

LIIKUNTA 3-6

Tavoitteet	S	L	3. lk	4. lk	5. lk	6. lk
Fyysinen toimintakyky						
T1 kannustaa oppilaita fyysiseen aktiivisuuteen, kokeilemaan erilaisia liikuntatehtäviä ja harjoittelemaan parhaansa yrittäen	S1	L1, L3	<p>Liikutaan aktiivisesti ja monipuolisesti.</p> <p>Kokeillaan ennakkoluo- lottomasti uusia liikunta- tehtäviä sekä itsenäisesti että ryhmissä parhaansa yrittäen.</p>	<p>Liikutaan aktiivisesti ja monipuolisesti.</p> <p>Kokeillaan ennakkoluo- lottomasti uusia liikunta- tehtäviä sekä itsenäisesti että ryhmissä parhaansa yrittäen.</p>	<p>Liikutaan aktiivisesti ja monipuolisesti.</p> <p>Kokeillaan ennakkoluo- lottomasti uusia liikun- tatehtäviä ja -lajeja sekä itsenäisesti että ryhmissä parhaansa yrittäen.</p>	<p>Liikutaan aktiivisesti ja monipuolisesti.</p> <p>Kokeillaan ennakkoluo- lottomasti uusia liikun- tatehtäviä ja -lajeja sekä itsenäisesti että ryhmissä parhaansa yrittäen.</p>
T2 ohjata oppilasta harjaannutta- maan havainto-motorisia taitojaan eli havainnoimaan itseään ja ympä- ristöään aistien avulla sekä tekemään liikuntatilanteisiin sopivia ratkaisuja	S1	L1, L3, L4	<p>Hahmotetaan omaa kehoa, voimaa, aikaa ja ympäröi- vää tilaa erilaisissa liikun- tatilanteissa.</p> <p>Harjaannutetaan rakaisun- tekotaitoja (esim. peleissä ja leikeissä).</p>	<p>Hahmotetaan omaa kehoa, voimaa, aikaa ja ympäröi- vää tilaa erilaisissa liikun- tatilanteissa.</p> <p>Harjaannutetaan rat- kaisuntekotaitoja (esim. peleissä ja leikeissä).</p>	<p>Hahmotetaan omaa kehoa, voimaa, aikaa ja ympäröi- vää tilaa erilaisissa liikun- tatilanteissa sekä har- jaannutetaan havainto- ja ratkaisuntekotaitoja esim. erilaisissa pelitilanteissa.</p>	<p>Hahmotetaan omaa kehoa, voimaa, aikaa ja ympä- röivää tilaa sekä tehdään useimmiten tarkoituksen- mukaisia ratkaisuja erilai- sissa liikuntatilanteissa.</p>
T3 ohjata oppilasta sekä vahvis- tamaan tasapaino- ja liikkumis- taitojaan että soveltamaan niitä monipuolisesti erilaisissa oppimis- ympäristöissä, eri vuodenaikoina sekä eri tilanteissa	S1	L3	<p>Harjoitellaan staattisia ja dynaamisia tasapainotai- toja</p> <ul style="list-style-type: none"> • pystyasennot • pää alaspäin asennot • koukistaminen • ojentaminen • kieriminen • pyöriminen • heiluminen • pysähtyminen • väistäminen 	<p>Harjoitellaan staattisia ja dynaamisia tasapainotai- toja</p> <ul style="list-style-type: none"> • pystyasennot • pää alaspäin asennot • koukistaminen • ojentaminen • kieriminen • pyöriminen • heiluminen • pysähtyminen • väistäminen 	<p>Harjoitellaan staattisia ja dynaamisia tasapainotai- toja</p> <ul style="list-style-type: none"> • pystyasennot • pää alaspäin asennot • koukistaminen • ojentaminen • kieriminen • pyöriminen • heiluminen • pysähtyminen • väistäminen 	<p>Vahvistetaan staattisia ja dynaamisia tasapainotai- toja</p> <ul style="list-style-type: none"> • pystyasennot • pää alaspäin asennot • koukistaminen • ojentaminen • kieriminen • pyöriminen • heiluminen • pysähtyminen • väistäminen

LIIKUNTA 3-6

			<p>Harjoitellaan liikkumistaitoja</p> <ul style="list-style-type: none"> • käveleminen • juokseminen • hyppiminen • kinkkaaminen • laukkaaminen • liukuminen • kiipeileminen <p>Edellä mainittuja taitoja harjoitellaan eri tilanteissa, eri ympäristöissä ja eri vuodenaikoina.</p>	<p>Harjoitellaan liikkumistaitoja</p> <ul style="list-style-type: none"> • käveleminen • juokseminen • hyppiminen • kinkkaaminen • laukkaaminen • liukuminen • kiipeileminen <p>Edellä mainittuja taitoja harjoitellaan eri tilanteissa, eri ympäristöissä ja eri vuodenaikoina.</p>	<p>Harjoitellaan liikkumistaitoja</p> <ul style="list-style-type: none"> • käveleminen • juokseminen • hyppiminen • kinkkaaminen • laukkaaminen • liukuminen • kiipeileminen <p>Edellä mainittuja taitoja harjoitellaan eri tilanteissa, eri ympäristöissä ja eri vuodenaikoina.</p>	<p>Vahvistetaan liikkumistaitoja</p> <ul style="list-style-type: none"> • käveleminen • juokseminen • hyppiminen • kinkkaaminen • laukkaaminen • liukuminen • kiipeileminen <p>Edellä mainittuja taitoja sovelletaan eri tilanteissa, eri ympäristöissä ja eri vuodenaikoina.</p>
<p>T4 ohjata oppilasta sekä vahvistamaan että soveltamaan välineenkäsittelytaitojaan monipuolisesti erilaisissa oppimisympäristöissä käyttämällä erilaisia välineitä eri vuodenaikoina erilaisissa tilanteissa</p>	S1	L3	<p>Harjoitellaan välineenkäsittelytaitoja</p> <ul style="list-style-type: none"> • heittäminen • kiinniottaminen • potkiminen • lyöminen • pomputtaminen • vierittäminen • työntäminen <p>Edellä mainittuja taitoja harjoitellaan eri tilanteissa, eri ympäristöissä ja eri vuodenaikoina.</p>	<p>Harjoitellaan välineenkäsittelytaitoja</p> <ul style="list-style-type: none"> • heittäminen • kiinniottaminen • potkiminen • lyöminen • pomputtaminen • vierittäminen • työntäminen <p>Edellä mainittuja taitoja harjoitellaan eri tilanteissa, eri ympäristöissä ja eri vuodenaikoina.</p>	<p>Harjoitellaan välineenkäsittelytaitoja</p> <ul style="list-style-type: none"> • heittäminen • kiinniottaminen • potkiminen • lyöminen • pomputtaminen • vierittäminen • työntäminen <p>Edellä mainittuja taitoja harjoitellaan eri tilanteissa, eri ympäristöissä ja eri vuodenaikoina.</p>	<p>Vahvistetaan välineenkäsittelytaitoja</p> <ul style="list-style-type: none"> • heittäminen • kiinniottaminen • potkiminen • lyöminen • pomputtaminen • vierittäminen • työntäminen <p>Edellä mainittuja taitoja sovelletaan eri tilanteissa, eri ympäristöissä ja eri vuodenaikoina.</p>
<p>T5 kannustaa ja ohjata oppilasta arvioimaan, ylläpitämään ja kehittämään fyysisiä ominaisuuksiaan: nopeutta, liikkuvuutta, kestävyyttä ja voimaa</p>	S1	L3	<p>Arvioidaan yhdessä opettajan kanssa omia fyysisiä ominaisuuksia.</p> <p>Opitaan ymmärtämään fyysisten ominaisuuksien ylläpitämisen merkitys omalle hyvinvoinnille.</p>	<p>Arvioidaan yhdessä opettajan kanssa omia fyysisiä ominaisuuksia.</p> <p>Opitaan ymmärtämään fyysisten ominaisuuksien ylläpitämisen merkitys omalle hyvinvoinnille.</p>	<p>Harjoitellaan oman toimintakyvyn itsenäistä arviointia.</p> <p>Opitaan ymmärtämään fyysisten ominaisuuksien ylläpitämisen merkitys omalle hyvinvoinnille.</p>	<p>Opetellaan arvioimaan ohjatusti omaa fyysistä toimintakykyä.</p> <p>Opetellaan ymmärtämään fyysisten ominaisuuksien ylläpitämisen merkitys omalle hyvinvoinnille.</p>

LIIKUNTA 3-6

			Fyysisten ominaisuuksien kehittämisessä korostuvat nopeus ja liikkuvuus	Fyysisten ominaisuuksien kehittämisessä korostuvat nopeus ja liikkuvuus.	Fyysisiä ominaisuuksia (nopeus, liikkuvuus, voima ja kestävyys) kehitetään monipuolisesti.	Fyysisiä ominaisuuksia (nopeus, liikkuvuus, voima ja kestävyys) harjoitellaan ohjatusti monipuolisesti.
T6 opettaa uimataito, jotta oppilas pystyy liikkumaan vedessä ja pelastautumaan vedestä.	S1	L3	Kerrataan selin- ja päin- lunnat sekä liukuminen. Harjoitellaan alkeisselkä- uintia. Harjoitellaan krooliuinnin potkuja sekä myyräuintia/ krooliuintia. Harjoitellaan sukeltamista, hyppäämistä sekä veden polkemista uintisyvyisessä vedessä.		Harjoitellaan rinta- tai vapaauintia hengitysrytmin kanssa kokonaissuoritus- sena. Harjoitellaan hengenpelas- tustaitoja.	
T7 ohjata oppilasta turvalliseen ja asialliseen toimintaan liikuntatun- neilla.	S1	L3, L6, L7	Opetellaan kuuntelemaan ja noudattamaan annettuja ohjeita. Opetellaan sisäistämään yhteisesti sovittuja toimin- tatapoja ja turvallisuusnä- kökohtia • asianmukaisista liikun- tavarusteista huolehti- minen • yhteisten välineiden käsittely ja niistä huoleh- timinen	Opetellaan kuuntelemaan ja noudattamaan annettuja ohjeita. Opetellaan sisäistämään yhteisesti sovittuja toimin- tatapoja ja turvallisuusnä- kökohtia • asianmukaisista liikun- tavarusteista huolehti- minen • yhteisten välineiden käsittely ja niistä huoleh- timinen	Opetellaan kuuntelemaan ja noudattamaan annettuja ohjeita. Opetellaan sisäistämään yhteisesti sovittuja toimin- tatapoja ja turvallisuusnä- kökohtia • asianmukaisista liikun- tavarusteista huolehti- minen • yhteisten välineiden käsittely ja niistä huoleh- timinen	Opetellaan kuuntelemaan ja noudattamaan annettuja ohjeita. Harjoitellaan toimimaan yhteisesti sovittujen toi- mintatapojen mukaisesti turvallisuusnäkökohdat huomioiden • asianmukaisista liikun- tavarusteista huolehti- minen • yhteisten välineiden käsittely ja niistä huoleh- timinen • hygieniasta huolehtimi- nen

LIIKUNTA 3-6

Sosiaalinen toimintakyky						
T8 ohjata oppilasta työskentelemään kaikkien kanssa sekä säätelemään toimintaansa ja tunneilmaisuaan liikuntatilanteissa toiset huomioon ottaen	S2	L2, L3, L6, L7	<p>Opetellaan onnistumaan ja epäonnistumaan sekä häviämään ja voittamaan.</p> <p>Harjoitellaan ilmaisemaan omia tunteita toiset huomioon ottaen.</p> <p>Harjoitellaan toimimaan kaikkien ryhmän oppilaiden kanssa.</p> <p>Opitaan auttamaan ja kannustamaan muita oppilaita.</p>	<p>Osataan onnistua ja epäonnistua sekä hävitä ja voittaa.</p> <p>Harjoitellaan ilmaisemaan omia tunteita toiset huomioon ottaen.</p> <p>Harjoitellaan toimimaan kaikkien ryhmän oppilaiden kanssa.</p> <p>Harjoitellaan auttamaan ja kannustamaan muita oppilaita.</p>	<p>Opetellaan ilmaisemaan omia tunteita toiset huomioon ottaen.</p> <p>Harjoitellaan toimimaan kaikkien ryhmän oppilaiden kanssa.</p> <p>Opetellaan auttamaan ja kannustamaan muita oppilaita.</p>	<p>Opetellaan ilmaisemaan omia tunteita toiset huomioon ottaen.</p> <p>Harjoitellaan toimimaan kaikkien ryhmän oppilaiden kanssa.</p> <p>Opetellaan auttamaan ja kannustamaan muita oppilaita.</p>
T9 ohjata oppilasta toimimaan reilun pelin periaatteella sekä kantamaan vastuuta yhteisistä oppimistilanteista	S2	L2, L6, L7	<p>Harjoitellaan noudattamaan erilaisten pelien ja leikkien sääntöjä ja ymmärretään reilun pelin periaate.</p>	<p>Noudatetaan erilaisten pelien ja leikkien sääntöjä ja ymmärretään reilun pelin periaate.</p>	<p>Harjoitellaan reilun pelin periaatteen soveltamista erilaisissa tilanteissa.</p> <p>Opetellaan kantamaan vastuuta yhteisen tavoitteen saavuttamiseksi.</p>	<p>Opetellaan soveltamaan reilun pelin periaatetta erilaisissa tilanteissa.</p> <p>Harjoitellaan kantamaan vastuuta yhteisen tavoitteen saavuttamiseksi.</p>
Psyykinen toimintakyky						
T10 kannustaa oppilasta ottamaan vastuuta omasta toiminnasta ja vahvistaa itsenäisen työskentelyn taitoja	S3	L1, L2, L3	<p>Harjoitellaan suunnittelemaan ja toteuttamaan itsenäisesti yksinkertainen harjoitus, peli tai leikki opettajan ohjeen mukaan.</p> <p>Harjoitellaan pitkäjänteistä ponnistelua oman tavoitteen saavuttamiseksi.</p>	<p>Harjoitellaan suunnittelemaan ja toteuttamaan itsenäisesti yksinkertainen harjoitus, peli tai leikki opettajan ohjeen mukaan.</p> <p>Harjoitellaan pitkäjänteiseen ponnisteluun oman tavoitteen saavuttamiseksi.</p>	<p>Opetellaan suunnittelemaan ja toteuttamaan harjoitus, peli tai leikki itsenäisesti opettajan ohjeen mukaan.</p> <p>Harjoitellaan pitkäjänteistä ponnistelua oman tavoitteen saavuttamiseksi.</p>	<p>Harjoitellaan suunnittelemaan ja toteuttamaan itsenäisesti harjoitus, peli tai leikki opettajan ohjeen mukaan.</p> <p>Harjoitellaan pitkäjänteistä ponnistelua oman ja yhteisen tavoitteen saavuttamiseksi.</p>

LIIKUNTA 3-6

T11 huolehtia siitä, että oppilaat saavat riittävästi myönteisiä kokemuksia omasta kehosta, pätevydestä ja yhteisöllisyydestä	S3	L1, L2	<p>Annetaan ja saadaan myönteisiä kokemuksia omasta kehosta, pätevydestä ja yhteisöllisyydestä sekä opettajalta että muilta oppilailta.</p> <p>Kokeillaan omalle taitotasolle soveltuvia iloa ja virkistystä tuottavia erilaisia tehtäviä.</p>	<p>Saadaan ja annetaan myönteisiä kokemuksia omasta kehosta, pätevydestä ja yhteisöllisyydestä sekä opettajalta että muilta oppilailta.</p> <p>Kokeillaan omalle taitotasolle soveltuvia iloa ja virkistystä tuottavia erilaisia tehtäviä.</p>	<p>Saadaan ja annetaan myönteisiä kokemuksia omasta kehosta, pätevydestä ja yhteisöllisyydestä sekä opettajalta että muilta oppilailta.</p> <p>Kokeillaan omalle taitotasolle soveltuvia iloa ja virkistystä tuottavia erilaisia tehtäviä. Arvioidaan omia liikuntakokemuksia ja toimintaa.</p>	<p>Saadaan ja annetaan myönteisiä kokemuksia omasta kehosta, pätevydestä ja yhteisöllisyydestä sekä opettajalta että muilta oppilailta.</p> <p>Kokeillaan omalle taitotasolle soveltuvia iloa ja virkistystä tuottavia erilaisia tehtäviä.</p> <p>Arvioidaan omia liikuntakokemuksia ja toimintaa osana itsearviointia.</p>
---	----	--------	--	--	---	---