

# 9-luokan pitkä valinnainen torstaisin klo 8-9.30 / 3.jakso 2023 / lehtori Mari Jouppila

| Viikko | Aihe               | Paikka                 | Huomioitavaa                      |
|--------|--------------------|------------------------|-----------------------------------|
| 2      | Kehonhuolto        | Koulun salit           | <i>Liikuntavarustus!</i>          |
| 3      | Opinlakeus-messut  |                        |                                   |
| 4      | Leikit ja pelit    | Koulun salit           | <i>Liikuntavarustus!</i>          |
| 5      | Kuntosali          | Areena b               | <i>Liikuntavarustus!</i>          |
| 6      | Kehonhallinta      | Urheilutalon painisali | <i>Liikuntavarustus!</i>          |
| 7      | Luistelu           | Jääurheilukeskus       | <i>Liikuntavarustus!</i>          |
| 8      | Lentopallo         | Koulun salit           | <i>Liikuntavarustus!</i>          |
| 9      | Talviloma          | Talviloma              |                                   |
| 10     | Pulkkamäki         | Joupiska               | <i>Pulkka tai liukuri mukaan!</i> |
| 11     | Kinball/haavipallo | Areena b               | <i>Liikuntavarustus</i>           |

## Liikunnassa muistettavaa:

- **Tunneille aina aiheen mukainen varustus +** vaihtovaatteet ja peseytymisvälineet
- Liikuntapaikoille ajoissa liikennesääntöjä noudattaen. Lähde 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

