MC / LIIKUNTASUUNNITELMA Syyslukukausi 2025

9C_9F_9G perusopetus

VKO	Tavoitteet	LIIKUNTAMUOTO	PAIKKA	VARUSTUS	HUOM!
33		9C = alkuinfo + ulkoliikuntaa koulun lähialue	koulun kenttä / piha	ulkoliikuntavarustus	kokoontuminen ala-aulassa
34	T4, T5	Frisbee-golf	Huuhan maasto	sisäliikuntavarusteet	
35	T4, T10	Pesäpallo	koulun kenttä	ulkoliikuntavarustus	
36	T4, T5	Jalkapallo	Puijon jalkapallo kenttä	ulkoliikuntavarustus	Kokoontuminen Puijon jp-kentällä
37	T5, T10	Lenkkeily, aerobisen kunnon harjoittelu	Valkeisen lampi	ulkoliikuntavarustus	
38	T4	9C,9F = Pesäpallo 9G = polkujuoksu, Puijo	Puijon pesäpallo-stadion	ulkoliikuntavarustus	Kokoontuminen Puijon pp-stadionilla
39	T10	suunnistus 1.	Puijon maasto	ulkoliikuntavarustus	vaihtokengät! Kokoontuminen Puijon jp-stadionin pukuhuone
40	T10	suunnistus 2.	Puijon maasto	ulkoliikuntavarustus	vaihtokengät!
41	T10	suunnistus 3.	Puijon maasto	ulkoliikuntavarustus	vaihtokengät!
42		**SYYSLOMA**			
43	T2, T5	pallopelit + kestävyysjuoksumittaus	kuopiohalli	sisäliikuntavarustus	lenkkarit
44	T4, T5	Koripallo	koulun sali	sisäliikuntavarustus	
45	T2, T6, T5	uinti	uimahalli	uintivarustus, pefletti	
46	T2, T6, T5	uinti	uimahalli	uintivarustus, pefletti	
47	T4,T5,T10	9C ja 9F=Ultimate + jalkapallo 9G = kuntosali	kuopiohalli	sisäliikuntavarusteet	
48	T2, T10	9C ja 9F=Telinevoimistelu 9G = pienryhmän valinta	kuopiohalli	sisäliikuntavarustus	9G (parketti, yu, ks)
49	T2,T10,	musiikkiliikunta/ tanssi	koulun sali	norm. kouluasu	
50	T2,T10	musiikkiliikunta/ tanssi	koulun sali	norm. kouluasu	
51	T2,T4,T10	Koulugolf	koulun sali	normi kouluasu	
52		joululoma			

Tavoitteet kaikilla liikuntatunneilla: T1: aktiivisuus ja yrittäminen, T3: tasapaino- ja liikkumistaidot, T7: turvallinen ja asiallinen toiminta, T8: yhteistyö- ja vuorovaikutustaidot, T9 reilu peli ja vastuullisuus ryhmässä

Tuntisisällön mukaan painotusalue (merkitty suunnitelmaan): T2: havaintomotoriikka, T4: välineen-käsittelytaidot, T5: fyysisten ominaisuuksien arviointi ja kehittymistaidot, T6: uimataito ja vedestä pelastautuminen, T10: itsenäinen työskentely ja vastuu omasta toiminnasta