Valinnainen liikunta

Opintojen laajuus:

1 vuosiviikkotunti luokilla 5 – 6

Opintojen tavoitteet:

Valinnaisen liikunnan tavoitteena on syventää oppilaiden perusliikunnassa oppimia liikuntataitoja ja tietoja. Valinnaisessa liikunnassa oppilaalla on mahdollisuus kokeilla monipuolisesti eri liikuntamuotoja. Valinnainen liikunta tarjoaa oppilaille myös uusia liikunnallisia elämyksiä.

Oppilas asettaa itselleen valinnaisliikunnassa lukukaudeksi ainakin yhden tavoitteen.

Opintojen sisällöt:

Valinnaisessa liikunnassa oppilaat saavat vaikuttaa itse tuntien sisältöön ja oppitunneilla hyödynnetään oppilaiden omia lajitaitoja. Toiminta pidetään monipuolisena, jotta kaikki oppilaat saavat toteuttaa myös itselle mieluisia lajeja. Valinnaisessa liikunnassa hyödynnetään lähiympäristön tarjoamia mahdollisuuksia ja voidaan tehdä vierailuja myös muille liikuntapaikoille.

Valinnaisliikunta noudattaa koulun lukuvuoden mukaista liikuntasuunnitelmaa syventäen eri liikuntamuotoja.

Opettaja kirjaa oppilaiden itselleen asettamat tavoitteet joiden pohjalta käydään arviointikeskustelu lukukauden lopussa.

Opintojen arviointi:

Oppilaiden kasvamista liikunnalliseen elämäntapaan tuetaan monipuolisella ja kannustavalla toiminnalla. Oppilaalle annetaan ohjaavaa palautetta. Arviointi perustuu monipuoliseen näyttöön oppilaan oppimisesta ja työskentelystä. Palautteessa ja arvioinnissa otetaan huomioon oppilaiden yksilölliset vahvuudet ja kehittymistarpeet ja tuetaan niitä. Valinnaisen liikunnan arvioinnissa huomioidaan oppilaan aktiivisuus ja oma-aloitteisuus, halu tutustua uusiin ja erilaisiin lajeihin sekä myönteinen asenne.

Oppilaan kanssa käydään arviointikeskustelu oppilaan asettaman tavoitteen toteutumisesta. Opintojen arviointi suoritetaan sanallisena kriteerein hyväksytty tai hylätty.