

Sportdossier Onderbouw havo-vwo

Werkboek

Lichamelijke Opvoeding

Sportdossier Basisvorming

Werkboek

Lichamelijke Opvoeding Dic Houthoff (SLO)
Chris Mooij (SLO)
Ger van Mossel (SLO)
Ralf Sliedrecht (OSG Northgo, APS)

Verantwoording

© 2000 Stichting leerplanontwikkeling (SLO), Enschede

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of enige andere manier zonder voorafgaande toestemming van de uitgever.

Auteurs: Dic Houthoff (SLO), Chris Mooij (SLO), Ger van Mossel (SLO), Ralf Sliedrecht (OSG Northo, APS)

Productie: Marian Bijkerk

In samenwerking met: Arnica Jacobs (Het Vlietland college)
Daniëlle Passchier (OSG Echnaton)
Berend Brouwer (SLO)

Besteladres

SLO, kennisspecialisten

Afdeling Verkoop

Postbus 2041, 7500 CA Enschede

Telefoon (053) 4840 305

ISBN: 0000000

Inhoud

Inleiding	7
1. Sport en LO op de basisschool	9
2. Fair Playcode	11
3. Sport-tijdmeter klas 1	13
4. Mijn sportgedrag	15
5. LO vragenlijst klas 1	17
6. Naschoolse sport klas 1	19
7. Sportmarkt	21
8. Sporttest	23
9. LO-vragenlijst klas 2	25
10. Sport-tijdmeter klas 3	27
11. Mijn sportmotivatie	29
12. LO-vragenlijst klas 3	33
13. Naschoolse sport klas 3	35
14. Instroomenquête	37

Inleiding

Waarom dit werkboek?

Niemand doet zomaar aan sport. Iedereen kiest verschillend. De ÚÚn kiest omdat zijn vriendje op die sport zit, de ander kiest voor een sport omdat hij er goed in is. De ÚÚn doet ÚÚn sport zijn leven lang, de ander doet ieder jaar steeds een andere sport. Met dit werkboek krijg jij een beeld van je sportgedrag. De opdrachten worden verdeeld over klas 1, 2 en 3. Misschien verander jij in de loop van de tijd wel van sport. Je kunt je docent altijd om advies vragen.

Wat ga je leren?

Jij à.

- kijkt terug op je sportgedrag op de basisschool.
- krijgt zicht op je sportgedrag in de basisvorming.
- vergelijkt je sportgedrag met die van klasgenoten.
- wordt ge'informeerd uit diverse sportmogelijkheden in de nabije omgeving.
- leert te kiezen uit diverse sportmogelijkheden.
- geeft de school adviezen en tips over de lessen lo en het naschoolse sportaanbod.

Wat moet je daarvoor doen?

Van je docent krijg je te horen wanneer jij welke opdrachten moet maken. Vaak zal dit tijdens de les LO zijn, soms krijg je het als huiswerk. Het werkboek blijft in het bezit van je docent LO en gaat in het volgende jaar mee naar de nieuwe klas. Het werkboek gaat drie jaar mee. Houd het werkboek netjes. Bij een sportkeuzeprogramma, bijvoorbeeld in de examenklas, kan je de opdrachten opnieuw gebruiken.

Hoe word je beoordeeld?

Voor een aantal opdrachten krijg je een beoordeling. Je krijgt dit te horen van je docent. Ook krijg je van hem of haar te horen hoe zwaar het meetelt. Het gaat hierbij niet alleen wat jij in het werkboek opschrijft, maar ook hoe jij samenwerkt met anderen. Hoe is je inzet en omgang met andere klasgenoten? Ben jij stimulerend naar anderen? Heb jij goede idee'ën? Wat doe jij met wat jij in het werkboek hebt gezet?

Overzicht van de opdrachten van klas 1 t/m 3

	Opdracht	Waar gaat het om?	pagina
<i>K l a s 1</i>	1. Sport en LO op de basisschool	Hoe was je sportgedrag op de basisschool? Wat zijn je verwachtingen op de middelbare school?	
	2. Fair playcode	Hoe sportief speelt je klas?	
	3. Sport-tijdmeter	Hoeveel tijd besteed jij in klas 2 aan sport?	
	4. Mijn sportgedrag	Aan welke sporten doe jij en in welke vorm?	
	5. LO-vragenlijst klas 1	Wat vind jij tot nu toe van de lessen LO in klas 1?	
	6. Naschoolse sport klas 1	Hoe was je deelname aan de naschoolse sport in klas 1?	
	7. Sportmarkt	Houd een interview en maak een verslag waarin jij klasgenoten vertelt waarom je favoriete sport zo leuk is om te doen?	
	8. Sporttest	Welke sporten vind jij leuk of lijken je leuk om te doen?	
	9. LO-vragenlijst klas 2	Wat vind jij tot nu toe van de lessen LO in klas 2?	
<i>K l a s 3</i>	10. Sport-tijdmeter klas 3	Hoeveel tijd besteed jij in klas 3 aan sport?	
	11. Mijn sportmotivatie	Wat spreekt je aan bij sport(en)?	
	12. LO-vragenlijst klas 3	Wat vind jij tot nu toe van de lessen LO in klas 3?	
	13. Naschoolse sport klas 3	Hoe was je deelname aan de naschoolse sport in klas 3?	
	14. InstroomenquÊte	Jij komt van een andere school/gebouw. Welke onderdelen heb jij gehad tijdens de lessen LO en vond jij ervan? Welke sporten doe jij nu en welke heb jij gedaan?	

1. Sport en LO op de basisschool

Hoe was je sportgedrag op de basisschool? Wat zijn je verwachtingen op de middelbare school?

1. Wat vond je wel en wat vond je niet leuk om te doen tijdens de gymles op de basisschool ?
Wel leuk: _____

Niet leuk: _____

2. Wat vond je makkelijk en wat vond je moeilijk om te doen in de gymles op de basisschool ?
Makkelijk: _____

Moeilijk: _____

3. Wat vond je eng tijdens de gymles op de basisschool? _____
Zo ja, leg uit waarom. _____

4. Welke sport(en) doe jij op dit moment en waar (noteer bijvoorbeeld de vereniging of sportinstelling)?

5. Welke andere sporten deed je vroeger?

6. Welke andere sporten wil je ooit nog gaan doen?

7. Welke sporten zou je graag hier op school willen doen?

8. Aan welke sporttoernooien zou je mee willen doen op deze school?

9. Als je lichamelijke klachten hebt, wil je die dan hier opschrijven, zodat je leraar hiermee rekening kan houden?

2. Fair Playcode

Hoe sportief speelt je klas?

Fair play betekent sportief spelen. We gaan met de klas afspraken maken over fair play: de fair playcode. Een fair playcode is een lijst van afspraken die een klas samen met elkaar maakt. Hierbij beslist iedere leerling mee.

Als de fair playcode is opgesteld is de belangrijkste afspraak dat alle spelers zich tijdens de lessen LO er aan houden.

Schrijf voor jezelf vijf fair play regels op voor de lessen LO:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

In overleg met de docent en de klas, komt de klas tot een fair playcode. Schrijf op de volgende pagina de fair playcode op van je klas:

Fair playcode van klas _____

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

6. _____

7. _____

8. _____

9. _____

10. _____

Datum: _____

Handtekening: _____

Naam: _____

3. Sport-tijdmeter klas 1

Hoeveel tijd besteed jij momenteel aan sport?

Neem een normale week in gedachten. Kruis per dag het aantal \otimes aan dat jij aan sport doet. E \acute{u} n \otimes telt voor 15 minuten sporten. Noteer ook de sporten. Wandelen, de hond uit laten, naar school fietsen en dergelijk zijn g \acute{u} n activiteiten die tellen als \otimes . Lessen LO tellen we apart mee.

Op school gym ik op: _____

Totaal aantal minuten: _____

maandag	o o o o o o o o	sport: _____
dinsdag	o o o o o o o o	sport: _____
woensdag	o o o o o o o o	sport: _____
donderdag	o o o o o o o o	sport: _____
vrijdag	o o o o o o o o	sport: _____
zaterdag	o o o o o o o o	sport: _____
zondag	o o o o o o o o	sport: _____

Totaal scoor ik _____ \otimes
Ik sport dus gemiddeld _____ minuten per week

Wat vind jij van de hoeveelheid dat jij aan sport doet?

Wordt ingevuld door je docent:
Jij doet *onvoldoende* - *voldoende* - *ruim voldoende* aan sport

Jij krijgt het volgende advies van de docent:

Wat vind jij van dit advies?

4. Mijn sportgedrag

Aan welke sporten doe jij, hoe vaak en in welke vorm?

1. Welke sport(en) beoefen jij nu?

2. Hoe vaak sport jij gemiddeld per week (fietsen, wandelen, sporten in vakanties en tijdens de les LO niet meegerekend)?

- zelden of nooit
 1 ó 2 keer
 3 of meer keer per

3. Sport jij in wedstrijd- of recreatiefverband of beiden?

Een wedstrijdssporter voldoet aan drie voorwaarden: sporten volgens officiële regels, sporten in officieel wedstrijdverband en sporten als lid van een sportvereniging. Wordt aan één van deze voorwaarden niet voldaan dan is hij voor de betreffende sport een recreatiesporter.

4. Wat vind jij belangrijk bij het beoefenen van sport (noem minimaal drie punten)?
Bijvoorbeeld voor de gezelligheid, goed voor je conditie, om goed/beter te worden, om te sporten in selectieteam.

5. Ben jij tevreden over je huidige sportgedrag en waarom?

6. Welke sporten wil jij graag ooit in de toekomst nog doen?

7. Welke andere sporten heb jij in het verleden beoefend?

8. Waarom ben jij met deze sporten gestopt?

9. Wie doen er thuis aan sport en aan welke sport(en)?

5. LO vragenlijst klas 1

Wat vind jij tot nu toe van de lessen LO in klas 1?

1. Welke onderdelen vond je wel leuk om te doen tijdens de lessen LO?

2. Welke onderdelen vond je niet leuk om te doen tijdens de lessen LO?

3. Welke onderdelen komen te weinig en welke te veel aan bod?

Te veel: _____

Te weinig: _____

4. Wat vind jij belangrijk in de lessen LO?

5. Wat vind je van de lessen LO in klas 1? (je mag meerdere keuzes omcirkelen):

- | | |
|---------------------------|----------------------------------|
| A. Afwisselend | B. Saai |
| C. Opbouw in moeilijkheid | D. Geen verband tussen de lessen |
| E. Leuk | F. Niet leuk |
| G. Ontspannend | H. Verplicht nummer |
| I. Voldoende veilig | J. Eng/gevaarlijk |

Hoe was/waren àà.

- | | |
|--|---------------------------------------|
| 6. àje inzet | goed - voldoende - matig -onvoldoende |
| 7. àje bewegingsvaardigheden | goed - voldoende - matig ûonvoldoende |
| 8. àje omgang met klasgenoten | goed - voldoende - matig ûonvoldoende |
| 9. àje omgang met de docent(e) | goed - voldoende - matig ûonvoldoende |
| 10. àde inzet van de <u>klas</u> ? | goed - voldoende - matig -onvoldoende |
| 11. àfair play binnen de <u>klas</u> ? | goed - voldoende - matig ûonvoldoende |

6. Naschoolse sport klas 1

Hoe was je deelname aan de naschoolse sport in het afgelopen schooljaar?

1. Heb jij dit schooljaar deelgenomen aan naschoolse sport?

vaak ù regelmatig ù soms ù zelden - nooit

2. Aan welke naschoolse sportactiviteiten heb jij dit schooljaar deelgenomen?

3. Wat vind jij van het huidige naschoolse sportaanbod (*je mag meerdere keuzes omcirkelen*)?

- | | |
|----------------------------------|----------------------------------|
| A. Leuk | B. Niet leuk |
| C. Op gunstig tijdstip | D. Op ongunstig tijdstip |
| E. Voor iedereen | F. Alleen voor de goede sporters |
| G. Niet serieus, te vrijblijvend | H. Te veel verplichte trainingen |
| I. Te laag niveau | J. Te hoog niveau |

4. Met wie ben jij naar de naschoolse sport gegaan?

5. Heb jij dit schooljaar prijzen gewonnen bij schoolsporttoernooien?

6. Heb jij ideeën voor de naschoolse sport?

7. Aan welke naschoolse sportactiviteiten ben jij van plan om volgend schooljaar mee te doen?

7. Sportmarkt

Houd een interview en maak een verslag waarin jij klasgenoten vertelt waarom je favoriete sport zo leuk is om te doen?

Opdracht

Houd een interview met iemand die veel weet over je over je favoriete sport (bijvoorbeeld je trainer of iemand uit het bestuur). Degene bij wie je het interview afneemt mag geen familie zijn. Het interview mag je met zÆn tweeÛn afnemen. Maak van te voren een afspraak voor het interview. Zet van te voren vragen op papier. Neem pen en papier mee om aantekeningen te maken.

Als je niet aan sport doet, kies je een sport uit die je leuk lijkt om te doen of die je in het verleden hebt gedaan.

Van je docent hoor je of je opdracht A of opdracht B moet uitwerken:

Opdracht A:

Werk het interview uit in een verslag.

Opdracht B (bestaat uit drie delen):

- 1 Werk het interview uit in een verslag
- 2 Voeg toe je eigen ervaringen en motieven om aan die sport te doen
- 3 Voeg extra achtergrondinformatie toe over die sport (bijvoorbeeld clubblad, folders, krantenknipsels, fotoÆs, internetsites en dergelijke).

Voorbeelden van interviewvragen

Sportvereniging of sportinstelling

- Wat is naam en adres van de sportvereniging of sportinstelling.
- Welke accommodatie heeft de sport tot zijn beschikking (velden, zalen, kantine)?
- Hoeveel leden en jeugdleden heeft de sportvereniging of sportinstelling?
- Hoeveel groepen/teams heeft de sportvereniging of sportinstelling?

Hoe kan je deze sport beoefenen?

- Hoe kan je deze sport doen (recreatief, trainen, doen van wedstrijden, demonstraties, toernooien en dergelijke)?
- Zijn er internationale wedstrijden (Olympische spelen, wereldkampioenschappen, Europese kampioenschappen)?
- Zijn er nog andere activiteiten bij de sportvereniging of sportinstelling (feesten, kamp en dergelijke)?
- Waarom is deze sport zo leuk om te doen?

Kosten

- Wat zijn de kosten om aan deze sport mee te kunnen doen (contributie, kleding, lessen, materiaal)?

Eigen vragen

Naam: klas: datum:

Eisen aan het verslag

Inhoud

- Titel (naam van de gekozen sportvereniging of sportinstelling)
- Voorwoord (bij wie heb je het interview afgenomen?)
 - Hoofdstuk 1 Interviewverslag
 - Hoofdstuk 2 Mijn ervaringen en motieven (opdracht B)
 - Hoofdstuk 3 Achtergrondinformatie (opdracht B)
- Eigen mening over het maken van dit verslag

Uiterlijk

- Voorkant met sport en plaatsnaam en een foto of tekening
- Leesbaar en duidelijk

8. Sporttest

Welke sporten vind jij leuk of lijken je leuk om te doen?

- a. Kruis in kolom A alle sporten aan die je leuk lijken of die jij leuk vindt om te doen.
- b. Kruis in kolom B een selectie van vier tot zes leukste sporten aan.

	A	B
Acrogym/acrobatiek		
Aerobics/steps/calanetics/tai-bo		
American football		
Atletiek (duurloop)		
Atletiek (estafette, horden, sprint)		
Atletiek (werpen, springen)		
Badminton		
Basketbal		
Ballet (klassiek, dans, show)		
Bergsport (klimmen/abseilen)		
Boksen		
Bowling		
Cricket		
Dans (rock & roll, stijl, show)		
Darten		
Fitness		
Frisbee		
Golf		
Handbal		
Hockey		
Honk/softbal		
IJshockey		
Jazzballet/jazzgymnastiek		
KanoÛn		
Korfbal		
Kunstschaatsen/schoonrijden		
Kunstschaatsen		
Mountainbiking/fietscross		
Andere:		

	A	B
Paardrijden		
Reddingszwemmen		
Roeien		
Rugby		
Schaatsen/shorttrack		
Schermen		
Schoonspringen		
Skateboarden		
Skating(inline)		
Skeelers		
SkiÛn		
Snowboarden		
Streetdance		
Squash		
Tafeltennis		
Tennis		
Toerfietsen		
Turnen		
Voetbal		
Volleybal		
Waterpolo		
Wielrennen		
WildwaterkanoÛn		
Windsurfen		
Zelfverdediging (judo/jiu jitsu/taekwondo/karate)		
Zeilen		
Zwemmen		
Andere:		

9. LO-vragenlijst klas 2

Wat vind jij tot nu toe van de lessen LO in klas 2?

1. Welke onderdelen vond je wel leuk om te doen tijdens de lessen LO?

2. Welke onderdelen vond je niet leuk om te doen tijdens de lessen LO?

3. Welke onderdelen komen te weinig en welke te veel aan bod?

Te veel: _____

Te weinig: _____

4. Wat vind jij belangrijk in de lessen LO?

5. Wat vind je van de lessen LO in klas 2? (je mag meerdere keuzes omcirkelen):

A. Afwisselend

B. Saai

C. Opbouw in moeilijkheid

D. Geen verband tussen de lessen

E. Leuk

F. Niet leuk

G. Ontspannend

H. Verplicht nummer

I. Voldoende veilig

J. Eng/gevaarlijk

Hoe was/waren àà.

6. àje inzet goed - voldoende - matig -onvoldoende

7. àje bewegingsvaardigheden goed - voldoende - matig ûonvoldoende

8. àje omgang met klasgenoten goed - voldoende - matig ûonvoldoende

9. àje omgang met de docent(e) goed - voldoende - matig ûonvoldoende

10. àde inzet van de klas? goed - voldoende - matig -onvoldoende

11. àfair play binnen de klas? goed - voldoende - matig ûonvoldoende

10. Sport-tijdmeter klas 3

Hoeveel tijd besteed jij momenteel aan sport?

Neem een normale week in gedachten. Kruis per dag het aantal æSportertjesÆ aan dat jij aan sport doet. Elk æsportertjeÆ telt voor 15 minuten sporten. Noteer ook de sporten. Wandelen, de hond uit laten, naar school fietsen en dergelijk zijn gÚÚn activiteiten die tellen als æSportertjeÆ. Lessen LO tellen we apart mee.

Op school gym ik op: _____

Totaal aantal minuten: _____

maandag 0 0 0 0 0 0 0 0 sport: _____

dinsdag 0 0 0 0 0 0 0 0 sport: _____

woensdag 0 0 0 0 0 0 0 0 sport: _____

donderdag 0 0 0 0 0 0 0 0 sport: _____

vrijdag 0 0 0 0 0 0 0 0 sport: _____

zaterdag 0 0 0 0 0 0 0 0 sport: _____

zondag 0 0 0 0 0 0 0 0 sport: _____

Totaal scoor ik ____ Sportertjes. Ik sport dus gemiddeld _____ minuten per week

Wat vind jij van je eigen sportgedrag?

Hoe was je sportgedrag in klas 1 (zie 3 Sportbarometer klas 1 op pagina à)

In te vullen door de docent:

Jij doet *onvoldoende* - *voldoende* - *ruim voldoende* aan sport

Jij krijgt het volgende advies van de docent::

Wat vind jij van dit advies?

11. Mijn sportmotivatie

Wat spreekt je aan bij sport(en)?

1. Welke sport(en) beoefen jij nu?
 Sport 1: _____
 Sport 2: _____
 Sport 3: _____

2. Heb je in het verleden sport(en) beoefend die je nu niet meer doet? Zo ja, welke zijn dat?

3. Welke sporten beoefent je familie (noteer vader, moeder, broer, zus)?

De volgende vragen gaan over je huidige sport(en). Als je op dit moment helemaal geen sport beoefent, ga dan door naar vraag 9!
 Vaak zijn er meerdere antwoorden mogelijk. Wanneer je meer dan één sport beoefent, beantwoord je eerst alle vragen voor sport 1 en daarna voor sport 2 en verder.

4. Hoelang doe je al aan deze sport(en)?

Sport 1	Sport 2	Sport 3	
			Minder dan 1 jaar
			1 tot 3 jaar
			Meer dan 3 jaar

5. Wat waren de belangrijkste redenen (motieven) om deze sport(en) te gaan beoefenen?

(Kruis je antwoord aan, er zijn steeds meerdere antwoorden mogelijk)

Sport 1	Sport 2	Sport 3	
			Vrienden zaten op deze sport
			Familieleden doen deze sport ook
			Het is een leuke sport om te doen
			Ik kan deze sport goed
			Op advies van anderen (ouders, vrienden)
			Het is dicht bij huis
			Ik krijg er een goede conditie van
			Het is niet duur
			àààààààààààà..
			àààààààààààà..

6. Welke kenmerken van de sport spreken je het meeste aan?

Sport 1	Sport 2	Sport 3	Kenmerk van de sport
			Ik sport graag alleen
			Ik sport graag in een team
			Ik sport graag met jongens en meisjes
			Ik hou van spannende dingen
			Ik hou van wedstrijdes
			Ik hou van snelheid
			Ik sport graag buiten
			Ik sport graag binnen
			Ik hou van gezelligheid bij sport
			àààààààààààà.
			àààààààààààà.

7. In welk verband beoefen jij je sport(en)?

Sport 1	Sport 2	Sport 3	
			In een vereniging
			Op een sportschool
			Bij een jeugdclub
			Met het gezin
			Op school
			Op de camping
			Tijdens de vakanties
			Voor mezelf
			In de buurt
			àààààààà...

8. Wat doe je allemaal bij de vereniging, sportschool of club?

Sport 1	Sport 2	Sport 3	
			Ik speel regelmatig wedstrijden
			Ik speel af en toe een wedstrijd
			Ik speel nooit wedstrijden
			Ik krijg training
			Ik krijg les
			Ik sport voor mezelf
			Ik doe mee aan toernooien
			Ik doe mee aan andere activiteiten
			Ik heb taken in het team of voor de club
			Welke taken? àààààààààààà. àààààààààààà. àààààààààààà.
			àààààààààààààààà
			àààààààààààààààà

Naam: klas: datum:

Als je op dit moment wel een sport beoefent, sla je vraag 9 over!

9. Ik beoefen geen sport, omdat ààà. (er zijn meerdere antwoorden mogelijk)

	Ik er geen tijd voor heb
	Ik er niet toe kom, maar wel wil
	Het te duur is
	Er in onze buurt niets is
	Ik meer plezier heb in andere hobby's
	Ik niet mag sporten
	Ik sporten niet leuk vind
	De sport die ik deed niet leuk vond
	Ik niets weet te doen wat ik leuk vind
	àààààààààààààà.
	àààààààààààààà.

12. LO-vragenlijst klas 3

Wat vind jij tot nu toe van de lessen LO in klas 3?

1. Welke onderdelen vond je wel leuk om te doen tijdens de lessen LO?

2. Welke onderdelen vond je niet leuk om te doen tijdens de lessen LO?

3. Welke onderdelen komen te weinig en welke te veel aan bod?
Te veel: _____

Te weinig: _____

4. Wat vind jij belangrijk in de lessen LO?

5. Wat vind je van de lessen LO in klas 3? (je mag meerdere keuzes omcirkelen):

A. Afwisselend	B. Saai
C. Opbouw in moeilijkheid	D. Geen verband tussen de lessen
E. Leuk	F. Niet leuk
G. Ontspannend	H. Verplicht nummer
I. Voldoende veilig	J. Eng/gevaarlijk

Hoe was/waren àà.

- | | |
|--|---------------------------------------|
| 6. àje inzet | goed - voldoende - matig -onvoldoende |
| 7. àje bewegingsvaardigheden | goed - voldoende - matig ûonvoldoende |
| 8. àje omgang met klasgenoten | goed - voldoende - matig ûonvoldoende |
| 9. àje omgang met de docent(e) | goed - voldoende - matig ûonvoldoende |
| 10. àde inzet van de <u>klas</u> ? | goed - voldoende - matig -onvoldoende |
| 11. àfair play binnen de <u>klas</u> ? | goed - voldoende - matig ûonvoldoende |

12. de omgang van de klas met de docent(e)? goed - voldoende - matig
onvoldoende

13. Omcirkel het cijfer dat jij zou geven voor de lessen LO van dit schooljaar?

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

Leg het cijfer uit:

14. Heb jij nog ideeën?

14. Instroomenquête

Jij komt van een andere school/gebouw. Welke onderdelen heb jij gehad tijdens de lessen LO en vond jij ervan? Welke sporten doe jij nu en welke heb jij gedaan?

1 Van welke school kom jij? (Naam en plaats)?

2. In welke onderdelen heb jij les gekregen? (zet een kruisje achter het onderdeel, je mag meerdere keuzes aankruisen):

Turnen

Plankspringen	<input type="checkbox"/>	Minitrampoline springen met bok/kast	<input type="checkbox"/>	Minitrampoline salto vormen	<input type="checkbox"/>
Ringzwaaien	<input type="checkbox"/>	Trapezazwaaien	<input type="checkbox"/>	Acrobatiek	<input type="checkbox"/>

Spel

Basketbal	<input type="checkbox"/>	Handbal	<input type="checkbox"/>	Softbal	<input type="checkbox"/>	Tennis	<input type="checkbox"/>
Rugby	<input type="checkbox"/>	Voetbal	<input type="checkbox"/>	Volleybal	<input type="checkbox"/>	Badminton	<input type="checkbox"/>

Atletiek

Duurloop	<input type="checkbox"/>	Speerwerpen	<input type="checkbox"/>	Hoogspringen	<input type="checkbox"/>
Sprint	<input type="checkbox"/>	Kogelstoten	<input type="checkbox"/>	Verspringen	<input type="checkbox"/>
Estafette	<input type="checkbox"/>	Discuswerpen	<input type="checkbox"/>	Hink-stap-sprong	<input type="checkbox"/>

ZelfverdedigingBewegen op muziek

Judo	<input type="checkbox"/>
Boksen	<input type="checkbox"/>
Karate	<input type="checkbox"/>

Aerobics	<input type="checkbox"/>
Jazz-gym	<input type="checkbox"/>
Street-dance	<input type="checkbox"/>

Andere / overige sporten

	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>

Taken:

Scheidsrechter	<input type="checkbox"/>	Coach	<input type="checkbox"/>	Toernooi-organisator	<input type="checkbox"/>	Trainer / lesgever	<input type="checkbox"/>
----------------	--------------------------	-------	--------------------------	----------------------	--------------------------	--------------------	--------------------------

4. Welke onderdelen vond je wel leuk om te doen tijdens de lessen LO?

5. Welke onderdelen vond je niet leuk om te doen tijdens de lessen LO?

Naam: klas: ..à..... datum:

6. Wat vond je makkelijk en wat vond je moeilijk om te doen bij de lessen LO?

Makkelijk: _____

Moeilijk: _____

7. Welke onderdelen kwamen te weinig en welke te veel aan bod?

Te veel: _____

Te weinig: _____

8. Wat vond je van de lessen LO? (*je mag meerdere keuzes omcirkelen*):

- | | |
|---------------------------|----------------------------------|
| A. Afwisselend | B. Saai |
| C. Opbouw in moeilijkheid | D. Geen verband tussen de lessen |
| E. Leuk | F. Niet leuk |
| G. Ontspannend | H. Verplicht nummer |
| I. Voldoende veilig | J. Eng/gevaarlijk |

Hoe was/waren àà.

9. àje inzet goed - voldoende - matig -onvoldoende

10. àje bewegingsvaardigheden goed - voldoende - matig ûonvoldoende

11. àje omgang met klasgenoten goed - voldoende - matig ûonvoldoende

12. àje omgang met de docent(e) goed - voldoende - matig ûonvoldoende

13. àde inzet van de klas? goed - voldoende - matig -onvoldoende

14. àfair play binnen de klas? goed - voldoende - matig ûonvoldoende

15. àde omgang van de klas met de docent(e)? goed - voldoende - matig
ûonvoldoende

16. Omcirkel het cijfer dat jij zou geven voor de lessen LO?

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

Leg het cijfer uit:

17. Wat vind jij belangrijk in de lessen LO?

Naam: klas: ..à..... datum:

18. Welke sport(en) doe jij op dit moment (noteer eventueel ook de sportvereniging of sportinstelling)?

19. Welke andere sporten deed je vroeger?

20. Welke andere sporten wil je ooit nog gaan doen?

21. Welke sporten zou je graag hier op school willen doen?

Naam: klas: ..à..... datum:

22. Aan welke sporttoernooien zou je mee willen doen op deze school?

23. Als je lichamelijke klachten hebt, wil je die dan hier opschrijven, zodat je leraar hiermee rekening kan houden?

15. Nog algemene opmerkingen?
