

# Programma van Inhoud en Toetsing (PIT)

|   |   |  |                                    |
|---|---|--|------------------------------------|
| <b>Vak: LO</b>  |   | <b>Klas: 2 MH</b>  |                                    |
|   |   |  |                                    |
| <b>Algemene informatie:</b>   | <b>Wat moet je kennen:</b>  | <b>Wat moet je kunnen:</b>   | <b>Toetsing:</b>                   |
| Onderdeel<br><b>Volleybal</b><br><br>Lesperiode:<br>Kerstvakantie - voorjaarsvakantie<br><br>Aantal lessen per week:<br>2 | <b>Smashbal:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Spelregels smashbal.</li><li>• Opstelling in het veld.</li></ul> | <b>Smashbal:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Je moet de bal kunnen smashen.</li><li>• Je moet een set-up kunnen geven aan je medespeler.</li></ul> | Praktische toetsing:<br>Weging: 1x |

# Programma van Inhoud en Toetsing (PIT)

|   |   |  |  |
|---|---|--|--|
| <b>Vak: LO</b>  |   | <b>Klas: 2 MH</b>  |  |
|   |   |  |  |
| <b>Algemene informatie:</b>   | <b>Wat moet je kennen:</b>  | <b>Wat moet je kunnen:</b>   | <b>Toetsing:</b>                           |
| <p>Onderdeel:<br/><b>Zelfverdediging</b></p> <p>Lesperiode:<br/>Kerstavakantie - voorjaarsvakantie</p> <p>Aantal lessen per week:<br/>2</p> | <p><i>Boksen:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Veiligheidsregels van boksen.</li> <li>• De verschillende technieken van aanvallen.</li> <li>• Hoe je kan verdedigen.</li> </ul> <p><i>Stoeivormen</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Veiligheidsregels.</li> <li>• De verschillende technieken</li> </ul> | <p><i>Boksen:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Technieken: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jab</li> <li>• Cross</li> <li>• Hoek</li> <li>• Uppercut</li> </ul> </li> </ul> <p><i>Stoeivormen</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kanteltechnieken</li> <li>• Houdgrepen</li> </ul> | <p>Praktische toetsing:<br/>Weging: 1x</p> |

# Programma van Inhoud en Toetsing (PIT)

|   |                            |   |                                   |
|---|----------------------------|---|-----------------------------------|
| <b>Vak: LO</b>  |                            | <b>Klas: 2 MH</b>   |                                   |
|   |                            |   |                                   |
| <b>Algemene informatie:</b>   | <b>Wat moet je kennen:</b> | <b>Wat wordt beoordeeld</b>   | <b>Toetsing:</b>                  |
| Onderdeel:<br><b>Inzet</b><br><br>Lesperiode:<br>2e rapport<br><br>Aantal lessen per week:<br>3 |                            | <i>Inzet:</i> <ul style="list-style-type: none"><li>• Meedoen in de les.</li><li>• Spullen in orde.</li><li>• Op tijd komen.</li><li>• Omgang met andere leerlingen.</li><li>• Omgang met de docent.</li><li>• Omgang met materiaal.</li><li>• Meehelpen.</li></ul> | Praktische toetsing<br>Weging: 1x |