

## LICHAMELIJKE OPVOEDING

BB, KB, TL

Het vak Lichamelijke Opvoeding is voor iedere leerling verplicht en dient voor iedereen met een voldoende (d.w.z. "naar behoren") te worden afgesloten.

Onder "naar behoren" wordt verstaan: ieder op zijn niveau en naar zijn kunnen.

Alle onderdelen mogen herkanst worden.

### **Domein A**                    **Algemene PTA onderdelen**

De kandidaat kan:

- 1        zelfstandig, actief en kritisch deelnemen aan de sportonderdelen
- 2        bewegend en regelend (in leidinggevende rollen) deelnemen aan sportonderdelen
- 3        bewegend en regelend deelnemen aan sportonderdelen rekening houdend met het niveau van de ander
- 4        belangrijke technieken en tactieken van uiteenlopende sportonderdelen kunnen uitvoeren
- 5        waarden en normen in sportonderdelen weten en toepassen
- 6        zelfstandig en actief leren, zowel individueel als in (kleine) groepen
- 7        plezier beleven aan het deelnemen aan verschillende sportonderdelen

### **Domein B**                    **Bewegen, specifieke PTA-onderdelen**

Je neemt deel aan de volgende onderdelen tijdens de gymonderdelen:

8

- slag- en loopspelen
- doelspelen
- terugslagspelen
- waarbij het gaat om:
- techniek, tactiek, regels, om kunnen gaan met het materiaal en om kunnen gaan met winst en verlies
- het vervullen van verschillende taken in spelsituaties (bijvoorbeeld werper, aanvaller, spelverdeler en scheidsrechter)

9

- deelnemen aan turnonderdelen
- springen
- zwaaien
- balanceren
- waarbij het gaat om:
- techniek, veiligheidsregels, hulpverlening en om kunnen gaan met het materiaal.

10

- deelnemen aan bewegen op muziek:
- ritme en bewegen
- vorm van bewegen op muziek naar keuze
- waarbij het gaat om:
- techniek, timing, ruimtelijke oriëntatie en om kunnen gaan met het materiaal.

11

- deelnemen aan atletiekonderdelen:
- lopen
- springen
- werpen
- waarbij het gaat om:
- techniek, tactiek, veiligheid en om kunnen gaan met het materiaal.

12

deelnemen aan zelfverdediging:

- stoeispelen
- trefspelen

waarbij het gaat om:

- techniek, tactiek, tegen een “stootje” kunnen, veiligheid, om kunnen gaan met winst en verlies, om kunnen gaan met het materiaal en rekening houden met de ander.

### **Domein C                    Bewegen en regelen**

De kandidaat kan:

- 13 kan een les of een deel van een les verzorgen
- 14 hulpverlenen aan medeleerlingen
- 15 leiding geven met of zonder hulp van de leerkracht (scheidsrechter en trainer/coach).