

**Programma van Toetsing en Afsluiting
schooljaar 2024 – 2025
cohort 2023 - 2025**

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	HD	90	Zie bepaling	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	HD	45	Zie bepaling	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	HD	45	Zie bepaling	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	HD	135	Zie bepaling	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	HD	135	Zie bepaling	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	HD	45	Zie bepaling	O\ V\G

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

Buikspieroefeningen: <i>Je wordt beoordeeld op: 100 herhalingen binnen 3 min</i>	LO\K\4.3 LO\K\4.8	431	HD	45	Zie bepaling	O\ G
Shuttlerun: <i>Je wordt beoordeeld op: Hoe je conditie is t.o.v. je hartslag Hoe je progressie is gedurende de periode</i>	LO\K\4.3 LO\K\3.1	432	HD	45	Zie bepaling	O\ G
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>	LO\K\7.2	433	HD	135	Zie bepaling	O\ G
Organiseren Spelles: <i>Je wordt beoordeeld op: Je voorbereiding op papier Het praktisch lesgeven aan een groep</i>	LO\K\7.3 LO\K\7.6	434	HD	135	Zie bepaling	O\ G

Bepaling Cijfer Gymnastiek

- Elk onderdeel moet tenminste met een voldoende zijn afgesloten aan het einde van de periode (week 35 – 25)
- 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 praktisch van aard waarbij de leerlingen bepaalde handelingen moeten kunnen laten zien; handelingsdeel (HD)

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