

# CLUSTER bewegen



## Lichamelijke Opvoeding

De verschillende sporten hebben we onder gebracht in de volgende groepen: spel, turnen, conditie en muziek, atletiek, racketsporten, martial arts en eigen inbreng. In elk leerjaar beoefenen we vanuit de verschillende groepen een of meerdere sporten. Meer informatie over de sporten in de verschillende seizoenen is op de website te vinden onder 'onderwijs' op de pagina Lichamelijke Opvoeding.

### Leerjaar 7

Seizoen: Slagbal  
Vaklessen: acrogym, afspeellijnen, hoogspringen, verspringen, polsstokspringen, korfbal, ringenzwaaien

### Leerjaar 8

Seizoen: Ultimate Frisbee  
Vaklessen: vloerturnen, basketbal, reutherplankspringen, hoogspringen, verspringen, polsstokspringen, unihockey, conditie en muziek

### Leerjaar 9

Seizoen: Softbal  
Vaklessen: hockey, minitrampoline, basketbal, volleybal, conditie en muziek

### Leerjaar 10

Seizoen: Basketbal  
Vaklessen: judo, volleybal, hockey, flagvoetbal, ontwerpen van warming-up

### Leerjaar 11

Seizoen: Volleybal  
Vaklessen: racketsport, conditie en muziek, meerkamp, ontwerpen eigen inbreng

### Leerjaar 12

Seizoen: geen seizoen  
Vaklessen: tennis, golf, keuzeprogramma Lichamelijke Opvoeding

## Euritmie

### Leerjaar 7

Vakspecifiek: Maat, ritme, toonhoogte worden in de beweging uitgewerkt op eenvoudige choreografieën, alfabet in gebaar (toegepast op poëzie en proza).  
Werkvormen: Gericht op coördinatie en alertheid in de beweging, ontmoeting en samenwerking door bewegen op kringvormen en geometrische figuren begeleid door muziek.

### Leerjaar 8

Vakspecifiek: Intervallegebaren uitwerken op choreografieën die de leerlingen vanuit het luisteren uitwerken tot een dans, gedichten of balladen uitgewerkt in beweging op vormen die de leerlingen vanuit de grammatica samen maken (werken met koperen staven is onderdeel hiervan).  
Werkvormen: Gericht op coördinatie, dynamiek en beweging, presentatie binnen eigen jaargroep.



### Leerjaar 9

Vakspecifiek:

Uitwerking van geometrische vormen (iedere leerling heeft een individuele vorm toegepast in de gezamenlijke beweging), majeur en mineurgebaren toegepast in twee verschillende muziekstukken waarbij de leerlingen een actieve rol spelen in de choreografie.

Werkvormen:

Zelfwerkzaamheid en presentatie waarin nieuwe en eerder geleerde vaardigheden worden toegepast, choreografie op een gedicht of deel van epische vertelling gebaseerd op de oude culturen (met hier tegenover gezet de humor in woord en gebaar), presentatie op jaarfeest of afscheidsfeest.

