

## Ritaharjun koulun liikuntasuunnitelma, syksy 2024

	vko	ALAKOULU	1.lk	2.lk	3.lk	4.lk	5.lk	6.lk
ELOKUU	33	ryhmätymisleikkejä	Urheilua	Urheilua	Urheilua	Urheilua	Urheilua	Urheilua
	34	yleisurheilu, pallopelit	Välineenkäsittely- ja liikkumistaidot	Välineenkäsittely- ja liikkumistaidot	Välineenkäsittely- ja liikkumistaidot	Välineenkäsittely- ja liikkumistaidot	Välineenkäsittely- ja liikkumistaidot	Välineenkäsittely- ja liikkumistaidot
	35						MOVE	
SYYSKUU	36	suunnistus, pihakartta	Kartanluku ja kuntoliikunta	Kartanluku ja kuntoliikunta	Kartanluku ja kuntoliikunta	Kartanluku ja kuntoliikunta	Kartanluku ja kuntoliikunta	Kartanluku ja kuntoliikunta
	37							
	38							
LOKAKUU	39	suunnistus, pihakartta	Kartanluku ja kuntoliikunta	Kartanluku ja kuntoliikunta	Kartanluku ja kuntoliikunta	Kartanluku ja kuntoliikunta	Kartanluku ja kuntoliikunta	Kartanluku ja kuntoliikunta
	40							
	41							
	42	SYYSLOMA						
MARRASKUU	43	mailapelit	Välineenkäsittely- ja liikkumistaidot	Välineenkäsittely- ja liikkumistaidot	Välineenkäsittely- ja liikkumistaidot	Välineenkäsittely- ja liikkumistaidot	Välineenkäsittely- ja liikkumistaidot	Välineenkäsittely- ja liikkumistaidot
	44							
	45							
JOULUKUU	46	kunto- ja musiikkiliikunta	Tasapainotaidot ja fyysiset kunto-ominaisuudet	Tasapainotaidot ja fyysiset kunto-ominaisuudet	Tasapainotaidot ja fyysiset kunto-ominaisuudet	Tasapainotaidot ja fyysiset kunto-ominaisuudet	Tasapainotaidot ja fyysiset kunto-ominaisuudet	Tasapainotaidot ja fyysiset kunto-ominaisuudet
	47							
	48							
	49	kunto- ja musiikkiliikunta	Tasapainotaidot ja fyysiset kunto-ominaisuudet	Tasapainotaidot ja fyysiset kunto-ominaisuudet	Tasapainotaidot ja fyysiset kunto-ominaisuudet	Tasapainotaidot ja fyysiset kunto-ominaisuudet	Tasapainotaidot ja fyysiset kunto-ominaisuudet	Tasapainotaidot ja fyysiset kunto-ominaisuudet
50								
51								

**Alakoulun uintiviikot: Linnunrata&Megatähti viikoilla 44-45, Pyrstö&Kosmos viikot 46-47. Jos luokalle ei ole ko. viikolla uintivuoroa, edetään liikuntasuunnitelman mukaan.**

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 sisä

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

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