernooi op school.

Een redelijk goede motorische vaardigheid is gewenst, maar je hoeft echt niet overal in uit te blinken. Wel is het belangrijk dat je zeer geïnteresseerd bent in bewegen en sport en ook in de achtergronden daarvan. Je moet het leuk vinden in bewegingssituaties leiding te geven en gemotiveerd zijn om de rollen van organisator, scheidsrechter e.d. echt goed te vervullen.

Waarom BSM?

BSM is echt iets voor leerlingen die:

- naar de Academie voor Lichamelijke Opvoeding willen
- de Pabo willen gaan doen
- graag een 'uniformberoep' willen uitoefenen (zoals politie, brandweer)
- later een leidinggevende functie willen vervullen
- werkzaam willen zijn in de gezondheidszorg.

Maar ook als je niet voor deze opleidingen kiest en je houdt van bewegen is BSM een leuk en leerzaam vak.

Wil je meer weten?

Als je vragen hebt over dit vak, dan kun je die natuurlijk altijd stellen aan je vakdocent.