

## OPPIMINEN JA OSAAMINEN (50 %)

Opetuksen tavoitteet	Arvioinnin kohde	Käytännön esimerkkejä tavoitteesta
T2: Ohjata oppilasta harjaannuttamaan havaintomotorisia taitojaan eli havainnoimaan itseään ja ympäristöään aistien avulla sekä tekemään liikuntatilanteisiin sopivia ratkaisuja	Ratkaisujen teko erilaisissa liikuntatilanteissa	Esim. <ul style="list-style-type: none"><li>▪ sijoittuminen puolustettaessa</li><li>▪ hyökätessä kentän leveyden ja syvyyden käyttö</li><li>▪ liikkuminen vapaaseen paikkaan ilman palloa</li><li>▪ peliä edistävien syöttöjen tekeminen</li><li>▪ tanssikoreografian tekeminen näytöstä</li><li>▪ erilaisten tanssien tanssiminen</li></ul>
T3: Ohjata oppilasta harjoittelun avulla kehittämään tasapaino- ja liikkumistaitojaan, jotta oppilas osaa käyttää, yhdistää ja soveltaa niitä monipuolisesti erilaisissa oppimisympäristöissä, eri vuodenaikoina ja eri liikuntamuodoissa	Motoriset perustaidot (tasapaino- ja liikkumistaidot) eri liikuntamuodoissa	Esim. <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Hyppääminen korkeushypyssä, lentopallossa, koripallossa tai tanssissa</li><li>▪ Liukuminen suksilla, luistimilla tai muussa ympäristössä</li><li>▪ Juokseminen erilaisissa peleissä ja leikeissä</li><li>▪ Tasapainoilu voimistelussa, parkourissa tai tanssissa</li><li>▪ Ketteryys, väistely ja kiinniottaminen hippaleikeissä</li></ul>
T4: Ohjata oppilasta harjoittelun avulla kehittämään välineenkäsittelytaitojaan, jotta oppilas osaa käyttää, yhdistää ja soveltaa niitä monipuolisesti erilaisissa oppimisympäristöissä, eri välineillä, eri vuodenaikoina ja eri liikuntamuodoissa	Motoriset perustaidot (välineenkäsittelytaidot) eri liikuntamuodoissa	Esim. <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Jalkapallossa pallon syöttäminen eri tavoilla</li><li>▪ Sulkapallossa lyönnin suuntaaminen ja voimakkuuden säätö</li><li>▪ Lentopallossa hallittu lyönnin vastaanottaminen</li><li>▪ Pesäpallossa pallon kiinniottaminen ja lyöminen</li><li>▪ Koripallossa korin tekeminen</li></ul>
T5: Kannustaa ja ohjata oppilasta arvioimaan, ylläpitämään ja kehittämään fyysisiä ominaisuuksiaan: voimaa, nopeutta, kestävyyttä ja liikkuvuutta	Fyysisten ominaisuuksien arviointi, ylläpito ja kehittäminen	Esim. <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Ominaisuuksien arviointi: montako punnerrusta jaksan?</li><li>▪ Ominaisuuksien ylläpito: miten jaksan saman verran ensi kuussa?</li><li>▪ Ominaisuuksien kehittäminen: kuinka saisin ensi kerralla paremman tuloksen?</li><li>▪ Harjoitusohjelman suunnittelu</li><li>▪ Harjoittelu oman harjoitusohjelman mukaan</li></ul>
T6: Vahvistaa uima- ja vesipelastustaitoja, jotta oppilas osaa sekä uida että pelastautua ja pelastaa vedestä	Uima- ja vesipelastustaidot	Esim. <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Uiminen eri tavoilla (vapaa/selkä/rinta)</li><li>▪ Osaa uida 25m/50m/200m</li><li>▪ Altaaseen hyppääminen eri tavoilla</li><li>▪ Sukellustaidot</li><li>▪ Vesipelastaminen</li></ul>