

Puolalan yläkoulun valinnaisaine

Liikunta

Valinnainen liikunta on liikuntaa ja yhdessä tekemistä motivoituneessa ryhmässä. Valinnaisessa liikunnassa syvennetään taitoja ja tietoja eri lajeissa sekä tutustutaan monipuolisesti eri liikuntamuotoihin vuodenaikojen mukaan. Opetusryhmällä on mahdollisuus vaikuttaa enemmän tuntien sisältöihin kuin perusliikunnassa. Valinnaisessa liikunnassa voidaan toteuttaa myös lajikokeiluja.

Valinnaisen liikunnan voit valita joko 8 –luokalle tai 9 –luokalle. Valinnaisesta liikunnasta ei tule erikseen numeroa, valinnainen liikunta vaikuttaa normaaliin liikunnannumeroon.

Alla on kuvia viime vuosien valinnaisliikunnan tarjonnasta.



