

Arkikäytännöt liikuntatunteihin liittyen

Liikuntatunneille meneminen:

- Liikuntatunnille mennään välitunnin jälkeen.
- Liikuntatunneilla ollaan säähän sopivissa liikuntavaatteissa.
- Liikuntavaatteet vaihdetaan välitunnin jälkeen pukuhuoneessa (poikkeuksista ilmoittaa opettaja)
- Pukuhuoneessa odotetaan liikuntatunnin alkamista. Liikuntasaliin siirrytään opettajan johdolla.

Peseytyminen:

- Liikuntatunnin jälkeen on mahdollisuus käydä suihkussa. Sisäliikuntatunnin jälkeen pestään kädet ja jalat.

Luistelu:

- Luistimet laitetaan jalkaan luistelukopissa – ei käytävässä!
- Oman opettajan luvalla luistinten laittaminen välitunnilla on sallittu.
- Jälle saa mennä vasta, kun opettaja antaa luvan.
- Jäällä käytetään aina kypärää.
- Ei pelata kiekolla.

Hiihto:

- Hiihtämään mennään vasta oman opettajan luvalla.
- Välituntipihalla ei hiihdetä. Pihan on ahdas ja usein hiekoitettu.

Pakkasraja:

- Kovalla pakkasella voi olla sisäliikuntaa.
- Huomioithan, että pakkasella voi päivän mittaan laskea.