

Esiopetuksen päättävän tulisi hallita seuraavat tiedot, taidot ja asenteet			
Opetuksen vähimmäistuntimäärä: 3 altaassa + 2 altaan ulkopuolella			
Turvallinen veteen meno ja poistuminen	☐ Osaa mennä turvallisesti matalaan veteen ☐ Liikkuu matalassa vedessä lyhyitä matkoja aikuisen valvonnassa ☐ Löytää turvallisen tavan poistua vedestä		
Hengityksen kontrollointi	☐ Osaa laittaa kasvot veteen ☐ Puhalttaa kuplia pinnan alla		
Uintitekniikat	☐ Ui apuvälineen kanssa ☐ Liikkuu vedessä hallitusti kävelemällä ☐ Harjoittelee alkeisuimataittoa		
Sukeltaminen	☐ Osaa poimia esineen pohjasta matalassa vedessä, jalat pohjassa ja kasvot pinnan alla		
Pelastusliivit	☐ Kelluu, ui ja juoksee pelastusliivit päällä ☐ Nousee pelastusliiveillä seisomaan aikuisen avustaessa tarvittaessa		
Avovesiosaaminen	☐ Osaa nimetä uimahallin ja avoveden eroavaisuudet, kuten aallokko, roiskeet, syvä vesi, kylmä vesi ja tumma vesi		
Ymmärrys paikallisista vaaroista	☐ Ymmärtää, että veden äärelle ei saa mennä ilman aikuisen läsnäoloa ja valvontaa		
Riskeistä selviytyminen	☐ Noudattaa aikuisen ohjeita ja neuvoja veden läheisyydessä ja vedessä		
Oman osaamisen arviointi	☐ Pohtii, mitkä vesipätevyyden osa-alueet ovat tuttuja ja mitkä uusia tai haastavia		
Hengenpelastustaidot	☐ Toimii itse turvallisesti ja antaa uimarauhan: ”en roiski, roiku tai paini kaverin kanssa ja huolehdin kaverista”		
Vesiturvallisuuden asenteet ja arvot	☐ Tutustuu vesipätevyyden eri osa-alueisiin		
Nimi: Päivämäärä ja paikka: Testin vastaanottaja:	Testattavat taidot	Osaa	Ei osaa
	Kastaa kasvot veteen		
	Puhalttaa kuplia veteen		
	Liikkuu vedessä hallitusti kävelemällä		
	Ui apuvälineen kanssa		
	Poimii esineen pohjasta jalat pohjassa, kasvot pinnan alla		

Toisen luokan päättävän tulisi hallita seuraavat tiedot, taidot ja asenteet			
1–2. vuosiluokkien tavoitteena on tutustuttaa oppilas vesiliikuntaan ja varmistaa alkeisuintaito (T5). Oppilaan tulisi osata uida 10 m sekä selällään että vatsallaan. (OPS2014) Opetuksen vähimmäistuntimäärä: 6 altaassa + 2 altaan ulkopuolella jokaisella luokka-asteella, yhteensä 12 + 4 tuntia			
Turvallinen veteen meno ja poistuminen	☐ Osaa omatoimisesti ja turvallisesti laskeutua altaan reunalta rinnansyvyiseen veteen ☐ Pystyy kiipeämään itsenäisesti altaasta pois ☐ Ymmärtää, miksi altaaseen on mentävä turvallisesti ja miten sieltä tullaan turvallisesti pois ☐ Ymmärtää, miksi on tärkeää harjoitella myös reunalle kiipeämistä		
Hengityksen kontrollointi	☐ Osaa kastautua ja hengittää rytmisesti useita kertoja kastautumisen yhteydessä		
Pinnalla pysyminen	☐ Osaa eri kellunta-asentoja ja osaa nousta niistä pystyasentoon		
Uintitekniikat	☐ Liikkuu vedessä hallitusti ja ui vähintään 10 m selällään ja vatsallaan		
Sukeltaminen	☐ Osaa sukeltaa esteen alta ☐ Osaa sukeltaa esineen pohjasta rintaan asti ulottuvassa vedessä		
Pelastusliivit	☐ Kelluu ja ui pelastusliivi päällä uintisyvyisessä vedessä (jalat eivät ulotu pohjaan) ☐ Tietää, että pelastusliivi on tärkeää pukea päälle vesille mennessä ☐ Osaa nousta vedestä kelluvalle patjalle pelastusliivi päälle puettuna		
Vaatteet päällä uiminen	☐ Liikkuu vedessä t-paita päällä ja havainnoi vaatteiden vaikutusta veden vastukseen.		
Avovesiosaaminen	☐ Osaa liikkua ja toimia altaassa opettajan tehdessä aaltoja ja pärskeitä.		
Ymmärrys paikallisista vaaroista ja riskeistä selviytyminen	☐ Tunnistaa kodin lähellä olevat riskialttiit vesiympäristöt ja osaa välttää niitä. ☐ Tietää, että jää voi pettää, jäälle mennessä pitää varustautua oikein, eikä jäälle saa mennä ilman aikuisen valvontaa.		
Oman osaamisen arviointi	☐ Osaa arvioida vesipätevyystaitojaan ohjaavien kysymysten sekä tehtävien avulla.		
Hengenpelastustaidot	☐ Harjoittelee tunnistamaan apua tarvitsevan, kutsumaan aikuisen paikalle ja soittamaan hätänumeroon 112.		
Vesiturvallisuuden asenteet ja arvot	☐ Tietää, että voi itse tehdä valinnan toimia turvallisesti vesiympäristössä.		
Nimi: Päivämäärä ja paikka: Testin vastaanottaja:	Testattava alkeisuintaito	Osaa	Ei osaa
	Ui 10 metriä selällään		
	Ui 10 m vatsallaan		

Kuudennen luokan päättävän tulisi hallita seuraavat tiedot, taidot ja asenteet			
3–6. luokan aikana tulisi saavuttaa uimataito, jolla oppilas kykenee liikkumaan vedessä ja pelastautumaan vedestä. Opetuksen vähimmäistuntimäärä: 6 altaassa + 2 altaan ulkopuolella 3. luokka-asteella, sen jälkeen 4 altaalla ja 2 altaan ulkopuolella, yhteensä 18 + 8 tuntia			
Turvallinen veteen meno ja poistuminen	☐ Osaa mennä veteen ja poistua vedestä turvallisesti uimahalliympäristössä ☐ Tunnistaa ja ymmärtää muiden vesiympäristöjen haasteet ja riskit veteen mentäessä ja sieltä poistuessa.		
Pinnalla pysyminen ja vedessä orientoituminen	☐ Osaa polkea vettä ☐ Pystyy siirtymään pystyasennosta selinkelluntaan		
Uintitekniikat	☐ Osaa uida yhtäjaksoisesti 50 metriä hyödyntäen yleisimpiä uimatyylejä (rintauinti, selkäuinti ja krooliuinti)		
Sukeltaminen	☐ Osaa sukeltaa pinnan alle ja etsiä esineen uintisyvyydestä vedestä (jalat eivät ylety pohjaan) ☐ Osaa tehdä 5 metrin pituussukelluksen		
Pelastusliivit	☐ Osaa valita oikeankokoisen pelastusliivin ja pukea sen oikein päälle ☐ Osaa käyttää pelastusliiviä monipuolisesti: hyppy veteen, uiminen, kelluminen, altaasta ylös kiipeäminen. ☐ Osaa nousta vedestä kelluvalle patjalle pelastusliivi päälle puettuna		
Vaatteet päällä uiminen	☐ Osaa uida väljät vaatteet (verkkarit ja t-paita) päällä ja havainnoi vaatteiden vaikutusta liikkeeseen.		
Avovesiosaaminen	☐ Ymmärtää avoveden vaarat, kuten aallokkoisuus, syvyys, kylmyys ja veden tummuus. ☐ Tiedostaa, että nämä vaikuttavat uintiturvallisuuteen.		
Ymmärrys paikallisista vaaroista ja riskeistä selviytyminen	☐ Tunnistaa riskialttiit vesialueet ja tietää, kuinka riskejä voi välttää ja vähentää		
Oman osaamisen arviointi	☐ Osaa arvioida vesipätevyytaitojaan ohjaavien kysymysten sekä tehtävien avulla.		
Hengenpelastustaidot	☐ Harjoittelee tunnistamaan apua tarvitsevan, osaa soittaa hätänumeroon 112 ja pelastaa käyttämällä pelastusvälinettä (heitto/ojennus) menemättä itse veteen.		
Vesiturvallisuuden asenteet ja arvot	☐ Ymmärtää ja noudattaa turvallisuusohjeita erilaisissa vesiympäristöissä. ☐ Tietää, että oma asenne on ratkaisevan tärkeää.		
Nimi:	Testattava perusuimataitoisuus	Osaa	Ei osaa
	(samalla osaamisen kuvaus arvosanalle 8)		
Päivämäärä ja paikka:	Osaa uida 50 metriä kahta uintitapaa käyttäen		
	Sukeltaa 5 metriä pinnan alla		
Testin vastaanottaja:	Hyppää uintisyvyiseen veteen		

Yhdeksännen luokan päättävän tulisi hallita seuraavat tiedot, taidot ja asenteet			
7–9 luokkien tavoitteena on vahvistaa uima- ja vesipelastustaitoja, jotta oppilas osaa sekä uida että pelastautua ja pelastaa vedestä(T6) (OPS2014) Opetuksen vähimmäistuntimäärä: 4 altaalla ja 2 altaan ulkopuolella jokaisella luokka-asteella, yhteensä 12 + 6 tuntia			
Turvallinen veteen meno ja poistuminen	☐ Osaa mennä veteen ja poistua vedestä turvallisesti uimahalliympäristössä. ☐ Tunnistaa ja ymmärtää muiden vesiympäristöjen haasteet ja riskit veteen mentäessä ja sieltä poistuessa.		
Pinnalla pysyminen	☐ Osaa kellua sekä polkea vettä 2 minuuttia		
Uintitekniikat	☐ Osaa uida pohjoismaisen uimataitomääritelmän mukaisesti kahta eri uintitapaa käyttäen.		
Sukeltaminen	☐ Osaa sukeltaa pinnan alle ja etsiä esineen 2 metrin syvyydestä ☐ Osaa tehdä 10 metrin pituussukelluksen		
Pelastusliivit	☐ Osaa käyttää pelastusliiviä monipuolisesti: hyppy veteen, uiminen, kelluminen (HELP- ja Huddle -asento) ja vedestä nousu reunalle kiipeämällä.		
Vaatteet päällä uiminen	☐ Osaa uida vaatteet päällä ja tiedostaa vaatteiden vaikutuksen kellumiseen ja uimiseen.		
Avovesiosaaminen	☐ Osaa uida avovedessä ☐ Ymmärtää sääolosuhteiden vaikutuksen vedessä ja vesillä toimimiseen, ja kylmän ja tumman veden vaarat sekä niiden vaikutukset kehoon.		
Ymmärrys paikallisista vaaroista ja riskeistä selviytyminen	☐ Tunnistaa riskialttiit vesialueet ja tietää, kuinka riskejä voi välttää ja vähentää omalla toiminnallaan. ☐ Ymmärtää, mitä tarkoittaa riskikäyttäytyminen veden äärellä.		
Oman osaamisen arviointi	☐ Osaa arvioida vesipätevyytaitojaan ohjaavien kysymysten sekä tehtävien avulla.		
Hengenpelastustaidot	☐ Tunnistaa apua tarvitsevan, osaa soittaa hätänumeroon 112 ja osaa pelastaa pienimmän riskin periaatteen mukaisesti. ☐ Harjoittelee uintisyvyydestä vedestä pelastamista apuvälinettä käyttäen.		
Vesiturvallisuuden asenteet ja arvot	☐ Ymmärtää käyttäytymistavat ja asenteet, jotka vaikuttavat henkilökohtaiseen turvallisuuteen vesiympäristöissä ja -toiminnoissa. ☐ Osaa omalla asenteellaan vaikuttaa myös muiden käyttäytymiseen.		
Nimi:	Testattava perusuimataitoisuus	Osaa	Ei osaa
	(samalla osaamisen kuvaus arvosanalle 8)		
Päivämäärä ja paikka:	Ui yhtäjaksoisesti 200 metriä, josta 50 metriä selällään		
	Sukeltaa 10 metriä pinnan alla		
Testin vastaanottaja:	Hyppää syvään veteen, niin että pää käy pinnan alla		

