

**Programma van Toetsing en Afsluiting
schooljaar 2023 – 2024
cohort 2022 - 2024**

Vak	Lichamelijke Oefening
Leerweg	TL – KBL - BBL
Leerjaar	4

Methode	
Sectieleider	D.P. Vereecken

Periode	Stofomschrijving Handelingsopdrachten	Examen- eenheid	Code	Toets- vorm D/M/P/S	Werktijd toets (min.)	Weeknr. toets	Weging toets
3	100 meter Sprint: <i>Je wordt beoordeeld op prestatie, techniek en inzet</i>	LO\K\7.4	330	P	90	37	O\ V\ G
	Basketbal: <i>Je wordt beoordeeld op: Het spelen van de wedstrijd met de daarbij behorende regels Het inzetten van eigen kwaliteiten en die van anderen</i>	LO\K\4.3	331	P	45	39	O\ V\ G
	Softbal: <i>Je wordt beoordeeld op: Het gooien en vangen van een bal Het slaan van een aangegooide bal Inzicht in het spelen van het spel met de bijbehorende spelregels</i>	LO\K\4.1	332	P	45	41	O\ V\ G
	Touwklimmen: <i>Je wordt beoordeeld op: De tijd die je oefent om de schippersslag aan te kunnen leggen en te kunnen steunen Hoe je verticaal/horizontaal kunt verplaatsten in de touwen</i>	LO\K\5.3	333	P	135	44	O\ V\ G
	Volleybal: <i>Je wordt beoordeeld op: Hoe je de bal binnen een team kunt overspelen om te komen tot het scoren van punten Hoe je een wedstrijd speelt op een groot veld met de daarbij behorende (spel)regels</i>	LO\K\4.4	334	P	135	48	O\ V\ G
4	Kast wenden: <i>Je wordt beoordeeld op: Insprong trampoline, handen plaatsing op de kast, lichaamshouding tijdens het steunen op de kast en je landing</i>	LO\K\5.2 LO\K\5.9	430	P	45	3	O\ V\ G

D = digitaal; M = mondeling; P = praktisch; S = schriftelijk

<p>Buikspieroefeningen: <i>Je wordt beoordeeld op: 100 herhalingen binnen 3 min</i></p>	<p>LO\K\4.3 LO\K\4.8</p>	431	P	45	5	O\VG
<p>Shuttlerun: <i>Je wordt beoordeeld op: Hoe je conditie is t.o.v. je hartslag Hoe je progressie is gedurende de periode</i></p>	<p>LO\K\4.3 LO\K\3.1</p>	432	P	45	7	O\VG
<p>Ringzwaaien: <i>Je wordt beoordeeld op: Hangen in steun Het aantal zwaaien die je kunt maken (max 5.) De moeilijkheidsoefeningen na 3 keer zwaaien Je landing op een dikke mat</i></p>	<p>LO\K\7.2</p>	433	P	135	9	O\VG
<p>Organiseren Spelles: <i>Je wordt beoordeeld op: Je voorbereiding op papier Het praktisch lesgeven aan een groep</i></p>	<p>LO\K\7.3 LO\K\7.6</p>	434	P	135	9	O\VG

Bepaling Cijfer Gymnastiek

- Elk onderdeel moet tenminste met een voldoende zijn afgesloten aan het einde van de periode.
- Bij langdurige blessure kan er sprake zijn van een vervangende opdracht.
- Een cijfer lager dan een 5,5 is een onvoldoende en een cijfer hoger dan een 7,5 is een goed de rest is een voldoende.
- Een onvoldoende **moet** herkanst worden (de leerling moet hiervoor zelf een afspraak maken), of vervangen worden door een schriftelijke opdracht in overleg met de vakleerkracht LO.
- Tevens worden onderdelen als zelfstandigheid, samenwerking en gedrag (ben je op tijd, heb je alle gymspullen bij je, doorzettingsvermogen, positieve inbreng in de les) beoordeeld.
- In bepaalde gevallen kan voor individuele situaties worden afgeweken van bovenstaande regels.
- Alle opdrachten zijn praktische opdrachten waarbij de leerlingen bepaalde handelingen moeten kunnen laten zien; handelingsopdrachten (H.O.)

D = digitaal; M = mondeling; P = praktisch; S = schriftelijk