

# OntPOP

jezelf  
en  
blink  
uit

1<sup>ste</sup> graad



# Voorwoord

Beste leerling,

Fijn dat je hebt gekozen voor een schoolloopbaan op het Inspirocollege. Wij vinden het belangrijk dat je niet alleen met je neus in de boeken zit, maar ook leert door te doen en te ervaren. Daarom kan je per semester iedere week twee uur één van je POP-keuzes (persoonlijk ontwikkelingsplan) volgen, waarin je op ontdekkingstocht naar de beste versie van jezelf. De zelfkennis die je daarmee ontwikkelt, komt later goed van pas. Tijdens deze uren ga je in een ontspannen sfeer aan de slag met creatieve opdrachten, groepswork, presentaties, enzoverder. Je krijgt geen punten voor dit vak, maar je wordt wel permanent geëvalueerd door middel van woordcommentaar.

Deze folder geeft je een idee van wat deze POP-uren inhouden, zodat je een goede keuze kan maken om je jezelf te ontwikkelen. Zo wordt leren extra leuk. Bovendien wijst je POP-uur je de weg naar wat je in de toekomst wilt gaan doen.

# Veel plezier met het ontdekken van je POP-uren!



**All you need is fashion**



**Sportanimator**



**Alors on danse**



**STEM**  
(niet voor IIn uit de richting STEM)



**Creatief met kunst**



**Theatertools**



**Digitalizah**



**Toonvast**



**Gezonde voeding**



**Filosoferen met jongeren**



**Houttechnieken**



**Vloggen & Bloggen**



**Inspiring English**  
(enkel 1<sup>ste</sup> jaar)



**Zelfverdediging**



**Inside out**  
(niet voor IIn uit de richting Maatschappij & welzijn)



## All you need is fashion

Ben je een creatieve duizendpoot?

Heb je een brede belangstelling voor kleding en accessoires?

Wil je je outfit pimpen met zelf ontworpen creaties?

Maak je graag je eigen juwelen?

In dit talentuur gaan we creatief aan de slag. Je leert stap voor stap je eigen creaties en accessoires maken, van ontwerp tot uitvoering.

Dit mag je verwachten:

- het ontwerpen van een moodboard van je eigen stijl;
- het maken van aangepaste accessoires bij een outfit;
- het creëren van een eigen ontwerp met onverwachte materialen.
- Juwelen maken met verschillende technieken en materialen

Spreekt dit jou aan? Dan is dit talentuur zeker iets voor jou!



## Alors on danse

Ben je gek op dansen? Kan je moeilijk stilzitten als je muziek hoort? Heb je zin om te bewegen? Begint het al te kriebelen? Wil je kennismaken met verschillende dansstijlen? Dan is dit talentuur 'Alors on danse' echt iets voor jou!

Dit mag je verwachten:

- ritmisch bewegen op verschillende muziekgenres;
- zelfvertrouwen ontwikkelen;
- een mix van dansstijlen aanleren, van hip-hop naar modern tot aerobics;
- je eigen danscombinaties verzinnen.

Ready to dance?



## Creatief met kunst

Schuilt er een Picasso in jou? Vind je het leuk om te tekenen, te schilderen of te knutselen? Wil je je creatieve mogelijkheden uitbreiden met nieuwe materialen en technieken?

Dan is het talentuur "Creatief met kunst" echt iets voor jou!

Je leert stap voor stap je eigen schilderij of tekening maken. Je kan experimenteren met nieuwe materialen en technieken onder begeleiding op maat. Zowel tekenen, schilderen als knutselen komen aan bod.

In dit talentuur krijg je de mogelijkheid om in een gemoedelijke en ontspannen sfeer een eigen kunstwerk te creëren. Met het eindresultaat kan je je kamer of een plaats bij je thuis opvrolijken.

Een eigen kunstwerk creëer je door:

- nieuwe materialen en technieken te ontdekken;
- via waarnemingsstudies beter te leren kijken en dit ook toe te passen;
- kunstwerken te analyseren en te bespreken;
- creatief te durven zijn.

Sta jij al te springen om te beginnen?



Heb je de digitale kriebels te pakken en wil je graag meer te weten komen over fotografie, animatie, muziek, video en vormgeving? Dan is Digitalizah helemaal iets voor jou!

Tijdens dit talentuur gaan we op een creatieve en digitale manier aan de slag. Je maakt kennis met verschillende digitale tools waarin je je creativiteit helemaal de vrije loop in kan laten gaan.

Dit mag je verwachten:

- Fotoreportage
- Moodboard
- Ontwerpen van een poster
- Animeren
- Een eigen nummer maken
- Logo ontwerpen

Wil je een echte digitalizah worden? Schrijf je dan in voor dit talentuur!





## Filosoferen met jongeren

Zijn we allemaal gelijk? Kun je de baas over iemand zijn? Is het belangrijk om veel geld te verdienen? Moet je méér respect hebben voor ouderen? Hebben dieren ook gevoelens? Kan een computer autonoom denken? Zouden mensen zich goed gedragen als er geen regels waren? Is er een goede reden om te liegen? Wat is er aan het eind van het heelal? Is 'meer' altijd beter? Moet de koning eerst geholpen worden in een ziekenhuis of niet? Zou het leuk zijn om president te zijn? Kunnen planten voelen? Is het soms nodig om geweld te gebruiken? Is het mogelijk om alles te weten?

Filosofische vragen zijn vragen die geen juist, maar ook geen fout antwoord hebben. Jouw antwoord is dus altijd goed, maar je moet je mening wel kunnen uitleggen, onderbouwen.

In dit talentuur denk je na over boeiende vragen, luister je naar anderen en ga je in gesprek met elkaar om een thema te ontrafelen.

Wat mag je verwachten?

- je mening leren formuleren;
- leren argumenteren;
- leren discussiëren;
- verdraagzaam leren zijn voor anderen;
- creatief en kritisch leren denken.

Ben je nieuwsgierig? Krioelen er honderden vragen in jouw hoofd? Verdwaal je soms in je gedachten? Wil je anders naar de wereld leren kijken? Dan is het talentuur "Filosoferen met jongeren" iets voor jou!



## Gezonde voeding

Wil jij zelf je potje kunnen klaarmaken? Weet jij wat je eet? Zie jij in jezelf ook een Jeroen Meus, Piet Huysentruyt of Pascale Naessens. Ben je niet bang om nieuwe smaken te ontdekken en deze te leren appreciëren? Lijkt het je wat om zalige recepten uit te proberen en fantastische tips op te doen?

Samen maken we heel wat lekkers klaar en leren tevens het belang van gezonde voeding.

Dit mag je verwachten:

- Je leert de beginselen van koken.
- Je gaat na op welke manier je een gezond eetpatroon kan volgen.
- Je kan principes en technieken ontdekken.
- Je werkt met bekende en onbekende producten.
- Je kan eenvoudige gerechtjes onder begeleiding klaar maken.
- Je mag je creativiteit gebruiken in de keuken.

Spreekt dit alles je aan? Twijfel niet en schrijf je in!



## Houttechnieken

Vind je het leuk om met je handen te werken? Ben je graag praktisch bezig?

Tijdens het talentuur houttechnieken vervaardigen we met behulp van tekeningen en een werkvolgorde een houten voorwerp. Je gebruikt verschillende technieken om hout te bewerken. Je leert op een veilige manier omgaan met gereedschappen en eenvoudige machines om hout vorm te geven.

Dit mag je verwachten:

- verschillende houtsoorten herkennen;
- tekeningen lezen en een werkvolgorde gebruiken;
- nauwkeurig afftekenen en werken;
- gereedschappen en machines op een correcte manier gebruiken;
- houten voorwerpen vervaardigen.

Haal je handen maar uit je mouwen!

leder popt  
op zijn  
eigen  
manier  
en  
moment.



# Inspiring English

(enkel 1<sup>ste</sup> jaar)

Heb je interesse voor talen? Wil je graag meer weten over de Engelse cultuur en samenleving? Zoek je een activiteit die aansluit bij je leefwereld zoals games, films en muziek? Dit talentuur laat je je talent voor talen ontdekken én verder ontwikkelen. Het is een aanrader voor zowel beginners als echte talenknobbels.

Dit mag je verwachten:

- Je oefent je taalvaardigheden zoals luisteren, spreken en lezen.
- Je leert Engelse teksten in woord en beeld begrijpen.
- Je leert Engelse woorden schrijven.
- Je maakt kennis met de Engelse cultuur.

Are you ready? Kies dan voor Inspiring English.



## Inside out

(niet voor IIn uit de richting Maatschappij & welzijn)

Vind jij ook dat goed leren omgaan met jezelf en de ander net zo belangrijk is als wiskunde, Frans of economie? Waarom eens geen stereotypes, taboes en grenzen doorbreken?

Jezelf en de ander beter leren kennen, inschatten en waarderen doe je aan de hand van heel wat interactieve werk- en spelvormen die je helpen ook eens "outside the box" te denken. Heel wat vaardigheden die je ontwikkelt, bieden mooie ingangspoorten waarin weerbaarheid, durven-zijn-wie-je-bent en kiezen voor wat jij belangrijk vindt centraal staan in dit talentuur. Maar ook emoties durven uiten, grenzen durven aangeven, je mening durven geven en zoveel meer, zijn belangrijk in je persoonlijke ontwikkeling in de wereld van vandaag.

Dit kan je verwachten:

- tips en tricks om stevig in je schoenen te staan;
- het pestvirus leren weerstaan;
- je eigen talenten en die van de ander in de verf zetten;
- jezelf beter leren kennen door de ogen van de ander;
- keuzes leren maken binnen je eigen waardenkader;
- jouw manier van samenwerken tot een hoger level brengen;
- leuke projecten waar jij jouw creativiteit volledig kunt tonen.

Wil jij ook je zelfvertrouwen boosten? Kies dan voor het talentuur Inside out.

Dit talentuur kan niet gekozen worden door leerlingen uit de ontdekkingsmodule Sociale wetenschappen of de basisoptie Maatschappij en welzijn



Ben je sportief, creatief en enthousiast? Steek je graag je handen uit de mouwen? Ben je organisatorisch sterk en kan je leidinggeven? Durf je jezelf te smijten?

Door aan mekaar les te geven, dagen we je uit om het Inspiro-Sportmonitor-brevet te behalen.

Dit mag je verwachten:

- Je neemt het initiatief om zelf enkele lessen uit te werken, op papier te zetten en te begeleiden.
- Je leeft jezelf uit in allerhande sporten en bewegingsspelen.
- Je krijgt de kans om het 'Inspiro-sportmonitor-brevet' te behalen.



# STEM

(niet voor IIn uit de richting STEM)

Zou je wel eens creatief aan de slag willen gaan met de nieuwste technologieën? Zie jij het zitten om je oude speelgoed uit elkaar te halen, om er iets anders van te maken? Wil je een antwoord weten op al je waarom-vragen en hoe dingen in elkaar zitten? Dan is dit talentuur zeker iets voor jou!

In het talentuur STEM word je uitgedaagd om zelf oplossingen te vinden en de theorie erachter toe te passen... het komt allemaal aan bod!

Dit mag je verwachten:

- met eenvoudige materialen een echt technisch probleem nabootsen;
- in groepjes brainstormen, ontwerpen en zelf bouwen;
- robots bouwen en programmeren;
- een deelname aan de First Lego League.

Ben je een meisje met lef of een jongen met pit en heb je niet gekozen in het 1<sup>ste</sup> jaar voor de ontdekkingsmodule STEM of in het tweede jaar voor de basisoptie STEM? Kies dan zeker voor het talentuur STEM.



## Theatertools

Schuilt er een podiumbeest in je en wil je hem ook graag in de spotlights zetten? Ben je gefascineerd door taal, woord en expressie in al zijn aspecten? Wil je je persoonlijke verbeelding de vrije loop laten? Wil je je zelfvertrouwen een boost geven? Dan is "theatertools" zeker iets voor jou.

Wat kan je verwachten?

- Je ontwikkelt sterke verbale vaardigheden.
- Je krijgt kansen om te experimenteren op zeer verschillende manieren.
- Je verlegt duidelijk je eigen grenzen.
- Je gebruikt je lichaam als medium om je uit te drukken.
- Je ontwikkelt je eigen kunstzinnigheid.
- Je verwoordt en verbeeldt je eigen gevoelens, fantasie en ervaringen.
- Je brengt je eigen verhaal in woord en beeld.

"Verbeeldingskracht is belangrijker dan kennis". Albert Einstein





# Toonvast

Vind jij het de absolute max om samen te zingen en je ziel te leggen in de muziek? Wil je het podiumbeest in jezelf ontdekken en de kracht van muziek ervaren? Dan is dit talentuur zeker iets voor jou.

In dit talentuur leer je je eigen stem ontdekken en gebruiken zonder enige voorkennis. Naast het correct gebruiken van je stem wordt je fantasie geprikkeld om creatief te zijn met ritme en melodie. Je leert zelfs een eigen song te maken.

Dit mag je verwachten:

- door samen te zingen en te musiceren, ontdek je je eigen muzikale talenten en ontwikkel je zelfvertrouwen;
- je leert liedjes uit een breed repertoire, van pop tot klassiek én je eigen muziekinteresse;
- je gebruikt allerlei begeleidingsinstrumenten.

Heb jij singing power? Kies dan voor Toonvast.



## Vloggen & Bloggen

Heb je je altijd afgevraagd hoe je een boeiende videoblog maakt? Zie jij het wel zitten om jouw verhaal voor de camera te vertellen? Of schrijf je het liever neer? Heb je zowel een spreektalent als een schrijftalent? Dan is dit talentuur zeker iets voor jou.

Dit mag je verwachten:

- Het creëren en opstellen van een eigen concept voor een blog/vlog.
- Het onder de knie krijgen van eenvoudige film- en schrijftechnieken.
- Gebruik leren maken van montage technieken.
- Een eigen weblog maken.
- Een verslag maken over jouw leven op school of daarbuiten.

Denk jij na het lezen van dit tekstje: "Leren vloggen & bloggen is echt iets voor mij?" Kies dit talentuur en word een echte pro!

# Zelfverdediging

Wil jij jezelf leren verdedigen? Vind je het niet erg om uit je comfortzone gehaald te worden? Ben je bereid om op zoek te gaan naar de grenzen van je lichaam en geest?

Dit mag je verwachten:

- Je leert je focus te houden.
- Je leert risico's inschatten.
- Je bent genoodzaakt samen te werken.
- Je past geleerde vaardigheden adequaat toe.
- We zetten je steviger in je schoenen en werken aan weerbaarheid, stressbehendigheid en verdedigingstechnieken.

In de praktijk zijn dat duw-, trek-, contact- en vertrouwensspelen en technieken uit o.a. judo, karate, jiu-jitsu, ...

Bovendien zijn respect, focus, discipline en veiligheid belangrijke pijlers die aan bod komen.



## Facebook

Inspirocollege Midden Limburg



## Instagram

Inspirocollege Midden Limburg



## Website

[www.inspirocollege.be](http://www.inspirocollege.be)



## Telefoon

011 52 22 10

