|  |
| --- |
| **Kehaline kasvatus I klass****Õpitulemused I klassi lõpuks** |
| **Võimlemine** õpilane* teab õpitud akrobaatiliste elementide ja kasutatavate võimlemisvahendite nimetusi;
* mõistab rivikäsklusi, täidab neid vastavalt korraldustele;
* järgib ohutusnõudeid võimlemisel;
* kasutab heaperemehelikult võimlas olevat inventari;
* sooritab kõnni- ja hüplemisharjutusi üksikult ja kombinatsioonides;
* hüppab hüpitsa tiirutamisega ette;
* sooritab akrobaatika- ja tasakaaluharjutusi.
 |
| **Jooks, hüpped, visked** õpilane* mõistab õpitud oskussõnu;
* teab, kuidas riietuda saali- ja õuetundideks;
* järgib ohutusnõudeid saalis ja staadionil;
* kasutab heaperemehelikult spordiinventari;
* sooritab pendelteatejooksu teatevahetust;
* sooritab püstistardi koos stardikäsklustega, annab kaaslastele stardikäskluse;
* viskab palli paigalt;
* sooritab hoojooksult kaugushüppe.
 |
| **Liikumismängud** õpilane* teab liikumis- ja sportmängudele omaseid oskussõnu;
* täidab hügieeni- ja ohutusnõudeid;
* kasutab heaperemehelikult liikumis- ja sportmängudes kasutatavat inventari;
* oskab osaleda rahvastepalli mängus ja mängida liikumismänge;
* oskab sooritad õpitud sportmängude elemente;
* teab ja täidab rahvastepall reegleid.
 |
| **Suusatamine** õpilane* oskab suusatamist kui liikumisviisi;
* oskab teriietuda vastavalt ilmastikule;
* oskab pakkida ja kanda suuski;
* oskab ohutult ületada sõiduteed;
* järgib ohutusnõudeid suusarajal;
* oskab sõitu alustada ja lõpetada.
 |
| **Tantsuline liikumine** õpilane* tunneb seltskonnatantse (nt *„Me lähme rukist lõikama"*);
* järgib ohutut liikumist rühmategevuses ja õpitud seltskonnatantsudes;
* osaleb õpitud seltskonnamängudes ja -tantsudes.
 |

**Hindamine**

Ainekavas on kirjeldatud õppeaine õpitulemused kahel tasandil: üldised õpitulemused õpetamise eesmärkidena ja spordialade õpitulemused. Hinnatakse õpilaste teadmisi ja oskusi, aktiivsust ja tunnis kaasatöötamist, tegevuse/harjutuse omandamiseks tehtud pingutust ning püüdlikkust kirjalikeja/või praktiliste tööde ning tegevuste puhul, arvestades õpilaste iseärasusi. Hindamisel lähtutakse vastavatest põhikooli riikliku õppekava üldosa sätetest.

Koolis kasutatakse õpilase teadmiste ja oskuste hindamisel kirjeldavaid sõnalisi hinnanguid. Õpitulemuste kontrollimise vormid on mitmekesised ja vastavuses oodatavate õpitulemustega.

Tervisest tingitud erivajadustega õpilasi hinnates arvestatakse nende osavõttu kehalise kasvatuse tundidest. Hinnatakse õpilaste teadmisi spordist, liikumisest ja kehaliste harjutuste tegemisest. Praktilisi oskusi hinnates lähtutakse õpilaste terviseseisundist: õpilased sooritavad hindeharjutusena kontrollharjutuste lihtsustatud variante või raviarsti määratud harjutusi. Juhul kui õpilaste terviseseisund ei võimalda kehalise kasvatuse ainekava täita, koostatakse neile individuaalne õppekava, milles fikseeritakse kehalise kasvatuse õppe-eesmärk, õppesisu, õpitulemused ning nende hindamise vormid.

Hoiakutele (nt huvi tundmine, tähtsuse mõistmine, väärtustamine, vajaduste arvestamine, kokkulepitud reeglite järgimine) antakse hinnanguid.

1. klassis hinnatakse õpilaste tegevust tundides (aktiivsus, kaasatöötamine, püüdlikkus, reeglite, hügieeni- ja ohutusnõuete järgimine jm). Õpitulemustena esitatud liigutusoskusi hinnates arvestatakse nii saavutatud taset kui ka tööd, mida õpilased tegid tegevuse/harjutuse omandamiseks.

I poolaasta hindamise alused:

1. Joondumine viirus, tervitamine, pöörded hüppega paremale ja vasakule.

 Koha leidmine viirus

2. Kaugushüpet hooga.

3. Käsklust „Valmis, start!” täitmine.

4. Kiires tempos 30 m läbimine.

5. Üldarendavaid võimlemisharjutusi vahenditega ja vahenditega saatelugemise ja muusika saatel.

6. Ronimine varbseinal, kaldpingil, üle takistuste ja takistuste alt.

 Veereid kägaras ja sirutatult ning juurdeviivad harjutused turiseisuks ja tireliks.

II poolaasta hindamise alused:

1.Suusatamine:

Kukkumine ja tõusmine paigal ning liikudes, tasakaaluharjutused suuskadel.

Lehvikpööre e. astepööre eest.

Astesamm, libisamm. Trepptõus

Laskumine laugelt nõlvalt põhiasendis.

2. Hoota kaugushüpe.

3. Õpitud rivi-ja korraharjutused.

4. Pallivise paigalt.

5. Kaugushüpe otsehoolt.

6. Maastikujooks

7. Rahvastepall