



HARIDUS- JA
TEADUSMINISTEERIUM

LIIKUMISÕPETUS

Hasso Paap

HTM üldhariduse peaekspert
Palamuse, 04.06.25





HARIDUS- JA
TEADUSMINISTEERIUM

Kehalise kasvatuse uuendamise alguseks võib lugeda aastat 2015, kui vajadus selleks toodi välja Spordipoliitika põhialustes aastani 2030

Aastatel 2017 – 2022 toimus ainekava välja töötamine, tagasisidestamine erinevate huvigruppide poolt, ainekavade seminaride korraldamine ja uuendustest teavitamine, koolituste korraldamine jne.

23.02.2023 võttis Vabariigi valitsus uuendatud ainekavad vastu

2024/2025 õppeaastaks peavad kooli ainekavad olema uuendatud vastavalt kaasajastatud ainekavadele.

2023 – 2027 tugimaterjalide koostamine ja koolitused



Kehaline kasvatus

- Ette kirjutatud spordialade õpetamine
- Tulemus-ja soorituskeskne
- Õpitav on suunatud kogu grupile
- Tunnustus sportlikel õpilastel
- Tähelepanu välisel motivatsioonil
- Suletud ühiskonnas toimuvatele muutustele
- Ei toeta elustiilialade õpetamist
- Üldpädevused tagaplaanil



Liikumisõpetus

- Tervislikuks ja liikuvaks eluks vajalikud oskused, teadmised ja motivatsioon
- Arengukeskne, rõhuasetus iga õpilase õppimisel ja õppeprotsessil
- Tervislik individuaalne liikumine, eneseanalüüs
- Lähtub põhimõttest, et kõik õpilased on võimelised omandama eluks vajalikke liikumisalaseid oskusi
- Sisemise motivatsiooni toetamine
- Avatud ühiskonnas toimuvatele muutustele
- Avatud elustiilialadele
- Oluline rõhuasetus üldpädevustel



Kehaline kasvatus/liikumisõpetus on õppeaine, kus õpilased omandavad praktilisi liikumisoskusi väga erinevate liikumistegevuste kaudu. See tähendab, et nii õpetaja kui ka õpilane viibivad tunnis pidevalt muutuvas keskkonnas.

Selleks, et õppimine saaks toimuda turvalises, õppimist toetatavas, individuaalsust ja erivajadusi arvestavas õpikeskkonnas nii, et õpetaja suudab tagada õpilasele selleks parima, on oluline, et õpe toimuks grupis, mille suurus põhikoolis on 12-14 õpilast. Grupid võivad olla moodustatud erinevatel alustel arvestades erinevaid õppetegevusi, keskkondi, huvisid jne.



Gruppide suurus liikumisõpetuses on otseselt seotud:

- Vigastuste ennetamisega.
- Kõikide õpilaste aktiivse kaasamisega tegevustesse.
- Õpilaste reaalse tegevusaja suurenemisega organiseerimisaja arvelt, mis kaasneb liiga suure grupi puhul.
- Vahendite ja liikumiseks vajamineva ruumi olemasoluga õpilase kohta.
- Suurenenud võimalused reaalseks harjutamiseks ja õppimiseks.
- Suurenenud võimalused individuaalseks õpetamiseks, erivajaduste märkamiseks ja tagasiside andmiseks.
- Tingimustega riietusruumis ja pesemisvõimalustega.



Lisaks on oluline, et õpetaja töotaks tema tervist hoidvas keskkonnas. Liigse grupi suurusega kaasneb ka liigne müra. Õppimist ja õpetamist toetava õppekeskkonna loomisel soovitame alustada kooli tunniplaani loomist liikumisõpetuse tundide planeerimisest. See on seotud nii riietumisega riietusruumides, pesemisvõimalustega, mõistliku arvu õpilastega võimalas ja vahendite olemasoluga.

