

7C ja 7G perusopetus

| VKO | Tavoitteet | LIIKUNTAMUOTO | PAIKKA | VARUSTUS | HUOM! |
|-----|----------------|---|------------------------------|-------------------------|--|
| 33 | | | | | MOK-viikko |
| 34 | T4, T5 | 7F, 7H = alkuinfoa + ulkoliikuntaa koulun lähialue | koulun kenttä / piha | ulkoliikuntavarustus | kokoontuminen ala- aulassa |
| 35 | T4, T10 | Pesäpallo | Puijon pesäpallo- stadion | ulkoliikuntavarustus | Kokoontuminen Puijon pp-stadionilla |
| 36 | T4, T5 | Jalkapallo | Puijon jalkapallo kenttä | ulkoliikuntavarustus | Kokoontuminen Puijon jp-kentällä |
| 37 | T5, T10 | Lenkkeily, aerobisen kunnon harjoittelu | Valkeisen lampi | ulkoliikuntavarustus | |
| 38 | T4 | Pesäpallo | koulun kenttä | ulkoliikuntavarustus | |
| 39 | T10 | luontoliikunta / karttaretki | koulun maasto | ulkoliikuntavarustus | vaihtokengät! |
| 40 | T10 | luontoliikunta / suunnistus 1. | koulun maasto | ulkoliikuntavarustus | vaihtokengät! |
| 41 | T2, T5, T10 | luontoliikunta / suunnistus 2. | koulun maasto | ulkoliikuntavarustus | vaihtokengät! |
| 42 | | SYYSLOMA | | | |
| 43 | T2, T6, T5 | uinti | uimahalli | uintivarustus, pefletti | |
| 44 | T4, T5 | kestävyysjuoksumittaus | kuopiohalli | sisäliikuntavarustus | lenkkarit |
| 45 | T2, T5, T3 | 7G = Telinevoimistelu 7C = jalkapallo + ultimate | kuopiohalli | sisäliikuntavarustus | |
| 46 | T2, T6, T5 | uinti | uimahalli | uintivarustus, pefletti | |
| 47 | T4, T10 | musiikkiliikunta/ tanssi | koulun sali | norm. kouluasu | |
| 48 | T2, T10 | musiikkiliikunta/ tanssi | koulun sali | norm. kouluasu | |
| 49 | T2, T10, T5 | Ultimate + sovelluspelit varakerta / kestävyysjuoksu | kuopiohalli | sisäliikuntavarusteet | |
| 50 | T2, T10 | Telinevoimistelu | kuopiohalli | sisäliikuntavarustus | |
| 51 | T2, T10 | Koulugolf | koulun sali | normi kouluasu | |
| 52 | | joululoma | | | |
| | | | | | |

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: välineen-käsittelytaidot, T5: fyysisten ominaisuuksien arviointi ja kehittymistaidot, T6: uimataito ja vedestä pelastautuminen, T10: itsenäinen työskentely ja vastuu omasta toiminnasta