

# 9-luokan PK-kurssi / 1.jakso 2024 / lehtori Antti Kuusisto

## Maanantaisin klo 13.05–14.30

Viikko	Aihe	Paikka	Huomioitavaa
33	Tennis	Jääurheilukeskus	<i>Liikuntavarustus!</i>
34	Frisbeegolf	<a href="#">Käpälikön fribarata</a>	<i>Ota omia fribakieikkoja!</i>
35	Pesäpallo	PP-stadion	<i>Liikuntavarustus!</i>
36	Crossfit	<a href="#">SeAMK ulkokuntosali</a>	<i>Frami F-H välissä</i>
37	Suunnistusta	Jääurheilukeskus	<i>Vaihtovaatteet/kengät</i>
38	Jalkapallo	Jääurheilukeskus	<i>Liikuntavarustus!</i>
39	Porrastreeni	Jouppilanvuoren elämysportaati	<i>Juomapullo mukaan!</i>
40	<b>Open Campus SeAMK</b>	9.lk tutustumassa klo 11.30–15	
41	<b>9.lk TET viikko!</b>	Mukavaa TET-viikkoa 😊	

### Liikunnassa muistettavaa:

- **Tunneille aina aiheen mukainen varustus +** vaihtovaatteet ja peseytymisvälineet
- Liikuntapaikoille ajoissa liikennesääntöjä noudattaen. Lähde heti edellisen tunnin päätyttyä.
- **Muista hyvä käytös:** edustat itseäsi, liikuntaryhmääsi, perhettäsi ja Lyseota
- **Sade tai ”hankala keli” ei estä liikkumasta!** Varaudu ulkona sateeseen, tuuleen, kylmään...
- **Toiminta alkaa vasta opettajan johdolla** (Odotetaan opettajan tuloa)

### Liikunnan arviointi peruskoulussa, Seinäjoen lyseo

#### Liikunnan tietojen ja taitojen oppiminen 50 % numerosta



#### Työskentelytaitojen oppiminen 50 % numerosta

