

LIIKUNNANOPETUKSEN TUNTISUUNNITELMA

Opettaja(t): Sanni Sääntti, Elmeri Qvintus, Johanna Viitanen & Noora Tuomi **PVM** 3.11 **KLO** 8.15-8.30 (15min) **RYHMÄ** lukio

Aihe: Tanssista hyvinvointia

Päätavoitteet:

- Liikunnan tietojen ja taitojen (LT) oppimisen tavoite: oppilas harjoittelee hyvinvoinnin edistämistä tanssin keinoin
- Työskentelytaitojen (TT) oppimisen tavoite: oppilas ottaa muut huomioon

Turvallisuusohjeet: sukat pois?

Tarvittavat välineet (ml. lukumäärät): musiikki

TAVOITTEET Konkretisoi tehtävien päätaoitteet selkeästi huomioiden kohderyhmä.	TEHTÄVÄT Tehtävien tulee edistää tunnin taioitteita	TYÖTAVAT JA ORGANISOINTI Kirjaa myös opetustyyli (Mosstonin & Ashworthin mukaan).	SOVELTAMINEN JA ERiyTTÄMINEN Kirjaa, miten esim. helpotat, vaikeutat ja havainnollistat.	HAVAINNOINTI JA PALAUTE Kirjaa myös harjoiteltavan asian ydinkohdat.	AIKA Kirjaa arvioitu kesto.
	Tunnin aloitus -esittäydytään -tunnin aihe ja taioitteet -säännöt > turvatila osoitetulla alueella > jokaisella oma liikemalli > muiden kunnioitus, ei kommentoida toisten suorituksia				5min

Oppilas lämmittelee kehoa ja virittäytyy rytmiin.	Venyttelyt musiikin rytmiin -avorivistössä musiikkiin venyttely – ja lämmittelyliikkeitä.	Komentotyyli Liikkeet: 1 eteen taakse 2 sivulle sivulle 3 selän rullaus alas ja ylös kurotus 4 kyykkyyntakareisi pumpsaus 5 selän kierto toinen käsi maassa 6 lonkkien pyöritykset 7 käsien pyöritykset 8 jalan nostot eteen, sivulle taakse	-korostetaan sitä, että kukin saa tehdä omalla tavallaan -opettajat edessä rivissä näyttämässä	-tekeekö oppilas mahdollisimman laajoja liikkeitä?	5min
Oppilas virittäytyy tunnin aiheeseen ja on vuorovaikutuksessa muiden kanssa.	Tervehdykset -Oppilaat kävelevät musiikin rytmiin ja kun katseet kohtaavat toisen kanssa annetaan ylävitonen. Liikkumisen tyyliä vaihdetaan (rento/tiukka kävely, tömistelevä/äänetön juoksu, matala/korkea laukka)	Tehtäväopetus -kävellään vapaasti salissa -kaikki pyrkivät antamaan kaikille ylävitokset	-jos ei halua koskea toista, voi tarvittaessa moikata vähän matkan päästä (tämä vain poikkeustilanteissa)	-osallistuuko oppilas harjoitukseen ja antaako muille oppilaille ylävitosia?	5min