

Voimistelu

Liikunnan tiedot ja taidot

Havainto-motoriikka

T2

Rytmi ja tempo
Kehon asento
Liiketuntemus
(=kehotietoisuus)

Tasapaino- ja
liikkumistaidot

T3

Voimistelun
perusliikkeet eri
liikeryhmistä ja taito
yhdistää niitä

Välineen-

käsittelytaidot

T4

Voimisteluvälineiden
käsittelytaidot ja
yhdistämistaidot kehon
liikkeeseen

Fyysisten
ominaisuuksien
kehittämistaidot (T5)

Asennon ja
liikkeenhallinta,
suhteellinen voima,
ketteryys,liikkuvuus

Liikuntaympäristö-
kohtaiset taidot

- Liikeilmaisu
- Liikkeen tuottaminen
- Ryhmänä liikkuminen
- Esiintyminen

Fyysisen kunnon tasoa ei arvioida, ilmaisun tapaa ei arvioida.

Havaintomotoriikka

Rytmi ja tempo
Kehon asento
Liiketuntemus
Ajoitus ja voiman suunta

Tuntuuko liike
kevyeltä,
hallitulta,
sujuvalta

Liikunko
musiikin
rytmissä

Missä asennossa
olen liikkeessä

Liikkeen sisäinen
rytmitys, ajoitus
voiman suunta,
kesto, rentouden
ja jännityksen
vaihtelu

Voimistelu Työskentelytaidot

Aktiivisuus ja yrittäminen T1

- Parhaansa yrittäminen
- Aktiivinen harjoittelu tehtävänannon mukaisesti

Turvallinen ja asiallinen toiminta T7

- Tukee turvallista ja myönteistä ilmapiiriä
- Ei häiritse muiden osallistumista
- On ajoissa paikalla

Yhteistyö- ja vuorovaikutus-taidot T8

- Työskentelee oma-aloitteisesti kaikkien kanssa
- Kannustaa muita ja keskustelee rakentavasti

Arvioitavat
tavoitteet:
kaikki kriteerit
(T1 ja T7-10),
huomioidaan
arvioinnissa.

Vastuullisuus ryhmässä T9

- Ottaa vastuuta ryhmätehtävistä
- Antaa myös muille vastuuta
- Auttaa osaamisensa mukaan muita

Itsenäinen työskentely ja vastuu omasta toiminnasta T10

- Ottaa vastuun omasta oppimisestaan (tiedot ja taidot)
- Harjoittelee itsenäisesti myös omalla ajalla

Opetuksen tavoite,
jota ei huomioida
arvioinnissa (T11)

Myönteiset kokemukset omasta kehosta, pätevyydestä ja yhteisöllisyydestä T11

Voimistelu Työtavat

Tehtäväopetus

* Uusi aihe/asia, jota harjoiteltu opettajan antamien harjoitusten avulla

Itsearviointi

Opettaja on opettanut liikkeiden ydinasiat

Eriytyvä opetus

Opettaja antaa eritasoisista tehtävistä oppilaiden valita mitä variaatiota harjoituksesta tekee tai mitä liikkeitä harjoittelee (videot)

Ohjattu oivaltaminen ja ongelman ratkaisu

Opettaja antaa tehtävän, johon oppilaat etsivät ratkaisua

Erilaisten ratkaisujen tuottaminen

Opettaja antaa tehtävän, johon oppilaat tuottavat erilaisia ratkaisuja

alkuverryttelyt,
välinesarjat, esitysohjelma

