



Haukivuoren liikkuva yhtenäiskoulu

Kalevankangas

3.2.2015

Näillä alkuun

- ✓ Pitkät välitunnit
 - ✓ Oppilailla luistelumahdollisuus
- ✓ Sisävälitunnit, jolloin koulun liikuntasali välineineen luokan käytössä
 - ✓ Koulunkäyntiavustaja valvomassa (ei lisää valvontoja)
- ✓ Koulukummitoiminta ja välkkärit
- ✓ Liikuntaläksyt ja -haasteet
- ✓ Välinehankintoja välituntiliikuntaan yhteistyössä oppilaskunnan kanssa
- ✓ Liikuntakerhot pienille ja isommille oppilaille
- ✓ Liikuntavälipalat oppitunneille
- ✓ Toiminnallisen oppimisen lisääminen
- ✓ PERIAATE: Ei lannistuta, jos joku järjestely ei toimi vaan muutetaan paremmaksi



ALAKOULU

9-9.50	1. oppitunti
9.50-10.15	välitunti
10.15-12	2. ja 3. oppitunti + ruokailu
12-12.15	välitunti
12.15-13	4. oppitunti
13.-13.30	välitunti
13.30-15.00	5. Ja 6. välitunti

YLÄKOULU

9-10.35	1. Ja 2. oppitunti
10.35-11.15	Ruokailu + välitunti
11.15-12	3. oppitunti
12-12.15	välitunti
12.15-13	4. oppitunti
13.-13.30	välitunti
13.30-15.00	5. Ja 6. välitunti



Liikuntaläksyt 26.1.-1.2.

(5 lk suunnittelemat)

1. Pelaa hankipalloa
2. Kaiva 10 kuoppaa lumeen
3. Ravistele lunta puista (vähintään 5)
4. Käy hiihtämässä tai luistelemassa 60 min
5. Parkouraa puoli tuntia (hypi ja pompi esteiden yli)
6. Tee 50 kyykkyhyppyä
7. Venyttele jokaisen liikuntasuorituksen jälkeen kädet, kyljet, selkä ja jalat
8. Oma valinta (mikä?)

<https://sites.google.com/site/haukivuorenyhtenaiskoulu/liikkuva-koulu/liikuntalaeksyt>