

## Valinnaisaineen opetussuunnitelma:

Tyyppi: \_\_\_ Taide- ja taitoaineiden valinnaiset aineet  
\_x\_ Valinnaiset aineet

Luokka-aste: 3 lk \_\_\_ 4 lk \_\_\_ 5 lk \_\_\_ 6 lk \_\_\_ 7 lk \_\_\_ 8 lk \_\_\_ 9 lk \_\_\_x\_

Oppiaine: Liikunta

Viikkotuntimäärä: 1t/vk

Laaja-alaisen osaamisen alue:

L1 Ajattelu ja oppimaan oppinen \_\_\_X\_\_\_

L2 Kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu \_\_\_X\_\_\_

L3 Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot \_\_\_X\_\_\_

L4 Monilukutaito \_\_\_\_\_

L5 Tieto- ja viestintäteknologinen osaaminen \_\_\_\_\_

L6 Työelämätaidot ja yrittäjyys \_\_\_\_\_

L7 Osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävä tulevaisuuden rakentaminen \_\_\_X\_\_\_

### Tavoitteet:

Tavoitteena on oppia huolehtimaan omasta kunnosta ja kehosta sekä laatia ja toteuttaa henkilökohtainen liikuntaohjelma.

### Sisällöt:

Tuntien sisältö muodostetaan oppilaslähtöisesti. Tavoitteena omasta kunnosta ja kehosta huolehtiminen (lenkkeily, lihaskunto ja -huolto, liikkuvuus). Oppilaat tekevät henkilökohtaisen liikuntaohjelman, jota toteuttavat osan kurssista.

### Oppimisympäristöihin, työtapoihin, tukeen ja ohjaukseen liittyvät erityispiirteet (jos tarpeen)

Koulun ulko- ja sisäliikuntapaikat sekä lähiympäristö

### Arviointikriteerit: Huom. Jos 2vvh, pitää olla myös Hyvän osaamisen kriteerit

Sanallinen arviointi Hyväksytty/Hylätty