

1	nr	Leerlijn	Thema	x les	Kernactiviteit	1 ^e	2 ^e	d	Zorg	Basis	Vervolg	Gevord	
A	1	Lopen	Duurlopen	3	Kofschiploop								
	6	Werpen (atletiek)	Werpen	1	Vortex afstand werpen								
	10	Doelspelen (hand)	Vormen van handbal	3	Cirkelbal 4 tegen 4 (halve zaal) (blz 75)	81	75						
	10	Doelspelen (hand)	Vormen van Frisbee	2	4 tegen 4 vakfrisbee met sloot								
	12	Doelspelen (lopen)	Vormen van American football	2	Flag Football 5 tegen 3								
	13	Inbl. en uitmaken	Slag en loopspelen	3	Hit and run 6-6 met optossen								
	13	Inbl. en uitmaken	Tikspelen	1	Niveau 1 en 2 spelen								
		r1	Bewegen regelen	Arrangementen helpen inrichten		opstellen, handschoenen, honken, simpele velden uitzetten, ballen verzamelen							
				15									
B	10	Doelspelen (hand)	Vormen van basketbal	4	Basketbal 5 tegen 5								
	17	Terugslagspelen	Racketachtige spelen	2	Badminton met elkaar 1-1	100	95						
	20	Springen (tur)	Vrije sprongen	1	rechtstandig springen								
	21	Springen (tur)	Steunsprongen	2	Handstand vormen, hurkwenden kast								
	24	Zwaaien	Hangend zwaaien	1	mt (tip)salto schuin vlak								
	25	Zwaaien	Steunend zwaaien	1	Rekstok borstwaartsom								
	25	Zwaaien	Steunend zwaaien	2	Trapezozwaaien met koppeltje-af	131	124	d	x	x	x	x	
	g3	Gezond bewegen	Fitter bewegen	2	Steps								
	r1	Bewegen regelen	Arrangementen helpen inrichten										
	r2	Bewegen regelen	Onder leiding hulpverleners										
				15									
C	1	Lopen	Duurlopen (interval)	1	Shuttle run								
	5	Springen (atl)	Hoogtesprongen	2	Schotse sprong met plank								
	9	Bom	Uitvoeren van een dansmotief	2	dans 4 x 8 (basispas aerobic)								
	15	Inbl. en uitmaken	Tikspelen	1	Niveau 2 en 3 spelen								
	16	Terugslagspelen	Volleybalachtige spelen	3	Circulatie minivolleybal 4-4								
	21	Springen (tur)	Steunsprongen	2	Hurkwendsprong	116	109	d	x	x	x	x	
	23	Zwaaien	Hangend zwaaien	2	Ringen/touwen/schommelen								
	21	Springen (tur)	Steunsprongen	1	Spreidsprong plank								
36	Klimmen	Bolderen	1	Klimmen zaal 2									
	r1	Bewegen regelen	Arrangementen helpen inrichten										
	r2	Bewegen regelen	Onder leiding hulpverleners										
				15									
D	11	Doelspelen (voet/stick)	Vormen van (uni)hockey	2	Uni-hockey 2 tegen 2 met kameleon								
	14	Inbl. en uitmaken	Afgooispelen	2	Niveau 1 en 2 spelen								
	16	Terugslagspelen	Volleybalachtige spelen	3	3 niveau's: volledig minivolleybal en met vangen van de opslag 5-5								
	18	Balanceren	Acrobatiek	2	Acro kaarten								
	19	Balanceren	Balanceren op losse voorwerpen		Tonlopen	108	102	d	x	x	x	x	
	21	Springen (tur)	Vrije sprongen	1	Salto achterover								
	21	Springen (tur)	Vrije sprongen	1	Herhaald springen grote tramp met noodstop								
	26	Stoeispelen	Vormen van judo	2	Grondgevecht								
36	Klimmen	Klimmen	2	Klimmen zaal 5									
	r1	Bewegen regelen	Arrangementen helpen inrichten										
	r2	Bewegen regelen	Onder leiding hulpverleners										
				15									
E	2	Lopen	Sprinten	2	60 m sprint vanuit startblokken								
	3	Springen (atl)	Enkelvoudige vertesprongen	2	Hurkend verspringen (buiten)	52	47	d	x	x	x	x	
	10	Doelspelen (hand)	Vormen van korfbal	3	Vier tegen vier op verlaagd korf + rva zijkant								
	11	Doelspelen (voet)	Vormen van voetbal	3	Voetbal 4 tegen 4 twee doelen, zonder keeper								
	13	Inbl. en uitmaken	Slag en loopspelen	5	3 honkensoftbal 6-6 optossen	90	85	d	x	x	x	x	
	r1	Bewegen regelen	Arrangementen helpen inrichten										
				15									