|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| MITÄ tavoitellaan ja arvioidaan? | MISSÄ sisältöalueissa tavoitteen asioita opitaan? | MILLAISTA TOIMINTAA VAATII tunneilla – konkreettisia ideoita? | MITEN arvioidaan? |
| **T1** Opetuksen tavoitteena on tarjota oppilaalle monipuolista liikuntaa vuodenajat ja paikalliset olosuhteet huomioiden.**T2** Oppilas harjaannuttaa havaintomotorisia taitojaan eli havainnoi itseään ja ympäristöään aistien avulla sekä tekee liikuntatilanteisiin sopivia ratkaisuja.**T3** Oppilas kehittää harjoittelun avulla tasapaino- ja liikkumistaitojaan, jotta hän osaa käyttää, yhdistää ja soveltaa niitä monipuolisesti erilaisissa oppimisympäristöissä, eri vuodenaikoina ja eri liikuntamuodoissa.**T4** Oppilas kehittää harjoittelun avulla välineenkäsittelytaitojaan, jotta hän osaa käyttää, yhdistää ja soveltaa niitä monipuolisesti erilaisissa oppimisympäristöissä, eri välineillä, eri vuodenaikoina ja eri liikuntamuodoissa.**T5** Oppilas arvioi, ylläpitää ja kehittää fyysisiä ominaisuuksiaan: voimaa, nopeutta, kestävyyttä ja liikkuvuutta.**T6** Oppilas osaa pudottautua uintisyvyiseen veteen siten, että pää käy pinnan alla. Pintaan nousemisen jälkeen oppilas osaa uida yhtäjaksoisesti vähintään 50 metriä. Oppilas kehittää perusuimataitoaan.**T7** Oppilas ottaa toiset huomioon sekä auttaa ja avustaa muita. Monipuolisten tehtävien myötä oppilas oppii vastuun ottamista yhteisistä asioista ja niiden järjestelyistä sekä säännöistä.**T8** Oppilas ottaa toiset huomioon sekä auttaa ja avustaa muita. Oppilas harjoittelee vastuun ottamista erilaisilla tehtävillä. Oppilas harjoittaa rakentavaa tunteiden ilmaisua.**T9** Oppilas noudattaa yhteisiä sääntöjä ja sopimuksia. Oppilas edesauttaa omilla ratkaisuillaan tavoitteen mukaista toimintaa liikuntatunneilla.**T10** Oppilas oppii ponnistelemaan pitkäjänteisesti yksin ja yhdessä muiden kanssa tavoitteiden saavuttamiseksi.**T11** Oppilas kehittää myönteistä suhtautumistaan omaan kehoonsa, pätevyyteensä ja yhteisöllisyyteen.**T12** Oppilas ymmärtää että riittävä fyysinen aktiivisuus ja liikunnallinen elämäntapa liittyvät saumattomasti omaan hyvinvointiin.**T13** Oppilas rohkaistuu etsimään ja löytämään liikunnan lajikirjosta ”oman juttunsa”. | **S1 liittyen tavoitteeseen T1**Monipuolisesti eri liikuntamuotoja ja –lajeja.**S1 liittyen tavoitteeseen T2**Kehon tuntemusta, -hahmotusta ja -hallintaa kehittävät harjoitteet. Eri aisteihin (esim. näkö, kuulo, lihas, liike ja tasapaino) perustuvaa havaitsemista harjoittavia pelejä ja leikkejä.**S1 liittyen tavoitteeseen T3**Juoksua, ponnistamista, loikkaamista, hyppäämistä, laukkaamista, liukumista, kiipeämistä ja harppaamista kehittävät harjoitteet ja pelit(esim. voimistelu välineillä, parkour, lumiliikunta, pallopelit, musiikkiliikunta).**S1 liittyen tavoitteeseen T4**Heittämistä, kiinniottamista, potkaisemista, potkaisemista ilmasta, kauhaisemista, iskemistä, pomputtelemista, kierittämistä, lyömistä, lyömistä ilmasta kehittäviä harjoitteita, esim. maila- ja pallopelit, vesiliikunta, perusliikunta.**S1 liittyen tavoitteeseen T5**Esim. Move-mittaus (8. lk), erilaisia ja monipuolisia tapoja mitata ja arvioida omia fyysisiä ominaisuuksia, peruskuntoharjoittelu, voimaharjoittelu sekä liikkuvuus- ja kehonhuoltoharjoittelu sekä ryhmäliikunta. Voimaa, nopeutta, kestävyyttä ja liikkuvuutta kehittävät harjoitteet.**S1 liittyen tavoitteeseen T6**Uima- ja vesipelastustaitoja kehittävät harjoitteet, esim. pituus- ja syvyyssukeltaminen, veteen hyppääminen, vedestä pelastaminen ja pelastautuminen ja erilaiset uintitekniikat.**S2 liittyen tavoitteeseen T7**Esim. oppilaiden vastuuttaminen pelien ja leikkien sääntöjen noudattamisesta, turvallisesta liikuntaympäristöstä sekä kanssaliikkujien hyvinvoinnista. Oppilastuomaroinnit.**S2, S3 liittyen tavoitteeseen T8**Opetuksessa käytetään monipuolisesti vaihtelevia työskentelymuotoja (yksilö, pari ja ryhmä). Erilaiset pelit ja leikit, joissa koetaan liikkumisen riemua unohtamatta kilpailullisempia pelejä/harjoitteita, joissa voiton ja häviämisen tunneilmaisu korostuu.**S2 liittyen tavoitteeseen T9**Opetuksessa käytetään monipuolisesti vaihtelevia työskentelymuotoja (yksilö, pari ja ryhmä). Liikunnan opetukseen valitaan erilaisia pari- ja ryhmätehtäviä, leikkejä, harjoituksia ja pelejä, joissa opetetaan ottamaan toiset huomioon sekä auttamaan ja avustamaan muita. Tehtävien myötä opetetaan vastuun ottamista yhteisistä asioista ja niiden järjestelyistä sekä säännöistä. Myönteistä yhteisöllisyyttä lisätään ryhmätehtävillä.**S3 liittyen tavoitteeseen T10**Oppilaat saavat vaikuttaa itse tuntien sisältöihin soveltuvin osin.**S3 liittyen tavoitteeseen T11**Oppilas pääsee kokeilemaan erilaisia liikuntamuotoja erilaisissa liikuntaympäristöissä.**S3 liittyen tavoitteeseen T12**Iloa ja virkistystä tuottavat liikuntatehtävät.**S3 liittyen tavoitteeseen T13**Tutustua harjoittelun perusperiaatteisiin sekä annetaan tieto liikunnan harrastusmahdollisuuksista ja toimintatavoista eri liikuntamuodoissa. |  |  |