|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 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. |  |  |