



Randvere Kooli ainekava	Ainevaldkond: kehaline kasvatus	Õppeaine: kehaline kasvatus
Kooliaste:III kooliaste	Klass: 8.-9.klass	Tundide arv: 2/2
Õppeaine kirjeldus:		
Õpetuse eesmärgid Kehalise kasvatus eesmärkide ning õpitulemuste puhul lähtutakse põhikooli riiklikus õppekavas sätestatud kehalise kasvatus õppeaine eesmärkidest, võttes arvesse lihtsustatud õppel olevate õpilaste arenguvajadusi ja õppetöö rõhuasetusi. Kehalise kasvatus õppe- ja kasvatusesmärgidena taotleb kool, et õpilane: • mõistab kehalise aktiivsuse tähtsust oma tervisele ja töövõimele; • soovib olla terve • valdab põhiteadmisi ja -oskusi, et harrastada liikumist sise- ja välitingimustes; • liigub/spordib ohutus- ja hügieeninõudeid järgides, teab, kuidas käituda ohuolukordades; • tunneb sportimisest rõõmu ning on valmis uusi liikumisoskusi õppima; • austab sportides oma kaaslast ja keskkonda ning järgib reegleid/võistlusmäärusi; • omandab ainekavasse kuuluvate spordialade tehnikat; • tunneb huvi Eestis toimuvate spordi-, liikumis- ja tantsuürituste vastu; • väärtustab eesti tantsupidude traditsiooni. • rütmika ja liikumise õppe- ja kasvatusesmärgidena taotleb kool, et õpilane: • tunneb rõõmu liikumisest ja tantsust ja huvitub tantsust kui kunstiliigist; • teab ja hoiab rahvuskultuuri traditsioone, osaleb selle edasikandmises; • tunnetab ja arendab tantsulise liikumise kaudu oma enesekontrolli ja eneseväljendamise võimeid; • arendab läbi ühistegevuste sotsiaalseid võimeid, sealhulgas suhtlemise oskusi; • omandab teadmisi ja praktilisi kogemusi keha arengu seaduspärasustest ja liikumisviiside mitmekesisusest; • mõtleb ja tegutseb loovalt ning väljendab end loominguliselt tantsu ja liikumisega seotud tegevuste kaudu.		



- Õppe planeerimisel ja õppeprotsessis arvestatakse õppijate erivajadustega, sh individuaalsete kehaliste ja vaimsete võimetega. Õpetaja arvestab õppetööd läbiviies õpilaste tegelike huvide ja arenguvajadustega ning et õpe oleks jõukohane ja õpilase liikumispuuet arvestav. Kasutatakse diferentseeritud õpiülesandeid, mille sisu ja raskusaste võimaldavad õpilastel sobiva pingutustasemega õppida. Õppija, sõltumata tema kehalisest võimekusest, on õppeprotsessis aktiivne osaleja. Tervisest tingitud erivajadustega õpilaste hindamisel võetakse aluseks lapsele jõukohastatud ja individuaalsete harjutuste sooritamine ja osavõtt tundidest.

Õppetöö rõhuasetused 8.–9. klassis

- Kinnistatakse teadmisi tervislikest eluviisidest, püütakse tekitada huvi ja motivatsiooni edaspidiseks iseseisvaks treeninguks.
- Kujundatakse hoiak järgida ausa mängu põhimõtteid ja spordieetika nõudeid. Tutvustatakse erinevaid spordialasid, Eesti olümpiavõitjaid, tuntumaid sportlasi.

Õpitulemused	Õppesisu:
• jookseb ühtlases tempos enda võimetele vastava distantsti. • jookseb tulemustele 100 m, 300 m ja 100 m, 800 m; • suusatab 2 km ja 3 km. • teab ohutus- ja hügieeninõudeid sportimisel; • teab mõndasi Eesti sportlasi, nende saavutusi; • teab tähtsamaid spordisündmusi (Eesti MV, MM, OM jms); • oskab planeerida, läbi viia ja analüüsida õpetaja poolt antud ülesandeid;	

Muudetud direktori käskkirjaga nr 1-3/5 12.09.2016; 1-3/12 31.08.2020; 1-3/5 05.05.2022;
1-3/14 30.08.2024



- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none">• hinnata adekvaatselt oma kehalisi võimeid;• mängida võrk- ja korvpalli lihtsustatud reeglitega. | |
|--|--|