

Programma van Inhoud en Toetsing (PIT)

Vak: LO		Klas: 1 MH	
Algemene informatie:	Wat moet je kennen:	Wat moet je kunnen:	Toetsing:
<p>Onderdeel: Atletiek</p> <p>Lesperiode: Zomervakantie - Herfstvakantie</p> <p>Aantal lessen per week: 3</p>	<p><i>Verspringen:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Wat is een schrede-verte-sprong • Hoe gaat de aanloop bij het verspringen. <p><i>Sprint:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Startsignalen. <ul style="list-style-type: none"> o 'Op u plaatsen' o 'Klaar' o 'Af' • Starttekens. <ul style="list-style-type: none"> o Arm omhoog. o Arm midden. o Arm omlaag. 	<p><i>Verspringen</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Schrede-verte-sprong <ul style="list-style-type: none"> o Aanloop o Sprong o Landing • Afstand meten met een meetlint. <p><i>Sprint</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • 30m sprinten • Tijd meten met een stopwatch. 	<p>Praktische toetsing: Weging: 1x</p>

Programma van Inhoud en Toetsing (PIT)

Vak: LO		Klas: 1 MH	
Algemene informatie:	Wat moet je kennen:	Wat moet je kunnen:	Toetsing:
<p>Onderdeel: Basisvaardigheden</p> <p>Lesperiode: Zomervakantie - Herfstvakantie</p> <p>Aantal lessen per week: 3</p> <p>Methode: Startschot</p> <p>Hoofdstuk: Hoofdstuk 7.2</p> <p>Bladzijde: 136 t/m 142</p>	<p><i>Blessurepreventie:</i> Warming-up</p> <ul style="list-style-type: none"> • Blessurepreventie, tekst. • Blessurepreventie, plaatjes. <p>Algemene regels bij LO</p> <p>Omgangsregels bij LO</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Toepassen van de tekst. • De plaatjes uitleggen. 	<p>Schriftelijke overhoring Weging: 1x</p>

Programma van Inhoud en Toetsing (PIT)

Vak: LO		Klas: 1 MH	
Algemene informatie:	Wat moet je kennen:	Wat wordt beoordeeld	Toetsing:
Onderdeel: Inzet Lesperiode: 1e rapport Aantal lessen per week: 3		<i>Inzet:</i> <ul style="list-style-type: none">• Meedoen in de les.• Spullen in orde.• Op tijd komen.• Omgang met andere leerlingen.• Omgang met de docent.• Omgang met materiaal.• Meehelpen.	Praktische toetsing Weging: 1x