

Poikien perusliikunta / 3.jakso 2022 / lehtorit Antti Kuusisto & Jussi Parvi

Viikko	Aihe	Paikka	Huomioitavaa
1	Kuntosali	Urheilutalo	
2	Luistelu/Jääpelit	Jääurheilukeskus	Omat luistimet
3	Luistelu/Jääpelit	Jääurheilukeskus	Omat luistimet
4	Telinevoimistelu	Koulun salit	
5	Telinevoimistelu	Koulun salit	
6	Hiihto	Jääurheilukeskus	Omat sukset
7	Hiihto	Jääurheilukeskus	Omat sukset
8	Ohjelma viritteillä ☺	Ilmoitetaan lähempänä	
9	Talviloma!	Hiihdä, luistele, ulkoile!	Hyvää lomaa!!
10	Uinti	Uimahalli	Uimahousut ja -lasit
11	Uinti	Uimahalli	Uimahousut ja -lasit

7.lk yksöistunti AINA koululla, ellei toisin sovita! 7 ACD aina urheilutalolla!

Liikunnassa muistettavaa:

- **Tunneille aina aiheen mukainen varustus +** vaihtovaatteet ja peseytymisvälineet
- Liikuntapaikoille ajoissa liikennesääntöjä noudattaen. Lähdä heti edellisen tunnin päätyttyä.
- **Muista hyvä käytös:** edustat itseäsi, liikuntaryhmääsi, perhettäsi ja Lyseota
- **Sade tai ”hankala keli” ei estä liikkumasta!** Varaudu ulkona sateeseen, tuuleen, kylmään...
- **Toiminta alkaa vasta opettajan johdolla** (Odotetaan opettajan tuloa)

Liikunnan arviointi peruskoulussa, Seinäjoen lyseo

Liikunnan tietojen ja taitojen oppiminen 50 % numerosta



Työskentelytaitojen oppiminen 50 % numerosta

