|  |
| --- |
| **Kehaline kasvatus III klass**  **Õpitulemused III klassi lõpuks** |
| **Võimlemine**  õpilane   * oskab liikuda, kasutades rivisammu (P) ja võimlejasammu (T); * sooritab põhivõimlemise harjutuste kombinatsiooni (16 takti) muusika või saatelugemise saatel; * sooritab tireli ette, turiseisu ja kaldpinnalt tireli taha; * hüpleb hüpitsat tiirutades ette 30 sekundi jooksul järjest. |
| **Jooks, hüpped, visked**  õpilane   * jookseb kiirjooksu püstistardist stardikäsklustega; * läbib joostes võimetekohase tempoga 1 km distantsi; * sooritab õige teatevahetuse teatevõistlustes ja pendelteatejooksus; * sooritab palliviske paigalt ja kahesammulise hooga; * sooritab hoojooksult kaugushüppe paku tabamiseta. |
| **Liikumismängud**  õpilane   * sooritab harjutusi erinevaid palle põrgatades, vedades, söötes, visates ja püüdes ning mängib nendega liikumismänge; * mängib rahvastepalli reeglite järgi, on kaasmängijatega sõbralik ning austab kohtuniku otsust. |
| **Suusatamine**  õpilane   * suusatab paaristõukelise sammuta sõiduviisiga ja vahelduvtõukelise kahesammulise sõiduviisiga; * laskub mäest põhiasendis; * läbib järjest suusatades 2 km distantsi. |
| **Tantsuline liikumine**  õpilane   * mängib/tantsib õpitud eesti laulumänge ja tantse; * liigub vastavalt muusikale, rütmile, helile.   **Ujumine**  õpilane:   * oskab ujuda, sealhulgas vees sukelduda, vee pinnal hõljuda, rinnuli ja selili asendis kokku 200 meetrit edasi liikuda; * hindab adekvaatselt oma võimeid vees ja rakendab eakohaseid veeohutusalaseid oskusi. |
|  |

**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.

3. 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 hindamine:

1. Joostes võimetekohase tempoga 1 km distantsi läbimine.
2. Pallivise paigalt ja kahesammulise hooga.
3. Kaugushüppe paku tabamiseta.
4. Põhivõimlemise harjutuste kombinatsiooni sooritamine (16 takti) muusika või saatelugemise saatel.
5. Tirel ette, turiseisu ja kaldpinnalt tireli taha.
6. Hüplemine hüpitsat tiirutades ette 30 sekundi jooksul järjest.

II poolaasta hindamine:

1. Suusatab paaristõukelise sammuta sõiduviisiga ja vahelduvtõukelise kahesammulise sõiduviisiga.
2. Laskub mäest põhiasendis.
3. Läbib järjest suusatades 2 km distantsi.
4. Hoota kaugushüpe.
5. Pallivise hoota ja kahesammulise hooga.
6. Rahvastepall reeglitega.
7. 60 m jooks.