



Griendencollege

Programma van toetsing & afsluiting 2025-2027

Vak: Lichamelijke opvoeding TL 3 & 4

Docenten: M. van den Berg, S. van den Heerik,
2025-2027

Doelen:

De onderstaande leerdoelen staan centraal:

1. Het oriënteren op de beoefening van atletiek, bewegen op muziek, spel, turnen, zelfverdediging en actuele bewegingsactiviteiten
2. Het bewegingsrepertoire uitbreiden van atletiek, bewegen op muziek, spel, turnen, zelfverdediging en actuele bewegingsactiviteiten
3. Het toepassen van de hoofdbeginselen van de bewegingsactiviteiten binnen de leerlijnen atletiek, bewegen op muziek, spel, turnen, zelfverdediging en actuele bewegingsactiviteiten
4. Het ontwikkelen van algemene vaardigheden d.m.v. open opdrachten, waarbij bewustwording essentieel is.

Middelen:

Binnen de lessen lichamelijke opvoeding worden de volgende middelen ingezet:

- Vaardigheden rubrics m.b.t. de bewegingsbekwaamheid en algemene vaardigheden
- Ipads m.b.t. videoreflectie op de bewegingsbekwaamheid
- Digitaal scherm m.b.t. het bespreken van de vaardigheden rubrics, videoreflectie en oriënteren op verschillende bewegingsactiviteiten

Manier van aftoetsen:

Toetsen gebeurt a.d.h.v. actieve deelname aan de lessen LO en beoordeling a.d.h.v. de vaardigheden-rubrics

Beschikbare uren:

Afdeling ↓/ leerjaar →	1	2	3	4
TL	3	2	2	4
KB	3	3	2	4
BB	3	3	2	4

Verplichte onderdelen School-, Centraal Examen en schooleigen onderdelen

Op de toetsen wordt er onderscheid gemaakt tussen toetsen op de verplichte onderdelen voor het schoolexamen, de onderdelen van het centraal examen en de schooleigen onderdelen. Hiertoe wordt er voldaan aan artikel 2.60a, lid 3, WVO 2020.

De verplichte onderdelen voor het schoolexamen worden gekenmerkt met **AVE** (Afsluitende toets Van Examenstof). De onderdelen van het centraal examen welke niet verplicht zijn op het schoolexamen worden gekenmerkt door **EBG** (Eigen Bevoegd Gezag).

PTA Lichamelijke opvoeding

Leerweg: TL

Periode	Eindtermen/deeltaken: wat moet je kennen en kunnen?	Inhoud onderwijsprogramma; wat ga je hiervoor doen?	Toetsvorm, -duur (en evt. toetscode)	Herkansing ja/nee?	Weging
3.1	Spel (K4) Softbal De leerling leert: ... zich mede met het oog op buitenschoolse beoefening op praktische wijze te oriënteren op de bewegingsactiviteit softbal uit het gebied spel en daarin de eigen mogelijkheden te verkennen. ... door middel van uitdagende bewegingssituaties zijn bewegingsrepertoire uit te breiden. ... de hoofdbeginselen van de bewegingsactiviteiten op eigen niveau toe te passen ... door deel te nemen aan praktische bewegingsactiviteiten de waarde van het bewegen voor gezondheid en welzijn kennen en ervaren.	Actieve deelname aan de lessen LO en beoordeling a.d.h.v. de vaardigheden-rubrics	Softbal LOt301 Toets vorm: praktische opdracht Duur: lessenreeks Beoordeling: O-V-G AVE	Nee	1
3.2	Algemene vaardigheden (K1, K2 & K3) De leerling leert: tijdens bewegingsactiviteiten sportief te zijn, rekening te houden met de mogelijkheden en voorkeuren van anderen, en respect en zorg te hebben voor elkaar. ... eenvoudige regelende taken te vervullen die het mogelijk maken, zelfstandig en samen met andere	Actieve deelname aan de lessen LO, beoordeling a.d.h.v. de vaardigheden-rubrics en in gesprek gaan over verdere ontwikkelstappen.	Algemene vaardigheden LOt302 Toets vorm: praktische opdracht Duur: lessenreeks	Nee	2

	leerlingen bewegingsactiviteiten te beoefenen. ... zichzelf beoordeling, feedback geven aan medeleerlingen en feedback ontvangen ... samenwerken en presenteren		Beoordeling: O-V-G AVE		
3.2	Turnen (K5) Salto De leerling leert: ... zich mede met het oog op buitenschoolse beoefening op praktische wijze te oriënteren op de bewegingsactiviteit salto uit het gebied turnen en daarin de eigen mogelijkheden te verkennen. ... door middel van uitdagende bewegingssituaties zijn bewegingsrepertoire uit te breiden. ... de hoofdbeginselen van de bewegingsactiviteiten op eigen niveau toe te passen ... door deel te nemen aan praktische bewegingsactiviteiten de waarde van het bewegen voor gezondheid en welzijn kennen en ervaren.	Actieve deelname aan de lessen LO en beoordeling a.d.h.v. de vaardigheden-rubrics	Salto LOt303 Toets vorm: praktische opdracht Duur: lessenreeks Beoordeling: O-V-G AVE	Nee	1
3.3	Zelfverdediging (K8) (Kick)boksen De leerling leert: ... zich mede met het oog op buitenschoolse beoefening op praktische wijze te oriënteren op de	Actieve deelname aan de lessen LO en beoordeling a.d.h.v. de vaardigheden-rubrics	(Kick)boksen LOt304 Toets vorm: praktische opdracht	Nee	1

	bewegingsactiviteit (kick)boksen uit het gebied zelfverdediging en daarin de eigen mogelijkheden te verkennen. ... door middel van uitdagende bewegingssituaties zijn bewegingsrepertoire uit te breiden. ... de hoofdbeginselen van de bewegingsactiviteiten op eigen niveau toe te passen ... door deel te nemen aan praktische bewegingsactiviteiten de waarde van het bewegen voor gezondheid en welzijn kennen en ervaren.		Duur: lessenreeks Beoordeling: O-V-G AVE		
3.4	Algemene vaardigheden (K1, K2 & K3) De leerling leert: tijdens bewegingsactiviteiten sportief te zijn, rekening te houden met de mogelijkheden en voorkeuren van anderen, en respect en zorg te hebben voor elkaar. ... eenvoudige regelende taken te vervullen die het mogelijk maken, zelfstandig en samen met andere leerlingen bewegingsactiviteiten te beoefenen. ... zichzelf beoordeling, feedback geven aan medeleerlingen en feedback ontvangen ... samenwerken en presenteren	Actieve deelname aan de lessen LO, beoordeling a.d.h.v. de vaardigheden-rubrics en in gesprek gaan over verdere ontwikkelstappen.	Algemene vaardigheden LOt305 Toets vorm: praktische opdracht Duur: lessenreeks Beoordeling: O-V-G AVE	Nee	2

3.4	Atletiek (K7) Werpen De leerling leert: ... zich mede met het oog op buitenschoolse beoefening op praktische wijze te oriënteren op de bewegingsactiviteit werpen uit het gebied atletiek en daarin de eigen mogelijkheden te verkennen. ... door middel van uitdagende bewegingssituaties zijn bewegingsrepertoire uit te breiden. ... de hoofdbeginselen van de bewegingsactiviteiten op eigen niveau toe te passen ... door deel te nemen aan praktische bewegingsactiviteiten de waarde van het bewegen voor gezondheid en welzijn kennen en ervaren.	Actieve deelname aan de lessen LO en beoordeling a.d.h.v. de vaardigheden-rubrics	Werpen LOt306 Toets vorm: praktische opdracht Duur: lessenreeks Beoordeling: O-V-G AVE	Nee	1
4.1	Actuele bewegingsactiviteiten (K9) Oriëntatie-dag De leerling leert: ... zich mede met het oog op buitenschoolse beoefening op praktische wijze te oriënteren op de actuele bewegingsactiviteiten. ... door deel te nemen aan praktische bewegingsactiviteiten de waarde van het bewegen voor gezondheid en welzijn kennen en ervaren.	Actieve deelname aan de oriëntatie-dag	Actuele bewegingsactiviteiten LOt401 Toets vorm: praktische opdracht Duur: oriëntatie-dag Beoordeling: Niet voldaan – Voldaan AVE	Nee	1

4.1	Atletiek (K7) Verspringen De leerling leert: ... zich mede met het oog op buitenschoolse beoefening op praktische wijze te oriënteren op de bewegingsactiviteit verspringen uit het gebied atletiek en daarin de eigen mogelijkheden te verkennen. ... door middel van uitdagende bewegingssituaties zijn bewegingsrepertoire uit te breiden. ... de hoofdbeginselen van de bewegingsactiviteiten op eigen niveau toe te passen ... door deel te nemen aan praktische bewegingsactiviteiten de waarde van het bewegen voor gezondheid en welzijn kennen en ervaren.	Actieve deelname aan de lessen LO en beoordeling a.d.h.v. de vaardigheden-rubrics	Verspringen LOt402 Toets vorm: praktische opdracht Duur: lessenreeks Beoordeling: O-V-G AVE	Nee	1
4.1	Algemene vaardigheden (K1, K2 & K3) De leerling leert: tijdens bewegingsactiviteiten sportief te zijn, rekening te houden met de mogelijkheden en voorkeuren van anderen, en respect en zorg te hebben voor elkaar. ... eenvoudige regelende taken te vervullen die het mogelijk maken, zelfstandig en samen met andere leerlingen bewegingsactiviteiten te beoefenen. ... zichzelf beoordeling, feedback geven aan medeleerlingen en feedback ontvangen ... samenwerken en presenteren	Actieve deelname aan de lessen LO, beoordeling a.d.h.v. de vaardigheden-rubrics en in gesprek gaan over verdere ontwikkelstappen.	Algemene vaardigheden LOt403 Toets vorm: praktische opdracht Duur: lessenreeks Beoordeling: O-V-G AVE	Nee	2

4.2	Turnen (K5) Handstandoverslag De leerling leert: ... zich mede met het oog op buitenschoolse beoefening op praktische wijze te oriënteren op de bewegingsactiviteit handstandoverslag uit het gebied turnen en daarin de eigen mogelijkheden te verkennen. ... door middel van uitdagende bewegingssituaties zijn bewegingsrepertoire uit te breiden. ... de hoofdbeginselen van de bewegingsactiviteiten op eigen niveau toe te passen ... door deel te nemen aan praktische bewegingsactiviteiten de waarde van het bewegen voor gezondheid en welzijn kennen en ervaren.	Actieve deelname aan de lessen LO en beoordeling a.d.h.v. de vaardigheden-rubrics	Handstandoverslag LOt404 Toets vorm: praktische opdracht Duur: lessenreeks Beoordeling: O-V-G AVE	Nee	1
4.3	Regelbekwaamheid (K3) Zelf lesgeven De leerling leert: ... regelende taken te vervullen die het mogelijk maken, zelfstandig en samen met andere leerlingen bewegingsactiviteiten te beoefenen, organiseren en evalueren tijdens bewegingsactiviteiten sportief te zijn, rekening te houden met de mogelijkheden en voorkeuren van anderen, en respect en zorg te hebben voor elkaar. ... door deel te nemen aan praktische	Actieve deelname aan de lessen LO en beoordeling a.d.h.v. de vaardigheden-rubrics	Zelf lesgeven LOt405 Toets vorm: praktische opdracht Duur: lessenreeks Beoordeling: O-V-G AVE	Nee	2

	bewegingsactiviteiten de waarde van het bewegen voor gezondheid en welzijn kennen en ervaren. ... een bewegingsactiviteit kiezen passende bij de doelgroep, voorbereiden m.b.v. een voorbereidingsformulier en uitvoeren aan de klas				
4.3	Bewegen op muziek & turnen (K5 & K6) Demo De leerling leert: ... zich mede met het oog op buitenschoolse beoefening op praktische wijze te oriënteren op de bewegingsactiviteiten dansen, springen en acrobatiek uit de gebieden bewegen op muziek en turnen en daarin de eigen mogelijkheden te verkennen. ... door middel van uitdagende bewegingssituaties zijn bewegingsrepertoire uit te breiden. ... de hoofdbeginselen van de bewegingsactiviteiten op eigen niveau toe te passen ... door deel te nemen aan praktische bewegingsactiviteiten de waarde van het bewegen voor gezondheid en welzijn kennen en ervaren.	Actieve deelname aan de lessen LO en beoordeling a.d.h.v. de vaardigheden-rubrics	Demo LOt406 Toets vorm: praktische opdracht Duur: lessenreeks Beoordeling: O-V-G AVE	Nee	2

4.3	Algemene vaardigheden (K1, K2 & K3) De leerling leert: tijdens bewegingsactiviteiten sportief te zijn, rekening te houden met de mogelijkheden en voorkeuren van anderen, en respect en zorg te hebben voor elkaar. ... eenvoudige regelende taken te vervullen die het mogelijk maken, zelfstandig en samen met andere leerlingen bewegingsactiviteiten te beoefenen. ... zichzelf beoordeling, feedback geven aan medeleerlingen en feedback ontvangen ... samenwerken en presenteren	Actieve deelname aan de lessen LO en beoordeling a.d.h.v. de vaardigheden-rubrics en in gesprek gaan over verdere ontwikkelstappen.	Algemene vaardigheden LOt407 Toets vorm: praktische opdracht Duur: lessenreeks Beoordeling: O-V-G AVE	Nee	2
Berekening cijfer schoolexamen: $((LOt301 \times 1) + (LOt302 \times 2) + (LOt303 \times 1) + (LOt304 \times 1) + (LOt305 \times 2) + (LOt306 \times 1) + (LOt401 \times 1) + (LOt402 \times 1) + (LOt403 \times 2) + (LOt404 \times 1) + (LOt405 \times 2) + (LOt406 \times 2) + (LOt407 \times 2)) / 19 =$ cijfer SE vak					

Opmerking: De afname van een schoolexamen in een bepaalde periode kan afwijken indien externe omstandigheden daartoe aanleiding geven. In dat geval blijft het schoolexamen binnen hetzelfde leerjaar, maar kan het in een andere periode plaatsvinden. Leerlingen en ouders/verzorgers worden hierover altijd tijdig geïnformeerd.