

Programma van Inhoud en Toetsing (PIT)

| | | | |
|--|--|---|------------------------------------|
| Vak: LO | | Klas: 2 MH | |
| Algemene informatie: | Wat moet je kennen: | Wat moet je kunnen: | Toetsing: |
| Onderdeel Basketbal Lesperiode: Zomervakantie - Herfstvakantie Aantal lessen per week: 2 Extra: De leerlingen van havo/vwo2 hebben in de activiteitenweek voor de kerstvakantie een basketbaltoernooi. | <ul style="list-style-type: none">• Spelregels | <ul style="list-style-type: none">• Gooien met een basketbal.<ul style="list-style-type: none">o Chestpass.o Bouncepass.• Vangen van een basketbal.<ul style="list-style-type: none">o Twee handen• Open van aanspeellijnen (vrijlopen).• Sluiten van af- en aanspeellijnen (verdedigen). | Praktische toetsing: Weging: 1x |

Programma van Inhoud en Toetsing (PIT)

| | | | |
|--|---|---|------------------------------------|
| Vak: LO | | Klas: 2 MH | |
| Algemene informatie: | Wat moet je kennen: | Wat moet je kunnen: | Toetsing: |
| Onderdeel: Turnen Lesperiode: Zomervakantie - Herfstvakantie Aantal lessen per week: 2 | <ul style="list-style-type: none">• Veiligheidsregels van de onderdelen:<ul style="list-style-type: none">○ Salto springen.○ Trapeze zwaaien.• Je moet weten hoe je kunt hulpverlening. | <ul style="list-style-type: none">• Salto voorwaarts vanuit een trampoline.• In steunzwaai zwaaien aan een trapeze vanaf verhoogd vlak met afsprong. | Praktische toetsing: Weging: 1x |

Programma van Inhoud en Toetsing (PIT)

| | | | |
|--|---|---|------------------------------------|
| Vak: LO | | Klas: 2 MH | |
| Algemene informatie: | Wat moet je kennen: | Wat moet je kunnen: | Toetsing: |
| Onderdeel: Bewegen en gezondheid Lesperiode: Voorjaarsvakantie – meivakantie Aantal lessen per week: 3 | <ul style="list-style-type: none">• Wat is de eurofittest?• De onderdelen van de eurofittest.• Wat zijn calorieën?• Hoe lang duurt het om calorieën te verbranden? | <ul style="list-style-type: none">• Je moet je resultaten kunnen meten.• Je moet je resultaten kunnen vergelijken met gemiddelden. | Praktische toetsing: Weging: 1x |