

Opiskelu Urheilu elämäntapana painotuksessa

Tesoman ja Sammon koulut 3.lk 2025-2026



Mitä on painotettu opetus?

- Liikuntaa enemmän, muita taito- ja taideaineita sekä valinnaisuutta vähemmän
- Liikunnan opetuksessa mahdollisuus syventäviin ja soveltaviin opintoihin
- Liikunnan opiskelu samanhenkisessä ryhmässä
- Liikunta ja fyysinen aktiivisuus tukevat kaikkea muutakin oppimista > yleinen koulumyönteisyys ja vastuullisuus kaikessa koulutyössä > itseohjautuvuuteen kasvaminen
- Sosiaaliset taidot ja ryhmässä toimiminen korostuvat
- Oppimisen ja koulunkäynnin tuki samaan tapaan kuin ei painotetussa opetuksessa
- Lisäksi mahdollisia koulukohtaisia käytänteitä



Liikunnan syventävät ja soveltavat opinnot 3.- 4. luokalla

3.luokalla pääpainona yhteistyötaitojen kehittyminen

- ryhmäytyminen
- myönteinen asenne monipuolisiin sisältöihin
- 3 tuntia liikuntaa (pois kuvataiteesta)
- omasta lajista esimerkkinä /apuopena toimiminen

4.lk pääpainona kehonhallinnan ja lihashuollon harjoittelu

- liikkuvuus
- monipuoliset lajitaidot
- lajinomaisen alkulämmittelyn vetäminen liikuntatunnin alussa
- 4 tuntia liikuntaa (pois 1h kuvataiteesta)

Liikunnan syventävät ja soveltavat opinnot 5.-6. luokalla

5.lk Fyysisen kunnon kehittyminen (Move! pohjana)

- Lajinomainen kehonhallinta ja lihaskuntoharjoittelu oppilaslähtöisesti
- 4 tuntia liikuntaa (pois käsitöistä)

6.lk Vastuullisuus varusteista, siirtymistä

- Yhteistyö nivelvaiheessa Kasva urheilijaksi -painotukseen
- Mahdollisuus oman lajinomaisen opetustuokion vetämiseen
- 4 tuntia liikuntaa (pois käsitöistä ja valinnainen jää pois)

Lisäksi

- Urheilijavierailuja painotusluokille
- Tarjotaan mahdollisuus välituntitoiminnan liikuttajana toimimiseen
- Lajikokeilut
- Painotusoppilaat voivat järjestää liikuntatapahtumia
- Lisätään valinnaisainetarjottimelle liikuntaan ja terveelliseen elämään soveltuvia sisältöjä – Liikunta elämäntapana

Perusopetuksen tuntijako (valtioneuvoston asetus 28.6.2012)

Urheilu elämäntapana

Aine	1	2	3	4	5	6	7	8	9	Yht.
Aidinkieli ja kirjallisuus	7,0	7,0	5,0	5,0	4,0	4,0	4,0	4,0	3,0	43,0
A1-kieli	1,0	1,0	2,0	3,0	2,0	2,0	2,0	2,0	3,0	18,0
B1-kieli						2,0	2,0	1,0	2,0	7,0
Matematiikka	3,0	4,0	4,0	3,0	4,0	4,0	3,0	4,0	4,0	33,0
Ympäristö- ja luonnontieto	3,0	2,0	2,0	2,5	3,0	3,5				16,0
Biologia ja maantieto ¹							2,0	2,0	3,0	7,0
Fysiikka ja kemia ¹							2,0	3,0	2,0	7,0
Terveystieto ¹							0,5	1,5	1,0	3,0
<i>Ympäristö- ja luonnontietoaineet yht.</i>	3,0	2,0	2,0	2,5	3,0	3,5	4,5	6,5	6,0	33,0
Uskonto/Elämäkatsomustieto	1,0	1,0	2,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	10,0
Historia ja yhteiskuntaoppi ²				1,0	2,0	2,0	2,0	2,0	3,0	12,0
Musiikki	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	0,0	8,0
Kuvataide	1,0	1,0	1,0	1,0	2,0	1,0	2,0	0,0	0,0	9,0
Käsityö	2,0	2,0	2,0	2,0	1,0	1,0	2,0	0,0	0,0	12,0
Liikunta	2,0	2,0	3,0	4,0	4,0	4,0	3,0	6,0	6,0	34,0
Kotitalous							3,0			3,0
Taide- ja taitoaineiden valinnaiset			0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
<i>Taide- ja taitoaineet yht.</i>	6,0	6,0	7,0	8,0	8,0	7,0	11,0	7,0	6,0	66,0
Oppilaanohjaus							0,5	0,5	1,0	2,0
Valinnaiset aineet			0,0	1,0	1,0	0,0	0,0	1,0	2,0	5,0
Tuntimäärä yhteensä	21,0	21,0	22,0	24,5	25,0	25,5	30,0	29,0	31,0	229,0
Valtakunnallinen vähimmäistuntimäärä	20-	20-	22-	24-	25-	25-	30-	29-	30-	224,0
(Vapaaehtoinen A2-kieli) ³			2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	14,0
(Vapaaehtoinen B2-kieli) ³								2,0	2,0	



Opiskelu painotuksessa

Oppilaat valitaan painotukseen koko perusopetuksen ajaksi- > tulevat ryhmät muodostetaan pedagogisesti (kielivalinnat, katsomusaine, ryhmäkoko, mahdolliset tuen tarpeet).

7.luokalla alkavaan Kasva Urheilijaksi- painotukseen on mahdollista hakea erikseen.

Painotuksessa opiskelu tarkoittaa, että liikunta on automaattinen valinnainen aine.

Ensin koulu, sen jälkeen harrastukset

- Vastuu omista opinnoista ja edistymisestä esimerkiksi leirien aikana.
 - Hyvissä ajoin poissaoloanomukset ja koulutehtävien selvittäminen.

Tärkeintä, että lapsi on itse halukas opiskelemaan painotuksessa. Hyvä motivaatio sekä opiskeluun että harjoitteluun.

Hakuaikataulu

- **Hakuaika: 25.11.-9.12.2024**
- **Soveltuvuuskoe: Torstai 23.1.2025 klo 12.00** Tesoman koulu: palloiluhallilla, Sammon koulu: B- rakennuksen salissa (varapäivä keskiviikko 29.1.25 klo 12.00)
 - välineenkäsittely, rytmiikka, ketteryys, tasapainotaidot ja liikkuvuus
- Tamperelaiset oppilaat hakevat Wilman kautta (Hakemukset ja päätökset - välilehti).
- Muiden oppilaiden hakulomake löytyy [Tampereen kaupungin sivuilta](#)



Jos sinulla nousee kysyttävää, ole yhteydessä:

- Apulaisrehtori Henriikka Mäkinen, henriikka.makinen@tampere.fi,
p. 041 730 0513
- Apulaisrehtori Hanna Vettenranta, hanna.vettenranta@tampere.fi,
p. 040 572 1757
- Luokanopettaja Salla Saikkonen, salla.saikkonen@tampere.fi
p. 040 125 1945