

Ritaharjun koulun liikuntasuunnitelma, kevät 2024

	vko	huom!	1.lk	2.lk	3.lk	4.lk	5.lk	6.lk
TAMMIKUU	2	VIIKOT 2-4 olosuhteiden mukaan luistelua ja hiihtoa	liukuminen, tasapainotaidot, välineenkäsitteily- taidot	liukuminen, tasapainotaidot, välineenkäsitteily- taidot	liukuminen, tasapainotaidot, välineenkäsitteily- taidot	liukuminen, tasapainotaidot, välineenkäsitteily- taidot	liukuminen, tasapainotaidot, välineenkäsitteily- taidot	liukuminen, tasapainotaidot, välineenkäsitteily- taidot
	3							
	4							
HELMIKUU	5	VIIKOT 5-7 olosuhteiden mukaan hiihtoa	liukuminen, tasapainotaidot	liukuminen, tasapainotaidot	liukuminen, tasapainotaidot	liukuminen, tasapainotaidot	liukuminen, tasapainotaidot	liukuminen, tasapainotaidot
	6							
	7							
MAALISKUU	8	luistelu, talviurheilu	liukuminen, tasapainotaidot, välineenkäsitteily- taidot	liukuminen, tasapainotaidot, välineenkäsitteily- taidot	liukuminen, tasapainotaidot, välineenkäsitteily- taidot	liukuminen, tasapainotaidot, välineenkäsitteily- taidot	liukuminen, tasapainotaidot, välineenkäsitteily- taidot	liukuminen, tasapainotaidot, välineenkäsitteily- taidot
	9							
	10	HIIHTOLOMA						
MAALISKUU	11	talviurheilu ja -liikunta	liukuminen, tasapainotaidot	liukuminen, tasapainotaidot	liukuminen, tasapainotaidot	liukuminen, tasapainotaidot	liukuminen, tasapainotaidot	liukuminen, tasapainotaidot
	12	pallopelit, esim. salibandy, lentopallo	lyöminen, työntäminen, heittäminen, kiinnittäminen	lyöminen, työntäminen, heittäminen, kiinnittäminen	lyöminen, työntäminen, heittäminen, kiinnittäminen	lyöminen, työntäminen, heittäminen, kiinnittäminen	lyöminen, työntäminen, heittäminen, kiinnittäminen	lyöminen, työntäminen, heittäminen, kiinnittäminen
	13							
HUHTIKUU	14	voimistelu, telinevoimistelu	tasapaino- ja liikkumistaidot	tasapaino- ja liikkumistaidot	tasapaino- ja liikkumistaidot	tasapaino- ja liikkumistaidot	tasapaino- ja liikkumistaidot	tasapaino- ja liikkumistaidot
	15							
	16	pallopelit, esim. salibandy, lentopallo	lyöminen, työntäminen, heittäminen, kiinnittäminen	lyöminen, työntäminen, heittäminen, kiinnittäminen	lyöminen, työntäminen, heittäminen, kiinnittäminen	lyöminen, työntäminen, heittäminen, kiinnittäminen	lyöminen, työntäminen, heittäminen, kiinnittäminen	lyöminen, työntäminen, heittäminen, kiinnittäminen
TOUKOKUU	17							
	18	pallopelit, frisbee	lyöminen, heittäminen, kiinnittäminen	lyöminen, heittäminen, kiinnittäminen	lyöminen, heittäminen, kiinnittäminen	lyöminen, heittäminen, kiinnittäminen	lyöminen, heittäminen, kiinnittäminen	lyöminen, heittäminen, kiinnittäminen
	19							
	20	pallopelit, esim. pesäpallo	lyöminen, heittäminen, kiinnittäminen	lyöminen, heittäminen, kiinnittäminen	lyöminen, heittäminen, kiinnittäminen	lyöminen, heittäminen, kiinnittäminen	lyöminen, heittäminen, kiinnittäminen	lyöminen, heittäminen, kiinnittäminen
TOUKOKUU	21							
	22		ulkoliikunta	ulkoliikunta	ulkoliikunta	ulkoliikunta	ulkoliikunta	ulkoliikunta

TALVELLA ULKOLIIKUNNASSA PAKKASRAJA -18 ASTETTA, ELLEI OMA OPETTAJA ILMOITA TOISIN.

Mahdollisista muutoksista ilmoittaa liikunnanopettaja / luokanvalvoja.

Yhtä aikaa opettavat sopivat kenttien, jään, latujen yms. käytöstä keskenään.

Sisäpelikengät on hyvä hankkia, mikäli sellaisia ei vielä ole. Erilliset liikuntavaatteet (paita, housut ja sukat) sekä pyyhe kuuluu jokaisen liikuntatunnin varustukseen. Tarvittaessa varustaudu liikuntatunnille sekä ulko- että sisäliikuntavaatein.

Mikäli joudut olemaan poissa liikuntatunneilta, ilmoita siitä liikunnanopettajalle ja luokanvalvojalle. Poissaolot sallitaan vain huoltajan, opettajan tai terveydenhoitajan kirjallisella luvalla.

Jos jokin asia mietityttää tai haluat kysyä jotain liikuntatunteihin liittyen, liikunnanopettajat vastaavat mielellään kysymyksiisi.