

KI L9 Aktiivtöö: KEHALINE TEGEVUS KLASSIRUUMIS

Soovituslik aeg: 5–10 minutit.

Ainetunnid ja teemad:

- **Loodusõpetus:** inimene – välisehitus. Mõisted: keha, kehaosad.

Lõimingu võimalused: kõik teised ainetunnid.

Eeldatavad õpitulemused:

- Õpilane teab eri kehaosi.

Vajalikud vahendid: puuduvad.



Infoks: näites toodud kehalised harjutused on mõeldud õpilaste ergutamiseks ja nende keskendumisvõime parandamiseks klassiruumis.

Töökäik:

- Õpetaja juhendamisel sooritatakse näites toodud liikumisi.

NÄIDE

Harjutuse nimi	Keha väristamine
Lähteasend	Õpilased seisavad oma laudade taga.
Lähte liikumine	Paigal sörkjooks.
Tegevuse selgitus	Õpetaja igal märguandel hakkavad õpilased lisama väristades eri kehaosi.
Tegevuse käik	Pärast õpetaja iga märguannet hakkavad õpilased väristama oma: <ul style="list-style-type: none"> - sõrmi; - sõrmi ja randmeid; - sõrmi, randmeid ja käsivarsi; - sõrmi, randmeid, käsivarsi ja õlgu; - sõrmi, randmeid, käsivarsi, õlgu ja keha; - sõrmi, randmeid, käsivarsi, õlgu, keha ja puusi; - sõrmi, randmeid, käsivarsi, õlgu, keha, puusi ja põlvi; - sõrmi, randmeid, käsivarsi, õlgu, keha, puusi, põlvi ja pead.
Varieerimine	Harjutuse sooritamine alt üles (varbad-põlved jne). Harjutuse sooritamine ilma sõrgita.