

E-TUND – KOHTUME ÜHISES VIRTUAALSES KLASSIRUUMIS

TUNNIKAVA #365

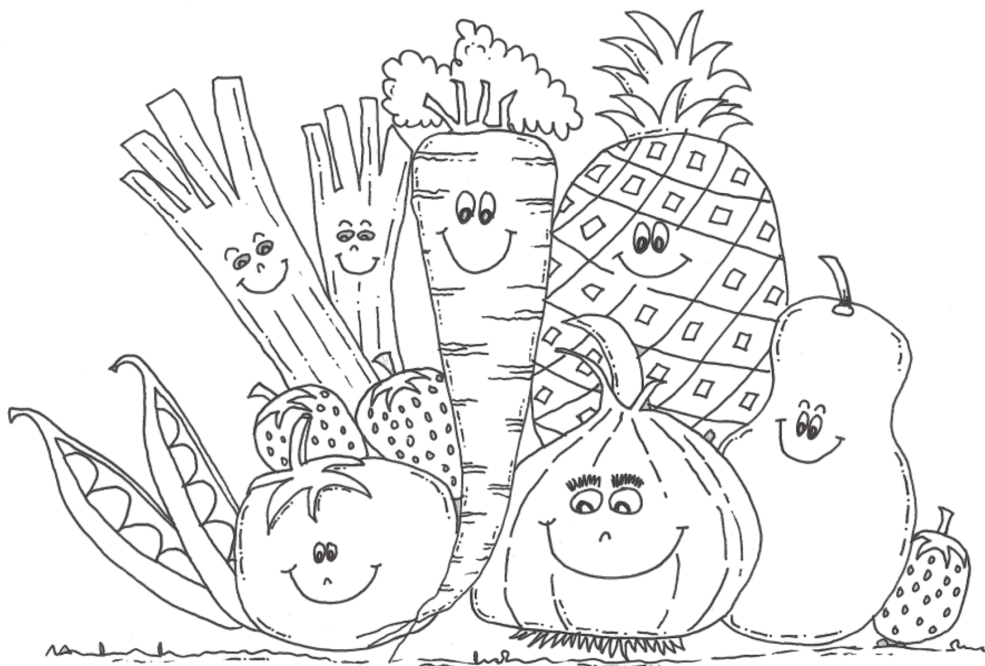
Tunni teema:	Mida ma peaksin sööma, et joosta kiiremini kui teised?						
Külalisõpetaja:	Külli Holsting ja Triin Muiste, toitumisharjutajad						
Õpilased:	1.–3. klass						
Tunni õpieesmärk:	Õpilane teab, kuidas toitumine mõjutab füüsilist aktiivsust ning milline toit on sporditegemise toetamisel abiks.						
Seos RÕK-iga:	vaimne ja füüsiline tervis, enesemääratluspädevus						
45-minutilise tunni ülesehitus:	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 33%;">5 min</th> <th style="width: 33%;">15 + 5 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>	5 min	15 + 5 min	20 min	ettevalmistus ja hääletus	ülekanne + küsimused ja vastused külalisõpetajaga	õpilaste iseseisev töö klassis
5 min	15 + 5 min	20 min					
ettevalmistus ja hääletus	ülekanne + küsimused ja vastused külalisõpetajaga	õpilaste iseseisev töö klassis					
Tunni ettevalmistus õpetajatele ja õpilastele:	<p>Vajalikud vahendid video vaatamiseks: arvuti, internetiühendus, kõlarid, projektor.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Palun avage arvuti, projektor ja e-tunni YouTube'i link. • Logige võimalusel sisse YouTube'i keskkonda, et saaksite anda märku oma klassi liitumisest tunniga ja edastada õpilaste küsimusi. • Kontrollige kõlareid, et heli oleks kosta kogu klassiruumis. <p>ETTEVALMISTUS E-TUNNIKS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tutvuge õpilaste töölehega. Printige ja jagage see õpilastele. • Lugege käesolev tunnikava lõpuni, kus on kirjeldatud ka klassis tehtavat mängu. • Kui soovite teha lisaülesannet, varuge klassi erinevaid puu- ja köögivilju, et neid erineval moel lõigata: sektoriteks, viiludeks, kuubikuteks, kangideks, riivida jne. Pärast ülekanne võite õpilastega erinevaid kujundeid katsuda ja maitsta, nendega tutvuda. Võite teha edetabeli, millised kujundid õpilastele kõige rohkem meeldisid. 						
Tunni teema taust:	Toitumine mõjutab inimesi tervikuna, sealhulgas ka füüsiliselt. On einet, mis enne sportimist annavad vajalikku head energiat, ja on toite, mis seedimist aeglustavad, kõhus rasked tunduvad ja pärast mille söömist kohe üldse liigutada ei jaksagi. Selles e-tunnis räägivad toitumisharjutajad Triin Muiste ja Külli Holsting, mida ja millal süüa, et joosta kiiresti, hüpata kaugele ja end seejuures hästi tunda. Teisisõnu on tegu tervisliku toitumise e-tunniga, milles eksperdid just sellest teemast hea ülevaate annavad. E-tund on loodud koostöös Rimi Eestiga.						

Häälestus ja ülesanne video ajaks 5 min	<p>HÄÄLESTUS 5 min</p> <p>Paluge õpilastel täita esimene tabel nende töölehel.</p> <p>ÜLESANNE VIDEO VAATAMISE AJAKS</p> <p>Paluge õpilastel üles märkida küsimused, mis ülekanne vaatamise ajal tekkisid, ning need teile edastada. Õpilaste küsimused edastage YouTube'i vestlusesse teie ise või paluge seda teha õpilastel. Kui õpilased vaatavad e-tundi üksinda, palun rõhutage neile, et sobimatuid kommentaare ei tohi kirjutada.</p>
Otseülekanne vaatamine ja	<p>KÜSIMUSTE ESITAMINE KÜLALISÕPETAJALE</p> <p>Youtube'i vestlusesse ootame koolidelt küsimusi külalisõpetajale vormis:</p>

<p>küsimuste esitamine 20 min</p>	<p style="text-align: center;"><i>Kaari 12. klass, Kurtna Kool. Kuidas saada presidendiks?</i></p> <p>Õpetaja küsib õpilastelt ja valib välja parimad küsimused. Õpetaja või üks õpetaja poolt määratud õpilane kirjutab küsimused YouTube'i vestlusaknasse.</p> <p>Kui õpilased jälgivad tundi oma seadmest, siis leppige õpilastega enne tundi kokku YouTube'i vestluses osalemise reeglid. 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. 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>Õpilaste iseseisev töö 20 min</p>	<p>Tööleht “Mida ma peaksin sööma, et joosta kiiremini kui teised?”</p> <p>Selles e-tunnis saad teada, mida ja millal süüa, et joosta kiiresti, hüpata kaugele ja end seejuures hästi tunda.</p> <p>Kasuta töölehte nii:</p> <ul style="list-style-type: none"> • enne otseülekannet täida tabel • otseülekande ajal küsi küsimusi • peale otseülekannet täida tabel, tehke klassis läbi mäng ja värvi köögivilju <p>ENNE OTSEÜLEKANDE VAATAMIST TÄIDA TABEL</p> <p>Mõtle, mida oled sa söönud, mis on sulle hea enesetunde andnud. Pane kirja. Nüüd mõtle, millised toidud aga tekitavad sulle halvema enesetunde. Nt teevad uniseks, tekitavad kõhuvalu või ajavad südame pahaks jne. Võrdle vastuseid pinginaabriga.</p> <table border="1" data-bbox="443 1115 1493 1491"> <thead> <tr> <th data-bbox="443 1115 967 1272">ANNAVAD HEA ENESETUNDE</th> <th data-bbox="967 1115 1493 1272">ANNAVAD HALVA ENESETUNDE (NT TEEVAD UNISEKS, TEEVAD KÕHU RASKEKS JNE)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="443 1272 967 1491"></td> <td data-bbox="967 1272 1493 1491"></td> </tr> </tbody> </table> <p>OTSEÜLEKANDE AJAL KÜSI KÜSIMUSI</p> <p>Selleks, et saada vastuseid enda jaoks olulistele küsimustele saad YouTube'i otseülekande ajal külalisõpetajalt küsimusi küsida. Selleks lisa vestlusesse või palu õpetajal oma küsimus vestlusesse lisada nii:</p> <p style="text-align: center;"><i>Kaari 12. klass, Kurtna Kool. Kuidas saada presidendiks?</i></p> <p>Ole küsimust sõnastades viisakas ja täpne. Sinu küsimusi näevad kõik, kes samal ajal otseülekannet vaatavad. Mida varem jõuad küsimused saata, seda suurema tõenäosusega jõuame vastata.</p>	ANNAVAD HEA ENESETUNDE	ANNAVAD HALVA ENESETUNDE (NT TEEVAD UNISEKS, TEEVAD KÕHU RASKEKS JNE)		
ANNAVAD HEA ENESETUNDE	ANNAVAD HALVA ENESETUNDE (NT TEEVAD UNISEKS, TEEVAD KÕHU RASKEKS JNE)				
	<p>OTSEÜLEKANDE JÄREL TÄIDA TABEL JA SIIS TEHKE KLASSIS LÄBI MÄNG</p> <p>Täida tabel. Pane 5 minuti jooksul iga värvi alla kirja nii palju puu-, juur- ja teravilju, kui sul meelde tuleb. Siis võrdle mõtteid pinginaabriga – kas mõni lahter jäi täiesti tühjaks?</p>				

PUNASED JA ROOSAKAD VILJAD	KOLLASED JA ORANŽID VILJAD	ROHELISED VILJAD
LILLAD JA SINAKAD VILJAD	PRUUNID JA BEEŽID VILJAD	MUSTAD JA HALLID VILJAD

Mis värvi puu- ja juurviljad su lemmikud on? _____
 Millised sulle kõige vähem meeldivad? _____
 Nüüd tehke klassis õpetaja juhendamisel läbi mäng!



Värvi meid! (allikas: <https://www.kidspuzzlesandgames.co.uk/>)

MÄNGUJUHEND

Õpetaja tõmbab klassi põrandale mõttelise või füüsilise sirgjoone ühest seinast teise. Ühe otsa juures asub värtus "meeldib väga", teise otsa juures asub "üldse ei kannata". Õpetaja (või õpilased kordamööda) nimetab ühe puu-, juur- või köögivilja ning õpilased peavad end joone peale asetama vastavalt sellele, kui väga neile see vilj maitseb. Õpetaja küsib iga kord paarilt õpilaselt ka põhjendust, miks ta just sinna end aetas. Järgmise vilja nimetamisel asetavad õpilased end joonel ümber. Nii on mäng liikuv ja põnev kõigile, kus saab vaadata, mis kellele meeldib ja ei meeldi, samas tuleb osata ka ennast põhjendada.

Võimalikud
jätkutegevused
ja lisamaterjalid

Variant 1.

Haistmismeele mäng "Sidrunimäng"

Laps mõistab lõhna tundmise vajalikkust ümbritsevast keskkonnast arusaamiseks.

Sul on vaja: Lõhnavaid vilju, nt sidrun või ürte, vürtse, nt kaneel

Ettevalmistavad tegevused:

Üks laps valitakse detektiiviks, kes läheb ukse taha. Sellel ajal määratakse 1-2 lapse käed sidruni või kaneeliga kokku.

Läbiviimine:

„Detektiiv“ kutsutakse tuppa tagasi ja tema ülesanne on teiste laste käsi nuusutades ära arvata kes on sidruni või kaneelisaia vargil käinud. Proovida võib ka apelsini, kardemoni või vaniljega.

Variant 2.

Õpilastega koos lõigata juurvilju erineval viisi, nt kangideks, sektoriteks, kuubikuteks, rõngasteks, viiludeks jne. Lasta erinevaid kujundeid proovida. Luua edetabel – milline kujund klassile kõige rohkem meeldis. Nii võib õpilane avastada, et porgandikang talle ei maitse, aga maitseb väga riivitud porgand või porgandiviil.

Variant 3.

Valmistada klassis koos või kodus ema-isaga kas külm või soe toorpuder, mis peab sisaldama ühte teravilja, 2 puu-, juurvilja ning seemneid.

** 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.*