

## **Bewegen en sport**

### **Kerdoelen vso dagbesteding**

**1. De leerling leert deelnemen aan activiteiten uit verschillende bewegingsgebieden.**

*Hierbij kan men denken aan:*

- bewegingsgebieden als balanceren, klimmen, zwaaien, springen, hardlopen;
- activiteiten als: acrobatiek, schommelen, trampolinespringen, sprinten, mountainbiken.

**2. De leerling leert deel te nemen aan verschillende spelvormen en sportactiviteiten.**

*Hierbij kan men denken aan:*

- doelspelen, terugslagspelen, tik- en afgooispelen, honkloopspelen, zelfverdedigingsspelen, mikspelen, jongleren;
- activiteiten als: basketbal, badminton, judovormen, trefspelen, golf.

**3. De leerling leert deelnemen aan verschillende vormen van bewegen op muziek.**

*Hierbij kan men denken aan:*

- bewegen in de maat van de muziek;
- dansvormen.

**4. De leerlingen leren gezamenlijke bewegingssituaties met elkaar te reguleren.**

*Hierbij kan men denken aan:*

- klaarzetten, opruimen, herstellen en aanpassen van opstellingen van materialen;
- regels en functies hanteren;
- functiewisselingen toepassen;
- team- en groepsindelingen maken en accepteren.

**5. De leerling leert bewegingssituaties positief te beleven.**

*Hierbij kan men denken aan:*

- ingaan op de bewegingsuitdaging en zich willen verbeteren;
- waarderen van de inbreng van anderen;
- inschatten welke activiteiten, contexten en motieven bij hen passen;
- omgaan met winnen en verliezen.

**6. De leerling leert de betekenis van bewegen voor gezondheid waarderen.**

*Hierbij kan men denken aan:*

- principes van veilig en verstandig bewegen (ook in woon- en werksituaties);
- gewend zijn aan regelmatig intensief bewegen.

**7. De leerling leert deel te nemen aan bewegings- en sportactiviteiten buiten schoolverband.**

*Hierbij kan men denken aan:*

- naar verenigingen en/of evenementen gaan en sportoriëntatie en keuzeprogramma's.