

Lyhytvalinnat 9lk 2022–2023

Luonto ja elämysliikunta

Kenelle: 9.-luokkalaisille, jotka ovat kiinnostuneita liikkumaan ulkona ja kokeilemaan erilaisia lajeja.

Miksi: Tavoitteena tutustua ulkoliikkumisen tarjoamiin mahdollisuuksiin. Lisäksi tavoitteena virkistys ja jatkuvan liikuntaharrastuksen löytäminen. Miten: Kurssilla pyritään liikkumaan paljon ulkoilmassa ja toteuttamaan siellä erilaisia laji- ja harjoitusmuotoja kuten frisbeegolfia, ultimatea, beachvolleytä, pihatreenejä, suunnistusta, lumikenkäilyä tai pallopelejä vuodenajat huomioiden. Tavoite on myös toteuttaa pidempi retkeily kaupungin lähimaastossa tai pyöräily/rullaluistelulenkki. Lopullinen kurssiohjelma suunnitellaan yhdessä opettajan ja oppilaiden kanssa.

Arviointi: Hyväksytty/hylätty

Arviointi hyväksytty edellyttää osallistumista opetukseen aktiivisesti yrittäen. Oppilas työskentelee liikuntatilanteissa turvallisesti ja asiallisesti. Oppilas pyrkii toimimaan yhdessä sovittujen ohjeiden mukaisesti ja reilun pelin periaatteita kunnioittaen. Hän toiminnassaan huomioi muut ja toimii vastuullisesti.

Liikunnanohjaus tutuksi

Kenelle: 9.-luokkalaisille, jotka ovat kiinnostuneita harjoittelemaan ohjaamista, haluavat uusia kokemuksia ja ovat valmiita suunnittelemaan sekä toteuttamaan koululla erilaisia liikunnallisia tempauksia ja tapahtumia. Osana kurssia pyöritetään mahdollisesti alakoululla välituntitoimintaa tai esimerkiksi suunnitellaan yhdessä lyhyitä liikuntatuokioita eri kohderyhmille.

Miten: Tavoitteena on tutustua liikunnanohjaamiseen. Kurssi toteutetaan projektiluontoisesti ja on oppilaita osallistava. Oppilaat pääsevät myös itse liikkumaan kurssin aikana, mutta samalla kurssi tarjoaa laajemman näkökulman liikuntaan motorisen kehityksen ja ohjaamisen ydinasioiden muodossa. Tunneilla harjoitellaan ryhmäytymistä, ohjaustuokioiden pitämistä sekä kokeillaan erilaisia pelejä ja leikkejä. Muodostamme tuotoksena yhteisen materiaalipaketin kurssin sisällöistä, joita kukin voi tulevaisuudessa hyödyntää. Kurssilla tullaan tekemään paljon omatoimista ja itseohjautuvaa työskentelyä.

Arviointi: Hyväksytty/ hylätty

Arviointi hyväksytty edellyttää osallistumista opetukseen aktiivisesti yrittäen. Oppilas työskentelee liikuntatilanteissa turvallisesti ja asiallisesti. Oppilas pyrkii toimimaan yhdessä sovittujen ohjeiden mukaisesti. Hän harjoittelee työskennellessään huomioimaan muita ja toimimaan vastuullisesti. Oppilas ottaa vastuuta ryhmätöissä ja osallistuu myös suunnittelutyöhön.