

*Alus: Valitsuse 6. jaanuari 2011. a määrus nr 1
 „Põhikooli riiklik õppekava“
 (Vabariigi Valitsuse 23.02.2023 määruse nr 18 sõnastuses)*

Liikumismängud

Valdkond	Kehaline Kasvatus
Valikaine nimetus	Liikumismängud
Eeldusaine	-
Lõimumine	<p>Liikumismängude õppeainet lõimitakse peamiselt kehalise kasvatusega, kus arendades seeläbi erinevaid liikumisoskuseid. Samuti lõimitakse õppeainet järgnevate õppeainetega:</p> <ul style="list-style-type: none"> • matemaatika – liikumismängudes rakendatakse erinevaid matemaatilisi oskusi näiteks võistkondade loomisel, gruppidesse jagamisel ja punktide lugemisel. Samuti kaasatakse õpilasi mängude planeerimises, kus nad saavad arvutada liikumisvahemaid, punkte jms. • eesti keel – liikumismängude käigus kinnistatakse keeleoskust, näiteks sõnavara ja väljendite kasutamist. Õpilased saavad arendada suhtlemisoskust, kirjeldades mängu reegleid, arutledes meeskonna strateegiate üle ja väljendades enda emotsioone mängu käigus. • muusika – muusikat kasutatakse liikumismängude taustana, et aidata õpilastel arendada rütmitaju ja liikumise sujuvust. Näiteks mängudes, mis nõuavad liikumist muusika taktis, õpivad lapsed liikumist ja koordineerimist vastavalt muusika tempole ja dünaamikale. • arvutiõpetus – liikumismängude otsimine erinevatelt internetilehekülgedelt; • võõrkeeled – liikumismängud võivad hõlmata ka rahvusvahelisi mängu, tutvustades teiste maade kultuure ja traditsioone; liikumismängude otsimine võõrkeelsetest materjalidest; • loodusõpetus – liikumismänge saab lõimida loodusõpetusega, kuna tunnid toimuvad erinevates keskkonnatingimustes.
Õppe kavandamine ja korraldamine	<p>Liikumismängude tund toimub 1 kord nädalas, 45 minutit. Õpetaja valib iga tunni jaoks sobiva asukoha, arvestades planeeritud tegevusi, ilmastikutingimusi ja ohutust. Tundide toimukoht on vastavalt õpetaja antud korraldustele Kadrina Keskkooli õuealal, Kadrina Spordikeskuses, Kadrina valla terviseradadel või madalseiklusrajal.</p> <p>Tunnis mängitakse erinevaid liikumismänge õpetaja juhendamisel kui ka õpilaste enda väljamõeldud ja läbiviidud mängu.</p> <p>Kõik mängud ja tegevused on valitud nii, et need oleksid jõukohased kõigile õpilastele, olenemata nende füüsilisest võimekusest või kogemusest. Õpetaja tagab, et õpilased tunneksid end turvaliselt ja osalevad aktiivselt.</p>

Valikaine õppe- ja kasvatuseesmärgid	Valikainega taotletakse, et õpilane... <ul style="list-style-type: none"> • omandab motivatsiooni, huvi ja teadmised iseseisvaks liikumisharrastuseks; • arendab mitmekülgset oma kehalisi võimeid ja liigutusoskusi; • omandab hügieeniharjumused ja teadmised tervislikust eluviisist; • arendab tahtemadusi, kujundab eetilisi ja esteetilisi tõekspidamisi; • omandab mängude kaudu praktilisi sotsialiseerumise oskusi, sh koostööoskust; • õpib strateegilist mõtlemist ja koostööd läbi meeskonnamängude; • õpib mängima erinevaid liikumismänge.
Õpitulemused	<ul style="list-style-type: none"> • Õpilane oskab mängida ja juhtida erinevaid liikumismänge. • Õpilane suudab ise luua liikumismängude variatsioone ja reegleid kohandada. • Õpilane mõistab liikumise tähtsust tervise ja heaolu seisukohalt. • õpilane oskab rakendada mängude planeerimise ja läbiviimise oskusi. • Õpilane mõtleb välja ühe liikumismängu, teeb sellest kirjaliku kirjelduse, oskab seda teistele õpetada – ühise liikumismängude kogumiku loomine.
Valikaine sisu	Liikumismängude tunni eesmärgiks on edendada õpilaste kehalist aktiivsust ja arendada sotsiaalseid oskusi, pakkudes neile võimalust kogeda rõõmu liikumisest ja meeskonnatööst. Tunnis keskendutakse erinevate uute kui ka vanemate liikumismängude mängimisele, kus õpilased saavad arendada näiteks kiirust, vastupidavust kui ka koordinatsiooni. Lisaks julgustatakse õpilasi loovalt mõtlema ja ise mängu looma. Liikumismängude kaudu õpivad õpilased suhtlemist, koostööoskust ja üksteisega arvestamist. Liikumismängud on lõbusad ja kaasahaaravad, et kõik lapsed saaksid võtta tunnist osa ja tunda rõõmu füüsilisest aktiivsusest.
Õppekeskkond	Liikumismängude tunnid toimuvad Kadrina Keskkooli siseruumides (maneež ja spordisaal) ning õuealal (staadion, palliplats). Samuti Kadrina Spordikeskuses (ujula, maadlusaal, pallimängudesaal).
Hindamine	Hindamine on arvestuslik. Arvestuse saamiseks on nõutav õppetööst osavõtt vähemalt 75%. Hinnatakse õpilase pühendumust, kaasatõotamist ja loovust.
Õppematerjalid Kirjandus	<ul style="list-style-type: none"> • https://liikumismangud.ee/ • Isop, E. (1986). Mängude suur raamat. Tallinna Pedagoogikaülikool.