

# Ujumise algõpetus

Kirsti Mäesepp  
Ujumise algõpetuse projektijuht

EUL üldkoosolek 7.06.2024



**Kregor Zirk:**  
*Õpi ujuma, see  
võib päästa  
sinu elu!*

Vees on hea!

Sukeldun!

Hõljun!

Ujun selili ja rinnuli asendis

Libisen!

## Ujumisoskus

Hüppan sügavasse vette, ujun 100 m rinnuli asendis, sukeldun, toon käega põhjast eseme, püsin paigal puhates ja asendeid vahetades 3 minutit, ujun seejärel 100 m selili asendis ja väljun veest.

Küsi rohkem infot oma ujulast ..... Vaata ka [www.swimming.ee](http://www.swimming.ee)

# Ujumise algõpetuse komisjon:

Kirsti Mäesepp  
Maria Trei  
Vladimir Kunitsõn  
Maiu Herzmann  
Triin Rääsk  
Liisa Lodi  
Kaja Haljaste  
Julia Kurbat  
Ave-Riin Sepp  
Katrin Arru



# DIPLOM

 Hüppad sügavasse vette, ujud 100 m rinnuli asendis, sukeldud, tood käega põhjast eseme, püsid paigal puhates ja asendeid vahetades 3 minutit, ujud seejärel 100 m selili asendis ja väljud veest.

**OLED VÄGA TUBLII!**



[www.kooliujumine.ee](http://www.kooliujumine.ee)  
[www.ujumiskursus.ee](http://www.ujumiskursus.ee)



ProSwim



TERVE  
ESTI  
ESTI



HAIGUS- JA  
TEADUSKESKUS



KULTUURIMINISTERIUM



# 2023 KOKKUVÕTE

## KOOLITUSED:

“ÕPIME UJUMA” – 4 KOOLITUST, 90 OSALEJAT

“ÕPIME UJUMA 2” – 1 KOOLITUS, 11 OSALEJAT

“PRAKTILINE VEEOHUTUS LASTE UJUMISE ALGÕPETUSE TUNDIDES” – 4 KOOLITUST, 78 OSALEJAT

„EELKOOLIEALISTE LASTE MÄNGULINE UJUMISE ALGÕPETUS“

## ERASMUS+ ÕPIRÄNDED, RAHVUSVAHELISED KOOLITUSED:

“WORLD AQUATIC DEVELOPMENT CONFERENCE”, LUND 2023

“SWIMINDUSTRY AWARDS” SWIM IRELAND, DUBLIN 2023

PELDET DROŠI VEEOHUTUSE KOOLITUS, VALMIERA 2023

EUROPEAN AQUATICS „Learn To Swim Conference“, JURMALA 2023



## UJUMISE ALGÕPETUSE VEEBISEMINARIDE SARI 2022-2023 – KOKKU 8 SEMINARI

**KUIDAS KORRALDADA TURVALIST UJUMIST  
LAAGRIS** – veeohutuse koolitus treeneritele ja  
treeninglaagrite korraldajatele – 3 KOOLITUST,  
80 OSALEJAT

**BEEBIDE JA VÄIKELASTE UJUMISE JUHENDAJA  
KOOLITUS “BABY AND FAMILY SWIM  
INSTRUCTOR COURSE”** - Suomen Uimapetus- ja  
Hengenpelastusliitto (SUH, Soome)

**“PARIMA UJUMISOSKUSEGA KLASS”  
KAMPAANIA**

**EKKL RAHVUSVAHELINE SUVEKURSUS**



# 2024 TEGEVUSED

## KOOLITUSED:

“ÕPIME UJUMA” – 4 KOOLITUST

“PRAKTILINE VEEOHUTUS LASTE UJUMISE  
ALGÕPETUSE TUNDIDES” – 4 KOOLITUST

„EELKOOLIEALISTE LASTE MÄNGULINE UJUMISE  
ALGÕPETUS“

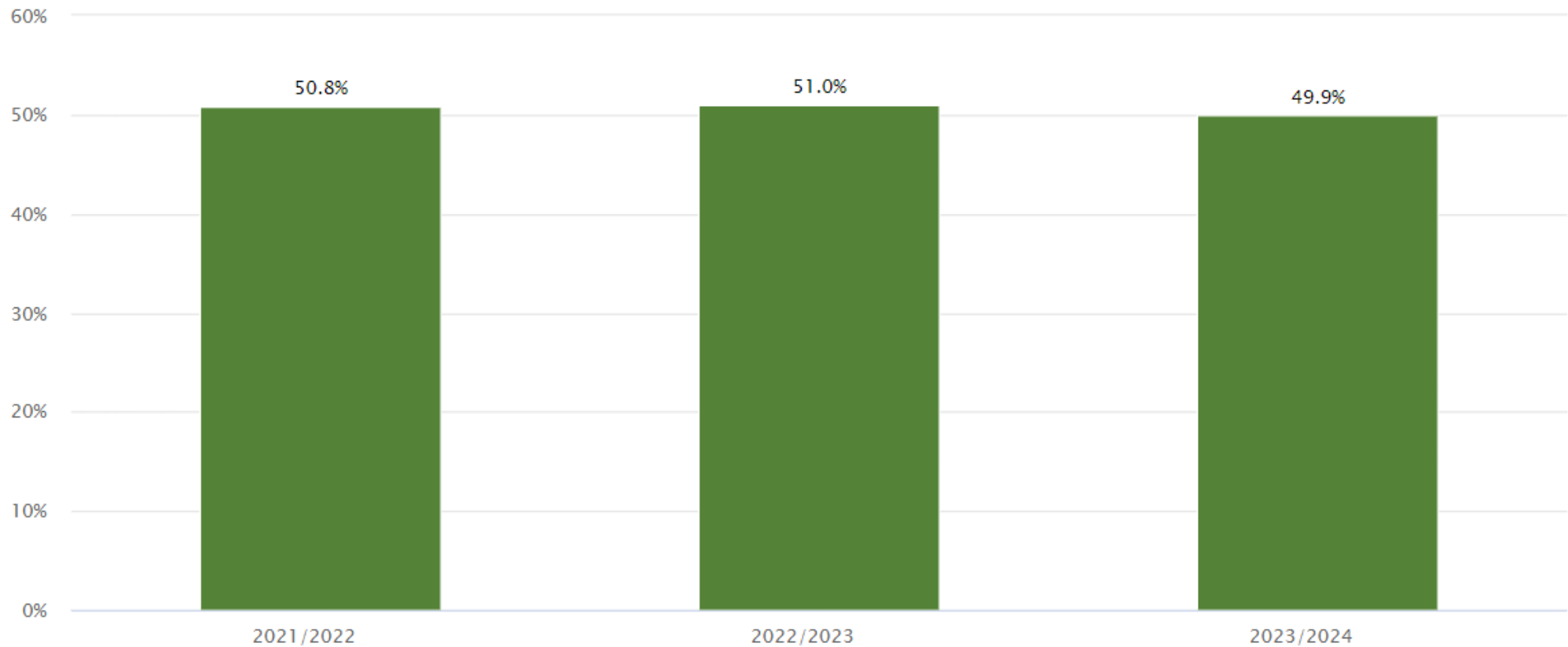
KUIDAS KORRALDADA TURVALIST UJUMIST LAAGRIS  
– veeohutuse koolitus treeneritele ja treeninglaagrite  
korraldajatele

## KAMPAANIAD, MUUD ÜRITUSED:

“PARIMA UJUMISOSKUSEGA KLASS” KAMPAANIA  
VEEOHUTUSE PEREPÄEV HARKU JÄRVEL  
EKKL SUVEKURSUS



# UJUMISE ALGÕPETUSE ANALÜÜS



Ujumisoskuste saavutamise määr viienda klassi õpilaste seas.

[https://swimming.ee/andmebaas/et/algopetuse\\_analyys](https://swimming.ee/andmebaas/et/algopetuse_analyys)



Haridus- ja  
Teadusministeerium

# Täna tähelepanu eest!

