

LPEA004 VOIMISTELU

Merja Kalaja

Kurssin tavoitteet (kurssin jälkeen opiskelija osaa)

- Osaa soveltaa monipuolisesti voimistelu sisältötaitoja ja –tietoja
- Osaa suunnitella, toteuttaa ja arvioida monipuolisin tavoittein didaktisesti mielekkäitä ja hyvinvointia tukevia voimistelun tuntikokonaisuuksia
- Osaa soveltaa erilaisia työtapoja opetuksessaan ja käyttää musiikkia tarkoituksenmukaisesti
- Kykenee eriyttämään opetusta tarjoamalla kullekin oppilaalle taitotasonsa mukaista toimintaa
- Tunnistaa omien vuorovaikutus- ja opetusviestintätaitojen merkityksen

Kurssin sisältö ja toteutus

- Voimistelun harjoituksia eri tavoitteiden ja didaktisten ratkaisujen näkökulmasta, ohjaukset omalle ryhmälle, opetusharjoitukset koulussa
- Yhteiset tunnit 10-12 h eli 5-6 kertaa (aloitus opetusharjoittelut omalle ryhmälle, oppilaille, koonti)
- Opetusharjoitukset oppilaille 4-6 h eli 2-3 kertaa(1 kerta opetus, 2 kertaa seuranta)
- Opetusharjoituksissa omalle ryhmälle samalla omien taitojen harjoittelu

Opetusharjoitukset omalle ryhmälle

- Testataan oppilaille pidettävää tuntia tai osaa tunnista
- Samalla tunnille osallistujat saavat harjoitella omia voimistelutaitoja
- n. 30 min opetusta/ryhmä, kuitenkin koko sisältökokonaisuus on jo suunniteltu valmiiksi, vaikka ei kaikkea ehtisi pitää
- Saat palautetta opiskelijoilta ja opettajalta, jonka perusteella voit muokata tai muuttaa tuntisuunnitelmaa.

Opetusharjoitukset oppilaille

- Opetusharjoittelun tarkemmat ohjeet löydät pedanetista
- Jokaisella 1 opetuskerta 2-3 hengen ryhmissä ja 2 seurantakertaa
- Oppilaat ovat yläkoululaisia/lukiolaisia, oppilaita 18-32 (tyttö-, poika-, ja sekaryhmiä), mutta ryhmät on puolitettu opetusharjoitukseen (12-16/ryhmä)
- Opetusharjoitukset liikunnan saleissa tai Schildtin lukion salissa
- Kerrasta riippuen opetus yleensä 2 ryhmälle samaan aikaan
- Liikunnalla opetus voimistelu/rytmiikka/teline/kuntosalissa
- Liikunnalla seuraajien vastuulla oppilaiden ohjaus ulkoa pukuhuoneisiin ja oikeisiin saleihin (1 pukkarivastaava/ryhmäpukuhuone)

Opetusharjoitukset oppilaille

- MOTIVOINTI → kannustus, sisältö + kaikki alla olevat seikat
- TOIMINNALLISUUS → fyysinen aktiivisuus
- ERIYTTÄMINEN → onnistumisen kokemukset
- ORGANISOINTI + SUJUVA ETENEMINEN
- SOPIVASTI AUTONOMIAA
- MUSIIKIN KÄYTTÖ TUNNILLA (tunnin tavoitteita tukevaa)
- **TURVALLISEN ILMAPIIRIN LUOMINEN**
- **Suunnitteluun ja toteutukseen iso panostus → myönteinen ja kannustava oppimiskokemus harjoitteluun osallistuville oppilaille!**

Aikaisempia kokemuksia

- Oppilaat pitivät erityisesti siitä, että tunnit oli jaettu erilaisiin kokonaisuuksiin ja he pääsivät kokeilemaan erilaisia juttuja.
- Yksittäisistä tunteista ehkä toimivimpia olivat vauhdikkaat välinetunnit, joissa oli paljon toimintaa.
- Lisäksi näin meidän opettajien näkökulmasta oli hienoa, että oppilaamme saivat nauttia siitä, että oli paljon, kivoja ja hienoja välineitä. Kouluilta ei löydy tällaista välinemäärää!
- Toivoisin, että teille opiskelijoille jäisi kuva, että pojatkin pitävät temppuilusta, leikkimisestä ja taiteiluista välineillä! Ja että he uskaltavat olla ennakkoluulottomia opettajia tulevaisuudessa.
- Ja kiitos vielä siitä, että opiskelijanne olivat todella ystävällisiä oppilaitamme kohtaan. Opettajan tärkeimpiä tehtäviä ellei tärkein on saada oppilas uskomaan itseensä ja tietysti nauttimaan liikunnasta. Näin olen tässä vuosien varrella päätellyt

Käytännön asioita

- omalle ryhmälle pidettävissä opetuksissa tulosta tuntisuunnitelma mukaan tunnille (1 ylimääräinen kopio)
- oppilaille pidettävissä tunneissa tuntisuunnitelman palautus viimeistään viikko ennen omaa opetusta pedanetin palautuskansioon
- tunnin seuraajat huolehtivat oppilaiden vastaanoton ja 2 pukkarivastaavaa huolehtii oppilaat pukuhuoneisiin ja saleihin sekä vastaavasti saleista pukuhuoneisiin
- oppilaille pidettävien opetusharjoitusten aloitus- ja lopetusaikataulut vaihtelevat!!!