

MC / LIIKUNTASUUNNITELMA  
Kevät 2024

9D, 9F, 9G / perusopetus

VKO	Tavoitteet	LIIKUNTAMUOTO	PAIKKA	VARUSTUS	HUOM!
1	-	-	-	-	-
2	T2, T4, T10	Luistelu + jääpelit	koulun kenttä	ulkoliikuntavarustus	
3		tet			
4		tet			
5	T2, T4, T10	YU / 50m + kestävyysmittaus, cooper	Kuopiohalli	sisäliikuntavarustus	muista lenkkarit
6	T2, T10	koripallo	koulun sali	sisäliikuntavarustus	
7	T2, T10	9D,9F=jalkapallo 9G = pihapelit	Kuopiohalli koulun piha	sisäliikuntavarustus ulkoliikuntavarustus	
8	T2, T4, T10	9D = pihapelit 9F = talvilenkkeily 9G = lentopallo	koulun piha reitti / sää? koulun sali	ulkoliikuntavarustus sisäliikuntavarustus	
9	T2, T4, T10	Jääpelit + luistelu tai hiihto	koulun kenttä / Huuhan maasto	ulkoliikuntavarustus	
10		<b>talviloma</b>			
11	T4	Telinevoimistelu	Kuopiohalli	sisäliikuntavarustus	
12	T2,T10	Salibandy	Kuopiohalli	sisäliikuntavarustus	
13	T5, T10	jalkapallo + ultimate	Kuopiohalli	sisäliikuntavarustus	Pitkäperjantai 29.3.24
14	T2, T10	Lentopallo	koulun sali	sisäliikuntavarustus	
15	T4, T5	kuntosaliharj	kuopiohalli	sisäliikuntavarustus	
16	T2, T6	uinti / vesipelit	uimahalli	uimavarustus	
17	T4	9D,9F = sulkapallo 9D= koripallo	kuopiohalli koulun sali	sisäliikuntavarustus	
18	T2, T6	uinti	uimahalli	uimavarustus	Vappu ke 1.5.24
19	T4, T10	pesäpallo	puijon pesäpallo stadion	ulkoliikuntavarustus	
20	T4	jalkapallo	Puijon jalkapallo kenttä	ulkoliikuntavarustus	
21	T4	Pienryhmän valinnat	Valkeinen	ulkoliikuntavarustus	
22	T4, T10	frisbee-golf / lenkkeily	Huuhan maasto	ulkoliikuntavarustus	

**Talviliikunnan pakkasraja -15°C (koulun mittari oppitunnin alussa).**

**Muista talviliikuntaan liittyvä kerrospukeutuminen ja pipo + hanskat!!.**

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: välineenkäsittelytaidot, T5: fyysisten ominaisuuksien arviointi ja kehittymistaidot, T6: uimataito ja vedestä pelastautuminen, T10: itsenäinen työskentely ja vastuu omasta toiminnasta.