**EINDOPDRACHT THEMA 4: SPORTEN KGT**

In deze **eindopdracht** ga je onderzoek doen naar een bepaalde sport. Hoe kun je in een bepaalde sport excelleren? Succes!

**Wat ga je doen?**

1. Maak een groepje van 4 leerlingen
2. Verdeel de taken: Planner, Voorzitter, Controleur en Verslaggever
3. De taken staan vast op papier en iedereen zet daar een handtekening onder (teken het samenwerkingscontract)
4. Kies een sport uit die je gaat onderzoeken
5. Maak een poster over de sport en ga in op de volgende onderwerpen:
   1. Beschrijf de sport en geef voorbeelden van bekende topsporters; Welke bewegingen maak je in deze sport? Hoe kun je die verbeteren?
   2. Beschrijf welke **motivatie** een sporter nodig heeft om topsporter te worden
   3. Welke spieren moet je **trainen**? Op welke manier?
   4. Hoe kom je aan **energie**? Hoe train je je **conditie**? Hoeveel **tijd** per week?
   5. Beschrijf welke **lichaamsbouw** noodzakelijk isin de sport die je hebt gekozen
   6. Beschrijf welke **sportvoeding** belangrijk is
   7. Welke middelen zouden prestatieverhogend kunnen werken?
6. Maak op je poster tekstblokken met uitleg en maak gebruik ook foto’s, afbeeldingen of tekeningen
7. Je hebt **2 blokken** voor deze opdracht
8. Overleg goed met elkaar en werk samen!

Heel veel succes met de eindopdracht van Thema 4

**Wat heb je nodig?**

* Samenwerkingscontract
* Laptop
* Papier/stiften/potloden/enzovoorts

**Afronding van de opdracht**

Alles jullie als groep tevreden zijn over het resultaat mogen jullie de eindopdracht inleveren bij je docent. Deze zal beoordeeld worden en mogelijk ga je de poster presenteren aan de rest van de klas.