

**LIIKUNNAN VUOSISUUNNITELMA  
KAUKOVAINION KOULU LV. 2012 - 2013**

VKO	PVÄ	LIIKUNTAMUOTO	VKO	PVÄ	LIIKUNTAMUOTO
33	13.8.	Yleisurheilu	1	31.12	Luistelu / Koripallo
34	20.8.	Yleisurheilu	2	7.1.	Luistelu / Koripallo
35	27.8.	Yleisurheilu	3	14.1.	Luistelu / Koripallo
36	3.9.	Yleisurheilu	4	21.1.	Luistelu / Sisäpalloilu
37	10.9.	Yleisurheilu	5	28.1.	Luistelu / Sisäpalloilu
38	17.9.	Yleisurheilu / Suunnistus	6	4.2.	Luistelu / Sisäpalloilu
39	24.9.	Suunnistus / Perusvoim.	7	11.2.	Hiihto / MU-LI
40	1.10.	Suunnistus / Perusvoim.	8	18.2.	Hiihto / MU-LI
41	8.10.	UINTIVIIKKO	9	25.2.	Hiihto
42	15.10.	Jalkapallo / telinevoim.	10	4.3.	H I I H T O L O M A
43	22.10.	S Y Y S L O M A	11	11.3.	Hiihto / Telinevoim.
44	29.10.	Jalkapallo / Telinevoim.	12	18.3.	Hiihto / Telinevoim
45	5.11.	Jalkapallo / Telinevoim.	13	25.3.	Hiihto / Lentopallo
46	12.11.	Jalkap./Telinev./Välinevoim.	14	1.4.	Maastoliik. / Lentopallo
47	19.11.	Maastoleikit / Kuntop.	15	8.4.	Maastoliik. / Lentopallo
48	26.11.	Musiikkiliikunta / Jalkapallo	16	15.4.	Maastoliik. / Lentopallo
49	3.12.	Luistelu / Koripallo	17	22.4.	Pesäpallo / Sisäliikunta
50	10.12.	Luistelu / Koripallo	18	29.4.	Pesäpallo / Sisäliikunta
51	17.12.	Luistelu / Koripallo	19	6.5.	Pesäpallo / Sisäliikunta
52		J O U L U L O M A	20	13.5.	Pesäpallo / Sisäliikunta
			21	20.5.	Pesäpallo / Sisäliikunta
			22	27.5.	Pesäpallo / Sisäliikunta

Liikuntatunneilla on oltava liikuntavarusteet.

Oppilas tarvitsee seuraavia varusteita:

- 1) Verryttelypuku tai vastaava asu (ei farkkuja, reisitaskuhousuja ym.), lenkkikengät
- 2) Syys- ja talviliikuntavarusteet sään mukaan
- 3) Sisäliikuntavarusteet: paita + housut tai voimistelupuku
- 4) Uimahousut tai -puku ja pyyhe
- 5) Luistimet + jääkiekko- / jääpallomaila ja kypärä
- 6) Hiihtovarusteet: sukset, sauvat, monot
- 7) Pyyhe

Mikäli oppilas ei voi osallistua liikuntatunnille, on hänellä oltava kirjallinen lupa lääkäriltä / terveydenhoitajalta tai vanhemmilta.