

## LIIKUNTAPOLKU-tapahtumat

### Ykkösluokat

Lasten Liikuntamaa - monipuolista liikuntaa ja leikkiä Joulukuu, Karhuhalli

### Kakkosluokat

Telinevoimistelu ja parkour -kiertue

Kevätlukukausi, kaikki alakoulut

### Kolmosluokat

Laskettelu

Helmi-maaliskuu, Ruosniemen hiihtokeskus

### Nelosluokat

Luistelu - Porin Ässät

Lokakuu, Astora Areena

### Vitosluokat

Seikkailuliikunta - melonta, kiipeily, ryhmätoiminta

Elokuu, Ruosniemen Ankkis

### Kutosluokat

Pyöräsankarit, Koululiikuntaliitto - toteutus 6. luokkien opettajat ja oppilaat Toukokuu, valtakunnallisella pyöräilyviikolla

### Seiskaluokat

Para School Day - soveltava liikunta, vammaisurheilu Toukokuu, urheilutalo

### Kasiluokat

Luontoliikunta - fatbike ja melonta

Toukokuu, Lanajuopa/Hevosluoto

### Ysiluokat

Crossfit - vierailu crossfitsalilla ja tutustuminen toiminnalliseen harjoitteluun

Lukuvuoden aikana

## UINNINOPETUS

Porissa opetussuunnitelman mukaan alakoululaisille järjestetään uinninopetusta 2., 4. ja 6. luokalla. Koulujen pienryhmille sekä erityiskouluille järjestetään uinteja vuosittain. Näiden lisäksi koulut voivat järjestää muita uimahallikäyntejä varaamalla Timmi-järjestelmästä vapaana olevia allastiloja käyttöönsä.

**2.-luokan** uinninopetuksen tavoitteena on oppia uinnin alkeistaidot, joita ovat 10 metrin alkeisuimataito, esineen sukellus pohjasta rintasyvyisestä vedestä, selin kellunta, liuku pintaa pitkin sekä hyppy altaan reunalta rintasyvyiseen veteen.

Video: [Treenaa uintia Matti Mattssonin kanssa, 2. luokka](#)

**4.-luokan** uinninopetuksen tavoitteena on oppia 50 metrin uimataito, liuku pinnan alla, hyppy altaan reunalta uintisyvyiseen veteen sekä vedenpoljenta vähintään 20 sekuntia.

Video: [Treenaa uintia Matti Mattssonin kanssa, 4. luokka](#)

**6.-luokalla** tavoitteena on saavuttaa uimataito, jonka määritelmänä käytetään Pohjoismaista uimataitotestiä. *"Uimari, joka uintisyvyiseen veteen pudottuaan ja pintaan päästyään ui pysähtymättä 200m, josta vähintään 50m selällään, on uimataitoinen."* (Suomen Uimaopetus- ja Hengenpelastusliitto)

Video: [Treenaa uintia Matti Mattssonin kanssa, 6. luokka](#)

Alakoulujen uinnin opetuksesta vastaa uinninohjaaja Heidi Forma. Luokan opettaja on vastuussa oppilaista ja valvoo oppilaita puku- ja pesutiloissa. Luokan opettaja on mukana seuraamassa opetusta ja auttamassa, jos joku oppilas vaatii erityistä valvontaa esimerkiksi terveydellisten syiden vuoksi.

**Yläkouluissa** uinninopetuksesta vastaa koulujen liikunnanopettajat. Uinninopetuksen tavoitteena on vahvistaa uima- ja vesipelastustaitoja, jotta oppilas osaa sekä uida että pelastautua ja pelastaa vedestä. Uimatuntien sisältöihin kuuluu mm. erilaisia uintiharjoitteita, matkaintia, vesipelejä, pelastusvälineiden käyttöön tutustumista sekä vesipelastuksen perustaitojen harjoittelua.

## KILPAILUTOIMINTA

### Elokuu: Frisbeegolf

3–6 lkt, Toejoki Discgolf Park  
Yläkoulut, Kirjurinluoto

### Syyskuu: Yleisurheilu

3–6 lkt, Stadion  
Yläkoulut, Stadion, yhteistyö KLL

### Syyskuu: Jalkapallo

3–6 lkt, Herralahti, tekonurmi  
Yläkoulut - luokkajoukkueet, Karhuhalli, yhteistyö KLL

### Lokakuu: Suunnistus

3–6 lkt, Porin metsä  
Yläkoulut, Porin metsä

### Marraskuu: Shakki

1–6 lkt - yksilökilpailu, urheilutalo  
Yläkoulut - yksilökilpailu, urheilutalo  
Joukkuekilpailut maaliskuussa

### Marraskuu: Salibandy

3–6 lkt, urheilutalo  
Yläkoulut, urheilutalo

### Joulukuu: Uinti torstaina 12.12.

1–6 lkt, uimahalli  
Yläkoulut, uimahalli

### Tammikuu: Jääpallo

3–6 lkt, tekojää

### Helmikuu: Hiihto

3–6 lkt, Porin metsä  
Yläkoulut, Porin metsä

### Maaliskuu: Telinevoimistelu / Jumppasirkus

1–6 lkt, urheilutalo, yhteistyö KLL

### Maaliskuu: Shakki

1–6 lkt - joukkuekilpailu, urheilutalo  
Yläkoulut - joukkuekilpailu, urheilutalo

### Huhtikuu: Oman tanssin kisa keskiviikkona 16.4.

1–6 lkt, urheilutalo, yhteistyö KLL  
Yläkoulut, urheilutalo, yhteistyö KLL

**Toukokuu: Oman tanssin kisa**  
Valtakunnallinen finaalityöpahtuma, Porin urheilutalo (alustava)

### Toukokuu: Maastojuoksu

1–6 lkt, Porin metsä  
Yläkoulut, Porin metsä

### Toukokuu: Koulupesä

3–6 lkt, Stadion  
Yläkoulut, Stadion, yhteistyö KLL

HUOM! Tapahtumat ovat Porin kaupungin omia tapahtumia, joihin osallistuminen on maksutonta ja näihin järjestetään tarvittaessa kuljetukset. Tapahtumiin osallistuvien oppilaiden mukaan lähtee aina koulun opettaja. Osa kilpailutapahtumista tuotetaan yhteistyössä Koululiikuntaliiton Satakunnan piirin kanssa.