

LÄNSI-PUIJON KOULUN LIIKUNTASUUNNITELMA

Syksy

vko 34 pelit/leikit
vko 35 ulkoliikuntaa/yleisurheilu
vko 36 ulkoliikuntaa/yleisurheilu
vko 37 ulkoliikuntaa/yleisurheilu
vko 38 ulkoliikuntaa/yleisurheilu
vko 39 ulkoliikuntaa/suunnistus
vko 40 ulkoliikuntaa/suunnistus
vko 41 ulkoliikuntaa/suunnistus
vko 42 SYYSLOMA
vko 43 sisäliikuntaa
vko 44 sisäliikuntaa/lentopallo
vko 45 sisäliikuntaa/lentopallo
vko 46 sisäliikuntaa
vko 47 sisäliikuntaa/telinevoimistelu
vko 48 sisäliikuntaa/telinevoimistelu
vko 49 sisäliikuntaa

Kevät

vko 2 hiihto/luistelu/ulkopelit
vko 3 hiihto/luistelu/ulkopelit
vko 4 hiihto/luistelu/ulkopelit
vko 5 hiihto/luistelu/ulkopelit
vko 6 hiihto/luistelu/ulkopelit
vko 7 hiihto/luistelu/ulkopelit
vko 8 hiihto/luistelu/ulkopelit
vko 9 hiihto/luistelu/ulkopelit
vko 10 HIIHTOLOMA
vko 11 hiihto/luistelu/ulkopelit
vko 12 hiihto/luistelu/ulkopelit
vko 13 sisä/ulkopelejä
vko 14 sisä/ulkopelejä
vko 15 sisä/ulkopelejä
vko 16 sisä/ulkopelejä
vko 18 ja 19 sisä/ulkopelejä

Kovalla pakkasella ja sateella liikuntatunnit pidetään salissa.

Turnauksia (sähly/jalkapallo) ennen harjoitellaan ko. lajeja. Uintiopetusta on luokkatasoisesti liikuntatoimen aikataulun mukaisesti

Oppilaat peseytyvät liikuntatuntien jälkeen sovituksi.

TAVOITTEET

Oppilas

- kokee liikunnan iloa ja saa virikkeitä liikunnan harrastamiseen.

- kehittää motorisia perustaitojaan ja oppii liikunnan lajitaitoja.

- oppii ymmärtämään yhteyksiä liikunnan ja hyvinvoinnin välillä.

- oppii turvallisia liikuntataitoja.

- oppii hyvää käytöstä, sääntöjen noudattamista, suvaitsevaisuutta, reilun pelin hengen toteuttamista ja tappion kestämistä.

- huolehtii vaatteet ja liikuntavälineet liikuntatunteja varten