

Minna Canthin koulu / TUVA

SUUNNITELMA, Arjen taidot

Kevät 2025 (ke klo 09-11)

VKO	Tavoitteet	LIIKUNTAMUOTO	PAIKKA	VARUSTUS	HUOM!
1					
2	T2, T4, T10	kuntosaliharj	Kuopiohalli	sisäliikuntavarustus	S2-tuva
3	T2, T4, T10	Kevään suunnittelu	Puistokoulu	normi	
4	T2, T5, T4	Kuntosali + jalkapallo	kuopiohalli	sisäliikuntavarustus	
5	T2, T5, T4	Kuntosali + käsipallo	kuopiohalli	sisäliikuntavarustus	
6	T2, T4, T10	Yleisurheilu + Pienryhmän valinnat	kuopiohalli	sisäliikuntavarustus	
7	T2, T4, T10	Talviliikunta, luistelu	Ice-maraton rata, Matkustajasatama	ulkoliikuntavarusteet	Luisteliijoilla kypäräpakko !
8	T2, T4,	koripallo	MC koulun sali	sisäliikuntavarustus	os. Ruotsinkatu 35, 70600 Kuopio
9	T4, T5, T10	Pienryhmän valinnat / pienpelit	Kuopiohalli	sisäliikuntavarustus	Cooper / eritt.tutkinto
10		talviloma			
11	T2, T5, T4	Kuntosali	kuopiohalli	sisäliikuntavarustus	
12	T2, T6,	uinti + muut vaihtoehdot	uimahalli	uimavarustus	pefletti Uinti / eritt.tutkinto
13	T5, T10	Kuntosali + jalkapallo	kuopiohalli	sisäliikuntavarustus	
14	T5, T10	Tutustuminen Luolaan, kuntosali	Luola	sisäliikuntavarustus	os. Loistekatu 12, 70210 Kuopio
15	T4, T2	Lentopallo	MC koulun sali	sisäliikuntavarustus	os. Ruotsinkatu 35, 70600 Kuopio
16	T2, T6	uinti + muut vaihtoehdot	uimahalli	uimavarustus	pefletti
17	T4	koripallo ym.	kuopiohalli	sisäliikuntavarustus	
18	T2, T5	Jalkapallo	Puijon jp-stadio	ulkoliikuntavarustus	
19	T4, T10	pallopelit, tennis	Mölymäki	ulkoliikuntavarustus	
20	T4, T10	Pienryhmän valinta	Valkeisen lähiliikuntapaikka	ulkoliikunta- varusteet	
21	T4, T5	frisbee-golf / lenkkeily	Huuhan maasto MC koululta lähtö	ulkoliikuntavarustus	os. Ruotsinkatu 35
22	T4, T10	picnic + pienpelit	Valkeisen alue	säänmukainen, soveltuva asu.	

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.