

PRAKTILISE TUNNI RAAM

Liikumisõpetuse õppeprotsessis ja kaasaegse tunni ülesehitamisel tuleks järgida õpetamismetoodikaid, mis toetavad ennastjuhtiva, teadliku ja motiveeritud õpilase arengut ja õppimist.

„Liikumisõpetuse eesmärk on noore kujunemine, kel on liikumise suhtes positiivne hoiak ja oskused iseseisvalt liikumisharrastusega tegeleda ning kes mõistab vastutust oma tervise hoidmisel.“

- TUNNI EESMÄRK: millised oskused/teadmised ainekavast on tunnis käsitletavat ja õpilastele teadvustatud?
- PERIOODI, AASTA, AASTATE EESMÄRGID – tundide omavaheline sidusus ja hea planeerimisoskus (et õpilased jõuaks kooliastme lõpuks ainekava õpitulemusteni).
- MOTIVATSIOON: mõelda mis motiveerib õpilasi (sh ka õpetajaid) tunnis – kus õppimine toimub?
- GRUPPIDE MOODUSTAMINE ERINEVATE VARIANTIDEGA.
- HARJUTUSTE VARIATIIVSUS: eriraskusega harjutused (iga õpilase arengu ja huvi toetamiseks).
- ENESEANALÜÜS: õpilased analüüsivad ise enda tunni tegevust, arengut ja õppeülesandeid.
- ÕPETAJA TOETAV HOIAK: õpilaskeskne õpetamine (rohkem individuaalset lähenemist, motiveeritud õpetamist, tagasisidestamist ja hindamist).
- VABASTUSEGA ÕPILANE – õpilane teeb kaasa vastavalt tervislikule seisundile
- TUNNI LÕPETAV OSA: erinevad variandid (hingamisharjutused, lõõgastusmängud, tunni analüüs, õpilase eneseanalüüs, diskussioon, koostööharjutused/mängud jne)
- ENNASTJUHTIVA ÕPILASE KUJUNEMISE TOETAMINE: valikuvõimaluste tekitamine teema raames
- RÕÕM LIIKUMISEST MUDEL ☺ – loovus, koostöö, võistlus, soolo: tund mitmekesine ja sisaldab kõiki 4 komponenti tunnis, et toetada erinevate motivatsioonidega õpilasi.
- EDASIVIIV TAGASISIDE: positiivne ja julgustav kogemus läbi aastate (personaalne lähenemine)
- EFEKTIIVNE ÕPPIMINE: Kuidas luua õpiülesandeid nii, et õpilased ise jõuavad lahenduseni?
Teadlikult fokuseeritud küsimuste küsimine õpilastelt – PROBLEEMÕPE, et jõuda ise lahenduseni.



LIIKUMISÕPETUS on õppeaine, mis toetab

kvaliteetse liikumishariduse kaudu terve ja liikuva inimese kujunemist.

MITMEKÜLGSED OSKUSED JA LIIKUMISRÕÕM KOGU ELUKS ☺