

Onderzoek naar de onderwijskwaliteit in basisonderwijs: Lager - lesobservatie

Verantwoord en veilig bewegen

1.3	kennen de gevaren en risico's van bewegingssituaties en kunnen deze inschatten en signaleren.	
Bereiken (kunnen/kennen)	Vaardigheidsniveau IIn	De lessen verlopen ordelijk omdat de IIn de veiligheidsafspraken toepassen. De IIn helpen elkaar als de Ikr het vraagt. De IIn helpen elkaar spontaan.
Bevorderend/ Beperkend	Didactiek Ikr	De Ikr maakt tijdens de instructie duidelijke afspraken om onveilige situaties te vermijden. De Ikr heeft aandacht voor moeilijke of gevaarlijke bewegingssituaties. De Ikr beveiligd of helpt waar nodig. De Ikr helpt de zwakke beweger. De Ikr houdt rekening met de zakke beweger bij de instructie. De Ikr werkt met de rol van helper om de veiligheid te verhogen. De Ikr demonstreert de helperstechnieken
	Materiaal	De grootte van de zaal laat de IIn toe om veilig te bewegen. De veiligheidsafspraken zijn zichtbaar door tekst of pictogrammen in de sportzaal. De veiligheidsafspraken zijn zichtbaar door tekst of pictogrammen in het zwembad. Er is een EHBO-koffer aanwezig op de school. Er is een EHBO-koffer aanwezig in de sportzaal. Er is een EHBO-koffer aanwezig in het zwembad.

Variante vormen van basisbewegingen, al dan niet gebruik makend van toestellen

1.9	kunnen balanceren op de grond en op diverse toestellen	
Bereiken (kunnen/kennen)	Vaardigheidsniveau IIn	De IIn kunnen balanceren op diverse ondergronden. De IIn kunnen balanceren op diverse toestellen De IIn combineren verschillende bewegingen op een versmald, bewegend of oneffen oppervlak

		De lln hebben vormspanning.
Beperkend/bevorderend	Didactiek lkr	De lkr maakt verschillende opstellingen zodat de actieve leertijd hoog is.
		De lkr organiseert het doorschuiven vlot zodat de actieve leertijd hoog is
		De lkr geeft duidelijke aandachtspunten voor balanceren aan de lln.
		De lkr werkt met instructiekaarten of kijkwijzers.
		De lkr werkt met video-materiaal of app's.
		De lkr demonstreert het balanceren of laat ze demonstreren.
		De lkr stuurt het balanceren bij waar nodig.
		De lkr differentieert in functie van het niveau van de lln.
	Materiaal	bank, balk, valmat, kleine matten, pedalo's, vervoersplanken,
1.10	kunnen in omgekeerde houding hangen of steunen	
Bereiken (kunnen/kennen)	Vaardigheidsniveau lln	De lln knnn in omgekeerde houding hangen.
		De lln knn in omgekeerde houding steunen.
		De lln hebben vormspanning.
Beperkend/bevorderend	Didactiek lkr	De lkr maakt verschillende opstellingen zodat de actieve leertijd hoog is.
		De lkr organiseert het doorschuiven vlot zodat de actieve leertijd hoog is
		De lkr geeft duidelijke aandachtspunten voor omgekeerde hang/ steun aan de lln.
		De lkr werkt met instructiekaarten of kijkwijzers.
		De lkr werkt met video-materiaal of app's.
		De lkr demonstreert de omgekeerde hang/steun of laat ze demonstreren.
		De lkr stuurt de omgekeerde hang/steun bij waar nodig.
		De lkr differentieert in functie van het niveau van de lln.
	Materiaal	bank, rekstok, ringen, klimtouwen, lange mat, kleine mat, valmat, sportraam, plint, ..
1.11	kunnen vrije sprongen en steunsprongen uitvoeren.	
Bereiken (kunnen/kennen)	Vaardigheidsniveau lln	De lln springen over kasten/bok met een ritmisch versnelde aanloop en afstoot op de veerplank/tramp.
		De lln springen van een verhoogd vlak en landen in evenwicht.
		De lln kunnen combinaties springen in het springtouw.
		De lln kunnen hoog springen.

		De Iln kunnen ver springen.
		De Iln kunnen loopsprongen maken.
		De Iln kunnen steunsprongen maken.
Bevorderend/ Beperkend	Didactiek lkr	De lkr maakt verschillende opstellingen zodat de actieve leertijd hoog is.
		De lkr organiseert het doorschuiven vlot zodat de actieve leertijd hoog is
		De lkr geeft duidelijke aandachtspunten voor de sprongen aan de Iln.
		De lkr werkt met instructiekaarten of kijkwijzers.
		De lkr werkt met video-materiaal of app's.
		De lkr demonstreert de sprongen of laat ze demonstreren.
		De lkr stuurt de sprongen bij waar nodig.
		De lkr differentieert in functie van het niveau van de Iln.
	Materiaal	springkasten, bokken, landingsmatten, trampolines / veerplanken, verend afzetmateriaal (bv. junior springplank, springtramp, springtouwen met variatie in lengte: single rope (1 touw per 2 leerlingen), double dutch.
1.12	kunnen verschillende vormen van rollen uitvoeren.	
Bereiken (kunnen/kennen)	Vaardigheidsniveau Iln	De Iln kunnen voorwaarts rollen.
		De Iln kunnen rugwaarts rollen.
		De Iln kunnen een combinatie met rollen uitvoeren. (lange mat oefening)
Bevorderend/ Beperkend	Didactiek lkr	De lkr maakt verschillende opstellingen zodat de actieve leertijd hoog is.
		De lkr geeft duidelijke aandachtspunten voor het rollen aan de Iln.
		De lkr werkt met instructiekaarten of kijkwijzers.
		De lkr werkt met video-materiaal of app's
		De lkr demonstreert het rollen of laat het demonstreren.
		De lkr stuurt het rollen bij waar nodig.
		De lkr differentieert in functie van het niveau van de Iln.
	Materiaal	Turnmat (10), valmatten, Zweedse banken (4), sportraam, lange mat, ...
1.14	kunnen diverse klimtoestellen opklimmen en veilig ervan dalen.	
Bereiken (kunnen/kennen)	Vaardigheidsniveau Iln	Iln kunnen touw klimmen.
		Iln kunnen klimmen op toestellen.

		Iln kunnen klauteren.
Bevorderend/ Beperkend	Didactiek lkr	De lkr maakt verschillende opstellingen zodat de actieve leertijd hoog is. (bewegingscircuit, vrije natuur, klimtoestellen speelplaats, ...)
		De lkr heeft duidelijke aandachtspunten voor verschillende vormen van klimmen en dalen.
		De lkr werkt met instructiekaarten of kijkwijzers.
		De lkr werkt met video-beelden of app's.
		De lkr demonstreert klimmen en dalen of laat demonstreren.
		De lkr stuurt het klimmen en dalen bij waar nodig.
		De lkr differentieert in functie van het niveau van de Iln.
	Materiaal	Sportraam, banken, klimtouwen, klimtoestellen op speelplaats, knopentouwen, zitschotels, klautercombinatie, duikel- en/of rekstokcombinatie, evenwichtsbalken, ladders.
1.15	kunnen hun loopstijl en -tempo aanpassen aan de afstand.	
Bereiken (kunnen/kennen)	Vaardigheidsniveau Iln	De Iln kunnen verschillende loopvormen uitvoeren.
		De Iln kunnen volhouden naar duur of afstand.
		De Iln kunnen hun eigen mogelijkheden inschatten.
Bevorderend/ Beperkend	Didactiek lkr	De lkr heeft duidelijke aandachtspunten vr het tempolopen.
		De lkr differentieert in functie van het niveau van de Iln = De lkr respecteert tempo en loopstijl Iln
		De lkr heeft instructiekaarten waarin niveaudifferentiatie naar voor komt.
	Materiaal	Voldoende ruimte (speelplaats, buitenterreinen,....), chrono.
1.16	kunnen op verschillende manieren en met diverse tuigen werpen.	
Bereiken (kunnen/kennen)	Vaardigheidsniveau Iln	de Iln kunnen een voorwaarts opwaarts, tikkend, toetsend, slaand in beweging houden. (jongleren)
		De Iln vangen of stoppen een voorwerp met handen, voeten of een ander lichaamsdeel.
		De Iln houden een voorwerp al dribbelend in beweging.
		De Inn drijven een voorwerp met een ander voorwerp.
		De Iln kunnen een voorwerp wegspele in een spelvorm.

		De IIn kunnen een voorwerp aannemen in een spelvorm.
Bevorderend/ Beperkend	Didactiek Ikr	De Ikr maakt verschillende opstellingen zodat de actieve leertijd hoog is.
		De Ikr integreert werpen met tuigen in bewegingscircuits.
	Materiaal	Kleine tuigen, ballen, muurogen en schuifprofielen om bv. net, touwen, toversnoeren te bevestigen; standers, ballenpomp.
Spel en sportspelen		
1.18	kunnen eenvoudige spelideeën uitvoeren in eenvoudige bewegingsspelen.	
Bereiken (kunnen/kennen)	Vaardigheidsniveau IIn	De IIn lopen zo vlug mogelijk om ergens te komen. (loopspelen)
		De IIn proberen zo lang mogelijk in het spel te blijven door diegene die hen wil aantikken te ontwijken, te passeren of tijdig van hen weg te lopen. (tikspelen)
		De IIn houden een voorwerp in de ploeg door middel van passen terwijl een tegenstander dit verhindert. (pass- of lummelspelen)
		De IIn passeren een tegenspeler om te scoren terwijl de tegenpartij dit verhindert (keeperspelen - doelspelen)
		De IIn spelen zo lang mogelijk een voorwerp over een hindernis met of tegen elkaar.
		De IIn proberen zo lang mogelijk in het spel te blijven door de tegenstander die hen wil afgooien te ontwijken, te passeren of tijdig van hen weg te lopen. (afgooispen)
		De IIn gooien in gescheiden speelvelden gericht en krachtig een voorwerp naar de tegenpartij. De tegenpartij probeert het voorwerp te ontwijken of af te blokken.
		De IIn spelen een voorwerp weg binnen het speelveld van de tegenpartij om nadien een traject te doorlopen , voordat de tegenpartij dat voorwerp terugbrengt naar een
		De IIn brengen iemand anders uit evenwicht door te trekken en te duwen en blijven daarbij zelf in evenwicht. (stoeispelen)
		De IIn kunnen individueel of samenspelend vorderen met een voorwerp om te doelen terwijl een tegenstander dit verhindert. (doelspel)
Bevorderend/ Beperkend	Didactiek Ikr	De Ikr organiseert de spelen vlot.
		De Ikr legt het spelidee uit.
		De Ikr heeft aandacht voor reglementen of fairplay of samenspelen, ...

		De lkr begeleidt de bewegingsspelen.
		De lkr differentieert in functie van het niveau of de interesse vd lln.
	Materiaal	kegels, spots, diverse doelen bv. basketring, voetbaldoel, korfbaldoel, hockeydoel, toversnoer, afbakeningslint, partijhesjes, partijlinten, dassen, standers, voldoende ballen (één per leerling) met veel variatie in doorsnee, hardheid, kleur, volume,
1.19	kunnen zich in een spel/bewegingsopdracht inleven en hierbij verschillende rollen waarnemen.	
Bereiken (kunnen/kennen)	Vaardigheidsniveau lln	De lln nemen tijdens de lessen andere rollen op dan uitvoerder. (scheidsrechter, coach, feedbackgever, organisator, materiaalmeester, ...)
		De lln zijn betrokken bij het spel.
		De lln zijn betrokken bij de bewegingsopdracht
Bevorderend/ Beperkend	Didactiek lkr	De lkr duidt scheidsrechters, coaches, helpers, ... aan.
		De lkr geeft uitleg over de rol.
		De lkr helpt de coaches, scheidsrechters, helpers, ...
		De lkr zorgt er voor dat alle lln de rol kunnen uitvoeren.
		De lkr heeft taakwijzers of kijkwijzers voor de rollen.
	Materiaal	Fluitje, white boards, ..
Ritmisch en expressief bewegen		
1.21	kunnen bewegingsvormen uitvoeren op een opgelegd ritme.	
Bereiken (kunnen/kennen)	Vaardigheidsniveau lln	De lln voeren bewegingsvormen uit op een opgelegd ritme of maat.
		De lln kunnen bewegen op een opgelegd tempo.
		De lln kunnen bewegen op een opgelegd ruimtelijk patroon.
		De lln durven zich uiten en bewegen zonder rem.
Bevorderend/ Beperkend	Didactiek lkr	De lkr heeft duidelijke aandachtspunten voor dans of ritmiek.
		De lkr differentieert in functie van het niveau van de lln.
		De lkr moedigt de lln aan zich te uiten in de dans.
	Materiaal	Muziekinstallatie, slaginstrument, petflessen, ...
1.22	kunnen een danscombinatie (een aantal bewegingspatronen achter elkaar) onthouden en zonder aanwijzingen uitvoeren	
Bereiken (kunnen/kennen)	Vaardigheidsniveau lln	De lln kunnen een danscombinatie uitvoeren op muziek.
		De lln kunnen bewegen op minder gestructureerde muziek.

		De lln kunnen zelfstandig de dans inzetten en stoppen.
		De lln kunnen de dans of delen van de dans uitvoeren zonder een ander na te doen. (zelfstandig bewegingsveranderingen uitvoeren)
		De lln brengen zelf passen, bewegingen, ... aan.
Bevorderend/ Beperkend	Didactiek lkr	De lkr heeft tijdens de instructie aandacht voor een danscombinatie.
		De lkr deelt de danscombinatie in in deelopdrachten zodat het haalbaar is voor de lln.
		De lkr geeft de lln voldoende tijd om de dans te memoriseren.
		De lkr geeft de lln ruimte om zelfstandig de dans uit te voeren.
		De lkr gebruikt instructiekaarten of kijkwijzers voor de dans
		De lkr gebruikt video-feedback of apps voor de dans
		De lkr differentieert naar het niveau van de lln.
Bewegen in verschillende milieus		
1.25	voelen zich veilig in het water en kunnen zwemmen.	
Bereiken (kunnen/kennen)	Vaardigheidsniveau lln	De lln kunnen ongeremd spelen in het water.
		De lln springen op verschillende manieren in het water.
		De lln durven in het diep zwemmen.
		De lln kunnen draaien van buiklig naar ruglig.
		De lln drijven.
		De lln stuwen.
		De lln ademen aquatisch.
		De lln kunnen 1 genormeerde zwemslag.
		De lln oefenen het reddend zwemmen
Bevorderend/ Beperkend	Didactiek lkr	De lkr heeft duidelijke aandachtspunten voor het zwemmen.
		De lkr differentieert in functie van het niveau van de lln.
		De lkr heeft taakkaarten voor het zwemmen.
		De lkr laat de lln in kleine groepen werken.
	Materiaal	In het zwembad is materiaal aanwezig om te oefenen: drijfmetaal bv. zwemplankjes, noodles, zwemgordels
		Er is voldoende begeleiding bij het zwemmen.

1.30	kunnen zelfstandig materiaal kiezen en opstellen.	
Bereiken (kunnen/kennen)	Vaardigheidsniveau IIn	De IIn plaatsen zelfstandig het materiaal.
		De IIn kunnen werken met taakkaarten.
Bevorderend/ Beperkend	Didactiek Ikr	De Ikr geeft opdracht aan de IIn om het materiaal te plaatsen.
		De Ikr voorziet een grondplan of tekening om het materiaal vlot te plaatsen.
		De Ikr geeft instructie wat er moet gebeuren na het plaatsen van het materiaal.
		De Ikr laat de IIn het materiaal opruimen.
	Materiaal	bord (mobiel).
2. Lichamelijke opvoeding - Gezonde en veilige levensstijl		
2.4	kennen het belang van opwarming vóór en tot rust komen na fysieke activiteiten.	
Bereiken (kunnen/kennen)	Vaardigheidsniveau IIn	De IIn warmen op.
		De IIn komen tot rust na een fysieke activiteit.
Bevorderend/ Beperkend	Didactiek Ikr	De Ikr geeft een opwarming .
		De Ikr geeft een cooling down.

JA	NEEN	NA

CONTROLE

ren.		

Green Header		
Yellow Header		
Green Header		