

SYVENTÄVÄ LIIKUNTA

8. lk 2h/viikko 9.lk 2h/viikko

TAVOITTEET

- **syventää** ja **laajentaa** perusopetuksen liikunnan oppiaineksen tavoitteita ja sisältöjä

- **Oppilas**

- **harjaantuu** liikuntataidoissaan ja **fyysisissä ominaisuuksissaan** sekä **syventää liikuntatiedollista** osaamistaan.

- **kiinnostus** lisääntyy omatoimiseen liikunnan harrastamiseen ja fyysisten ominaisuuksien kehittämiseen

- **kehittää yhteistyökykytaitojaan** sekä oppii ottamaan **vastuuta** omasta liikuntakäyttäytymisestään.

- kokee **onnistumista, iloa ja virkistystä** liikunnan parissa

Valinnainen liikunta

SISÄLLÖT

- liikunnan valinnaisaineen sisällöt mukailevat **perusopetuksen liikuntamuotoja ja -lajeja** huomioiden vuodenajat ja monipuolisuuden liikuntalajien suhteen.

ARVIOINTI

Arvioinnin pohjana on perusopetuksen liikunnan arviointikriteerit:

- liikuntataidot ja -tiedot
- fyysinen **suorituskyky** (voima, nopeus, kestävyys, ketteryys, koordinaatio...)
- asennoituminen liikuntaan ja **aktiivisuus** oppitunneilla, **omatoimisuus ja vastuullisuus**

ARVIOINTI

Arvioinnissa otetaan huomioon:

- oppilaan kyky **omaksua** uusia liikuntataitoja
- kyky **ottaa vastuuta** annetuista tehtävistä.

Lisäksi arvioinnissa painotetaan oppilaan:

- **ennakkoluulottomuutta** uusia lajeja kohtaan
- **osallistumisaktiivisuutta** oppitunnilla
- **omatoimisuutta** ohjaus- ja tuomarointitehtävissä.

Oppilaan fyysisiä ominaisuuksia ja liikuntataitoja arvioidaan joillakin testeillä ja **ns. jatkuvan näytön periaatteella.**

KENELLE VALINNAINEN LIIKUNTA SOPII:

- oppilaalle joka **osallistuu aktiivisesti** oppitunneilla omien kykyjensä mukaisesti
- oppilaalle, jolle "**kaikki lajit käy**"
- oppilaalle, jolla on **kunakin lajin edellyttämät varusteet ja välineet** oppitunnilla, kuten luistimet, sukset, sisäliikuntatossut ja liikunta-asu
- oppilaalle, joka osaa **toimia asiallisesti** liikuntaryhmässä, jossa on sekä tyttöjä että poikia