

STUDIEWIJZER	<i>Lichamelijke opvoeding</i>	Klas(sen)	10 A/B/C/D
Leraar:	Peb, ehe, wbl	Schooljaar	2011-2012

Algemeen

- De lessen vinden 1 maal per week plaats in blokuren
- Je dient in de les aanwezig te zijn ook als je geblesseerd bent. Je krijgt dan een andere vervangende taak van de docent.
- Wanneer je meer dan 20% afwezig bent krijg je een vervangende opdracht, ongeacht ziekte of geoorloofd of ongeoorloofd afwezig. De vervangende opdracht moet voor het einde van het volgende blok worden ingeleverd.
- Het schooljaar bestaat uit vier blokken:
 - * het eerste blok is van zomer- tot herfstvakantie.
 - * het tweede blok is van herfst- tot kerstvakantie.
 - * het derde blok is van kerst- tot voorjaarsvakantie.
 - * het vierde blok is van voorjaar- tot zomervakantie.
- De beoordeling bestaat uit:
 - * de ontwikkeling in de gegeven bewegingsopdrachten (persoonlijke ontwikkeling)
 - * inzet in de les (motivatie, kleding, aanwezigheid, helper en scheidsrechter, etc)
 - * het eindresultaat van de gegeven beweging opdrachten
- Vrij ruimte: door de leraar zelf te bepalen onderwerpen die ook beoordeeld worden.

Extra voor het VMBO-t

- Een uitgebreide warming-up verzorgen voor de klas.

Inhoud van het vak

- Blok 1:** Tik en loopspelen
Doelspelen: hockey, handbal, voetbal
Atletiek: werpnummers, duurloop, hoogspringen
Vrije ruimte
- Blok 2:** Doelspelen: basketbal, unihockey
Slagspelen: badminton
Het maken van een eigen spel
Vrije ruimte
- Blok 3:** Turnen: verschillende sprongen met rotatie breedte as, trapeze
Warming up geven
Terug slagspelen: volleybal: boven, onderhands passen en smashen, tactiek
Doelspelen binnen: keuze
Vrije ruimte
- Blok 4:** Atletiek: sprint
Slagspelen: softbal: spel, catchen , slaan
Doelspelen: rugby en handbal
Vrije ruimte