

**”Õpime ujuma 2” koolitusprogramm**  
**Ujumise algõpetuse juhendajatele/õpetajatele/treeneritele**  
2022.aastal

**9.45 kogunemine**

**10.00-12.30 klassis**

- Ülevaade kooliujumisest Eesti koolides (2018. rakendunud õppekava)
- „Õpime ujuma“ baasil valminud e-õppematerjalid ja e-õppematerjalide kasutamise võimalused (sh. nüüdisaegne õpikäsitus ujumistunnis, erineval oskuste tasemel õpilased)
- Edasiliikumise oskus. Krooli ja selili õpetamise metoodika e-õppematerjale kasutades Harjutusvara selili ja krooli ujuma õppimiseks sh. liigutuste korrigeerimine

**12.30-13.00 lõunasöök**

**13.00 -13.45 klassis**

- Harjutusvara selili ja krooli ujuma õppimiseks sh. liigutuste korrigeerimine.
- Õppegruppide moodustamine ja e-õppematerjale kasutades praktilise tunni ettevalmistus. Praktilise tunni teemade jaotus: veega kohanemine, sukeldumine, hõljumine, libisemine, vees edasiliikumine, mängud vees. Selili ja krooli ujuma õppimine.

**14.00-16.00 basseinis**

- Gruppides ettevalmistatud teemadel ujumistundide läbiviimine

**16.00-16.15 kogunemine klassis, kerge eine**

**16.15-18.00 klassis**

- Basseini tunni tagasiside
- Kokkuvõte ja arutelud
- Tunnistuste jagamine

**OSALEJATEL KAASA VÕTTA:**

- Kirjutusvahend
- Ujumisriided
- Dressid ja T-särk
- Saunalina
- Soovitavalt ujumismüts/prillid jms.
- E-õppevahendite kasutamiseks seade (**tahvelarvuti, arvuti või nutitelefoni**)

E-õppematerjalide eestindamise ja tootmise tellis Haridus- ja Teadusministeerium ning tootmist rahastas Euroopa Sotsiaalfond meetme ”Kaasaegse ja uuendusliku õppevara arendamine ning kasutuselevõtt”.

