



AINEKAART

Ainevaldkond: Kehaline kasvatus **Õppeaine:** Kehaline kasvatus
Klass: 2e,5e,8e
Õpetaja: Hillevi Velba
Ainetüüp: Kohustuslik õppeaine põhikoolis
Õpetamise aeg 2022/2023: õppeaasta

Õppekirjandus:

Suvekursuste õppematerjalid, "Kehaline kasvatus" 2003. Tallinna Ülikool "Ujumine", K. Zilmer "Juku suusakool." Liikumismängud. M:Mondoni "Mini-korvpallist korvpallini" Ujumise algõpetus. Liikumismängud. Tähelepanu start -kergejõustik ", Kehalise kasvatus valdkonnaraamat". Abiks õpetajale". Materjalid internetist. Kehaline kasvatus-mängud ja harjutused. Metoodilised juhendid kehalise kasvatus õpetajatele, Erinevate mängude raamatud. Z.Mellow.

Vajalikud õppevahendid:

Lühike ja pikk sportlik riietus, sportlikud jalanõud, võimlemissussid. Suusavarustus, suusariietus.

Õppesisu:

- Kergejõustik. Jooksuharjutused ja mängud, võimlemine, koordineerimisharjutused.
- Liikumismängud. Palliharjutused erinevate pallidega- ja mängud. Palli söötmine, põrgatamine ning mängud. Söödu ja püüdmisharjutused
- Võimlemine. Tasakaaluharjutused. Ronimised ja ripped. Rütmiharjutused
- Suusatamine. Tasakaaluharjutused suuskadel. Vahelduvtõukeline kahesammuline sõiduviis. Paaristõukeline sammuta sõiduviis
- Kergejõustik. Hõppeharjutused ja mängud. Pallivise paigalt. Viskeharjutused ja mängud.

Õpitulemused. Trimestri lõpul õpilane:

- Oskab alustada jooksu ja läbib distantse võimete kohase tempoga.
- Oskab visata ja püüda palli
- Mängib liikumismänge.
- Suusatab
-

Hindamise kirjeldus:

Õpilaste teadmiste ja oskuste omandamine. Õpilase areng ja tehtud töö tulemuse saavutamine. Õpilase püüdlikkus ja tunniväline kehaline aktiivsus. Arvestuslik hindamine.

Kokkuvõtva hinde kujunemine:

Arvestuslik hindamine.

Ettevõtliku õppe rakendamine õppetöös:

Õpilased on kaasatud õppe- ja kasvatusprotsessi kujundamisse
Suusamatk, kevadine kergejõustiku võistlus.

Tundides kasutatakse erinevaid aktiivõppe meetodeid

Aktiivõppe meetodite rakendamine: vestlused, arutelud, Individuaalõpe, paaris- ja rühmatööd.

Toimib erinevate õppeainete lõimumine ning aine on seostatud praktilise eluga

Eesti keel ja kirjandus: kuulamise ja eneseväljendusoskuse arendamine. Muusika ja kunst: rütmi, muusika ja liikumise seostamine, ilu märkamine ja hoidmine. Inimeseõpetus: tervislikuks eluviisiks vajalike teadmiste, oskuste ja hoiakute kujundamine; tervislik toitumine, probleemide nägemine ja lahendamine, spordieetika nõuete järgimine (aus mäng). Matemaatika: harjutuste sooritus ja korduste arv; mõõtmine erinevatel spordialadel, arvutamine, võrdlemine, geomeetrilised kujundid. Loodusained: käitumine looduses sportides, kehalise kasvatuses kaudu kinnistuvad teadmised. Tehnoloogia: teadus- ja tehnika saavutuste kasutamine, spordivarustuse ja vahendite areng ning nende mõju spordialade arengule.

Rakendatakse õppimist toetavat hindamist (enesehindamine, kaaslase hindamine, õpilase arengu hindamine, tagasisideandamine).

Õppimist toetav hindamine sisaldab kehalises kasvatuses info kogumist, mida võrdleme õppe eesmärkidega. Võimetekohane eesmärgistamine- vastavalt õpilase võimetele. Soorituste analüüs õpilase enda poolt. Motiveeriv tagasiside.

Muud nõuded ja märkused:

Vabastatud õpilane viibib reeglina tunni juures ja järgib õpetaja poolt antud ülesandeid.