

9.1.2026

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

16.1.2026

- **ALOITUSPIIRI: EDELLISEN = ENSIMMÄISEN KERRAN TUNNELMIA**
- **OIKEALLA LASKUVARJOLLA LÄMMITTELYÄ**
- **MEIDÄN PORUKAN TOIVEITA JA AJATUKSIA (KS. SEURAAVA DIA)**
- **KOHTI LIKUNNALLISTA ELÄMÄNTAPAA - POPS**
- **YKSIN, PAREITTAIN JA PIENRYHMISSÄ: MUOTOJA, SUUNTIA, KIRJAIMIA, PIENKONEITA, OMAA LUOVUUTTA**
 - **HAHMOTTAMINEN SUHTEESSA ITSEEN, TOISEEN/TOISIIN, TILAAAN,**
- **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

- Liikuntavälineiden mahdollisuudet
- Joukkuelajit/pelit ->yhteistyötaidot ja sosiaaliset taidot
 - Tutustuminen lajeihin
 - Miten kohdata aggressiivinen oppilas?
 - Kammot open ja oppilaan
 - Taitoerojen huomiointi tunneilla
 - Pelailu ja hyvänmielen kisailu
 - Välineillä leikkiminen ja monipuolisuus
- Inklusiivisuus, esim. loukit ja liikuntarajoitteisuus
 - Liikunnalliset leikit ja pelit
- Konkreettisia keinoja oppilaan tukemiseen (esim. telinevoimistelussa)
 - Oppilaan tasapuolinen huomioiminen
- Temppi-/voimistelurata – mitä rasteja voisi sisältää?
 - Mistä ideoita tuntien sisältöihin?
 - Kehonhallinta

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**

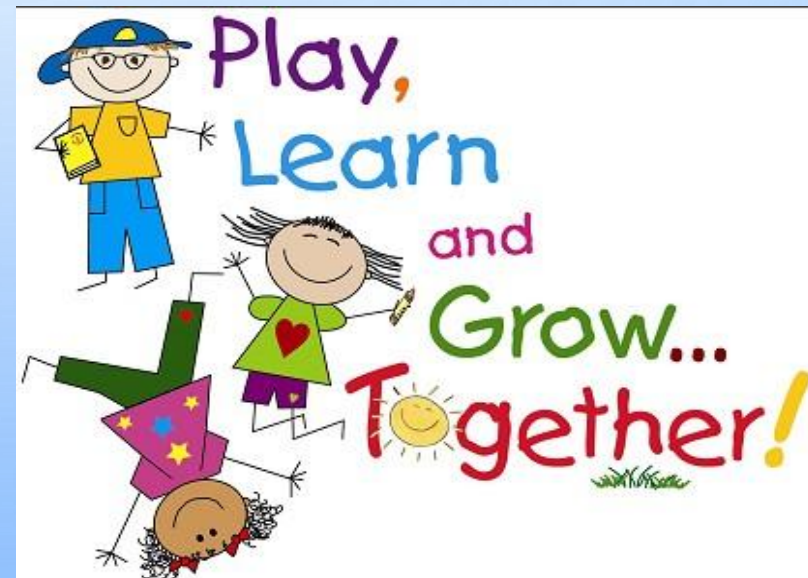
- LIIKUNTAAN KASVATTAMISELLA TARKOITETAAN SELLAISTEN TIETOJEN, TAITOJEN JA ASENTEIDEN SYNNYTTÄMISTÄ, ETTÄ HENKILÖ NIIDEN VARASSA PYSTYY JA HALUAA HARRASTAA VAPAAEHTOISESTI LIIKUNTAA.

- **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



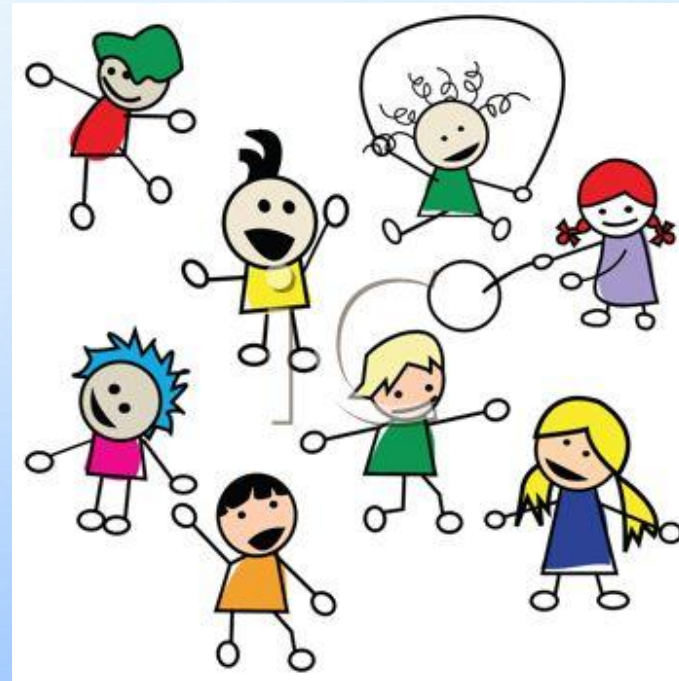
LIKUNNAN OSA-ALUEITA

FYYSINEN TOIMINTAKYKY

- HAVAINMOTORIIKKA
- MOTORISIA PERUSTAITOJA
 - TASAPAINOTAIDOT
 - LIKKUMISTAITOT
 - VÄLINEENKÄSITTELYTAIDOT

SOSIAALINEN TOIMINTAKYKY

PSYKKINEN TOIMINTAKYKY



HAVAITOMOTORISET 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 ääriviivojen 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

HAVAITOMOTORISIA 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.