

Evaluatie gymnastiek

Evaluatie: na het vierde lesuur vul je de evaluatiefiche in waarop je aangeeft op welk beheersingsniveau je denkt de test te zullen afleggen tijdens les 5-6-7-8

Je bepaalt zelf welke test je wanneer aflegt. Je dient minimum 2 testen afgelegd hebben na het 6^{de} lesuur.

Inhouden: 5x 6pt (je kiest 5 van de 6 bewegingen om test af te leggen)

Je kiest zelf het beheersingsniveau.

Indien je beheersing onvoldoende is kan je nog een lager beheersingsniveau tonen. Wanneer je test aflegde op een bepaald niveau kan je verder oefenen en nadien nog test afleggen op een hoger beheersingsniveau.

Vakattitudes (gelinkt aan leerplandoelen) en ondersteunende rollen: je kiest 2 van de 4 items waarop je geëvalueerd wordt.

Grond

“Handenstand” met twee helpers	2/6
Handenstand met 1 helper	3/6
Handenstand doorrollen met helper(s)	4/6
Ophurken naar handenstand, doorrollen met 1 helper	5/6
Ophurken, opspreiden of ophoeken naar handenstand, doorrollen	6/6

Rad (hand, hand, voet, voet)	2/6
Opsprong rad	3/6
Opsprong rad op minitramp opstelling	4/6
Opsprong rondat op minitramp opstelling (landing twee voeten samen)	5/6
Opsprong rondat op minitramp opstelling (kaatsen 2 armen, landing 2 voeten, heup gestrekt)	6/6

Rek

Borstwaartsom met 2 helpers	2/6
Borstwaartsom met 1 helper	3/6
Borstwaartsom zonder helpers	4/6
Borstwaartsom 2 voeten afstoot met 1 helper	5/6
Borstwaartsom 2 voeten afstoot zonder helper of van lage naar hoge legger zonder helper	6/6

Vanuit steun, voorwaarts draaien tot stand op de grond	2/6
Vanuit steun, voorwaarts draaien tot 3” hang aan legger alvorens voeten op grond (benen gebogen)	3/6
Vanuit steun buikdraai rugwaarts met helpers	4/6
Vanuit steun buikdraai rugwaarts met 1 helper	5/6
Vanuit steun buikdraai rugwaarts zonder helper	6/6

Plint en minitrampoline

Wendsprong tot handen- en (knieën) voetenstand op plint	2/6
Wendsprong over plint	3/6
Wendsprong met bekken boven schouders en voeten hoogste punt	4/6
Rondt met voeten hoogste punt maar lijn handen, schouders, bekken voeten niet verticaal	5/6
Rondt met lichaam volledig gestrekt	6/6

Evenwicht

3 eenvoudige sprongen zonder bewegingsgrootte en zin voor afwerking	2/6
Grove vorm sprongen is herkenbaar maar weinig bewegingsgrootte en weinig vormspanning, afwerking	3/6
Sprongen zijn gekend maar nog te weinig afwerking en bewegingsgrootte	4/6
Sprongen zijn mooi afgewerkt en met relatief goede bewegingsgrootte	5/6
3 "moeilijke" sprongen met grote bewegingsgrootte en volgens de aandachtspunten (afwerking, vormspanning)	6/6

Vakattitudes gelinkt aan leerplandoelen:

Coachen en begeleiden	Moedigt nauwelijks aan, geeft geen motiverende aanwijzingen	Moedigt aan en kan observeren maar kan moeilijk inhoudelijke tips geven om uitvoeringsniveau te verbeteren	Moedigt aan, kan observeren en gerichte aanwijzingen geven	Moedigt aan en geeft motiverende aanwijzingen die passen bij het bewegingsniveau van de leerling en technische aanwijzingen die de prestatie verbeteren
Plaatsen materiaal en zelfstandig werk	Neemt een afwachthouding aan, reageert niet of matig	Neemt af en toe initiatief, stelt zich soms afwachthouding op, geeft weinig signalen als het niet lukt	Neemt in elke fase initiatief en verantwoordelijkheid, geeft zelf signalen als het niet lukt	Neemt in elke fase initiatief en verantwoordelijkheid, kan voort zonder sturing van de leraar
Rol als helper	Staat niet op de juiste plaats om te helpen; past helperstechnieken niet correct toe	Staat op de juiste plaats om te helpen; past de juiste helperstechnieken toe maar moedigt niet aan	Staat op de juiste plaats om te helpen; past de juiste helperstechnieken toe en moedigt aan	Kan ook onder moeilijke omstandigheden de juiste hulp bieden en moedigt aan
	Wil anderen niet helpen	Helpt alleen vrienden	Helpt/ ondersteunt anderen maar vindt dat soms ook wel moeilijk	Helpt/ ondersteunt iedereen zodat de activiteit voor iedereen wat makkelijker wordt