

Liikuntasuunnitelma 2. lk. (kevät 2024)

Tästä tiedotteesta löytyy kevään alustava liikuntasuunnitelma. Liikumme ulkona niin paljon kuin mahdollista. Sisäliikuntaan on kuitenkin hyvä varautua, jos sääennuste lupaa huonoa säätä.

Liikuntatunneilla keskeistä on myönteinen asenne, parhaansa yrittäminen sekä muiden huomioiminen ja kannustaminen 😊

Liikuntatuntien vaatetus:

Ulkoliikuntaan oppilaat tarvitsevat säänmukaiset liikkumisen mahdollistavat vaatteet sekä kengät. Pakkasraja on -15 astetta. Sisäliikunnassa oppilailla tulee olla liikkumiseen sopiva paita ja housut. Liikuntasalissa liikutaan paljain jaloin. Halutessaan voi ottaa mukaan myös juomapullon. Mahdolliset korut, kellot ja sormukset tulee ottaa pois ennen liikuntatuntia.

vko 5	Luistelu
vko 6	Luistelu
vko 7	Hiihto
vko 8	Oppilaiden toiveleikit sisällä
vko 9	TALVILOMA
vko 10	Hiihto
vko 11	Mäenlasku
vko 12	Mäenlasku/pihapelit
vko 13	Voimistelu/musiikkiliikunta
vko 14	2. pääsiäispäivä, ei liikuntaa
vko 15	Pallopelit ulkona tai sisällä
vko 16	Pallopelit ulkona tai sisällä
vko 17	Lipunryöstö
vko 18	Ulkoliikunta
vko 19	Luontoretkeily
vko 20	Suunnistus
vko 21	Ulkopalloilu
vko 22	Oppilaiden toivepelit

Liikunnan iloa! t. Tessa-ope