Kuusalu Keskkooli valikkursuse ainekava gümnaasiumile

Kursuse nimi:	Pallimängud
Ainevaldkond:	Kehaline kasvatus
Kursuse maht:	3 kursust
Eeldusained (kui on): Kehaline kasvatus	
Kursuse eesmärgid:	
1. Tutvustada võimalikult palju erinevaid pallimänge ja oskusi 2. Mängib sportmänge reeglite järgi 3. Arendada õpilaste kehalisi võimeid (kiirus, jõud, vastupidavus, koordinatsioon, tasakaal) 4. Õpetada erinevate pallimängude terminoloogiat ja tehnilisi elemente 5. Anda õpilastele teadmised kehalise aktiivsuse vajalikkusest ja kujundada nende positiivset suhtumist tervislikku eluviisi 6. Suunata õpilasi olema igapäevaselt kehaliselt aktiivne	
Õppeaine lühikirjeldus:	
Erinevate pallimängude puhul õpitakse erinevaid vahendikäsitluse oskusi. Õpilane saab aru, milliseid kehalisi võimeid tal konkreetse mängu mängimiseks vaja arendada on ja milliseid oskusi edukaks mängimiseks õppida ning harjutada tuleb. Lisaks saadakse meeskonnatöö kogemus ja reeglitega arvestamise oskus.	
Lõimumine:	
Kehaline aktiivsus - Bioloogia: kursus "Inimene ja keskkond" - füüsilise aktiivsuse mõju inimese talitlusele, sealhulgas südame-veresoonkonna süsteemile ja lihaste funktsioonile.	
Kursuse õpitulemused:	
1. Õpilane omandab erinevate pallimängude tehnilised elemendid 2. Õpilane oskab võrrelda ja analüüsida enda eelnevat füüsilist taset ja tulemusi 3. Õpilane oskab parandada kaasõpilast ja anda nõu elemendi paremaks sooritamiseks 4. Õpilane jälgib sportlikus tegevuses ohutusnõudeid ja oskab abistada sagedamini juhtuvate sporditraumade korral 5. Õpilased korraldavad kursuse lõpus ühe koolisisese pallimängu turniiri.	
Kursuse hindamisviis:	
Iga viie tunni järel saab õpilane osaluse ja aktiivsuse hinde, tuginedes kehalise kasvatuse tunni kodukorrale. Pallimängude osaoskused ja reeglite järgi mängimine.	
Õppematerjalid, kirjandus (soovituslik kirjandus):	
Ainealased raamatud ja artiklid Internetis saadaval olevad EOK pallimängude määrused	