Oppilaan nimi ja luokka:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**LIIKUNNANOPETUKSEN TURVALLISUUSOHJEITA JA SÄÄNTÖJÄ**

**1 § LIIKUNTAPAIKOILLE KULKEMINEN**

* oppilaat kulkevat pääsääntöisesti liikuntapaikoille itsenäisesti kävellen tai pyöräillen yhdessä sovittuja reittejä pitkin ja liikennesäätöjä noudattaen (kypärä päässä)

**2 § PUKEUTUMINEN**

* tuntia varten pukeudutaan liikuntatuntia edeltävällä välitunnilla, liikuntapaikan pukuhuoneessa. Jos liikuntapaikalla ei ole osoitettua pukukoppia pukeudutaan koululla ja siirrytään liikuntavarusteissa liikuntapaikalle.
* varaa asiallinen liikunta-asu jokaiselle liikuntatunnille sekä pyyhe peseytymistä varten -> henkilökohtaisesta hygieniasta huolehtiminen ja asianmukaisesti varustautuminen on osa tuntityöskentelyä
* Pakkasraja on 17 C°

**3 § TUNTITYÖSKENTELY**

* kaikki tuntien aikana tapahtuva toiminta on osa tuntityöskentelyä
* tunneilla työskennellään vaihtelevilla ryhmäkokoonpanoilla, joukkueilla ja pareittain; aina näissä asioissa ei voida toteuttaa oppilaiden toiveita, on osa hyvää tuntityöskentelyä pystyä toimimaan tarvittaessa kenen vain luokan oppilaan kanssa yhteistyössä ja sovussa
* liikuntatunneilla ei kiusata, kuten ei muunkaan koulupäivän aikana
* kaikista koululiikunnan lajeista ei tarvitse tykätä, mutta asian ilmaiseminen julkisesti kaikille tunnin aikana on pois jokaisen muun tunnille osallistuvan liikuntanautinnosta; mieti siis miten mielipiteesi tunnilla ilmaiset
* tuntityöskentely on merkittävin yksittäinen osa liikunnan arvioinnissa; kaikki edellä mainittu vaikuttaa arviointiin korottavasti tai laskevasti

**4 § LIIKUNTATILOISSA LIIKKUMINEN**

* välitunnilla liikuntatiloissa oleskelu sallittua opettajan luvalla
* saleissa ei liikuta ulkojalkineissa

**4 § LIIKUNTATILOISSA LIIKKUMINEN (jatkuu)**

* saleissa käytetään sisäliikuntaan tarkoitettuja jalkineita tai liikumme avojaloin; sukkasillaan emme liiku turvallisuussyistä
* jätä pois korut, silmälasit, kellot jne. muu särkyvä, muutoin ne ovat omalla vastuullasi. Mieti myös otatko puhelimen mukaasi ulkoliikuntatunnille, kastumisesta johtuva särkyminen on omalla vastuullasi

**5 §** **LIIKUNTATUNNIT**

* eri suorituspaikoille (esim. Pyynikin uimahalli, Pyynikin urheilukenttä, Pyynikin näkötorni, Nääshalli) siirrytään välitunnin aikana **liikennesääntöjä noudattaen**
* omien eväiden tuominen kouluun on sallittua, jopa suotavaa päivinä jolloin on liikuntaa. Eväiden hankinta tulee kuitenkin ajoittaa koulun ulkopuoliselle ajalle. Kaupoilla käymisestä koulupäivän aikana on järjestyssäännöissä säädetty seuraamukseksi jälki-istuntoa
* kaksoistunnit pidämme yhteen menoon; mikäli päivän viimeinen tunti on koulun ulkopuolisella liikuntapaikalla, koulupäivä loppuu liikuntapaikalle

**6 § MUITA OHJEITA**

* mikäli oppilas ei osallistu sairauden tai muun syyn vuoksi liikunta tai uimatunnille, pyydämme vanhempia laittamaan viestiä asiasta Helmissä etukäteen
* makeiset, purukumit ja mehut pois liikuntatunnilla
* mikäli olet viimeinen lähtijä Koulukadun kentällä, muista palauttaa avain vahtimestarille
* yleensä liikunnan tunneilla ei käytetä puhelimia, eikä koulu vastaa niiden rikkoutumisesta liikuntatuntien aikana
* joillakin tunneilla puhelinta voidaan käyttää vapaaehtoisesti tutustuen erilaisiin liikuntasovelluksiin (esim. suunnistus, karttapalvelut, Sports tracker jne.) Myös tällöin laitteesta ja sen kunnosta vastaa oppilas itse
* **koulu ei vastaa kadonneesta omaisuudesta. Mieti tarvitsetko kouluun mukaan sellaista arvokasta, jonka joku saattaa varastaa.**

Olen lukenut turvallisuusohjeet ja hyväksyn ne. (Vanhempi)

Allekirjoitus:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Nimen selvennys: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_