

## LIIKUNTA 8-9

Tavoitteet	S	L	8. lk	9. lk
<b>Fyysinen toimintakyky</b>				
T1 kannustaa oppilasta fyysiseen aktiivisuuteen, kokeilemaan erilaisia liikuntamuotoja ja harjoittelemaan parhaansa yrittäen	S1	L1, L2, L3, L6, L7	Valinnaisliikunnassa syvennetään kaikille yhteisillä liikuntatunneilla opittuja liikunnan lajitaitoja.	Valinnaisliikunnassa syvennetään kaikille yhteisillä liikuntatunneilla opittuja liikunnan lajitaitoja.
T2 ohjata oppilasta harjaannuttamaan havaintomotorisia taitojaan eli havainnoimaan itseään ja ympäristöään aistien avulla sekä tekemään liikuntatilanteisiin sopivia ratkaisuja	S1		Mahdollisuuksien mukaan hyödynnetään myös oppilaiden omaa erityisosaamista.	Mahdollisuuksien mukaan hyödynnetään myös oppilaiden omaa erityisosaamista.
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	S1		Osa tunneista pyritään järjestämään koulun ulkopuolella tutustumisena alueen erilaisiin liikuntamahdollisuuksiin.	Osa tunneista pyritään järjestämään koulun ulkopuolella tutustumisena alueen erilaisiin liikuntamahdollisuuksiin.
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	S1		Valinnaisliikunta antaa oppilaalle myös mahdollisuuden tutustua erilaisiin liikuntalajeihin, joita kaikille yhteisillä liikunnantunneilla ei ole mahdollista toteuttaa.	Valinnaisliikunta antaa oppilaalle myös mahdollisuuden tutustua erilaisiin liikuntalajeihin, joita kaikille yhteisillä liikunnantunneilla ei ole mahdollista toteuttaa.
T5 kannustaa ja ohjata oppilasta arvioimaan, ylläpitämään ja kehittämään fyysisiä ominaisuuksiaan: voimaa, nopeutta, kestävyyttä ja liikkuvuutta	S1		Valinnaisliikunnan sisältöjä suunniteltaessa otetaan huomioon vuodenaikojen ja koulun olosuhteiden tarjoamat vaihtoehdot ja oppilaiden omat toiveet.	Valinnaisliikunnan sisältöjä suunniteltaessa otetaan huomioon vuodenaikojen ja koulun olosuhteiden tarjoamat vaihtoehdot ja oppilaiden omat toiveet.
T7 ohjata oppilasta turvalliseen ja asialliseen toimintaan	S1			

## LIIKUNTA 8-9

Sosiaalinen toimintakyky				
T8 ohjata oppilasta työskentelemään kaikkien kanssa sekä säätelemään toimintaansa ja tunneilmaisuaan liikuntatilanteissa toiset huomioon ottaen	S2	L2, L3, L6, L7	Valinnaisliikunnan tunneilla kiinnitetään huomiota myös toisten ihmisten huomioimiseen, yhteistyötaitoihin sekä vastuun kantamiseen ympäröivästä elämästä.	Valinnaisliikunnan tunneilla kiinnitetään huomiota myös toisten ihmisten huomioimiseen, yhteistyötaitoihin sekä vastuun kantamiseen ympäröivästä elämästä.
T9 ohjata oppilasta toimimaan reilun pelin periaatteella sekä ottamaan vastuuta yhteisistä oppimistilanteista	S2			
Psyykinen toimintakyky				
T10 kannustaa oppilasta ottamaan vastuuta omasta toiminnasta ja vahvistaa oppilaan itsenäisen työskentelyn taitoja	S3	L1, L2, L3	Valinnaisliikunnan tavoitteena on tarjota virkistytymistä koulupäivän keskellä sekä mielihyvän ja onnistumisen kokemuksia.	Valinnaisliikunnan tavoitteena on tarjota virkistytymistä koulupäivän keskellä sekä mielihyvän ja onnistumisen kokemuksia.
T11 huolehtia siitä, että oppilaat saavat riittävästi myönteisiä kokemuksia omasta kehosta, pätevydestä ja yhteisöllisyydestä	S3		Valinnaisliikunnassa tarjotaan oppilaille omaehtoisen liikunnan löytämiseen ja ylläpitämiseen sekä tavoitteena on tukea oppilaan myönteistä asennetta liikuntaa kohtaan.	Valinnaisliikunnassa tarjotaan oppilaille ideoita omaehtoisen liikunnan löytämiseen ja ylläpitämiseen sekä tavoitteena on tukea oppilaan myönteistä asennetta liikuntaa kohtaan.
T12 auttaa oppilasta ymmärtämään riittävän fyysisen aktiivisuuden ja liikunnallisen elämäntavan merkitys kokonaisvaltaiselle hyvinvoinnille	S3			
T13 tutustuttaa oppilas yleisten liikuntamuotojen harrastamiseen liittyviin mahdollisuuksiin, tietoihin ja taitoihin, jotta hän saa edellytyksiä löytää itselleen sopivia iloa ja virkistystä tuottavia liikuntaharrastuksia	S3			

## LIIKUNTA 8-9

### Sisällöt

**S1 Fyysinen toimintakyky:** Liikunnan opetukseen valitaan havainto- ja ratkaisuntekotaitoja ja niiden soveltamista monipuolisesti kehittäviä tehtäviä esimerkiksi liikuntaleikit ja pallopelit. Tasapaino-, liikkumis- ja käsittelytaitoja vahvistetaan liikuntamuotojen ja liikuntalajien avulla monipuolisesti eri vuodenaikoina ja erilaisissa oppimisympäristöissä. Monipuoliset tehtävät, leikit, harjoitteet ja pelit mahdollistavat osallisuuden, pätevyyden, itsenäisyyden, sekä kehollisen ilmaisuuden ja esteettisyyden kokemuksia.

**S2 Sosiaalinen toimintakyky:** Liikunnan opetukseen valitaan erilaisia tehtäviä, leikkejä harjoituksia ja pelejä, joissa opitaan ottamaan toiset huomioon, sekä avustamaan muita. Opitaan ottamaan vastuuta yhteisistä asioista ja niiden järjestelyistä, sekä säännöistä.

**S3 Psyykinen toimintakyky:** Tuetaan myönteisen minäkuvan kehittymistä. Lisätään tietoa harrastusmahdollisuuksista ja toimintatavoista eri liikuntamuodoissa.