

Liikunnan ajankäyttösuunnitelma 2026-2027

Kuukausi	Viikko	Sisältöalueet	
Elokuu	33 34 35	Yleisurheilu Juokseminen, hyppääminen, heittäminen, nopeus ja kestävyys	Ulkoliikunnassa säävara.
Syyskuu	36 37 38 39	Ulkopalloilu Välineenkäsittelytaidot, joukkuepelit, heittäminen ja kiinniottaminen	5. ja 8. luokkien Move!-testit syyskuun alussa.
Lokakuu	40 41 42 <i>Syysloma</i> 44	Luontoliikunta ja suunnistus Ympäristön havainnointi, liikkuminen maastossa ja erilaisissa ympäristöissä Sisäpalloilu Sisäpalloilu	
Marraskuu	45 46 47 48	Sisäpalloilu Välineenkäsittely, mailapelit, heittäminen ja kiinniottaminen	
Joulukuu	49 50 51 <i>Joululoma</i>	Kuntoliikunta ja voimistelu voima ja tasapainotaidot, liikkuvuus, voimistelu telineillä ja ilman	
Tammikuu	1 2 3 4	Luistelu liikkuminen ja tasapainotaidot, mailapelit	Hiihdossa ja luistelussa säävara.
Helmikuu	5 6 7 8	Hiihto liikkuminen ja tasapainotaidot	Jatketaan hiihto- / luistelukautta kelien mukaan tarvittaessa.
Maaliskuu	9 <i>Talviloma</i> 11 12 13	Voimistelu voima ja tasapainotaidot, musiikki- ja rytmiliikunta, tasapainoilu eri asennoissa ja korkeuksissa Sisäpalloilu	
Huhtikuu	14 15 16 17	Sisäpalloilu mailapelit ja välineenkäsittely	
Toukokuu	18 19 20 21	Ulkopalloilu heittäminen, kiinniottaminen, lyöminen	

- Liikuntavarusteet: urheiluvaatteet + kengät, juomapullo ja pyyhe. (Vaihtovaatteet)
- Liikuntahallille ja urheilukentälle sekä sieltä takaisin siirrytään yhdessä kävellen.
- Suuremmista muutoksista ja erityisohjelmasta ilmoitetaan erikseen. Sateisella ilmalla siirrytään ulkoliikunnasta sisälle. *Seurata sääennusteita.*