

The background of the slide features a light gray gradient with several realistic water droplets of various sizes scattered across it. The droplets have highlights and shadows, giving them a three-dimensional appearance.

ELIP1005

SOVELTAVAN LIKUNNAN

SUUNNITTELUN PERIAATTEET

PIKKUPEURA VILMA

Lait, asetukset ja opetussuunnitelmien perusteet



Suunnittelun taustalla yhteiskunnan arvot ja normit



Mitä ajatellaan tukea tarvitsevien henkilöiden osallistumisesta liikuntaan?

Kuntoutusta?

Harrastusta?

Opiskelua?

Urheilua?

Jotakin muuta?

LIKUNNAN SUUNNITTELUN LÄHTÖKOHDAT

LIKUNNAN SUUNNITTELUN TAVOITTEET

Opetuksen järjestäjän ja opettajan tulee luoda sellainen ympäristö ja mahdollisuudet, jolla oppilas/ opiskelija voi osoittaa parasta osaamistaan.

Suunnitella sellainen liikunnan **oppimisympäristö**, jossa oppilas voi **omien tarpeittensa ja tavoitteidensa** mukaisesti **yhdessä toisten kanssa** kehittää monipuolisesti toimintakykyään ja liikuntataitojaan.

Opetuksen sisältönä sellaisia **tietoja**, **taitoja** ja **kokemuksia**, joilla voidaan tukea elinikäistä liikuntaharrastusta ja sen seurauksena omasta terveydestä ja toimintakyvystä huolehtimista.

Lähde: Sovellettu varhaiskasvatuksen, esi- ja perusopetuksen opetussuunnitelman perusteiden (OPH 2018) pohjalta

RATKAISTAVA SUUNNIITTELUSSA:

HENKILÖT

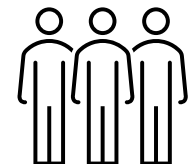
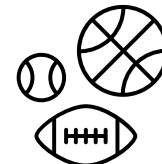
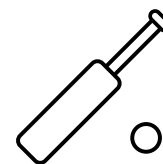
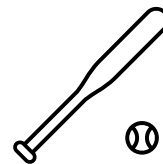
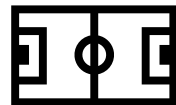
- KENELLE
- KENEN KANSSA

SISÄLLÖT JA MENETELMÄT

- MITÄ
- MITEN

YMPÄRISTÖ

- MISSÄ
- MILLÄ VÄLINEILLÄ



KENELLE SUUNNI- TELLAAN?

Osallistujiin ja heidän tarpeisiinsa tutustuminen

- Ennakkotietojen kysyminen huoltajilta ja/tai osallistujilta itseltään
- (esim. ilmoittautumislomake http://www.35plus.fi/ajankohtaista_228_3155715000.pdf)
- Tärkeää erityisesti liikunnan turvallisuuteen vaikuttavien asioiden selvittäminen

Osallistujien haastattelu

- Toiveet ja kiinnostuksenkohteet
- Aikaisempi liikuntatausta, mahdolliset osallistumisen esteet

Havainnointi liikuntatilanteessa

- Osaaminen ja toimintakyky

Testaaminen

- Esim. toimintakykymittaukset (Move!), motoristen taitojen mittaaminen (TGMD-3)

KENEN KANSSA?

- RYHMITTELY
 - KOKO RYHMÄ VS. PIENRYHMÄ
 - KETÄ RYHMÄSSÄ? MITEN RYHMÄJAKO TEHDÄÄN?
 - PARIN KANSSA
 - KUKA PARINA? MITEN PARIT OTETAAN?
 - MILLOIN RYHMITTELY/PARI VAIHTUU?
- TARVITAANKO AVUSTAJAA TAI TULKKIA?
 - MISTÄ SAADAAN?

MITÄ TEHDÄÄN?

- TAVOITTEIDEN ASETTAMINEN
 - VUOSISUUNNITELMA
 - JAKSOSUUNNITELMA
 - TUNTISUUNNITELMA
- HENKILÖKOHTAINEN SUUNNITELMA
 - HARJOITUSOHJELMA
 - HOJKS, OPPIMISSUUNNITELMA

MITÄ? - TAVOITTEET

- TAVOITTEIDEN MÄÄRÄ JA KOHDE
 - KOHTUULLINEN
 - MONTAKO TAVOITETTA KAUELLE / TUNNILLE?
 - HENKILÖ- VAI RYHMÄKOHTAISIA TAVOITTEITA
- TAVOITTEIDEN ILMAISU
 - KONKREETTINEN
 - "TÄLLÄ TUNNILLA HARJOITELLAAN HEITTÄMÄÄN PALLOA TARKASTI"
 - "TÄLLÄ TUNNILLA HARJOITELAAN KEHUMAAN JA KANNUSTAMAAN KAVERIA"
 - "TÄLLÄ TUNNILLA LIKUTAAN NIIN REIPPAASTI, ETTÄ TULEE HIKI"



Taidot / fyysismotoriset tavoitteet

Toimintakyky
Havaintomotoriset taidot
Liikkumistaidot
Käsittelytaidot
Tasapainotaidot



Tiedot / kognitiiviset tavoitteet, esim.

Miten toimintakykyä
harjoitetaan?
Miten palloa heitetään
tehokkaasti?
Missä liikuntamuotoa voi
harrastaa?



Kokemukset / sosioemotionaaliset tavoitteet

Tunteisiin, kokemuksiin ja
toisten ihmisten kanssa
työskentelyyn liittyvät
tavoitteet

LIKUNNAN TAVOITTEET

LIIKUNNAOPETUKSEN SISÄLTÖALUEET



Taidot

Liikuntamuodot

Liikuntataidot

Liikuntalajit

Toimintakykytekijät



Tiedot

Käsitteistö

Harrastusmahdollisuudet

Apuvälineiden, avustajien ja
kuljetuksen saatavuus



Kokemukset

Ympäristö

Yksin vai yhdessä

Avustettuna vai itse

LIIKUNTAOHJELMAN SISÄLTÖ

- **SISÄLTÖLÄHTÖINEN VALINTA RIIPPUU:**
 - YLEISESTÄ JA KAUPUNGIN **OPETUSSUUNNITELMASTA**
 - KANSALLISESTA LIIKUNTAKULTTUURISTA
 - LAJIKULTTUURISTA
 - TILOJEN SAATAVUUDESTA
 - VUODENAJASTA & SÄÄSTÄ
- TOINEN VAIHTOEHTO ON SISÄLTÖJEN VALINTA **OPPIJAN YKSILÖLLISISTÄ LÄHTÖKOHDISTA**

MITEN? -AJANKÄYTTÖ



Miten tunti aloitetaan ja lopetetaan?

rutiinit



Mitä liikuntamuotoja/-taitoja harjoitellaan?

Mitä tehtäviä tunnilla tehdään?

Montako harjoitusta tehdään?

Missä järjestyksessä tehtävissä edetään?



Millaisia taukoja pidetään?

MITEN?

Opetusmenetelmien ja työtapojen valinta

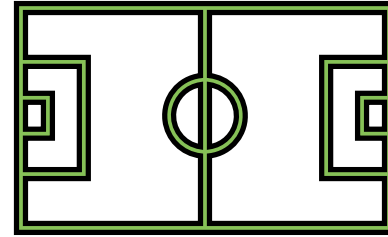
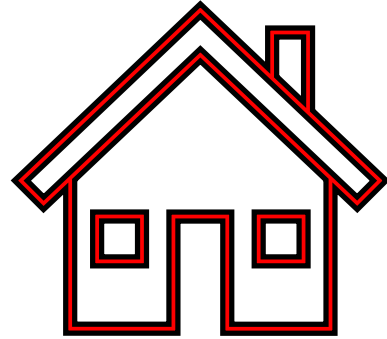
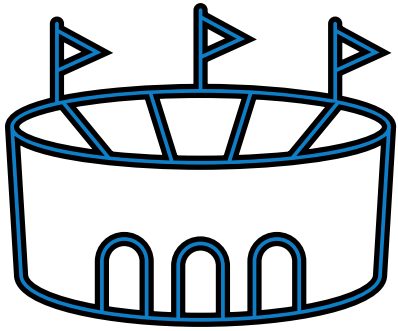
- Opetusmenetelmät?
- Miten ohjeet ja palaute annetaan?
- Opettajan johdolla (monikanavaisesti)
- Ryhmässä/joukkueessa, parin kanssa, itsenäisesti (esim. tehtäväkortit)

Miten opetusta havainnollistetaan?

- Näyttäminen (kuka näyttää?)
- Selkeä struktuuri, miten?
- Välineiden käyttäminen
- Kuvien käyttäminen

Miten ehkäistä osallistumattomuutta?

- Autonomia
- Miten edistää tukea tarvitsevan osallistujan omaa päätösvaltaa?



- MIKÄ TILA KÄYTETTÄVISSÄ?
- MISSÄ HARJOITTELU PARHAITEN ONNISTUU?

MISSÄ?

- MITEN TILAN HAHMOTTAMISTA AUTETAAN?
- MITEN TELINEET, VÄLINEET JA TEHTÄVÄPISTEET ASETELLAAN TILAAN?
 - SUUNTA, TURVALLISUUS
 - HAHMOTTAMISEN SELKEYS

MILLÄ VÄLINEILLÄ?

- **PERUSVÄLINEET TAITOJEN HARJOITTELUUN**
 - MISSÄ? MITEN SAATAVISSA?
 - MONTAKO VÄLINETTÄ TARVITAAN?
 - MISSÄ VAIHEESSA ESILLE?
- **HAHMOTTAMISTA AUTTAVAT VÄLINEET**
 - TÖTSÄT, MATOT, TEIPPI, LIITU, PELILIVIT, PUOLUENAUHAT, MINKÄ VÄRISET?
 - FLÄPPI/LIITU/VALKOTAULU, TABLETTI
- **LIKKUMISTA JA TASAPAINOA AUTTAVAT VÄLINEET**
 - KEPIT, KÖYDET, MAILAT, ERIKOKOISET JA ERI MATERIAALIA OLEVAT PALLOT TMS.
 - ERITYISVÄLINEET, ESIM. HIIHTOKELKKA WWW.VALINEET.FI

ERIYTTÄMINEN JA YKSILÖLLISTEN TAVOITTEIDEN HUOMIOIMINEN

Opetusviestinnän eriyttäminen

- Tukiviittomat
- Eri aistikanavat

Tavoitteiden ja tehtävien vaatimustason eriyttäminen

- Tehtäväpistetyöskentely
- Erilaisten suoritustapojen opettaminen

Oppimisympäristön eriyttäminen

- Struktuurin selkeyttäminen
- Oma rauhallinen tila harjoitteluun