

## Syventävän valinnaisineen opetussuunnitelma: *Liikunta*

Luokka-aste: 8.- ja 9.-luokka

### Oppiaine: Liikunta valinnainen

Viikkotuntimäärä: 2 vvh

#### Laaja-alaisen osaamisen alue

- X L1 Ajattelu ja oppimaan oppiminen
- X L2 Kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu
- X L3 Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot
  - L4 Monilukutaito
- X L5 Tieto- ja viestintäteknologinen osaaminen
  - mahdollisuuksien mukaan tutustutaan esim. liikunnan mobiilisovelluksiin ja netissä tarjolla oleviin liikunnan tukimateriaaleihin kuten treeniohjelmiin ja harjoituspäiväkirjoihin yms.
  - L6 Työelämätaidot ja yrittäjyys
  - X L7 Osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen

#### Tavoitteet:

- perusliikunnan kursseilla opittujen taitojen syventäminen eri liikuntamuodoissa
- fyysisen toimintakyvyn ja liikkumistaitojen vahvistaminen monipuolisella liikunnalla
- oppilas työskentelee ryhmässä kaikkien kanssa rakentavasti
- oppilas ottaa vastuuta ryhmän toiminnasta, ja pääsee itse osin vaikuttamaan toiminnan suunnitteluun, toteutukseen ja arviointiin
- saa uusia kokemuksia liikunnasta erilaisten liikuntalajien ja harjoitusten avulla

#### Sisällöt:

- Monipuolisesti eri liikuntamuotoja
- Uusia lajikokeiluja mahdollisuuksien mukaan
- Viitepelejä ja leikkejä
- Ryhmän toivomia liikuntalajeja
- Voidaan lisäksi harjoitella erilaisia rooleja liikuntatilanteessa, esimerkiksi tuomarointi tai ryhmän ohjaaminen

#### Oppimisympäristöihin, työtapoihin, tukeen ja ohjaukseen liittyvät erityispiirteet

- Hyödynnetään monipuolisesti eri oppimisympäristöjä vuodenajan mahdollisuudet huomioiden
- Käytetään monipuolisesti erilaisia työtapoja opettajajohtoisesta opetuksesta itsenäiseen työskentelyyn

#### Hyvän osaamisen kriteerit

- Arvioinnissa huomioidaan liikunnan fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen toimintakyvyn tavoitteet