

# MC / LIIKUNTASUUNNITELMA

## Syyslukukausi 2024

### 8MIVI\_ perusopetus

| VKO | Tavoitteet      | LIIKUNTAMUOTO  | PAIKKA                    | VARUSTUS                                     | HUOM!   |
|-----|-----------------|--|---------------------------|--|---|
| 32  |                 |  |                           |  | -   |
| 33  |                 | Suunnittelu pe 16.8  |                           |  | MOK (ma-ke)                                     |
| 34  | T2, T4, T10, T5 | frisbee-golf / lenkki  | Huuha /koulun pururata    | ulkoliikuntavarustus                         |   |
| 35  | T2, T4, T10     | Pesäpallo + lenkkeily  | Puijo ppstadion           | ulkoliikuntavarustus                         | Koontuminen suoraan Puijon pp-stadionilla klo 8 |
| 36  | T4, T10         | Jalkapallo + muuta   | Puijon jalkapallokenttä   | ulkoliikuntavarustus                         | osoite: Suurmäentie 85. Kokoontuminen täällä.   |
| 37  | T10, T4         | Ulkopalloilu / ultimate + muut vaihtoehdot                             | Puijon jalkapallokenttä   | ulkoliikuntavarustus                         | osoite: Suurmäentie 85. Kokoontuminen täällä.   |
| 38  | T2, T4, T10     | Pesäpallo + lenkkeily  | koulun kenttä             | ulkoliikuntavarustus                         |   |
| 39  | T10             | luontoliikunta / kaupunkisuunnistus                                    | Huuha/ lähialue           | ulkoliikuntavarustus                         |   |
| 40  | T10, T4         | mailapelit + luontoliikunta  | koulun Sali Huuhan maasto | sisäliikuntavarustus<br>ulkoliikuntavarustus |   |
| 41  | T10, T4, T5     | Sulkapallo + kuntosali   | kuopiohalli               | sisäliikuntavarustus                         | Koontumien kuopiohallin katsomossa.             |
| 42  |                 | <b>SYYSLOMA</b>  |                           |  |   |
| 43  | T2, T6          | uinti  | uimahalli                 | uintivarustus, pefletti                      |   |
| 44  | T5, T10         | yleisurheilu   | kuopiohalli               | sisäliikuntavarustus                         | muista lenkkerit                                |
| 45  | T2, T5 T10      | Vaihtoehdot:<br>1.pilates, tanssi, jooga<br>2. ryhmätyöt, terveystieto | Koulun Sali luokkatila    | sisäliikuntavarusteet<br>normi kouluasu      | kokoontuminen sali<br>kokoontuminen ala-aula    |
| 46  | T2, T6          | Terveystieto   | koulu                     | normi kouluasu                               | kokoontuminen ala-aula                          |
| 47  | T2, T10, T4     | Terveystieto   | koulu                     | normi kouluasu                               | kokoontuminen ala-aula                          |
| 48  | T2, T10<br>T5,  | kuntosali  | kuopiohalli               | sisäliikuntavarustus                         |   |
| 49  | T2, T10, T5     | -  | -                         | -  |   |
| 50  | T2, T4, T10     | Pienryhmän valinnat  | kuopiohalli               | sisäliikuntavarustus                         |   |
| 51  | T2, T10         | -  | -                         | -  | Joulujuhla                                      |
| 52  |                 | <b>JOULULOMA</b>   |                           |  |   |
| 1   |                 |  |                           |  |   |

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