LIIKUNNAN ARVIOINTI 7-9lk.

Liikunnan arviointi jakautuu karkeasti kolmeen osa-alueeseen: fyysisen toimintakyvyn lisäksi liikunnassa arvioidaan myös sosiaalista ja psyykkistä toimintakykyä. Tarkemmin nämä jakautuvat kymmeneen pienempään kokonaisuuteen, joita arvioidaan. Tärkeimpinä tavoitteina liikunnan opetuksessa on tukea oppilaan hyvinvointia kaikilla osa-alueilla ja vaikuttaa myönteisen suhtautumisen kehittymiseen omaa kehoa kohtaan. Myös positiiviset kokemukset liikunnasta ja liikunnallisen elämäntavan kehittyminen ovat tärkeitä.

Liikunnassa arvioitavat osa-alueet:

1. **Työskentely, aktiivisuus ja yrittäminen.**

* Oppilas osallistuu aktiivisesti tunneilla.
* Oppilas kokeilee ja harjoittelee eri liikuntamuotoja, vaikka ei niistä aina tykkäisikään.
* Oppilas yrittää parhaansa.

1. **Turvallinen ja asiallinen toiminta.**

* Oppilas huomioi turvallisuuden liikuntatunneilla.
* Oppilas noudattaa liikennesääntöjä liikuntatunneilla liikuttaessa.
* Oppilas käsittelee liikuntavälineitä tarkoituksenmukaisesti.
* Oppilaalla on liikuntaan sopiva asianmukainen varustus tunneilla.
* Oppilas osaa huolehtia henkilökohtaisesta hygieniastaan.

1. **Yhteistyö- ja vuorovaikutustaidot.**

* Oppilas osaa huomioida toiset liikuntatunneilla.
* Oppilas pystyy työskentelemään ja tulee toimeen kaikkien kanssa.
* Oppilas pystyy säätelemään tunteiden ilmaisua liikuntatunneilla.

1. **Toiminta yhteisissä oppimistilanteissa.**

* Oppilas tuntee reilun pelin periaatteet ja osaa toimia niiden mukaisesti.
* Oppilas ottaa vastuuta yhteisissä oppimistilanteissa.
* Oppilas huolehtii yhteisistä peli- ja toimintavälineistä.

1. **Itsenäinen työskentely ja vastuu omasta toiminnasta.**

* Oppilas osaa työskennellä itsenäisesti, vaikka opettaja ei olisikaan koko katsomassa.
* Oppilas ottaa vastuuta omasta toiminnastaan (esim. ymmärtää, että omasta kunnosta huolehtiminen on omalle hyvinvoinnille tärkeää, ei liiku opettajan tai vanhempien käskemänä tai hyvän liikuntanumeron toivossa).

1. **Havaintomotoriikka: ratkaisujen tekeminen eri liikuntatilanteissa aisteja hyödyntäen.**

* Oppilas osaa esim. jäljitellä eri liikkeitä tai asentoja mallin mukaan.
* Oppilas osaa jäljitellä rytmiä (esim. tanssi).
* Oppilas hahmottaa tilan, eikä törmäile.
* Pelitilanteissa oppilas osaa sijoittua oikein, hakea oikeita syöttölinjoja jne. ja rakentaa peliä tarkoituksenmukaisesti.

1. **Tasapaino- ja liikkumistaidot eri liikuntamuodoissa.**

* Oppilas hallitsee liikunnan sekä sisätiloissa että ulkona erilaisilla alustoilla (esim. lattia, nurmi, hiekka, metsä, lumi ja jää).
* Oppilas osaa siirtää painoa jalalta toiselle (esim. hiihto ja luistelu, pelitilanteet ja tanssi).
* Oppilas osaa yhdistää eri tasapaino- ja liikkumistaitoja (esim. juoksu ja ponnistaminen yleisurheilulajeissa, pelit).

1. **Välineenkäsittelytaidot eri liikuntamuodoissa.**

* Oppilas hallitsee erilaisten välineiden käytön.
* Oppilas hallitsee välineet erilaisilla alustoilla sisä- ja ulkotiloissa.
* Oppilas hallitsee erilaiset välineet eri liikuntamuodoissa.

1. **Fyysisten ominaisuuksien**, kuten voiman, nopeuden, kestävyyden ja liikkuvuuden **arvioiminen, ylläpitäminen ja kehittäminen.**

* Oppilas tietää mitä fyysisillä ominaisuuksilla tarkoitetaan.
* Oppilas osaa karkeasti arvioida omia fyysisiä ominaisuuksiaan (esim. Move! -testin avulla).
* Oppilas tietää karkeasti myös, miten hänen tulee liikkua harjoitellakseen fyysisiä ominaisuuksiaan (esim. voimaa kuntosalilla, kestävyyttä pitkillä lenkeillä, liikkuvuutta venyttelemällä…)

1. **Uima- ja vesipelastustaidot.**

* Oppilas on perusuimataitoinen.
* Oppilas tunnistaa eri uintitapoja.
* Oppilas osaa pelastushypyn.
* Oppilas osaa pelastautua ja pelastaa vedestä.
* Uinti- ja veripelastustaidot opetellaan MYKissä teoreettisesti. Lisäksi keväisin ja syksysisin säiden salliessa on vapaaehtoista uintia Mätiköllä.