

Opetussuunnitelman perusteiden tavoitteet	Esimerkkejä sisällöistä	Esimerkkejä työtavoista
<p><i>Opiskelija soveltaa liikuntataitoja ja -tietoja erilaisissa liikuntatehtävissä, -muodoissa ja -lajeissa eri vuodenaikoina ja eri olosuhteissa (kuten sisällä, ulkona ja vedessä).</i></p>	<p>Moduuliin perustuva opintojakso koostuu monipuolisesti erilaisista liikuntamuodoista ja -sisällöistä. Monipuolisuus rakentuu siten, että huomioidaan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>sisä-, ulko- ja vesiliikuntaympäristöt</li> <li>rakennettu ja rakentamaton ympäristö</li> <li>vuodenajat</li> <li>havaintomotoriset taidot sekä motoriset perustaidot (liikkumis-, tasapaino- ja välineenkäsittelytaidot)</li> <li>fysiset ominaisuudet (nopeus, voima, kestävyys ja liikkuvuus).</li> </ol> <p>Esimerkkejä moduuliin perustuvan opintojakson sisällöiksi sopivista liikuntamuodoista liikuntatietojen ja -taitojen näkökulmasta:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>voimistelu ja akrobatia</li> <li>kehonhuolto</li> <li>pallopelit</li> <li>luontoliikunta</li> <li>uinti ja vesiliikunta</li> <li>perusliikunta</li> <li>ryhmäliikunta</li> <li>lihaskuntoharjoittelu</li> <li>tanssi</li> <li>hiihto</li> <li>luistelu</li> <li>kehonhuolto</li> </ul>	<p>Sisällöt valitaan opiskelijoiden kanssa keskustellen. Keskustelun pohjaksi nostetaan eri liikuntamuotojen mahdollisuudet moduulin tavoitteiden saavuttamiseen.</p> <p>Opetuksessa käytetään monipuolisesti sekä opettajajohtoisia että opiskelijoiden autonomiaa tukevia opetusmenetelmiä.</p>

Opetussuunnitelman perusteiden tavoitteet	Esimerkkejä sisällöistä	Esimerkkejä työtavoista
<p><i>Opiskelija osaa toimia vuorovaikutustilanteissa toisia kunnioittavasti, auttaa ja kannustaa muita liikuntatunneilla sekä antaa rakentavaa palautetta ja vertaisarviointia.</i></p>	<p>Opintojakson sisältöjen valinnassa voidaan painottaa moduulin tavoitteiden mukaisesti yhdessä/ryhmässä harrastettavia liikuntamuotoja, jotka voivat tarjota opiskelijoille mahdollisuuden toisiinsa tutustumiseen ja ryhmäytymiseen.</p> <p>Esimerkkejä moduuliin perustuvan opintojakson sisällöistä vuorovaikutusosaamisen näkökulmasta:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• seikkailuliikunta</li> <li>• luontoliikunta ja retkeily</li> <li>• parkour</li> <li>• ilmaisuliikunta</li> <li>• lumikenkäily</li> <li>• pallopelit</li> </ul>	<p>Vuorovaikutustaitoja harjoitellaan opiskelijoiden aloitteellisuutta ja oivaltamista vaativien ryhmätehtävien, pelien ja leikkien avulla.</p> <p>Auttamista ja kannustamista voidaan oppia myös yksilötehtävissä, esimerkiksi voimistelussa ja akrobatiasa.</p> <p>Palautteen antamista ja vertaisarviointia harjoitellaan esimerkiksi paripalautteen avulla.</p> <p>Itsearvostuksen rakentumista tukee myös myönteinen palaute itselle.</p>
<p><i>Opiskelija yrittää parhaansa suorittaen tehtävänsä tunnollisesti ja vastuullisesti, työskennellen aktiivisesti ja asiallisesti sekä kehittäen itseään pitkäjänteisesti.</i></p>	<p>Kaikki sisällöt tukevat tätä tavoitetta.</p>	