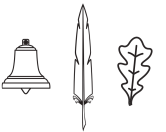


Pallimängud

Sihtrühm	Klassideta kursus 10.-12. klass
Valikaine lühikirjeldus	Tegu on gümnaasiumile mõeldud huviringiga, mida saab regulaarsel osalemisel arvestada gümnaasiumi õpingute osana. Õpilane teeb valiku ja ta osaleb ühe pallimänguala huviringis vastavalt kooli huviringide plaanile või kannab üle regulaarse treeningul osalemise väljaspool kooli.
Eesmärgid	Valikaine, mille eesmärkideks on arendada liikumisõpetuse ainevaldkonna pädevusi järmistes teemakategooriates: liikumisoskused, tervis ja kehalised võimed, kehaline aktiivsus, liikumine ja kultuur, vaimne ja kehaline tasakaal.
Õppesisu	Kursuse jooksul tegeletakse korvpalliga/võrkpalliga (vm) ja üldfüüsilise treeninguga. Korvpallis omandatakse baasoskuseid (põrgatamine, viskamine, söötmine) ja samuti kaitsemängu põhimõtteid. Võrkpallis omandatakse baasoskused (palli vastuvõtt, alt- ja ülaltsöödud, ründelöögid, sulustamine jne). Lisaks pallimängule tehakse ka üldfüüsilist treeningut välitingimustes ja saalis. Treeningud on mõeldud kiiruse arendamiseks ja samuti võimekuse parandamiseks.



Õpiväljundid	<p>Õpilane:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Tunneb liikumisest rõõmu ja on kehaliselt aktiivne, soovib olla terve ning kehaliselt vormis.2. Mõistab regulaarse kehalise aktiivsuse mõju ja rakendab seda oma tervise tugevdamiseks.3. Arendab oma liikumisoskusi ning on valmis õppima uusi spordi- ja liikumisalasisid.4. Õpilane sooritab treeningul õpitud sportmängude tehnikaelemente.5. Mõistab ja järgib ausa mängu põhimõtteid spordis.6. On omandanud korvpalli/võrkpalli baasoskused ja teab mängureegleid.7. Teab erinevaid üldfüüsilise treeningu võimalusi ja kuidas neid rakendada.8. Panustab meeskonda osaledes võistlustel või sõpruskohtumistel9. Oskab toime tulla võistluspingega, väärtustab meeskonnatööd ning oskab leppida ebaeduga.
Õppetöö korraldus	<p>Õppeaine maht on vähemalt 35 tundi osalemist pallimängu treeningutel (korvpall, võrkpall, jalgpall vm)</p>
Hindamine	<p>Hindamine on mitteeristav (arvestatud/ mittearvestatud).</p> <p>“AR” (arvestatud) tulemuse saanud õppija on omandanud õppekavas kirjeldatud õpitulemused piisaval tasemel.</p> <p>“MA” (mittearvestatud) tulemuse saanud õppija ei ole omandanud õppekavas kirjeldatud õpitulemusi või ei ole tema õpitulemuste omandatusele võimalik anda tagasisidet.</p> <p>Arvestuse saamiseks tuleb osaleda 90% treeningutest/praktikumidest.</p> <p>Kursuse tulemus kajastub gümnaasiumi kokkuvõtva hindena lõputunnistusel.</p> <p>Tagasiside kriteeriumid:</p>



	<ul style="list-style-type: none">- Igas tunnis aktiivne osalemine.- Kui on puudunud enam kui 50% mistahes põhjusel loetakse kursus mitteamvestatuks (puudub kursusetöö tegemise võimalus).- Individuaalne areng (õpetaja annab endapoolse tagasiside õpilasele ja õpilane annab enda hinnangu, palju ta kursuse jooksul arenes, tagasiside toimub kirjalikult).- Põhiliigutusvilumuste ja spordialade tehnikaelementide omandamine.
Õppematerjalid	Vahendid hangib ning füüsilise keskkonna loob juhendaja koostöös kooli juhtkonnaga.
Lisainfo	Kui õpilane osaleb mõne pallimängu treeningutes väljaspool kooli, on võimalik kursus üle kanda spordiklubi treeneri poolse iseloomustuse ning kinnituskirjaga, mis annab hinnangu õpilase osalusele, arengule ning võistlustel osalemise kohta. Kursuse ülekandmise soovist tuleb märku anda iga klassi I poolaastal ning vastavad dokumendid esitada enne õppeaasta lõppu õppejuhile.