Vuoreksen koulu

Valinnaisaineopas

2027

8. ja 9. luokille

VALINNAISAINEIDEN VALINTAPERUSTEET

Vuoreksen koulun oppilas saa valita yläkoulun aikana yhteensä 10 vuosiviikkotuntia (vvt.) oppiaineita, joita hän voi opiskella 8:lla ja 9:llä luokalla. Valinnaisia aineita opiskellaan 8. luokalla 4 vuosiviikkotuntia ja 9. luokalla 6 vuosiviikkotuntia.

Kotitalous, kuvataide ja käsityö päättyvät 7. luokan keväällä. Musiikki ja historia päättyvät 8. luokalla kaikille yhteisenä aineena. Kun oppiaineet päättyvät, ne arvioidaan päättöarvioinnin kriteerien perusteella. Taide- ja taitoaineiden opiskelua voi jatkaa valitsemalla niitä valinnaisaineiksi.

Taide- ja taitoaineiden valinnaiset opinnot kotitaloudessa, kuvataiteessa, käsityössä, liikunnassa tai musiikissa noudattavat kuntakohtaisen opetussuunnitelman vuosiluokkaistettuja tavoitteita, sisältöjä ja arviointiperusteita sekä päättöarvioinnin kriteereitä. Taide- ja taitoaineiden valinnaiset opinnot arvioidaan osana opetettujen taide- ja taitoaineiden opetusta. Kun oppilas valitsee muun valinnaisaineen, hän saa siitä erillisen arvosanan.

Tietyn valinnaisaineen opiskelu ei ole edellytyksenä toisen asteen koulutukseen, mutta niistä voi olla hyötyä jatko-opinnoissa. Haettaessa ammatilliseen koulutukseen, oppilas saa yhteishakupisteitä kaikkien aineiden keskiarvosta sekä kolmen parhaan taide- ja taitoaineen keskiarvosta.

VALINNAISAINEIDEN VALINTA 8.-9. luokalle

Oppilas valitsee 7. luokalla kaksi pitkää valinnaisainetta, joita kumpaakin opiskellaan 2 vvt. Toinen pitkistä aineista on taide- ja taitoaine (kori 1) ja toinen ns. muu valinnaisaine (kori 2). Molemmille valinnoille valitaan myös varavalinnat, koska kurssien toteutumista ei voida taata (riippuu valintojen määrästä).

Valinnaisaineet voivat

- tukea koulunkäyntiäsi ja opintojen sujuvuutta
- harrastuksiasi
- jatko-opintohaaveitasi
- arkielämääsi

Valinnaisainevalinnat ovat **sitovia,** eikä niitä voi vaihtaa kuin hyvin perustelluista syistä esim. terveydelliset syyt.

Kahden A-kielen lukijat
Jos oppilas opiskelee kahta A-kieltä (alakoulussa alkanut englanti ja espanja), hän voi valita yhden taide- ja taitoaineen ja sille varavalinnan.
VALINNAISTEN LYHYTKURSSIEN VALINTA 9. luokalle

9. luokalle valitaan kaksi lyhytkurssia (1vvt), 2 tuntia viikossa yhden lukukauden ajan. Nämä lyhytkurssit ja niille varavalinnat valitaan 8.luokan kevätlukukaudella.

Kahden A-kielen lukijat
A-kielen lukijat valitsevat kahdeksannella luokalla *kaksi lyhyttä valinnaisainetta* ja niille varavalinnat.

KORI 1: Taide- ja taitoaineiden valinnaisaineet (2 vvt)

Kotitalous

Kuvataide

Käsityö

Liikunta

Musiikki

KORI 2: Valinnaiset aineet (2 vvt)

Eväitä elämään

Lisää liikuntaa

Luomisen iloa

Musiikki(a) elämään

Oppilasagentit

Ranska

Saksa

Teknologiaa! Käsitöitä kovista materiaaleista

Tekstiilityö: Käsitöitä pehmeistä materiaaleist**a**

Urheilu elämäntapana - Urheilijaksi kasvaminen

Valinnat tehdään Forms-lomakkeelle opon tunneilla, joka täytetään viikolla 50 eli 7.-11.12.2026. Oppilas valitsee sekä varsinaisen valinnan että kaksi varavalintaa molemmista koreista. Valinnat ovat sitovia.

Lisätietoja valinnaisaineiden valinnasta saat opinto-ohjaajilta Päivi Tapaninen (7A, 7C ja 7F) ja Minna Löytty-Rissanen (7B, 7D, 7EG).

KORI 1: Taide- ja taitoaineiden valinnaisaineet (2 vvt)

KOTITALOUS

Kotitalouden valinnaisella kurssilla harjoitellaan monipuolisesti kodin arjen hallinnan taitoja. Kestävän ja hyvinvointia edistävän elämäntavan edellyttävät tiedot ja taidot ovat keskeinen osa kurssia. Kurssilla oppilaat toimivat tiiviisti pareittain ja ryhmissä, joten kurssin toimintaan kuuluu olennaisena osana yhteistyö- ja vuorovaikutustaitojen harjoittelu.

Tavoite:

- oppilas syventää seitsemännellä luokalla opittuja kotitalouden tietoja ja taitoja
- oppilas parantaa valmiuksia toimia omassa arjessa nyt sekä tulevaisuudessa
- oppilas oppii tekemään monipuolisesti erilaisia kotitalouden tehtäviä ja osaa hankkia ajankohtaista tietoa ja soveltaa sitä käytännössä
- oppilas oppii työskentelemään vaihtuvissa ryhmissä.
- oppilas osaa arvioida omaa ja muiden työskentelyä rakentavasti



Sisältö:

- perusruoanvalmistus ja leivonta
- kodinhoito ja vaatehuolto
- kuluttajaosaaminen ja kestävä elämäntapa
- oppilaan itsetunnon ja elämänhallintataitojen kehittyminen mm. ryhmässä toimimisen kautta
- yhteistyötaitojen vahvistaminen

Arvioin ti: Ei erillistä arvosanaa, tulee osaksi kotitalouden arvosanaa. Numeroarviointi 4–10 kotitalouden opetussuunnitelman kriteereiden mukaisesti. Arvioinnin osa-alueet; käytännön työtaidot, yhteistyö- ja vuorovaikutustaidot sekä tiedonhallintataidot.

KUVATAIDE

Tavoitteet

Valinnaisaineessa edistetään oppilaan henkilökohtaista kuvallista ilmaisua, ajattelukykyä ja mielikuvitusta. Harjoitellaan itsenäistä, aktiivista ja pitkäjänteistä suunnittelua ja työskentelyä. Opetellaan arvostamaan ja arvioimaan omaa sekä muiden visuaalista kulttuuria ja taidetta. Syvennetään ymmärrystä kuvataiteen ilmaisukeinoista, eri tekniikoista ja materiaaleista. Luodaan perusta taideharrastuksen jatkumiselle ja mahdollisille jatko-opinnoille.

Sisällöt

- Kuvallinen ilmaisu ja visuaalinen ajattelu
- Taiteen tuntemus ja kulttuurinen ymmärrys
- Piirustus- ja maalaustekniikat
- Taidegrafiikka
- Rakentelu ja sekatekniikat
- Valokuvaaminen ja kuvankäsittely
- Eri aikakausien ja kulttuurien visuaaliset maailmat

Arviointi: Ei erillistä arvosanaa, tulee osaksi kuvataiteen arvosanaa. Numeroarviointi 4-10 kuvataiteen opetussuunnitelman kriteereiden mukaisesti.



KÄSITYÖ

Käsillä tekemisen iloa, tule mukaan luomaan jotain omaa!



Käsitöissä harjoitellaan monipuolisesti eri käsityötaitoja. Käsityössä ratkaistaan erilaisia tuotesuunnittelutehtäviä luovasti ja kekseliäästi, vahvistaen itseilmaisua. Kurssilla oppilaat oppivat suunnittelemaan ja toteuttamaan omia tuotteita, joissa yhdistyvät esteettisyys, toiminnallisuus ja kestävä kehitys. Työskentelyssä korostuvat luovuus, ongelmanratkaisu ja omien ideoiden kehittäminen konkreettisiksi tuotteiksi.

Valinnainen käsityö muodostuu pehmeiden ja kovien materiaalien yhdistelmästä. Opiskelu toteutetaan siten, että oppilaat vaihtavat pehmeiden ja kovien materiaalien välillä muutaman viikon välein.

Tavoitteet:

- Oppilas osaa suunnitella ja valmistaa tuotteita omien suunnitelmiensa pohjalta
- Oppilas ymmärtää käsityön ja muotoilun merkityksen
- Oppilas kehittää omaa visuaalista ilmaisuaan ja teknisiä taitojaan
- Oppilas osaa arvioida omaa ja muiden työskentelyä rakentavasti

Sisällöt:

- Tuotesuunnittelun perusteet: ideointi, luonnostelu, materiaalikokeilut.
- Erilaiset materiaalit ja niiden käyttö
- Käyttöesineiden, huonekalujen, vaatteiden tai sisustustuotteiden suunnittelu ja valmistus
- Digitaaliset työkalut suunnittelussa ja dokumentoinnissa
- Kestävän kehityksen näkökulmat muotoilussa

Arviointi: Ei erillistä arvosanaa, tulee osaksi käsityön arvosanaa. Numeroarviointi 4-10 käsityön opetussuunnitelman kriteereiden mukaisesti. Digitaalista portfoliota käytetään osana arviointia, itsearviointia sekä työn dokumentointia.

LIIKUNTA

Tavoitteet: Kurssin tavoitteena on kehittää oppilaiden motorisia perustaitoja, tarjota uusia kokemuksia erilaisissa liikuntalajeissa ja -ympäristöissä sekä toimia yhdessä tavoitteiden

suuntaisesti. Pyrimme kehittämään oppilaiden omaa ajattelua ja suhdetta omaan terveyteen sekä kehoon. Näitä tavoitellaan opettelemalla, miten minä opin, miten minä jaksan ja mistä minä nautin, samalla toimien aktiivisena yksilönä ryhmässä.

Sisällöt ja työtavat: Kurssin sisältö suunnitellaan yhdessä oppilaiden kanssa. Lajeja ovat muun muassa perinteiset palloilulajit, kehonhuolto- ja kuntoharjoitteet sekä tutustuminen uusiin lajeihin.

Arviointi: Ei erillistä arvosanaa, tulee osaksi liikunnan arvosanaa. Numeroarviointi 4-10 liikunnan opetussuunnitelman kriteereiden mukaisesti.



MUSIIKKI

Musiikin opetuksessa lähtökohtana on aina soittaminen, laulaminen ja kuunteleminen. Oppimisen ilon sekä myönteisten musiikkikokemusten avulla kannustetaan oppilaita musiikilliseen harrastuneisuuteen.

Tavoitteet: 8. ja 9. luokilla tavoitteena on syventää ja laajentaa aiemmin opittuja taitoja ja tietoja. Laulu- sekä bändimateriaali koostuvat niin tämän päivän hiteistä kuin ikivihreistä klassikoista eri vuosikymmeniltä. Päätavoitteena on aina päästä kokemaan musiikin tuottama ilo ja hyvinvointi.

Sisällöt:

- Oman musiikillisen osaamisen ja yhdessä musisoimisen kehittäminen
- Äänenkäyttö- ja laulutaidon kehittäminen
- Kappaleiden sovittaminen sekä äänentoistolaitteiden ja tietotekniikan käyttö
- Musiikin elämyksellinen kuuntelu ja havainnointi
- Syvennetään aiemmin opittuja musiikillisia tietoja ja taitoja
- Oppilas tunnistaa musiikin vaikutuksia hyvinvointiin
- Tavoitteena että jokainen oppilas löytäisi ainakin yhden itselle mieluisen instrumentin ja kehittäisi omaa musikaalisuuttaan sen kautta
- Valmistaudutaan erilaisiin esityksiin ja esiinnytään yhdessä.

Arviointi: Ei erillistä arvosanaa, tulee osaksi musiikin arvosanaa. Numeroarviointi 4-10 musiikin opetussuunnitelman kriteereiden mukaisesti.



KORI 2: Valinnaiset aineet (2vvt)

EVÄITÄ ELÄMÄÄN, Kotitalous

Eväitä elämään- kurssilla opitaan kotitalouden taitoja ryhmässä työskennellen. Kurssi alkaa seitsemännen luokan sisältöä kertaavilla tehtävillä ja sen jälkeen syventyy kotitaloustaitojen monipuoliseen osaamiseen. Kurssilla kädentaidot ja luovuus kehittyvät ja ongelmanratkaisutaidot arjen erilaisissa tilanteissa paranevat.

Kurssiin liittyy myös vuosiluokkainen, projektiluontoinen työskentely.

Tavoite:

- oppilas saa valmiuksia ja eväitä elämää varten eli hän tietää ja osaa toimia kodin arjessa vastaantulevissa tehtävissä
- oppilaan kädentaidot, luovuus ja yhteistyötaidot kehittyvät
- oppilas saa tuotettua iloa projektitoiminnallaan muille ihmisille
- oppilas osaa arvioida omaa ja muiden työskentelyä rakentavasti
- oppilas oppii työskentelemään vaihtuvissa ryhmissä

Sisältö:

- ruoanvalmistuksessa ja leivonnassa otetaan huomioon vuoden kierto; kauden juhlat
- kodin puhtaanapito
- kestävä elämäntapa osana omaa arkea
- yhteistyötaitojen vahvistaminen, pari- ja ryhmätyöskentely

- projektityöskentely

Arviointi: Numeroarviointi 4 – 10.

Arvioinnin osa-alueet; käytännön työtaidot, yhteistyö- ja vuorovaikutustaidot sekä tiedonhallintataidot.



LISÄÄ LIIKUNTAA, LIIKUNTA

Tavoitteet: Valinnaisaineen tavoitteena on tutustua useisiin lajeihin, syventää jo opittuja taitoja ja kerätä kokemuksia sekä ajatuksia omaa arkea varten. Näin pyrimme rakentamaan kokonaisvaltaista kuvaa liikunnan ja terveyden vaikutuksista ihmisen elämään.

Sisällöt ja työtavat: Kurssin sisältö luodaan yhdessä oppilaiden kanssa. Erilaisten liikuntalajien sekä -muotojen lisäksi tutustumme nopeisiin välipaloihin sekä erilaisiin mahdollisuuksiin seurojen ja yritysten liikuntatarjonnassa.

Arviointi: Erillinen arvosana arvioinnilla 4-10.



LUOMISEN ILOA, KUVATAIDE

Vapauta luovuutesi!

Tehdään taidetta monipuolisesti eri menetelmillä ja erilaisin aihein. Kerrataan ja syvennetään aiemmin opittuja tietoja ja taitoja sekä pyritään löytämään erilaisia visuaalisia työskentelytapoja ja tekniikoita oman kuvailmaisun tueksi. Haetaan inspiraatiota omaan tekemiseen taidehistoriasta sekä muusta ympäröivästä kuvallisesta kulttuuristamme. Keskitytään myös siihen, miten kuvataiteen avulla voi rentoutua ja miten siitä voi saada voimaa omaan jaksamiseen.

Tavoite:

- Tavoitteena on syventää oppilaan omaa kuvataiteellista ilmaisua ja eri tekniikoiden hallintaa.
- Opetellaan antamaan tilaa omalle luovuudelle ja kehitetään luovaa ajattelua.
- Tutustutaan eri taiteen aloihin ja opetellaan löytämään niistä inspiraation lähteitä omaan tekemiseen.

Sisältö:

- Tehdään taidetta monipuolisesti erilaisilla välineillä ja tekniikoilla, joita ovat mm. piirtäminen, maalaaminen, kuvanveisto, keramiikka, rakentelu, valokuvaaminen sekä digitaalinen kuvan tekeminen.
- Tutustutaan sekä kuvataiteen että muiden taiteen alojen tekijöihin ja teoksiin ja tehdään omia teoksia niiden kautta esiin nousevien teemojen ja ideoiden parissa.
- Opetellaan rentoutumaan taiteen parissa ja harjoitellaan tapoja, joilla omia tunteita voi ilmaista taiteen avulla.

Arviointi: Numeroarviointi 4-10. Arviointiin vaikuttavat työskentely tunneilla sekä tehdyt työt.



MUSIIKKI(A) ELÄMÄÄN!

SISÄLLÖT: Lisätään musiikkia kouluviikkoon ja otetaan hyöty irti musiikin hyvää tekevästä voimasta. Soitetaan, lauletaan, kuunnellaan, tuotetaan -yksin ja yhdessä.

TAVOITTEET:

- Syvennetään taitoja musiikin eri osa-alueilta niin soittamisen, laulamisen, kuin musiikkiteknologiankin osalta.
- Nautitaan musiikin tekemisestä ja sen kuuntelusta.
- Pääpaino kaikenlaisessa musiikin tekemisessä, tällä tunnilla ei luennoida sitäkään vähää!

Tule mukaan musisoimaan porukassa!

Arviointi: Numeroarviointi 4-10 opetussuunnitelman tavoitteiden mukaisesti



OPPILASAGENTIT

Oppilasagentit mahdollistavat koulussa asioita, jotka usein jäävät vain haaveeksi. Meininkiä, johon tarvitaan niitä, jotka laittavat hommat toimimaan!

Tavoitteet:

Kurssin osa-alue	OPS-tavoite
Projektityöskentely ja ryhmätyö	L1 Ajattelu ja oppimaan oppiminen; L6 Työelämätaidot ja yrittäjyys
Algoritminen ajattelu ja ohjelmointi	Matematiikka T3, T13: Harjaantuu ohjelmoinnissa ja algoritmisessa ajattelussa
Itsensä johtaminen ja asiakaspalvelu	L1, L6; Äidinkieli T7–T8: Kehittää vuorovaikutus- ja esiintymistaitoja, Käsityö T7

Digitaidot ja tekoälyn käyttö	L5 Tieto- ja viestintäteknologinen osaaminen; Käsityö T3–T4, T6; Äidinkieli T8; Matematiikka T9
AV-järjestelmien hallinta ja tapahtumatuotanto	Käsityö: T4, T6, T7, teknologian hyödyntäminen

Sisältö ideoidaan yhdessä oppilaiden kanssa seuraavan pohjalta:

Oppilasagentit opiskelevat perustasoa paremmat IT-taidot ohjelmistoihin, videoeditointiin, ohjelmointiin, tekoälyyn, tietoturvaan sekä mediakriittisyyteen liittyen ja tukevat muuta koulua näiden taitojen kehittymisessä.

Oppilasagentit toimivat muiden aineiden opettajien apuna oppitunneilla.
Oppilasagentit opettelevat perustaitoja AV-laitteiden (ääni- ja valotekniikka) käytöstä ja vastaavat koulun juhlien tekniikkalaitteiden käytöstä.
Oppilasagentit hyödyntävät koulun info-TV:tä sekä muita lukuisia koulun tieto- ja viestintätekniikan laitteita ja pitävät niistä huolta.

Valinnaisaineen rakenne noudattaa suomalaisen oppilasagenttitoiminnan periaatteita, joihin voi tutustua osoitteesta https://oppilasagentti.fi/
Arviointi: Numeroarviointi 4–10, osallistuminen opetukseen sekä käytännön harjoitteisiin.



B2-KIELI: RANSKA

Bonjour!

Haluatko opiskella kieltä, jota puhutaan neljällä mantereella? Kieltä, joka on ruokakulttuurin, muodin ja rakkauden kieli? Tiesitkö, että Ranska on maailman suosituin matkailumaa?

Tavoitteet:

- Opiskelun tavoitteena on saavuttaa toimiva alkeiskielitaito, kehittää kulttuuri- ja vuorovaikutustaitoja sekä saada valmiudet kielen opiskeluun peruskoulun jälkeen.
- Opiskelu keskittyy arkipäivän viestintätilanteisiin.
- Oppilas oppii ymmärtämään monipuolisen kielitaidon merkityksen ja käyttämään kieltä rohkeasti.

Sisällöt:

- Oppilaan elämään liittyvät aihepiirit: minä itse, perheeni, ystäväni, koulu, harrastukset ja vapaa-ajan vietto
- Tärkeimpiä kielenkäyttötilanteita, mm. tervehtiminen ja kohteliaisuudet, matkustaminen ja monenlaiset asiointitilanteet
- Elämä kohdekielen maassa (tutustutaan mm. ruokakulttuuriin, musiikkiin ja tapakulttuuriin)
- Viestinnän kannalta vain keskeisin kielioppi ja lauseenmuodostus. Pääpaino suullisen kielitaidon harjoittelussa.

Arviointi: jatkuvaa ja kannustavaa, monipuolinen itse- ja vertaisarviointi, numeroarviointi 4-10



B2-KIELI: SAKSA

Hallo!

Saksaa kannattaa opiskella, koska se on Euroopan puhutuin kieli, tärkeä kieli kansainvälisessä kaupassa, tieteessä ja kulttuurissa. Se avaa ovia opiskelu- ja työmahdollisuuksiin sekä Saksassa että muualla Euroopassa.

Tavoitteet:

- Opiskelun tavoitteena on saavuttaa toimiva alkeiskielitaito, kehittää kulttuuri- ja vuorovaikutustaitoja sekä saada valmiudet kielen opiskeluun peruskoulun jälkeen.
- Opiskelu keskittyy arkipäivän viestintätilanteisiin.

- Oppilas oppii ymmärtämään monipuolisen kielitaidon merkityksen ja käyttämään kieltä rohkeasti.

Sisältö:

- Oppilaan elämään liittyvät aihepiirit: minä itse, perheeni, ystäväni, koulu, harrastukset ja vapaa-ajan vietto.
- Tärkeimpiä kielenkäyttötilanteita, mm. tervehtiminen ja kohteliaisuudet, matkustaminen ja monenlaiset asiointitilanteet.
- Elämä kohdekielen maassa (tutustutaan mm. ruokakulttuuriin, musiikkiin ja tapakulttuuriin).
- Viestinnän kannalta vain keskeisin kielioppi ja lauseenmuodostus. Pääpaino suullisen kielitaidon harjoittelussa.

Arviointi: jatkuvaa ja kannustavaa, monipuolinen itse- ja vertaisarviointi, numeroarviointi 4-10

TEKNOLOGIAA! Käsitöitä kovista materiaaleista

Teknisen työn tilat ovat kurssin käytössä tarjoten laajat mahdollisuudet puun, metallin ja muovin työstämiseen. Laitteina mm. hitsauskoneet, muovintyöstöasema, CNC- jyrsin sekä perinteisempiä puun- ja metallintyöstölaitteita. Tällä kurssilla pääset toteuttamaan omia suunnitelmiasi tuotteiksi.

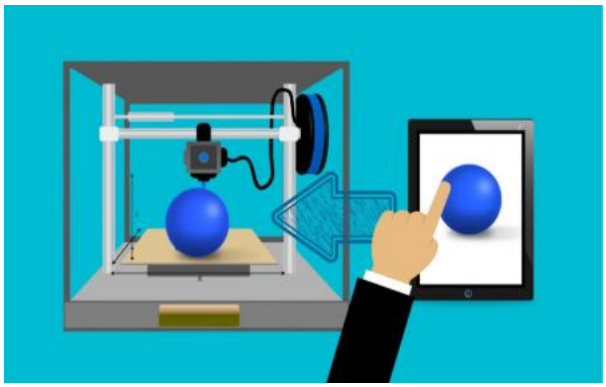
Tavoiteet:

- Teknologiaa!- valinnaisaineessa opit ymmärtämään teknologista ympäröivää maailmaa innovoiden, suunnitellen sekä valmistaen.
- Valinnaisaineessa voit suunnitella ja valmistaa käyttöesineitä sekä hankkia tulevaisuuden taitoja!
- Opiskelet digitaalista suunnittelua ja valmistusta sekä perinteisiä käsityötaitoja.

Sisältö:

- Puu- ja metalliteknologian projektitöitä, 3D- mallinnuksen ja 3D- tulostuksen avulla voit toteuttaa osia tuotteisiisi tai vaikka kokonaisia esineitä.
- Vektorigrafiikan käyttöä suunnittelussa opiskelemalla voit toteuttaa laser- leikkurilla tai CNC- jyrsimellä vaikka koruja tai kaiverruksia puutuotteisiin.
- Vinyylileikkurin ja lämpöprässin avulla voit toteuttaa lämpösiirtotarrojen avulla persoonallisia t- paitoja tai huppareita.
- Vuores FabLearn Lab on tila, jossa voit opiskella ohjelmointia monipuolisesti. Lego-robotiikasta erilaisiin kehitysalustoihin. Kehitysalustoihin voit liittää sensoreita, ledejä ja servoja ja ohjelmoida niiden toimintaa.

Arviointi: Numeroarviointi 4–10 opetussuunnitelman tavoitteiden mukaisesti. Itsearviointiin ja töiden dokumentointiin käytämme sähköistä portfoliota.





TEKSTIILITYÖ: KÄSITÖITÄ PEHMEISTÄ MATERIAALEISTA

Aikaa käsityölle -luovaa ideointia ja käytännön tuotteita.

Tavoite: Omien käsityötaitojen sekä suunnittelu- ja toteutustaitojen kehittäminen.

Sisältö:

Suunnittele, kaavoita, ideoi, ompele, värjää, neulo, virkkaa, huovuta, kirjo tai kudo. Käsityön pehmeiden materiaalien valinnaisessa syvennät aiemmin opittua, tutustut uusiin tekniikoihin, opit kehittämään omia ideoita sekä muuttamaan ne käytännön tuotteiksi. Töiden tehtävänannot ovat sellaisia, että ne antavat vapautta toteuttaa itseäsi luovasti, käyttäen itsellesi mieluisia tekniikoita. Pehmeiden materiaalien käsitöissä painottuu oppilaan oma näkemys ja suunnitelma. Voit käyttää luovuuttasi ja kehittää taitojasi yhteisten tehtävien pohjalta.

Arviointi: Numeroarviointi 4–10 opetussuunnitelman tavoitteiden mukaisesti. Itsearviointiin ja töiden dokumentointiin käytämme sähköistä portfoliota.



URHEILU ELÄMÄNTAPANA - URHEILIJAKSI KASVAMINEN, LIIKUNTA

Urheilijaksi kasvaminen on tarkoitettu ensisijaisesti lähiliikuntakoululaisille ja tavoitteellisesta urheiluharjoittelusta kiinnostuneille oppilaille. Kurssilla tehdään mahdollisuuksien mukaan yhteistyötä Tampereen Urheiluakatemian kanssa. Sisällöt ja tavoitteet pohjaavat Kasva urheilijaksi Opetussuunnitelmaan, johon voi tutustua tästä linkistä.

Tavoitteet: Urheilu elämäntapana -kurssin tavoitteena on edistää aktiivista, liikkuvaa elämäntapaa ja arjen hyvinvointia sekä korostaa monipuolista liikkumista. Opiskelu tukee liikunnasta kiinnostuneen nuoren perusliikuntataitojen kehittymistä ja hänen kasvuaan terveeksi urheilijaksi ja koulun ja urheilun yhteensovittamisen harjoitteluun.

Sisältö: Opiskelussa yhdistyy teoria ja toiminnallisuus käytännön harjoitteluun. Oppiaineessa opetellaan mm. tunnistamaan ja kehittämään fyysisiä ominaisuuksia. Kaikilla vuosiluokilla huomioidaan huoltavan harjoittelun merkitys osana aktiivista elämäntapaa. Työskentely on oppilaskeskeistä ja nousujohteisesta, se antaa myös valmiuksia taitojen omatoimiseen kehittämiseen. Opiskeltavat tietosisällöt liittyvät hyvinvointiin: mm. urheilun ja koulun yhteensovittaminen, kuormitus ja palautuminen, uni, psyykkisen harjoittelun ja urheiluravitsemuksen perusteet. Koulun ja lähialueen oppimisympäristöjä käytetään monipuolisesti. Oppitunneilla harjoitellaan kunnioittamaan ja tukemaan jokaisen yksilöllistä kehittymistä liikunta - oppiaineelle asetettujen sosiaalisten ja psyykkisten tavoitteiden mukaisesti. Opetellaan ryhmässä toimimista ja hyviä vuorovaikutustaitoja.

Arviointi: Arviointi pohjautuu Kasva urheilijaksi –kokonaisuudessa avattuihin tavoitteisiin ja on numeerinen välillä 4-10.

