

8-luokan PK-kurssi / 3.jakso 2026 / lehtori Antti Kuusisto

Perjantaisin klo 8.10–9.30

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

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

