












LO Leerjaar 1 periode 1


	Wat moet ik kennen of kunnen?	Zo kan ik dit laten zien:	Dit kan ik!
 	Ik kan verantwoordelijk met het materiaal omgaan <i>EF: Organisatie</i>	Bij het opzetten en opruimen van de activiteiten help ik actief mee en zorg ik dat dit op een goed georganiseerde manier doe.	3
 	Ik kan de verschillende opdrachten voor de Eurofittest inplannen en uitvoeren tijdens de les. Ik kan uit de leskaarten opmaken hoe de opdracht werkt <i>EF: Planning</i>	Ik lees uit de leskaarten af hoe de opdracht werkt. Ik zorg dat ik de benodigde materialen heb en voer de opdracht zo goed mogelijk uit in mijn duo.	2
 	Ik kan de shuttle op de juiste manier over en weer overslaan. Ik ken de belijning en basisregels van badminton . <i>EF: Organisatie</i>	Met een onderhandse service breng ik de shuttle in het spel. Ik hanteer de GRAS-methode zodat ik op de juiste manier sla. Tijdens de wedstrijdje hanteer ik de standaard regels en belijning	3
 	Ik ken het verschil tussen de aanval- en verdedigingskant van korfbal . Ik kan op de juiste manier een doelpoging maken. Ik kan vrijlopen. Ik kan iedereen in zijn waarde laten, ongeacht wie wint of verliest <i>EF: Werkgeheugen en emotieregulatie</i>	Tijdens de eindvorm laat ik zien dat ik weet of ik aanvaller of verdediger ben. Ook loop ik vrij, ben aanspeelbaar en houd de driehoek formatie in stand Bij winst reageer ik positief naar het andere team. Bij verlies probeer ik het te accepteren	3
 	Ik ken de regels die gehanteerd worden om de veiligheid te waarborgen voor acrogyim . Ik kan verschillende houdingen uitvoeren en vasthouden in mijn groepje. <i>EF: Organisatie</i>	Uit de leskaarten kies ik met mijn groepje minstens drie poses. Ook bedenken wij er 1 zelf.	3
 	Ik kan mij over de verschillende klim- en klauter situaties verplaatsen. <i>EF: Emotieregulatie</i>	Tijdens de lessen oefen ik verschillende klim- en klautersituaties, waarvan ik er drie aan de docent laat zien.	2
  	Rots en water Ik ken de verschillen tussen een rots en een water houding. Ik kan tools toepassen om weerbaarder te worden en ik kan omgaan met verschillende type mensen. <i>EF: Emotieregulatie</i>	Tijdens de les doe ik mee met de verschillende oefenvormen. Samen met de docent kijken wij terug naar de meerwaarde van de oefeningen. Ik doe hier actief aan mee.	3

 	Ik kan 6 rondes door het Oosterpark hardlopen onder 25 minuten <i>EF: Emotieregulatie</i>	Elke les doe ik mee aan de hardloopschema's. Bij de laatste les toon ik aan dat ik 6 rondes red onder de 25 minuten.	2
 	Ik ken de principes van groene spelen en ik heb een positieve bijdrage in de samenwerking. <i>EF: Emotieregulatie</i>	Ik werk samen, help anderen waar dat nodig is en ik coach positief.	3
			Totaal 24

Zelfverdediging: 

B&M: 

Turnen: 

Spel: 

Atletiek: 

Buiten: 

WBS: 

EF: 