

Kehalise kasvatuse ainevaldkonna korraldus Suvemäe kooliosas

Liikumistunnid on Suvemäel korraldatud mitmel viisil. 1.-4. klassile on tunniplaanis ettenähtud nii eelnevalt sisustamata aega kui ka liikumise tunde. Liikumistundide sisustamiseks kaasatakse õpilased, fookus on erinevatel liikumismängudel ja õiglase mängu põhimõtete kinnistamisel. Tunnivaba aega on võimalik organiseerida õppekäigud ja tegevused lähedal asuvatesse parkidesse ning mere äärde. 1.-4. klassi ainetundidesse on lõimitud aktiivsed liikumispausid (memme vigurid VEPA elemendid).

5.-9. klassi liikumisõpetus on korraldatud huvipõhiselt ja toimub peamiselt iseseisvalt. Õpilased peavad õppeaasta jooksul korrapäraselt liikumispäevikut, kuhu kantakse sisse nii regulaarsed koolivälised sportlikud (trennid) ja aktiivsed tegevused (nt jalutuskäigud perega). Liikumispäevikus on olulisel kohal ka analüüs, kuidas füüsiline aktiivsus mõjutab õpilase õpivõimekust, keskendumist ja mõjub unerütmile. Koolis korraldatakse loenguid ja töötube, kus õpilastele tutvustatakse seoseid füüsilise ja vaimse tervise vahel.

1. Üldpädevuste kujundamine

Sotsiaalne-, kodaniku ning suhtluspädevus - Kooli igapäevane suhtlus kõikide liikmetega on ülesehitatud vastastikusel austusel ja lugupidamisel. Õpilaste ja õpetajate arvamusel on võrdne kaal (võimaluse piires). Õpilastel, vanusest olenemata, on võimalus ise olla juhendaja rollis ja õpetada mõnda spordiala või liikumismängu nii teistele õpilastele kui kooli töötajatele.

Enemääratluspädevus - Liikumistundides julgustatakse ja suunatakse õpilasi valima erinevaid liikuvaid tegevusi vastavalt oma eelistustele. Liikumistundide eesmärgiks on õpilastele selgitada füüsilise aktiivsuse ja vaimse heaolu seost. Sporti ja spordialasid tutvustatakse õpilastele kui osa kultuurist.

Õpi- ja digipädevused - Õpilased peavad liikumispäevikut, kuhu nad märgivad oma aktiivsed liikumised ja treeningud ning analüüsivad oma enesetunnet ja arengut. Liikumistegevusi oma päevaplaani organiseerides areneb õpilastes ajaplaneerimis- ja eesmärgiseadmise oskus ning refleksioon tehtule.

Matemaatika-, loodusteaduste ja tehnoloogiaalne pädevus - Liikumistundides kasutatakse soovi korral pulsikellasid ning tulemusi analüüsitakse ja seostatakse üldise tervisliku vormi, pingutuse ja üleüldise heaoluga.

Ettevõtlikkuspädevus - Õpilased on kaasatud sportlike ja aktiivsete tegevuste kavandamisse, nt spordipäev ja -nädal, liikumispauside sisud ja tavapäraseid tundeid. Õpilasi julgustatakse oma trenni ja/või kirge tutvustama ja õpetama klassikaaslastele (nt erinevad tantsustiilid).