

8 lk valinnainen palloilu- ja kuntoilukurssi / 1. jakso 2019 / liikunnanopettaja Jussi Parvi

perjantai 8.10-9.30

Viikko	Aihe	Paikka	Varapaikka	Huom!
33	Lentopallo	Koululla		
34	Kinnball + norsupallo	Wallsport		
35	Pesis	Kotijoukkue areena		
36	Futis + loikat	Jääurheilukeskus		
37	Salibandy + keskivartalo	Koulun salit		
38	Ultimate + crossfit (joukkue)	Jääurheilukeskus		
39	Kuntosali	Wallsport		
40	Koripallo + keskivartalotreeni	Koulun salit		
41	Sulkapallo + kehonhuolto	Koulun salit		

Muista liikuntatunnilla:

- Varaa aina asianmukainen liikuntavarustus! (verkkarit/tuulipuku sään mukaan, lenkkarit/sisäliikuntakengät aiheen mukaan, vaihtovaatteet, peseytymisvälineet)
- Saavu liikuntatunnille ajoissa ja liikennesääntöjä noudattaen
- Toiminta alkaa vasta opettajan johdolla

Valinnaisen liikunnan arvioinnissa korostuu OMAN ASENTEEN merkitys ja TUNTITYÖSKENTELY.