

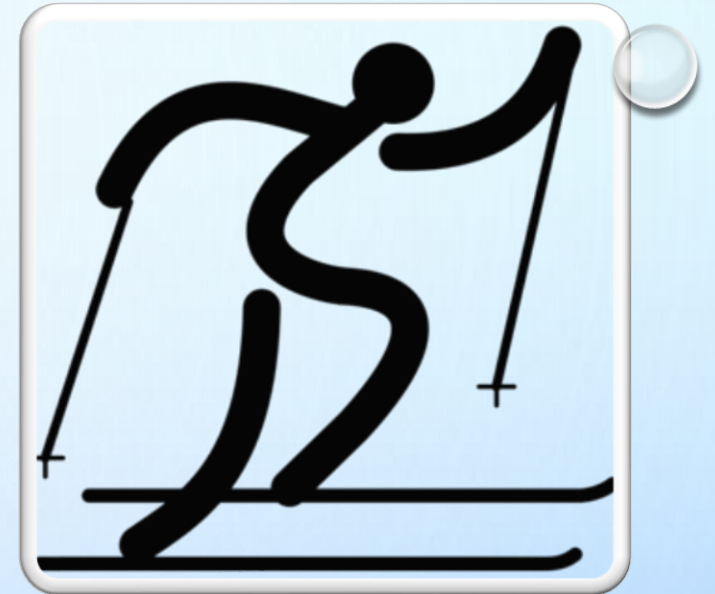
HIHTOLOMAN DEMOA KORVAAVA TEHTÄVÄ KAIKILLE

Käy seuraamassa **kaksi erilaista** alakoulun liikuntatuntia, joista vähintään toinen on talviliikuntaa (esim. luistelu/hiihto).

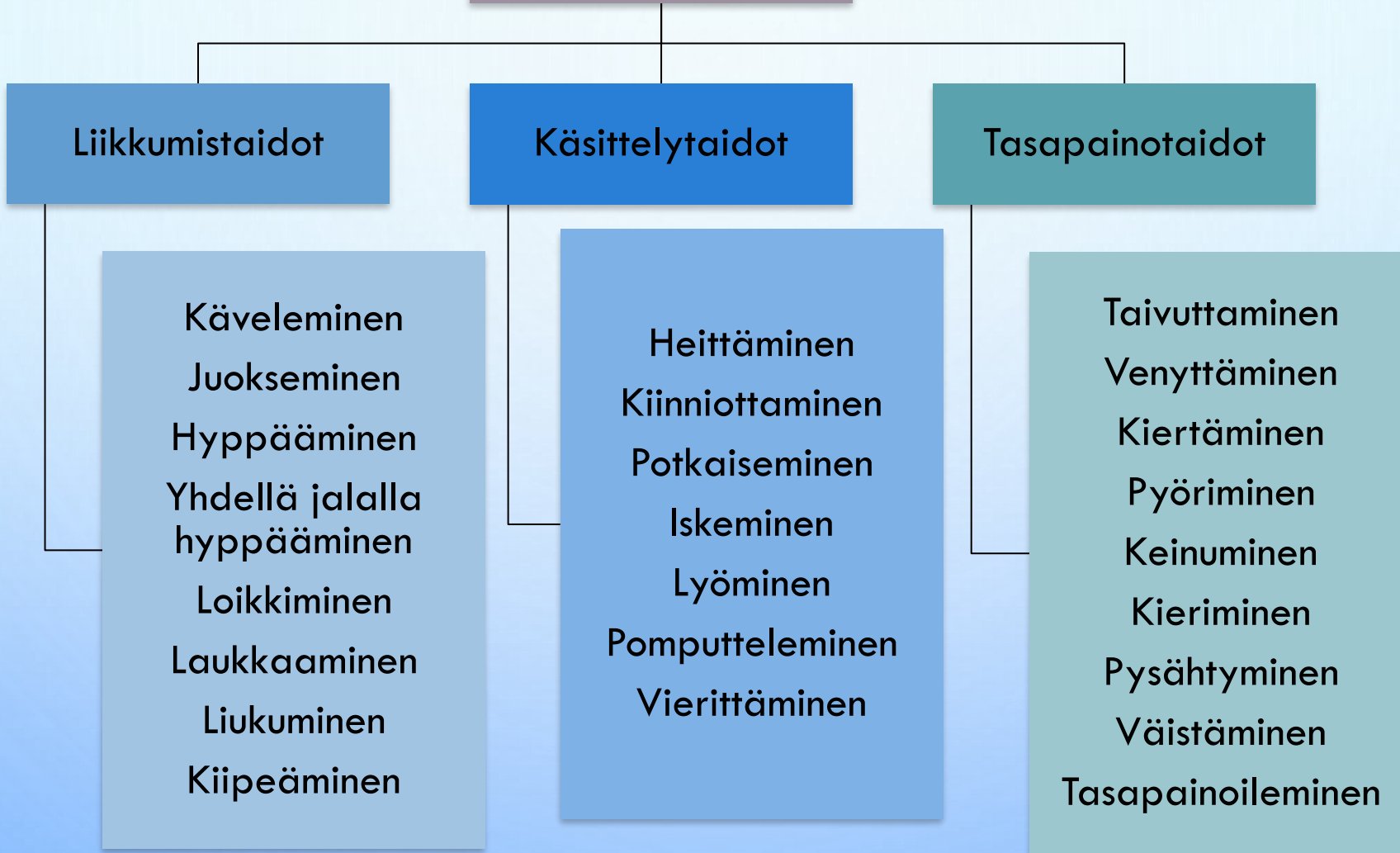
Kirjaa muistiin joitakin ydinkohtia oppimisestasi.

JA käy joko luistelemassa tai hiihtämässä itse – saa käydä molemmatkin 😊.

Ota tästä tilanteesta pieni video-pätkä ja kirjoita lyhyt kommentti kokemuksestasi.



Motoriset perustaidot



DEVELOPMENTAL PHYSICAL EDUCATION FOR ALL CHILDREN

(GALLAHUE & DONNELLY 2003)

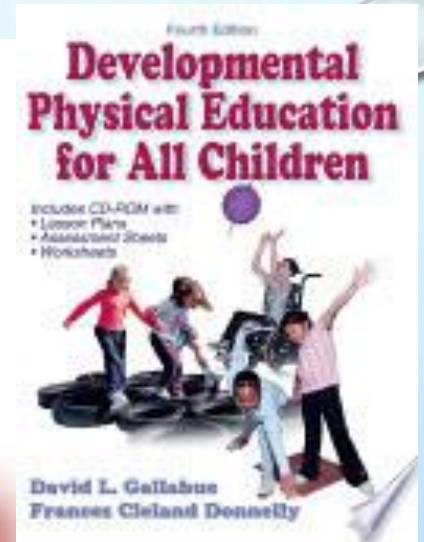
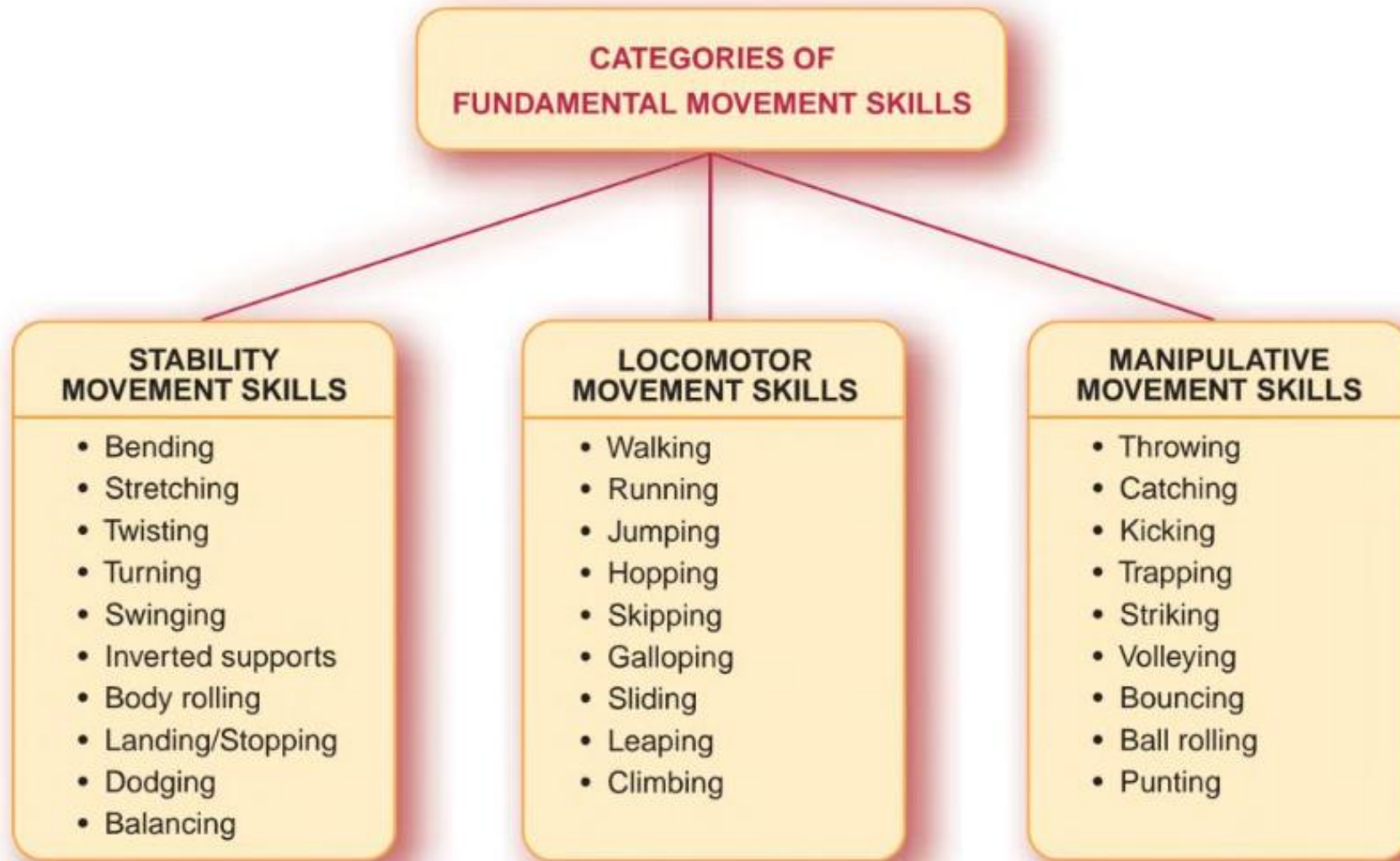


FIGURE 3.1 Selected fundamental movement skill themes.

VÄLINEENKÄSITTELYTAIDOT

OVAT KOKO KEHON TAITOJA, JOIDEN AVULLA LAPSI PYSTYY KÄSITTELEMÄÄN ESINEITÄ, VÄLINEITÄ JA TELINEITÄ.

- VOIDAAN JAKAA KARKEAMOTORISIIN JA HIENOMOTORISIIN KÄSITTELYTAITOIHIN.
-> LIIKUNTATUNNEILLA OPETUKSEN PÄÄPAINO ON ERITYISESTI KARKEAMOTORISISSA KÄSITTELYTAIDOISSA.

KÄSITTELYTAITOJA OVAT ESIMERKIKSI TYÖNTÖ, VETO, VIERITYS, PYÖRITYS, HEITTO, KIINNIOTTO, POTKU, LYÖNTI, POMPUTUS JA KULJETUS.

ALUKSI TULEE HARJAANNUTTA **SYMMETRISIÄ** ELI KEHON MOLEMMILLA PUOLILLA TEHTÄVIÄ, JA VASTA SEN JÄLKEEN **EPÄSYMMETRISIÄ** ELI VAIN KEHON TOISELLA PUOLELLA TEHTÄVIÄ KÄSITTELYTAITOJA (ESIM. PALLON YLÄKAUTTAHEITTO KAHDELLA KÄDELLÄ → PALLON HEITTO YHDELLÄ KÄDELLÄ).





VÄLINEENKÄSITTELYTAIDOT

ERILAISTEN VÄLINEIDEN JA MAILOJEN AVULLA KONKRETISOIDAAN

- SUUNNAT
- TASOT
- PYÖRIVÄ- VS. KULMIKAS LIIKE
- VOIMAN KÄYTTÖ
- AJOITTAMISEN MERKITYS
- ETÄISYYDEN HAHMOTTAMINEN
- OIKEAN JA VASEMMAN KÄDEN SYMMERTISYYS/EPÄSYMMETRISYYS
- SILMÄ-KÄSI-KOORDINAATIO/
SILMÄ- JALKA-KOORDINAATIO + NÄIDEN YHDISTELMÄT

SILMIEN JA KÄSIEN/JALKOJEN YHTEISTYÖ

SILMIEN JA KÄSIEN YHTEISTYÖTÄ (SILMÄ-KÄSI KOORDINAATIO) JA **SILMIEN JA JALKOJEN YHTEISTYÖTÄ** (SILMÄ-JALKA KOORDINAATIO) HARJAANNUTETAAN KÄSITTELEMÄLLÄ ERILAISIA VÄLINEITÄ.

VÄLINEIDEN VAIHTELULLA JA NIIDEN VAATIVUUTTA LISÄÄMÄLLÄ VOIDAAN LIIKUNTATEHTÄVÄN HAASTAVUUTTA LISÄTÄ MIELEKKÄÄLLÄ TAVALLA

ESIMERKIKSI PALLON LYÖNTI PELKÄLLÄ KÄMMENELLÄ → LYÖNTI

LYHYTVARTISELLA MAILALLA (ESIM. PINGISMAILA) → LYÖNTI

LYHYTVARTISELLA SULKAPALLOMAILALLA JA VASTA LOPUKSI LYÖNTI

TÄYSIMITTAISELLA SULKAPALLOMAILALLA.

- KÄSITTELYTAITOJA TULEE HARJAANNUTTAA **MONIPUOLISESTI** KAIKILLA LUOKKA-ASTEILLA.
 - VUOSILUOKAT 1–2: VIERITYS, TYÖNTÖ, POMPUTTAMINEN, HEITTÄMINEN, KIINNIOTTAMINEN, POTKAISEMINEN JA KÄMMENELLÄ (TAI LYHYTVARTISELLA) MAILALLA LYÖMINEN OSANA ERILAISIA RATOJA, LEIKKEJÄ JA PELEJÄ
 - VUOSILUOKAT 3–6: POMPUTTAMINEN, KULJETTAMINEN KÄSILLÄ JA JALOILLA, HEITTÄMINEN SEKÄ KIINNIOTTAMINEN, LYÖMINEN JA LAUKAISEMINEN

