

MC / LIIKUNTASUUNNITELMA

Syyslukukausi 2024

9F,9H_ perusopetus

VKO	Tavoitteet	LIIKUNTAMUOTO	PAIKKA	VARUSTUS	HUOM!
32					
33	T5, T10	Suunnittelu + ulkoliikuntaa Pienryhmän valinnat	Koulun piha / kenttä	ulkoliikuntavarustus	
34	T2, T4, T10	Aerobinen harjoittelu, lenkkeily	Koulun pururata	ulkoliikuntavarustus	
35	T2, T4, T10	9F = Pesäpallo 9H = fribee-golf	Puijo ppstadion koulu / huuha	ulkoliikuntavarustus	
36	T4, T10	Jalkapallo	Puijon jp-kenttä	ulkoliikuntavarustus	
37	T10, T5	Aerobisen kunnon lenkkeily	Valkeinen	ulkoliikuntavarustus	
38	T2, T4, T10	Pesäpallo	koulun kenttä	ulkoliikuntavarustus	
39	T10	Suunnistus 1	Puijo	ulkoliikuntavarustus	Kokoontuminen Puijolla
40	T10	Suunnistus 2	Puijo	ulkoliikuntavarustus	jp-kenttien pukuhuoneet
41	T10	Suunnistus 3	Puijo	ulkoliikuntavarustus	
42		SYSSLOMA			
43	T2, T6	uinti	uimahalli	uintivarustus, pefletti	
44	T5	kesävyysjuoksu / cooper	kuopiohalli	sisäliikuntavarustus	muista lenkkerit
45	T2, T4, T10	telinevoimistelu	kuopiohalli	sisäliikuntavarustus	
46	T2, T6	uinti	uimahalli	uintivarustus, pefletti	
47	T2, T10	9F =Musiikkiliikunta,tanssit 9H =Musiikkiliikunta,tanssit	kuopiohalli koulun sali	norm. kouluasu	
48	T2, T10 T5,	9F =Musiikkiliikunta, tanssit 9H= kuntosali	koulun Sali kuopiohalli	norm. kouluasu sisäliikuntavarustus	
49	T2, T10	Jalkapallo	kuopiohalli	sisäliikuntavarustus	
50	T2, T4, T10	telinevoimistelu	kuopiohalli	sisäliikuntavarustus	
51	T2, T10	koulugolf	koulun sali	normi kouluasu	
52		JOULULOMA			
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