

8.lk pitkä valinnainen / 3.jakso 2026 / lehtori Antti Kuusisto

Torstaisin klo 13.05–14.30

Viikko	Aihe	Paikka	Huomioitavaa
2	Jalkapallo	Wallsport	<i>Pukeudu lämpimästi!</i>
3	Ultimate/Kinball	Wallsport	<i>Pukeudu lämpimästi!</i>
4	Salibandy	Areena B-halli	<i>Sisäliikuntavarustus!</i>
5	Kaupunkisota	Urheilutalo	<i>Sisäliikuntavarustus!</i>
6	Kuntosali	Areena B-halli	<i>Sisäliikuntavarustus!</i>
7	Koripallo	Urheilutalo	<i>Sisäliikuntavarustus!</i>
8	Pickleball	Areena B-halli	<i>Sisäliikuntavarustus!</i>
9	Talviloma ☺	Hiihdä, luistele, tee lumiukkoja!	<i>Hyvää lomaa!!</i>
10	Jääpelit	Jääurheilukeskus	<i>Luistimet mukaan!</i>
11	Toivekerta	Suunnitellaan yhdessä	Jotain kivaa ☺

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

