

8.lk pitkä valinnainen / 2.jakso 2026 / lehtori Antti Kuusisto

Torstaisin klo 13.05–14.30

Viikko	Aihe	Paikka	Huomioitavaa
43	Salibandy	Urheilutalo	<i>Sisäliikuntavarustus!</i>
44	Koripallo	Urheilutalo	<i>Sisäliikuntavarustus!</i>
45	Pickleball	Urheilutalo	<i>Sisäliikuntavarustus!</i>
46	Polttopallo + futsal	Urheilutalo	<i>Sisäliikuntavarustus!</i>
47	Kuntosali	Urheilutalo kuntosali	<i>Sisäliikuntavarustus!</i>
48	Lentopallo	Urheilutalo	<i>Sisäliikuntavarustus!</i>
49	Jääpelejä	Jääurheilukeskus	<i>Omat luistimet!</i>
50	Jääpelejä	Jääurheilukeskus	<i>Omat luistimet!</i>
51	Keilaus, biljardi, darts	Seinäjoen keilahalli	<i>Ota 5 € mukaan!</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

