



KI L14 Aktiivtöö: LIIKUMISVIISIDE KUJUTAMINE PILDIL

Soovituslik aeg: 45 minutit.

Ainetunnid ja teemad:

- **Inimeseõpetus:** tervislik eluviis – liikumine ja sport.
- **Kehaline kasvatus:** liikumise ja sportimise tähtsus inimese tervisele.

Lõimingu võimalused: kunstiõpetus, kehaline kasvatus (vabastatud õpilastele).

Eeldatavad õpitulemused:

- Õpilane tunneb eri liikumisviise ja teab, miks liikumine on tervisele hea.
- Õpilane teab, et on palju võimalusi olla kehaliselt aktiivne.
- Õpilane valib kolm talle meeldivat liikumisviisi, mida ta harrastab vähemalt ühe nädala jooksul.

Vajalikud abivahendid: pliiatsid/viltpliiatsid/guaššvärvid, paber.



Infoks: liikumiseks sobivaid võimalusi on palju ning õpetaja saab aidata suunata õpilasi leidmaks neile meeldivaid viise. Positiivse suhtumise kujundamine kehalise tegevuse osas ja valikuvõimaluste üle arutlemine loob eeldused laste kehaliselt aktiivse eluviisi kujunemisele.

Töökäik:

0–15 minutit

- Näidake õpilastele mõnda pilti liikumise eri viisidest. Küsige õpilaste käest, kuidas on võimalik aru saada, et inimene on liikumises. Kirjutage olulised märksõnad tahvlile.
- Tehke lühike ülevaade liikumise tähtsusest tervisele ning tutvustage spordialade ja liikumisvaldkondade mitmekülgust. Paluge õpilastel nimetada eri liikumisviise (ujumine, kõndimine jne).
- Püüdke kokku lugeda, mitut erinevat liikumisviisi õpilane keskmiselt ühe päeva jooksul harrastab.
- Jagage õpilased kahte rühma (nt poisid ja tüdrukud) – üks rühm on publik ning teised sooritavad harjutust.
- Paluge esimesel rühmal püsti tõusta ning igal õpilasel kohapeal võtta mingit liikumisviisi imiteeriv kuju (skulptuur) või võimalusel imiteerida liikumist. Teine rühm vaatab ning püüab mõistatada, milliste alade sportlased klassiruumis on. Seejärel vahetatakse rollid.

15–45 minutit

- Jagage vajalikud joonistamisvahendid ning andke ülesandeks kujutada paberile inimene liikumises (jooksmas, kõndimas, ujumas vms).
- Harjutust võib teha ka paarides: üks õpilane võtab sisse liikumisasendi (kujutab kõndimist, ujumist vms) ning paariline püüab mõistatada, millega on tegu, seejärel joonistab ta kaaslaste näidatud liikumise paberile. Hiljem rollid vahetuvad.
- Valminud töödest pange klassi seinale näitus. Näitusel osalevad kõik tehtud pildid.
- Laske igal õpilasel valida näituselt 3 lemmikliikumisviisi ning püüda järgneva nädala jooksul neid liikumisviise harrastada. Nädala pärast küsige õpilastelt tagasisidet.



Idee: võimalusel paluge õpilastel kaasa võtta fotosid eri liikumisviisidest ja liikumismängudest. Ülesanne: vaata pilte ning mõtle, millest saad aru, et oled liikumises.



Idee: näitust võib kutsuda vaatama kehalise kasvatusõpetaja, kes mõistatab, milliseid liikumisviise kooli kehalise kasvatus tundides saab harrastada.