

Oppiaineen nimi: **LIIKUNTA 7-9**

Vuosi- luokat	Opetuksen tavoite	Sisältöalueet	Laaja- alainen osaaminen	Arvioinnin kohteet oppiaineessa	Hyvä/arvosanan kahdeksan osaaminen
	Fyysinen toimintakyky				
7				Työskentely ja yrittäminen	Oppilas osallistuu liikuntatuntien toimintaan yleensä aktiivisesti kokeillen ja harjoitellen erilaisia liikuntamuotoja.
8					
9	T1 kannustaa oppilasta fyysiseen aktiivisuuteen, kokeilemaan erilaisia liikuntamuotoja ja harjoittelemaan parhaansa yrittäen	S1	L1, L3		
7				Ratkaisujen teko erilaisissa liikuntatilanteissa	Oppilas tekee useimmiten tarkoituksenmukaisia ratkaisuja erilaisissa liikuntatilanteissa.
8					
9	T2 ohjata oppilasta harjaannuttamaan havaintomotorisia taitojaan eli havainnoimaan itseään ja ympäristöään aistien avulla sekä tekemään liikuntatilanteisiin sopivia ratkaisuja	S1	L1, L3, L4		
7				Motoriset perustaidot (tasapaino- ja liikkumistaidot), eri liikuntamuodoissa	Oppilas osaa käyttää, yhdistää ja soveltaa tasapaino- ja liikkumistaitoja useimmissa opetetuissa liikuntamuodoissa.
8					
9	T3 ohjata oppilasta harjoittelun avulla kehittämään tasapaino- ja liikkumistaitojaan, jotta oppilas osaa käyttää, yhdistää ja soveltaa niitä monipuolisesti erilaisissa oppimisympäristöissä, eri vuodenaikoina ja eri liikuntamuodoissa	S1	L3		
7				Motoriset perustaidot (välineenkäsittelyta idot) eri liikuntamuodoissa	Oppilas osaa käyttää, yhdistää ja soveltaa välineenkäsittelytaitoja useimmissa opetetuissa liikuntamuodoissa.
8					
9	T4 ohjata oppilasta harjoittelun avulla	S1	L3		

	kehittämään välineenkäsittelytaitojaan, jotta oppilas osaa käyttää, yhdistää ja soveltaa niitä monipuolisesti erilaisissa oppimisympäristöissä, eri välineillä, eri vuodenaikoina ja eri liikuntamuodoissa				
7				Fyysisten ominaisuuksien arviointi, ylläpito ja kehittäminen	Oppilas osaa arvioida fyysisiä ominaisuuksiaan ja sen pohjalta harjoittaa voimaa, nopeutta, liikkuvuutta ja kestävyyttä.
8					
9	T5 kannustaa ja ohjata oppilasta arvioimaan, ylläpitämään ja kehittämään fyysisiä ominaisuuksiaan: voimaa, nopeutta, kestävyyttä ja liikkuvuutta	S1	L3		
7				Uima- ja vesipelastustaidot	Oppilas osaa uida, pelastautua ja pelastaa vedestä.
8					
9	T6 vahvistaa uima- ja vesipelastustaitoja, jotta oppilas osaa sekä uida että pelastautua ja pelastaa vedestä	S1	L3		
7				Toiminta liikuntatunneilla	Oppilas toimii turvallisesti ja asiallisesti liikuntatunneilla.
8					
9	T7 ohjata oppilasta turvalliseen ja asialliseen toimintaan	S1	L3, L6, L7		
	Sosiaalinen toimintakyky				
7				Vuorovaikutus- ja työskentelytaidot	Oppilas osaa toimia eri liikuntatilanteissa yhteisesti sovitulla tavalla.
8					
9	T8 ohjata oppilasta työskentelemään kaikkien kanssa sekä säätämään toimintaansa ja tunneilmaisuaan liikuntatilanteissa toiset huomioon ottaen	S2	L2, L3, L6, L7		
7				Toiminta yhteisissä oppimistilanteissa	Oppilas noudattaa reilun pelin periaatteita ja

8					osoittaa ottavansa vastuuta yhteisistä oppimistilanteista.
9	T9 ohjata oppilasta toimimaan reilun pelin periaatteella sekä ottamaan vastuuta yhteisistä oppimistilanteista	S2	L2, L6, L7		
	Psyykinen toimintakyky				
7				Työskentelytaidot	Oppilas osaa pääsääntöisesti työskennellä vastuullisesti ja itsenäisesti.
8					
9	T10 kannustaa oppilasta ottamaan vastuuta omasta toiminnasta ja vahvistaa oppilaan itsenäisen työskentelyn taitoja	S3	L1, L2, L3		
7					Ei vaikuta arvosanan muodostumiseen. Oppilasta ohjataan pohtimaan kokemuksiaan osana itsearviointia.
8					
9	T11huolehtia siitä, että oppilaat saavat riittävästi myönteisiä kokemuksia omasta kehosta, pätevyydestä ja yhteisöllisyydestä	S3	L1, L2		
7					Ei vaikuta arvosanan muodostumiseen. Oppilasta ohjataan pohtimaan kokemuksiaan osana itsearviointia.
8					
9	T12 auttaa oppilasta ymmärtämään riittävän fyysisen aktiivisuuden ja liikunnallisen elämäntavan merkitys kokonaisvaltaiselle hyvinvoinnille	S3	L3		
7					Ei vaikuta arvosanan muodostumiseen. Oppilasta ohjataan pohtimaan kokemuksiaan osana itsearviointia.
8					
9	T13 tutustuttaa oppilas yleisten liikuntamuotojen harrastamiseen liittyviin mahdollisuuksiin, tietoihin ja taitoihin, jotta hän saa edellytyksiä löytää itselleen sopivia iloa ja virkistystä tuottavia liikuntaharrastuksia	S3	L1, L3		

Liikunnan tavoitteisiin liittyvät keskeiset sisältöalueet vuosiluokilla 7-9

S1 Fyysinen toimintakyky: Opetukseen sisältyy runsaasti fyysisesti aktiivista toimintaa. Liikunnan opetukseen valitaan havainto- ja ratkaisuntekotaitoja ja niiden soveltamista monipuolisesti kehittäviä turvallisia tehtäviä (kuten liikuntaleikit ja pallopelit). Tasapaino-, liikkumis- ja välineenkäsittelytaitoja vahvistetaan liikuntamuotojen (kuten jää-, lumi-, luonto-, perus-, musiikki- ja tanssiliikunta sekä palloilut ja voimistelut) ja liikuntalajien avulla monipuolisesti eri vuodenaikoina ja erilaisissa oppimisympäristöissä. Liikunnan opetukseen kuuluu uinnin, vesiliikunnan ja vesipelastuksen opetusta.

Monipuoliset tehtävät, leikit, harjoitteet ja pelit mahdollistavat osallisuuden, pätevyyden, itsenäisyyden sekä kehollisen ilmaisun ja esteettisyyden kokemuksia. Liikunnan opetukseen valitaan tehtäviä, joilla opetellaan harjoittelemaan voimaa, nopeutta, kestävyyttä ja liikkuvuutta. Liikuntatehtävien avulla oppilaat oppivat arvioimaan, ylläpitämään ja kehittämään omaa fyysistä toimintakykyään. Valtakunnallisen fyysisen toimintakyvyn seurantajärjestelmä Move!-n mittaukset tehdään niin, että ne tukevat 8. vuosiluokalla koulussa järjestettäviä laajoja terveystarkastuksia.

S2 Sosiaalinen toimintakyky: Liikuntatehtävien avulla oppilaat oppivat arvioimaan ja kehittämään omaa sosiaalista toimintakykyään. Liikunnan opetukseen valitaan erilaisia pari- ja ryhmätehtäviä, leikkejä, harjoituksia ja pelejä, joissa opitaan ottamaan toiset huomioon sekä auttamaan ja avustamaan muita. Tehtävien myötä opitaan vastuun ottamista yhteisistä asioista ja niiden järjestelyistä sekä säännöistä. Myönteistä yhteisöllisyyttä lisätään ryhmätehtävillä.

S3 Psyykkinen toimintakyky: Liikunnan opetuksessa käytetään tehtäviä, joissa opitaan pitkäjännitteisesti ponnistelemaan yksin ja yhdessä muiden kanssa tavoitteen saavuttamiseksi. Erilaisilla tehtävillä harjoitellaan vastuun ottamista. Iloa ja virkistystä tuottavilla liikuntatehtävillä edistetään myönteisten tunteiden kokemista, jotka vahvistavat pätevyyden kokemuksia ja myönteistä minäkäsitystä. Opetuksen yhteydessä annetaan tietoa liikunnan merkityksestä kasvulle ja kehitykselle, tutustutaan harjoittelun periaatteisiin sekä annetaan tietoa liikunnan harrastusmahdollisuuksista ja toimintatavoista eri liikuntamuodoissa.