

## 15.4.17 LIIKUNTA 7.-9.Ik

”Liikunnan opetuksen tehtävänä on vaikuttaa oppilaiden hyvinvointiin tukemalla fyysistä, sosiaalista ja psyykkistä toimintakykyä sekä myönteistä suhtautumista omaan kehoon. Oppiaineessa tärkeitä ovat yksittäisiin liikuntatunteihin liittyvät positiiviset kokemukset ja liikunnallisen elämäntavan tukeminen. Oppitunneilla korostuvat kehollisuus, fyysinen aktiivisuus ja yhdessä tekeminen. Liikunnan avulla edistetään yhdenvertaisuutta, tasa-arvoa yhteisöllisyyttä sekä tuetaan kulttuurien moninaisuutta. Opetus on turvallista, ja se perustuu eri vuodenaikojen ja paikallisten olosuhteiden tarjoamiin mahdollisuuksiin. Liikunnassa hyödynnetään koulun tiloja, lähiliikuntapaikkoja ja luontoa monipuolisesti. Oppilaita ohjataan ja sitoutetaan turvalliseen ja eettisesti kestävään toimintaan ja oppimisilmapiiriin.

Liikunnassa oppilaat kasvavat liikkumaan ja liikunnan avulla. Liikkumaan kasvamisenosatekijöitä ovat oppilaiden ikä- ja kehitystason mukainen fyysisesti aktiivinen toiminta, motoristen perustaitojen oppiminen ja fyysisten ominaisuuksien harjoittelu. Oppilaat saavat tietoja ja taitoja erilaisissa liikuntatilanteissa toimimiseen. Liikunnan avulla kasvamiseen kuuluu toisia kunnioittava vuorovaikutus, vastuullisuus, pitkäjänteinen itsensä kehittäminen, tunteiden tunnistaminen ja säätely sekä myönteisen minäkäsityksen kehittyminen. Liikunta tarjoaa mahdollisuuksia iloon, keholliseen ilmaisuun, osallisuuteen, sosiaalisuuteen, rentoutumiseen, leikinomaiseen kisailuun ja ponnisteluun sekä toisten auttamiseen. Liikunnassa oppilas saa valmiuksia terveytensä edistämiseen.

*”Liikutaan yhdessä minäkäsitystä ja osallisuutta vahvistaen, taitoja soveltaen.”*

**Vuosiluokilla 7-9** pääpaino on monipuolisessa perustaitojen soveltamisessa ja fyysisten ominaisuuksien harjoittamisen opiskelussa eri liikuntamuotojen ja -lajien avulla. Erityisen tärkeää on vahvistaa oppilaan myönteistä minäkäsitystä ja oman muuttuvan kehon hyväksymistä. Opetus tukee oppilaiden hyvinvointia, kasvua itsenäisyyteen, osallisuuteen sekä kannustaa terveyttä edistävään omaehtoiseen liikunnan harrastamiseen. Oppilaat osallistuvat kehitysvaiheensa mukaisesti toiminnan suunnitteluun sekä ottavat vastuuta omasta ja ryhmän toiminnasta.

### **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 Psyykinen 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.” (OPS 2014, 433–435.)

# LIIKUNTA 7.Ik

Liikunnan tavoitteet, tavoitetarkennukset, sisältötarkennukset paikallisine painotuksineen ja laaja-alainen osaaminen

Tavoitteiden rakenne: **opettajan toiminta** + **oppilaan toiminta** + **asiat tai ilmiöt, joiden parissa työskennellään**

Opetuksen tavoitteet	Tavoitetarkennukset	Sisältötarkennukset ja paikalliset painotukset	Laaja-alainen osaaminen	
Fyysinen toimintakyky	<b>T1 kannustaa oppilaita fyysiseen aktiivisuuteen, kokeilemaan erilaisia liikuntatehtäviä ja harjoittelemaan parhaansa yrittäen</b>	S1 - Kehitetään monipuolisesti fyysistä aktiivisuutta. - Kokeillaan ennakkoluulottomasti erilaisia liikuntamuotoja.	- Pelit, perusliikunta, tanssi- ja musiikkiliikunta, luonnossa liikkuminen ja mahdollisesti talviliikunta	Ajattelu ja oppimaan oppiminen (L1) - Mahdollisesti omien toiveiden huomioon ottamista Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3) - Kannustusta turvalliseen fyysiseen aktiivisuuteen
	<b>T2 ohjata oppilasta harjaannuttamaan havaintomotorisia taitojaan eli havainnoimaan itseään ja ympäristöään aistien avulla sekä tekemään liikuntatilanteisiin sopivia ratkaisuja</b>	S1 - Hahmotetaan omaa kehoa. - Tehdään päätöksiä yksin ja ryhmässä.	- Pelit, perusliikunta, liikunta telineillä, tanssi- ja musiikkiliikunta, luonnossa liikkuminen ja mahdollisesti talviliikunta	Ajattelu ja oppimaan oppiminen (L1) - Itsensä ja ympäristön havainnointi Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3) - Turvallisuus Monilukutaito (L4) - Kokemusten jakaminen Itsestä
	<b>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</b>	S1 - Kehitetään tasapaino- ja liikkumistaitoja. - Sovelletaan opittuja taitoja eri ympäristöissä, tilanteissa ja olosuhteissa.	- Pelit, perusliikunta, liikunta telineillä, tanssi- ja musiikkiliikunta, mahdollisesti luonto- ja talviliikunta.	Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3) - Turvallisuus - Fyysisen aktiivisuuden merkityksen ymmärtäminen - Termit ja käsitteet

<p><b>T4 ohjata oppilasta harjoittelun avulla kehittämään välineenkäsittelytaitojaan, jotta oppilas osaa käyttää, yhdistää ja soveltaa niitä monipuolisesti erilaisissa oppimisympäristöissä, eri välineillä, eri vuodenaikoina ja eri liikuntamuodoissa</b></p>	<p>S1</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kehitetään välineenkäsittelytaitoja monipuolisesti.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Erilaisten välinepelien tekniikkaharjoittelua, mahdollisuuksien mukaan välinevoimistelua, talviliikuntaa, vesiliikuntaa ja vedestä pelastautumista ja pelastamista</li> </ul>	<p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Turvallisuus</li> </ul>
<p><b>T5 kannustaa ja ohjata oppilasta arvioimaan, ylläpitämään ja kehittämään fyysisiä ominaisuuksiaan: nopeutta, liikkuvuutta, kestävyyttä ja voimaa</b></p>	<p>S1</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Harjoitetaan voimaa, nopeutta, kestävyyttä ja liikkuvuutta monipuolisesti.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Erilaisia voimaa kehittäviä liikuntatehtäviä oman painon tai lisäpainon tai -välineen avulla</li> <li>- Kestävyys- ja nopeusharjoitteita esim. kävellen, juosten, pelaten, voimistellen, uiden, tanssien jne.</li> <li>- Liikkuvuutta lisääviä erilaisia kehonhuoltoharjoitteita</li> </ul>	<p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Turvallisuus</li> <li>- Mahdollinen avun hakeminen</li> </ul>
<p><b>T6 vahvistaa uima- ja vesipelastustaitoja, jotta oppilas osaa sekä uida että pelastautua ja pelastaa vedestä</b></p>	<p>S1</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Harjoitellaan pelastautumista ja pelastamista vedestä.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Erilaisia vedessä liikkumisen muotoja mahdollisuuksien mukaan, vesipelejä ja -leikkejä</li> <li>- Pelastautumisen harjoittelua</li> <li>- Pelastamisen harjoittelua</li> </ul>	<p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Turvallisuus</li> <li>- Tietoa mahdollisista vaaratilanteista ja niissä toimiminen</li> </ul>
<p><b>T7 ohjata oppilasta turvalliseen ja asialliseen toimintaan</b></p>	<p>S1</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Opitaan noudattamaan sovittuja sääntöjä ja annettuja ohjeita.</li> <li>- Varustaudutaan asianmukaisesti.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Monipuoliset liikuntatehtävät ohjeita noudattaen erilaisissa ympäristöissä ja olosuhteissa</li> </ul>	<p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Asianmukainen varustus</li> <li>- Vastuu itsestä ja toisista</li> </ul> <p>Työelämätaidot ja yrittäjyys (L6)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Parhaansa yrittäminen</li> </ul> <p>Osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävä tulevaisuuden rakentaminen (L7)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Oikeudenmukaisuus</li> <li>- Toisten huomioiminen</li> </ul>

Sosiaalinen toimintakyky	<p><b>T8</b> ohjata oppilasta työskentelemään kaikkien kanssa sekä säätämään toimintaansa ja tunneilmaisuaan liikuntatilanteissa toiset huomioon ottaen</p>	<p>S2</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Harjaannutetaan vuorovaikutus- ja työskentelytaitoja sekä yksin että ryhmässä toimittaessa.</li> <li>- Kehitetään itsehillintää eri tilanteissa.</li> <li>- Pyritään vahvistamaan oppilaan myönteistä minäkuvaa.</li> <li>- Korostetaan rehellisyyttä ja vastuullisuutta.</li> <li>- Huolehditaan omista ja yhteisistä välineistä.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Erilaisia pari- ja ryhmätehtäviä esim. perusliikunnassa sekä tanssi- ja musiikkiliikunnassa</li> <li>- Toisten avustaminen ja auttaminen eri liikuntamuodoissa</li> <li>- Toisten kannustaminen</li> </ul>	<p>Kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu (L2)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vuorovaikutus</li> <li>- Hyvät tavat</li> </ul> <p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vastuullisuus</li> <li>- Yhteiset pelisäännöt</li> </ul> <p>Työelämätaidot ja yrittäjäyys (L6)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Parhaansa yrittäminen</li> </ul> <p>Osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen (L7)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Oikeudenmukaisuus</li> <li>- Toisten huomioiminen</li> </ul>
	<p><b>T9</b> ohjata oppilasta toimimaan reilun pelin periaatteella sekä kantamaan vastuuta yhteisistä oppimistilanteista</p>	<p>S2</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kunnioitetaan toista sekä yksilönä että ryhmän jäsenenä.</li> <li>- Annetaan työrauha kaikille.</li> <li>- Huolehditaan yhteisvastuullisuudesta.</li> <li>- Osallistutaan mahdollisesti opetuksen suunnitteluun ja opetusjärjestelyihin.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Toisten kannustaminen ja auttaminen, ryhmähengen vahvistaminen</li> <li>- Sovittujen sääntöjen noudattaminen</li> <li>- Liikuntavälineistä ja -tiloista huolehtiminen</li> <li>- Oppilaan osallisuus opetustapahtumassa</li> </ul>	<p>Kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu (L2)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Yhteiset pelisäännöt</li> </ul> <p>Työelämätaidot ja yrittäjäyys (L6)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vuorovaikutus ja yhteistyötaidot</li> <li>- Parhaansa yrittäminen</li> </ul> <p>Osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen (L7)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vuorovaikutus ja yhteistyötaidot</li> </ul>
Psykinen toimintakyky	<p><b>T10</b> kannustaa oppilasta ottamaan vastuuta omasta toiminnasta ja vahvistaa itsenäisen työskentelyn taitoja</p>	<p>S3</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Noudatetaan turvallisuusohjeita ja aikatauluja.</li> <li>- Harjaannutetaan itsenäistä päätöksentekoa.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Vastuullisuutta ja pitkäjänteistä työskentelyä kehittäviä liikuntatehtäviä, -pelejä ja -leikkejä</li> </ul>	<p>Ajattelu ja oppimaan oppiminen (L1)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Liikunnan ilon löytäminen</li> </ul> <p>Kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu (L2)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Erilaisuuden hyväksyminen</li> </ul> <p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Positiivinen kannustus</li> </ul>
	<p><b>T11</b> huolehtia siitä, että oppilaat saavat riittävästi myönteisiä kokemuksia omasta kehosta, pätevyydestä ja yhteisöllisyydestä</p>	<p>S3</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Koetaan osallisuutta, pätevyyttä ja itsenäisyyttä sekä kehollista ilmaisuja ja estetiikkaa.</li> <li>- Harjaannutetaan oikeudenmukaista kohtelua.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Monipuolisesti erilaisia oman kehon tuntemusta kehittäviä liikuntamuotoja, kuten esim. tanssi, musiikkiliikunta, voimistelu, ryhmätehtävät, pelit</li> </ul>	<p>Ajattelu ja oppimaan oppiminen (L1)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Liikunnan ilon löytäminen</li> </ul> <p>Kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu (L2)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Erilaisuuden hyväksyminen</li> <li>- Vuorovaikutus ja yhteistyötaidot</li> <li>- Positiivinen kannustus</li> </ul>

<p><b>T12</b> auttaa oppilasta ymmärtämään riittävän fyysisen aktiivisuuden ja liikunnallisen elämäntavan merkitys kokonaisvaltaiselle hyvinvoinnille</p>	<p>S3</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ymmärretään liikunnan merkitys oman hyvinvoinnin kannalta.</li> <li>- Nautitaan liikunnan tuomasta ilosta ja virkistyksestä.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Eri liikuntamuotojen kokeileminen mahdollisimman monipuolisesti</li> <li>- Löytää tapoja rentoutua, kokea iloa ja virkistystä liikunnan avulla</li> </ul>	<p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Omien kokemusten pohtiminen osana itsearviointia</li> </ul>
<p><b>T13</b> tutustuttaa oppilas yleisten liikuntamuotojen harrastamiseen liittyviin mahdollisuuksiin, tietoihin ja taitoihin, jotta hän saa edellytyksiä löytää itselleen sopivia iloa ja virkistystä tuottavia liikuntaharrastuksia</p>	<p>S3</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tutustutaan eri liikuntalajeihin.</li> <li>- Pyritään löytämään omia, sopivia, iloa ja virkistystä tuottavia liikuntatapoja.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tutustutaan lähiympäristön tarjoamiin harrastusmahdollisuuksiin</li> </ul>	<p>Ajattelu ja oppimaan oppiminen (L1)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Liikunnan ilon löytäminen</li> </ul> <p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Omien kokemusten pohtiminen osana itsearviointia</li> </ul>

# LIIKUNTA 8.Ik

Liikunnan tavoitteet, tavoitetarkennukset, sisältötarkennukset paikallisine painotuksineen ja laaja-alainen osaaminen

Tavoitteiden rakenne: opettajan toiminta + oppilaan toiminta + asiat tai ilmiöt, joiden parissa työskennellään

Opetuksen tavoitteet	Tavoitetarkennukset	Sisältötarkennukset ja paikalliset painotukset	Laaja-alainen osaaminen	
Fyysinen toimintakyky	<p><b>T1</b> kannustaa oppilaita fyysiseen aktiivisuuteen, kokeilemaan erilaisia liikuntatehtäviä ja harjoittelemaan parhaansa yrittäen</p>	<p>S1</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kehitetään monipuolisesti fyysistä aktiivisuutta.</li> <li>- Kokeillaan ennakkoluulottomasti erilaisia liikuntamuotoja.</li> <li>- Tehdään Move! -mittaukset.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pelit, perusliikunta, tanssi- ja musiikkiliikunta, luonnossa liikkuminen ja mahdollisesti talviliikunta</li> <li>- Move! -mittauksista henkilökohtaista palautetta omasta fyysisestä toimintakyvystä</li> </ul>	<p>Ajattelu ja oppimaan oppiminen (L1)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mahdollisesti omien toiveiden huomioiminen</li> </ul> <p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kannustusta turvalliseen fyysiseen aktiivisuuteen</li> </ul>
	<p><b>T2</b> ohjata oppilasta harjaannuttamaan havaintomotorisia taitojaan eli havainnoimaan itseään ja ympäristöään aistien avulla sekä tekemään liikuntatilanteisiin sopivia ratkaisuja</p>	<p>S1</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hahmotetaan omaa kehoa.</li> <li>- Tehdään päätöksiä yksin ja ryhmässä.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pelit, perusliikunta, liikunta telineillä, tanssi- ja musiikkiliikunta, luonnossa liikkuminen ja mahdollisesti talviliikunta</li> </ul>	<p>Ajattelu ja oppimaan oppiminen (L1)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Itsensä ja ympäristön havainnointi</li> </ul> <p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Turvallisuus</li> </ul> <p>Monilukutaito (L4)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kokemusten jakaminen</li> </ul>
	<p><b>T3</b> ohjata oppilasta harjoittelun avulla kehittämään tasapaino- ja liikkumistaitojaan, jotta oppilas osaa käyttää, yhdistää ja soveltaa niitä monipuolisesti erilaisissa oppimisympäristöissä, eri vuodenaikoina ja eri liikuntamuodoissa</p>	<p>S1</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kehitetään tasapaino- ja liikkumistaitoja.</li> <li>- Sovelletaan opittuja taitoja eri ympäristöissä, tilanteissa ja olosuhteissa.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pelit, perusliikunta, liikunta telineillä, tanssi- ja musiikkiliikunta, mahdollisesti luonto- ja talviliikunta</li> </ul>	<p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Turvallisuus</li> <li>- Fyysisen aktiivisuuden merkityksen ymmärtäminen</li> <li>- Termit ja käsitteet</li> </ul>

<p><b>T4</b> ohjata oppilasta harjoittelun avulla kehittämään välineenkäsittelytaitojaan, jotta oppilas osaa käyttää, yhdistää ja soveltaa niitä monipuolisesti erilaisissa oppimisympäristöissä, eri välineillä, eri vuodenaikoina ja eri liikuntamuodoissa</p>	<p>S1</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kehitetään välineenkäsittelytaitoja monipuolisesti.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Erilaisten välinepelien tekniikkaharjoittelua, mahdollisuuksien mukaan välinevoimistelua, talviliikuntaa, vesiliikuntaa</li> </ul>	<p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Turvallisuus</li> </ul>
<p><b>T5</b> kannustaa ja ohjata oppilasta arvioimaan, ylläpitämään ja kehittämään fyysisiä ominaisuuksiaan: nopeutta, liikkuvuutta, kestävyyttä ja voimaa</p>	<p>S1</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Harjoitetaan voimaa, nopeutta, kestävyyttä ja liikkuvuutta monipuolisesti.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Erilaisia voimaa kehittäviä liikuntatehtäviä oman painon tai lisäpainon tai -välineen avulla</li> <li>- Kestävyys- ja nopeusharjoitteita esim. kävellen, juosten, pelaten, voimistellen, uiden, tanssien jne.</li> <li>- Liikkuvuutta lisääviä erilaisia kehonhuoltoharjoitteita</li> </ul>	<p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Turvallisuus</li> <li>- Mahdollinen avun hakeminen</li> </ul>
<p><b>T6</b> vahvistaa uima- ja vesipelastustaitoja, jotta oppilas osaa sekä uida että pelastautua ja pelastaa vedestä</p>	<p>S1</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kehitetään uimataitoa.</li> <li>- Harjoitellaan pelastautumista ja pelastamista vedestä.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Erilaisia vedessä liikkumisen muotoja mahdollisuuksien mukaan, vesipelejä ja -leikkejä</li> <li>- Pelastautumisen harjoittelua</li> <li>- Pelastamisen harjoittelua</li> </ul>	<p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Turvallisuus</li> <li>- Tietoa mahdollisista vaaratilanteista ja niissä toimiminen</li> </ul>
<p><b>T7</b> ohjata oppilasta turvalliseen ja asialliseen toimintaan</p>	<p>S1</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Noudatetaan sovittuja sääntöjä ja annettuja ohjeita.</li> <li>- Varustaudutaan asianmukaisesti.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Monipuoliset liikuntatehtävät ohjeita noudattaen erilaisissa ympäristöissä ja olosuhteissa</li> </ul>	<p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Asianmukainen varustus</li> <li>- Vastuu itsestä ja toisista</li> </ul> <p>Työelämätaidot ja yrittäjyys (L6)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Parhaansa yrittäminen</li> </ul> <p>Osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävä tulevaisuuden rakentaminen (L7)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Oikeudenmukaisuus</li> <li>- Toisten huomioiminen</li> </ul>



Sosiaalinen toimintakyky	<b>T8</b> ohjata oppilasta työskentelemään kaikkien kanssa sekä säätelemään toimintaansa ja tunneilmaisuaan liikuntatilanteissa toiset huomioon ottaen	S2 <ul style="list-style-type: none"> <li>- Harjaannutetaan vuorovaikutus- ja työskentelytaitoja sekä yksin että ryhmässä toimittaessa.</li> <li>- Kehitetään itsehillintää eri tilanteissa.</li> <li>- Pyritään vahvistamaan oppilaan myönteistä minäkuvaa.</li> <li>- Korostetaan rehellisyyttä ja vastuullisuutta.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Erilaisia pari- ja ryhmätehtäviä esim. perusliikunnassa sekä tanssi- ja musiikkiliikunnassa</li> <li>- Toisten avustaminen ja auttaminen eri liikuntamuodoissa</li> <li>- Toisten kannustaminen</li> </ul>	<p>Kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu (L2)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vuorovaikutus</li> <li>- Hyvät tavat</li> </ul> <p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vastuullisuus ja yhteiset pelisäännöt</li> </ul> <p>Työelämätaidot ja yrittäjyys (L6)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Parhaansa yrittäminen</li> </ul> <p>Osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen (L7)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Oikeudenmukaisuus</li> <li>- Toisten huomioiminen</li> </ul>
	<b>T9</b> ohjata oppilasta toimimaan reilun pelin periaatteella sekä kantamaan vastuuta yhteisistä oppimistilanteista	S2 <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kunnioitetaan toista sekä yksilönä että ryhmän jäsenenä.</li> <li>- Huolehditaan yhteisvastuullisuudesta.</li> <li>- Osallistutaan mahdollisesti opetuksen suunnitteluun ja opetusjärjestelyihin.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Toisten kannustaminen ja auttaminen, ryhmähengen vahvistaminen</li> <li>- Sovittujen sääntöjen noudattaminen</li> <li>- Liikuntavälineistä ja -tiloista huolehtiminen</li> <li>- Oppilaan osallisuus opetustapahtumassa</li> </ul>	<p>Kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu (L2)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Yhteiset pelisäännöt</li> </ul> <p>Työelämätaidot ja yrittäjyys (L6)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vuorovaikutus ja yhteistyötaidot</li> <li>- Parhaansa yrittäminen</li> </ul> <p>Osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen (L7)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vuorovaikutus ja yhteistyötaidot</li> </ul>
Psykykinen toimintakyky	<b>T10</b> kannustaa oppilasta ottamaan vastuuta omasta toiminnasta ja vahvistaa itsenäisen työskentelyn taitoja	S3 <ul style="list-style-type: none"> <li>- Noudatetaan turvallisuusohjeita ja aikatauluja.</li> <li>- Harjaannutetaan itsenäistä päätöksentekoa.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Vastuullisuutta ja pitkäjänteistä työskentelyä kehittäviä liikuntatehtäviä, -pelejä ja -leikkejä</li> </ul>	<p>Ajattelu ja oppimaan oppiminen (L1)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Liikunnan ilon löytäminen</li> </ul> <p>Kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu (L2)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Erilaisuuden hyväksyminen</li> </ul> <p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Positiivinen kannustus</li> </ul>
	<b>T11</b> huolehtia siitä, että oppilaat saavat riittävästi myönteisiä kokemuksia omasta kehosta, pätevyydestä ja yhteisöllisyydestä	S3 <ul style="list-style-type: none"> <li>- Koetaan osallisuutta, pätevyyttä ja itsenäisyyttä sekä kehollista ilmaisuja ja estetiikkaa.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Monipuolisesti erilaisia oman kehon tuntemusta kehittäviä liikuntamuotoja, kuten esim. tanssi, musiikkiliikunta, voimistelu, ryhmätehtävät, pelit</li> </ul>	<p>Ajattelu ja oppimaan oppiminen (L1)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Liikunnan ilon löytäminen</li> </ul> <p>Kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu (L2)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Erilaisuuden hyväksyminen</li> </ul> <p>Vuorovaikutus ja yhteistyötaidot</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Positiivinen kannustus</li> </ul>
	<b>T12</b> auttaa oppilasta ymmärtämään riittävän	S3 <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ymmärretään liikunnan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Eri liikuntamuotojen kokeileminen</li> </ul>	<p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Omien kokemusten pohtiminen osana</li> </ul>

<p>fyysisen aktiivisuuden ja liikunnallisen elämäntavan merkitys kokonaisvaltaiselle hyvinvoinnille</p>	<p>merkitys oman hyvinvoinnin kannalta.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Nautitaan liikunnan tuomasta ilosta ja virkistyksestä.</li> </ul>	<p>mahdollisimman monipuolisesti</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Koetetaan löytää taparentoutua, kokea iloa ja virkistystä</li> </ul>	<p>itsearviointia</p>
<p><b>T13</b> tutustuttaa oppilas yleisten liikuntamuotojen harrastamiseen liittyviin mahdollisuuksiin, tietoihin ja taitoihin, jotta hän saa edellytyksiä löytää itselleen sopivia iloa ja virkistystä tuottavia liikuntaharrastuksia</p>	<p>S3</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tutustutaan eri liikuntalajeihin.</li> <li>- Pyritään löytämään omia, sopivia, iloa ja virkistystä tuottavia liikuntatapoja.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tutustutaan lähiympäristön tarjoamiin harrastusmahdollisuuksiin</li> </ul>	<p>Ajattelu ja oppimaan oppiminen (L1)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Liikunnan ilon löytäminen</li> <li>- Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</li> <li>- Omien kokemusten pohtiminen osana itsearviointia</li> </ul>

# LIIKUNTA 9.Ik

Liikunnan tavoitteet, tavoitetarkennukset, sisältötarkennukset paikallisine painotuksineen ja laaja-alainen osaaminen

Tavoitteiden rakenne: **opettajan toiminta** + **oppilaan toiminta** + **asiat tai ilmiöt, joiden parissa työskennellään**

Opetuksen tavoitteet	Tavoitetarkennukset	Sisältötarkennukset ja paikalliset painotukset	Laaja-alainen osaaminen	
Fyysinen toimintakyky	<p><b>T1</b> kannustaa oppilaita fyysiseen aktiivisuuteen, kokeilemaan erilaisia liikuntatehtäviä ja harjoittelemaan parhaansa yrittäen</p>	<p>S1</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kehitetään monipuolisesti fyysistä aktiivisuutta.</li> <li>- Kokeillaan ennakkoluulottomasti erilaisia liikuntamuotoja.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pelit, perusliikunta, tanssi- ja musiikkiliikunta, luonnossa liikkuminen ja mahdollisesti talviliikunta</li> </ul>	<p>Ajattelu ja oppimaan oppiminen (L1)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mahdollisesti omien toiveiden huomioiminen</li> </ul> <p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kannustusta turvalliseen fyysiseen aktiivisuuteen</li> </ul>
	<p><b>T2</b> ohjata oppilasta harjaannuttamaan havaintomotorisia taitojaan eli havainnoimaan itseään ja ympäristöään aistien avulla sekä tekemään liikuntatilanteisiin sopivia ratkaisuja</p>	<p>S1</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hahmotetaan omaa kehoa.</li> <li>- Tehdään päätöksiä yksin ja ryhmässä.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pelit, perusliikunta, liikunta telineillä, tanssi- ja musiikkiliikunta, luonnossa liikkuminen ja mahdollisesti talviliikunta</li> </ul>	<p>Ajattelu ja oppimaan oppiminen (L1)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Itsensä ja ympäristön havainnointi</li> </ul> <p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Turvallisuus</li> </ul> <p>Monilukutaito (L4)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kokemusten jakaminen</li> </ul>
	<p><b>T3</b> ohjata oppilasta harjoittelun avulla kehittämään tasapaino- ja liikkumistaitojaan, jotta oppilas osaa käyttää, yhdistää ja soveltaa niitä monipuolisesti erilaisissa oppimisympäristöissä, eri vuodenaikoina ja eri liikuntamuodoissa</p>	<p>S1</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kehitetään tasapaino- ja liikkumistaitoja.</li> <li>- Sovelletaan opittuja taitoja eri ympäristöissä, tilanteissa ja olosuhteissa.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pelit, perusliikunta, liikunta telineillä, tanssi- ja musiikkiliikunta, mahdollisesti luonto- ja talviliikunta</li> </ul>	<p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Turvallisuus</li> <li>- Fyysisen aktiivisuuden merkityksen ymmärtäminen</li> <li>- Termit ja käsitteet</li> </ul>

<p><b>T4</b> ohjata oppilasta harjoittelun avulla kehittämään välineenkäsittelytaitojaan, jotta oppilas osaa käyttää, yhdistää ja soveltaa niitä monipuolisesti erilaisissa oppimisympäristöissä, eri välineillä, eri vuodenaikoina ja eri liikuntamuodoissa</p>	<p>S1</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kehitetään välineenkäsittelytaitoja monipuolisesti.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Erilaisten välinepelien tekniikkaharjoittelua, mahdollisuuksien mukaan välinevoimistelua, talviliikuntaa, vesiliikuntaa</li> </ul>	<p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Turvallisuus</li> </ul>
<p><b>T5</b> kannustaa ja ohjata oppilasta arvioimaan, ylläpitämään ja kehittämään fyysisiä ominaisuuksiaan: nopeutta, liikkuvuutta, kestävyyttä ja voimaa</p>	<p>S1</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Harjoitetaan voimaa, nopeutta, kestävyyttä ja liikkuvuutta monipuolisesti.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Erilaisia voimaa kehittäviä liikuntatehtäviä oman painon tai lisäpainon tai -välineen avulla</li> <li>- Kestävyys- ja nopeusharjoitteita esim. kävellen, juosten, pelaten, voimistellen, uiden, tanssien jne.</li> <li>- Liikkuvuutta lisääviä erilaisia kehonhuoltoharjoitteita</li> </ul>	<p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Turvallisuus</li> <li>- Mahdollinen avun hakeminen</li> </ul>
<p><b>T6</b> vahvistaa uima- ja vesipelastustaitoja, jotta oppilas osaa sekä uida että pelastautua ja pelastaa vedestä</p>	<p>S1</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Harjoitellaan pelastautumista ja pelastamista vedestä.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Erilaisia vedessä liikkumisen muotoja mahdollisuuksien mukaan, vesipelejä ja -leikkejä</li> <li>- Pelastautumisen harjoittelua</li> <li>- Pelastamisen harjoittelua</li> </ul>	<p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Turvallisuus</li> <li>- Tietoa mahdollisista vaaratilanteista ja niissä toimiminen</li> </ul>
<p><b>T7</b> ohjata oppilasta turvalliseen ja asialliseen toimintaan</p>	<p>S1</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Noudatetaan sovittuja sääntöjä ja annettuja ohjeita.</li> <li>- Varustaudutaan asianmukaisesti.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Monipuoliset liikuntatehtävät</li> <li>- Ohjeita noudattaen erilaisissa ympäristöissä ja olosuhteissa</li> </ul>	<p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Asianmukainen varustus</li> <li>- Vastuu itsestä ja toisista</li> </ul> <p>Työelämätaidot ja yrittäjäyys (L6)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Parhaansa yrittäminen</li> </ul> <p>Osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävä tulevaisuuden rakentaminen (L7)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Oikeudenmukaisuus</li> <li>- Toisten huomioiminen</li> </ul>

Sosiaalinen toimintakyky	<b>T8</b> ohjata oppilasta työskentelemään kaikkien kanssa sekä säätämään toimintaansa ja tunneilmaisuaan liikuntatilanteissa toiset huomioon ottaen	S2 <ul style="list-style-type: none"> <li>- Harjaannutetaan vuorovaikutus- ja työskentelytaitoja sekä yksin että ryhmässä toimittaessa.</li> <li>- Kehitetään itsehillintää eri tilanteissa.</li> <li>- Pyritään vahvistamaan oppilaan myönteistä minäkuvaa.</li> <li>- Korostetaan rehellisyyttä ja vastuullisuutta.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Erilaisia pari- ja ryhmätehtäviä esim. perusliikunnassa sekä tanssi- ja musiikkiliikunnassa</li> <li>- Toisten avustaminen ja auttaminen eri liikuntamuodoissa</li> <li>- Toisten kannustaminen</li> </ul>	<p>Kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu (L2)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vuorovaikutus</li> <li>- Hyvät tavat</li> </ul> <p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vastuullisuus ja yhteiset pelisäännöt</li> </ul> <p>Työelämätaidot ja yrittäjyys (L6)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Parhaansa yrittäminen</li> </ul> <p>Osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen (L7)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Oikeudenmukaisuus</li> <li>- Toisten huomioiminen</li> </ul>
	<b>T9</b> ohjata oppilasta toimimaan reilun pelin periaatteella sekä kantamaan vastuuta yhteisistä oppimistilanteista	S2 <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kunnioitetaan toista sekä yksilönä että ryhmän jäsenenä.</li> <li>- Huolehditaan yhteisvastuullisuudesta.</li> <li>- Osallistutaan mahdollisesti opetuksen suunnitteluun ja opetusjärjestelyihin.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Toisten kannustaminen ja auttaminen, ryhmähengen vahvistaminen</li> <li>- Sovittujen sääntöjen noudattaminen</li> <li>- Liikuntavälineistä ja -tiloista huolehtiminen</li> <li>- Oppilaan osallisuus opetustapahtumassa</li> </ul>	<p>Kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu (L2)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Yhteiset pelisäännöt</li> </ul> <p>Työelämätaidot ja yrittäjyys (L6)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vuorovaikutus ja yhteistyötaidot</li> <li>- Parhaansa yrittäminen</li> </ul> <p>Osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen (L7)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vuorovaikutus ja yhteistyötaidot</li> </ul>
Psyykinen toimintakyky	<b>T10</b> kannustaa oppilasta ottamaan vastuuta omasta toiminnasta ja vahvistaa itsenäisen työskentelyn taitoja	S3 <ul style="list-style-type: none"> <li>- Noudatetaan turvallisuusohjeita ja aikatauluja.</li> <li>- Harjaannutetaan itsenäistä päätöksentekoa.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Vastuullisuutta ja pitkäjänteistä työskentelyä kehittäviä liikuntatehtäviä, -pelejä ja -leikkejä</li> </ul>	<p>Ajattelu ja oppimaan oppiminen (L1)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Liikunnan ilon löytäminen</li> </ul> <p>Kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu (L2)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Erilaisuuden hyväksyminen</li> </ul> <p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Positiivinen kannustus</li> </ul>
	<b>T11</b> huolehtia siitä, että oppilaat saavat riittävästi myönteisiä kokemuksia omasta kehosta, pätevyydestä ja yhteisöllisyydestä	S3 <ul style="list-style-type: none"> <li>- Koetaan osallisuutta, pätevyyttä ja itsenäisyyttä sekä kehollista ilmaisuja ja estetiikkaa.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Monipuolisesti erilaisia oman kehon tuntemusta kehittäviä liikuntamuotoja, kuten esim. tanssi, musiikkiliikunta, voimistelu, ryhmätehtävät, pelit</li> </ul>	<p>Ajattelu ja oppimaan oppiminen (L1)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Liikunnan ilon löytäminen</li> </ul> <p>Kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu (L2)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Erilaisuuden hyväksyminen</li> </ul> <p>Vuorovaikutus ja yhteistyötaidot</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Positiivinen kannustus</li> </ul>

<p><b>T12</b> auttaa oppilasta ymmärtämään riittävän fyysisen aktiivisuuden ja liikunnallisen elämäntavan merkitys kokonaisvaltaiselle hyvinvoinnille</p>	<p>S3</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ymmärretään liikunnan merkitys oman hyvinvoinnin kannalta.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Eri liikuntamuotojen kokeileminen mahdollisimman monipuolisesti</li> </ul>	<p>Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Omien kokemusten pohtiminen osana itsearviointia</li> </ul>
<p><b>T13</b> tutustuttaa oppilas yleisten liikuntamuotojen harrastamiseen liittyviin mahdollisuuksiin, tietoihin ja taitoihin, jotta hän saa edellytyksiä löytää itselleen sopivia iloa ja virkistystä tuottavia liikuntaharrastuksia</p>	<p>S3</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tutustutaan eri liikuntalajeihin.</li> <li>- Pyritään löytämään omia, sopivia, iloa ja virkistystä tuottavia liikuntatapoja.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tutustutaan lähiympäristön tarjoamiin harrastusmahdollisuuksiin</li> </ul>	<p>Ajattelu ja oppimaan oppiminen (L1)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Liikunnan ilon löytäminen</li> <li>- Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (L3)</li> <li>- Omien kokemusten pohtiminen osana itsearviointia</li> </ul>

### Liikunnan oppimisympäristöihin ja työtapoihin liittyvät tavoitteet vuosiluokalla 7–9

”Liikunnan tehtävää ja tavoitteita toteutetaan opettamalla turvallisesti ja monipuolisesti erilaisissa oppimisympäristöissä sisä- ja ulkotiloissa oppilaita osallistaen. Opetuksessa otetaan huomioon vuodenaajat, paikalliset olosuhteet sekä koulun ja ympäristön tarjoamat mahdollisuudet tarkoituksenmukaisella tavalla. Opetuksen yhteydessä korostetaan fyysistä aktiivisuutta ja yhteistoiminnallisuutta ylläpitäviä työtapoja, kannustavaa vuorovaikutusta ja toisten auttamista sekä henkisesti ja fyysisesti turvallista toimintaa. Liikuntateknologian hyödyntämisellä tuetaan liikunnanopetuksen tavoitteiden saavuttamista. Koulun ulkopuolisille liikuntapaikoille siirtymisessä edistetään turvallista liikennekäyttäytymistä.” (OPS 2014, 435.)

Korostetusti voidaan nostaa esiin liikunnan tehtävien ja tavoitteiden toteuttaminen opettamalla turvallisesti ja monipuolisesti erilaisissa oppimisympäristöissä, sisä- ja ulkotiloissa, oppilaita osallistaen.

### Ohjaus, eriyttäminen ja tuki liikunnassa vuosiluokilla 7–9

”Kannustava ja hyväksyvä ilmapiiri on edellytys liikunnanopetuksen tavoitteiden saavuttamiselle. Toiminnan tulee antaa kaikille oppilaille mahdollisuus onnistumiseen ja osallistumiseen sekä tukea hyvinvoinnin kannalta riittävää toimintakykyä. Opetuksessa on keskeistä oppilaiden yksilöllisyyden huomioon ottaminen, turvallinen työskentelyilmapiiri sekä organisoinnin ja opetusviestinnän selkeys. Pätevyyskokemuksia ja sosiaalista yhteenkuuluvuutta tuetaan oppilaslähtöisillä ja osallistavilla työtavoilla, sopivilla tehtävillä ja rohkaisevalla palautteella. Vuosiluokkien 7-9 opetuksessa kiinnitetään erityistä huomiota toimintakyvyn tukemiseen ja mieluisan liikuntaharrastuksen ylläpitämiseen tai löytämiseen.” (OPS 2014, 435.)

Korostetusti voidaan nostaa esille oppilaslähtöiset ja osallistuvat työtavat, sopivat tehtävät ja rohkaiseva palaute. Opetuksessa painotetaan oppilaan yksilöllisyyttä.

## Oppilaan oppimisen ja osaamisen arviointi liikunnassa vuosiluokilla 7–9

Oppilaiden kasvamista liikuntaan ja liikunnan avulla tuetaan monipuolisella, kannustavalla ja ohjaavalla palautteella ja arvioinnilla. Ne tukevat oppilaiden myönteistä käsitystä itsestä liikkujana. Palautteessa ja arvioinnissa otetaan huomioon oppilaiden yksilölliset vahvuudet ja kehittymistarpeet ja tuetaan niitä. Liikunnan opetuksessa ja arvioinnissa tulee ottaa huomioon oppilaan terveydentila ja erityistarpeet.

Liikunnan arviointi perustuu fyysisen, sosiaalisen ja psyykkisen toimintakyvyn tavoitteisiin. Arvioinnin kohteina ovat oppiminen (tavoitteet 2–6) ja työskentely (tavoitteet 1 ja 7–10), joten fyysisten kunto-ominaisuuksien tasoa ei käytetä arvioinnin perusteena. Move!-mittausten tuloksia ei käytetä oppilaan arvioinnin perusteina. Arvioinnissa käytetään monipuolisia menetelmiä siten, että oppilailla on mahdollisuus osoittaa parasta osaamistaan. Oppilaita ohjataan itsearviointiin.

Päätösarviointi sijoittuu siihen lukuvuoteen, jona liikunnan opiskelu päättyy kaikille yhteisenä oppiaineena vuosiluokilla 7, 8 tai 9 paikallisessa opetussuunnitelmassa päätetyn ja kuvatun tuntijaon mukaisesti. Päätösarviointi kuvaa sitä, kuinka hyvin ja missä määrin oppilas on opiskelun päättyessä saavuttanut liikunnan oppimäärän tavoitteet. Päätösarvosanan muodostamisessa otetaan huomioon kaikki perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa määritellyt liikunnan oppimäärän tavoitteet ja niihin liittyvät päätösarvioinnin kriteerit riippumatta siitä, mille vuosiluokalle 7, 8 tai 9 yksittäinen tavoite on asetettu paikallisessa opetussuunnitelmassa. Päätösarvosana on liikunnan oppimäärän tavoitteiden ja kriteerien perusteella muodostettu kokonaisarviointi. Oppilas on saavuttanut oppimäärän tavoitteet arvosanan 5, 7, 8 tai 9 mukaisesti, kun oppilaan osaaminen vastaa pääosin kyseisen arvosanan kriteereissä kuvattua osaamisen tasoa. Arvosanojen 4, 6 ja 10 mukaisen osaamisen kokonaisarviointi muodostetaan liikunnan oppimäärän tavoitteiden pohjalta ja suhteessa edellä mainittuihin päätösarvioinnin kriteereihin. Paremman osaamisen tason saavuttaminen jonkin tavoitteen osalta voi kompensoida hylätyn tai heikomman suoriutumisen jonkin muun tavoitteen osalta. Työskentelyn arviointi sisältyy liikunnan oppimäärän päätösarviointiin ja siitä muodostettavaan päätösarvosanaan.

Liikunnassa osaaminen kertyy kumuloiduvasti aikaisemman osaamisen jatkoksi. Päätösarvioinnin kriteerikuvauksissa alempien arvosanojen osaamisen kuvaukset sisältyvät ylemmän arvosanan kuvauksi

Opetuksen ta- voite	Sisältöalueet	Opetuksen ta- voitteista johde- tut oppimisen tavoitteet	Arvioinnin kohde	Osaamisen ku- vaus arvosanalle 5	Osaamisen ku- vaus arvosanalle 7	Osaamisen ku- vaus arvosanalle 8	Osaamisen ku- vaus arvosanalle 9
<b>Fyysinen toimintakyky</b>							
<b>T1</b> kannustaa oppilasta fyysiseen aktiivisuuteen, kokeilemaan erilaisia liikuntamuotoja ja harjoittelemaan parhaansa yrittäen täen	S1	Oppilas on fyysisesti aktiivinen, kokeilee erilaisia liikuntamuotoja ja harjoittelee aktiivisesti.	Fyysinen aktiivisuus ja yrittäminen	Oppilas osallistuu satunnaisesti ja valikoiden liikuntatuntien toimintaan.	Oppilas osallistuu liikuntatunneille ja kokeilee erilaisia liikuntamuotoja.	Oppilas osallistuu liikuntatuntien toimintaan yleensä aktiivisesti kokeillen ja harjoitellen erilaisia liikuntamuotoja.	Oppilas osallistuu aktiivisesti ja harjoittelee opetettuja liikuntamuotoja.
<b>T2</b> ohjata oppilasta harjaannuttamaan havaintomotorisia taitojaan eli havainnoimaan itseään ja ympäristöään aistien avulla sekä tekemään liikuntatilanteisiin sopivia ratkaisuja	S1	Oppilas havainnoi itseään ja ympäristöään eri aistien avulla ja tekee tarkoituksenmukaisia ratkaisuja.	Ratkaisujen teko erilaisissa liikuntatilanteissa	Oppilas osaa kertoa joitain havaintojaan ja hyödyntää niitä opettajan auttamana omassa toiminnassaan.	Oppilas ymmärtää ja osaa kertoa tekemiään havaintoja sekä yhdistää niitä toimintaansa.	Oppilas tekee havaintojen pohjalta useimmiten tarkoituksenmukaisia ratkaisuja erilaisissa liikuntatilanteissa.	Oppilas valitsee tarkoituksenmukaisia havaintoja ratkaisun teon perustaksi, pystyy perustelemaan ratkaisunsa ja sopeuttaa liikunnastaan niiden mukaan.
<b>T3</b> ohjata oppilasta harjoittelun avulla kehittämään tasapaino- ja liikkumistaitojaan, jotta oppilas osaa käyttää, yhdistää ja soveltaa niitä monipuolisesti erilaisissa	S1	Oppilas kehittää tasapaino- ja liikkumistaitojaan erilaisissa oppimisympäristöissä.	Motoriset perustaidot (tasapaino- ja liikkumistaidot) eri liikuntamuodoissa	Oppilas osaa käyttää ja yhdistää tasapaino- ja liikkumistaitoja joissakin opetuksissa liikuntamuodoissa.	Oppilas osaa käyttää ja yhdistää tasapaino- ja liikkumistaitoja useimmissa opetuksissa liikuntamuodoissa.	Oppilas osaa käyttää, yhdistää ja soveltaa tasapaino- ja liikkumistaitoja useimmissa opetuksissa liikuntamuodoissa.	Oppilas käyttää, yhdistää ja soveltaa tasapaino- ja liikkumistaitoja opetuksissa liikuntamuodoissa.



oppimisympäristöissä, eri vuodenaikoina ja eri liikuntamuodoissa							
<b>T4</b> ohjata oppilasta harjoittelun avulla kehittämään välineenkäsittelytaitojaan, jotta oppilas osaa käyttää, yhdistää ja soveltaa niitä monipuolisesti erilaisissa oppimisympäristöissä, eri välineillä, eri vuodenaikoina ja eri liikuntamuodoissa	S1	Oppilas kehittää välineenkäsittelytaitojaan erilaisissa oppimisympäristöissä.	Motoriset perustaidot (välineen käsittelytaidot) eri liikuntamuodoissa	Oppilas osaa käyttää välineen käsittelytaitoja joissakin opetuissa liikuntamuodoissa.	Oppilas osaa käyttää ja yhdistää välineenkäsittelytaitoja useimmissa opetuissa liikuntamuodoissa.	Oppilas osaa käyttää, yhdistää ja soveltaa välineenkäsittelytaitoja useimmissa opetuissa liikuntamuodoissa.	Oppilas käyttää, yhdistää ja soveltaa välineenkäsittelytaitoja opetuissa liikuntamuodoissa.
<b>T5</b> kannustaa ja ohjata oppilasta arvioimaan, ylläpitämään ja kehittämään fyysisiä ominaisuuksiaan: voimaa, nopeutta, kestävyyttä ja liikkuvuutta	S1	Oppilas arvioi, ylläpitää ja kehittää fyysisiä kunto-ominaisuuksiaan.	Fyysisten kunto-ominaisuuksien arviointi, ylläpito ja kehittäminen	Oppilas osaa kertoa joitain fyysisten kunto-ominaisuuksien arviointimenetelmiä ja toisen ohjauksessa harjoittaa ominaisuuksiaan.	Oppilas osaa kertoa ja valita erilaisten fyysisten kunto-ominaisuuksien arviointiin soveltuvia menetelmiä ja harjoittaa omatoimisesti joitain fyysisiä ominaisuuksiaan.	Oppilas osaa arvioida fyysisiä kunto-ominaisuuksiaan ja sen pohjalta harjoittaa voimaa, nopeutta, kestävyyttä ja liikkuvuutta.	Oppilas tunnistaa omia vahvuuksiaan ja heikkouksiaan ja tunnistamisen perusteella osaa ylläpitää ja kehittää fyysisiä kunto-ominaisuuksiaan.
<b>T6</b> vahvistaa uima- ja vesipelastustaitoja, jotta oppilas osaa sekä uida että pelastautua ja pelastaa vedestä	S1	Oppilas vahvistaa uima- ja vesipelastustaitojaan.	Uima- ja vesipelastustaidot	Oppilas osaa uida 10 m.	Oppilas ui 50 m käyttäen kahta uintitapaa ja sukeltaa 5 m.	Oppilas osaa uida*, pelastautua ja pelastaa vedestä (*Pohjoismaisen uimataidon kriteeri).	Oppilas osaa uida sujuvasti kahdella uintitavalla sekä pelastautua vedestä eri tavoilla.
<b>T7</b> ohjata oppilasta turvalliseen ja asialliseen toimintaan	S1	Oppilas toimii tunneilla turvallisesti ja asiallisesti.	Toiminnan turvallisuus liikuntatunneilla	Oppilas osaa kertoa, miten toimitaan turvallisesti ja	Oppilas ymmärtää turvallisuuteen liittyviä riskitekijöitä ja toimii tunnilla	Oppilas toimii turvallisesti ja asiallisesti liikuntatunneilla.	Oppilas toimii turvallisesti ja asiallisesti sekä edistää

				asiallisesti, sekä toimii ja varustautuu yleensä ohjeiden mukaan.	turvallisesti sekä varustautuu asiallisesti.		turvallisuutta liikuntatunneilla.
<b>Sosiaalinen toimintakyky</b>							
<b>T8</b> ohjata oppilasta työskentelemään kaikkien kanssa sekä säätämään toimintaansa ja tunneilmaisuaan liikuntatilanteissa toiset huomioon ottaen	S2	Oppilas työskentelee kaikkien kanssa ja pystyy säätämään toimintaansa ja tunneilmaisuaan liikuntatilanteissa.	Tunne- ja vuorovaikutustaidot sekä työskentelytaidot	Oppilas työskentelee valikoimiensa ihmisten kanssa sekä säätää toimintaansa ja tunneilmaisuaan niin, että pystyy toimimaan liikuntatilanteissa muiden kanssa.	Oppilas työskentelee kaikkien kanssa.	Oppilas työskentelee eri liikuntatilanteissa yhteisesti sovitulla tavalla ja toiset huomioon ottaen.	Oppilas työskentelee kaikkien kanssa ja edistää ryhmän toimintaa ja oppimista.
<b>T9</b> ohjata oppilasta toimimaan reilun pelin periaatteella sekä ottamaan vastuuta yhteisistä oppimistilanteista	S2	Oppilas toimii reilun pelin periaatteiden mukaisesti ja ottaa vastuuta yhteisistä oppimistilanteista.	Vastuun kanto yhteisissä oppimistilanteissa	Oppilas osaa kertoa reilun pelin periaatteita ja kantaa satunnaisesti vastuuta yhteisistä oppimistilanteista.	Oppilas noudattaa reilun pelin periaatteita ja antaa muille työrauhan.	Oppilas noudattaa reilun pelin periaatteita ja osoittaa otavansa vastuuta yhteisistä oppimistilanteista.	Oppilas kantaa vastuuta yhteisestä toiminnasta ja edistää sitä.
<b>Psyykinen toimintakyky</b>							
<b>T10</b> kannustaa oppilasta ottamaan vastuuta omasta toiminnasta ja vahvistaa oppilaan itsenäisen työskentelyn taitoja	S3	Oppilas ottaa vastuuta omasta toiminnastaan ja osaa työskennellä itsenäisesti.	Itsenäisen työskentelyn taidot	Oppilas osaa kertoa, miten voi ottaa vastuuta omasta toiminnasta, ja toimii opettajan ohjajana.	Oppilas ottaa vastuuta omasta toiminnastaan ja osaa työskennellä ajoittain itsenäisesti.	Oppilas työskentelee yleensä vastuullisesti ja itsenäisesti.	Oppilas työskentelee vastuullisesti ja itsenäisesti.
T11 huolehtia siitä, että oppilaat saavat riittävästi myönteisiä kokemuksia omasta kehosta,	S3			<i>Ei vaikuta arvosanan muodostumiseen. Oppilas oppii pohtimaan kokemuksiaan</i>			

pätevyydestä ja yhteisöllisyydestä				<i>osana itsearviointia.</i>			
T12 auttaa oppilasta ymmärtämään riittävän fyysisen aktiivisuuden ja liikunnallisen elämäntavan merkitys kokonaisvaltaiselle hyvinvoinnille	S3	Oppilas oppii ymmärtämään riittävän fyysisen aktiivisuuden ja liikunnallisen elämäntavan merkityksestä kokonaisvaltaiselle hyvinvoinnille.		<i>Ei vaikuta arvosanan muodostamiseen. Oppilas oppii pohtimaan kokemuksiaan osana itsearviointia.</i>			
<b>T13</b> tutustuttaa oppilas yleisten liikuntamuotojen harrastamiseen liittyviin mahdollisuuksiin, tietoihin ja taitoihin, jotta hän saa edellytyksiä löytää itselleen iloa ja virkistystä tuottavia liikunta-harrastuksia	S3	Oppilas oppii löytämään itselleen iloa ja virkistystä tuottavia harrastuksia.		<i>Ei vaikuta arvosanan muodostamiseen. Oppilas oppii pohtimaan kokemuksiaan osana itsearviointia.</i>			

Korostetaan monipuolista ja kannustavaa palautetta.