

# ***LI8 opintojakson nimen ja sisällön muuttaminen***

LI8 Syvälle lajin saloihin (ent. Lentopallo)

Koodi

LI8

Oppiaineet

- [Liikunta \(LI\)](#)

Laajuus

2 op

---

Tavoitteet

## **Paikallinen lisäys tavoitteille**

- Opiskelija oppii lajiin liittyviä tekniikoita
- opettelee joukkueessa pelaamista **tai yhteistoimintaa lajin muiden harrastajien kanssa**
- **sitoutuu pitkäjänteiseen ja säännölliseen lajin harjoitteluun**
- vahvistaa ja kehittää motorisia perustaitojaan.

---

Keskeiset sisällöt

## **Paikallinen lisäys keskeisille sisällöille**

- lajiin liittyviä alkulämmittelyjä
- ~~lentopallon~~ tekniikkaharjoituksia ja ~~pelaamista~~ **lajin erityispiirteisiin kuuluvia harjoitteita**
- ~~Pienpelejä~~
- **lajin aktiivinen ja säännöllinen harrastaminen**

---

Osaamisen arviointi

Arvioidaan suoritus -merkinnällä. (S= suoritettu, H= hylätty)

**Opintojakso voidaan hyväksi lukea esittämällä todistus esimerkiksi Kianta-Opiston lentopallokurssista tai urheiluseuran lajin vastuuhenkilön allekirjoittamasta todistuksesta lajin pitkäjänteisestä ja säännöllisestä harjoittelemisesta.**