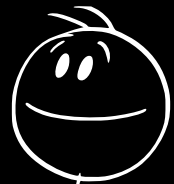




MEIE TEE EDUNI...

Leila Merilo

SUCCESS

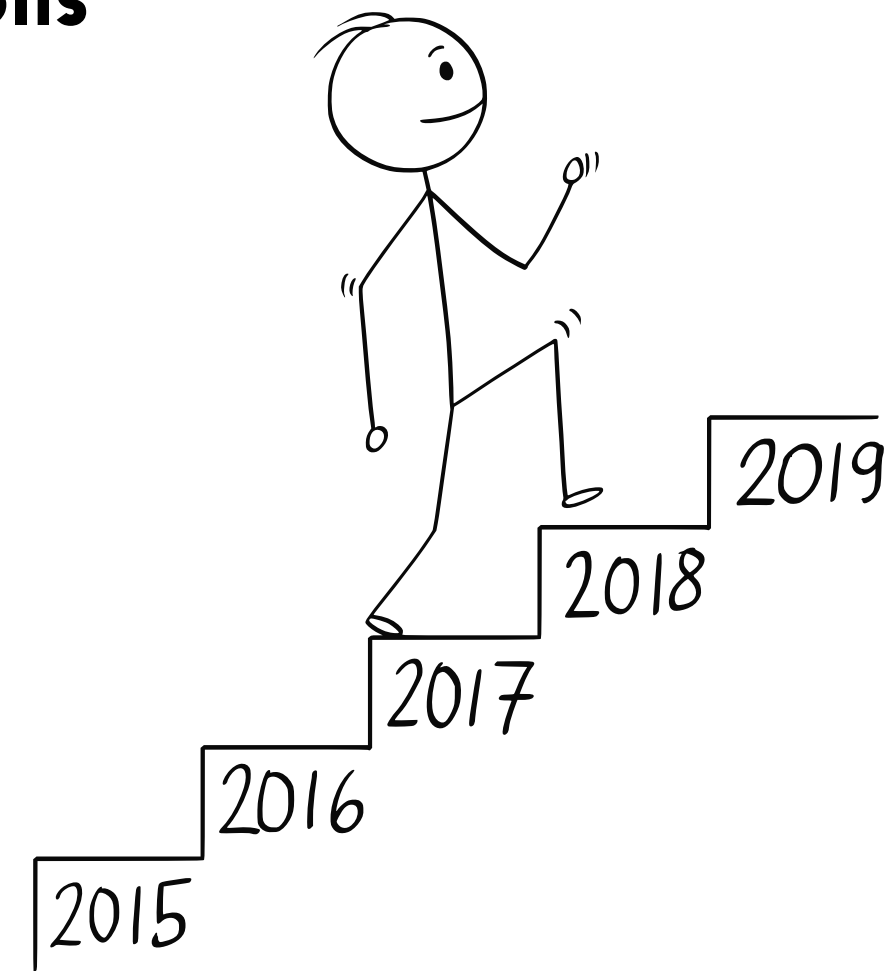
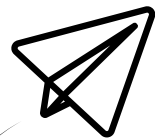
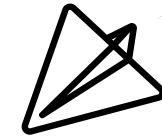


IF
YOU
WANT TO
GET TO THE
TOP,
YOU WILL HAVE TO
TAKE THE STAIRS

MINUST

Leila Merilo

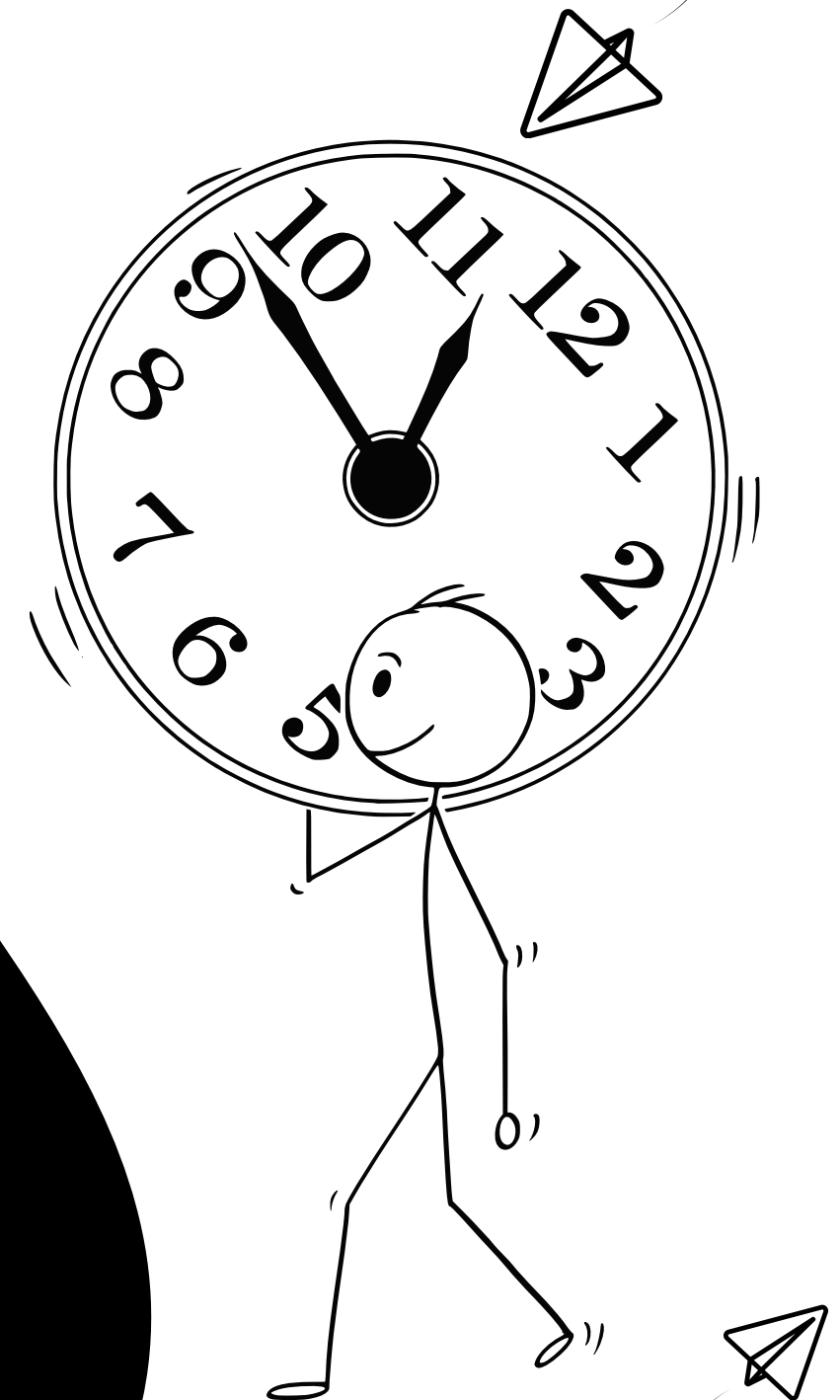
- 3 lapse ema, abikaasa.
- Alustasin tööd kergejõustiku treenerina.
- al 2014 mai Tartu Forseliuse koolis kehalise kasvatuse õpetaja.
- al 2023 august Tõrvandi Koolis liikumisõpetaja.
- al 2023 juuni Maga! Söö! Liigu! taskuhäälingu looja.



- Esimest korda kuulsin tasemerühmadest 2019 a.
- Tartu Variku Koolis jagati õpilased pallimängude oskusrühmadesse.
- Rühmad olid ja jäid aasta algusest lõpuni paika.
- Tüdrukud ja poisid oli tundides koos.
- Pooled õpilased käsitöö ja tehnoloogia tunnis.
- Eeldus: juhtkonna poolne toetust ning tunniplaani tegemine.

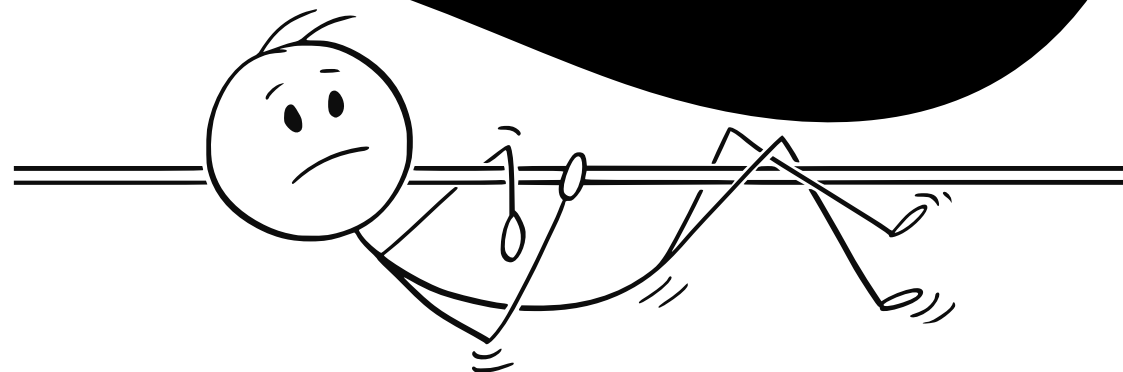
- 2021 õppeaastal katsetasime Tartu Forseliuse Koolis.
- Samal ajal oli tunnis kolm õpetajat ning kolm klassi.
- Õpilased jagasime vastavalt tunni sisule kolme gruppi.
- Õues: soojendus koos. Tunni lõpus pallimängud õpilaste soovil.
- Sisehooajal algas jagunemine – iga pallimängu eel täideti oskuskaart. 5 palli süsteemis hinnati vastava pallimängu viit oskust.

SISSEJUHATUS



MURED:

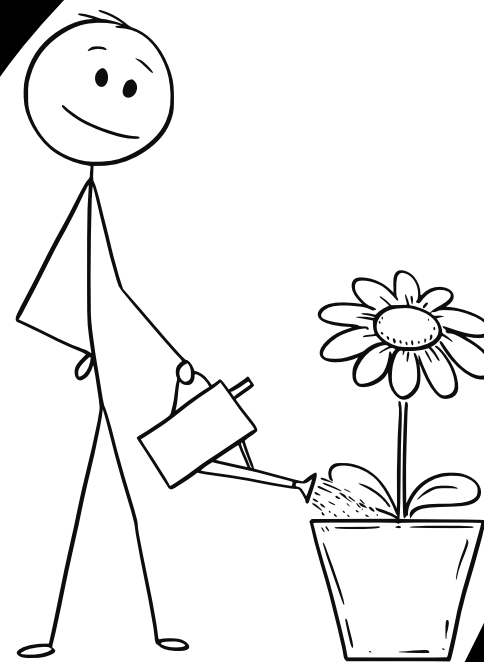
- õpilased ei olnud harjunud paralleelklassidega koos olema;
- sellest tulenevad tülid;
- meie tunnikoormus vähenes – palk langes;
- töötundide arv tõusis (vajab ühist planeerimist ja suurt koostööd);
- kolleegide vahel pinged (kellegi arvamus jäi peale);
- ruumipuudus (eriti garderoobis);
- ajanappus (85 min tuli jagada 3-ga);
- õpilased kasutasid süsteemi ära, ja said tunnist vaikselt ära hiilida;
- Stuudiumi "black" – kõik klassid ühe päeviku all.

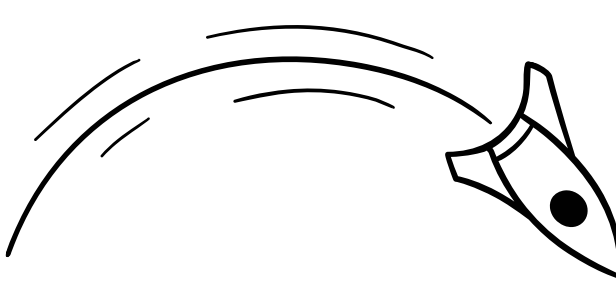
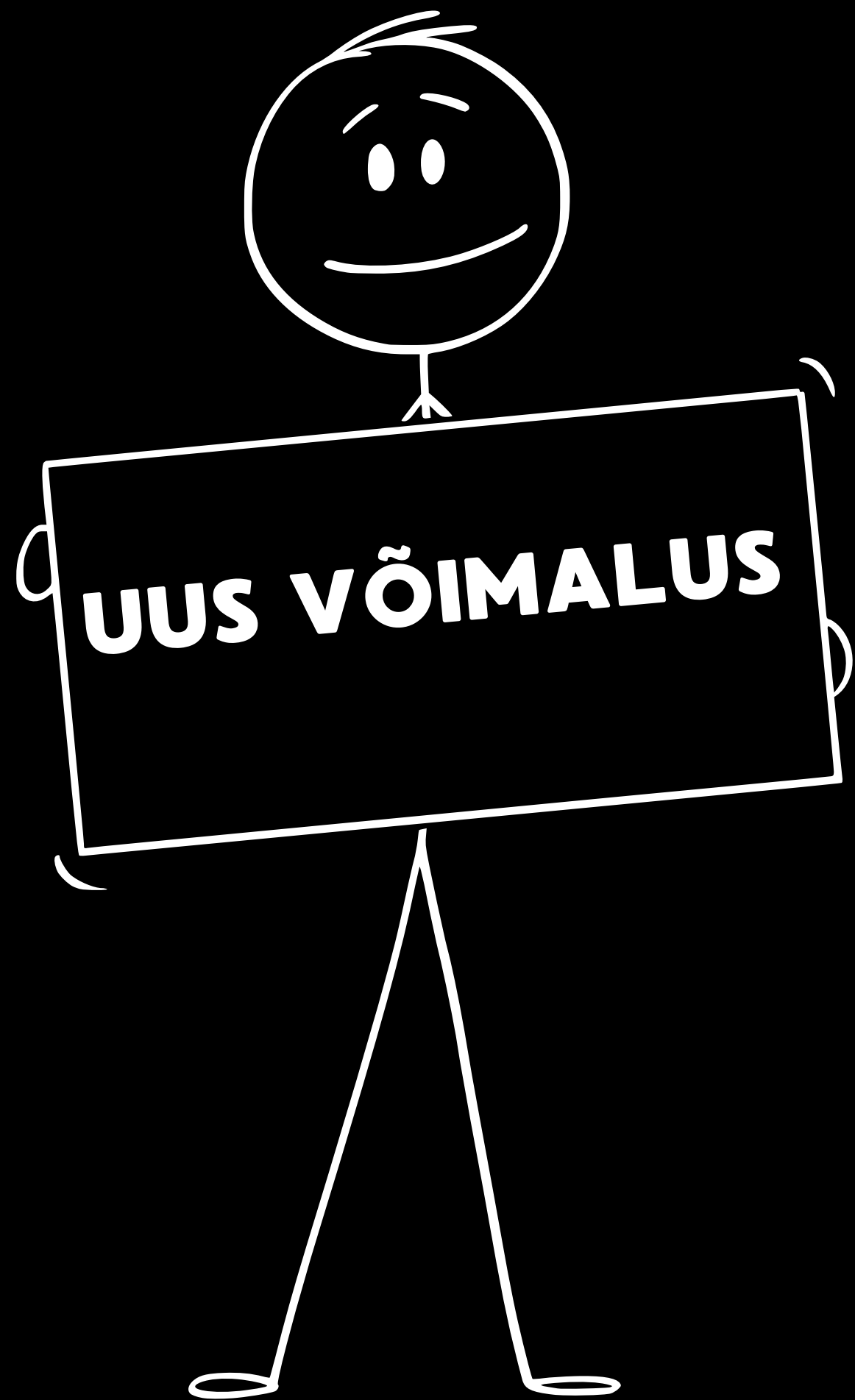


MURED JA RÕÕMUD TARTU FORSELIUSE KOOLIS

RÕÕMUD:

- õpilaste sotsiaalsed oskused arenesid – probleemi lahendamised jms.
- tekkis rohkem sõprussidemeid;
- õpilased said tunnis olla võrdsete oskustega õpilastega;
- õpilaste motivatsioon pallimängudes kaasa teha paranes;
- sellest lähtudes oskused paranesid kõigil rühmadel;
- tunni lõpus valikuvõimalused (õuetundides).

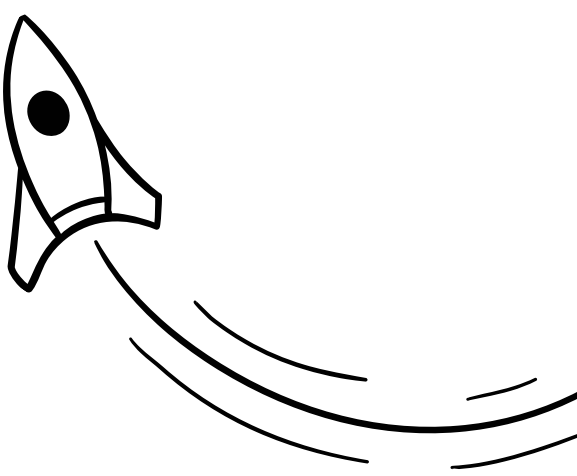




**2023 aastal kandideerisin täiesti uude
kooli tööle.**

**Töövestlusel jagasin oma mõtet teha
oskusrühmad.**

**Tund aega peale töövestlust sain
kõne, et olen oodatud Tõrvandi Kooli
liikumisõpetajaks.**

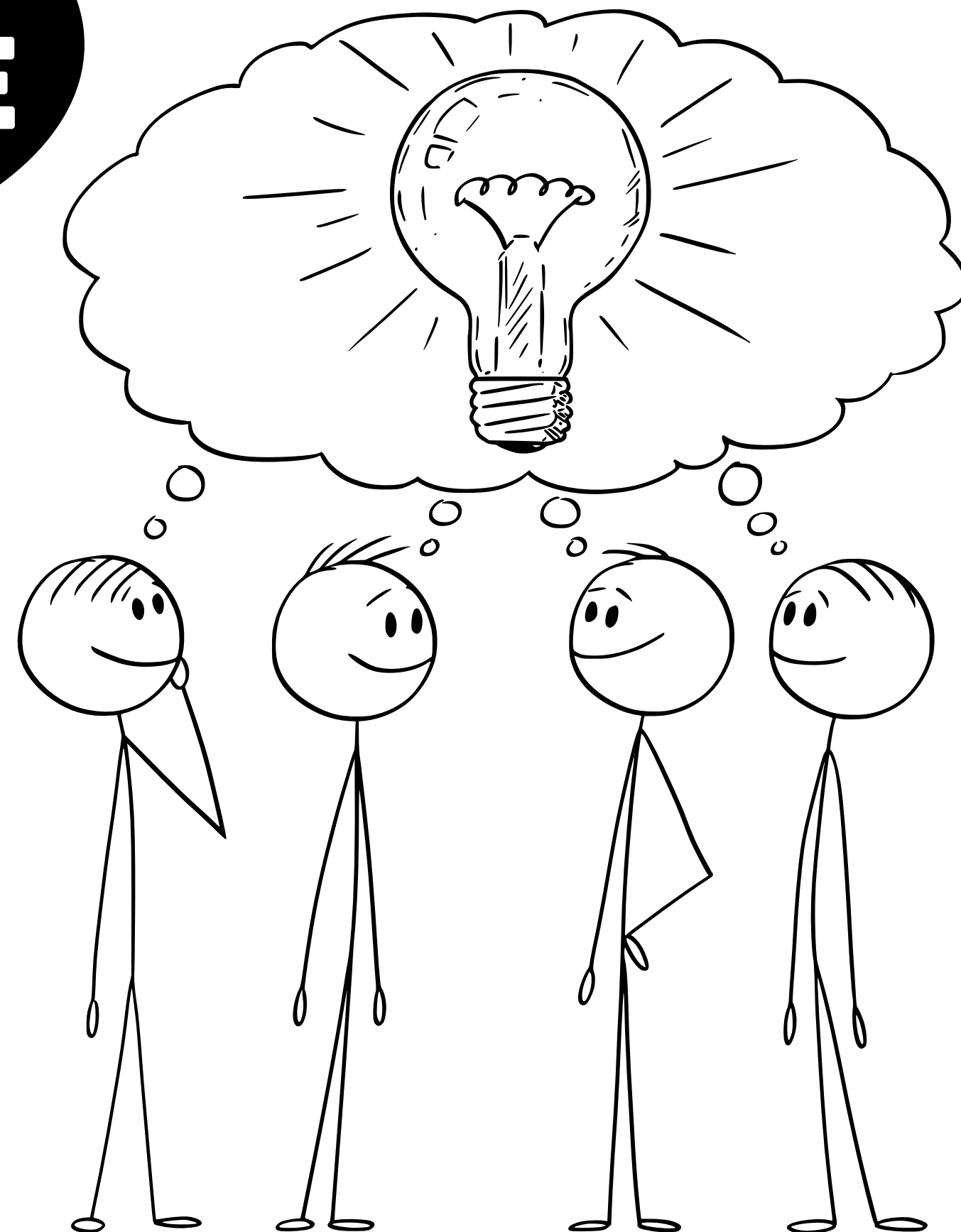


ÜKSI TOIMETAMINE

Esimesel õppeaastal olin täiesti üksi – õpilasi oli ca 125.

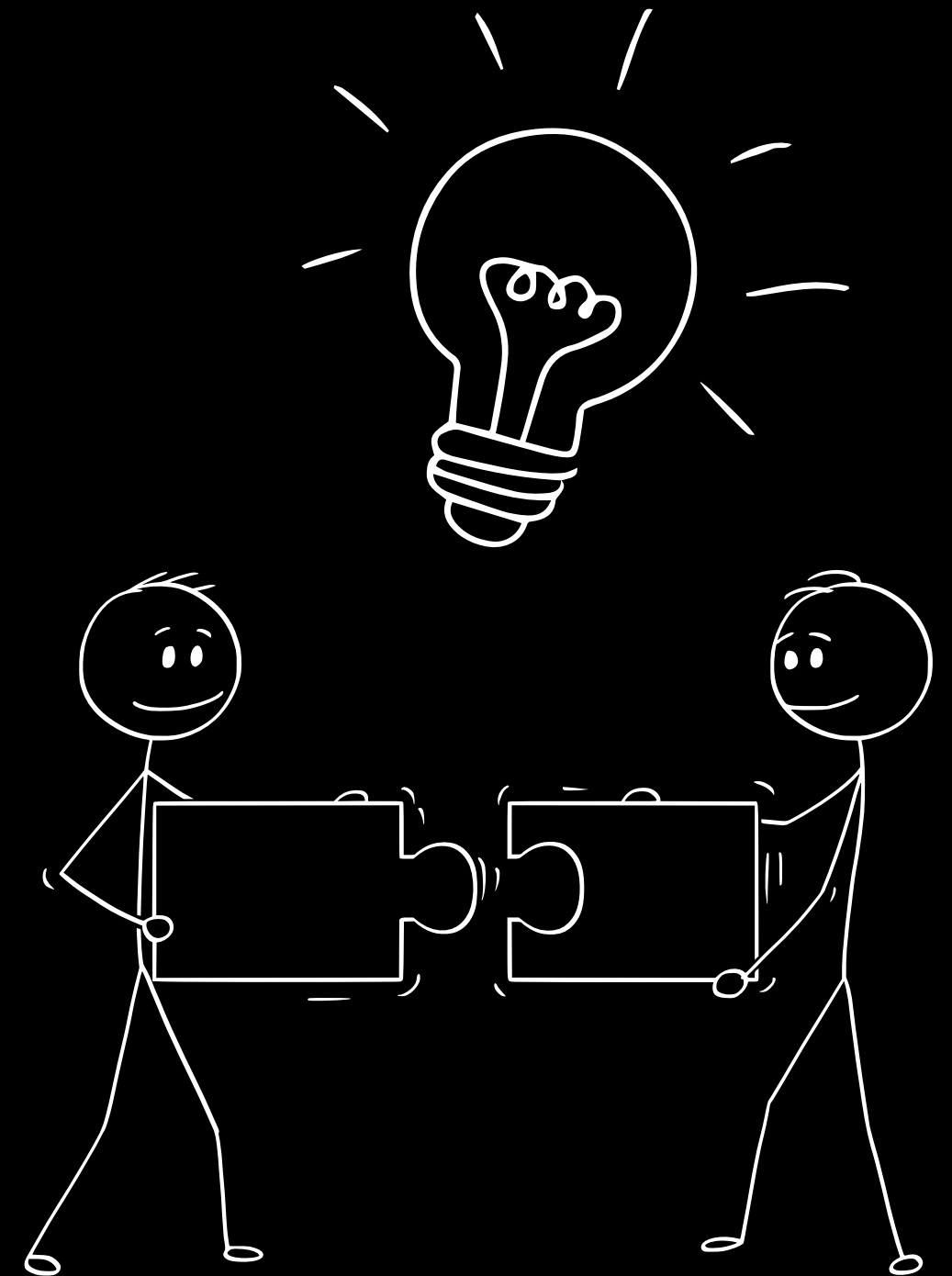
See oli erakordne võimalus ja kogemus luua oma süsteem. Uued õpetajad pidid selle süsteemi omaks võtma.

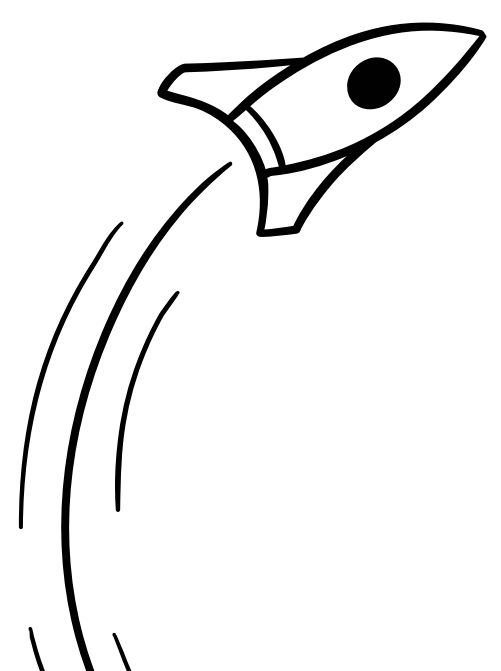
Mind õpetajate värbamisprotsessi ei kaasatud. Ma ei teadnud, kes olid isegi kandidaadid. Oluline oli see, et juhtkond otsis liikumisõpetajaid, kellele meie süsteem sobiks.



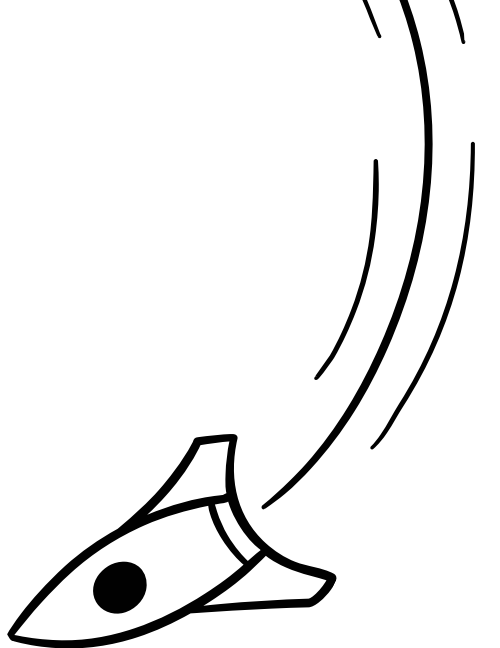
2025/2026

Nüüdseks on meil kolm liikumisõpetat. Järgmisest õppeaastast on meid viis. Oskusrühmade süsteem toimib hästi – titevead on parandatud ning enamus muresid on pöördunud rõõmudeks.

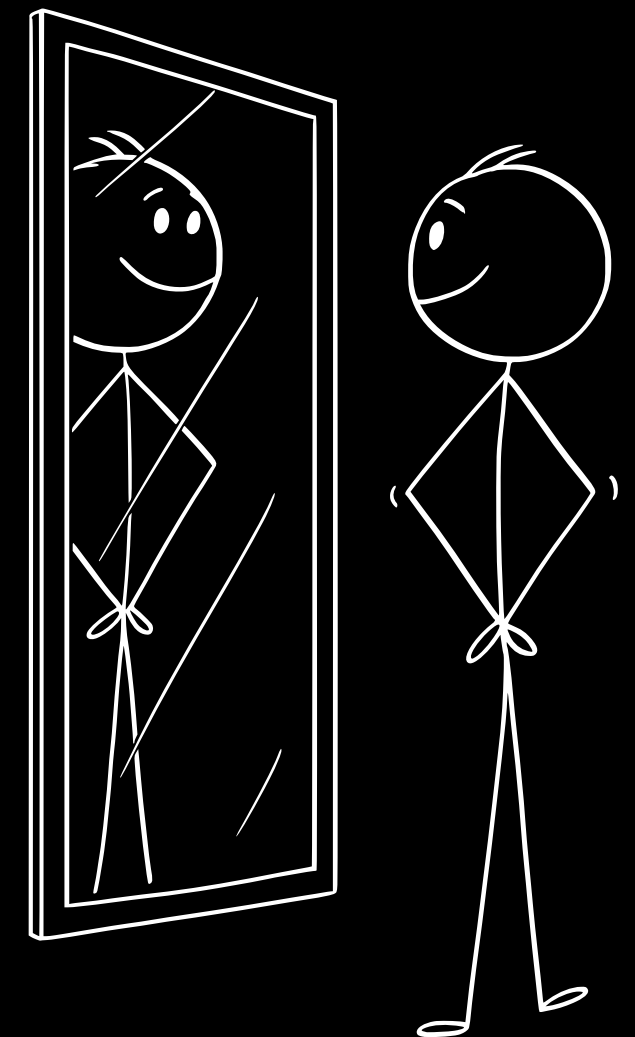




MIS ON MUUTUNUD?



- õpilased on süsteemiga harjutatud juba päris noorena, seega ei ole vastumeelsust paralleelklassiga olla.
- väikeklasse saab süsteemis integreerida rahulikus tempos ja sobival ajal.
- “võistlusgruppide” moodustamine – meie õppeplokid on kooskõlas võistluskalendriga, seega ei ole vaja enam võistlustele minnes teha eraldi ettevalmistust.
- Oleme süsteemi optimeerinud, seega aega on meil nüüd piisavalt – teeme 85 min tunni ajal ühe vahetuse.
- Õpilased ei saa ära põgeneda, sest grupid on samad 4-6 nädalat järjest. Õpetajatel on oskusrühma nimekiri eraldi. Stuudiumis on iga klass eraldi, seega õpilased päevikutes laiali.



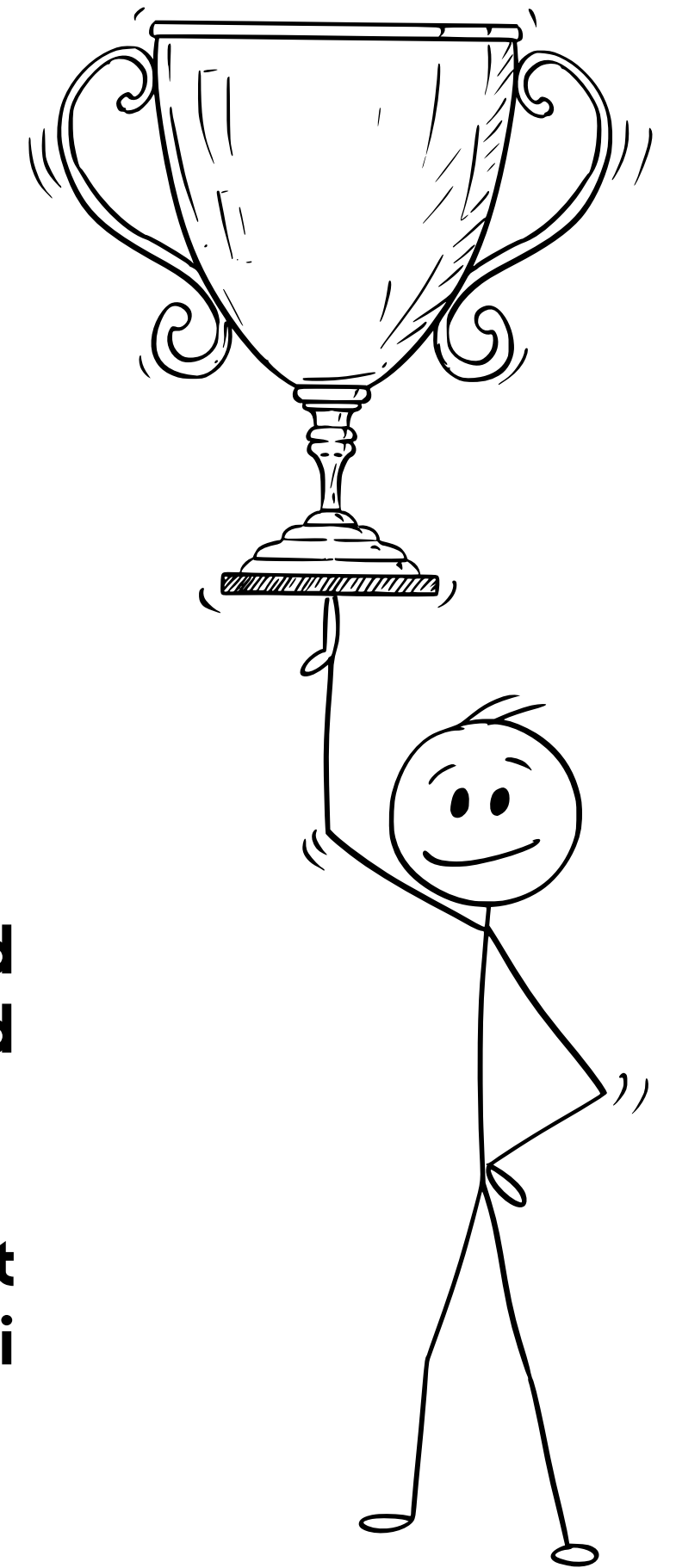
TOETAVAD TEGEVUSED

Sisehooajal on meil 3 suuremat õppeplokki:

1. Kovipall, akrobaatika, toitumine;
2. Võrkpall, jõutreening, treeninguteooria;
3. Tänavareket, kehaliste võimete monitooring, vastupidavuse arendamine.

Ehk siis igas polkis on üks teema, mille ümber oskusrühmad moodustame. Toetavate teemade puhul ei ole algne oskus niivõrd oluline, kuna tegemist on individuaalse alaga või õppeteemaga.

Teoreetilised tunnid on ühelt poolt loodud ruumipuuduse tõttu, teisalt on see hea võimalus ühe tunniga väga palju õppematerjali edasi anda.



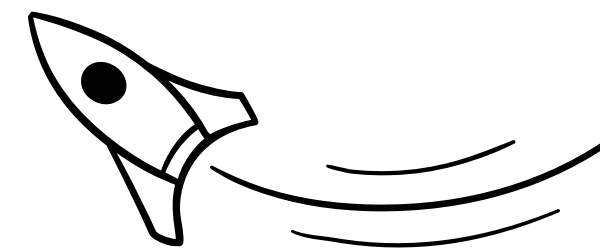


1.-3. klassis on kirjeldav tagasiside. Poolaasta lõpus on meil valitud 3 õpitulemust millele anname hinnangu: silmapaistvalt omandatud, omandatud, osaliselt omandatud või omandamata.

4.-9. klass on samuti jooksev kirjeldav tagasiside pluss on 3 arvestuslikku ülesannet, kodutööd või kontrolltööd, kus hindamine on mitteeristav. Trimestri lõpus on AR/MA.

Õppeaasta alguses teeme terve aasta peale plaani ära, parandame jällegi vead ning vajadusel vahetame mingi spordiala teise vastu.

Meil on väga tugev koostöö – al sellest, et õpetame samu asju ka siis, kui mõnes klassis tasemerühmasid ei ole (1.-2. klass). Asendamine on lihtne, vaatad Stuudiumist järje ja lased edasi.



OSKUSTE ANALÜÜS

Kehaliste võimete analüüs (7.–9. klass)

I. Tulemuste tabel

Test	Minu tulemus sel aastal	Minu tulemus eelmisel aastal	Grupi keskmine	Parim tulemus klassis	Kas minu tulemus + paranes v jäi samaks - langes
4x10m süstikjooks					
20 m kordusjooksude vastupidavus test					
Cooperi test					
Parema käe jõud					
Vasaku käe jõud					
Flamingo (tasakaal)					
Istest ette painutus (koos/parem/vasak)					
Paigalt kaugushüpe					

- Võrkpalli oskuste analüüs II**
1. Millised võrkpallioskus(ed) paranesid selle õppeplokki jooksul kõige rohkem?
 2. Millises tegevuses tundsid, et oled kõige kindlam (nt tõstmine, serv, vastuvõtt, mänguline liikumine)?
 3. Milline tehnika või tegevus oli sinu jaoks kõige keerulisem ja miks?
 4. Mida teeksid järgmine kord teisiti, et oma sooritust parandada?
 5. Milline oli sinu suurim tugevus võrkpalli õppeplokki jooksul? **Too üks konkreetne näide.**

II. Tulemuste analüüs

1. Millise testi tulemusega olen kõige rohkem rahul?

2. Millises testis oleks mul kõige rohkem arenevaruumi?

Võrkpalli oskuste analüüs I

1. Kuidas hindad võrkpallis oma oskusi viie punkti skaalal? Mitu punkti kokku viie oskuse peale said? Nimi ja klass: Kuupäev:

	1-ei oska	2-kesine	3-keskmine	4-hea	5-väga hea
Ülalsööt	Ei tea mis on ülalsööt.	Tean, mis on ülalsööt.	Teoorias tean, kuidas tuleb ülalsööduga palli harjutama.	Oskan ülalsööt, kuid mängu sees pean veel harjuma.	Oskan ülalsööt, kuid mängu sees pean veel harjuma.
Altsööt	Ei tea mis on altsööt.	Tean, mis on altsööt.	Teoorias tean, kuidas tuleb altsööduga palli sööta, kuid peab veel harjutama.	Oskan altsööt, kuid mängu sees pean veel harjuma.	Oskan altsööt, kuid mängu sees pean veel harjuma.
Serv	Ei tea mis on serv.	Tean, mis on serv.	Teoorias tean, kuidas ja millal tuleb servida, kuid peab veel harjutama.	Oskan servida. Enamasti servin alt.	Saan palli söötmisega väga hästi hakkama. Meeldib kaaslastele sööte anda.
Mängureeglite tundmine	Ei tea võrkpallist mitte midagi.	Tunnen ära, kui mängitakse võrkpalli.	Olen mänginud erinevaid lihtsaid mängu võrkpalliga (nt pallide lahing ja pioneeripall).	Olen mänginud võrkpalli lihtsustatud reeglitega.	Olen mänginud võrkpalli lihtsustatud reeglitega.
Mängimine	Ei tea võrkpallist mitte midagi.	Olen mänginud võrkpalli lihtsustatud reeglitega.	Olen mänginud võrkpalli lihtsustatud reeglitega.	Mängin võrkpalli äsna hästi.	Mängin võrkpalli väga hästi, kuna käin (käisin) võrkpalli trennis.

2. Mida ma juba tean/oskan/suudan, et võrkpalli mängima õppida?

-
-
-
-

3. Millised oskused vajavad kõige enam arendamist?

4. Kas võrkpall võiks olla selline mäng, mida suvevaheajal sõpradega rannas mängida? Põhjenda oma vastus!

Analüüsileht on mõeldud selleks, et Sa saaksid mängida võrdsete oskustega mängijatega. Kahe klassi peale moodustame kaks rühma. Kõige tugevamate oskustega võrkpalli mängijad lähevad omavahel kokku jne. Selliselt arenevad Sinu oskused kõige paremini. Igas grupis saame mängida mängu, mis vastavad grupi oskustele ja arengule.

Peale võrkpallimooduli lõppu täidame taas eneseanalüüsi lehe ja vaatame, millised oskused on paranenud.

AITÄH!

