

## 1A-luokan liikuntasuunnitelma, kevät 2026

Viikko (päivä)	Mitä teemme?	Huomioi tämä:
2	pulkkamäki	säähän sopivat ulkovaatteet, mukavat kengät
3	hiihto	sukset, monot, lämpimät vaatteet
4	hiihto	- ” -
5	hiihto	- ” -
6	hiihto	- ” -
7 (12.2.)	luistelu	luistimet ja kypärä
8 (19.2.)	luistelu	- ” -
9	HIIHTOLOMA	
10 (5.3.)	uinti	uimapuku, pyyhe, pefletti, pitkät hiukset kiinni
11 (12.3.)	uinti	- ” -
12 (19.3.)	uinti	- ” -
13	telinevoimistelu	sisäliikuntavarusteet
14	sisäliikunta	- ” -
15	sisäliikunta	- ” -
16	sisäliikunta	- ” -
17	ulkoliikunta	säähän sopivat ulkovaatteet, mukavat kengät
18	ulkoliikunta	- ” -
19	ulkoliikunta	- ” -
20	ulkoliikunta	- ” -
21	ulkoliikunta	- ” -
22	ulkoliikunta	- ” -

- Lapsen on helpompaa tunnistaa omat varusteensa, kun ne on nimetty.
- Suksia ja sauvoja voi halutessaan säilyttää koulun ulkovarastossa hiihtokauden ajan.
- Talvella ulkoliikunnan pakkasraja on  $-15^{\circ}\text{C}$ .

