

SEINÄJOEN YHTEISKOULU/ LIIKUNNANOPETUKSEEN LIITTYVIÄ OHJEITA

Siirtyminen suorituspaikoille:

- Liikuntapaikoille ajoissa ja liikennesääntöjä noudattaen edellisen tunnin päätyttyä.
- Ulkotunnit aloitetaan ilman päivänavausta suorituspaikoilla klo 8.10.
- Sisätunneille vasta kellon soitua.
- Sisätunneilla päivän ensimmäinen tunti alkaa kokoontumisella pukuhuoneeseen jossa kuunnellaan aamunavaus 8.10

Pukeutuminen:

- Varaa vaihtovaatteet liikuntatunnille (myös jalkineet)
- Sisätunneilla urheiluhousut -ja paita, paljaat jalat tai sisäkengät
- Ulos verryttely tai tuulipuku sekä lenkkarit
- Saliin ei ulkokengillä
- Pyyhe peseytymistä varten
- Uimavaatteiden ja pyyhkeen lainaaminen uimahallilta 1.50€/ kpl
- Polkupyörä, luistimet, sukset hyvä olla itsellä. Lainaa varusteet tarvittaessa - osoitat aktiivisuuttasi!
- Talviliikuntaan kunnon päähineet ja ulkovarusteet! Sisäliikunnassa et tarvitse huiveja/lippiksiä.

Muita ohjeita:

- Liikuntatunneista vapautetaan lääkärintodistusta vastaan tai vanhemman Wilma-ilmoituksella. Toipilas osallistuu ohjelmaan vointinsa mukaan tai seuraa opetusta. Tule siis aina tunnille vaikka olisit toipilas.
- Arvoesineet jätä suosiolla kotiin liikuntapäivänä (sormukset, kellot, korut) → koulu ei korvaa kadonneita/rikkoutuneita arvoesineitä.
- Kännykät erilliseen koriin, kun tunti salissa. (Ulkona puhelin omalla vastuulla omassa repussa)
- Purkat, karkit, energiajuomat eivät kuulu liikuntatunnille. Vesipullo mukaan!
- Liikunnanopettajat paljon poissa koululta, joten vastaaminen viesteihin saattaa kestää.
- Ryhmien liikuntasuunnitelmat ovat esillä koulun nettisivuilla. Muutoksista ilmoitamme erikseen Wilman kautta.

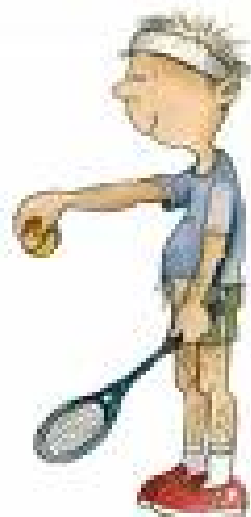
Liikuntanumero:

Koostuu neljästä osa-alueesta:

- 50% Oppimisesta ja taidoista
- 50% Työskentelystä, aktiivisuudesta ja yrittämisestä

Kurssiarvio tapahtuu:

- 1 arviointi syyslukukauden osaaminen
- 2 arviointi kevätlukukauden osaaminen



MUKAVAA ALKAVAA LUKUVUOTTA!

Liikunnanopettajat