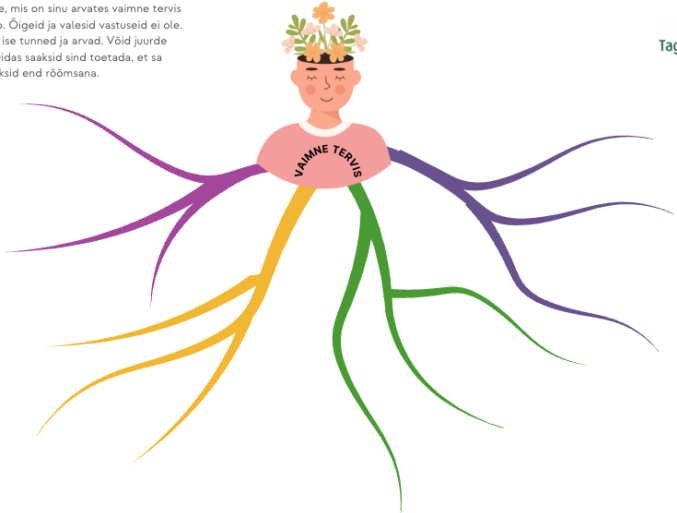


# E-TUND – KOHTUME ÜHISES VIRTUAALSES KLASSIRUUMIS

TUNNIKAVA #359



<b>Tunni teema:</b>	<b>Mis aitab mul rõõmsa ja tervena püsida?</b>						
<b>Külalisõpetaja:</b>	<b>Kadri Haljas</b> , lastepsühholoog ja Triumf Health tegevjuht						
<b>Õpilased:</b>	4.–6. klass						
<b>Tunni õpieesmärk:</b>	Õpilane teab, mis on vaimne tervis ja kuidas enda vaimset tervist praktiliste tegevustega toetada.						
<b>Seos RÕK-iga:</b>	vaimne ja füüsiline tervis ning ohutus, enesemääratluspädevus						
<b>45-minutilise tunni ülesehitus:</b>	<table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <thead> <tr> <th style="width: 33%;">10 min</th> <th style="width: 33%;">17 + 3 min</th> <th style="width: 33%;">20 min</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>ettevalmistus ja hääletus</td> <td>ülekanne + küsimused ja vastused külalisõpetajaga</td> <td>õpilaste iseseisev töö klassis</td> </tr> </tbody> </table>	10 min	17 + 3 min	20 min	ettevalmistus ja hääletus	ülekanne + küsimused ja vastused külalisõpetajaga	õpilaste iseseisev töö klassis
10 min	17 + 3 min	20 min					
ettevalmistus ja hääletus	ülekanne + küsimused ja vastused külalisõpetajaga	õpilaste iseseisev töö klassis					
<b>Tunni ettevalmistus õpetajatele ja õpilastele:</b>	<p><b>Vajalikud vahendid video vaatamiseks:</b> arvuti, internetiühendus, kõlarid, projektor.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Palun avage arvuti, projektor ja e-tunni YouTube'i link.</li> <li>• Logige võimalusel sisse YouTube'i keskkonda, et saaksite anda märku oma klassi liitumisest tunniga ja edastada õpilaste küsimusi.</li> <li>• Kontrollige kõlareid, et heli oleks kosta kogu klassiruumis.</li> <li>• Otseülekande ajal palutakse klassidel sisestada Slido keskkonda sõnu, mis neil seostuvad vaimse tervisega. Neist moodustub sõnapilv, mida külalisesineja tagasisidestab. Selleks on vajalik ühe arvuti või nutiseadme kasutamise võimalus klassi peale. Soovitame selleks õpetaja enda arvutit. Paluge õpilastel öelda sõnu, mis neile vaimse tervisega seostuvad ning sisestage need ise.</li> </ul> <p><b>ETTEVALMISTUS E-TUNNIKS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Printige välja õpilaste tööleht ja jagage need õpilastele.</li> <li>• Pange arvutis või nutiseadmes valmis brauseriaken <b>slido.com</b> ning otseülekande alguses sisestage kood <b>#8296618</b>.</li> <li>• Pärast otseülekannet tehakse ettepanek õpilastele mängida Triumf Hero mängu. Kui teie koolis on see lubatud ning õpilastel on oma nutiseadmed, võite õpilastega mängu alla laadida ning sellega koos tutvuda. Vastasel juhul võivad õpilased mänguga tutvuda kodus, soovituslikult koos lapsevanemaga. Mängu saab alla laadida siit: <a href="http://grco.de/TriumfHero">http://grco.de/TriumfHero</a></li> <li>• Õpetajatel soovitame mänguga varem tutvuda.</li> </ul>						
<b>Tunni teema taust:</b>	Suvepuhkus virvendab ees ning õpilaste vaba aja veetmise viisid on sel ajal erinevad. Mõni neist lõõgastub, mõnda ootab aga hoopis ärevam periood. Kuidas end suvel või mistahes muul aastaajal või eluperioodil vaimselt tugevana hoida ning ärevust maandada ja millised harjumused vaimset tervist ka pikas perspektiivis toetavad? Sellest räägib lastepsühholoog ja Triumf Health tegevjuht Kadri Haljas, kes jagab õpilastele elu pingetega toimetulekuks praktilisi näpunäiteid.						
<b>Häälestus</b> 10 min	<p><b>HÄÄLESTUS</b></p> <p>Moodustage klassis vestlusring ning rääkige järgmistest olulistest teemadest, mis e-tunni sisuga haakuvad.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mida tähendab vaimne tervis minu jaoks?</li> <li>• Kas vaimne tervis on asi mida on võimalik kontrollida/muuta?</li> <li>• Kuidas/kas mina enda heaolu eest hoolitseda saan?</li> </ul>						

	<p><b>ÜLESANNE VIDEO VAATAMISE AJAKS</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Slido keskkonnas sõnapilve moodustamiseks sõnade edastamine õpetajale. Õpetaja sisestab õpilaste öeldud sõnad.</li> <li>2) Paluge õpilastel üles märkida 2 küsimust, mis ülekande vaatamise ajal tekkisid, ning need teile edastada. Õpilaste küsimused edastage YouTube'i vestlusse teie ise. Kui õpilased vaatavad e-tundi üksinda, palun rõhutage neile, et <b>sobimatuid kommentaare ei tohi kirjutada</b>.</li> </ol>
<p><b>Otseülekande vaatamine ja küsimuste esitamine</b> 20 min</p>	<p><b>KÜSIMUSTE ESITAMINE KÜLALISÕPETAJALE</b> Youtube'i vestlusesse ootame koolidelt küsimusi külalisõpetajale vormis: <i>Kaari 12. klass, Kurtna Kool. Kuidas saada presidendiks?</i></p> <p>Õpetaja küsib õpilastelt, valib välja parimad küsimused ja kirjutab need YouTube'i vestlusaknasse. Kui õpilased jälgivad tundi oma seadmest, siis leppige õpilastega enne tundi kokku YouTube'i vestluses osalemise reeglid - küsida tohib ainult viisakaid ja asjakohaseid küsimusi! <b>Reeglite õpetamiseta õpilasi Youtube'i lasta ei tohi, sest õpilased hakkavad tundi segama. Kui vestlus muutub liialt segavaks, suletakse vestlus ja küsimusi esitada ei saa.</b> Palun hoiatage oma õpilasi, et võib juhtuda, et kõigile küsimustele ei jõua otseülekanDES vastata. Mida varem jõuate küsimused saata, seda suurema tõenäosusega jõuame vastata.</p>
<p><b>Õpilaste loengujärgne ülesanne</b> 20 min</p>	<p><b>ARUTELU JA ÕPITU KINNISTAMINE</b> Rääkige gruppides sellest, mis tähendab õpilaste jaoks vaimne tervis ja mis neile sellest e-tunnist meelde jäi, mida uut nad õppisid. Uurige, kas nad näevad, et saaksid neid oskusi ka tulevikus kasutada? Kuidas? Kuidas nende perekonnaliikmed oma tervise eest hoolitsevad, millist eeskuju näitavad?</p> <p><b>Jätkuülesande variant A:</b> Triumf Hero mängu allalaadimine ja mängimine nutiseadmes.</p> <p><b>Jätkuülesande variant B:</b> Töölehel vaimse tervise juurte mõtestamine (asub eraldi PDF-failina).</p> <div data-bbox="448 1294 1390 1825" style="border: 1px solid black; padding: 10px;"> <p>Kirjuta iga juure juurde, mis on sinu arvates vaimne tervis ning mis seda mõjutab. Õigeid ja vähesid vastuseid ei ole. Lähthu sellest, mida ise tunned ja arvad. Võid juurde kirjutada, kes ja kuidas saaksid sind toetada, et sa tunneksid end rõõmsana.</p>  </div>

\* Tunnikava on loodud selleks, et pakkuda õpetajatele välja erinevaid variante õpilaste aktiivseks kaasamiseks tunni teemasse. Tunnikavas on meetodite osas tihti välja pakutud valikuvariante ja õpetaja teeb ise otsuse, millist meetodit kasutada. Tunnikava ei pea tingimata kasutama.