

8-luokan valinnaisliikunta / 4.jakso 2026 / Laura Pienisaari

Torstaisin klo 13.05-14.35

Viikko	Aihe	Paikka	Huomioitavaa
12	Kehonhallinta/ kehonhuolto	Urheilutalo	<i>Liikuntavarustus joka tunnille!</i>
13	Futsal	Urheilutalo	
14	Kuntosali + mailapelit	Koululla	
15	Palautuminen/ ft-opiskelija	Koululla	<i>Taidetestaajien jälkeen 7.tunti klo 14-14.45!</i>
16	Pelit ja leikit/ oppilaiden ideat	Koululla	
17	TET	-	
18	Kinball	Wallsport	
19	Kevätretki	Joupiska, kokoontuminen jäärheilukeskuksella	
20	Helatorstai	-	
21	Toivekerta	?	
22	?	?	

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



