

9.1.2026

- LÄMMITTELYJUTUSTELUA
- JOS OLISIT...NIIN MIKÄ?...MIKSI? -> PERUSTELUJA AINA UUDEN PARIN KANSSA VAPAASTI
- RYHMÄKUVA
- PEDA.NET - LIITTYMINEN
- TERVETULOA JOUKKOOMME – NIMET YKSI KERRALLAAN ESITTÄYTYEN
- TAUKOLIIKUNTANA LEIKKIVARJOLLA 'LEMPEITÄ' JUTTUJA
- TEORIAA, ELI KURSSIN ALOITUSINFO JA SUORITUS-DIAT
- TAUKOLIIKUNTAA
- MIND MAP –NELIKOISSA -> KURSSISUORITUSRYHMÄ TÄSSÄ SAMALLA
- HERNEPUSSIVIESTEJÄ LEIKKIMIELISESTI
- LOPPUPIIRI

16.1.2026

- **ALOITUSPIIRI: EDELLISEN = ENSIMMÄISEN KERRAN TUNNELMIA**
- **MEIDÄN PORUKAN TOIVEITA JA AJATUKSIA (KS. SEURAAVA DIA)**
- **DING-DONG VÄLIPALA**
- **KOHTI LIIKUNNALLISTA ELÄMÄNTAPAA - POPS**
- **YKSIN, PAREITTAIN JA PIENRYHMISSÄ: MUOTOJA, SUUNTIA, KIRJAIMIA, PIENKONEITA, OMAA LUOVUUTTA**
 - **HAHMOTTAMINEN SUHTEESSA ITSEEN, TOISEEN/TOISIIN, TILAAN,**
- **ERILAISIA HIPPA-LEIKKEJÄ VS. MAA-MERI-LAIVA JA KUKA PELKÄÄ...**
 - **HAHMOTTAMISEN VAIKEUS**
- **HAVAINNOMOTORISET TAIDOT JA KEHON HAHMOTTAMINEN**
- **HYPPYNARUILLA: YKSIN JA PAREITTAIN**
 - **AJOITUS, ELI HAHMOTTAMINEN LIIKKUVAAN KOHTEESEEN**
- **PITKÄT HYPPYNARUT**
 - **AJOITUS, HAHMOTTAMINEN TOISEN TUOTTAMAN RYTMIN MUKAAN**

MEIDÄN PORUKAN TOIVEITA/AJATUKSIA

Ulkoleikit – varsinkin talvella

Välinevaraston monipuolinen käyttö

Eriyttäminen

Osallistumiseen rohkaiseminen

Leikkejä

Rauhoittavat harjoitukset

Korvaava tekeminen, jos esim. jalka rikki

Pallopelejä jaloilla ja käsillä

Pilates

Mailapelejä

Luistelu

Kaikkien osallistaminen

Tuntisuunnitelmien ja ajankäytön runko

Ei hiihtoa (+/-)

Venyttely

Erilaisten oppilaiden kohtaaminen/ohjaaminen, esim. arkuus
kaupunkisota

KOHTI LIIKUNNALLISTA ELÄMÄNTAPAA

KESKEISIÄ TEKIJÖITÄ ESIM.

- ONNISTUMISEN KOKEMUKSET
- TUNNE PÄTEVYYDESTÄ
- OPPIMISEN JA OIVALTAMISEN ILO
- KOKONAISVALTAISEN HYVINVOINNIN TUKEMINEN,
ESIM. AUTTAMALLA MYÖNTEISEN SUHTAUTUMISTAVAN
SYNTYMISTÄ OMAAN KEHOON



POPS:n MUKAAN

- **LIIKUNTAAN KASVATTAMINEN**

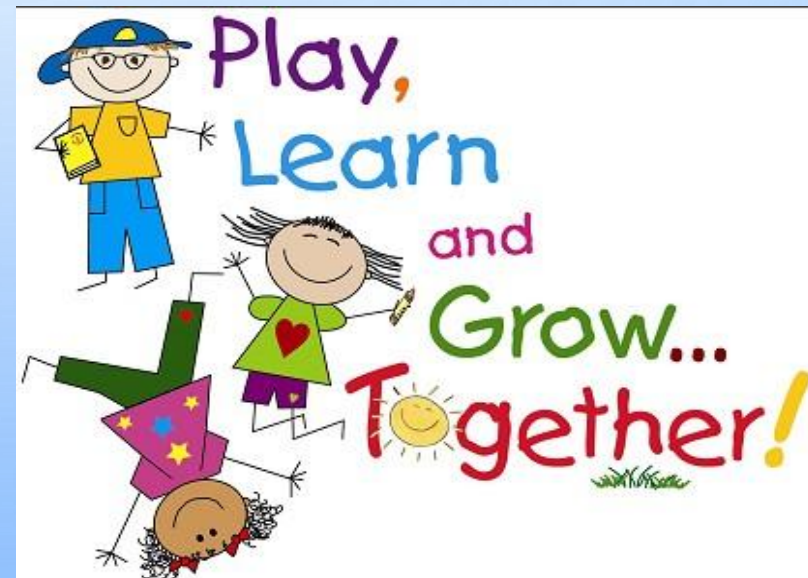
- LIIKUNTAAN KASVATTAMISELLA TARKOITETAAN SELLAISTEN TIETOJEN, TAITOJEN JA ASENTEIDEN SYNNYTTÄMISTÄ, ETTÄ HENKILÖ NIIDEN VARASSA PYSTYY JA HALUAA HARRASTAA VAPAAEHTOISESTI LIIKUNTAA.

- **LIIKUNNAN AVULLA KASVATTAMINEN**

- LIIKUNNAN AVULLA KASVATTAMISESSA ON TÄRKEINTÄ TIEDOSTAA PAITSI TOIVOTUT KASVATUSTAVOITTEET MYÖS LIIKUNNAN KASVATUSMAHDOLLISUUDET.
 - liikunta tarjoaa erinomaisen tilaisuuden yhdessä toimimiseen ja uusiin ihmiskontakteihin.
 - liikunta tarjoaa myös ainutlaatuisen tilaisuuden pohtia oikeaa ja väärää, itsekkyyttä ja sääntöjen noudattamista. harvassa muussa toiminnassa on niin paljon moraalikasvatuksen kannalta haasteellisia tilanteita kuin pelien ja leikkien yhteydessä.

LIIKUNNAN OPETUKSEN TEHTÄVÄNÄ

...on vaikuttaa oppilaan hyvinvointiin tukemalla **fyysistä, sosiaalista ja psyykkistä toimintakykyä** sekä myönteistä suhtautumista omaan kehoon samalla vahvistaen liikunnallisen elämäntavan syntymistä.



ALAKOULUSSA

VUOSILUOKAT 1-2

”LIIKUTAAN YHDESSÄ LEIKKIEN”

- HAVAINNOMOTORISTEN TAITOJEN JA MOTORISTEN PERUSTAITOJEN OPPIMINEN
- YHDESSÄ TEKEMINEN JA SOSIAALISTEN TAITOJEN KEHITTÄMINEN
- LIIKUNTAAN LIITTYVIEN MYÖNTEISTEN KOKEMUSTEN VAHVISTAMINEN

VUOSILUOKAT 3-6

”LIIKUTAAN YHDESSÄ TOIMIEN JA TAITOJA HARJOITELLEN”

- MOTORISTEN PERUSTAITOJEN VAKIINNUTTAMINEN JA MONIPUOLISTAMINEN
- SOSIAALISTEN TAITOJEN VAHVISTAMINEN
- LUODAAN VALMIUKSIA LIIKUNNALLISEEN ELÄMÄNTAPAAN



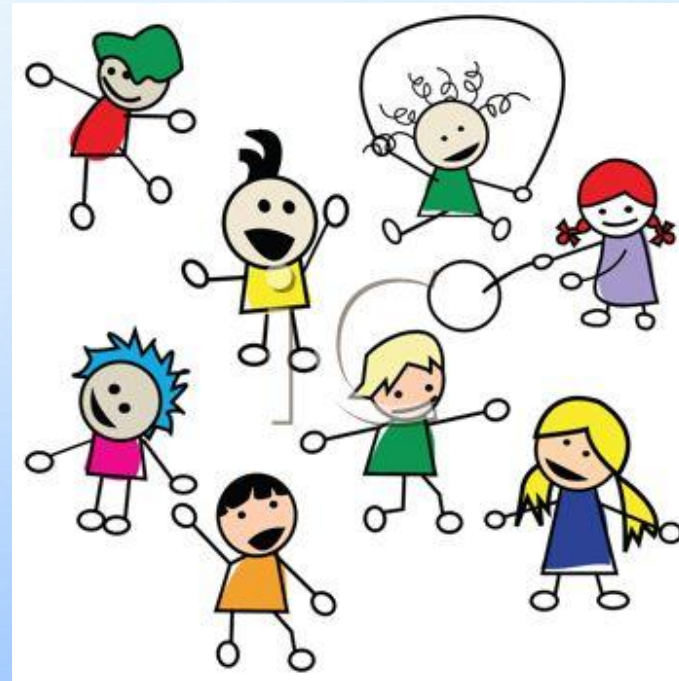
LIKUNNAN OSA-ALUEITA

FYYSINEN TOIMINTAKYKY

- HAVAINMOTORIIKKA
- MOTORISIA PERUSTAITOJA
 - TASAPAINOTAIDOT
 - LIIKKUMISTAIDOT
 - VÄLINEENKÄSITTELYTAIDOT

SOSIAALINEN TOIMINTAKYKY

PSYKKINEN TOIMINTAKYKY



HAVAIMOMOTORISET TAIDOT JA KEHON HAHMOTTAMINEN



- **Havaintomotoriset taidot** ovat taitoja, joilla oppilas hahmottaa omaa kehoaan ja sen eri osia suhteessa ympäröivään tilaan, käytettävään aikaan ja voimaan. Riittävät havaintomotoriset taidot ovat motoristen taitojen oppimisen perustana.
- Tietoa kehostaan ja ympäristöstään oppilas hankkii liikkumisen kautta. Liikunnassa aistitoimintojen herkistäminen varmistetaan tarjoamalla oppilaalle vaihtelevan ympäristön, monipuolisten sisältöjen ja erilaisten välineiden avulla riittävästi näkö-, kuulo-, liike-, tasapaino- ja tuntoaistimuksia.
- **Kehon hahmottaminen** edellyttää kehon ääriviiivojen sekä kehon eri osien ja sen eri puolten (etupuoli- vatsa, takapuoli - selkä, oikea/vasen kylki) tunnistamista, nimeämistä ja tahdonalaista liikuttamista.
- Kehon oletetun keskilinjän ylittäminen (esim. oikealla kädellä sipaistaan vasenta olkapäätä) on tärkeää varmistaa esi- ja alkuopetuksessa, koska se on suoraan yhteydessä lukemaan ja kirjoittamaan oppimisen edellytyksiin.

ESIMERKKEJÄ

HAVAINNOMOTORISIA TAITOJA JA KEHON
HAHMOTUSTA HARJAANNUTTAVISTA
TEHTÄVISTÄ JA SISÄLTÖALUEISTA:



- erilaisten muotojen, kirjainten ja numeroiden piirtäminen/muodostaminen oman kehon avulla,
- koko vartalon jännityksen ja rentouden vaihteleva erilaissa tehtävissä,
- liikkuminen eri tavoin erilaisilla nopeuksilla, erilaiset pujottelua ja väistämistä sisältävät tehtävät ja leikit
- uinti
- myöhemmin myös kiinniottoleikit, voimistelu, musiikkiliikunta, hiihto sekä pallopelit ja -leikit.