

Liikunnanohjaus tutuksi

Kenelle: **9.- luokkalaisille**, jotka ovat kiinnostuneita harjoittelemaan ohjaamista, haluavat uusia kokemuksia ja ovat valmiita suunnittelemaan sekä toteuttamaan koululla erilaisia liikunnallisia tempauksia ja tapahtumia. Osana kurssia pyöritetään mahdollisesti alakoululla välituntitoimintaa tai esimerkiksi suunnitellaan yhdessä lyhyitä liikuntatuokioita eri kohderyhmille.

Miten: Tavoitteena on tutustua liikunnanohjaamiseen. Kurssi toteutetaan projektiluontoisesti ja on oppilaita osallistava. Oppilaat pääsevät myös itse liikkumaan kurssin aikana, mutta samalla kurssi tarjoaa laajemman näkökulman liikuntaan motorisen kehityksen ja ohjaamisen ydinasioiden muodossa. Tunneilla harjoitellaan ryhmäytymistä, ohjaustuokioiden pitämistä sekä kokeillaan erilaisia pelejä ja leikkejä. Muodostamme tuotoksena yhteisen materiaalipaketin kurssin sisällöistä, joita kukin voi tulevaisuudessa hyödyntää. Kurssilla tullaan tekemään paljon omatoimista ja itseohjautuvaa työskentelyä.

Arviointi: Hyväksytty/ hylätty

Arviointi hyväksytty edellyttää osallistumista opetukseen aktiivisesti yrittäen. Oppilas työskentelee liikuntatilanteissa turvallisesti ja asiallisesti. Oppilas pyrkii toimimaan yhdessä sovittujen ohjeiden mukaisesti. Hän harjoittelee työskennellessään huomioimaan muita ja toimimaan vastuullisesti. Oppilas ottaa vastuuta ryhmätöissä ja osallistuu myös suunnittelutyöhön.

Hyvinvointiliikunta- ja välipalakurssi

Kenelle: **9. -luokkalaisille**, jotka ovat kiinnostuneita omasta hyvinvoinnistaan ja innokkaita kokeilemaan erilaisten terveellisten välipalojen tekemistä ja valokuvaamista opettajan hallinnoimaan somekanavaan.

Miten: Kurssiohjelma sisältää puolet hyvinvointia edistävää liikuntaa oppilaiden toiveet huomioiden. Paljon kehonhuoltoa tukevaa toimintaa ja mahdollisesti tutustumme myös kaupungin muuhun liikuntatarjontaan. Toinen puoli kurssista keskitytään terveellisiin ja helppoihin välipaloihin. Teemme esteettisesti kauniita esillepanoja, etsimme omaa ilmaisua ja luovuutta ja kuvaamme näitä tuotoksia kurssin omaan sosiaalisen median kanavaan.

Arviointi: Hyväksytty/hylätty. Arviointi hyväksytty edellyttää osallistumista opetukseen aktiivisesti yrittäen. Oppilas työskentelee yhteisesti sovitulla tavalla turvallisesti ja asiallisesti. Toiminnassaan hän huomioi muut ja toimii vastuullisesti. Oppilas osallistuu ryhmätöihin.