



Conceptkerndoelen bewegen en sport

ACTUALISATIE KERNDOELEN



Concept- kerndoelen

Bewegen en sport

november 2024

slo



een doordacht curriculum
dat doen we *samen*

Verantwoording



2024 SLO, Amersfoort

Mits de bron wordt vermeld, is het toegestaan zonder voorafgaande toestemming van de uitgever deze uitgave geheel of gedeeltelijk te kopiëren en/of verspreiden en om afgeleid materiaal te maken dat op deze uitgave is gebaseerd.

Dit is een uitgave van:

SLO, in opdracht van het ministerie van OCW

Aan deze conceptkerndoelen hebben meegewerkt:

Vanuit SLO: Jacob Nienhuis en Corike van de Merwe
Leden van het [kerndoelenteam](#) bewegen en sport, bijgestaan door de [advieskring](#) en diverse experts.

Informatie

SLO
Postbus 502, 3800 AM Amersfoort
Telefoon (033) 4840 840
Internet: www.slo.nl
E-mail: info@slo.nl

AN:

1.8055.883

Inhoudsopgave

Voorwoord	4
Inleiding	6
Leeswijzer	10
Karakteristiek Bewegen en sport	12
Kenmerken van het leergebied Bewegen en sport	12
Samenhang binnen Bewegen en sport	13
Samenhang tussen de leergebieden	13
Kerdoelen	15
Overzicht domeinen en kerndoelen Bewegen en sport	15
Domein Leren bewegen	17
Kerndoel 1 Deelnemen aan bewegen	17
Kerndoel 2 Verbeteren beweegvaardigheid	18
Kerndoel 3 Beweegactiviteit passend maken	19
Domein Samen bewegen	20
Kerndoel 4 Bewegen met anderen	20
Kerndoel 5 Bewegen regelen	21
Domein Betrokken bewegen	22
Kerndoel 6 Oriënteren op beweeg- en sportculturen	22
Kerndoel 7 Beweegidentiteit ontwikkelen	23
Conceptbegrippenlijst Bewegen en sport	24

Voorwoord

De volgende stap op weg naar actuele kerndoelen!

Leerlingen hebben recht op goed onderwijs. Onderwijs dat hen helpt hun talenten te ontwikkelen. Wat moet je kennen, kunnen en ervaren om nu – en later als volwassene – actief mee te kunnen doen in de samenleving? Goed onderwijs vraagt om een doorlopend debat over wat waard is om te leren. De uitkomsten daarvan leggen we vast in het landelijk curriculum.

Het afgelopen jaar hebben vijf kerndoelenteams gewerkt aan conceptkerndoelen voor de leergebieden mens en natuur, mens en maatschappij, kunst en cultuur, bewegen en sport en de moderne vreemde talen.

Met trots presenteren we de conceptkerndoelen voor bewegen en sport. Het is de volgende stap richting een actueel curriculum, want met deze oplevering liggen er nu voorstellen voor álle leergebieden. Zo bouwt SLO samen met de onderwijssector aan kerndoelen voor het primair onderwijs, de onderbouw voortgezet onderwijs en het (voortgezet) speciaal onderwijs.

Voor de kwaliteit van het onderwijs is alleen meer nodig dan een landelijk curriculum. Kerndoelen zijn een belangrijk voorwaarde, maar geen garantie op goed onderwijs. De werkelijke kwaliteit van het onderwijs vindt plaats in de school, waar leraren met kennis over doelen, de manier waarop ze ervoor zorgen dat de leerling leert, toetsing en leerlingen onderwijzen.

De oplevering van deze conceptkerndoelen markeert het eindpunt van de ontwikkelfase.

We nodigen je van harte uit om mee te denken in de komende fase waarin de conceptkerndoelen worden beproefd op de verwachte bruikbaarheid in de onderwijspraktijk. Met de opgehaalde feedback worden de conceptkerndoelen verder aangescherpt. Daarnaast heeft de Tweede Kamer gedebatteerd over het curriculum. Politieke besluitvorming naar aanleiding van dit debat kan ook invloed hebben op de definitieve kerndoelen die SLO voornemens is voor het einde van 2025 op te leveren.

Op dit moment willen we de leden van het kerndoelenteam, alle experts, de leden van de advieskring en alle andere mensen die feedback hebben gegeven,

hartelijk bedanken voor hun inzet en expertise. Alle kritische blikken hebben bijgedragen aan de ontwikkeling van deze conceptkerndoelen.

Namens SLO,
Jindra Divis – voorzitter bestuur

Inleiding

In opdracht van het ministerie van OCW werkt SLO samen met de onderwijssector aan een nieuw en actueel curriculum. Voor het primair onderwijs, de onderbouw van het voortgezet onderwijs en het (voortgezet) speciaal onderwijs is dit vastgelegd in kerndoelen.

Op dit moment leveren we de conceptkerndoelen op van mens en natuur, mens en maatschappij, kunst en cultuur, bewegen en sport en de moderne vreemde talen op. Samen met de eerder opgeleverde conceptkerndoelen Nederlands, rekenen en wiskunde, burgerschap en digitale geletterdheid liggen er nu voorstellen voor alle leergebieden. Zo ontstaat er zicht op wat het nieuwe curriculum inhoudt.

In deze oplevering vindt u de conceptkerndoelen bewegen en sport.

Ontwikkelfase

In 14 maanden heeft een speciaal ingericht kerndoelenteam voorstellen uitgewerkt. Dit team bestond uit leraren po, vo en (v)so, vakexperts en curriculumexperts die onder leiding van een procesregisseur hebben gewerkt aan vijf tussenproducten. Een zorgvuldig samengesteld team en uitgewerkt proces met acht meerdaagse sessies en tussentijdse afstemmingsmomenten.

Het kerndoelenteam is gedurende deze periode bijgestaan door een advieskring. Deze door SLO samengestelde advieskring bestond uit vertegenwoordigers van (maatschappelijke) organisaties, zoals vakverenigingen, lerarenopleidingen, netwerken en voor de inhoud van het leergebied belangrijke maatschappelijke organisaties. De advieskring gaf tussentijds feedback op de producten en het eindresultaat.

Daarnaast zijn experts van het leergebied uitgenodigd om het kerndoelenteam te inspireren, inbreng te geven op een specifiek onderwerp of om feedback te geven. Deze experts zijn door het kerndoelenteam of SLO benaderd bij te dragen.

De toegankelijkheid van het onderwijs is belangrijk. Daarom is bij het ontwikkelen van de conceptkerndoelen zoveel mogelijk rekening gehouden met leerlingen die een visuele, auditieve/communicatieve of lichamelijke beperking hebben en met leerlingen met milde leerproblemen en/of gedragsproblemen. Een klankbordgroep met (praktijk)experts gaf het kerndoelen team feedback

over de herkenbaarheid van de voorstellen voor leerlingen met specifieke onderwijsbehoeften.

Wettelijke opdracht

Kerdoelen gelden als de wettelijke opdracht voor elke school in het funderend onderwijs. De nieuwe generatie kerndoelen is concreter geformuleerd en omschreven in een doelzin met een uitwerking. Hiermee wordt duidelijk wat verwacht wordt van het onderwijsaanbod van scholen, en wat iedere leerling in het po en in de onderbouw in het vo moet kennen, kunnen en hebben ervaren. De kerndoelen gelden eveneens voor alle leerlingen in het (v)so met het uitstroomprofiel vervolgonderwijs.

Daarnaast zijn kerndoelen opgebouwd volgens een vaste structuur en zo ontwikkeld dat scholen ruimte behouden voor een eigen schoolvisie en eigen keuzes voor accenten op basis van de leerlingenpopulatie of identiteit.

Een ambitieus en betekenisvol curriculum

De totale set kerndoelen voor het funderend onderwijs heeft twee belangrijke kenmerken:

Een ambitieus curriculum

Een ambitieus curriculum legt de basis voor rijk onderwijs voor alle leerlingen en vergroot gelijke kansen voor leerlingen. Dat krijgt vorm door naast aanbodsdoelen ook beheersings- en ervaringsdoelen te formuleren en de doorlopende leerlijnen te verbeteren. De lat ligt hoog, zonder verschillen tussen leerlingen uit het oog te verliezen.

Een betekenisvol curriculum

Betekenisvol onderwijs betekent dat het onderwijs een brede opdracht heeft. De totale set kerndoelen weerspiegelt dat het aanbod gericht is op kwalificatie, socialisatie en persoonsvorming. Geactualiseerde kerndoelen bestaan uit kennis, vaardigheden en houdingen. Kennis over jezelf, de ander en de wereld. Deze kennis is cruciaal voor het verwerven van vaardigheden. Kennis en vaardigheden zijn in de kerndoelen zoveel mogelijk in samenhang beschreven, zodat het onderwijs betekenisvol kan worden aangeboden aan leerlingen.

De conceptkerndoelen zijn per leergebied voor twee sectoren ontwikkeld: een brede set voor het primair onderwijs (inclusief speciaal onderwijs) en een set voor de onderbouw voortgezet onderwijs (inclusief voortgezet speciaal onderwijs). Waar nodig heeft het kerndoelenteam een specificatie voor leerjaar 3 havo-vwo ontwikkeld. De voorstellen bevatten een zogenoemde doelzin en de uitwerking daarvan ('het gaat hierbij om'). Tot slot eindigt ieder kerndoel met

'te denken valt aan'. Dit is een illustratie hoe het kerndoel uitgewerkt kan worden in het schoolcurriculum, maar wordt niet vastgelegd in de wet.

We onderscheiden vier soorten kerndoelen:

- aanbodsdoelen, die beschrijven wat er van scholen wordt verwacht;
- beheersingsdoelen, die beschrijven wat leerlingen moeten kennen en kunnen;
- ervaringsdoelen, die beschrijven welke inspanning we van leerlingen verwachten;
- hybride doelen, die een combinatie zijn van beheersings- en ervaringsdoelen.

Samenhang met andere leergebieden

Eerder leverde SLO de conceptkerndoelen op voor de leergebieden Nederlands, rekenen en wiskunde, burgerschap en digitale geletterdheid. Vanwege het versterken van de basisvaardigheden kreeg SLO de opdracht om prioriteit te geven aan die leergebieden. Toch mag je deze leergebieden niet los zien van de vijf andere leergebieden. De kennis en vaardigheden van Nederlands, rekenen en wiskunde, burgerschap en digitale geletterdheid, krijgen betekenis bij mens en natuur, mens en maatschappij, kunst en cultuur, bewegen en sport en moderne vreemde talen, en andersom. Door de betekenisvolle en kennisrijke teksten bij mens en maatschappij werkt een leerling ook aan zijn leesvaardigheid. Hetzelfde geldt voor mens en natuur. Aan burgerschap wordt gewerkt binnen alle andere leergebieden. Zo geldt voor ieder leergebied dat – met de juiste manier waarop de leraar ervoor zorgt dat de leerling leert – afzonderlijke leergebieden elkaar versterken.

Kerndoelen ook voor het (voortgezet) speciaal onderwijs

Voor leerlingen die zeer moeilijk leren of meervoudig beperkt zijn en uitstromen naar dagbesteding of arbeidsmarkt ontwikkelt SLO functionele kerndoelen. Deze functionele kerndoelen zijn gericht op zelfredzaamheid, praktische toepassing en een passende plek in de maatschappij.

Hoe nu verder?

Deze oplevering is tegelijkertijd het startpunt voor de volgende fase. Daarin worden de conceptkerndoelen beproefd op de verwachte bruikbaarheid in de onderwijspraktijk. Met de opgehaalde feedback worden de conceptkerndoelen verder aangescherpt. Daarnaast heeft de Tweede Kamer gedebatteerd over het curriculum. Politieke besluitvorming naar aanleiding van dit debat kan ook invloed hebben op de definitieve kerndoelen die SLO voornemens is voor het einde van 2025 op te leveren.

We verwachten de aangescherpte kerndoelen voor mens en natuur, mens en maatschappij, kunst en cultuur, bewegen en sport en moderne vreemde talen in 2025 op te leveren. Daarna start het ministerie van OCW het wetgevingstraject. Het ministerie besluit op welke manier en wanneer de kerndoelen landelijk worden ingevoerd.

De vertaling naar onderwijsaanbod

De implementatie van de kerndoelen zal aandacht vragen van scholen. Het kan bijvoorbeeld nodig zijn om leraren extra scholing te geven. Scholen hebben ook goede leerlijnen en ondersteunende materialen nodig. SLO gaat na de fase van beproeven aan de slag met deze leerlijnen. Deze worden niet wettelijk vastgelegd, maar bieden wel ondersteuning bij de vertaling en uitwerking van het landelijk curriculum naar alle niveaus van het funderend onderwijs. Dit is niet alleen belangrijk voor leraren en schoolleiders, maar ook voor educatieve uitgeverijen, toetsontwikkelaars en andere onderwijsprofessionals.

Leeswijzer

Om de inhoud, formulering en gedachtegang achter de conceptkerndoelen goed te kunnen interpreteren, is het raadzaam om de inhoud van deze publicatie te lezen in de volgorde waarin het is ontwikkeld. Allereerst heeft het kerndoelenteam een visie op het leergebied geformuleerd. Deze is verwoord in de karakteristiek. Vervolgens wordt een geordend overzicht gegeven van alle domeinen en de inhoud van de kerndoelen. Daarna volgen alle conceptkerndoelen in een vaste volgorde.

Gebruikte terminologie

In de conceptkerndoelen worden begrippen en termen gebruikt die wellicht niet voor iedereen even herkenbaar zijn. Het zijn vakspecifieke begrippen, die bekend zijn in het leergebied en voorkomen in de landelijke kennisbases van de lerarenopleidingen. De inhoud en formuleringen sluiten eveneens aan bij internationale ontwikkelingen en benamingen. Voor de doorlopende leerlijn worden in het po, de vo onderbouw en de vo bovenbouw dezelfde begrippen gehanteerd. Dit kan ertoe leiden dat in de conceptkerndoelen termen worden geïntroduceerd die minder bekend zijn. Daarom zijn alle in de kerndoelen gebruikte begrippen opgenomen in een [begrippenlijst](#).

Status

De conceptkerndoelen hebben geen formele status en worden in de fase van beproeven in de onderwijspraktijk getoetst op bruikbaarheid. Daarna worden de ze nog bijgesteld. Alles in deze publicatie blijft 'concept' totdat formele besluitvorming heeft plaatsgevonden en de kerndoelen zijn opgenomen in wet- en regelgeving en gepubliceerd.

Kijktips

Voor een helder begrip van het proces en de kern van het leergebied bewegen en sport, kun je drie interessante video's bekijken.

- Jeroen Bron, programmamanager Kennisdeling & Ondersteuning SLO, legt uit wat de basis is van elk leergebied en wat nodig is om kerndoelen te formuleren. Bekijk [hier](#) het filmpje of scan de QR-code.
- Vervolgens neemt Jeroen Bron je mee in hoe de conceptkerndoelen zijn opgebouwd. Bekijk [hier](#) het filmpje of scan de QR-code.
- Jacob Nienhuis, curriculumexpert bewegen en sport SLO, geeft een korte inleiding op de kern van het leergebied bewegen en sport en de conceptkerndoelen. Bekijk [hier](#) het filmpje of scan de QR-code.



Meer informatie?

Wil je meer weten over de kerndoelen en hoe ze geactualiseerd zijn? Ga dan naar www.actualisatiekerndoelen.nl. De conceptkerndoelen van de vijf leergebieden zijn ook te vinden op www.opendata.slo.nl.

In september 2024 zijn de definitieve conceptkerndoelen Nederlands en rekenen en wiskunde opgeleverd. Het kerndoelenboekje van die leergebieden vind je hier:



In maart 2024 zijn de conceptkerndoelen burgerschap en digitale geletterdheid opgeleverd. Momenteel worden deze conceptkerndoelen beproefd in de onderwijspraktijk. We leveren de definitieve conceptkerndoelen in 2025 op. Het kerndoelenboekje van die leergebieden vind je hier:



Karakteristiek Bewegen en sport

Kenmerken van het leergebied Bewegen en sport

Het leergebied bewegen en sport is erop gericht dat leerlingen zich oriënteren op uiteenlopende beweeg- en sportculturen en daartoe relevante vaardigheden, houdingen en kennis verwerven. Het onderwijs draagt bij aan een blijvende, perspectiefrijke, zelfstandige en verantwoorde deelname van leerlingen aan bewegen en sport. Leerlingen worden beweegvaardig binnen een breed scala beweegactiviteiten en doen kennis en inzichten op over bewegen en de uiteenlopende contexten waarin beweegactiviteiten plaatsvinden. Ze onderzoeken wat bewegen voor hen betekent. Ze regelen het bewegen, handelen respectvol en nemen verantwoordelijkheid voor elkaar tijdens het samen bewegen. Leerlingen hebben uiteenlopende achtergronden en mogelijkheden op het gebied van bewegen en sport. De school biedt alle leerlingen de gelegenheid om binnen hun mogelijkheden deel te nemen aan bewegen en succeservaringen op te doen. De school zorgt voor een bewegrijke omgeving en stimuleert gezond beweeggedrag.

Het uitgangspunt van het onderwijs in bewegen en sport is dat leerlingen hun bewegingsrepertoire uitbreiden door deel te nemen aan beweegactiviteiten binnen uiteenlopende beweegthema's. Beter leren bewegen vraagt van leerlingen dat ze de uitdaging aangaan die het deelnemen aan bewegen is en dat ze daarin verschillende leerfasen doorlopen. Daarbij stemmen leerlingen beweegactiviteiten af op hun eigen mogelijkheden en ontwikkelen daarmee eigenaarschap in het leren bewegen.

Deelnemen aan beweegactiviteiten stelt leerlingen ook de vraag hoe je met elkaar omgaat en welke verantwoordelijkheid je daarin hebt. Leerlingen zijn tijdens het bewegen met elkaar in interactie, ontwikkelen sociale vaardigheden en werken samen. Daarnaast regelen ze gezamenlijk beweegactiviteiten met het oog op zelfstandige deelname aan bewegen en sport. Leerlingen worden bewuster van de waarden en normen rondom bewegen en sporten in verschillende contexten en hoe daarin te handelen.

Leerlingen onderzoeken welke betekenis bewegen voor hen heeft, en hoe ze zich daarin verhouden tot anderen en tot uiteenlopende beweeg- en sportculturen. Ze ontwikkelen inzicht in verschillende contexten waarin beweegactiviteiten plaatsvinden en stemmen hun manier van bewegen en handelen daarop af. Ze onderzoeken wat bewegen voor hen betekent, wat bij hen past en welke rol de ander daarin speelt. Ze denken na over hoe ze willen bewegen.

Samenhang binnen Bewegen en sport

Leren deelnemen aan bewegen is een proces waarin uiteenlopende vaardigheden, houdingen en kennis in een samenhangend geheel aan bod komen. Betekenisvolle onderwijsleersituaties zijn erop gericht dat leerlingen beter leren bewegen, dat ze tijdens het bewegen verantwoord met elkaar omgaan en beweegsituaties met elkaar regelen, en dat ze ontdekken wat bewegen in verschillende contexten voor henzelf en anderen betekent.

In het po/so staat vanaf de kleuterleeftijd de ontwikkeling van een veelzijdige beweegvaardigheid centraal. De ontwikkeling van beweegvaardigheid van leerlingen gaat hand in hand met de motorische ontwikkeling. Binnen dezelfde beweegthema's kunnen leerlingen steeds complexere beweegactiviteiten uitvoeren. De kennis en het begrip van achterliggende principes neemt toe en daarmee de mogelijkheid aan steeds complexere activiteiten deel te nemen. Leerlingen worden zich steeds bewuster van hun omgeving en kunnen zichzelf daarin plaatsen. De aandacht voor hoe je met elkaar omgaat tijdens het bewegen en hoe je beweegactiviteiten met elkaar regelt, neemt toe.

In het v(s)o zijn leerlingen zich steeds meer bewust van hun sociale omgeving en wordt de relatie met leeftijdsgenoten steeds belangrijker om hun eigen positie te bepalen. Dat geldt ook voor het deelnemen aan beweegactiviteiten. Verschillen in beweegvaardigheden, beweeginteresses en beweegachtergronden komen sterker naar voren en bepalen in toenemende mate de sociale dynamiek in de klas. Het wordt steeds belangrijker dat leerlingen omgaan met deze diversiteit en wel zodanig dat elke leerling de ruimte heeft om deel te nemen en zich te ontwikkelen. De verhouding tot en de motivatie voor bewegen en sport verandert. Leerlingen geven een nieuwe invulling aan hoe ze bewegen en sporten waarderen.

In de bovenbouw van het v(s)o zijn leerlingen zich meer bewust van wie ze zijn en waar hun kwaliteiten en voorkeuren liggen. Leerlingen oriënteren zich op en verdiepen zich verder in beweegactiviteiten die aansluiten bij hun eigen beweegmotieven en de pluriforme beweeg- en sportcultuur. In de keuzevakken ontwikkelen leerlingen zich verder in het begeleiden van beweegactiviteiten voor anderen en vergroten zij hun kennis en inzichten op het gebied van gezond beweeggedrag en de maatschappelijke waarde en betekenis van bewegen en sport.

Samenhang tussen de leergebieden

In het burgerschapsonderwijs leren leerlingen zich te verhouden tot een diverse samenleving en doen ze ervaring op met het toepassen van democratische waarden. Het gaat over hoe je met elkaar samenleeft en daarbij individuele en gemeenschappelijke belangen afweegt.

Beweegsituaties waar leerlingen aan deelnemen zijn een oefenplaats voor de samenleving. Leerlingen zijn in interactie met elkaar en stemmen beweeghandelingen op elkaar af. Ze regelen het bewegen in de gymles zodanig dat alle leerlingen gelijke kansen hebben om deel te nemen en zich te ontwikkelen. Daarbij nemen ze verantwoordelijkheid voor zichzelf en de ander en handelen respectvol. Op de achtergrond spelen ervaringen van leerlingen met bewegen en sporten in andere contexten een rol, bijvoorbeeld tijdens het buitenspelen op het schoolplein of tijdens het sporten bij een sportvereniging. In al deze verschillende contexten is omgaan met diversiteit en besluitvorming belangrijk. Daarmee heeft het leergebied bewegen en sport een vanzelfsprekende verbinding met het leergebied burgerschap.

Vanuit het leergebied mens en natuur doen leerlingen kennis op over de achterliggende processen die bepalend zijn voor de werking van het lichaam, en de factoren die bepalend zijn voor gezond gedrag. Vanuit het leergebied bewegen en sport nemen leerlingen deel aan activiteiten met verschillende intensiteit en ervaren wat inspanning met het lichaam doet. Ze herkennen eigen fysieke en mentale uitdagingen in het deelnemen aan bewegen en sport. Ze ervaren hoe bewegen en sporten het gevoel van welbevinden kan vergroten. Ze worden zich meer bewust van hoe bewegen kan bijdragen aan gezondheid en stemmen hun handelen daarop af. Gezamenlijk dragen beide leergebieden bij aan inzicht in gezond (beweeg)gedrag, zowel door de kennis van achterliggende factoren en processen (mens en natuur) als door ervaringen en handelingsperspectieven (bewegen en sport).

Kerdoelen

Overzicht domeinen en kerndoelen Bewegen en sport

Domein	Kerdoel po/so	Kerdoel onderbouw v(s)o
Leren bewegen	1. Deelnemen aan bewegen	1. Deelnemen aan bewegen
	2. Verbeteren beweegvaardigheid	2. Verbeteren beweegvaardigheid
	3. Beweegactiviteit passend maken	3. Beweegactiviteit passend maken
Samen bewegen	4. Bewegen met anderen	4. Bewegen met anderen
	5. Bewegen regelen	5. Bewegen regelen
Betrokken bewegen	6. Oriënteren op beweegen sportculturen	6. Oriënteren op beweegen sportculturen
	7. Beweegidentiteit ontwikkelen	7. Beweegidentiteit ontwikkelen

In het eerste domein ligt de focus op leren bewegen vanuit drie invalshoeken: deelnemen aan bewegen (kerndoel 1), verbeteren beweegvaardigheid (kerndoel 2) en passend maken van de beweegactiviteit (kerndoel 3).

Het tweede domein samen bewegen bevat twee kerndoelen. In dit domein ligt de focus op samen bewegen vanuit een houdingsaspect (kerndoel 4) en een handelingsaspect (kerndoel 5).

In het derde domein betrokken bewegen worden leerlingen uitgenodigd hun verhouding tot bewegen te onderzoeken vanuit het perspectief van de oriëntatie op beweeg- en sportculturen (kerndoel 6) en van identiteitsontwikkeling (kerndoel 7).

De opsomming in een raamwerk kan de suggestie wekken dat deze domeinen afzonderlijke leerinhouden vertegenwoordigen die in het onderwijs op aparte momenten aan bod komen. In werkelijkheid komen de inhouden uit deze domeinen in het onderwijs in samenhang aan bod. Het uitgangspunt is dat er een beweegactiviteit is waar leerlingen aan deelnemen. Ze proberen hun beweegvaardigheid te verbeteren en stemmen de beweegactiviteit af op hun mogelijkheden. Tegelijkertijd zijn leerlingen met elkaar in interactie en regelen ze met elkaar het bewegen. Ten slotte verbreden ze hun beweeghorizon en onderzoeken ze wat bewegen voor hen betekent. De doelen zijn voor het po en de onderbouw vo hetzelfde. De uitwerking in de praktijk is telkens anders. Deels

heeft dat te maken met de motorische, sociale, emotionele en cognitieve ontwikkeling van kinderen in het algemeen. Maar minstens zo belangrijk zijn de grote onderlinge verschillen tussen leerlingen als het gaat om deelnamebekwaamheid aan bewegen en sport. De leraar weegt elke les af op welke doelen de focus ligt, in welke mate en in combinatie met welke andere doelen. Het zijn als het ware schuifjes van het 'mengpaneel voor meervoudige deelnamebekwaamheid aan bewegen', die – afhankelijk van de situatie, de achtergrond van de leerlingen, de groepsdynamiek, enzovoorts – meer of minder worden opengezet.

Domein Leren bewegen

Kerdoel 1 Deelnemen aan bewegen

Doelzin po/so:	Doelzin onderbouw v(s)o:
De leerling neemt deel aan beweegactiviteiten in uiteenlopende beweegthema's.	De leerling neemt deel aan beweegactiviteiten in uiteenlopende beweegthema's.
Het gaat hierbij om:	Het gaat hierbij om:
<ul style="list-style-type: none"> • balanceren, bewegen in en op het water, bewegen op muziek, doelspelen, draaien, fitness, hardlopen, jongleren, klimmen, springen, stoeien en treffen, terugslagspelen, tikspelen, wegspele en mikken, zwaaien. 	<ul style="list-style-type: none"> • balanceren, bewegen in en op het water, bewegen op muziek, doelspelen, draaien, fitness, hardlopen, jongleren, klimmen, springen, stoeien en treffen, terugslagspelen, tikspelen, wegspele en mikken, zwaaien.
Te denken valt aan:	Te denken valt aan:
<ul style="list-style-type: none"> • in een les in aanraking komen met verschillende beweegactiviteiten zoals een overlooptikspel, stoeispiel, klim- en klauterbaan en dribbelcircuit; • binnen het thema fitness in aanraking komen met een bewegingsbaan of een oefencircuit; • vormen van draaien combineren met springen of zwaaien, zoals het rollen op een verhoogd vlak na een sprong in de minitrampoline en het voorover duikelen aan een zwaaiende trapeze; • binnen het thema bewegen in en op het water in aanraking komen met vormen van suppen, kanoën, snorkelen of survival-zwemmen; • door vormen van ritmisch bewegen, dansspelletjes en verschillende dansmotieven in aanraking komen met de diversiteit van bewegen op muziek. 	<ul style="list-style-type: none"> • in een beweegparcours in aanraking komen met verschillende beweegactiviteiten zoals steunspringen, touwzwaaien, klimmen en muursalto; • binnen het thema fitness in aanraking komen met vormen van crossfit, kracht- en conditiecircuit of ontspanningsoefeningen; • in een lessenreeks in aanraking komen met verschillende vormen van doelspelen zoals voetbal, hockey en ultimate frisbee; • binnen het thema terugslagspelen vormen van spikeball, padel, pickle bal of street racket eigen maken; • binnen het thema balanceren in aanraking komen met vormen van longboarden, skaten, mountainbiken, steppen, BMX'en, wielrennen of skateboarden.

Kerdoel 2 Verbeteren beweegvaardigheid

Doelzin po/so:	Doelzin onderbouw v(s)o:
De leerling verbetert de beweegvaardigheid.	De leerling verbetert de beweegvaardigheid.
Het gaat hierbij om:	Het gaat hierbij om:
<ul style="list-style-type: none"> • aangaan van beweeguitdagingen; • blijven zoeken naar oplossingen wanneer het bewegen niet direct en stabiel lukt; • controle blijven houden wanneer het bewegen stabiel wordt; • experimenteren met een complexere beweegactiviteit; • tonen van inzicht in bedoeling en uitvoering van beweegactiviteiten. 	<ul style="list-style-type: none"> • aangaan van beweeguitdagingen; • blijven zoeken naar oplossingen wanneer het bewegen niet direct en stabiel lukt; • controle blijven houden wanneer het bewegen stabiel wordt; • experimenteren met een complexere beweegactiviteit • tonen van inzicht in bedoeling en uitvoering van beweegactiviteiten.
Te denken valt aan:	Te denken valt aan:
<ul style="list-style-type: none"> • leerlingen krijgen een voorbeeld van een duikelvorm aan de rekstok en starten hiermee; • leerlingen oefenen langere tijd op één mikafstand voordat de beweegsituatie makkelijker of moeilijker wordt gemaakt; • leerlingen proberen herhaald een balanceeractiviteit uit om de combinatie van het opstappen, verplaatsen en afstappen te verbeteren; • leerlingen experimenteren met verschillende basketbaltrucs; • leerlingen kiezen positie om aangespeeld te kunnen worden of om een scoringskans te creëren. 	<ul style="list-style-type: none"> • leerlingen krijgen een kijkwijzer over jongleren en starten met de eerste stap; • leerlingen oefenen met verschillende starthoogtes bij het steunzwaaien aan de trapeze; • leerlingen voeren een dansmotief herhaald uit om goed getimed een choreografie uit te voeren; • leerlingen experimenteren met verschillende uitvoeringswijzen bij freerunnen; • leerlingen geven bij een cricketspel tactische aanwijzingen aan een teamgenoot over mogelijke loopacties.

Kerdoel 3 Beweegactiviteit passend maken

Doelzin po/so:	Doelzin onderbouw v(s)o:
De leerling stemt beweegactiviteiten af op de eigen mogelijkheden.	De leerling stemt beweegactiviteiten af op de eigen mogelijkheden.
Het gaat hierbij om:	Het gaat hierbij om:
<ul style="list-style-type: none"> • inschatten van de eigen mogelijkheden in relatie tot de complexiteit van de beweegactiviteit; • meebeslissen over de inrichting van de beweegactiviteit; • kiezen voor gepaste complexiteit van de opdracht binnen de beweegactiviteit; • aanpassen van de beweegactiviteit met betrekking tot ruimte, materiaal, regels en leerhulp. 	<ul style="list-style-type: none"> • inschatten van de eigen mogelijkheden in relatie tot de complexiteit van de beweegactiviteit; • meebeslissen over de inrichting van de beweegactiviteit; • kiezen voor gepaste complexiteit van de opdracht binnen de beweegactiviteit; • aanpassen van de beweegactiviteit met betrekking tot ruimte, materiaal, regels en leerhulp.
Te denken valt aan:	Te denken valt aan:
<ul style="list-style-type: none"> • de leerling probeert een van de balanceersituaties uit op basis van een inschatting van het eigen niveau; • de tikker past de grootte van het tikgebied aan aan het niveau van de lopers; • de leerling bepaalt bij freerunnen op welke wijze het object wordt gepasseerd; • de leerling kiest bij een trefbalvorm voor wel of niet afwerpen; • de leerling kiest bij touwzwaaien vanaf welke hoogte wordt vertrokken. 	<ul style="list-style-type: none"> • de leerling probeert op basis van een eigen inschatting bij een duurloop een bepaalde tijd te halen; • leerlingen bepalen samen de spelaanpassingen zoals veldgrootte, aantal spelers of materiaal; • de leerling beslist mee over het bepalen van de mate van vanghulp bij de wendsprong; • de leerling stemt de afstand van het mikdoel af op basis van de vooraf voorspelde en de werkelijke score; • de leerling kiest of hij of zij de bal bij een softbalspel inbrengt vanaf een statief, toss of pitch.

Domein Samen bewegen

Kerdoel 4 Bewegen met anderen

Doelzin po/so:	Doelzin onderbouw v(s)o:
De leerling neemt verantwoordelijkheid voor het samen deelnemen aan bewegen.	De leerling neemt verantwoordelijkheid voor het samen deelnemen aan bewegen.
Het gaat hierbij om:	Het gaat hierbij om:
<ul style="list-style-type: none"> • bijdragen aan een sociaal veilige leeromgeving; • constructief bijdragen aan sociale interacties in een klas, groep of team; • omgaan met mogelijkheden, gedrag, opvattingen en beleving van de ander; • afstemmen van het eigen handelen op verschillende regels en uitvoeringswijzen; • accepteren van regels en uitkomsten. 	<ul style="list-style-type: none"> • bijdragen aan een sociaal veilige leeromgeving; • constructief bijdragen aan sociale interacties in een klas, groep of team; • omgaan met mogelijkheden, gedrag, opvattingen en beleving van de ander; • afstemmen van het eigen handelen op verschillende regels en uitvoeringswijzen; • accepteren van regels en uitkomsten.
Te denken valt aan:	Te denken valt aan:
<ul style="list-style-type: none"> • leerlingen betrekken het hele groepje bij acrogym; • leerlingen motiveren elkaar tijdens de uitvoering van een kracht- en conditiecircuit; • leerlingen accepteren dat de ene leerling de bal mag vasthouden en de andere de bal direct doorspeelt; • wanneer een conflict ontstaat komen leerlingen er samen uit, met eventueel hulp van de leerkracht; • leerlingen accepteren deelname aan een groepje met wisselende samenstellingen. 	<ul style="list-style-type: none"> • leerlingen betrekken het hele groepje bij het voorbereiden en uitvoeren van een show; • leerlingen moedigen elkaar aan tijdens het hardlopen, ongeacht het resultaat; • leerlingen accepteren dat de ene leerling de bal mag vasthouden en de andere de bal direct doorspeelt; • wanneer een conflict ontstaat komen leerlingen er samen uit door hoor en wederhoor toe te passen en begrip te hebben voor elkaars mening; • leerlingen accepteren deelname aan een groepje met wisselende samenstellingen.

Kerdoel 5 Bewegen regelen

Doelzin po/so:	Doelzin onderbouw v(s)o:
De leerling regelt beweegactiviteiten.	De leerling regelt beweegactiviteiten.
Het gaat hierbij om:	Het gaat hierbij om:
<ul style="list-style-type: none"> • arrangeren van de beweegomgeving: op- en afbouwen, herstellen en aanpassen; • assisteren bij beweegactiviteiten: verzorgen, beveiligen en coachen; • afspreken van regels: uitleggen, controleren en afstemmen. 	<ul style="list-style-type: none"> • arrangeren van de beweegomgeving: op- en afbouwen, herstellen en aanpassen; • assisteren bij beweegactiviteiten: verzorgen, beveiligen en coachen; • afspreken van regels: uitleggen, controleren en afstemmen.
Te denken valt aan:	Te denken valt aan:
<ul style="list-style-type: none"> • de spelers zetten de pionnen weer rechtop voor het nieuwe spel; • de leerling geeft een tip om de ander te ondersteunen bij de uitvoering van het schommelen; • de leerling troost iemand die gevallen is bij het spelen op het schoolplein; • leerlingen overleggen over de spelregels bij chaosdoelenspel; • de leerling verdeelt de taken bij een jagerbalspel, waarin gekozen wordt voor een jager, een verlosser, een tijdwaarnemer en lopers. 	<ul style="list-style-type: none"> • leerlingen bouwen samen een les op met diverse beweegthema's aan de hand van een organisatietekening; • leerlingen beveiligen steeds complexere activiteiten zoals de overslag of de arabier; • een ouderejaars leerling fungeert als scheidsrechter tijdens de sportdag van de brugklas; • leerlingen geven in kleine groepen les aan elkaar, waarbij ze meerdere regeltaken vervullen; • leerlingen overleggen samen voorafgaand en tijdens een handbalspel over een strategie bij een aanval.

Domein Betrokken bewegen

Kerdoel 6 Oriënteren op beweeg- en sportculturen

Doelzin po/so:	Doelzin onderbouw v(s)o:
De leerling toont begrip van beweeg- en sportculturen en stemt het handelen daarop af.	De leerling toont begrip van beweeg- en sportculturen en stemt het handelen daarop af.
Het gaat hierbij om:	Het gaat hierbij om:
<ul style="list-style-type: none"> • oriënteren op beweeg- en sportculturen; • onderscheiden van verschillende contexten: deelnemers, locaties, organisatievormen; • onderscheiden van verschillende motieven en doelen die mensen hebben bij deelname aan beweegactiviteiten; • inzicht tonen in hoe bewegen kan bijdragen aan gezondheid en welbevinden; • spelen, bewegen en handelen op een manier die passend is bij de context. 	<ul style="list-style-type: none"> • oriënteren op beweeg- en sportculturen; • onderscheiden van verschillende contexten: deelnemers, locaties, organisatievormen; • onderscheiden van verschillende motieven en doelen die mensen hebben bij deelname aan beweegactiviteiten; • inzicht tonen in hoe bewegen kan bijdragen aan gezondheid en welbevinden; • spelen, bewegen en handelen op een manier die passend is bij de context.
Te denken valt aan:	Te denken valt aan:
<ul style="list-style-type: none"> • leerlingen volgen een sportoriëntatieles van of bij een sportvereniging; • leerlingen benoemen welke activiteiten in hun dagelijks leven passen bij gezond beweeggedrag; • leerlingen nemen deel aan een spel van de maand op het schoolplein, om met leerlingen uit andere groepen samen te bewegen; • leerlingen maken in de gymles kennis met het thema Olympische Spelen; • leerlingen begrijpen waarom voetballen met de klas om andere spelregels vraagt dan voetballen bij de voetbalvereniging en passen hun handelen daarop aan. 	<ul style="list-style-type: none"> • leerlingen volgen een sportoriëntatieles van of bij een sportvereniging; • leerlingen bereiden zich voor op een hardloopevenement en bepalen met welk doel ze gaan meedoen; • leerlingen ervaren watersportactiviteiten tijdens een schoolkamp; • leerlingen documenteren hun eigen beweeggedrag in het dagelijks leven en onderzoeken hoe dit bijdraagt aan hun gezondheid; • leerlingen begrijpen waarom voetballen met de klas om andere spelregels vraagt dan voetballen bij de voetbalvereniging en passen hun handelen daarop aan.

Kerdoel 7 Beweegidentiteit ontwikkelen

Doelzin po/so:	Doelzin onderbouw v(s)o:
De leerling onderzoekt welke vormen van bewegen passen bij eigen voorkeuren.	De leerling onderzoekt welke vormen van bewegen passen bij eigen voorkeuren.
Het gaat hierbij om:	Het gaat hierbij om:
<ul style="list-style-type: none"> • verwoorden welke ervaringen en welke beleving bewegen oproept; • vergelijken van eigen interesses, kwaliteiten en motieven met die van de anderen; • beschrijven hoe ervaringen worden beïnvloed door de context; • reflecteren op de eigen ontwikkeling in het bewegen; • kiezen van vormen van bewegen. 	<ul style="list-style-type: none"> • verwoorden welke ervaringen en welke beleving bewegen oproept; • vergelijken van eigen interesses, kwaliteiten en motieven met die van de anderen; • beschrijven hoe ervaringen worden beïnvloed door de context; • reflecteren op de eigen ontwikkeling in het bewegen; • kiezen van vormen van bewegen.
Te denken valt aan:	Te denken valt aan:
<ul style="list-style-type: none"> • leerlingen geven aan hoe leuk ze een activiteit vinden om te doen; • leerlingen wisselen met klasgenoten uit over wat ze leuk vinden aan een activiteit en waarom; • leerlingen zien in dat ze in het ene groepje sneller de activiteit kunnen opstarten dan in het andere groepje; • leerlingen benoemen wat ze hebben gedaan tijdens gymles, wat ze daarbij voelen en hoe ze over zichzelf denken; • leerlingen kiezen tussen zo vaak mogelijk overspelen, sparren of een wedstrijd bij het badmintonnen. 	<ul style="list-style-type: none"> • leerlingen bespreken opgedane ervaringen tijdens een activiteit; • leerlingen denken na over wat hen als beweger typeert en wat hen onderscheidt van de ander; • leerlingen weten dat ze zich bij basketbal op het pleintje met vrienden anders gedragen dan bij basketbal in de les; • leerlingen documenteren in hoeverre verschillende activiteiten bij hen passen; • leerlingen kiezen individuele wedstrijden of teamuitdagingen bij het verspringen.

Conceptbegrippenlijst Bewegen en sport

De begrippenlijst is deels gebaseerd op de begrippenlijst van Curriculum.nu. Waar wordt gesproken over bouwstenen, worden de bouwstenen van het leergebied bewegen en sport van Curriculum.nu bedoeld.

Begrip	Toelichting
Actieve leefstijl	Een leefstijl waarin bewegen een belangrijke plaats inneemt.
Betekenis geven	Betekenis geven aan bewegen is een proces waarbij de leerling de ervaringen met het deelnemen aan en beleven van beweegactiviteiten betekenisvol maakt. Het omvat het opdoen van ervaringen en daarop reflecteren, het vergelijken van kwaliteiten, interesses en motieven, het verwoorden van wie je bent als beweger, wat je laat zien aan anderen en hoe anderen jou zien (zie ook beweegidentiteit). Het helpt de leerling te bepalen hoe hij of zij wil bewegen, zowel nu als in de toekomst.
Beweegactiviteit	Een activiteit waarin bewegen centraal staat.
Beweegcontext	<p>Het geheel aan factoren (wat, waar, met wie, waarom, op welke wijze) waardoor beweegactiviteiten worden bepaald en betekenis krijgen.</p> <p>Uitwerking van de factoren in de bouwsteen <i>Beweegcontexten verbinden</i> -> Een beweegcontext kan wat betreft de volgende aspecten variëren:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wat – welke beweegactiviteit staat centraal, zoals voetbal of turnen. • Waar – in welke omgeving wordt de activiteit gedaan, zoals op een sportveld, de camping, het strand. • Wie – met wie wordt de activiteit gedaan, zoals alleen, in een team, met familie. • Waarom: <ul style="list-style-type: none"> - met welk doel is de beweegactiviteit opgezet, zoals als wedstrijd of als instuif. - met welke motief doen de deelnemers mee aan de beweegactiviteit, zoals voor het plezier of de spanning. • De wijze waarop – georganiseerd, ongeorganiseerd of anders georganiseerd.

Beweeg- en sportculturen	Hiermee bedoelen we uiteenlopende, diverse, pluriforme vormen van bewegen en sport in de samenleving. Sport speelt voor veel mensen een betekenisvolle rol in hun leven. We zien sport, dat op zichzelf ook een pluriform en veranderend begrip is, als onderdeel van de beweegcultuur in zijn geheel. Naast sport zijn er diverse andere vormen van bewegen, bijvoorbeeld alledaagse beweegactiviteiten zoals wandelen of fietsen, maar ook buitenspelen. Verwant begrip: beweeg- en sportcultuur.
Beweegidentiteit	Beweegidentiteit is hoe een persoon zich definieert, zich presenteert en gezien wordt als beweger en sporter. Het samenspel van zich definiëren (wie ben ik?), zich presenteren (wat laat ik de wereld zien?) en gezien worden (hoe ziet de wereld mij?) is een dynamisch en doorlopend proces, waarin ervaren, reflecteren en kiezen een rol spelen. Beweegidentiteit is contextafhankelijk en veranderlijk en komt tot stand in interactie met anderen.
Beweegomgeving	De ruimte, materialen, opdrachten en regels die gezamenlijk bepalend zijn voor de complexiteit van een beweegactiviteit.
Beweegmotief	Onderliggende drijfveer om als beweger deel te nemen aan een beweegsituatie.
Beweegsituatie	Het geheel van de beweegomgeving en de interactie tussen bewegers onderling en andere betrokkenen bij het uitvoeren van een beweegactiviteit.
Beweegthema	Een cluster van beweegactiviteiten met een gelijksoortige beweeguitdaging. Een beweegthema heeft een herkenbare titel/verzamelnaam: balanceren, klimmen, wegspele en mikken, doelspele. In kerndoel 1 gebruiken we beweegthema's om de bandbreedte van het leergebied bewegen en sport te beschrijven. Deze beweegthema's zijn grotendeels gebaseerd op de bouwsteen Leren bewegen van Curriculum.nu en liggen qua abstractieniveau in tussen de leerlijnen en de bewegingsthema's in de huidige basisdocumenten bewegingsonderwijs voor het po en de onderbouw vo.
Beweeguitdaging	Een beweeguitdaging beschrijft het overeenkomstige doel van verwante of

	<p>vergelijkbare beweegactiviteiten binnen een beweegthema. Zo is de beweeguitdaging van het beweegthema 'jongleren': het wegspelen van een speelvoorwerp zodat dit gevangen kan worden of in beweging blijft. Subthema's die hieronder vallen zijn: werpen en vangen (bijv. overgooien van een bal), soleren (bijv. dribbelen, stuiteren, hooghouden), retourneren (bijv. overspelen van een shuttle of een voetbal).</p>
Beweegvaardigheid	<p>De mate waarin iemand in staat is als bewegende deel te nemen aan een beweegactiviteit. Beweegvaardigheid verwijst naar de begrippen 'deelname bekwaam', 'beweeg bekwaam' en 'beweegcompetent'. Deze begrippen worden in de vakwereld veel (en door elkaar) gebruikt, maar zijn daarbuiten minder bekend. We hanteren het begrip beweegvaardigheid in de conceptkarakteristiek omdat we daarmee duidelijk kunnen maken dat het begrip vaardigheid in het leergebied bewegen en sport een specifieke betekenis heeft. Beweegvaardigheid is een centraal begrip als het gaat om het beschrijven hoe leerlingen leren beter te bewegen. Eerste voorwaarde om te leren en om beweegvaardigheid te verbeteren is het deelnemen aan een beweegactiviteit. In de activiteit staat het aangaan van een beweeguitdaging (of meer beweeguitdagingen) centraal. In het leerproces zijn verschillende leerfasen te onderscheiden (zie kerndoel 2). Dat vraagt een inspanning van de leerling. Daarin wordt de leerling begeleid door de leraar en leert hij of zij ook van (de interactie met) medeleerlingen. De beweegsituatie als geheel is van belang voor het leren van de leerling en dus voor het vergroten van de beweegvaardigheid. Met deze invulling benadrukken we dat beter leren bewegen een onderwijsleeractiviteit is. Er is een leerling die een inspanning levert om zich te verbeteren en er is een leraar die de leerling onderwijst en begeleidt.</p>
Burgerschap	<p>Het vermogen om maatschappelijk en democratisch te functioneren en gezamenlijk de diverse samenleving vorm te geven.</p>
Gezonde leefstijl	<p>Een leefstijl waarin aandacht voor gezondheid een belangrijke plaats inneemt.</p>

Gezondheid	Het vermogen zich aan te passen en een eigen regie te voeren in het licht van de fysieke, emotionele en sociale uitdagingen van het leven.
Reflecteren	Bewust, aandachtig en gestructureerd nadenken over iets en met een bepaald doel. Het kan gaan over een werk- of leerproces, bijvoorbeeld bepalen of beargumenteren wanneer een taak af is, of evalueren in hoeverre het resultaat is bereikt. Het kan ook gaan over loopbaanvaardigheden en dan heeft reflectie betrekking op onder andere eigen interesses, motieven, kwaliteiten en ambities.
Regelthema	Een cluster van regeltaken met eenzelfde soort reguleringsuitdaging. Bij het regelthema arrangeren horen bijvoorbeeld de regeltaken op- en afbouwen, herstellen en aanpassen.
Rijke leeromgeving	Een inspirerende en diverse leeromgeving die aansluit bij de ontwikkeling, mogelijkheden en achtergrond van de leerlingen en deze ook verbreedt en verdiept.
Welbevinden	De mate waarin iemand zich lichamelijk, geestelijk en sociaal goed voelt. Het gaat over lekker in je vel zitten, maar ook over lichamelijk gezond zijn, je tevreden voelen. Bewegen en sporten kunnen direct en indirect een bijdrage leveren aan het vergroten van het welbevinden.

Bijlage 1

Begrippenlijst met beschrijving van de beweegthema's uit conceptkerndoel 1

Begrip	Toelichting
Balanceren	Handhaven van evenwicht en herstellen van evenwichtsverstoringen op een steunvlak. Hieronder valt ook het subthema 'glijden en rijden' met de betekenis: vaart maken op een rijmiddel/glijvlak om in balans vaart te houden.
Bewegen in en op het water	Drijven en verplaatsen in het water. Dit beweegthema beslaat een grote diversiteit aan beweegactiviteiten in en op het water. Bijvoorbeeld zwemmen, kanoën, roeien, surfen, suppen en zeilen.
Bewegen op muziek	Het uitvoeren van bewegingspatronen op muziek, waarbij het tempo, ritme en de timing van bewegen passen bij de muziek.
Doelspelen	Met een speelvoorwerp een tegenstander passeren om dichterbij het doel te komen, of in de positie komen een doel te raken terwijl de tegenspeler probeert het speelvoorwerp te onderscheppen en/of het doel te verdedigen. Ook wel: passeren en onderscheppen.
Draaien	Het inzetten van rotatie om breedte- en/of lengteas en tijdig deze rotatie weer afremmen.
Fitness	Het uitvoeren van (een serie) bewegingen met variatie in intensiteit om inspanning of ontspanning te ervaren. Deze omschrijving wijkt af van de meer algemene betekenis van fitness, namelijk bewegen met als doel de fitheid te verbeteren. Dat kan op verschillende vlakken, bijvoorbeeld uithoudingsvermogen, coördinatie, mobiliteit of kracht. In het kader van het onderwijs in bewegen en sport beperken we ons tot het aanbieden van fitness-achtige activiteiten om hiermee kennis te maken en te ervaren wat dit met het lichaam doet. Het ligt buiten het bereik van het leergebied om fitness daadwerkelijk in te zetten om de fitheid van leerlingen te verbeteren.

Hardlopen	Lopen om zo snel mogelijk ergens te komen of in een bepaald tempo vol te kunnen houden.
Jongleren	Wegspelen van een speelvoorwerp zodat dit gevangen kan worden of in beweging blijft. Hieronder vallen de subthema's werpen en vangen (bijvoorbeeld met een softbal overgooien), soleren (bijvoorbeeld trucjes doen met een basketbal), retourneren (bijvoorbeeld bij badminton een shuttle overspelen). Deze betekenis van jongleren is dus veel breder dan alleen het jongleren met balletjes als circusactiviteit.
Klimmen	Het gebruiken van steun- en hangpunten om je te kunnen verplaatsten over klim- en klautervlakken.
Springen	Afzetten om in de lucht te zweven, al dan niet met handenplaatsing op een steunvlak, met een gecontroleerde landing, al dan niet herhaald (gymnastisch springen). Afzetten om een zo groot mogelijke afstand of hoogte te overbruggen (atletisch springen).
Stoeien en treffen	Stoeien: door duwen/trekken/kantelen/werpen een medespeler uit balans brengen, terwijl deze probeert de balansverstoringen te voorkomen. Treffen: elkaar willen raken met of zonder speelvoorwerp en tegelijkertijd het raken door de ander proberen te voorkomen.
Terugslagspelen	Wegspelen van een speelvoorwerp binnen het speelveld, zodat de ander deze niet kan terugspelen. Ook wel genoemd: over en weer inplaatsen.
Tikspelen	Iemand willen uittikken of afgooien met een speelvoorwerp, terwijl de ander dit probeert te voorkomen. Ook wel genoemd: inblijven en uitmaken. Hieronder vallen de subthema's tikspelen, afgooispelen en honkloopspelen.
Wegspelen en mikken	Wegspelen van een speelvoorwerp om dit zo ver weg mogelijk te krijgen of om dit in of tegen een mikdoel te krijgen. Wegspelen en mikken horen in deze ordening bij elkaar omdat de beweeguitdaging van beide thema's dicht bij elkaar ligt: zo ver mogelijk wegspelen of gericht naar een mikdoel spelen. In de praktijk kan de uitwerking zowel passen bij het beweegdomein atletiek (werpen, stoten en slingeren) als bij spel (mikspelen, doelspelen).

Zwaaien

Schommelend, hangend of steunend zwaaien aan of op een toestel.



Als landelijk expertisecentrum richt SLO zich op de ontwikkeling van het curriculum in het primair, speciaal en voortgezet onderwijs in Nederland. We werken met het onderwijsveld aan de doelen, kaders en instrumenten waarmee scholen hun opdracht vanuit een eigen visie kunnen vervullen.

We brengen praktijk, beleid, maatschappelijke ontwikkelingen en onderzoek samen en stellen onze expertise beschikbaar aan onderwijs en overheid, bijvoorbeeld in de vorm van leerplannen, tools, voorbeeldlesmaterialen, conferenties en rapporten.